



GEZOND LEVEN? CHECK HETEVEN!

METHODIEK VOOR HET CLB-CONSULT BIJ JONGEREN VAN HET DERDE JAAR
SECUNDAIR ONDERWIJS

✓ DE EIGEN KRACHT VAN JONGEREN TEN AANZIEN VAN HUN LEEFGEWONTEN, GEZONDHEID EN
WELBEVINDEN VERSTERKEN

✓ VROEGTIJDIGE DETECTIE VAN EN INTERVENTIE VOOR PSYCHOSOCIALE PROBLEMEN

DE HANDLEIDING

EEN GIDS OM JE STAP VOOR STAP DOORHEEN HET
PROCES TE LOODSEN

Februari 2024



Dit is een publicatie van

de Vlaamse Wetenschappelijke Vereniging voor Jeugdgezondheidszorg vzw (VWVJ) en LARS

In opdracht van en met de steun van de Vlaamse Overheid

Contact omtrent de methodiek 'Gezond leven? Check het even!'

Noëmi Hagemann, projectbegeleider GLCE (helpdeskglce@vwwj.be)

Contact voor technische vragen rond LARS

Hilde Denys, projectleider LARS (helpdesk@clb-lars.be)

Beste lezer,

Fijn dat jouw CLB de keuze gemaakt heeft om met GLCE aan de slag te gaan! Wij hopen jou bij de opstart met deze handleiding praktisch te ondersteunen.

Deze handleiding licht de toepassing van de verschillende onderdelen van de methodiek 'Gezond leven? Check het even!' (GLCE) toe. Tijdens het [onderzoek naar de validiteit en haalbaarheid van de toepassing van GLCE bij CLB'ers en jongeren in 2018](#), werden praktische factoren in kaart gebracht die de toepassing van de methodiek positief of negatief beïnvloeden. De praktijkervaring levert waardevolle tips op voor toekomstige gebruikers. Ze zijn in de handleiding per stap geclusterd en aangevuld met tips die we verzamelen via het gebruikersoverleg voor GLCE-coördinatoren.

We hopen dat de handleiding jou waardevolle tips oplevert!

Ontbreekt er een thema? Of zijn er nog vragen? Laat het ons zeker weten via de helpdesk (helpdeskglce@vwvj.be)!

Veel leerplezier!

De VVVJ

Inhoud

DOELSTELLING VAN DE METHODIEK GLCE	5
STAP VOOR STAP.....	6
1. Informeren over de komst van GLCE	6
2. De planning en voorbereiding	7
3. De uitvoering.....	9
4. Het online advies op maat.....	12
5. Raadplegen van de GLCE-samenvatting	13
6. Het CLB-consult.....	15
ERMEE BEGONNEN...EN NU?	17
BIJLAGEN	18
Bijlage 1: Inhoud van de introductie.....	18
Bijlage 2: Inlogprocedure voor leerlingen via LeerID.....	21
Bijlage 3: Gezond leven? Check het even! & LARS.....	23
Bijlage 4: Vragenlijst met afkapwaarden (versie sept 2022).....	24
Bijlage 5: Verdeling van gespreksitems indien consult door arts en verpleegkundige wordt uitgevoerd	34

DOELSTELLING VAN DE METHODIEK GLCE

De methodiek heeft als doel om de eigen kracht van jongeren ten aanzien van hun leefgewoonten, gezondheid en welbevinden te versterken en om psychosociale problemen vroegtijdig te detecteren naar aanleiding van het CLB-consult (**Figuur 1**).

De bijhorende online vragenlijst zet jongeren aan om *na te denken* over hun eigen gezondheid en leefgewoonten. Daarnaast worden jongeren uitgenodigd om *hun vragen te stellen en zorgen te delen*, zodat ze advies op maat kunnen krijgen via online feedback of een eventueel gesprek tijdens het CLB-consult. De thema's die in de online vragenlijst aan bod komen zijn: (1) lichamelijke gezondheid, (2) sociaal-emotionele gezondheid (welbevinden, pesten en gepest worden, mishandeling), (3) verslaving (roken, alcohol, drugs, sociale media en gamen), (4) seksuele gezondheid, en (5) leefomstandigheden (schoolklimaat, relaties met anderen en thuis).

De methodiek maakt gebruik van een groeigerichte aanpak, een holistische visie op gezondheid, en een empathische houding naar jongeren toe. Dit vertaalt zich naar de praktijk met het gebruik van de motiverende gespreksvoering.

DOEL 1: De eigen kracht van jongeren ten aanzien van hun leefgewoonten, gezondheid en welbevinden versterken door hen informatie en advies op maat aan te bieden

- a. Jongeren laten reflecteren over hun leefgewoonten, gezondheid en welbevinden;
- b. Bevestigen wat goed gaat via de online feedback en/of tijdens het gesprek met de CLB-medewerker;
- c. Jongeren binnen de veilige context van het beroepsgeheim uitnodigen om hun vragen over leefgewoonten, gezondheid en welbevinden aan een professional te stellen die onafhankelijk is van school en gezin;
- d. Jongeren betrouwbare informatie en/of advies verstrekken, afgestemd op hun vragen en noden zowel wat inhoud als wat vorm (online of via een gesprek) betreft.

DOEL 2: Vroegtijdige detectie van en interventie voor psychosociale problemen bij jongeren in 3SO

- a. Erkenning en een luisterend oor bieden aan jongeren die zorgen of klachten melden omtrent hun mentale gezondheid;
- b. Normaliseren van zorgen of klachten die horen bij de ontwikkelingsfase van jongeren;
- c. Samen met de jongeren op zoek gaan naar beschermende factoren voor mentale gezondheid die kunnen versterkt of ingezet worden en ze daarbij op weg helpen;
- d. Signalen van een mogelijke psychische of psychiatrische aandoening detecteren en bespreekbaar maken om de nood aan zorg te kunnen inschatten en zo nodig toe te leiden naar zorg.

Figuur 1: Doelstellingen van de methodiek 'Gezond leven? Check het even!'

STAP VOOR STAP

1. INFORMEREN OVER DE KOMST VAN GLCE

Informeren van de school

Het CLB informeert en enthousiasmeert scholen waar GLCE zou worden toegepast over de meerwaarde van de methodiek. Hiervoor staat de [informatiebrief voor scholen](#) ter beschikking via onze website.

Informeren van de leerlingen en ouders

Leerlingen en hun ouders krijgen vóór het voorziene CLB-consult [een flyer](#) met informatie over 'Gezond leven? Check het even!'.

Tip: Informeer de schooldirecteurs en leerlingenbegeleiders ook mondeling tijdens een gezamenlijk persoonlijk contact. Ook de leraren dienen geïnformeerd te worden, ze staan immers een lesuur af! Betrek ook de IT-verantwoordelijke van de school bij de communicatie. Afhankelijk van de schoolcultuur verloopt dit via de schooldirecteur of via het CLB.



2. DE PLANNING EN VOORBEREIDING

De leerlingen vullen de online vragenlijst 1 à 2 weken vóór het voorzien CLB-consult in.

Wie heb je nodig?

- Leerlingen (met een LeerID): kleine klasgroepen kunnen de vragenlijst simultaan invullen. Beginnende CLB's hebben baat aan kleine groepen van maximaal 15 leerlingen, meer ervaren CLB's kiezen voor maximaal 30 leerlingen.
- Een extra CLB-er. In de beginfase kan het helpend zijn om met 2 CLB-ers aanwezig te zijn.
- De leerkracht die op de hoogte is dat de klas op het moment van GLCE geen les kan krijgen.
- Een personeelslid van de school om de CLB-er te assisteren door:
 - De orde in de klasgroep te helpen bewaren;
 - Technische ondersteuning te bieden (geluid, beeld, internetrestricties);
 - Leerlingen te assisteren bij het inloggen (indien nodig).

Tip: Contacteer enkele dagen vóór de afname de contactpersoon van de school die verantwoordelijk is voor de organisatie om te vragen of het gelukt is om alle regelingen te treffen en of de klasgroepen er op de afgesproken momenten zullen zijn.

Ruimte en tijd bespreken met de school:

- Het is handig als de verschillende klasgroepen van een school de vragenlijst zoveel als mogelijk tijdens aaneensluitende lessen kunnen invullen. Zo kan het aantal verplaatsingen naar de school beperkt worden.
- Eén lesuur per klas plannen waarin de online vragenlijst wordt voorgesteld en ingevuld.
- (Computer)lokaal met mogelijkheid om klassikaal de introductiefilm af te spelen op groot scherm en met zoveel goed functionerende computers met internetverbinding als er leerlingen in een klas zitten - tenzij de leerlingen de online vragenlijst op een smartphone, laptop of tablet invullen.
- Alternatieven voorstellen indien de beschikbaarheid van de computerklas een remmende factor is voor de planning (bv. invullen via laptops of tablets van de school, via de smartphone van de leerling en wifi van de school).

Zorgen voor privacy

- Belangrijk is een opstelling die voldoende privacy voor de leerlingen biedt (d.w.z.: anderen kunnen niet meekijken op hun scherm).
- De toezichhoudende leerkracht dient instructies te krijgen om niet mee te kijken op het scherm van de leerlingen.
- Navragen of de school gebruik maakt van een portaal om mee te kijken op het scherm van schooldevices. Indien dit zo is, duidelijke afspraken maken met de school zodat de leerlingen de vragenlijst in alle privacy kunnen invullen. Deze afspraak ook naar de leerlingen toe communiceren.

Technische problemen voorkomen:

- In de school navragen of er gebruik gemaakt wordt van internetrestricties die woorden als 'drugs' of 'seks' blokkeren. Indien dit zo is, wordt gevraagd om dit uit te schakelen op het moment dat de leerlingen de vragenlijst invullen.
- Het geluid en beeld testen in de ruimte die ter beschikking wordt gesteld.

De login van de leerlingen voorbereiden:

- Laat de school weten dat de leerlingen dienen te beschikken over de login-gegevens van LeerID om toegang te krijgen tot de online vragenlijst van GLCE.
- Wanneer de leerling voor **het eerst gebruik maakt van LeerID** zijn enkele extra handelingen nodig vooraleer bij LeerID te kunnen inloggen. De nodige stappen zijn:
 - De leerling vult in LeerID de gebruikersnaam en het startwachtwoord in dat hij/zij van de school ontvangen heeft.
 - LeerID vraagt om het startwachtwoord aan te passen naar een wachtwoord dat door de leerling zelf wordt gekozen. Dit wachtwoord moet omwille van veiligheidsredenen voldoende complex zijn.
 - De leerling kan een mailadres aangeven waarmee hij/zij het wachtwoord kan resetten mocht hij/zij het wachtwoord vergeten zijn.
 - Spreek met de school af op welk moment de leerlingen deze extra handelingen uitvoeren (vooraf of op het moment dat GLCE wordt ingevuld) en benadruk dat leerlingen hun LeerID dienen te kennen op het moment dat GLCE wordt ingevuld. We raden aan om de aanwezigheid van IT-support aan te vragen op het moment dat de leerlingen voor het eerst gebruik maken van LeerID om de

online vragenlijst van GLCE in te vullen. Op die manier kunnen eventuele vragen of problemen zo snel mogelijk tijdens de sessie opgelost worden.

- Het stelt geen probleem voor als leerlingen hun Leer-ID in een andere school gekregen hebben dan waar zij inloggen voor GLCE. LeerID volgt de leerling en kan dus altijd gebruikt worden ongeacht waar het werd aangemaakt.

Benodigheden voor de CLB'er:

- Voorgedrukte [brief voor leerlingen die de vragenlijst thuis invullen](#) (voor afwezige leerlingen)
- Laptop waarmee je kan inloggen in LARS
- [Poster met scanbare QR-code](#) naar het introductiefilmpje
- [Poster met scanbare QR-code](#) voor het inloggen bij de GLCE-vragenlijst
- Klaslijst

3. DE UITVOERING

Om voldoende veiligheid voor de jongeren te creëren is het belangrijk om hen goed te informeren en privacy te voorzien tijdens het introductie- en invulmoment.

In de beginfase helpt het om 2 CLB-ers per klasgroep te voorzien en om telkens de 'Handleiding' te raadplegen. Er wordt afgeraden om de vragenlijst systematisch thuis te laten invullen door alle leerlingen. De online vragenlijsten op school laten invullen onder begeleiding van een CLB-er vraagt tijd, maar loont! Deze manier van werken heeft verschillende voordelen:

- Vertrouwelijkheid en verbondenheid met het CLB **creëren veiligheid** om eerlijk te antwoorden op de vragen (wat waarschijnlijk minder het geval is als de introductie van GLCE via een digitale communicatie zou gebeuren)
- Grotere kans dat **alle** leerlingen de vragenlijst invullen (indien men kiest om de vragenlijst thuis in te vullen door een subgroep, zal bijkomende digitale communicatie nodig zijn om jongeren die het vergeten in te vullen alsnog te motiveren)
- Kans voor de leerling om **verduidelijkende vragen** te stellen (wat ook bewaakt dient te worden indien het introductiemoment voor groepen van meer dan 30 jongeren zou worden voorzien)
- **Verhoogde betrouwbaarheid** van GLCE omdat deze werking in lijn is met het valideringsonderzoek van GLCE. De effecten van een afwijkende werking op de validiteit en de haalbaarheid voor jongen zijn ongekend.

3a. Het introductiemoment

De jongeren worden geïnformeerd over GLCE via de [introductiefilm](#) en de mondelinge uitleg door een CLB-er. Een script met wat tijdens de introductie aan bod dient te komen (zie **Bijlage 1**).

Sommige CLB's kiezen om subgroepen enkel digitaal te informeren via Smartschool. Het begeleidende materiaal zoals de [flyer](#), en de [introductiefilm](#) worden dan via Smartschool verspreid. De [brief voor leerlingen die de vragenlijst thuis invullen](#), wordt in papieren versie of digitaal bezorgd.

Leerlingen worden bij deze werkwijze na een eerste communicatie bijkomend gemotiveerd om de vragenlijst in te vullen door de klasleerkrachten of door een reminder via Smartschool.

3b. Het invulmoment

Om de vragenlijst GLCE in te vullen, loggen leerlingen in op <https://checkheteven.be/>. Let op bij het typen! **Niet** checkheteven.nl, **niet** checkhetleven.be, **niet** chekheteven.be. Verder is het https, niet http.

Bij het ingeven van het webadres worden de leerlingen langs het inlogportaal van LeerID gestuurd. De oude manier van inloggen via Smartschool is niet meer mogelijk (sinds september 2023). Je kan wel nog via Smartschool met leerlingen blijven communiceren. Voor leerlingen die de vragenlijst invullen met een smartphone is [een poster](#) voorzien met een QR-code die meteen correct doorlinkt.

Zie **Bijlage 2** voor de technische duiding bij de inlogprocedure en het opstarten en beëindigen van de vragenlijst.

De vragenlijst wordt door de leerling afgerond door te klikken op '*vragenlijst afronden en naar advies*'. Hierdoor zal de GLCE-samenvatting (in PDF) met de antwoorden van de leerling gegenereerd worden in LARS.

Met technische problemen omgaan

Indien bij het inloggen technische problemen zouden optreden die niet meteen verholpen kunnen worden, kan na de introductie in de klas door het CLB via Smartschool een bericht naar de leerlingen gestuurd worden met de vraag om de vragenlijst thuis in te vullen. Hierbij kan je [leerlingen de brief voor het invullen vanuit thuis](#) bezorgen.

Problemen bij de LeerID login

Mogelijke problemen bij het inloggen bij LeerID zijn de volgende:

- Leerlingen vinden hun LeerID wachtwoord niet meer
- Leerlingen krijgen een foutmelding met error-code na het inloggen

Bij inlogproblemen/foutmeldingen kan je proberen om een andere browser te gebruiken, zoals de Microsoft Edge i.p.v. Google Chrome (en andersom) of een privé/ incognito browser. Blijft het inlogprobleem bestaan of vindt de leerling zijn wachtwoord niet terug, dan kunnen deze problemen enkel via de IT'er en/of LeerID beheerder van de school opgelost worden.

Mocht het probleem via de IT-support of LeerID beheerder niet opgelost geraken dan contacteert de school best de LeerID helpdesk (telefoon: 02 553 13 11).

Inloggen opvolgen

Je kan in LARS volgen welke leerlingen succesvol ingelogd zijn in de vragenlijst. Eenmaal ze zijn ingelogd, verschijnt hun naam in de account-rubriek van LARS. Zo kun je als begeleidend CLB-er snel zien voor wie het inloggen reeds wel of nog niet lukte en zo nodig gepaste bijstand verlenen. Overloop of de klaslijst (uit LARS) klopt met de huidige klassamenstelling. Noteer op de klaslijst eventuele wijzigingen of opmerkingen (bv. leerling afwezig en [de brief voor het invullen vanuit thuis](#) is bezorgd). Zo behoud je makkelijker het overzicht en kunnen evt. aanpassingen in de klassamenstelling in LARS gebeuren.

Afwezige leerlingen uitnodigen

Als de leerling afwezig is op dag dat vragenlijst wordt ingevuld, bezorg dan de [brief voor het invullen vanuit thuis](#) aan de leerkracht met het verzoek of deze aan de leerling kan gegeven worden en de leerling kan gemotiveerd worden om de online vragenlijst alsnog in te vullen. Je kan deze brief voorgedrukt meenemen en de naam op het moment zelf invullen.

Omgaan met leerlingen die nog niet in de activiteit van het consult 3SO staan

De koppeling aan een open activiteit voor een consult 3SO is geen beperkende factor. Deze leerling kan de online vragenlijst sowieso invullen mits LeerID login-gegevens. Om de samenvatting van de antwoorden van de leerling te kunnen raadplegen in LARS, dient de leerling nadien alsnog aan een consult gelinkt te worden.

Leerlingen een extra kans geven om de vragenlijst in te vullen

Als leerlingen toch de kans gemist hebben om de vragenlijst voor het CLB-consult in te vullen en dit nog wensen te doen, bestaat ook de mogelijkheid om de vragenlijst tijdens de wachttijd vóór het CLB-consult in te vullen. Dit kan dan via de smartphone van de leerling of via de computer van het CLB (met internetverbinding van het CLB).

4. HET ONLINE ADVIES OP MAAT

Nadat de leerling de hele vragenlijst heeft ingevuld en op de knop *Vragenlijst beëindigen en naar jouw advies* heeft geklikt, krijgt de leerling toegang tot het online advies op maat. Ook op een later tijdstip kan de leerling nog gedurende 6 maanden zijn/haar advies raadplegen via dezelfde inlogprocedure als voor het invullen van de online vragenlijst (zie **Bijlage 2**).

De onderwerpen waarvoor de leerling zelf informatie of advies vroeg (online of via een gesprek tijdens het consult), de onderwerpen waarvoor het antwoord van de leerling boven een bepaalde afkapwaarde valt en de antwoorden die wijzen op een gezond gedrag worden in 'advies voor jou' beklemtoond door een vinkje.



Een 'vinkje', ook als de jongere positief gedrag stelt

Bij sommige thema's zal er een vinkje staan, ook al toont de jongere wenselijk gedrag. Bij het thema 'roken' staat bijv. een vinkje als de jongere aangeeft niet te roken. Het advies op maat bevat dan een tekst die het gedrag bekrachtigt. Dit wordt best ook bij het informatiemoment (**Bijlage 1**) vermeld om verwarring te vermijden. Dit kan omwille van technische redenen niet gewijzigd worden.

Tip: Benadruk bij het informatiemoment dat de vinkjes in het online advies op maat ook positief bedoeld kunnen zijn en jongeren willen aanmoedigen.

Om jongeren te motiveren om hun online advies op maat te raadplegen, kan je...

- Na afloop van het invullen van de vragenlijst nog eens aangeven hoe de jongeren hun online advies kunnen raadplegen. Je kan dit dan ook samen met de groep inoefenen. Vraag hiervoor de leerlingen eerst om uit te loggen en dan weer in te loggen, zo oefenen ze alle stappen.
- Enkele dagen na het invullen van de vragenlijst een reminder sturen naar de leerlingen via Smartschool om hen te motiveren het online advies te lezen.
- De mogelijkheid aanbieden om het online advies te lezen in de wachtkamer van het CLB net vóór het consult.

Tip: Sommige CLB's merken dat meer leerlingen het online advies lezen wanneer ze leerlingen net vóór het CLB-consult stimuleren om het via een QR-code (poster in de wachtzaal) te raadplegen.

5. RAADPLEGEN VAN DE GLCE-SAMENVATTING

Nadat de leerling de hele vragenlijst heeft ingevuld, wordt een samenvatting gegenereerd van de antwoorden die gegeven zijn. Deze samenvatting zal onmiddellijk in LARS beschikbaar zijn indien de leerling bij het afronden op de verzendknop 'Vragenlijst beëindigen en naar jouw advies' geklikt heeft. Deze samenvatting is in PDF-formaat beschikbaar voor het begeleidend CLB via de activiteit (consult 3SO) die is aangemaakt in LARS. Zie **Bijlage 3** voor de technische duiding.

De GLCE-pdf bestaat uit 3 delen:

- **Resultaat:** hier wordt aangegeven of er een uitroepteken gegenereerd is op basis van de antwoorden van de leerling in GLCE (= steeds een reden voor gesprek)
- **Opvallend:** is er een reden om in gesprek te gaan met de leerling over de antwoorden in GLCE, dan worden in dit deel de onderwerpen vermeld die hiervoor de aanleiding zijn
- **Samenvatting:** In de samenvatting staan de antwoorden op de vragen volgens zes thema's geclusterd (zoals in 'het boekje'), respectievelijk (1) gezondheid, (2) relaties, (3) lichaam, (4) seksuele ontwikkeling, (5) gevoel, en (6) alcohol, drugs en gamen.

Via een beslisboom met afkapwaarden (zie **Bijlage 4** voor de afkapwaarden) wordt een onderscheid gemaakt tussen reguliere antwoorden, antwoorden die als bijzonderheid beschouwd worden en antwoorden die zorgwekkend zijn. In de GLCE-samenvatting wordt gebruik gemaakt van onderstaande symbolen wanneer de antwoorden van de leerling de aandacht van de CLB-medewerker behoeven.

B **Bijzonderheid**= al dan niet te bespreken met de leerling in functie van je beoordeling in samenhang met zorgwekkende antwoorden (of met informatie uit het dossier) en beschermende factoren. Niet elk antwoord dat in de vragenlijst als "bijzonderheid" wordt genoteerd is noodzakelijkerwijze een reden om in gesprek te gaan.

! **Uitroepteken** = steeds reden tot gesprek of onderzoek (op vraag van de leerling/op uitnodiging van het CLB omwille van een zorgwekkend antwoord)

Beoordelen van de samenvatting

Je leest de samenvatting van de antwoorden van de leerling en formuleert een antwoord op de volgende vragen:

- Noodzaken de antwoorden van de leerling in de online vragenlijst een gesprek tijdens het CLB-consult?
- Wat dient het CLB actief te bespreken met de leerling?

In de beginfase is het aanbevolen om de GLCE-samenvatting vooraf in te kijken. Eenmaal je je comfortabel voelt bij het gebruik van de GLCE-samenvatting en de aanpak die eruit voortvloeit, is het geen must meer. Toch biedt het nog enkele voordelen: je kan vooraf het dossier van de leerling inkijken in functie van de vragen of zorgen van de leerling en je kan de tijd tijdens het CLB-consult beter indelen.

De onderwerpen verdeling tijdens het CLB-consult

Indien het CLB-consult wordt uitgevoerd door de arts én de verpleegkundige, dan is het handig om af te spreken hoe de onderwerpen verdeeld worden. Ter inspiratie kan in **Bijlage 5** de instructie gevonden worden die gegeven werd aan de deelnemers van de haalbaarheid- en valideringsstudie. Hierbij was het vertrekpunt dat de verpleegkundige specialist is in de thema's die gelinkt zijn aan de normale ontwikkeling en dat de arts de antwoorden die horen bij een haperende ontwikkeling op zich neemt.

Moet er een teamgenoot betrokken worden?

De GLCE-samenvatting van de antwoorden van de jongeren volstaat niet om te beoordelen of een gesprek met een teamgenoot aangewezen is. De arts dient tijdens een eerste gesprek met de jongere eerst na te gaan of de zorg bevestigd wordt, of er al hulpverlening is geïnstalleerd en of de jongere akkoord gaat met een eventuele tussenkomst van een teamgenoot.

Indien een teamgenoot beschikbaar is tijdens het consult, kan een vervolgesprek met de jongere aansluitend op het consult doorgaan. Indien een teamgenoot betrokken wordt in de begeleiding van de leerling, dan zijn de antwoorden van de jongere op de online vragenlijst eveneens voor hem/haar een ingangspoort voor het gesprek.

6. HET CLB-CONSULT

Op basis van de uitkomsten in de 'GLCE-samenvatting' bestaan er drie mogelijke pistes voor het gesprek tijdens het CLB-consult: 1) geen vragen of zorgen, 2) de leerling heeft een vraag, en/of 3) de leerling geeft een zorgwekkend antwoord. Enkel in het scenario 2) en 3) wordt het gesprek actief door de CLB-er geïnitieerd (zie **figuur 3**), terwijl bij scenario 1) geen gesprek nodig is in het kader van GLCE.

Op basis van de uitkomsten in de 'GLCE-samenvatting' worden de antwoorden in GLCE bij sommige leerlingen besproken tijdens het CLB-consult, bij andere leerlingen niet. Dit laat toe om te differentiëren in functie van de noden van de leerlingen. Uit de [studie over haalbaarheid en validiteit van de GLCE-methodiek van 2018](#) blijkt dat 52,8% van de jongeren een vraag had of een zorgwekkend signaal vertoonde, terwijl voor 47,2% van de jongeren op basis van hun antwoorden geen reden is voor een gesprek was. Zo kan tijdens het CLB-consult meer tijd vrijgemaakt worden voor een gesprek met jongeren die er nood aan hebben. In het geval dat ook het CLB-consult niet voldoende tijd voorziet voor jongeren, kan na de eerste inschatting een vervolgspraak voorzien worden.

Probeer tijdens het CLB-consult naadloos aan te sluiten bij de antwoorden die de jongere gaf in de online vragenlijst. Dankzij de GLCE-samenvatting kan dat meteen gerichter. In **figuur 3** worden enkele voorbeeldzinnen voorgesteld om bij de leerling in te voegen op basis van de GLCE-samenvatting. Er zijn 3 pistes:

Geen vragen/zorgen in GLCE	Leerling stelt vraag via GLCE om te spreken over ...	Zorgwekkend antwoord omtrent ... in GLCE (+ B's)
<p><i>Je hebt onlangs online een vragenlijst ingevuld. Ik merk daarin dat het goed gaat met je. Prima, zo!</i></p> <p><i>Heb je in de toekomst nog vragen, dan kan je die stellen via...</i></p>	<p><i>Je stelde een vraag via de online vragenlijst. Is het goed dat we daar nu op ingaan?</i></p> <p>Ontvang, benoem en analyseer de vraag: -> nood aan informatie, concreet antwoord, tips -> nood aan een luisterend oor, bevestiging, erkenning, emotionele steun</p>	<p><i>Fijn dat je er bent!</i></p> <p><i>In de vragenlijst las ik dat ... heel goed gaat. (Heb extra aandacht voor en benoem positieve aspecten (=beschermende factoren) in de groei/ontwikkeling.)</i></p> <p><i>Je noteerde ook dat (zorgwekkend signaal). Als dit zo is, dan vind ik het sterk dat je dit durft aan te geven. Vind je het goed als we het daar even over hebben?</i></p> <p>Vraag door zodat je beter zicht krijgt op de copingstrategieën van de leerling en eventueel bestaande hulp.</p>

Figuur 2: vertrekpunten vanuit de GLCE-samenvatting

Leerlingen die de online vragenlijst hebben ingevuld, dienen geen papieren leerlingenvragenlijst (zoals voordien gebruikelijk was in het CLB) meer in te vullen. De CLB-medewerker voert de interventies (wegen, meten, anamnese over menstruatie,...) uit zoals voorzien tijdens het consult.

Belangrijke aspecten tijdens het CLB-consult

- Om de noodzakelijke veiligheid te creëren tijdens het gesprek is het aan te raden dat de CLB-er zich vooraf voorstelt, de auditieve privacy bewaakt wordt en er voldoende tijd wordt voorzien (tijdens of na afloop van het CLB-consult).
- De online vragenlijst is groeigericht opgesteld. Het gesprek tijdens het CLB-consult wordt daarom in dezelfde toonaard gevoerd. Meer info hierover is lezen via [motiverende gespreksvoering](#).
- Pols tijdens het gesprek ook even of de leerling de gewenste informatie heeft gevonden indien de leerling heeft aangeduid online informatie te wensen over een bepaald onderwerp.
- Het onderzoek over GLCE duidt aan dat globaal 31,1% van de jongeren, waarvan significant meer meisjes (38,2%) dan jongens (23,3%) en significant meer leerlingen in het BSO (52,6%) en KSO of TSO (38,4%) dan leerlingen in het ASO (22,3%) zorgwekkende signalen aangeeft in de online vragenlijst. Deze verdeling van de cijfers kan je helpen om een passende planning voor het CLB-consult te voorzien.

Op zoek naar ondersteuning?

- Vorming draagt veel bij tot het competentiegevoel van de CLB-medewerker om het gesprek te voeren. Ontdek ons [vormingsaanbod](#) op de VVWJ-website.
- Het raadplegen van '[het boekje](#)' (makkelijker te hanteren als je bij de start van elke categorie een tabblad kleeft) vóór en/of tijdens het consult helpt om na te gaan op welke manier de vraag geformuleerd wordt en wat de afkapwaarden zijn. Het helpt ook om inspiratie te vinden voor het gesprek op basis van het online advies op maat dat je in het boekje kan nalezen.

Wat als de leerling geen vragenlijst ingevuld heeft?

Ook deze situatie kan een vertrekpunt voor het gesprek zijn, bijvoorbeeld door te vragen of het een bewuste keuze was om het niet in te vullen. Indien niet, werkt het voor vele CLB's goed om de vragenlijst tijdens het consult te laten invullen, mocht de leerling dit willen. Indien wel, kan het interessant zijn om te exploreren om welke reden de jongere de vragenlijst niet wenste in te vullen.

Wat als er veel uitroeptekens in de GLCE-samenvatting vermeld staan?

Er zijn vele manieren om met vele uitroeptekens om te gaan. Je kan bijv. samenvatting vooraf bekijken en samen met de leerling bepalen welke thema's momenteel het belangrijkste zijn/ welke thema's gebundeld kunnen worden. Indien nodig kan een vervolgesprek gepland worden.

ERMEE BEGONNEN...EN NU?

Deze handleiding kan je bij je eerste stappen van de implementatie informeren. Wij hopen dat je met veel enthousiasme, motivatie en plezier aan het werk zal gaan en er veel voldoening uit zal halen!

Een keer van start gegaan zullen er uiteraard nog vragen opduiken. Hiervoor kan de GLCE-coördinator van je CLB terecht bij de VWVJ via:

- **Het GLCE-gebruikersoverleg**

Hier komen wij in groepen van maximaal 20 personen 2 keer per schooljaar samen om van elkaar te leren. Als GLCE-coördinator kan je inschrijven [via de website](#).

- **De GLCE-helpdesk**

Je ben de GLCE-coördinator van je centrum en vindt het antwoord op je vraag niet via de [veelgestelde vragen](#)? Dan kan je ons vinden via helpdeskglce@vwvj.be.

BIJLAGEN

BIJLAGE 1: INHOUD VAN DE INTRODUCTIE

Wie ben ik?

- Noem je naam en functie.
- *'Binnenkort worden jullie uitgenodigd voor het CLB-consult. Ter voorbereiding mogen jullie online een vragenlijst invullen.'*
- Vertel dat je straks een filmpje over de vragenlijst laat zien met meer informatie.
- Vertel dat je het hele lesuur in de klas aanwezig blijft voor vragen.
- Vertel/schrijf op het bord/geef een kaartje mee met uitleg over de manier waarop CLB-medewerkers te bereiken zijn voor leerlingen.

Algemene informatie

- *'Zo meteen gaan jullie in de klas een online vragenlijst invullen'*
- Toon de introductiefilm, via youtube (zoekterm: gezond leven check het even, Vlaanderen 2019) via digi-bord of beamer
- *'Dat kan op een computer, laptop, tablet of smartphone (je mag je eigen telefoon/tablet/laptop gebruiken)'*
- Herhaal na de film de belangrijkste punten nogmaals:
 - Privacy: *'enkel jij en de medewerkers van het CLB hebben toegang tot jouw antwoorden. De school kijkt niet mee! CLB-medewerkers hebben beroepsgeheim en kunnen dus geen informatie verspreiden naar de school of ouders zonder dat je dit weet.'*
 - *'Lees je persoonlijk advies voordat je binnenkort naar het CLB komt voor het onderzoek. Wil je het later nog eens rustig nalezen? Dan kan dit ook via <https://checkheteven.be/>. Heb je tijdens dit lesuur nog tijd over, dan kan het nu al. Zo niet, doe het dan thuis.'*

Concrete informatie

- Vertel dat je in de klas aanwezig blijft als ze de vragenlijst invullen. Als een leerling ergens een vraag over heeft, kan hij/zij die direct aan jou stellen.

- *'Om de vragenlijst te doorlopen, ga je eerst naar <https://checkheteven.be/>.' Noteer voor de leerlingen de link op een bord of maak gebruik van de poster met QR-code als jongeren de vragenlijst op hun GSM invullen.*
- *'Je kan inloggen in de vragenlijst via LeerID. Je antwoorden gaan niet naar de school en niet naar je ouders.'*
- *'Ga zo zitten dat anderen je antwoorden niet kunnen zien.'*
- *'Doorloop alle vragen. 'Er bestaan geen foute antwoorden. Het gaat er om wat jij vindt of wat jij doet. Als je ergens echt geen antwoord op wilt geven, hoeft dit niet.'*
- *'Soms staan er hokjes, vink dan het hokje aan dat bij jouw antwoord past. Soms staat er een lijn met de cijfers van 1 tot 10, kies dan op de balk welk cijfer jij geeft als antwoord op die vraag. Op je laptop lukt dit door het staafje te verslepen. Vul je het in op je smartphone of tablet, dan lukt het verslepen niet en moet je tikken op het cijfer van jouw keuze.'*
- *'Na het invullen van de vragenlijst moet je de knop 'Rond de vragenlijst af en ga naar je advies' aanklikken, dan kan je je persoonlijk advies zien.'*
- Indien leerlingen gebruik maken van een device die niet van hen persoonlijk is, is het belangrijk dat de leerlingen – vooraleer de device door te geven - uitloggen uit de vragenlijst of hun online advies.
- Indien leerlingen de vragenlijst thuis invullen: Vermeld dat bij gebrek aan privacy thuis de vragenlijst ook in de wachtkamer kan ingevuld worden, op een aparte plek, net vóór het CLB-consult.

Online persoonlijk advies

- *'Je online advies kan je tot 6 maanden na het invullen van de vragenlijst inzien. Dit kan opnieuw via <https://checkheteven.be/> en je account voor LeerID. Zo kom je terecht op jouw pagina met informatie-op- maat. Overal waar een vinkje staat, vind je advies op maat voor jou naar aanleiding van jouw antwoorden. Soms staan er ook vinkjes bij onderwerpen die net heel goed gaan, zoals bij voorbeeld als je niet rookt.'*

Vervolg

- *'Binnenkort kom je dan voor het onderzoek van het CLB, waar je onder andere gemeten en gewogen wordt. Als je in de vragenlijst hebt aangeduid dat je graag iets wilt bespreken met het CLB, dan kan dit tijdens het onderzoek in het CLB. Gaf je in de vragenlijst aan dat je online informatie wilt, dan zit in je persoonlijk advies een link naar de informatie die je vroeg. Enkel wanneer je antwoorden geeft die ons erg ongerust maken of waarover we vragen hebben, zullen we zelf de stap zetten om dit met jou te bespreken. Aan jou om te kiezen of je hierop wenst in te gaan. Of dit zo is kun je ook terugvinden bij je online advies.'*

- Wacht je liever niet tot het CLB-consult om je vraag of zorg te bespreken. Dan kan je al sneller een gesprek vragen via de CLB chat.

Afsluiting

- 'Als je klaar bent met invullen, klik op 'vragenlijst beëindigen en ga naar jouw advies'. Blijf dan zitten en bekijk al eens je persoonlijk advies. Als je hier geen tijd meer voor hebt, dan doe je het later.'

BIJLAGE 2: INLOGPROCEDURE VOOR LEERLINGEN VIA LEERID

De leerling gaat naar <https://checkheteven.be/> (let op, niet checkheteven.nl, niet checkhetleven.be, niet chekheteven.be, wel https en niet http). De leerling komt zo terecht op de inlogpagina van LeerID .

Vlaanderen
GEZOND LEVEN T&I

Meld je aan met LeerID

Gebruikersnaam of e-mailadres

Wachtwoord [Wachtwoord vergeten?](#)

HULP NODIG BIJ AANMELDEN?

Vlaanderen
verbodend werkt

OVER VLAANDEREN BE | DISCLAIMER | TOEGANKELIJKHEID

NL EN FR

Hier vult de leerling “Gebruikersnaam” of “emailadres” en “Wachtwoord” in voor LeerID en klikt op “aanmelden”. Na het klikken op “aanmelden” komt de leerling in de vragenlijst. Om de vragenlijst te beginnen, dient de leerling op “start” te klikken.

Het LeerID-platform wordt enkel gebruikt om veilig in te loggen. De school heeft op geen enkele manier inzage in de antwoorden van de leerling zelf.

GEZOND LEVEN
check **HET EVEN**

UITLOGGEN

Voortgang Alles gecheckt!

Beste leerling

Deze online vragenlijst gaat over jezelf en je gezondheid, roken, alcohol, drugs en relaties & seksualiteit.

Heb je vragen over een bepaald onderwerp, dan kun je dit aangeven.

Je kunt bv. aanduiden dat je over een bepaald onderwerp *meer informatie online* wil. Na het invullen van de vragenlijst word je dan doorgelinkt naar deze informatie.

Je kunt ook aanduiden dat je vragen hebt voor *het CLB* over een bepaald onderwerp. Deze vragen worden dan met jou overlopen tijdens het onderzoek van het CLB. Dit is binnenkort voorzien voor jou en je klas. Tijdens dit onderzoek worden o.a. ook de groei en het gehoor nagegaan.

Belangrijk:
Alleen de medewerkers van het CLB zien je antwoorden op de vragenlijst. Je antwoorden worden niet met anderen gedeeld, zonder dat je het weet. Privacy staat dus voorop. Ook wat je bespreekt met het CLB is vertrouwelijk. Een CLB-medewerker onderneemt ook nooit verdere actie zonder dat jij 't weet.

START

Gezondheid Relaties Lichaam Intimiteit Gevoel Alcohol, drugs & games

© GGD Gelderland-Midden [Privacy policy](#) [Proclaimer](#) [Dyslexie?](#)

Eenmaal de vragenlijst is afgerond, klikt de leerling op 'Vragenlijst beëindigen en naar jouw advies'. Indien de vragenlijst zou blijven haperen, dan kan je de leerling aanraden de pagina te 'vernieuwen' door te klikken op 'hernieuwen':

Dit icoontje vind je bovenaan in de browser naast het url.

BIJLAGE 3: GEZOND LEVEN? CHECK HET EVEN! & LARS

De GLCE-samenvatting van de antwoorden van de leerlingen die GLCE hebben ingevuld is te raadplegen in LARS in de activiteit van het systematisch contactmoment.



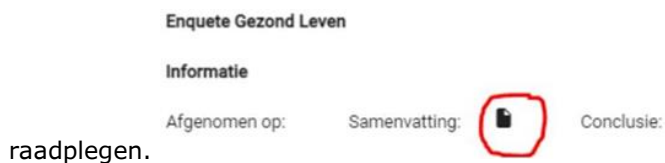
In de rubriek 'accounts' kan je de lijst vinden van alle leerlingen van je CLB die bij GLCE zijn ingelogd. Zo kan je meevolgen welke leerlingen al ingelogd zijn. Je hoeft de leerlingen niet meer 'te accepteren' sinds de opstart van Leer-ID, ze zullen automatisch geaccepteerd zijn.

Account koppelingsverzoeken

Beheerd door: Vrij CLB De Wissel Antwerpen | Status: New | Tijdstip aanvraag | Search

Smartschool		Lars			Account			
Meegegeven naam	Geboorteda...	LARS student	Geboorteda...	Groep	Rin	Status	Tijdstip aanvraag	Acties
	20/07/2007		20/07/2007	SED 50 / 3ECWE		New	19/11/2021 10:39	✓ ⊗
	08/07/2007		08/07/2007	SED 50 / 3ECWE		New	19/11/2021 10:35	✓ ⊗
	19/09/2007		19/09/2007	SED 50 / 3ECWE		New	19/11/2021 10:33	✓ ⊗
	03/01/2008		03/01/2008	SED 50 / 3ECWE		New	19/11/2021 10:32	✓ ⊗
	29/04/2006		29/04/2006	SED 50 / 3ECWE		New	19/11/2021 10:32	✓ ⊗
	05/01/2006		05/01/2006	SED 50 / 3ECWE		New	19/11/2021 10:30	✓ ⊗
	28/10/2007		28/10/2007	SED 50 / 3ECWE		New	19/11/2021 10:29	✓ ⊗
	20/01/2007		20/01/2007	SED 50 / 3ECWE		New	19/11/2021 10:28	✓ ⊗
	31/05/2007		31/05/2007	SED 50 / 3ECWE		New	19/11/2021 10:28	✓ ⊗
	25/06/2007		25/06/2007	SED 50 / 3ECWE		New	19/11/2021 10:27	✓ ⊗
	25/07/2007		25/07/2007	SED 50 / 3ECWE		New	19/11/2021 10:27	✓ ⊗


Eenmaal de leerling ingelogd heeft en de vragenlijst afgerond is, kan je de GLCE-samenvatting raadplegen in de activiteit van het systematisch contactmoment via [Enquete Gezond Leven](#). Door te klikken op het potloodje kom je in een pop-up waar je dan de GLCE-samenvatting kan openen en



Vind je het potloodje niet? Dan kijk je waarschijnlijk niet naar LARS vanop je volledig scherm. Klik dan rechts boven in je scherm op . Verschijnt het potloodje nog niet, dan heeft de leerling niet op de verzendknop van de vragenlijst gedrukt of zijn er technische problemen. Laat dan de vragenlijst opnieuw invullen. Het potloodje verschijnt op dat moment in LARS zodat je in de samenvatting kan zien welke antwoorden al dan niet zijn gegeven.

BIJLAGE 4: VRAGENLIJST MET AFKAPWAARDEN (VERSIE SEPT 2022)

B (bijzonderheid) = al dan niet te bespreken met de leerling in functie van je beoordeling in samenhang met andere antwoorden of met informatie uit het dossier. Niet elk antwoord dat in de vragenlijst als “bijzonderheid” wordt genoteerd is noodzakelijkerwijze een reden om in gesprek te gaan.

 (uitroepteken) = steeds reden tot gesprek of onderzoek (op vraag van de leerling/op uitnodiging van het CLB omwille van een zorgwekkend antwoord).

1 (gez)	Voel je je gezond																				
	<table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">3</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">5</td> <td style="text-align: center;">6</td> <td style="text-align: center;">7</td> <td style="text-align: center;">8</td> <td style="text-align: center;">9</td> <td style="text-align: center;">10</td> </tr> <tr> <td colspan="9">Helemaal niet</td> <td style="text-align: right;">Helemaal gezond</td> </tr> </table>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Helemaal niet									Helemaal gezond
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10												
Helemaal niet									Helemaal gezond												
2 (lic)	Kun je de dingen die je wilt doen, doen zonder lichamelijke klachten (bijvoorbeeld hoofdpijn, buikpijn, rugpijn)?																				
	Altijd Meestal wel Meestal niet Nooit																				
2b (lic)	Je hebt last van lichamelijke klachten. Heb je hierover vragen voor de CLB-arts? <i>(enkel voor lln met antwoord ‘meestal niet’ of ‘nooit’ op vraag 2)</i>																				
	<input type="checkbox"/> Ja Nee																				
3 (lic)	Kun je goed zien? (als je een bril/lenzen draagt, kun je met je bril/lenzen alles goed zien?)																				
	Ja <i>(indien ‘ja’ wordt vraag 4 overgeslagen)</i> Nee																				
4 (lic)	Wil je dat je ogen getest worden? <i>(enkel voor lln. die ‘nee’ op vraag 3 antwoorden)</i>																				
	<input type="checkbox"/> Ja Nee																				
5a (lic)	Kun je goed horen?																				
	Ja Nee																				
5b (lic)	Heb je na het luisteren naar muziek wel eens last van je gehoor? (bijvoorbeeld een piep in je oren, een doof gevoel, minder goed kunnen horen)																				
	Nooit Soms Vaak Altijd																				
7a (gev)	Voel je je fit overdag?																				
	<table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">3</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">5</td> <td style="text-align: center;">6</td> <td style="text-align: center;">7</td> <td style="text-align: center;">8</td> <td style="text-align: center;">9</td> <td style="text-align: center;">10</td> </tr> <tr> <td colspan="9">Nooit</td> <td style="text-align: right;">Altijd</td> </tr> </table>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Nooit									Altijd
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10												
Nooit									Altijd												

7b (gev)	Als je 's avonds gaat slapen, val je dan binnen een uur in slaap?
	<p>1 2 3 4 5 6 7 8 9 10</p> <p>Nooit Altijd</p>
8a (lic)	Heb je je maandstonden al eens gehad? <i>Deze vraag verschijnt enkel bij meisjes</i>
	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee, ik heb mijn maandstonden nog niet <i>(door naar vraag 8c)</i>
8b (lic)	Als je je maandstonden hebt, kun je dan doen wat je anders ook doet (zoals sporten, naar school gaan)?
	<p>1 2 3 4 5 6 7 8 9 10</p> <p>Nooit Altijd</p>
8b (lic)	Tijdens het onderzoek van het CLB zal de arts het hebben over maandstonden. Heb je hier vragen over voor de CLB-arts? <i>Deze vraag verschijnt enkel bij meisjes</i>
	<input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nee
9 (lic)	Heb je ziektes, klachten of problemen waar je last van hebt?
	<input type="checkbox"/> Astma <input type="checkbox"/> Langdurige vermoeidheid <input type="checkbox"/> Diabetes (suikerziekte) <input type="checkbox"/> Buikklachten langer dan 3 maanden <input type="checkbox"/> Migraine of regelmatig ernstige hoofdpijn <input type="checkbox"/> Epilepsie <input type="checkbox"/> Een aangeboren aandoening <input type="checkbox"/> ADHD /ADD <input type="checkbox"/> Dyslexie/dyscalculie/dysorthografie <input type="checkbox"/> Autismespectrumstoornis (ASS) <input type="checkbox"/> Anorexia, boulimia nervosa of een andere eetstoornis <input type="checkbox"/> Anders, namelijk: <input type="checkbox"/> Ik heb geen ziekte of klacht <i>(door naar vraag 12)</i>
10 (lic)	Heb je vragen over je ziekte of klacht?
	<input type="checkbox"/> Ik heb geen vragen <input type="checkbox"/> Ik heb vragen voor de CLB-arts
11 (lic)	Gebruik je geneesmiddelen?
	<input type="checkbox"/> Ja, namelijk <input type="checkbox"/> Nee <i>(door naar 12)</i>
11b(lic)	Heb je vragen over de geneesmiddelen die je gebruikt?
	<input type="checkbox"/> Ik heb geen vragen <input type="checkbox"/> Ik heb vragen voor de CLB-arts
12(gez)	Hoeveel dagen ben je de laatste 4 weken dat er school was thuis gebleven of ben je niet op school geraakt?
	<input type="checkbox"/> geen enkele dag <input type="checkbox"/> 1 tot 3 dagen <input type="checkbox"/> 4 of 5 dagen <input type="checkbox"/> meer dan 5 dagen
13 (rel)	Hoe vind je het op school?
	<p>1 2 3 4 5 6 7 8 9 10</p>

	Vreselijk									Erg leuk
14 (rel)	Hoeveel plezier heb je met andere jongeren?									
	<p style="text-align: center;">_____</p> <p style="text-align: center;">1 2 3 4 5 6 7 8 9 10</p> <p style="text-align: center;">Geen plezier Heel veel plezier</p>									
15 (rel)	Hoe vaak ben je de afgelopen drie maanden gepest (zowel direct als via internet/GSM)?									
	<input type="checkbox"/> Nooit <input type="checkbox"/> Minder dan 2 keer per maand <input type="checkbox"/> Ongeveer 1 keer per week <input type="checkbox"/> Meerdere keren per week									
16 (rel)	Hoe vaak heb je de afgelopen drie maanden meegedaan aan pesten van een andere jongere (zowel direct als via internet/GSM)?									
	<input type="checkbox"/> Nooit <input type="checkbox"/> Minder dan 2 keer per maand <input type="checkbox"/> Ongeveer 1 keer per week <input type="checkbox"/> Meerdere keren per week									
17 (gev)	De volgende vragen gaan over hoe je je in de afgelopen vier weken hebt gevoeld.									
	Vul bij elke vraag in wat het beste aansluit bij jou.									
		voortdurend	meestal	vaak	soms	zelden	nooit			
	Voelde je je zenuwachtig?	0 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	8 <input type="checkbox"/>	12 <input type="checkbox"/>	16 <input type="checkbox"/>	20 <input type="checkbox"/>			
	Voelde je je kalm en rustig?	20 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	0 <input type="checkbox"/>			
	Voelde je je depri en somber?	0 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	20 <input type="checkbox"/>			
	Voelde je je gelukkig?	20 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	0 <input type="checkbox"/>			
	Zat je zo erg in de put dat niets je kon opvrolijken?	0 <input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	20 <input type="checkbox"/>			
	score 45-60 score <45									
18 (rel)	Soms zitten jongeren in moeilijke situaties. Welk antwoord op de volgende stellingen past het best bij jou? Ik word geschopt, geslagen of op een andere manier mishandeld en heb daar last van.									
	<input type="checkbox"/> Nooit <input type="checkbox"/> Vroeger wel, maar nu niet meer. <input type="checkbox"/> Wel eens <input type="checkbox"/> Vaak <input type="checkbox"/> Ik wil deze vraag liever niet beantwoorden									
19 (rel)	Welk antwoord op de volgende stelling past het best bij jou? Ik word genegeerd, uitgescholden of buitengesloten en ik heb daar last van.									
	<input type="checkbox"/> Nooit <input type="checkbox"/> Vroeger wel, maar nu niet meer. <input type="checkbox"/> Wel eens <input type="checkbox"/> Vaak <input type="checkbox"/> Ik wil deze vraag liever niet beantwoorden									
19b(gev)	Maak je je zorgen of heb je vragen over hoe het met je gaat?									
	<input type="checkbox"/> Ik heb geen vragen									

	<input type="checkbox"/> Ik heb hier vragen over voor een medewerker van het CLB. Als je wil, kan je de vraag hier al noteren:.....																						
19c(gev)	Hoe tevreden ben jij met wie je bent?																						
	<table style="width:100%; border:none;"> <tr> <td style="text-align:center;">1</td> <td style="text-align:center;">2</td> <td style="text-align:center;">3</td> <td style="text-align:center;">4</td> <td style="text-align:center;">5</td> <td style="text-align:center;">6</td> <td style="text-align:center;">7</td> <td style="text-align:center;">8</td> <td style="text-align:center;">9</td> <td style="text-align:center;">10</td> </tr> <tr> <td colspan="8">helemaal niet tevreden</td> <td colspan="2">heel tevreden</td> </tr> </table>			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	helemaal niet tevreden								heel tevreden	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10														
helemaal niet tevreden								heel tevreden															
20 (gev)	Hoe tevreden ben jij met hoe je eruit ziet (bv. je lichaamsvormen, je lengte, gelaatskenmerken of andere lichaamskenmerken)?																						
	<table style="width:100%; border:none;"> <tr> <td style="text-align:center;">1</td> <td style="text-align:center;">2</td> <td style="text-align:center;">3</td> <td style="text-align:center;">4</td> <td style="text-align:center;">5</td> <td style="text-align:center;">6</td> <td style="text-align:center;">7</td> <td style="text-align:center;">8</td> <td style="text-align:center;">9</td> <td style="text-align:center;">10</td> </tr> <tr> <td colspan="8">helemaal niet tevreden</td> <td colspan="2">heel tevreden</td> </tr> </table>			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	helemaal niet tevreden								heel tevreden	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10														
helemaal niet tevreden								heel tevreden															
21 (gez)	De volgende stellingen gaan over je eetgewoontes en over wat gewicht met je doet. Kruis telkens het hokje aan dat het beste bij je past. Totaalscore 1 of 2 Totaalscore 3, 4 of 5																						
	Ik ben best tevreden met mijn eetgewoontes	<input type="checkbox"/> Ja, meestal wel <i>Score 0</i>	<input type="checkbox"/> Nee, meestal niet <i>Score 1</i>																				
	Mijn gewicht heeft invloed op hoe ik me voel	<input type="checkbox"/> Ja, meestal wel <i>Score 1</i>	<input type="checkbox"/> Nee, meestal niet <i>Score 0</i>																				
	Ik eet wel eens in het geheim omdat ik me schaam als anderen me zien eten	<input type="checkbox"/> Ja <i>Score 1</i>	<input type="checkbox"/> Nee <i>Score 0</i>																				
	Ik heb problemen met eten (<i>te veel eten of juist weinig willen eten</i>)	<input type="checkbox"/> Ja <i>Score 1</i>	<input type="checkbox"/> Nee <i>Score 0</i>																				
	Ik denk veel na over wat ik wel en wat ik niet eet	<input type="checkbox"/> Ja <i>Score 1</i>	<input type="checkbox"/> Nee <i>Score 0</i>																				
22 (gez)	Heb je vragen over je gewicht of je lengte? <input type="checkbox"/> Ik heb geen vragen <input type="checkbox"/> Ik heb vragen voor de CLB-arts																						
23 (gez)	Hoeveel dagen van de week beweeg je minimaal één uur als je alles bij elkaar optelt? (sporten bij een club, op straat, op school en fietsen naar school,....) Met 'bewegen' bedoelen we hier: bewegen waardoor je (wat) sneller gaat ademen.																						
	<input type="checkbox"/> Geen enkele dag <input type="checkbox"/> 1 dag <input type="checkbox"/> 2 dagen <input type="checkbox"/> 3 dagen <input type="checkbox"/> 4 dagen <input type="checkbox"/> 5 dagen <input type="checkbox"/> 6 dagen <input type="checkbox"/> 7 dagen																						
23b (gez)	Vraag wordt enkel gesteld indien antwoord op 23 > 4																						
	Hoeveel dagen in de week beweeg je meer dan 2 uur per dag?																						
	<input type="checkbox"/> Geen enkele dag <input type="checkbox"/> 1 dag <input type="checkbox"/> 2 dagen <input type="checkbox"/> 3 dagen																						

	<input type="checkbox"/> 4 dagen <input type="checkbox"/> 5 dagen <input type="checkbox"/> 6 dagen <input type="checkbox"/> 7 dagen
	<input type="checkbox"/> Geen enkele dag <input type="checkbox"/> 1 dag <input type="checkbox"/> 2 dagen <input type="checkbox"/> 3 dagen <input type="checkbox"/> 4 dagen <input type="checkbox"/> 5 dagen <input type="checkbox"/> 6 dagen <input type="checkbox"/> 7 dagen
23c (gez)	Heb je vragen over je eet- of beweeggewoontes?
	<input type="checkbox"/> Ik heb geen vragen <input type="checkbox"/> Ik wil graag informatie via internet (je vindt de informatie via checkheteven.be na het doorlopen van alle vragen) <input type="checkbox"/> Ik heb vragen voor de verpleegkundige/arts van het CLB
24 (adg)	Drink je alcohol (bier, wijn, sterkedrank, aperitief,...)?

Een totaal van 2 of 3 bijzonderheden voor vragen 25, 26 en 27 is reden voor een gesprek.

25(adg)	Kijk even terug naar de afgelopen maand. Hoe vaak heb je (één of meerdere glazen) alcohol gedronken? We bedoelen het aantal gelegenheden, zoals een feestje of uitgaan of thuis.
	<input type="checkbox"/> 0 keer <input type="checkbox"/> 1 tot 2 keer <input type="checkbox"/> 3 tot 5 keer <input type="checkbox"/> 6 tot 10 keer <input type="checkbox"/> meer dan 10 keer
26(adg)	Hoeveel glazen alcohol drink je meestal per keer?
	<input type="checkbox"/> 0 glazen <input type="checkbox"/> 1-2 glazen per keer <input type="checkbox"/> 3-4 glazen per keer <input type="checkbox"/> 5-6 glazen per keer <input type="checkbox"/> meer dan 6 glazen per keer
27(adg)	Kijk even terug naar de afgelopen maand. Heb je dan 4 (meisjes)/ 6 (jongens) of meer glazen alcohol gedronken in 2 uur tijd?
	<input type="checkbox"/> neen <input type="checkbox"/> ja
28(adg)	Wat past het best bij jou?
	<input type="checkbox"/> Ik wil evenveel alcohol blijven drinken <input type="checkbox"/> Ik wil wel minder alcohol gaan drinken, maar nu nog niet <input type="checkbox"/> Ik wil vandaag nog beginnen om minder alcohol te drinken <input type="checkbox"/> Ik drink nu helemaal geen alcohol meer
29 (adg)	Rook je of gebruik je de e-sigaret? Er zijn meerdere antwoorden mogelijk.
	<input type="checkbox"/> Ik rook niet <input type="checkbox"/> Ik gebruik de waterpijp <input type="checkbox"/> Ik rook sigaretten/tabak <input type="checkbox"/> Ik gebruik de e-sigaret
30 (adg)	Hoe vaak rook je sigaretten of tabak? <i>(deze vraag verschijnt enkel als antwoord op vraag 29 'ik rook sigaretten/tabak')</i>

	<input type="checkbox"/> Elke dag <input type="checkbox"/> Eén of meer keer per week Eén of meer keer per maand
31 (adg)	Wat past het best bij jou? <i>(deze vraag verschijnt enkel als antwoord op vraag 29 'ik rook sigaretten/tabak' is)</i>
	<input type="checkbox"/> Ik wil niet stoppen met roken <input type="checkbox"/> Ik wil wel stoppen met roken, maar nu nog niet <input type="checkbox"/> Ik wil vandaag nog stoppen met roken Ik ben al gestopt met roken
31b(adg)	Heb je vragen over roken?
	<input type="checkbox"/> Ik heb geen vragen <input type="checkbox"/> Ik wil graag informatie via internet <i>(je vindt de informatie via checkheteven.be na het doorlopen van alle vragen)</i> Ik heb vragen voor de verpleegkundige/arts van het CLB
32 (adg)	Heb je ooit al cannabis (hasj of wiet) gebruikt?
	<input type="checkbox"/> Ja Nee
33 (adg)	Hoe vaak heb je hasj of wiet gebruikt in de laatste maand?
	<input type="checkbox"/> 0 keer <input type="checkbox"/> 1 keer <input type="checkbox"/> 2 tot 4 keer <input type="checkbox"/> Meer dan 4 keer
34 (adg)	Wat past het beste bij jou?
	<input type="checkbox"/> Ik wil evenveel cannabis blijven gebruiken <input type="checkbox"/> Ik wil wel minder cannabis gaan gebruiken, maar nu nog niet <input type="checkbox"/> Ik wil vandaag nog beginnen met minder cannabis te gebruiken Ik gebruik geen cannabis meer
35 (adg)	Heb je ooit al andere illegale drugs gebruikt (zoals XTC, cocaïne, speed, amfetaminen, paddo's)?
	<input type="checkbox"/> Ja Nee
37 (adg)	Hoe vaak heb je het laatste jaar deze drugs gebruikt (zoals XTC, cocaïne, speed, amfetaminen, paddo's)?
	<input type="checkbox"/> 0 keer <input type="checkbox"/> 1 keer <input type="checkbox"/> 2 - 4 keer <input type="checkbox"/> meer dan 4 keer
38 (adg)	Hoeveel tijd besteed je gemiddeld aan gamen? Met games bedoelen we elektronische spelletjes op consoles (Xbox, PS,...), op PC, op draagbare consoles (Nintendo DS, PSvitae,...) of op smartphone; en dit zowel online als offline.
	<input type="checkbox"/> geen, ik game niet <input type="checkbox"/> minder dan 4 uur per week <input type="checkbox"/> 4 tot 7 uur per week <input type="checkbox"/> 7 tot 14 uur per week <input type="checkbox"/> meer dan 14 uur per week

39 (adg)	Hoeveel tijd besteed je gemiddeld aan sociale media? <input type="checkbox"/> Bij sociale media denken we aan YouTube, Instagram, WhatsApp, Facebook, ...
	<input type="checkbox"/> geen, ik gebruik geen sociale media <input type="checkbox"/> minder dan 4 uur per week
	<input type="checkbox"/> 4 tot 7 uur per week <input type="checkbox"/> 7 tot 14 uur per week <input type="checkbox"/> meer dan 14 uur per week

Als 38 en 39 beiden 'nul' zijn, worden vragen 40 en 41 niet gesteld.

40 (adg)	De volgende vragen gaan over gamen en je gebruik van sociale media. Vul bij elke vraag in wat het beste bij jou past. <i>Risicovol gebruik: gemiddelde score meer dan 2</i>					
		nooit	zelden	soms	vaak	zeer vaak
	Hoe vaak vind je het moeilijk om met sociale media of met gamen te stoppen?	0	1	2	3	4
	Hoe vaak zeggen anderen (bijvoorbeeld vrienden of ouders) dat je minder zou moeten gamen of sociale media gebruiken?	0	1	2	3	4
	Hoe vaak ga je liever gamen of op sociale media dan dat je in het echt tijd met anderen doorbrengt?	0	1	2	3	4
	Hoe vaak voel je je onrustig, gestrest of geïrriteerd omdat je niet kunt gamen of op sociale media kan?	0	1	2	3	4
	Hoe vaak maak je huiswerk snel en slordig af om te kunnen gamen of op sociale media te kunnen?	0	1	2	3	4
	Hoe vaak ga je gamen of op sociale media omdat je je rot voelt?	0	1	2	3	4
	Hoe vaak slaap je niet genoeg door te gamen of doordat je op sociale media zit?	0	1	2	3	4
41 (adg)	Heb je vragen over gamen of over je gebruik van sociale media?					
	<input type="checkbox"/> Ik heb geen vragen <input type="checkbox"/> Ik wil graag informatie via internet <i>(je vindt de informatie via checketeven.be na het doorlopen van alle vragen)</i> <input type="checkbox"/> Ik wil mijn vraag bespreken met de verpleegkundige/arts van het CLB					
42 (adg)	Als je nog iets moet (terug)betalen, dan heb je schulden. Hoeveel schulden heb je (bv bij vrienden, ouders, internetgames, telefoonrekening)?					
	<input type="checkbox"/> Geen <input type="checkbox"/> 0-10 euro <input type="checkbox"/> 10-50 euro <input type="checkbox"/> 50-100 euro <input type="checkbox"/> Meer dan 100 euro					

43 (sek)	Ik heb vragen of maak me zorgen over mijn lichaam, liefde, relaties en/of seks (bijvoorbeeld over online daten, de eerste keer, praten met je lief, uiteen gaan, onzekerheid, ...)
----------	---

Welk van de antwoorden op de stellingen 43 tot 45 past het beste bij jou?

43 (sek)	Ik heb vragen of maak me zorgen over mijn lichaam, liefde, relaties en/of seks (bijvoorbeeld over online daten, de eerste keer, praten met je lief, uiteen gaan, onzekerheid, ...)
	<input type="checkbox"/> Ik heb geen vragen Ik wil graag informatie via internet (je vindt de informatie via checkheteven.be na het doorlopen van alle vragen) <input type="checkbox"/> Ik wil mijn vraag bespreken met de verpleegkundige of arts van het CLB
44 (sek)	Ik heb vragen of maak me zorgen over anticonceptie (bijvoorbeeld condooms, de pil), zwangerschap of zwangerschapstest.
	<input type="checkbox"/> Ik heb geen vragen Ik wil graag informatie via internet (je vindt de informatie via checkheteven.be na het doorlopen van alle vragen) <input type="checkbox"/> Ik wil mijn vraag bespreken met de verpleegkundige of de arts van het CLB
45 (sek)	Ik heb vragen over tot wie ik me aangetrokken voel (meisjes, jongens, beiden). Of over het geslacht waarmee ik me identificeer (bijv. meisje, jongen, non-binair, genderfluide).
	<input type="checkbox"/> Ik heb hier geen vragen over <input type="checkbox"/> Ik wil graag informatie via internet (je vindt de informatie via checkheteven.be na het doorlopen van alle vragen) <input type="checkbox"/> Ik wil mijn vraag bespreken met de verpleegkundige of de arts van het CLB
46 (sek)	Heeft iemand wel eens tegen jouw zin sexy foto's of filmpjes van jou verspreid (bijv. op internet gezet of via de telefoon naar anderen gestuurd)?
	<input type="checkbox"/> Nee <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Ik wens deze vraag niet te beantwoorden
47 (sek)	Heeft iemand je wel eens tegen je wil in op een intieme manier aangeraakt of je hiertoe gedwongen? (denk aan strelen, zoenen, seks)
	<input type="checkbox"/> Nee <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Deze vraag wil ik niet beantwoorden
48 (sek)	De volgende vragen gaan over enkele risico's van seksualiteit. Ze verschijnen enkel bij jongeren die seksueel actief zijn geweest. Daarom vragen we ernaar. Ben je al eens seksueel actief geweest (d.w.z. dat je lichamelijk contact had met iemand waarbij penis of vagina is aangeraakt)?
	<input type="checkbox"/> Nee (naar vraag 55) <input type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Ik wil deze vraag niet beantwoorden (naar vraag 55)
52 (sek)	Ik heb wel eens iets gedaan om iemand seksueel te bevredigen om geld of andere dingen te krijgen.
	<input type="checkbox"/> Nooit <input type="checkbox"/> Eén enkele keer <input type="checkbox"/> Regelmatig
53 (sek)	Ik heb wel eens geld of andere dingen gegeven (of moet het nog doen) om me seksueel te bevredigen.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	geen vertrouwen									
	veel vertrouwen									
61	Kwam je vraag niet aan bod in deze vragenlijst? Noteer deze dan hier. Zo ben je zeker dat de verpleegkundige of de arts dit met jou bespreekt tijdens het onderzoek van het CLB.									
	<input type="checkbox"/> Ik heb geen extra vraag <input type="checkbox"/> Ik heb nog een vraag voor het CLB, namelijk:									
62	Deze vragenlijst is nieuw. Als je nog een opmerking of tip hebt over de film, de vragenlijst of de uitleg erover, dan horen wij dat graag! Schrijf hier gerust jouw idee.									
	Jouw tip of opmerking:									

BIJLAGE 5: VERDELING VAN GESPREKSITEMS INDIEN CONSULT DOOR ARTS EN VERPLEEGKUNDIGE WORDT UITGEVOERD

Onderwerp waarvoor altijd een gesprek/onderzoek wordt aangeboden	discipline
De leerling stelt een vraag	
De leerling kan niet alle dingen doen die hij wil zonder lichamelijke klachten en heeft daar vragen over	arts
De leerling vraagt dat de ogen getest worden	verpleegkundige
De leerling heeft vragen over de menstruatie	arts
De leerling heeft vragen over een ziekte of klacht	arts
De leerling heeft een vraag over een geneesmiddel dat hij gebruikt	arts
De leerling maakt zich zorgen of heeft vragen over hoe het met hem gaat	verpleegkundige*
De leerling heeft vragen over het gewicht of de lengte	arts
De leerling heeft vragen over 'eet- of beweeggewoontes'	verpleegkundige*
De leerling heeft een vraag over roken	Verpleegkundige
De leerling heeft vragen over gamen of over sociale media	verpleegkundige*
De leerling maakt zich zorgen of heeft vragen over 'mijn lichaam, liefde, relaties en/of seks'	verpleegkundige*
De leerling maakt zich zorgen of heeft vragen over 'anticonceptie, zwangerschap en zwangerschapstest'	verpleegkundige*
De leerling heeft vragen over geaardheid of over gender	verpleegkundige*
De leerling wenst te praten over een gebeurtenis waar die veel mee bezig is	Verpleegkundige*
Zorgwekkend signaal van de leerling	
De leerling scoort <45 op de vraag hoe hij zich de laatste 4 weken voelde	arts
De leerling wordt wel eens/vaak geschopt, geslagen of op een andere manier mishandeld	arts
De leerling wordt vaak gekleineerd, uitgescholden of buitengesloten	arts
De leerling is niet tevreden met wie hij is (score 1-3)	arts
De leerling geeft signalen die suggestief zijn voor een eetprobleem (score 3 of meer in matrix)	arts
De leerling geeft signalen van zorgwekkend alcoholgebruik	arts
De leerling gebruikte >1 keer cannabis in de laatste maand	arts
De leerling gebruikte een andere illegale drug in het laatste jaar	arts
De leerling geeft ongewenste sexting	arts
De leerling geeft ongewenste intimiteiten aan	arts
De leerling geeft aan vergoed te worden of te vergoeden voor seks	arts
De leerling geeft aan weinig vertrouwen te hebben in de toekomst (score 1-3)	arts

Vlaamse Wetenschappelijke Vereniging voor Jeugdgezondheidszorg

De KartHuis
Tervuursevest 242C
3000 Leuven
www.vwvj.be



VLAAMSE
WETENSCHAPPELIJKE
VERENIGING VOOR
JEUGDGEZONDHEIDSZORG