

Vragenlijst voormeting

(Uitleg voor gastdocent) Deze vragenlijst dient voor de gastles te worden ingevuld door de desbetreffende klas. De vragenlijst is bedoeld om de voorkennis op te meten van de leerlingen en dus het niveau te peilen. Bij deze voormeting hoort een nameting met ongeveer dezelfde vragen om de doeltreffendheid van de les te kunnen meten.

(Inleiding leerling) Beste leerling, deze vragenlijst bevat 10 vragen over het zelfvertrouwen en onderwerpen die ermee te maken hebben. Vul de vragen zo zorgvuldig mogelijk in en lever de lijst in. Alvast bedankt voor de moeite!

Leeftijd:	
Geslacht*:	(J) / (M)
Leerjaar*:	(1) / (2) / (3)
Niveau:	

*omcirkel wat van toepassing is

1) Onder zelfbeeld versta ik (meerdere antwoorden mogelijk):

- Het vertrouwen dat je hebt in dat je iets kan.
- Hoe je over jezelf denkt
- Het beeld dat je in de spiegel ziet

2) Als ik niet lekker in mijn vel zit praat ik hierover met mijn mentor/ouders/een vertrouwenspersoon:

- Ja
- Nee

3) Onder zelfvertrouwen versta ik (meerdere antwoorden mogelijk):

- Het vertrouwen dat je hebt in dat je iets kan.
- Hoe je over jezelf denkt
- Dat je sociaal bent

4) Ik ben wel eens onzeker over mijn uiterlijk:

- Ja
- Nee

5) Social media is voor mij een inspiratiebron:

- Ja, omdat
.....
.....
- Nee, omdat
.....
.....

6) Hoe zelfverzekerder voel jij je?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

7) Als ik een compliment ontvang dan:

- word ik verlegen
- voel ik mij zelfverzekerder
- vind ik dat fijn
- Anders:

.....
.....

8) Een compliment geven vind ik;

- moeilijk
- makkelijk

9) Wat betekent sexting volgens jou?

- Seksuele berichten/foto's sturen
- Afspreken met het andere geslacht
- Een relatie hebben met hetzelfde geslacht

10) Ik zou het fijn vinden als er lessen zouden worden gegeven over hoe je meer zelfvertrouwen kan krijgen met tips en tricks

- Ja
- Nee

EINDE VRAGENLIJST

Bedankt voor het invullen van de vragenlijst! Controleer jouw gegevens en lever de vragenlijst in bij jouw docent!

Vragenlijst nameting

(Uitleg voor gastdocent) Deze vragenlijst is onderdeel van de nameting. De vragen gaan over de inhoud van de les en over de mening van de leerlingen. Aan de hand van de resultaten van deze lijst kan er worden gemeten wat de invloed is geweest van de les en wat de behoeften zijn van de leerlingen.

(Inleiding leerling) Beste leerling, je hebt zojuist de gastles 'Dare to be yourself' gevolgd. Jouw mening is niet onbelangrijk en daarom willen wij van jou weten wat je van de les vond en wat je hebt bijgeleerd. Lever deze lijst in bij de gastdocent. Bedankt voor jouw medewerking!

Leeftijd:	
Geslacht*:	(J) / (M)
Leerjaar*:	(1) / (2) / (3)
Niveau:	

*omcirkel wat van toepassing is

1) Onder zelfbeeld versta ik (één antwoord mogelijk):

- Het vertrouwen dat je hebt in dat je iets kan.
- Hoe je over jezelf denkt
- Het beeld dat je in de spiegel ziet

2) Onder zelfvertrouwen versta ik (meerdere antwoorden mogelijk):

- Het vertrouwen dat je hebt in dat je iets kan.
- Hoe je over jezelf denkt
- Dat je sociaal bent

3) Hoe zelfverzekerd voel jij je?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

4) Door deze gastles

- Zie ik in dat fouten maken menselijk is
- Heb ik nagedacht over mijn zelfbeeld
- Heb ik meer vertrouwen gekregen in dat ik iets echt kan
- Weet ik hoe ik om kan gaan met een slecht zelfbeeld / weinig zelfvertrouwen
- Eigen antwoord:

.....
.....

5) Welke tips uit de les waren zinvol en ga je ook toepassen?

- Jezelf niet vergelijken
- Lijst maken met positieve kanten

- Voor de spiegel staan en
- Een goede (zelfverzekerde) houding aannemen
- Fouten van jezelf vergeven
- Chill-momenten inplannen
- 5 positieve quotes opzoeken en ophangen in de slaapkamer
- Bewust zijn van het vertekende beeld in de media

6) Wat betekent sexting volgens jou?

- Afspreken met het andere geslacht
- Seksuele berichten/foto's sturen
- Een relatie hebben met hetzelfde geslacht

7) Welk onderdeel van de les is jou het meest bijgebleven en waarom?

8) Ik kijk na deze les anders naar foto's die op Instagram en andere social media worden geplaatst:

- Eens, omdat
.....
.....
.....
- Oneens

9) Ik zou deze gastles aanraden aan iemand die onzeker is over zichzelf

- Ja, omdat
.....
.....
.....
- Nee

10) Welke onderwerpen zou je graag terug willen zien in een volgende gastles?

EINDE VRAGENLIJST

Bedankt voor het invullen van de vragenlijst! Controleer jouw gegevens en lever de vragenlijst in bij de gastdocent!