



KIDSCREEN- 52 aptauja bērniem un pusaudžiem

(ar veselību saistītas dzīves kvalitātes vērtējums
bērniem un pusaudžiem 8–18 gadu vecumā)
Ravens-Sieberer, Gosch, Rajmil *et al*, 2004

| Nr. p.k. | Jautājums | | | | | |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------|----------|-----------|---------------|------------|---------|
| I | Fiziskās aktivitātes un veselība | | | | | |
| 1. | Vispārīgi, kā tu sacītu, kāda ir tava veselība? | lieliska | ļoti laba | laba | vidēja | vāja |
| 2. | Vai tu esi juties labā formā un labi? | nemaz | nedaudz | vidēji | ļoti | sevišķi |
| 3. | Vai tu esi bijis fiziski aktīvs (piem., skrienot, kāpjot kalnā, braucot ar velosipēdu) | nemaz | nedaudz | vidēji | ļoti | sevišķi |
| 4. | Vai tu esi spējis paskriet labi? | nemaz | nedaudz | vidēji | ļoti | sevišķi |
| 5. | Vai tu esi juties enerģijas pilns? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| II | Sajūtas | | | | | |
| 6. | Vai tava dzīve ir bijusi priekšplānā? | nemaz | nedaudz | vidēji | ļoti | sevišķi |
| 7. | Vai esi juties pateicīgs par to, ka esi dzīvs? | nemaz | nedaudz | vidēji | ļoti | sevišķi |
| 8. | Vai esi juties apmierināts ar dzīvi? | nemaz | nedaudz | vidēji | ļoti | sevišķi |
| 9. | Vai esi bijis labā garastāvoklī? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 10. | Vai juties priecīgs/priecīga? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 11. | Vai tev ir bijis jautri? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| III | Vispārējais garastāvoklis | | | | | |
| 12. | Vai tu esi jutis/usi, ka tev viss izdodas slikti? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 13. | Vai tu esi juties bēdīgs? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 14. | Vai tu esi juties tik slikti, ka nevēlies neko darīt? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 15. | Vai tu esi juties tā, it kā viss tavā dzīvē notiktu nepareizi? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 16. | Vai tu esi juties tā, ka viss ir apnicis? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 17. | Vai tu esi juties vientuļš? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 18. | Vai tu esi jutis, ka uz tevi izdara spiedienu? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| IV | Par sevi | | | | | |
| 19. | Vai esi bijis laimīgs par to, kāds esi? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 20. | Vai esi bijis laimīgs par savu apģērbu? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 21. | Vai esi uztraucies par to, kā izskaties? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 22. | Vai esi izjutis skaudību par to, kā izskatās citi zēni un meitenes? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 23. | Vai tu vēlētos kaut ko izmainīt savā ķermenī? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| V | Brīvais laiks | | | | | |
| 24. | Vai tev ir bijis pietiekoši daudz laika, ko veltīt sev? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 25. | Vai tev ir bijusi iespēja nodarboties ar to ko vēlies savā brīvajā laikā? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 26. | Vai tev bija pietiekoši daudz iespēju atrasties laukā? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 27. | Vai tev pietiek laika, lai satiktos ar draugiem? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 28. | Vai tu esi spējis pats izlemt, ko darīt brīvajā laikā? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |

| | | | | | | |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------|---------|---------------|------------|------------------|
| VI | Ģimenes un mājas dzīve | | | | | |
| 29. | Vai tavi vecāki ir sapratuši tevi? | nemaz | nedaudz | vidēji | ļoti | vairāk nekā ļoti |
| 30. | Vai tu esi juties savu vecāku mīlēts? | nemaz | nedaudz | vidēji | ļoti | vairāk nekā ļoti |
| 31. | Vai tu mājās esi juties laimīgs? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 32. | Vai taviem vecākiem ir bijis pietiekoši daudz laika, ko veltīt tev? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 33. | Vai vecāki pret tevi ir izturējušies godīgi? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 34. | Vai tu esi varējis izrunāties ar vecākiem, kad tu to vēlējies? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| VII | Nauda | | | | | |
| 35. | Vai tev ir bijis pietiekoši daudz naudas, lai darītu to pašu ko tavi draugi? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 36. | Vai tev ir pieticis naudas savām izmaksām? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 37. | Vai tev ir bijis pietiekoši daudz naudas lai izklaidētos kopā ar saviem draugiem? | nemaz | nedaudz | vidēji | ļoti | sevišķi |
| VIII | Draugi | | | | | |
| 38. | Vai tu esi pavadījis laiku kopā ar saviem draugiem? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 39. | Vai esi veicis kādu uzdevumu kopā ar citām meitenēm un zēniem? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 40. | Vai tev ir bijis jautri ar saviem draugiem? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 41. | Vai tu un tavi draugi esat palīdzējuši viens otram? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 42. | Vai tu esi varējis ar saviem draugiem runāt par visu? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 43. | Vai tu esi varējis pajauties uz saviem draugiem? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| IX | Skola | | | | | |
| | Skola un mācīšanās | | | | | |
| 44. | Vai skolā tu esi juties laimīgs? | nemaz | nedaudz | vidēji | ļoti | sevišķi |
| 45. | Vai tev skolā ir gājis labi? | nemaz | nedaudz | vidēji | ļoti | sevišķi |
| 46. | Vai tu esi bijis apmierināts ar saviem skolotājiem? | nemaz | nedaudz | vidēji | ļoti | sevišķi |
| 47. | Vai Tu esi varējis pievērst sev uzmanību? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 48. | Vai esi priecājies par iešanu uz skolu? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 49. | Vai esi labi sapraties ar saviem skolotājiem? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| X | Apcelšana | | | | | |
| 50. | Vai tev ir bijis bail no citiem zēniem un meitenēm? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 51. | Vai citas meitenes un zēni par tevi ir uzjautrinājušies? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |
| 52. | Vai citas meitenes un zēni ir izturējušies pret tevi aizskaroši? | nekad | reti | diezgan bieži | ļoti bieži | vienmēr |

Komentāri: