

Inventaris van psychische klachten bij jongeren

Deze verkennende vragenlijst, die de jongere zelf invult, loopt de belangrijkste gebieden langs waarop jongeren op deze leeftijd vastlopen: stemming, stress en schooldruk, zelfbeeld en lichaamsbeeld, vrienden en pesten, gezin, school, schermen en slaap. Ze dient als houvast voor het eerste gesprek om de moeilijkheden op te sporen die als eerste aandacht vragen, ook die waar de jongere niet uit zichzelf over begint.

Aantal vragen	28 vragen
Geschatte duur	7 minuten
Taal	Nederlands
Oorspronkelijke naam	Teen Distress Inventory
Doelgroep	Jongeren van 12 tot 17 jaar
Categorie	Depressie, Adolescenten, Angst

Voorbeeld van de 28 vragen

Hoe vaak was dit de afgelopen maand op jou van toepassing?

Ik voel me verdrietig of down.

Nooit | Zelden | Soms | Vaak | Heel vaak

Hoe vaak was dit de afgelopen maand op jou van toepassing?

Ik stress over cijfers, toetsen of examens.

Nooit | Zelden | Soms | Vaak | Heel vaak

Hoe vaak was dit de afgelopen maand op jou van toepassing?

Ik vind mezelf lelijk.

Nooit | Zelden | Soms | Vaak | Heel vaak

Hoe vaak was dit de afgelopen maand op jou van toepassing?

In de pauzes op school sta ik alleen.

Nooit | Zelden | Soms | Vaak | Heel vaak

Hoe vaak was dit de afgelopen maand op jou van toepassing?

Ik krijg ruzie met mijn ouders.

Nooit | Zelden | Soms | Vaak | Heel vaak

Neem je vragenlijsten online af

Stuur je patiënt een link: die antwoordt via telefoon of computer, en jij ontvangt de gescoorde resultaten per e-mail.

Bekijk de vragenlijst op mentaal.org ›

Scoring en interpretatie

Scoring

Elk item wordt gescoord van 0 (nooit) tot 4 (heel vaak), afhankelijk van hoe vaak het de afgelopen maand van toepassing was. Elk domein bestaat uit 4 items die over de vragenlijst verspreid zijn, wat een score van 0 tot 16 geeft.

Interpretatie van het profiel

Er is geen totaalscore: de domeinen worden gerangschikt van het meest naar het minst uitgesproken, elk met een omschrijving en de punten die in het gesprek verkend kunnen worden. Het profiel onderscheidt de ervaren klachten (stemming, stress, zelfbeeld) van de omgevingen waarin ze spelen (vrienden, gezin, school) en van de leefgewoontes (schermen en slaap). Een uitgesproken domein “Vrienden en pesten” is een reden om na te gaan of er op dit moment wordt gepest; bij een uitgesproken domein “School” gaat het erom angstige schoolweigering te onderscheiden van afnemende betrokkenheid bij school.

Aandachtspunten

De vragenlijst bevat geen vragen over suïcidale gedachten, zelfbeschadiging of middelengebruik: daar wordt in het gesprek rechtstreeks naar gevraagd, vooral als de domeinen “Stemming”, “Zelfbeeld en lichaamsbeeld” of “Vrienden en pesten” uitgesproken zijn. De jongere vult de vragenlijst bij voorkeur alleen in, zonder ouder ernaast. Geweld thuis of op school vraagt om stappen ter bescherming van het kind.

Beperkingen

Deze verkennende vragenlijst is niet psychometrisch gevalideerd en heeft geen afkapwaarden. Het instrument ondersteunt het klinische gesprek en stelt geen diagnose.

Voorbeeld van scoring

Scoring

Zelfbeeld en lichaamsbeeld 11 / 16

Een negatieve kijk op zichzelf en het eigen lichaam, zich vergelijken met anderen, vooral online, en gedrag om het gewicht onder controle te houden.

Te verkennen: wat de jongere zichzelf of het eigen lichaam verwijt, de rol van sociale media, opmerkingen of spot over het uiterlijk, lijnen, eetbuien of braken.

Ter verdieping: RSES, EAT-26.

Gezin 10 / 16

Ruzies, een gespannen sfeer, het gevoel niet begrepen te worden en harde woorden thuis.

Te verkennen: de gezinssamenstelling en waar de jongere woont, de conflicten en hoe heftig ze zijn, een scheiding van de ouders, hoe de jongere wordt behandeld, ook in een gesprek met de jongere alleen.

Stress en zorgen 9 / 16

Zorgen, ervaren druk om te presteren en lichamelijke signalen van stress.

Te verkennen: de bronnen van druk (cijfers, examens, studiekeuze, verwachtingen van ouders of van de jongere zelf), lichamelijke klachten voor toetsen, eventuele paniekaanvallen.

Ter verdieping: SCARED, MASC-2.

Vrienden en pesten 8 / 16

Isolement tussen leeftijdsgenoten, uitgelachen of buitengesloten worden, geweld en online pesten.

Te verkennen: de huidige vriendschappen, waar en door wie het pesten of geweld plaatsvindt (klas, onderweg, online), sinds wanneer, aan wie de jongere het heeft verteld en wat er is gedaan.

Ter verdieping: OBVQ-R.

Schermen en slaap 6 / 16

Schermtijd die moeilijk te beperken is, schermen laat op de avond, moeite met inslapen en vermoeidheid overdag.

Te verkennen: het gebruik (sociale media, games, video's) en wat het oplevert, de tijden van naar bed gaan en opstaan, de telefoon 's nachts op de slaapkamer, conflicten thuis over schermen.

Ter verdieping: IGDS9-SF.

School 5 / 16

Motivatieverlies, moeite om mee te komen, verzuim en angst bij de gedachte naar school te gaan.

Te verkennen: de resultaten en hoe die zich ontwikkelen, hoeveel en waarom de jongere verzuimt, wat er 's ochtends voor school gebeurt, een mogelijke leer- of aandachtsstoornis, pesten als oorzaak van het vermijden.

Ter verdieping: SCREEN, SBI.

Stemming 0 / 16

Verdriet, huilbuien, prikkelbaarheid en verveling, ook bij activiteiten die de jongere leuk vindt; bij jongeren kan een depressieve stemming zich uiten als prikkelbaarheid.

Te verkennen: sinds wanneer de stemming veranderd is, de activiteiten die zijn opgegeven, hoe de prikkelbaarheid zich thuis en op school uit, doodsgedachten, waarnaar rechtstreeks wordt gevraagd.

Ter verdieping: RCADS-25, CDI-2.

Voor deze vragenlijst zijn nog geen gevalideerde klinische of psychometrische afkapwaarden vastgesteld. De resultaten zijn daarom te beschouwen als verkennende aanwijzingen die het klinische gesprek ondersteunen, niet als diagnostische bevindingen.

Ben je psycholoog?

Met Mentaal krijg je relevante informatie om je patiënten te begeleiden.

- Gestandaardiseerde tests
- Automatische scoring
- Resultaten per e-mail

Probeer het gratis

Bekijk alle vragenlijsten

★★★★★

“Ik gebruik Mentaal nu 2 maanden en deze tool heeft mijn kijk op de zorg, en mijn agenda, totaal veranderd!”

 Lisa D. - Online psycholoog (CGT)