



KIDSCREEN-27

Spurningalisti um heilsu og líðan barna og unglinga

Foreldraútgáfa

Dagur Mánudur Ár

Kæra foreldri

Hvernig hefur barnið þitt það? Hvernig líður því? Þetta er það sem okkur langar til að þú segir okkur.

Vinsamlegast svaraðu eftirfarandi spurningum eins vel og þú getur. Gættu þess að svörin endurspegli viðhorf barnsins þíns. Reyndu að muna hvernig síðasta vika var áður en þú svarar.

1. Hreyfiathafnir og heilsa

Hvernig lýsir barnið þitt heilsu sinni yfirleitt?

1.

- ☐ Frábær
- ☐ Mjög góð
- ☐ Góð
- ☐ Sæmileg
- ☐ Léleg

Ef þú hugsar um síðustu viku...

2.

Var barnið þitt hraust og leið því vel?

alls ekki svolítið miðlungs mjög ákaflega

alls ekki svolítið miðlungs mjög ákaflega

☐☐☐☐☐

3.

Var barnið þitt líkamlega virkt (t.d. við að hlaupa, klífra, hjóla)?

alls ekki svolítið miðlungs mjög ákaflega

☐☐☐☐☐

4.

Átti barnið þitt auðvelt með að hlaupa?

alls ekki svolítið miðlungs mjög ákaflega

☐☐☐☐☐

Ef þú hugsar um síðustu viku...

5.

Var barnið þitt orkumikið?

aldrei sjaldan nokkuð oft mjög oft alltaf

☐☐☐☐☐

2. Almenn líðan og um barnið sjálft

Ef þú hugsar um síðustu viku...

1.

Fannst barninu þínu gaman að lifa?

alls ekki svolítið miðlungs mjög ákaflega

alls ekki svolítið miðlungs mjög ákaflega

☐☐☐☐☐

Ef þú hugsar um síðustu viku...

2.

Var barnið þitt í góðu skapi?

aldrei sjaldan nokkuð oft mjög oft alltaf

☐☐☐☐☐

3.

Fannst barninu þínu gaman?

aldrei sjaldan nokkuð oft mjög oft alltaf

☐☐☐☐☐

Ef þú hugsar um síðustu viku...

	aldrei	sjaldan	nokkuð oft	mjög oft	alltaf
4. Var barnið þitt leitt?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Leið barninu þínu svo illa að það langaði ekki að gera neitt?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Var barnið þitt einmana?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Var barnið þitt ánægt með sig eins og það er?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

3. Fjölskylda og frjáls tími

Ef þú hugsar um síðustu viku...

	aldrei	sjaldan	nokkuð oft	mjög oft	alltaf
1. Hafði barnið þitt nægan tíma fyrir sig sjálf?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Gat barnið þitt gert það sem það langaði að gera í frítíma sínum?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Fannst barninu þínu foreldrar (foreldri) þess hafa nægan tíma fyrir sig?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Fannst barninu þínu foreldrar (foreldri) þess koma vel fram við sig?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Gat barnið þitt rætt við foreldra sína (foreldri) þegar það vildi?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Hafði barnið þitt næga peninga til að gera það sama og vinir þess?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Fannst barninu þínu það hafa næga peninga til að borga það sem það þurfti?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

4. Vinir

Ef þú hugsar um síðustu viku...

	aldrei	sjaldan	nokkuð oft	mjög oft	alltaf
1. Eyddi barnið þitt tíma með vinum sínum?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Hafði barnið þitt það skemmtilegt með vinum sínum?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Hjálpuðust barnið þitt og vinir þess að?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Gat barnið þitt treyst á vini sína?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

5. Skóli og nám

Ef þú hugsar um síðustu viku...

	alls ekki	svolítið	miðlungs	mjög	ákaflega
1. Var barnið þitt ánægt í skólanum?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Gekk barninu þínu vel í skólanum?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Ef þú hugsar um síðustu viku...

	aldrei	sjaldan	nokkuð oft	mjög oft	alltaf
3. Gat barnið þitt einbeitt sér?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Voru samskipti barnsins við kennarana góð?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>