

MERHABA

Bu anket gençlerin yaşam tarzlarını, sorunlarını, duygu ve düşüncelerini öğrenmek için hazırlanmıştır.

Ankette kimliğiniz ile ilgili hiçbir bilgi yer almamaktadır. Vereceğiniz yanıtlar kesinlikle GİZLİ tutulacaktır ve hiç bir kimseyle paylaşılmayacaktır.

Bu bilgiler ışığında gençliğe uygun yeni politikaların gerçekleştirilmesini sağlamayı hedefliyoruz.

Yanlış veya aldatıcı bilgi verirseniz çalışma ile ilgili bütün çabalar boşa gidecektir.

Vereceğiniz yanıtları birer oy gibi düşünebilirsiniz.

TEŞEKKÜRLER.

BÖLÜM A

1. Bir rumuz yazınız (lütfen unutmaycağınız bir rumuz yazın) []

2. Rumuzunuzu unuttuđunuzda hatırlamak için bir soru giriniz []

3. Cinsiyetin

A- Kadın	B- Erkek			
----------	----------	--	--	--

4. Doğum tarihin []

5. Okuduđun üniversite []

6. Okuduđun bölüm ve fakülte []

7. Kaçınıcı sınıftasın []

8. Boyun kaç cm []

9. Kaç kilosun []

10. Medeni durumun

A- Bekar	B- Evli	C- Evlendim ayrıldım	D-Eşim öldü	E-
----------	---------	----------------------	-------------	----

11. Anne ve baban için aşağıdakilerden hangisi doğru?

A- Annem-babam beraberler	B- Annem-babam boşandı ve/veya ayrı yaşıyorlar	C- Annem öldü veya babam öldü	D- Annem de, babam da öldü	E- Diğer
---------------------------	--	-------------------------------	----------------------------	----------

12. Nerede yaşıyorsun?

A- Ailemle yaşıyorum	B- Yurtta kalıyorum	C- Bir evde kalıyorum	D- Tanıdıklarımla/akrabalarımla yaşıyorum	E- Diğer
----------------------	---------------------	-----------------------	---	----------

13. Genel olarak ekonomik durumunu nasıl tanımlarsın?

A- Çok iyi	B- İyi	C- Orta	D- Kötü	E- Çok kötü
------------	--------	---------	---------	-------------

14. Kendini senin yaşındaki diğer öğrenciler ile karşılaştıracak olursan, okulda ne derece başarılı olduğunu düşünüyörsün?

A- Mükemmel, en iyilerden biriyim	B- Ortalamanın üstündeyim	C- Ortalama düzeydeyim	D- Ortalamanın altındayım	E- Zayıf, en kötülerden biriyim
-----------------------------------	---------------------------	------------------------	---------------------------	---------------------------------

15. Öğrenim yaşamın boyunca hiç yıl kaybın oldu mu?

A- Evet	B- Hayır	C-	D-	E-
---------	----------	----	----	----

BÖLÜM B

1. Sigara kullanıyor musun? Eğer sigara içiyorsan, ne sıklıkta kullanıyorsun?

A- Hayır, hayatımda hiç sigara kullanmadım	B-Hayatımda 1-2 kez kullandım	C-Ayda birkaç kez kullanıyorum	D-Haftada birkaç kez kullanıyorum	E-Her gün kullanıyorum
--	-------------------------------	--------------------------------	-----------------------------------	------------------------

*2. Eğer sigara kullanıyorsan, hiç bırakma girişimin oldu mu?

A- Sigara kullanmıyorum	B- Hiç bırakmadım	C- Bırakmayı düşündüm ama bırakmadım	D- Bir kez bırakma girişiminde bulundum	E- Birçok kez bırakma girişiminde bulundum
-------------------------	-------------------	--------------------------------------	---	--

*3.Sigarayı bırakmayı düşünüyor musun?

A- Sigara kullanmıyorum	B- Bırakmayı düşünmüyorum	C- Önümüzdeki 1 ay içinde bırakmayı düşünüyorum	D- Önümüzdeki 1 yıl içinde bırakmayı düşünüyorum	E- Gelecek yıl içinde bırakmayı düşünüyorum
-------------------------	---------------------------	---	--	---

Son 6 ay içinde sigarayı bırakmayı hiç düşündünüz mü?

A- Hayır hiç düşünmedim	B- Düşündüm bırakmaya hazırlanıyorum	C- Bıraktım 1 gün- 6 aydır içmiyorum	D- Bıraktım 6 ay- 5 yıldır içmiyorum	E-Gecen yıl sigara bırakmayı denedim surduremedim gelecek ay bırakmayı planlıyorum
-------------------------	--------------------------------------	--------------------------------------	--------------------------------------	--

4. Nargile içiyor musun? Eğer nargile içiyorsan, ne sıklıkta kullanıyorsun?

A- Hayır, hayatımda hiç nargile içmedim	B-Hayatımda 1-2 kez kullandım	C-Ayda birkaç kez kullanıyorum	D-Haftada birkaç kez kullanıyorum	E-Her gün kullanıyorum
---	-------------------------------	--------------------------------	-----------------------------------	------------------------

5. Ne sıklıkta alkol kullanırsın?

A- Hiç alkol içmedim	B-sadece bir kez kullandım	C-ayda 1-3 kez	D-haftada 1-5 kez	E-hemen hemen hergün
----------------------	----------------------------	----------------	-------------------	----------------------

*6. Alkol içtiğinde bir günde ortalama kaç standart içki içersin? (standart içki tanımı için yukarıdaki şekle bakınız)

Bir kadeh şarap = Bir standart içki

Yarım duble rakı veya votka veya cin vb= Bir standart içki

Bir büyük kutu bira= 1,5 standart içki

A- Hiç	B-1-2 standart içki	C-3-4 standart içki	D-5-6 standart içki	E-7 veya daha fazla
--------	---------------------	---------------------	---------------------	---------------------

*7. Bir seferde 6 standart içki veya daha fazla içme sıklığının ne kadardır?

Örneğin 6 kadeh şarap VEYA 3 duble rakı VEYA dört kutu büyük bira)

A- Hiç	B-ayda birden az	C-ayda bir	D-haftada bir	E-yaklaşık hergün
--------	------------------	------------	---------------	-------------------

*8. Alkolü kesmen ya da azaltman gerektiğini düşündün mü?

A- evet	B-hayır			
---------	---------	--	--	--

***9. Çevrendeki insanlar alkol kullanımından dolayı seni eleştirdiler mi?**

A- evet	B-hayır			
---------	---------	--	--	--

***10. İçmekten dolayı kendini kötü ya da suçlu hissettin mi?**

A- evet	B-hayır			
---------	---------	--	--	--

***11. Sabah uyandığında kendine gelmek ya da akşamdan kalma belirtilerini yok etmek için hiç ilk iş olarak alkol aldın mı?**

A- evet	B-hayır			
---------	---------	--	--	--

12. Bugüne kadar hayatında hiç doktor önerisi olmadan (diazem, xanax gibi) sakinleştirici haplar içtin mi?

A- Hiç	B- Bir kez	C-2-3 kez	D-4-5 kez	E-5'den fazla
--------	------------	-----------	-----------	---------------

13. Bugüne kadar uyuşturucu haplar içtin mi? (roş, akineton gibi)

A- Hiç	B- Bir kez	C-2-3 kez	D-4-5 kez	E-5'den fazla
--------	------------	-----------	-----------	---------------

14. Bugüne kadar hayatında esrar (marijuana, joint, ot) kullandın mı?

A- Hiç	B- Bir kez	C-2-3 kez	D-4-5 kez	E-5'den fazla
--------	------------	-----------	-----------	---------------

15. Bugüne kadar hayatında ecstasy içtin mi?

A- Hiç	B- Bir kez	C-2-3 kez	D-4-5 kez	E-5'den fazla
--------	------------	-----------	-----------	---------------

18. Bugüne kadar hayatında tiner ya da bali gibi uçucu madde kokladın mı?

A- Hiç	B- Bir kez	C-2-3 kez	D-4-5 kez	E-5'den fazla
--------	------------	-----------	-----------	---------------

19. Bugüne kadar hayatında, relaktin kullandın mı?

A- Hiç	B- Bir kez	C-2-3 kez	D-4-5 kez	E-5'den fazla
--------	------------	-----------	-----------	---------------

20. Bugüne kadar hayatında eroin kullandın mı?

A- Hiç	B- Bir kez	C-2-3 kez	D-4-5 kez	E-5'den fazla
--------	------------	-----------	-----------	---------------

21. Bugüne kadar hayatında kokain veya taş kullandın mı?

A- Hiç	B- Bir kez	C-2-3 kez	D-4-5 kez	E-5'den fazla
--------	------------	-----------	-----------	---------------

22. Başkalarından aldığın ama ne olduğunu bilmediğin bir madde, ilaç ya da hap kullandın mı?

A- Hiç	B- Bir kez	C-2-3 kez	D-4-5 kez	E-5'den fazla
--------	------------	-----------	-----------	---------------

23. Sen veya arkadaşların için uyuşturucu bulmak ne kadar zor?

A- Çok kolay bulurum	B- Biraz zorlanırım ama bulurum	C-Çok zor ama istersem bulurum	D- İmkansız, bulamam	E- Bilmiyorum
----------------------	---------------------------------	--------------------------------	----------------------	---------------

24. Baban veya annenden birisinin alkol tüketmesi evde, işte ya da arkadaşları arasında sorunlara sebep oluyor mu?

A- Hiçbir zaman	B- Bir kez/çok	C- Ara sıra	D- Sık sık	E- Her zaman/sürekli
-----------------	----------------	-------------	------------	----------------------

	seyrek			
--	--------	--	--	--

25. Kardeşlerinden birisinin alkol tüketmesi evde, işte ya da arkadaşları arasında sorunlara sebep oluyor mu?

A- Hiçbir zaman	B- Bir kez/çok seyrek	C- Ara sıra	D- Sık sık	E- Her zaman/sürekli
-----------------	-----------------------	-------------	------------	----------------------

26. Çevrende uyuşturucu kullanan kişiler var mı?

A- Çevremde uyuşturucu kullanan yok	B- Var, Babam/annem	C- Var, kardeşlerimden birisi	D- Var, arkadaşlarımdan birisi	E- Var, yakın akrabalarım veya yakın çevremden birisi
-------------------------------------	---------------------	-------------------------------	--------------------------------	---

BÖLÜM C

1. Son bir yıl içinde fiziksel bir kavgada bulundun mu?

A- Hiç	B- Bir kez	C-2-3 kez	D-4-5 kez	E-5'den fazla
--------	------------	-----------	-----------	---------------

*2. Son bir yıl içinde bir kavga sonucu yaralandın mı?

A- Hiç	B- Bir kez	C-2-3 kez	D-4-5 kez	E-5'den fazla
--------	------------	-----------	-----------	---------------

3. Yanında bıçak, çakı gibi silah olarak kullanılabilir bir araç veya silah taşıyor musun?

A- Hiçbir zaman	B- Bir kez/çok seyrek	C- Ara sıra	D- Sık sık	E- Her zaman/sürekli
-----------------	-----------------------	-------------	------------	----------------------

4. Son bir yıl içinde erkek veya kız arkadaşın sana vurdu mu, fiziksel olarak bir zarar verdi mi?

A- Hiç	B- Bir kez	C-2-3 kez	D-4-5 kez	E-5'den fazla
--------	------------	-----------	-----------	---------------

5. Hayatın boyunca kollarını ya da vücudunun her hangi bir yerini kestiğin, faça attığın, vücuduna zarar verdiğin oldu mu?

A- Hiç	B- Bir kez	C-2-3 kez	D-4-5 kez	E-5'den fazla
--------	------------	-----------	-----------	---------------

6. Bu güne kadar cinsel ilişkiye girdin mi?

A- Hiç cinsel ilişkiye girmedim	B- evet, 15 yaşından önce	C- 15-18 yaşları arasında	D- 15 yaşından sonra	
---------------------------------	---------------------------	---------------------------	----------------------	--

*7. Cinsel ilişkiye girdiyse hamilelikten korunmak için genellikle hangi doğum kontrol yöntemini kullandın?

A- Hiç cinsel ilişkiye girmedim	B- Hiçbir yöntem kullanmadık	C- Dışarı boşalma	D- Doğum kontrol hapı	E- Prezervatif
---------------------------------	------------------------------	-------------------	-----------------------	----------------

BÖLÜM D

1. Kendi kilonu nasıl değerlendiriyorsun?

A- Çok zayıf	B- Biraz zayıf	C- Normal	D- Biraz kilolu	E- Çok kilolu
--------------	----------------	-----------	-----------------	---------------

2. Ne sıklıkta spor yaparsın?

A- Hiç	B- Yılda 1-2 kez	C- Ayda 1-2 kez	D- Haftada 1-2	E- Her gün
--------	------------------	-----------------	----------------	------------

3. Son 3 ay içinde internet ve bilgisayar başında ne kadar zaman geçirdin?

Burada iş veya eğitim amaçlı internet/bilgisayar kullanımı dışındaki online oyunlar, playstation, facebook, twitter vb kast edilmektedir.

A- Hiç internete girmiyorum, bilgisayar kullanmıyorum	B- Haftada 1-5 kez veya daha az	C- Günde 0-3 saat	D- Günde 4-5 saat	E- Günde 6 saat ve daha fazla
---	---------------------------------	-------------------	-------------------	-------------------------------

4. Bilgisayar ve internet kullanımı yaşamını etkiliyor mu?

Örneğin ailenle bu konuda sorun yaşıyor musun veya bilgisayar kullanımı nedeniyle ders notlarında düşme oldu mu veya bilgisayar başında zaman geçirdiğin için arkadaşlarınla eskisinden daha az görüşüyor musun?

A- Hiç etkilemiyor	B- Çok az etkiliyor	C- Kısmen etkiliyor	D- Etkiliyor	E- Çok fazla etkiliyor
--------------------	---------------------	---------------------	--------------	------------------------

5. Ne sıklıkta enerji içeceği içersin?

A- Hiç enerji içeceği içmedim	B- sadece bir kez içtim	C- ayda 1-3 kez	D- haftada 1-5 kez	E- hemen hemen hergün içerim
-------------------------------	-------------------------	-----------------	--------------------	------------------------------

BÖLÜME

1. Genel olarak fiziksel sağlık durumunu nasıl değerlendiriyorsun?

A- Çok iyi	B- İyi	C- Orta	D- Kötü	E- Çok kötü
------------	--------	---------	---------	-------------

2. Bugüne kadar psikiyatrist veya psikologa gittin mi?

A- Hiç gitmedim	B- Bir kez gittim	C- 2-3 kez gittim	D- 4 veya daha fazla gittim	E- Cevap vermek istemiyorum
-----------------	-------------------	-------------------	-----------------------------	-----------------------------

3. Genel olarak ruhsal sağlık durumunu nasıl değerlendiriyorsun?

A- Çok iyi	B- İyi	C- Orta	D- Kötü	E- Çok kötü
------------	--------	---------	---------	-------------

4. Hiç geçmişte intihar etmeyi planladın veya intihar etmeyi denedin mi?

A- Hiçbir zaman	B- Bir kez/çok seyrek	C- Ara sıra	D- Sık sık	E- Her zaman/sürekli
-----------------	-----------------------	-------------	------------	----------------------

5. Geleceğini karanlık görüyor musun?

A- Hiçbir zaman	B- Bir kez/çok seyrek	C- Ara sıra	D- Sık sık	E- Her zaman/sürekli
-----------------	-----------------------	-------------	------------	----------------------

6. Genel olarak kendini mutlu hissediyor musun?

A- Hiç	B- Çok az	C- Orta	D- Biraz	E- Çok fazla
--------	-----------	---------	----------	--------------

7. Kolaylıkla kızıp öfkelenir misin? Ne sıklıkta?

A-Hiçbir zaman B-Bazen C-Neredeyse her zaman

8. Kontrol edemediğin öfke patlamaları yaşar mısın? Ne sıklıkta?

A-Hiçbir zaman B-Bazen C-Neredeyse her zaman

9. Bir şeyleri kırıp dökme isteği duyar mısın? Ne sıklıkta?

A-Hiçbir zaman B-Bazen C-Neredeyse her zaman

10. Ne hissettiğini ifade etmekte zorluk çeker misin?

A-Hiçbir zaman B-Bazen C-Neredeyse her zaman

11. Başkalarını kendinden daha çok düşünür müsün? Örneğin, bir arkadaşın sizden bir miktar borç para istedi, ancak senin de paraya ihtiyacın olabilecek bir dönem ise arkadaşına yine de yardım eder misin? Ne sıklıkla?

A-Hiçbir zaman B-Bazen C-Neredeyse her zaman

12. Kendini “içe kapanık” biri olarak tanımlar mısın?

A-Hiçbir zaman B-Bazen C-Neredeyse her zaman

13. Sosyal bir ortama girdiğinde ne sıklıkla ne konuşacağını bilememekten endişe edersin?

A-Hiçbir zaman B-Bazen C-Neredeyse her zaman

14. Başkaları ile beraberken, yanlış bir şey yapacağın, ya da saçma konuşacağın ile ilgili endişe yaşar mısın? Ne sıklıkta?

A-Hiçbir zaman

B-Bazen

C-Neredeyse her zaman

15. Uygunsuz veya tehlikeli olsalar bile, heyecanlı veya eğlenceli şeyler yapmaktan hoşlanır mısın?

A-Hiçbir zaman

B-Bazen

C-Neredeyse her zaman

16. Hayatınız yeni bir şeyler olmadığında, heyecan ya da coşku verici şeyler aramaya başlar mısın?

A-Hiçbir zaman

B-Bazen

C-Neredeyse her zaman

17. Ne zaman ne yapacağı belli olmayan, heyecan verici, hareketli arkadaşları tercih eder misin?

A-Hiçbir zaman

B-Bazen

C-Neredeyse her zaman

18. İsteddiğiniz şeyi elde etmek için beklemekte zorlanır mısın? Sabırsız mısınız? Örneğin bir sırada beklerken çabucak sıkılır mısın?

A-Hiçbir zaman

B-Bazen

C-Neredeyse her zaman

19. Düşünmeden hareket eder misin?

A-Hiçbir zaman

B-Bazen

C-Neredeyse her zaman

20. Rahat konsantre olabilir misin, dikkatini kolay toplayabilir misin?

A-Hiçbir zaman

B-Bazen

C-Neredeyse her zaman

21. Geçen yıl içinde ne sıklıkta yaşamına son vermekle ilgili düşüncelerin oldu?

A-Hiçbir zaman

B-Bazen

C-Neredeyse her zaman

22. Geçen yıl içinde ne sıklıkta kendini hüznü, kederli hissettin?

A-Hiçbir zaman

B-Bazen

C-Neredeyse her zaman

23. Geçen yıl içinde ne sıklıkta gelecekle ilgili olarak umutsuzluk hissine kapıldın?

A-Hiçbir zaman

B-Bazen

C-Neredeyse her zaman

24. Geçen yıl içinde ne sıklıkta başka insanlarla karşılaştığında, kendini daha değersiz gördün?

A-Hiçbir zaman

B-Bazen

C-Neredeyse her zaman

25. Geçen yıl içinde ne sıklıkta kendini huzursuz ve tedirgin hissettin?

A-Hiçbir zaman

B-Bazen

C-Neredeyse her zaman

26. Geçen yıl içinde ne sıklıkta dehşet ya da panik nöbetleri yaşadın? Örneğin; aniden başlayan iç sıkıntısı, nefes darlığı, baş dönmesi, çarpıntı, terleme gibi belirtilerle, şiddetli bir korku duyduğun, ölecekmis gibi hissettiğin zamanlar oldu mu?

A-Hiçbir zaman

B-Bazen

C-Neredeyse her zaman

27. Geçen yıl içinde ne sıklıkta kendini yerinde duramayacak kadar tedirgin hissettin?

A-Hiçbir zaman

B-Bazen

C-Neredeyse her zaman

BÖLÜM F

1. Esrar kullansaydın bu ankette kullandığını söyler miydin?

A- Zaten söyledim

B- Kesinlikle evet

C- Belki evet

D- Belki hayır

E- Kesinlikle hayır