



## De COVID-19 kindcheck

### COVID-19 vragenlijst voor kinderen en ouders om impact op gezondheid te signaleren

#### Achtergrond: Weerbaarheid en gezondheid van kinderen en ouders tijdens de Corona-pandemie

Tijdens de (eerste) lockdown vanwege de Corona-pandemie is uit diverse onderzoeken gebleken dat kinderen getroffen werden door het wegvallen van onderwijs, sport, sociale contacten, ondersteuning en netwerk. Voor met name de kwetsbare kinderen had dit nadelige gevolgen op het lichamelijk, cognitief en sociaal-emotioneel functioneren<sup>1</sup>. Deze groep kinderen miste de ondersteuning en begeleiding van school en van een sociaal netwerk. Ouders waren soms niet in staat om onderwijs te geven of kinderen überhaupt te faciliteren in onderwijs. Ook meldden kinderen meer eenzaamheid en ruzies. Kinderen bewogen minder en aten minder gezond, met nadelig effect op het gewicht en het fysieke welbevinden. Gelukkig zagen we ook positieve gevolgen van de lockdown en lieten kinderen ook veerkracht zien. Het merendeel van de kinderen gaf aan meer *quality-time* met het gezin, minder prikkels, en minder bemoeizorg te ervaren.

Zolang de pandemie voortduurt, is het van belang om de negatieve gevolgen bij kinderen en gezinnen vroegtijdig te signaleren. Een groep experts heeft daarom een vragenlijst ontwikkeld die gebruikt kan worden in de spreekkamer van de arts.

De COVID-19 kindcheck vragenlijst bestaat uit een vragenlijst voor ouders en voor het kind en heeft als doel om vroegtijdig kinderen en gezinnen te signaleren waarbij de corona-maatregelen hebben geleid of kunnen leiden tot problemen in de lichamelijke of psychische gezondheid of veiligheid. Aan de hand van de antwoorden op de vragen kunnen adviezen worden gegeven, zie hiervoor bijgevoegde links. Vooral de 'c' antwoorden geven risicofactoren aan.

Daarnaast kunnen antwoorden mogelijk richting geven aan bijkomende niet somatische oorzaken van klachten waarmee kinderen een arts raadplegen. Een hulpverlener moet altijd afwegen of de negatieve invloed het gezin niet dermate ontwricht, waardoor hulpverlening noodzakelijk is. In geval van onveiligheid adviseren wij u de KNMG meldcode te volgen.

*Dr Brita de Jong-van Kempen, kinder- en jeugdarts, kinderarts sociale pediatrie, Medisch Centrum Leeuwarden*

*Drs Wendela Leeuwenburgh-Pronk, kinderarts, Amsterdam UMC, Emma Kinderziekenhuis, Amsterdam*

*Dr Machtelt Bouwman, kinderarts sociale pediatrie, Amsterdam UMC, Emma Kinderziekenhuis, Amsterdam*

*Drs Birgit Levelink, kinderarts sociale pediatrie, Maastricht UMC, Maastricht*

*Dr Karolijn Dulfer, psycholoog, ErasmusMC-Sophia Kinderziekenhuis, Rotterdam*

*Prof Dr Koen Joosten, kinderarts-intensivist, ErasmusMC-Sophia Kinderziekenhuis, Rotterdam*

Deze vragenlijst

wordt ondersteund door:



<sup>1</sup> <https://www.dvk-opinie.nl/opinie/oproep-kinder-en-jeugdartsen-alle-hens-aan-dek/>

## OUDERVRAGENLIJST

We willen u een paar vragen stellen over welke invloed het Corona-virus en de huidige maatregelen hebben op u en uw gezin.

De volgende vragen gaan over veranderingen in uw gezin en bij uw kind tijdens de Corona-periode, vanaf maart 2020 tot aan nu.

### Vragen over u en uw gezin

1. Hoeveel stress ervaart u in de huidige Corona-periode?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Geen									Extreme
Stress									Stress

2. Gaan uw gezinsleden anders met elkaar om tijdens de Corona-periode?
- Mijn gezinsleden gaan positiever met elkaar om
  - Mijn gezinsleden gaan hetzelfde als altijd met elkaar om
  - Mijn gezinsleden gaan negatiever met elkaar om, er is bijvoorbeeld meer ruzie of irritatie
  - Anders: .....
3. Hoe ervaart u de opvoeding van uw kind tijdens de Corona-periode?
- Ik ervaar geen verandering in de opvoeding van mijn kind.
  - Ik vind de opvoeding van mijn kind minder zwaar dan vóór de Corona-periode.
  - Ik vind de opvoeding van mijn kind zwaarder dan vóór de Corona-periode.
  - Anders: .....
4. Is de steun die u krijgt van anderen, zoals familie, vrienden of hulpverleners, veranderd in de Corona-periode?
- Ik krijg net zoveel steun van anderen zoals altijd.
  - Ik krijg minder steun van anderen, zoals familie en vrienden.
  - Ik krijg minder steun van hulpverleners.
  - Anders: .....
5. Is de financiële situatie van uw gezin veranderd tijdens de Corona-periode?
- Er is niets veranderd in onze financiële situatie.
  - Onze financiële situatie is slechter geworden, maar we kunnen rondkomen.
  - Onze financiële situatie is slechter geworden; we hebben moeite met rondkomen.
  - Anders: .....

## Vragen over uw kind

6. Hoeveel stress ervaart uw kind in de huidige Corona-periode?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Geen									Extreme
Stress									Stress

7. Hoe reageert uw kind op de maatregelen tijdens de Corona-periode?

- Mijn kind reageert positief op de maatregelen.
- Mijn kind reageert neutraal op de maatregelen.
- Mijn kind reageert boos, verdrietig of gefrustreerd door de maatregelen.
- Anders: .....

8. Is er iets veranderd in het eetgedrag van uw kind tijdens de Corona-periode?

- Mijn kind is gezonder gaan eten.
- Er is niets veranderd in het eetgedrag van mijn kind.
- Mijn kind is minder gezond gaan eten.
- Anders: .....

9. Is er iets veranderd in hoeveel uw kind beweegt tijdens de Corona-periode, bijvoorbeeld buitenspielen, sporten en fietsen?

- Mijn kind is meer gaan bewegen.
- Er is niets veranderd in hoeveel mijn kind beweegt.
- Mijn kind is minder gaan bewegen.
- Anders: .....

10. Is er door Corona iets veranderd in hoe vaak uw kind vrienden/vriendinnen ziet of spreekt?

- Mijn kind ziet of spreekt vrienden/vriendinnen vaker.
- Er is niets veranderd in hoe vaak mijn kind vrienden/vriendinnen ziet of spreekt.
- Mijn kind ziet of spreekt vrienden/vriendinnen minder vaak.
- Anders: .....

## VRAGEN AAN HET KIND

1. Hoeveel stress ervaar jij door corona?

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Geen									Extreme
Stress									Stress

2. Hoe voel je je door de Corona maatregelen?

- Ik ervaar positieve gevoelens door de maatregelen.
- De maatregelen hebben geen invloed op hoe ik me voel.
- Ik ervaar negatieve gevoelens, zoals verdriet of boosheid, door de maatregelen.
- Anders: .....

3. Is er door Corona iets veranderd in hoe vaak je je vrienden/vriendinnen ziet of spreekt?

- Ik zie of spreek mijn vrienden/vriendinnen vaker.
- Er is niets veranderd in hoe vaak ik mijn vrienden/vriendinnen zie of spreek.
- Ik zie of spreek mijn vrienden/vriendinnen minder vaak.
- Anders: .....

4. Is er iets veranderd in hoeveel je kan bewegen tijdens deze Corona periode, bijvoorbeeld buitenspelen en sporten?

- Ik ben vaker gaan bewegen.
- Er is niets veranderd in hoeveel ik beweeg.
- Ik ben minder vaak gaan bewegen.
- Anders: .....

## BIJLAGE LINKS

1. Algemeen: Leven en werken met het coronavirus; informatie voor kinderen, gezin en professionals  
[www.nji.nl/coronavirus](http://www.nji.nl/coronavirus)
  - a. Kijk ook op de website van je eigen ggd.
  - b. Opvoeding  
[www.nji.nl/nl/coronavirus/Ouders/Dagelijks-leven/Samen-opvoeden,-tijdens-corona-en-daarna](http://www.nji.nl/nl/coronavirus/Ouders/Dagelijks-leven/Samen-opvoeden,-tijdens-corona-en-daarna)  
[www.nji.nl/nl/coronavirus/Ouders/Dagelijks-leven/Opvoeden-Blijf-erover-praten](http://www.nji.nl/nl/coronavirus/Ouders/Dagelijks-leven/Opvoeden-Blijf-erover-praten)
  - c. Tips mediagebruik  
[www.nji.nl/nl/coronavirus/Ouders/Dagelijks-leven/Mediagebruik-bij-kinderen-tijdens-coronatiejd](http://www.nji.nl/nl/coronavirus/Ouders/Dagelijks-leven/Mediagebruik-bij-kinderen-tijdens-coronatiejd)
  - d. Pubers  
[www.nji.nl/nl/coronavirus/Ouders/Dagelijks-leven/Steun-aan-ouders-van-jongeren-in-coronatiejd](http://www.nji.nl/nl/coronavirus/Ouders/Dagelijks-leven/Steun-aan-ouders-van-jongeren-in-coronatiejd)
2. Stemming
  - a. Wie kan mij helpen  
[www.nji.nl/nl/coronavirus/Kinderen/Wie-kan-mij-helpen](http://www.nji.nl/nl/coronavirus/Kinderen/Wie-kan-mij-helpen)
  - b. Kindertelefoon (chatfunctie): 0800-0432. ([www.dekindertelefoon.nl](http://www.dekindertelefoon.nl))
3. Veiligheid
  - a. NJI  
[www.nji.nl/nl/coronavirus/Ouders/Dagelijks-leven/Wat-als-spanningen-thuis-oplopen-door-coronavirus-ouders](http://www.nji.nl/nl/coronavirus/Ouders/Dagelijks-leven/Wat-als-spanningen-thuis-oplopen-door-coronavirus-ouders)
  - b. Veilig Thuis (ook chatfunctie): 0800-2000 ([www.veiligthuis.nl](http://www.veiligthuis.nl))
4. Financiële problemen: zorgen over geld
  - a. NJI  
[www.nji.nl/nl/coronavirus/Ouders/Bijzondere-situaties/Tips-voor-ouders-met-zorgen-over-geld](http://www.nji.nl/nl/coronavirus/Ouders/Bijzondere-situaties/Tips-voor-ouders-met-zorgen-over-geld)
  - b. Stichting [www.kinderarmoede.nl](http://www.kinderarmoede.nl)
  - c. [www.armoedefonds.nl/coronacrisis](http://www.armoedefonds.nl/coronacrisis)
5. Voeding en gezondheid
  - e. [www.nji.nl/nl/coronavirus/Ouders/Dagelijks-leven/Gezond-thuisblijven](http://www.nji.nl/nl/coronavirus/Ouders/Dagelijks-leven/Gezond-thuisblijven)
  - f. [www.nji.nl/nl/coronavirus/Ouders/Dagelijks-leven/Gezond-thuisblijven#Voeding\\_eet\\_gezond](http://www.nji.nl/nl/coronavirus/Ouders/Dagelijks-leven/Gezond-thuisblijven#Voeding_eet_gezond)
  - g. [www.voedingscentrum.nl](http://www.voedingscentrum.nl)

Als je als ouder of jij als kind laagdrempelig eens zou willen spreken met iemand hoe je met je zorgen of vragen rond corona of gezondheid in het algemeen kan omgaan kan je altijd contact op nemen met de Jeugdgezondheidszorg (JGZ) in jouw gemeente.