

Utrechtse Schaal voor Evaluatie van Revalidatie-Participatie (USER-Participatie) jeugd

versie, november 2016

Deze vragenlijst gaat over je dagelijks leven en bestaat uit vier onderdelen: (1) hoeveel tijd je besteedt aan school, studie, werk en huishouden, (2) hoe vaak je bepaalde activiteiten doet, (3) of je beperkingen in je dagelijks leven ervaart en (4) hoe tevreden je over je dagelijks leven bent.

Je kunt alle vragen beantwoorden door het antwoord te omcirkelen dat het beste bij jouw situatie past.

1A. Hoeveel uur per week ben je bezig met de volgende activiteiten?

Toelichting:

- Het gaat om een normale week, waarbij vakantie niet meetelt.

- Eventuele reistijd tel je niet mee.

Let op: Het gaat om het aantal uren per week

School of studie

Helemaal niet 1-8 uur 9-16 uur 17-24 uur 25-35 uur 36 uur of meer

Betaald werk

alle vormen van werk waarvoor je betaald wordt, ook een bijbaantje

Helemaal niet 1-8 uur 9-16 uur 17-24 uur 25-35 uur 36 uur of meer

Onbetaald werk

Actief zijn in een vereniging, buurthuis, zorgboerderij en ander vrijwilligerswerk

Helemaal niet 1-8 uur 9-16 uur 17-24 uur 25-35 uur 36 uur of meer

Huishoudelijke taken

Zoals: koken, schoonmaken, boodschappen doen, klusjes in huis doen, tuinieren

Helemaal niet 1-8 uur 9-16 uur 17-24 uur 25-35 uur 36 uur of meer

1B. Hoe vaak heb je in de afgelopen 4 weken de volgende activiteiten gedaan?

Toelichting:

- Als je bijvoorbeeld ongeveer twee keer per week een wandeling maakt is dat 8 keer in 4 weken en kies je de categorie "6-10 keer".
- Tel elke activiteit maar in één categorie mee.
- Activiteiten voor werk, school of huishouden tellen hier niet mee.

Let op: het gaat om het aantal keren in de afgelopen 4 weken

Sporten of andere lichaamsbeweging

Zoals: tennissen, fietsen, dansen, fitnessen, een stuk wandelen

Let op: fietsen naar bijv. school of werk telt niet mee

Helemaal niet 1-2 keer 3-5 keer 6-10 keer 11-18 keer 19 keer of meer

Uitgaan

Zoals: uit eten gaan, bezoeken van café, bioscoop, concert, alleen of met anderen

Helemaal niet 1-2 keer 3-5 keer 6-10 keer 11-18 keer 19 keer of meer

Andere activiteiten buitenshuis

Zoals: winkelen, evenementen bijwonen, naar strand, kerk- of moskeebezoek

Helemaal niet 1-2 keer 3-5 keer 6-10 keer 11-18 keer 19 keer of meer

Vrijtijdsbesteding thuis

Zoals: knutselen, handwerken, lezen, puzzelen, computerspelletjes doen

Helemaal niet 1-2 keer 3-5 keer 6-10 keer 11-18 keer 19 keer of meer

Op bezoek gaan bij familie of vrienden

Helemaal niet 1-2 keer 3-5 keer 6-10 keer 11-18 keer 19 keer of meer

Bezoek krijgen van familie of vrienden

Helemaal niet 1-2 keer 3-5 keer 6-10 keer 11-18 keer 19 keer of meer

Via de telefoon of computer contact hebben met andere mensen

Zoals: bellen, chatten, what's app, instagram, e-mailen

Helemaal niet 1-2 keer 3-5 keer 6-10 keer 11-18 keer 19 keer of meer

2. Word je vanwege je ziekte of aandoening, beperkt in je huidige dagelijkse leven?

Toelichting:

NVT (niet van toepassing): je doet deze activiteit niet, maar dat is niet vanwege je aandoening.

Niet mogelijk: Je doet deze activiteit niet, en dat is wel vanwege je aandoening.

Met hulp: Je doet deze activiteit gedeeltelijk zelf, maar krijgt daar hulp bij vanwege je aandoening.

Zoals: een hulp doet het zware huishoudelijk werk, je krijgt hulp van familie bij vervoer ergens naar toe en dergelijke. Het gaat zowel om betaalde hulp, als om onbetaalde hulp van familie of vrienden.

Moeite: Als je vanwege je aandoening aanzienlijk meer moeite hebt met deze activiteit.

Zoals: het kost je aanzienlijk meer tijd, je moet tussendoor uitrusten, je doet dit nu minder vaak, of minder lang of je doet dit nu in een minder belastende vorm.

Zonder moeite: je wordt niet beperkt door je ziekte/ aandoening in datgene wat je op een dag doet.

School, studie, betaald of onbetaald werk

NVT	Niet mogelijk	met hulp	met moeite	zonder moeite
-----	---------------	----------	------------	---------------

Huishoudelijke taken

Zoals: koken, schoonmaken, boodschappen doen, klusjes in huis doen, tuinieren

NVT	Niet mogelijk	met hulp	met moeite	zonder moeite
-----	---------------	----------	------------	---------------

Verplaatsen buitenshuis

Zoals: autorijden, met de bus of trein reizen, fietsen naar werk of om boodschappen te doen, lopen, scooter/brommer rijden

NVT	niet mogelijk	met hulp	met moeite	zonder moeite
-----	---------------	----------	------------	---------------

Sporten of andere lichaamsbeweging

Zoals: tennissen, fietsen, dansen, fitnesssen, een stuk wandelen

NVT	niet mogelijk	met hulp	met moeite	zonder moeite
-----	---------------	----------	------------	---------------

Uitgaan

Zoals: uit eten gaan, bezoeken van café, bioscoop, concert, alleen of met anderen

NVT	niet mogelijk	met hulp	met moeite	zonder moeite
-----	---------------	----------	------------	---------------

Dagtochtjes en andere activiteiten buitenshuis

Zoals: winkelen, evenementen bijwonen, naar strand, kerk- of moskeebezoek

NVT	niet mogelijk	met hulp	met moeite	zonder moeite
-----	---------------	----------	------------	---------------

Vrijtijdsbesteding thuis

Zoals: knutselen, handwerken, lezen, puzzelen, computerspelletjes doen

NVT	niet mogelijk	met hulp	met moeite	zonder moeite
-----	---------------	----------	------------	---------------

Je relatie met je ouders*Zoals: communicatie*

NVT	niet mogelijk	met hulp	met moeite	zonder moeite
-----	---------------	----------	------------	---------------

Op bezoek gaan bij familie of vrienden

NVT	niet mogelijk	met hulp	met moeite	zonder moeite
-----	---------------	----------	------------	---------------

Bezoek krijgen van familie of vrienden

NVT	niet mogelijk	met hulp	met moeite	zonder moeite
-----	---------------	----------	------------	---------------

Via de telefoon of computer contact hebben met andere mensen*Zoals: bellen, chatten, what's app, instagram, e-mailen*

NVT	niet mogelijk	met hulp	met moeite	zonder moeite
-----	---------------	----------	------------	---------------

3. Hoe tevreden bent je met je huidige dagelijks leven?

School betaald werk, onbetaald werk of opleiding

Let op: vul in voor de belangrijkste activiteit

Zeer ontevreden Ontevreden Neutraal Tevreden Zeer tevreden

Huishoudelijke taken

Zoals: koken, schoonmaken, boodschappen doen, klusjes in huis doen, tuinieren

Zeer ontevreden Ontevreden Neutraal Tevreden Zeer tevreden

Verplaatsen buitenshuis

Zoals: autorijden, met de bus of trein reizen, fietsen naar werk of om boodschappen te doen, lopen, scooter/brommer rijden

Zeer ontevreden Ontevreden Neutraal Tevreden Zeer tevreden

Sporten of andere lichaamsbeweging

Zoals: : tennissen, fietsen, dansen, fitnesssen, een stuk wandelen

Zeer ontevreden Ontevreden Neutraal Tevreden Zeer tevreden

Uitgaan

Zoals: uit eten gaan, bezoeken van café, bioscoop, concert, alleen of met anderen

Zeer ontevreden Ontevreden Neutraal Tevreden Zeer tevreden

Activiteiten buitenshuis

Zoals: winkelen, evenementen bijwonen, naar strand, kerk- of moskeebezoek

Zeer ontevreden Ontevreden Neutraal Tevreden Zeer tevreden

Je vrijetijdsbesteding thuis

Zoals: knutselen, handwerken, lezen, puzzelen, computerspelletjes doen

Zeer ontevreden Ontevreden Neutraal Tevreden Zeer tevreden

Je relatie met je ouders

Zeer ontevreden Ontevreden Neutraal Tevreden Zeer tevreden

Je relatie met je broers/zussen

Zeer ontevreden Ontevreden Neutraal Tevreden Zeer tevreden NVT

Je contacten met vrienden en bekenden

Zeer ontevreden Ontevreden Neutraal Tevreden Zeer tevreden