



HÄLSA 2000

Undersökning av
finländarnas hälsa och funktionsförmåga

FRÅGEFORMULÄR 1

T2002

Ändamålet med detta frågeformulär är att få ytterligare information om vissa av Era levnadssätt, Ert arbete, Er levnadsmiljö, Er hälsa och Ert välbefinnande. Uppgifterna i formuläret behandlas ovillkorligen konfidentiellt och alla resultat presenteras endast som tabeller, ur vilken ingen person kan identifieras. Vi ber Er att **Ni fyller i formuläret hemma och tar det med Er till hälsoundersökningen**. Ifall Ni har svårigheter med att fylla i någon del, får Ni hjälp på undersökningsplatsen. Före Ni börjar fylla i formuläret, anteckna nertill när Ni påbörjade ifyllandet.

Datum: _____/_____/200_____

SVARSANVISNINGAR

Frågorna besvaras vanligen genom att omringa den alternativa siffra som bäst beskriver Er egen situation eller åsikt, eller genom att anteckna det efterfrågade antalet i det reserverade utrymmet. I vissa fall ombes Ni att skriva in det efterfrågade svaret i det reserverade utrymmet. Vid vissa frågor ges särskilda kompletterande svarsanvisningar. Svarexempel:

1. **Har Ni på senare tid kunnat njuta av Era vanliga dagliga förehavanden?**

5 ofta

4 ganska ofta

3 ibland

2 ganska sällan

1 aldrig

2. **Hur lång var Ni vid 20 års ålder?**

_____cm

3. **Har Ni till Ert förfogande antingen dator, e-post och/eller internetförbindelse?**

0 Nej → övergå till fråga 4

1 Ja

4. **Hur mycket men har Ni av Era symptom i Era fritidssysselsättningar?**

0.....1.....2..... 3.....4.....5.....6.....7.....8.....9.....10

Inga men alls

Värsta tänkbara dvs.
mycket stort men

FUNKTIONSFÖRMÅGA OCH LIVSKVALITET

1. Välj bland följande alternativ genom att omringa det som bäst beskriver Ert hälsotillstånd i dag och Er funktionsförmåga

1.1 Rörelseförmåga

- 1 Jag har inte svårigheter med att gå
- 2 Jag har i viss mån svårigheter med att gå
- 3 Jag är sängpatient

1.2 Att reda sig själv

- 1 Jag klarar utan svårighet av att tvätta mig, klä mig och i övrigt reda mig själv
- 2 Jag har i viss mån svårigheter med att tvätta mig, klä mig och i övrigt reda mig själv
- 3 Jag klarar inte av att tvätta mig eller klä mig själv.

1.3 Vanliga vardagssysslor

- 1 Jag klarar utan svårighet av mina viktigaste uppgifter (t.ex. arbete, studier, hemarbete och/eller fritidssysselsättningar)
- 2 Jag har i viss mån svårigheter med att klara av mina vanliga uppgifter
- 3 Jag klarar inte ensam av mina dagliga förehavanden (vardagssysslor)

1.4 Smärtor och besvär

- 1 Jag har inte smärtor eller besvär
- 2 Jag har i viss mån smärtor eller besvär
- 3 Jag har ytterst svåra smärtor eller besvär

1.5 Ångest och depression

- 1 Jag är inte ångestfylld eller deprimerad
- 2 Jag är ganska ångestfylld eller deprimerad
- 3 Jag är mycket ångestfylld eller deprimerad

2. Bedöm Ert eget hälsotillstånd i dag genom att på skalan nedan omringa den siffra som bäst motsvarar Ert hälsotillstånd för tillfället. Det sämsta möjliga hälsotillståndet beskrivs av siffran 0 och det bästa möjliga av siffran 10.

0.....1.....2.....3.....4.....5.....6.....7.....8.....9.....10

Sämsta
möjliga hälsa

Bästa
möjliga hälsa

3. Härnäst ber vi Er att bedöma hur gott Ni anser Ert liv vara, dvs. livskvaliteten under den senaste månaden (30 dygn)? Bedöm Er livskvalitet genom att av siffrorna på skalan nedan omringa den som bäst beskriver Er livskvalitet. Den sämsta möjliga livskvaliteten beskrivs av siffran 0 och den bästa möjliga av siffran 10.

0.....1.....2.....3.....4.....5.....6.....7.....8.....9.....10
Sämsta Bästa
möjliga livskvalitet möjliga livskvalitet

4. Har Ni någon långvarig sjukdom, lyte eller handikapp?

0 Nej → övergå till fråga 6
1 Ja

5. Bedöm hurudan olägenhet symptomen, sjukdomarna eller skadorna orsakar genom att omringa det alternativ som bäst beskriver olägenhetens omfattning.

5.1. Olägenhet i fritidssysselsättningar

0.....1.....2.....3.....4.....5.....6.....7.....8.....9.....10
Ingen olägenhet Värsta möjliga dvs.
alls synnerligen stor olägenhet

5.2. Olägenhet vid skötande av hushållsarbetet

0.....1.....2.....3.....4.....5.....6.....7.....8.....9.....10
Ingen olägenhet Värsta möjliga dvs.
alls synnerligen stor olägenhet

5.3. Olägenhet i arbetet

0.....1.....2.....3.....4.....5.....6.....7.....8.....9.....10
Ingen olägenhet Värsta möjliga dvs.
alls synnerligen stor olägenhet

6. Har Ni på senare tid kunnat njuta av Era vanliga dagliga förehavanden?

5 ofta
4 ganska ofta
3 ibland
2 ganska sällan
1 aldrig

7. Har Ni på senare tid varit pigg och aktiv?

5 ofta
4 ganska ofta
3 ibland
2 ganska sällan
1 aldrig

8. Har Ni på senare tid känt Er förhoppningsfull inför framtiden?

- 5 ofta
- 4 ganska ofta
- 3 ibland
- 2 ganska sällan
- 1 aldrig

UTKOMST OCH SJUKKOSTNADER

9. Hur skulle Ni karakterisera sambandet mellan inkomster och utgifter i Er nuvarande egen ekonomi?

- 1 Pengarna räcker väl till våra egna behov och det blir rentav över
- 2 Pengarna räcker lämpligt till våra egna behov
- 3 Vi måste i viss mån pruta på vår konsumtion
- 4 Vi måste pruta mycket på vår konsumtion, men vi klarar oss på vår inkomst
- 5 Vi måste pruta på all vår konsumtion och klarar oss inte på vår inkomst
- 6 Kan inte säga / svårt att bedöma

10. Hur har Er ekonomiska situation utvecklats under de senaste tre åren?

- 1 Förändrats i bättre riktning
- 2 Varit oförändrad
- 3 Förändrats i sämre riktning

11. Har Era egna eller Er familjs sjukkostnader i år varit så stora, att ni för den skull har varit tvungna att...? (Ni kan omringa flera alternativ)

- 1 Inskränka på Era övriga regelbundna utgifter
- 2 Utnyttja Era besparingar
- 3 Skuldsätta Er
- 4 Ty Er till hjälp av släktingar eller vänner
- 5 Ty Er till kommunalt utkomststöd
- 6 Har inte varit så stora

VANLIGA SYMPTOM

12. I det följande efterfrågas Era symptom under senare tid. I vilken mån besväras Ni av...?

		Inte alls	Ganska litet	I någon mån	Ganska mycket	Avsevärt mycket
1.	huvudvärk	1	2	3	4	5
2.	en känsla av kraftlöshet eller svindel	1	2	3	4	5
3.	hjärt- eller bröstsmärtor	1	2	3	4	5

		Inte alls	Ganska litet	I någon mån	Ganska mycket	Avsevärt mycket
4.	smärtor i nedre delen av ryggen	1	2	3	4	5
5.	illamående / magbesvär	1	2	3	4	5
6.	muskelvärk	1	2	3	4	5
7.	andningssvårigheter	1	2	3	4	5
8.	heta och kalla blodvallningar	1	2	3	4	5
9.	stickande känsla eller domning i någon kroppsdel	1	2	3	4	5
10.	en känsla av en klump i halsen	1	2	3	4	5
11.	en känsla av svaghet i olika kroppsdelar	1	2	3	4	5
12.	en känsla av tyngd i armar eller ben	1	2	3	4	5
13.	fortgående smärtor och värk	1	2	3	4	5

13. Har Ni haft följande övriga allmänna symptom eller besvär under den senaste månaden (30 d)?

		Inte alls	Ganska litet	I någon mån	Ganska mycket	Avsevärt mycket
1.	svullna fötter	1	2	3	4	5
2.	sömlöshet eller sömnstörningar	1	2	3	4	5
3.	nervositet eller spänning	1	2	3	4	5
4.	nedstämdhet eller depression	1	2	3	4	5
5.	kraftlöshet eller trötthet	1	2	3	4	5
6.	försvagning av minne eller koncentrationsförmåga	1	2	3	4	5
7.	överansträngning eller utmattnings	1	2	3	4	5

		Inte alls	Ganska litet	I någon mån	Ganska mycket	Avsevärt mycket
8.	irritation	1	2	3	4	5
9.	handsvettning	1	2	3	4	5
10.	stegrad puls	1	2	3	4	5

VIKT OCH LÄNGD

14. Har Ni gått upp i vikt under de senaste 12 månaderna?

0 Nej

1 Ja, jag har gått upp ca _____ kilo

15. Har Ni gått ner i vikt under de senaste 12 månaderna?

0 Nej

1 Ja, jag har gått ner ca _____ kilo

16. Har Ni försökt banta under de senaste 12 månaderna?

0 Nej

1 Ja

17. Hur mycket väger Ni i dag?

_____kilo (uppskattning räcker)

18. Hur mycket vägde Ni (uppskattning räcker)

a) vid ca 20 års ålder? _____ kilo

b) vid ca 30 års ålder? _____ kilo

c) vid ca 40 års ålder? _____ kilo

d) vid ca 50 års ålder? _____ kilo

Ifall Ni inte ännu har uppnått 40 eller 50 års ålder, lämna punkterna c och d tomma.

19. Hur lång var Ni vid 20 års ålder?

_____cm

FRITIDSSYSSELSÄTTNINGAR

20. Hur ofta ägnar Ni er i genomsnitt åt någon av följande sysselsättningar?

	Varje dag eller de flesta dagar	En eller två gångar i veckan	En eller två gånger I månaden	En eller några få gångar om året	Ännu mera sällan eller aldrig
1 Klubb- eller föreningsverksamhet (inklusive samhälleliga förtroende- uppdrag)	5	4	3	2	1
2 Besök på teater, bio, konserter, konstutställningar, idrottstävlingar o. dyl.	5	4	3	2	1
3 Studier	5	4	3	2	1
4 Kyrkobesök eller andra religiösa aktiviteter	5	4	3	2	1
5 Motion, jakt, fiske, trädgårdsskötsel eller annat friluftsliv	5	4	3	2	1
6 Besök på restauranger, kaféer, eller danstillställningar i rekreationssyfte	5	4	3	2	1
7 Läser böcker, lyssnar på skivor eller band	5	4	3	2	1
8 Handarbete, hobbyarbeten, musicering, sång, fotografering, målning, samlarverksamhet o. dyl.	5	4	3	2	1
9 Resor till utlandet	5	4	3	2	1
10 Visiter hos släktingar, vänner eller grannar	5	4	3	2	1
11 Ärenden I affärer, banken, posten o.dyl.	5	4	3	2	1
12 Besök av vänner, släktingar eller grannar i Ert hem	5	4	3	2	1
13 Matlagning, bakning o.dyl.	5	4	3	2	1
14 Telefonsamtal	5	4	3	2	1
15 Tittar på TV, hör på radio	5	4	3	2	1
16 Läser tidningar och tidskrifter	5	4	3	2	1

ANVÄNDNING AV DATOR

Vid frågorna 21 och 23 kan Ni omringa flera alternativ.

21. Har Ni regelbundet till Ert förfogande något av följande medier:

- 0 inget → övergå till fråga 24
- 1 dator
- 2 e-post
- 3 internet

22. Hur mycket använder Ni mikrodator eller datorterminal annat än under arbetstiden i genomsnitt?

- 0 jag använder inte alls under fritiden
- 1 jag använder under fritiden numera dagligen i genomsnitt _____ timmar _____ minuter och har använt i totalt _____ år

23. För vilket ändamål använder Ni internet?

- 0 jag använder inte alls internet
- 1 för att sköta bankärenden
- 2 för att köpa och sälja varor o.dyl.
- 3 för att söka information
- 4 för användning av sjuk- och hälsovårdstjänster
- 5 för användning av offentliga tjänster
- 6 för annat, vad _____

INFORMATIONSSÖKNING GÄLLANDE HÄLSA OCH SJUKDOMAR

Vid frågorna 24 och 25 kan Ni omringa flera alternativ

24. Varifrån har Ni under de senaste 12 månaderna skaffat Er information om Er hälsa och Era sjukdomar?

- 0 ingenstans ifrån
→ övergå till fråga 27
- 1 ur läkarböcker
- 2 ur andra böcker
- 3 ur tidningar, upplysnings-broschyrer mm.
- 4 genom diskussion med läkaren
- 5 genom diskussion med hälsovårdaren, sjukskötaren o.dyl.
- 6 genom diskussion med apotekspersonal
- 7 genom TV- och radioprogram med hälsan som tema
- 8 via internet
- 9 ur cd-rom -produkter, video-filmer
- 10 från annat håll

25. Vilka av följande internet-, hälso- eller sjukvårdstjänster har Ni utnyttjat?

- 0 inga → övergå till fråga 27
- 1 egenläkartjänster
- 2 läkartjänster
- 3 information om hälsotjänster
- 4 databaser
- 5 diskussions- eller stödgrupper med hälsan som tema
- 6 andra, vad _____

26. Har Ni diskuterat den funna informationen med läkare eller annan yrkesperson inom hälsovården?

0 Nej

1 Ja

MOTION

MOTIONSUTÖVNING

27. Hur mycket rör Ni på Er och anstränger Er fysiskt under fritiden?

Ifall ansträngningen varierar mycket under olika årstider, anteckna det alternativ som bäst beskriver Er genomsnittliga situation.

- 1 under fritiden läser jag, ser på TV och ägnar mig åt sysslor där jag inte rör särskilt mycket på mig, och som inte anstränger mig fysiskt
- 2 under fritiden promenerar jag, cyklar och rör på mig på annat sätt minst 4 timmar per vecka
- 3 under fritiden ägnar jag mig åt egentlig motionsidrott i genomsnitt minst 3 timmar per vecka
- 4 jag tränar under fritiden i tävlings syfte regelbundet flera gånger per vecka (svara här också om Ni tränar som heltidssyssla som förberedelse för tävlingsidrott).

28. Hur ofta ägnar Ni Er åt motion under fritiden minst en halv timme per gång, så att Ni åtminstone i någon mån blir andfådd och svettas?

- 1 dagligen
- 2 4 - 6 gånger per vecka
- 3 2 - 3 gånger per vecka
- 4 en gång per vecka
- 5 2 - 3 gånger per månad
- 6 några gånger per år eller mera sällan

Följande frågor preciserar Er motion och hur ansträngande den är

MOTION UNDER FRITIDEN OCH I HEMMETS SYSSLOR

Tung motion

29. Under hur många dagar under en vanlig vecka gör Ni någonting som kräver hård eller tung fysisk ansträngning minst 10 minuter åt gången, såsom t.ex. löpning, aerobic, tungt trädgårdsarbete eller annan aktivitet som leder till klart snabbare andhämtning och stegrad puls?

(anteckna 0 om Ni inte rör Er på detta sätt en enda dag per vecka)

_____ dagar per vecka

30. Hur mycket tid använder Ni totalt till tung motion under de dagar då Ni ägnar Er åt tung motion minst 10 minuter åt gången?

_____ timmar _____ minuter

Måttlig motion

31. Under hur många dagar under en vanlig vecka gör Ni någonting som kräver måttlig fysisk ansträngning minst 10 minuter åt gången, såsom t.ex. cykelåkning, dammsugning, trädgårdsskötsel eller annan aktivitet som leder till i viss mån snabbare andhämtning och stegrad puls? (Inkludera inte med promenader i Ert svar).

_____dagar per vecka

32. Hur mycket tid använder Ni totalt till måttlig motion under de dagar då Ni ägnar Er åt måttlig motion minst 10 minuter åt gången?

_____timmar_____minuter

PROMENERANDE OCH SITTANDE

33. Hur många dagar under en vanlig vecka promenerar Ni raskt eller i snabb takt minst 10 minuter åt gången för att ta Er från en plats till en annan eller för avkoppling, välbefinnande eller konditionens skull?

_____dagar per vecka

34. Hur mycket tid använder Ni totalt till rask promenad under de dagar då Ni promenerar raskt eller i snabb takt minst 10 minuter åt gången?

_____timmar_____minuter

Tänk nu på den tid som Ni ägnar åt att sitta under en vanlig vecka medan Ni är hemma, på arbetet, förflyttar Er med fordon från en plats till en annan, eller under Er fritid.

35. Hur många timmar totalt använder Ni under en vanlig vardag till att sitta, t.ex. när Ni besöker Era vänner, läser, ser på TV, vilar eller sitter vid bordet eller framför datorn?

_____timmar_____minuter

36. Hur många timmar totalt använder Ni under en vanlig dag under veckoslutet till att sitta, t.ex. när Ni besöker Era vänner, läser, ser på TV, vilar eller sitter vid bordet eller framför datorn?

_____timmar_____minuter

MOTION UNDER ARBETSRESORNA

37. Hur många minuter promenerar eller cyklar Ni under Era arbetsresor? Räkna samman den tid som åtgår för resorna till och från arbetet.

- 1 jag arbetar inte eller arbetar hemma
- 2 jag gör arbetsresorna helt med motorfordon
- 3 under 15 minuter per dag
- 4 15 - 29 minuter per dag
- 5 30 - 59 minuter per dag
- 6 1 - 2 timmar per dag
- 7 2 timmar eller mera per dag

ALKOHOLBRUK

38. Bruk av alkoholdrycker. Omringa det alternativ som bäst beskriver Ert eget bruk.

- 1 Jag har varit nykter hela mitt liv (eller smakat alkoholdrycker högst 10 gånger under hela mitt liv)
- 2 Jag har tidigare använt alkoholdrycker från år 19____, men har slutat för _____ år sedan
- 3 Jag har använt alkoholdrycker från år 19____, och använder dem alltjämt

ALLA ALKOHOLDRYCKER

39. Hur ofta har Ni druckit alkoholdrycker under de senaste 12 månaderna?

- 0 inte en enda gång
→ övergå till fråga 52
- 1 6-7 gånger per vecka
- 2 4-5 gånger per vecka
- 3 2-3 gånger per vecka
- 4 en gång per vecka
- 5 ett par gånger per månad
- 6 ca en gång per månad
- 7 ca en gång per ett par månader
- 8 3-4 gånger per år
- 9 en eller ett par gånger per år

ÖL, CIDER ELLER LONG DRINK -DRYCKER

40. Hur ofta har Ni druckit öl, cider eller long drink-drycker under de senaste 12 månaderna?

- 0 inte en enda gång
→ övergå till fråga 43
- 1 6-7 gånger per vecka
- 2 4-5 gånger per vecka
- 3 2-3 gånger per vecka
- 4 en gång per vecka
- 5 ett par gånger per månad
- 6 ca en gång per månad
- 7 ca en gång per ett par månader
- 8 3-4 gånger per år
- 9 en eller ett par gånger per år

41. Hur mycket öl, cider eller long drink-drycker drack Ni vanligen per dag, när Ni drack av dessa drycker?

En flaska = 1/3 liters flaska

- 1 15 flaskor eller mera, hur många flaskor? _____ flaskor
- 2 11-14 flaskor
- 3 ca 10 flaskor
- 4 6-9 flaskor
- 5 4-5 flaskor
- 6 tre flaskor (två halv liters stop)
- 7 två flaskor
- 8 ca en flaska
- 9 mindre än en flaska

42. Uppskatta ännu hur mycket Ni drack per vecka av dessa drycker i genomsnitt under den senaste månaden

- 0 Inte en enda flaska per vecka
- 1 _____ flaskor per vecka

43. Hur ofta drack Ni vin under de senaste 12 månaderna?

- 0 inte en enda gång
→ övergå till fråga 46
- 1 6-7 gånger per vecka
- 2 4-5 gånger per vecka
- 3 2-3 gånger per vecka
- 4 en gång per vecka
- 5 ett par gånger per månad
- 6 ca en gång per månad
- 7 ca en gång per ett par månader
- 8 3-4 gånger per år
- 9 en eller ett par gånger per år

44. Hur mycket vin drack Ni vanligen per dag, när Ni drack vin?

Stor flaska = 0,75 liters flaska
Liten flaska = 0,37 liters flaska
 = ½ stor flaska

- 1 två stora flaskor eller mera, hur många flaskor? _____ flaskor
- 2 ca en och en halv stor flaska
- 3 ca en stor flaska (ca 0,75 liter)
- 4 ca en halv liter
- 5 ca en liten flaska (ca 0,37 liter)
- 6 ca två glas
- 7 ca ett glas
- 8 mindre än ett glas

45. Uppskatta ännu hur mycket vin Ni i genomsnitt har druckit per vecka under den senaste månaden.

- 0 inte alls
- 1 mindre än ett glas (8 cl) per vecka
- 2 1 - 4 glas per vecka
- 3 ½ - mindre än 3 hela flaskor per vecka
- 4 3 - mindre än 5 hela flaskor per vecka
- 5 5 hela flaskor eller mera per vecka

STARKA ALKOHOLDRYCKER

46. Hur ofta drack Ni brännvin eller andra starka alkoholdrycker under de senaste 12 månaderna?

- 0 inte en enda gång → övergå till fråga 49
- 1 6-7 gånger per vecka
- 2 4-5 gånger per vecka
- 3 2-3 gånger per vecka
- 4 en gång per vecka
- 5 ett par gånger per månad
- 6 ca en gång per månad
- 7 ca en gång per ett par månader
- 8 3-4 gånger per år
- 9 en eller ett par gånger per år

47. Hur mycket brännvin eller andra starka alkoholdrycker drack Ni vanligen per dag, när Ni drack starka drycker?

elflaska	= 0,75 liter
Halvflaska	= 0,5 liter
(t.ex. Koskenkorva, Bordsbrännvin o.dyl. flaska)	
1 liten flaska	= 0,37 liter
(t.ex. platta fickpluntor)	
Restaurangportion	= 4 cl

- 1 mera än två halv liters flaskor, hur många hela flaskor? _____ flaskor
- 2 ca två halv liters flaskor (eller en liters flaska)
- 3 ca en helflaska (0,75 liter)
- 4 ca en halv liters flaska
- 5 ca en liten flaska (0,37 liter)
- 6 något mindre än en liten flaska (ca 0,30 liter)
- 7 ca fem restaurangportioner (ca 20 cl)
- 8 ca fyra restaurangportioner (ca 16 cl)
- 9 ett par restaurangportioner (ca 8 cl)
- 10 ca en restaurangportion (ca 4 cl)

48. Uppskatta ännu hur mycket starka drycker Ni har druckit i genomsnitt per vecka under den senaste månaden.

- 0 inte alls
- 1 mindre än ett glas (4 cl per vecka)
- 2 1 - 6 glas per vecka
- 3 ½ - mindre än 2 halv liters flaskor (7 - 24 glas) per vecka
- 4 2 halv liters flaskor (1 liter) - mindre än 4 halv liters flaskor
- 5 4 halv liters flaskor (2 liter) eller mera

STÖRSTA ENGÅNGSKONSUMTION

Tänk nu på den dag under de senaste 12 månaderna då Ni drack mest alkohol (öl, vin, starka drycker eller vilken som helst dryck som innehåller alkohol). Uppskatta den mängd alkohol Ni drack som antal portioner med hjälp av nedanstående tabell och besvara frågorna 49 - 50.

Portionerna uppskattas som följer

1 portion =	en flaska (1/3 liter) mellanöl eller ett glas (12 cl) svagt vin eller ett glas (8 cl) starkvin eller ett glas (4 cl) brännvin eller annan starkdryck
En flaska (0,33 l) A-öl eller Gin Long Drink	= 1,25 portioner
En stor flaska (0,5 l) mellanöl	= 1,5 portioner
En stor flaska (0,5 l) A-öl	= 2 portioner
En halv korg (12 fl) 1/3 liters flaskor mellanöl	= 12 portioner
En flaska (0,75 l) vin	= 7 portioner
En flaska (0,75 l) starkvin	= 10 portioner
En flaska (0,5 l) stark dryck (t.ex. Koskenkorva)	= 12 portioner
En flaska (0,75 l) stark dryck (t.ex. vodka, whisky)	= 18 portioner

49. Hur många portioner alkohol drack Ni totalt under den dag då Ni drack mest alkohol under de senaste tolv (12 mån) månaderna?

_____portioner

Besvara följande fråga 50 så, att Ni **startar från den rad som motsvarar det antal portioner som Ni nyss nämnde**, och går neråt en rad i sänder till seriens slut.

Exempel: Om ni svarade 6 portioner, börja svaret från rad 6. Om Ni åter svarade 9 portioner, börja svaret från rad 4.

50. Hur ofta under de senaste 12 månaderna drack Ni totalt

- | | | |
|---|---|-----------|
| 1 | 15 portioner eller mera alkohol under en dag? | _____gång |
| 2 | 13-14 portioner alkohol under en dag | _____gång |
| 3 | 11-12 portioner alkohol under en dag | _____gång |
| 4 | 9-10 portioner alkohol under en dag | _____gång |
| 5 | 7-8 portioner alkohol under en dag | _____gång |
| 6 | 5-6 portioner alkohol under en dag | _____gång |
| 7 | 3-4 portioner alkohol under en dag | _____gång |
| 8 | 1-2 portioner alkohol under en dag | _____gång |

51. Hur många gånger under de senaste 12 månaderna har Ni efter att ha druckit alkohol haft uppenbar baksmälla när Ni vaknat?

0 inte en enda gång

1 ca_____gånger

VÅRD AV ALKOHOLPROBLEM

52. Har Ni under de senaste 12 månaderna utnyttjat några hälso- eller socialvårdstjänster på grund av alkoholproblem?

0 Nej

→ övergå till fråga 60

1 Ja

53. Vilka av följande tjänster har Ni utnyttjat på grund av alkoholproblem?

Hur många gånger under de senaste 12 månaderna?

1 Hälsocentral _____gånger

2 Företagshälsovård _____gånger

3 Mentalvårdsbyrå eller psykiatrisk poliklinik _____gånger

4 A-klinik _____gånger

5 Familje- eller uppfostringsrådgivning _____gånger

6 Läkares eller psykologs privatmottagning _____gånger

7 Psykiatriskt sjukhus _____gånger

8 Annat sjukhus _____gånger

9 Rehabiliteringsanstalt _____gånger

10 Annat _____gånger

11 Ingenting

54. Hos vem har Ni fått vård för alkoholproblem?

1 Psykiater

2 Annan läkare

3 Sjukvårdare/hälsovårdare

4 Annan yrkesperson

55. Ingick i vården samtalsstöd dvs. psykoterapi (ni träffades i över 1 månads tid åtminstone en gång per vecka)?

0 Nej

1 Ja

56. Fick Ni läkemedelsbehandling?

- 0 Nej
1 Ja

57. Får Ni för närvarande läkemedelsbehandling på grund av alkoholproblem?

- 0 Nej
1 Ja

58. Har den vård Ni fått varit Er till hjälp?

- 1 I mycket hög grad
2 I ganska hög grad
3 I någon mån
4 Ganska litet
5 Mycket litet eller inte alls

59. Har Er vård avslutats?

- 0 Nej
1 Ja

SÖTSAKER OCH SÖTA DRYCKER**60. Hur ofta äter eller dricker Ni vanligen av nedannämnda produkter? Svara skilt för varje produkt.**

	två gånger eller oftare per dag	1-2 gånger per dag	2-5 gånger per vecka	sällsyntare	aldrig
Sockrat kaffe eller te	4	3	2	1	0
Andra sockrade drycker: safter, läsk, kakao	4	3	2	1	0
Kola eller lakrits eller torkade frukter, t.ex. russin	4	3	2	1	0
Sötsakspastiller, hårda karameller eller hals- pastiller som innehåller xylitol	4	3	2	1	0
Sötsakspastiller, hårda karameller eller halspastiller som inte innehåller xylitol	4	3	2	1	0
Choklad eller fyllda kex	4	3	2	1	0
Tuggummi som inte innehåller xylitol	4	3	2	1	0
Tuggummi som innehåller xylitol	4	3	2	1	0

FRÄMJANDE AV HÄLSAN

61. Har Ni under de senaste fem åren deltagit åtminstone under någon tid regelbundet i något slag av nedannämnda gruppaktiviteter? Ifall Ni inte har deltagit i något av dessa, besvara endast punkt 12. (En enstaka föreläsning eller diskussion beaktas inte)

	Jag har deltagit för över 12 månader sedan	Jag har deltagit under de senaste 12 månaderna
1 Bantningsgrupp eller -kurs	1	2
2 Rökavvänjningsgrupp eller -kurs	1	2
3 Nack- eller ryggkonditionsgrupp	1	2
4 Annan motions- eller konditionsgrupp	1	2
5 Grupp för mentalt välbefinnande (t.ex. sorg-, skilsmäso- eller annan diskussionsgrupp)	1	2
6 Grupp som syftar till att avbryta eller bemästra alkoholbruk (t.ex. AA)	1	2
7 Grupp för anhöriga till insjuknade	1	2
8 Grupp för brytande av något beroende (t.ex. droger, spel eller internet)	1	2
9 Föräldragrupp	1	2
10 Grupp för egenvård av sjukdom (bl.a. hjärt-, cancer- och mentalpatienter)	1	2
11 Någon annan grupp eller kurs	1	2
12 Jag har inte deltagit i något av dessa	0	

LEVNADSMILJÖN

TRYGGHET I NÄRMILJÖN

62. Har Ni en känsla av otrygghet när Ni rör Er i Ert bostadsområde?

- 0 Aldrig
- 1 Mycket sällan
- 2 Ganska sällan
- 3 Ganska ofta
- 4 Mycket ofta

63. Har Ni en känsla av otrygghet när Ni rör Er i det område där Er arbetsplats är belägen, eller under arbetsresorna mellan bostaden och arbetet?

- 0 Jag arbetar inte eller arbetar hemma
- 1 Aldrig
- 2 Mycket sällan
- 3 Ganska sällan
- 4 Ganska ofta
- 5 Mycket ofta

64. Är Ni rädd för att röra Er ensam ute på kvällarna efter kl. 22.00?

- 0 Jag rör mig inte ensam ute på kvällarna eller kan inte säga
- 1 Jag rör mig inte ensam ute på kvällarna, eftersom jag är rädd
- 2 Aldrig
- 3 Ibland
- 4 Ofta

65. Hur många gånger under de senaste 12 månaderna har Ni blivit föremål för sådant våld, som åstadkom synliga spår eller allvarligare skador?

Synliga spår är t.ex. svullna läppar, blått öga eller ytliga sår. Allvarligare skador är t.ex. benbrott, synskador, djupa sår eller skador på inre organ.

- 0 Inte en enda gång
- 1 En gång
- 2 Två gånger
- 3 Flera än två gånger

66. Hur många gånger under de senaste 12 månaderna har Ni blivit föremål för skrämmande hotelser?

- 0 Inte en enda gång
- 1 En gång
- 2 Två gånger
- 3 Flera än två gånger

SOCIAL MILJÖ

67. När Ni tänker på Er uppväxttid, dvs. tiden före Ni fyllt 16 år, så...?

	Nej	Ja	Kan inte säga
1 förekom i Er familj långvariga ekonomiska bekymmer	0	1	2
2 var Er far eller mor ofta arbetslös trots vilja att arbeta	0	1	2
3 hade Er far eller mor någon allvarlig sjukdom eller skada	0	1	2
4 hade Er far alkoholproblem	0	1	2
5 hade Er mor alkoholproblem	0	1	2
6 hade Er far något mentalt problem, t.ex. schizofreni, annan psykos eller depression	0	1	2
7 hade Er mor något mentalt problem, t.ex. schizofreni, annan psykos eller depression	0	1	2
8 förekom det allvarliga konflikter i familjen	0	1	2
9 skildes Era föräldrar	0	1	2
10 var Ni själv allvarligt eller långvarigt sjuk	0	1	2
11 blev Ni mobbad i skolan	0	1	2

68. Bedöm Era möjligheter att få hjälp av Era närstående, om Ni är i behov av hjälp eller stöd. Ni kan vid envar fråga anteckna ett eller flera svarsalternativ.

maka/ någon en nära en nära en nära någon ingen
 make, annan vän arbets- granne annan
 sambo nära kamrat när-
 anhörig stående

På vems hjälp kan Ni verkligen lita, när Ni känner Er överansträngd och behöver avkoppling? 1.....2.....3.....4..... 5.....6.....7

Vem kan Ni lita på att verkligen bryr sig om Er, oberoende av vad som händer Er? 1.....2.....3.....4..... 5.....6.....7

Vem kan Ni verkligen lita på att får Er på bättre humör när Ni är nedstämd? 1.....2.....3.....4..... 5.....6.....7

Av vem får Ni praktisk hjälp när Ni behöver sådan? 1.....2.....3.....4..... 5.....6.....7

KÄNSLOR OCH PSYKISKA UPPLEVELSER

69. **Har Ni under den senaste tiden kunnat koncentrera Er på Era uppgifter?**
- 0 bättre än vanligt
 - 1 lika bra som vanligt
 - 2 sämre än vanligt
 - 3 mycket sämre än vanligt
70. **Har Ni under den senaste tiden vakat mycket på grund av bekymmer?**
- 0 inte alls
 - 1 inte mer än vanligt
 - 2 något mer än vanligt
 - 3 mycket mer än vanligt
71. **Har Ni på senare känt, att det att Ni är med om att sköta saker och ting är...**
- 0 nyttigare än vanligt
 - 1 lika nyttigt som vanligt
 - 2 mindre nyttigt än vanligt
 - 3 mycket mindre nyttigt än vanligt
72. **Har Ni under den senaste tiden tyckt att Er förmåga att fatta beslut varit**
- 0 bättre än vanligt
 - 1 lika god som vanligt
 - 2 sämre än vanligt
 - 3 mycket sämre än vanligt
73. **Har Ni på senare tid känt Er vara hela tiden utsatt för påfrestning?**
- 0 inte alls
 - 1 inte mera än vanligt
 - 2 i någon mån mera än vanligt
 - 3 mycket mera än vanligt
74. **Har Ni under den senaste tiden haft en känsla av att Ni inte klarar av Era svårigheter?**
- 0 inte alls
 - 1 inte mer än vanligt
 - 2 något mer än vanligt
 - 3 mycket mer än vanligt
75. **Har Ni under den senaste tiden kunnat njuta av Era vanliga dagliga förehavanden?**
- 0 mer än vanligt
 - 1 lika mycket som vanligt
 - 2 mindre än vanligt
 - 3 mycket mindre än vanligt
76. **Har Ni under den senaste tiden kunnat möta Era svårigheter?**
- 0 bättre än vanligt
 - 1 lika bra som vanligt
 - 2 sämre än vanligt
 - 3 mycket sämre än vanligt
77. **Har Ni känt Er olycklig och nedstämd under den senaste tiden?**
- 0 inte alls
 - 1 inte mer än vanligt
 - 2 något mer än vanligt
 - 3 mycket mer än vanligt
78. **Har Ni under den senaste tiden förlorat Ert självförtroende?**
- 0 inte alls
 - 1 inte mer än vanligt
 - 2 något mer än vanligt
 - 3 mycket mer än vanligt

79. Har Ni under den senaste tiden känt er värdelös som mänska?

- 0 inte alls
- 1 inte mer än vanligt
- 2 något mer än vanligt
- 3 mycket mer än vanligt

80. Har Ni under den senaste tiden på det hela känt Er rätt lycklig?

- 0 mer än vanligt
- 1 lika som vanligt
- 2 mindre än vanligt
- 3 mycket mindre än vanligt

81. Läs igenom nedanstående påståenden och ange genom att omringa, hur väl de stämmer enligt Er egen åsikt.

	Stämmer helt	Stämmer ganska så bra	Stämmer just inte	Stämmer inte alls
Jag anser att de flesta människor är beredda att ljuga för sin egen fördels skull	1	2	3	4
De flesta människor är ärliga och hederliga framför allt av rädsla för att bli ertappade	1	2	3	4
De flesta människor är för att uppnå fördelar beredda att ta också till oärliga medel, om de ärliga inte räcker till	1	2	3	4
Jag undrar ofta vilka de egentliga orsakerna kunde vara, som får andra att göra någonting för mig	1	2	3	4
Ingen bryr sig särskilt mycket om vad som händer åt andra	1	2	3	4
Det är bäst att låta bli att lita på någon	1	2	3	4
De flesta människor skaffar sig vänner därför att de sannolikt är till nytta	1	2	3	4
De flesta människor vill egentligen inte besvära sig för att hjälpa andra	1	2	3	4

SINNELAG OCH KÄNSLOR

82. Nedanstående frågor besvaras genom att Ni först läser igenom de fem svarsalternativ som finns för varje fråga och sedan ringar in siffran för det alternativ som bäst beskriver hur Ni känner. Ni kan ringa in flera alternativ från samma frågeserie om de alla motsvarar Er situation.

- Serie 1
- 1 Jag känner mig inte nedstämd eller ledsen
 - 2 Jag känner mig dystert och ledsen
 - 3 Jag är nedstämd och ledsen hela tiden och kan inte bryta mig ur det
 - 4 Jag är så ledsen eller olycklig att det gör riktigt ont
 - 5 Jag är så ledsen eller olycklig att jag inte står ut
-

- Serie 2
- 1 Jag känner mig inte speciellt pessimistisk eller nedslagen inför framtiden
 - 2 Jag känner mig nedslagen inför framtiden
 - 3 Jag känner att jag inte har något att se fram emot
 - 4 Jag känner att jag aldrig kommer att bli fri från mina problem
 - 5 Jag känner att framtiden är hopplös och att saker och ting inte kan bli bättre
-

- Serie 3
- 1 Jag känner mig inte misslyckad i mitt liv
 - 2 Jag känner att jag har misslyckats mer än andra människor
 - 3 Jag känner att jag har utfört mycket litet som verkligen betyder något
 - 4 När jag ser tillbaka på mitt liv kan jag bara se massor av misslyckanden
 - 5 Jag känner att jag är totalt misslyckad som människa (förälder, make, maka)
-

- Serie 4
- 1 Jag är inte speciellt missnöjd
 - 2 Jag känner mig uttråkad för det mesta
 - 3 Jag får inte nöje av saker och ting på samma sätt som jag tidigare gjort
 - 4 Jag har inget nöje av något nuförtiden
 - 5 Jag är missnöjd med allt
-

- Serie 5
- 1 Jag känner inte särskilda skuld känslor
 - 2 Jag känner mig dålig och värdelös
 - 3 Jag känner mycket skuld känslor
 - 4 Jag känner mig dålig och ovärdig praktiskt taget jämt
 - 5 Jag känner mig som en rakt igenom dålig och värdelös person
-

- Serie 6
- 1 Jag känner det inte som om jag bestraffas
 - 2 Jag har en känsla av att något negativt kan hända mig
 - 3 Jag känner mig som om jag bestraffas eller kommer att bestraffas
 - 4 Jag känner att jag gjort mig förtjänt av bestraffning
 - 5 Jag vill bli bestraffad

- Serie 7
- 1 Jag känner mig inte besviken på mig själv
 - 2 Jag är besviken på mig själv
 - 3 Jag ogillar mig själv
 - 4 Jag känner avsky för mig själv
 - 5 Jag hatar mig själv
-

- Serie 8
- 1 Jag känner inte att jag är sämre än andra
 - 2 Jag kritiserar mig själv för mina svagheter och misstag
 - 3 Jag klandrar mig själv för allt som går på tok
 - 4 Jag tycker att jag har för många svaga sidor
 - 5 Jag tycker att jag är helt misslyckad
-

- Serie 9
- 1 Jag har inga tankar på att skada mig själv
 - 2 Jag har tankar på att skada mig själv men skulle inte utföra dem
 - 3 Jag känner att det vore bättre om jag vore död
 - 4 Jag känner att min familj skulle ha det bättre om jag vore död
 - 5 Jag önskar att jag vore död
-

- Serie 10
- 1 Jag gråter inte mer än vanligt
 - 2 Jag gråter mer nu än tidigare
 - 3 Jag gråter jämt nuförtiden och kan inte sluta.
 - 4 Jag brukade kunna gråta men nu kan jag inte gråta fastän jag skulle vilja
-

- Serie 11
- 1 Jag är inte mer irriterad nu än tidigare
 - 2 Jag blir förargad eller irriterad lättare nu än tidigare
 - 3 Jag känner mig jämt irriterad
 - 4 Jag blir inte irriterad över saker som tidigare irriterade mig
-

- Serie 12
- 1 Jag har inte tappat intresset för andra människor
 - 2 Jag är mindre intresserad av andra människor nu än tidigare
 - 3 Jag har förlorat det mesta av mitt intresse och mina känslor för andra människor
 - 4 Jag har förlorat allt mitt intresse för andra människor och bryr mig inte alls om dem
-

- Serie 13
- 1 Jag kan fatta beslut lika bra som tidigare
 - 2 Jag har blivit osäkrare och jag försöker skjuta upp att fatta beslut
 - 3 Jag har stora svårigheter att fatta beslut
 - 4 Jag kan inte alls fatta några beslut mer

- Serie 14
- 1 Jag känner inte att jag ser sämre ut nu än tidigare
 - 2 Jag är oroad över att jag ser gammal eller oattraktiv ut
 - 3 Jag känner att det finns bestående förändringar i mitt utseende som gör mig oattraktiv
 - 4 Jag känner att jag ser ful och motbjudande ut
-

- Serie 15
- 1 Jag kan arbeta lika bra som tidigare
 - 2 Det krävs extra ansträngning att komma igång och göra något
 - 3 Jag arbetar inte lika bra som jag brukade göra
 - 4 Jag måste tvinga mig mycket hårt för att göra något
 - 5 Jag kan inte arbeta överhuvudtaget
-

- Serie 16
- 1 Jag sover lika bra som vanligt
 - 2 Jag känner mig tröttare på morgonen än förut
 - 3 Jag vaknar 1-2 timmar tidigare än vanligt och har svårt att somna om
 - 4 Jag vaknar tidigt varje dag och kan inte sova mer än 5 timmar oavbrutet
-

- Serie 17
- 1 Jag blir inte mer trött än tidigare
 - 2 Jag blir lättare trött nu än tidigare
 - 3 Jag blir trött för ingenting
 - 4 Jag blir för trött för att göra någonting
-

- Serie 18
- 1 Min aptit är inte sämre än tidigare
 - 2 Min aptit är inte lika stor som tidigare
 - 3 Min aptit är mycket mindre nu
 - 4 Jag har ingen aptit alls numera
-

- Serie 19
- 1 Jag har inte alls gått ner i vikt på sistone
 - 2 Jag har förlorat mer än 2,5 kg i vikt
 - 3 Jag har tappat mer än 5 kg i vikt
 - 4 Jag har gått ner mer än 7,5 kg i vikt
-

- Serie 20 Jag har avsiktligt försökt att banta under den senaste tiden
- 1 Nej
 - 2 Ja
-

- Serie 21
- 1 Jag är inte mer bekymrad om min hälsa än vanligt
 - 2 Jag är bekymrad över mina symptom, som värk och smärta eller magplågor
 - 3 Jag är så bekymrad över mina symptom att det är svårt att tänka på något annat
 - 4 Jag är helt upptagen av min hälsa och mina symptom

- Serie 22
- 1 Jag har inte upptäckt några förändringar i mitt intresse för sex
 - 2 Jag är mindre intresserad av sex än tidigare
 - 3 Jag är mycket mindre intresserad av sex nuförtiden
 - 4 Jag har helt förlorat intresset för sex

UPPLEVELSE AV ARBETET OCH DESS PÅFRESTNING

83. Har Ni varit i arbete under de senaste 12 månaderna?

- 0 Nej → övergå till slutet av formulären
 1 Ja

Ifall Ni inte är i arbete för närvarande, ber vi Er att besvara frågan med tanke på det senaste arbete Ni haft.

84. Hur fysiskt ansträngande är Ert arbete? Välj den alternativ som bäst passar till Er situation.

- 1 jag arbetar huvudsakligen i sittande ställning och går inte mycket i arbetet
- 2 jag går ganska mycket i mitt arbete men behöver inte lyfta eller bära tunga föremål
- 3 jag är tvungen att gå och lyfta mycket i mitt arbete eller gå i trappor eller upp på backar
- 4 mitt arbete är tungt kroppsarbete där jag är tvungen att lyfta eller bära tunga föremål, att gräva, skovla eller hugga eller göra något annat tungt arbete

85. I det följande ber vi Er bedöma hur Ni upplever Ert arbete och Er arbetsprestation, i synnerhet hur ofta Ni upplever att Er egen situation stämmer överens med påståendet.

	Aldrig	Någon gång per år	En gång i månaden	Några gånger i månaden	En gång i veckan	Några gånger per vecka	Dagligen
Jag känner mig mentalt utpumpad i mitt arbete	0	1	2	3	4	5	6
Jag känner mig vara helt slut	0	1	2	3	4	5	6
Jag är trött redan på morgonen när jag vet, att jag måste möta en ny arbetsdag	0	1	2	3	4	5	6

	Aldrig	Någon gång per år	En gång i månaden	Några gånger i månaden	En gång i veckan	Några gånger per vecka	Dagligen
Att arbeta dagen lång känns verkligen ansträngande för mig	0	1	2	3	4	5	6
Jag förmår effektivt lösa de problem som möter mig i mitt arbete	0	1	2	3	4	5	6
Jag känner mig helt utmattad av mitt arbete	0	1	2	3	4	5	6
Jag känner att jag för egen del inverkar effektivt på den här organisationens verksamhet	0	1	2	3	4	5	6
Mitt intresse för mitt arbete har avtagit från det när jag började i det här arbetet	0	1	2	3	4	5	6
Jag är inte längre så entusiasmerad av mitt arbete	0	1	2	3	4	5	6
Jag anser att jag är bra på det här arbetet	0	1	2	3	4	5	6
Jag gläder mig när jag åstadkommer någonting i mitt arbete	0	1	2	3	4	5	6
Jag anser att jag har åstadkommit mycket värdefullt i det här arbetet	0	1	2	3	4	5	6
Jag vill bara sköta mitt arbete och bli lämnad i fred	0	1	2	3	4	5	6
Jag har börjat tvivla på om mitt arbete är till någon nytta	0	1	2	3	4	5	6
Jag håller på att förlora min tro på att mitt arbete har någon betydelse	0	1	2	3	4	5	6
Jag litar på att jag kan sköta mina uppgifter effektivt	0	1	2	3	4	5	6

ARBETSFÖRHÅLLANDEN

86. I det följande framförs några påståenden som gäller Ert arbete.

	Helt av samma åsikt	I stort sett av samma åsikt	Inte av samma men inte heller av annan åsikt	I stort sett av annan åsikt	Helt av annan åsikt
a. Jag måste vara snabb i mitt arbete	1	2	3	4	5
b. Mitt arbete kräver att jag arbetar synnerligen hårt	1	2	3	4	5
c. Av mig förutsätts en orimlig arbetsmängd	1	2	3	4	5
d. Jag har tillräckligt med tid för att få mitt arbete gjort	1	2	3	4	5
e. Mitt arbete präglas av en synnerligen intensiv arbetstakt	1	2	3	4	5
f. Jag kan fatta många självständiga beslut i mitt arbete	1	2	3	4	5
g. Mitt arbete förutsätter kreativitet av mig	1	2	3	4	5
h. Mitt arbete kräver att jag lär mig nya saker	1	2	3	4	5
i. I mitt arbete ingår mycket uppgifter som upprepar sig oförändrade	1	2	3	4	5
j. Jag har mycket att säga till om mitt eget arbete	1	2	3	4	5

	Helt av samma åsiikt	I stort sett av samma åsiikt	Inte av samma men inte heller av annan åsiikt	I stort sett av annan åsiikt	Helt av annan åsiikt
k. Mitt arbete kräver högt utvecklade färdigheter	1	2	3	4	5
l. Jag får göra många olika saker i mitt arbete	1	2	3	4	5
m. Jag har möjlighet att utveckla mina egna speciella färdigheter	1	2	3	4	5
n. Jag har mycket liten frihet att besluta om hur jag gör mitt arbete	1	2	3	4	5
o. Jag får vid behov stöd av min närmaste chef	1	2	3	4	5
p. Jag får vid behov stöd av mina arbetskamrater	1	2	3	4	5
q. I min arbetsenhet diskuteras tillsammans arbetsuppgifterna, målsättningarna och hur de skall uppnås	1	2	3	4	5
r. Jag är nöjd med den uppskattning som min chef visar mitt arbete	1	2	3	4	5
s. Jag kan tillräckligt reglera när jag kan ta pauser i mitt arbete	1	2	3	4	5
t. Jag kan tillräckligt reglera min arbetsdags längd	1	2	3	4	5

87. Anknyter till Ert arbete följande osäkerhetsfaktorer eller hot?

	Avsevärt mycket	Ganska mycket	I någon mån	Ganska litet	Mycket litet
a. hot om att någon / några arbetsuppgifter skall indras	1	2	3	4	5
b. hot om överflyttning till andra arbetsuppgifter	1	2	3	4	5
c. hot om tvångspermittering	1	2	3	4	5
d. hot om uppsägning	1	2	3	4	5
e. hot om långvarig arbetslöshet	1	2	3	4	5
f. hot om psykiskt våld / mobbning	1	2	3	4	5

88. Hurudan är atmosfären i Er egen arbetsgemenskap?

	Helt av samma åsikt	I stort sett av samma åsikt	Inte av samma men inte heller av annan åsikt	I stort sett av annan åsikt	Helt av annan åsikt
a. Uppmuntrande, stöder nya idéer	1	2	3	4	5
b. Fördomsfull, håller fast vid gamla mönster	1	2	3	4	5
c. Avslappnad och trevlig	1	2	3	4	5
d. Stridslysten och oenig	1	2	3	4	5

89. Hurudana möjligheter har Ni att i Ert nuvarande arbete få utbildning som utvecklar Er yrkesskicklighet och Ert kunnande?

- 1 mycket goda
- 2 ganska goda
- 3 inte goda, men inte heller dåliga
- 4 ganska dåliga
- 5 mycket dåliga

TILL ALLA

Tack för besvaret!

Vi ber Er ännu kontrollera att Ni har besvarat alla frågor. Om Ni inte kunde svara på någon fråga, får Ni hjälp med att fylla i frågeformuläret på undersökningsplatsen.

Underteckna ännu formuläret och kom ihåg att ta det med till hälsoundersökningen!

Datum: ____/____200____

Underskrift