

## Fragebogen zur J1

Der J1 Gesundheitscheck ist nicht nur eine Gelegenheit festzustellen, ob du gesund bist, er ist auch ein Angebot zum Gespräch und zum Austausch mit dem Arzt. Dein Körper verändert sich zurzeit stark. In deinem Alter können gesundheitliche Probleme auftreten, die für deine weitere Entwicklung nicht unwichtig sind und die der Arzt bei der J1 erkennen kann.

Bitte beantworte die nachfolgenden Fragen, sodass dein Arzt bei der Untersuchung und dem Beratungsgespräch besonders gut auf dich eingehen kann.

Name: \_\_\_\_\_ geb.: \_\_\_\_\_

ausgefüllt am : \_\_\_\_\_

### Schule:

Welche Schule besuchst du? \_\_\_\_\_

Bist du mit deinen Lehrern/ deiner Schule/deinen Leistungen zufrieden? \_\_\_\_\_

Fühlst Du dich in der Schule und in deiner Klasse wohl? \_\_\_\_\_

Gibt es Probleme in der Schule? Welche? \_\_\_\_\_

### Familie:

Kommst du gut klar mit:

deinen Eltern?	Ja	Nein	Geht so
deinen Geschwistern?	Ja	Nein	Geht so

Kannst du mit deinen Eltern über Probleme reden?	Ja	Nein	Geht so
--	----	------	---------

Hast du Freunde in deinem Alter?	Ja	Nein	Geht so
----------------------------------	----	------	---------

### Gesundheit:

Zutreffendes bitte ankreuzen:	trifft zu	trifft nicht zu/
Ich fühle mich gesund?	0	0
Ich habe keine Beschwerden?	0	0
Ich habe Sorgen oder Ängste?	0	0
Mit meiner Stimmungslage bin ich zufrieden?	0	0
Hast du in letzter Zeit körperliche Beschwerden	0	0

Sind Erkrankungen oder Allergien bekannt? 0 0

Welche? \_\_\_\_\_

Hast du Schwierigkeiten beim Einschlafen/ Durchschlafen? 0 0

Nimmst du regelmäßig Medikamente? 0 0

Welche? \_\_\_\_\_

Betreibst du neben dem Schulsport Sport? \_\_\_\_\_

Wie zufrieden bist du mit deiner körperlichen Entwicklung, deiner Größe, deinem Gewicht?

0 zufrieden                      0 geht so                      0 unzufrieden, Warum?

## Deine Einschätzung

Bist du eher? 0 fröhlich      0 traurig      0 ruhig      0 ausgelassen      0 aggressiv

Wie zufrieden bist du mit deinem Leben? 0 zufrieden      0 geht so

Deine Einschätzung zu Suchtmitteln: (diese Angaben unterliegen selbstverständlich der ärztlichen Schweigepflicht)

Zigaretten ? 0 nein danke                      0 ich rauche selbst                      0 Freunde rauchen

Alkohol? 0 nein danke                      0 hin und wieder                      0 häufig

Drogen? 0 nein danke                      0 schon probiert                      0 Freunde probieren

Womit verbringst du den größten teil deiner Freizeit?

Hobbys? Welche ? \_\_\_\_\_

Freunde \_\_\_\_\_ Familie \_\_\_\_\_ Computer/ Tablet/Handy \_\_\_\_\_

TV \_\_\_\_\_ „Rumhängen“, chillen \_\_\_\_\_ anderes \_\_\_\_\_

## Fragen an deinen Arzt/ deine Ärztin

Markiere die Themen, über die du mit mir sprechen möchtest. Das Gespräch unterliegt der ärztlichen Schweigepflicht.

- Fragen zu deiner Gesundheit, zu bestimmten Beschwerden
- Fragen zu anstehenden Impfungen (bei Mädchen z.B. Gebärmutterhalskrebs), Ernährung
- Sorgen, Ängste, Stimmungsschwankungen die dich belasten
- Probleme in der Schule, in der Familie, im Freundeskreis

- Fragen zur körperlichen Entwicklung, Pubertät, Aufklärung, Sexualität, Verhütung

## **Satzergänzungstest für Jugendliche**

Liebe Patientin, lieber Patient,  
keine Angst- wir sind nicht in der Schule. Bei diesem Fragebogen kann man nichts falsch machen.  
Bitte lies Dir die angefangenen Sätze durch und vervollständige sie bitte. Schreib einfach auf was Dir  
spontan einfällt.

1. Ich finde es toll, wenn \_\_\_\_\_
2. Ich habe Angst, dass \_\_\_\_\_
3. Wenn ich älter bin \_\_\_\_\_
4. Hoffentlich \_\_\_\_\_
5. Ich finde es scheußlich \_\_\_\_\_
6. Manchmal träume ich \_\_\_\_\_
7. Es ist mir peinlich \_\_\_\_\_
8. Am besten kann ich \_\_\_\_\_
9. Die Lehrer \_\_\_\_\_
10. Ich fühle mich am wohlsten \_\_\_\_\_
11. Mich ärgert \_\_\_\_\_
12. Meine Geschwister \_\_\_\_\_
13. Die Schule \_\_\_\_\_
14. Meine größte Sorge ist \_\_\_\_\_
15. Die Erwachsenen \_\_\_\_\_
16. Am glücklichsten, wäre ich \_\_\_\_\_
17. Meine Mutter möchte gerne, dass \_\_\_\_\_
18. Mein Vater möchte gern, dass \_\_\_\_\_
19. Diesen Fragebogen finde ich \_\_\_\_\_

Name:

Datum: