

Opzet Vragenlijsten Kwaliteitsplan Gouden Mannen

Kennismakingsgesprek

(onder begeleiding)

[Kennismakingsgesprek 24082022](#)

- Personalia
- Verwachting, Behoeften en Wensen deelnemer

0-meting: Tijdens de intake

- Mijn Positieve Gezondheid (onder begeleiding)
Zie pagina 2 voor de vragen

Zie voor alle vragen die horen bij onderstaande vragenlijsten

1-meting: Eind Fase 1

- Mijn Positieve Gezondheid (onder begeleiding)
- Persoonlijke ontwikkeling en vaardigheden
 - [Vergroting inzicht in wat je in de weg zit](#)
 - [Vergroten zelfvertrouwen](#)
 - [Vergroting inzicht in eigen behoeften, lichaam en geest](#)
 - [Versterking communicatieve vaardigheden](#)
- [Ervaring deelnemer fase 1](#)

2-meting: Eind fase 2

- Mijn Positieve Gezondheid (onder begeleiding)
- Persoonlijke ontwikkeling en vaardigheden
 - [Versterking relaties met anderen](#)
 - [Versterking veerkracht en weerbaarheid](#)
 - [Versterking communicatieve vaardigheden](#)
- [Ervaring deelnemer fase 2](#)

Eindmeting: Eind fase 3 en volledig programma

- Mijn Positieve Gezondheid (onder begeleiding)
- Persoonlijke ontwikkeling en vaardigheden
 - [Vergroting zelfredzaamheid en participatie](#) (fase 3)
 - [Versterking relaties met anderen](#) (fase 3)
 - [Versterking veerkracht en weerbaarheid](#) (fase 3)
 - [Versterking van \(positieve\) actieve copingvaardigheden](#) (fase 3)
 - [Vergroting zelfvertrouwen](#)
 - [Vergroting inzicht in eigen behoeften, lichaam en geest](#)

- g. [Versterking communicatieve vaardigheden](#)
- h. [Een positievere gezondheid](#)
- i. [Ervaring deelnemer fase 3 + volledig programma](#)

Mijn Positieve Gezondheid

In bold de 17 vragen van MPG, dit is de gehele vragenlijst

1. Wat is je voornaam?
2. Wat is je achternaam?
3. Wat is je postcode (alleen cijfers)?
4. Wat is je huisnummer (zonder toevoeging)?
5. Wanneer ben je met het programma gestart? Of wanneer ga je starten?
6. Bij welke locatie volg je het Gouden Mannen programma
7. Voor welke meting vul je de vragenlijst in?
- 8. Heb je contact met andere mensen?**
- 9. Heb je mensen die je kunnen helpen?**
- 10. Heb je het gevoel dat je er bij hoort?**
- 11. Weet je wat je kan en niet kan?**
- 12. Weet je hoe je gezond kunt leven?**
- 13. Kan jij jouw dag goed indelen?**
- 14. Voel jij je gezond?**
- 15. Voel jij je fit?**
- 16. Kan je goed bewegen?**
- 17. Ben je gelukkig?**
- 18. Voel jij je goed?**
- 19. Kan jij je leven aan?**
- 20. Weet je wat je moet doen als het niet goed gaat?**
- 21. Zijn er dingen die je graag wilt doen in het leven?**
- 22. Heb je zin in je toekomst?**
- 23. Kan je dingen goed onthouden?**
- 24. Kan je goed nadenken?**
25. Privacy Programma
26. Privacy Stichting

Vragenlijst per (sub)doel

Vergroten inzicht in wat je in de weg zit

1. Ik ben de baas over mijn eigen leven: ik weet wat goed gaat en ik weet waaraan ik wil werken
2. Als iets niet goed gaat in mijn leven, praat ik erover en zoek ik hulp als dat nodig is
3. Als iets niet goed gaat in mijn leven, zoek ik eerst zelf naar een oplossing
4. Ik kan nu beter dan vroeger mijn problemen zelf aanpakken/oplossen

Vergroten zelfvertrouwen

1. Ik voel me thuis bij de Gouden Mannen
2. Ik kan goed samenwerken met de begeleiders
3. Als ik wil, kan ik praten over mijn problemen met de mannen in mijn groep
4. Als ik wil, kan ik met de begeleiders praten over mijn problemen

Vergroting inzicht in eigen behoeften, lichaam en geest

1. Ik weet wat goed voor mij is, lichamelijk en mentaal
2. Als ik stress heb, weet ik hoe ik daarmee om kan gaan
3. Ik weet wat ik kan doen om goed te zorgen voor mijn gezondheid
4. Ik zorg nu beter voor mezelf dan vroeger
5. Ik vind dat ik gezond leef

Versterking communicatieve vaardigheden

1. Ik gebruik mijn mobiel om te bellen / WhatsAppen
2. Ik gebruik mijn mobiel of laptop om informatie te zoeken en te delen
3. Ik gebruik mijn mobiel of laptop om informatie met andere mensen te delen
4. Ik gebruik mijn mobiel of laptop om te e-mailen
5. Ik doe mijn geldzaken met internetbankieren
6. Ik ga vooruit met mijn Nederlands, ik versta en spreek het beter
7. Ik ga vooruit met lezen, ik begrijp Nederlandse teksten beter
8. Ik ga vooruit met schrijven, ik kan beter e-mails en andere teksten schrijven

Versterking relaties met anderen

1. Ik durf mijn vragen te stellen aan een autoriteit
(huisarts, politieagent, klantmanager WPI etc.)
2. Ik maak meer contact met de mensen om mij heen
3. Ik voel me betrokken bij de mensen in mijn omgeving
4. Ik weet waar ik met mijn (hulp)vraag terecht kan

Versterking veerkracht en weerbaarheid

1. Ik voel me meer op mijn gemak
2. Ik durf mijn eigen mening te geven en mijn eigen keuzes te maken, ook als anderen het niet met mij eens zijn.
3. Ik durf voor mezelf op te komen
4. Ik kan meer taken/zaken tegelijkertijd aan.

Versterking van (positieve) actieve copingvaardigheden

1. Ik kan nu beter problemen oplossen
2. Ik heb minder last van stress als ik in een moeilijke situatie zit
3. Ik kan omgaan met onverwachte problemen
4. Ik heb nu meerdere oplossingen als ik een probleem heb

Vergroting zelfredzaamheid en participatie

1. Als ik plannen maak, voer ik die uit
2. Ik weet hoe ik samen met anderen iets kan organiseren
3. Ik doe meer met anderen
4. Ik ga er meer alleen op uit

Doelen

1. Zijn jouw verwachtingen, wensen en behoeften voor de eerste/tweede/derde fase van het Gouden Mannen programma voldaan?
2. Heb je in de eerste/tweede/derde fase van het programma bereikt wat je er van wilde?
3. Wat zijn jouw doelen voor de tweede/derde(/na?) fase van het programma?

Ervaring deelnemer

Na Fase 1 + Intake

1. Toen ik mee ging doen met Gouden Mannen, begreep ik hoe lang het programma is en wat we er allemaal doen
2. Bij de lessen Taal en Computer heb ik veel geleerd over de Nederlandse taal
3. Als ik iets wilde vertellen bij Taal en Computer, luisterden de mensen naar me
4. Bij de lessen Taal en Computer konden we goed met elkaar praten over wat ons bezig houdt
5. Ik heb veel gehad aan de lessen Taal en Computer
6. Bij de lessen Mannenwijzer heb ik veel geleerd over mijn lichaam en mijn geest
7. Als ik iets wilde vertellen bij Mannenwijzer, luisterden de mensen naar me
8. Bij de lessen Mannenwijzer konden we goed met elkaar praten over wat ons bezig houdt
9. Ik heb veel gehad aan de lessen Mannenwijzer

~~Halverwege fase 2 (Assertiviteit)~~

- ~~1. Bij de lessen Assertiviteit heb ik veel geleerd~~
- ~~2. Als ik iets wilde vertellen bij Assertiviteit, luisterden de mensen naar me~~
- ~~3. Bij de lessen Assertiviteit konden we goed met elkaar praten over wat ons bezig houdt~~
- ~~4. Ik heb veel gehad aan de lessen Assertiviteit~~

Na Fase 2

1. Bij de lessen Taal en Computer heb ik veel geleerd over de Nederlandse taal
2. Als ik iets wilde vertellen bij Taal en Computer, luisterden de mensen naar me
3. Bij de lessen Taal en Computer konden we goed met elkaar praten over wat ons bezig houdt
4. Ik heb veel gehad aan de lessen Taal en Computer
5. Bij de lessen Sociaal Vaardig heb ik veel geleerd
6. Als ik iets wilde vertellen bij Sociaal Vaardig, luisterden de mensen naar me
7. Bij de lessen Sociaal Vaardig konden we goed met elkaar praten over wat ons bezig houdt
8. Ik heb veel gehad aan de lessen Sociaal Vaardig

~~Halverwege Fase 3 (Storytelling)~~

- ~~1. Bij de lessen van Storytelling heb ik veel geleerd~~
- ~~2. Als ik iets wilde vertellen bij Storytelling, luisterden de mensen naar me~~
- ~~3. Bij de lessen Storytelling konden we goed met elkaar praten over wat ons bezig houdt~~
- ~~4. Ik heb veel gehad aan de lessen van Storytelling~~

Na Fase 3 / Einde programma

1. Bij de lessen van Doorstart heb ik veel geleerd
 2. Als ik iets wilde vertellen bij de lessen van Doorstart, luisterden de mensen naar me
 3. Bij de lessen van Doorstart konden we goed met elkaar praten over wat ons bezig houdt
 4. Ik heb veel gehad aan de lessen van Doorstart
 5. Ik heb veel geleerd tijdens het hele Gouden Mannen programma
 6. Tijdens het programma Gouden Mannen werd er naar mij geluisterd
 7. Tijdens het programma Gouden Mannen konden we goed praten over wat ons bezig houdt
 8. Ik heb veel gehad aan het hele Gouden Mannen Programma
-
1. Toen ik mee ging doen met Gouden Mannen, begreep ik hoe lang het programma is en wat we er allemaal doen
 2. Bij de lessen Taal en Computer heb ik veel geleerd over de Nederlandse taal
 3. Als ik iets wilde vertellen bij Taal en Computer, luisterden de mensen naar me
 4. Bij de lessen Taal en Computer konden we goed met elkaar praten over wat ons bezig houdt
 5. Bij de lessen Mannenwijzer heb ik veel geleerd over mijn lichaam en mijn geest
 6. Als ik iets wilde vertellen bij Mannenwijzer, luisterden de mensen naar me
 7. Bij de lessen Mannenwijzer konden we goed met elkaar praten over wat ons bezig houdt
 8. Ik heb veel gehad aan de afgelopen 20 weken van het Gouden Mannen-programma