

Vragenlijst over gebruik van social media

Om inzicht te krijgen in het social media gedrag kan het verstandig zijn om kinderen dit formulier te laten invullen. Zeker bij klachten als; hoofdpijn, slaaptekort of concentratieproblemen.

1.

Platform	Gebruik	Meest frequent
Facebook		
Email		
Twitter		
Snapchat		
Instagram		
Whatsapp/sms		
Youtube		
Vlog(en)		
Anders.....		

2. Welke social media gebruik je het minste?

3. Op welke tijden gedurende de dag of nacht sluit je de social media sites af (als je dat doet..)?

4. Welke games speel je online?

5. Hoeveel uren per dag ongeveer?

- <1
- 1-3
- 4-6
- 7 of meer



6. *Waar houd je het meeste van op social media sites?*

7. *Ben je tevreden met de hoeveelheid tijd die je doorbrengt op social media?*

- Ja
- Nee

8. *Zou je er meer tijd aan willen besteden?*

- Ja
- Nee

9. *Zou je er minder tijd aan willen besteden?*

- Ja
- Nee