



Hälsoundersökning för högskolestuderande 2016 KOTT 2016

Bästa studerande

Välkommen att besvara hälsoundersökningen för högskolestuderande! Med hjälp av undersökningen samlar vi in information för att stödja och förbättra studerandenas hälsa, välfärd och studieförmåga. Resultaten kan utnyttjas av såväl hälso- och sjukvården som högskolor och studentorganisationer. Hälsoundersökningen för högskolestuderande har genomförts med fyra års intervaller allt sedan år 2000, och yrkeshögskolestuderandena inkluderades år 2008.

Med hjälp av undersökningen får vi information om aktuella problem och trender i anslutning till studerandenas hälsa och studieförmåga samt uppgifter om utvecklingsprojektens effekter. Undersökningsresultaten från tidigare enkäter har använts i många undersökningar och praktiska verksamhetsmodeller, bl.a. för att ta fram en modell för studieförmåga och en mätare för utbrändhet bland studerande, i en handbok för studenthälsovården och i boken *Opiskeluterveys*, rekommendationer för att främja högskolemotion och studieförmågan (på finska).

I enkäten ingår vid sidan av traditionella frågor om hälsa och hälsobeteende även frågor som kartlägger andra sådana områden i livet som vi vet är av betydelse då det gäller studerandenas hälsa och förmåga att orka studera. Frågorna om studier, arbete och studieförhållanden är viktiga även för högskolorna och studentorganisationerna. De specialteman som inkluderats i undersökningen hänför sig till frågor kring de studerandes ålder eller livsskede. För att vi ska kunna förbättra servicen behöver vi mer information om dessa områden.

Undersökningen omfattar också personer som studerar deltid eller som blivit utexaminerade under innevarande läsår. Denna enkät sänds också till alla de universitetsstuderande som besvarade enkäten år 2008 och då var första årets studerande. Vi hoppas på aktivt deltagande också från denna grupp.

Vi hoppas att du kan offra lite tid för att svara på frågorna i enkäten och på så vis främja studerandenas gemensamma väl! **Ditt svar är mycket värdefullt för oss. Ingen annan kan ersätta det.**

Du kan besvara enkäten över internet på adressen

<http://XXXXX/xxxx/??> (på finska)

eller på denna blankett i det bifogade svarskuvertet. Mottagaren betalar portot.

Det är frivilligt att besvara enkäten. Alla uppgifter som du lämnar behandlas konfidentiellt och kommer endast att utnyttjas av forskare. Forskningsresultaten behandlas som statistiska helheter; enskilda personer kan inte identifieras. Den personliga identifieringskoden används endast med tanke på sändning av eventuella nya och kompletterande enkäter. Personuppgifterna kombineras inte med svaren. Det elektroniska undersökningsmaterialet som utformas utifrån de mottagna svaren arkiveras permanent i Finlands samhällsvetenskapliga dataarkiv för senare bruk.

Frågor som gäller undersökningen besvaras av överläkare Kristina Kunttu, tfn 046 710 6111, kristina.kunttu@yths.fi.

Med tack för visat samarbete

**Studenternas hälsovårdsstiftelse
Finlands studerandekårens förbund SAMOK rf**

Anvisningar:

Ringa in siffran för det alternativ som bäst motsvarar ditt svar eller skriv svaret i det utrymme som reserverats.

Ringa in endast en siffra, om inget annat nämns.

Om inget annat nämns vill vi veta hur du agerar i allmänhet.

Läs hela frågan innan du besvarar den.

BAKGRUDSINFORMATION

1. **Ålder** _____ år

2. **Kön** 1 man
 2 kvinna
 3 annat

3. Studieort

1 Esbo	6 Kajana	11 Lahtis	16 Raumo	21 Torneå
2 Helsingfors	7 Kemi	12 Villmanstrand	17 Rovaniemi	22 Åbo
3 Tavastehus	8 Karleby	13 S:t Michel	18 Nyslott	23 Vasa
4 Joensuu	9 Kouvola	14 Uleåborg	19 Seinäjoki	24 Vanda
5 Jyväskylä	10 Kuopio	15 Björneborg	20 Tammerfors	25 Annan, vad?

4. **Din högskola?** *Om du studerar för en grundläggande examen i flera högskolor samtidigt ska du uppgge dem alla, dock inte de högskolor där du redan tagit din examen!*

a) UNIVERSITET

1 Aalto-universitetet	7 Villmanstrands tekniska universitet	13 Teaterhögskolan
2 Helsingfors universitet	8 Uleåborgs universitet	14 Åbo universitet
3 Östra Finlands universitet	9 Sibelius-Akademin	15 Vasa universitet
4 Jyväskylä universitet	10 Svenska handelshögskolan	16 Åbo Akademi
5 Bildkonstakademin	11 Tammerfors tekniska universitet	
6 Lapplands universitet	12 Tammerfors universitet	

b) YRKESHÖGSKOLOR

1 Arcada - Nylands svenska yhs	9 Kymenlaakson amk	17 Saimaan amk
2 Diakonia-ammattikorkeakoulu	10 Yrkeshögskolan i Lappland	18 Satakunnan amk
3 HAAGA-HELIA yhs	11 Lahden amk	19 Savonia-ammattikorkeakoulu
4 Humanistinen amk	12 Laurea-ammattikorkeakoulu	20 Seinäjoen amk
5 Hämeen amk	13 Metropolia amk	21 Tampereen amk
6 Jyväskylän amk	14 Mikkelin amk	22 Turun amk
7 Kajaanin amk	15 Oulun seudun amk	23 Vaasan amk
8 Keski-Pohjanmaan amk	16 Pohjois-Karjalan amk	24 Yrkeshögskolan Novia

5. **Utbildningsområde** *Välj endast ett alternativ. Om du studerar på flera orter eller har flera utbildnings-områden, svara på basis av dina huvudsakliga studier under detta läsår.*

a) UNIVERSITET

1 Veterinärmedicin	8 Gymnastik- och idrottsvetenskap	15 Konstindustri
2 Farmaci	9 Naturvetenskap	16 Dans
3 Odontologi	10 Medicin	17 Teater
4 Humanistiska ämnen	11 Agronomi/forstvetenskap	18 Teknikvetenskap
5 Pedagogik	12 Musik	19 Teologi
6 Ekonomiska vetenskaper	13 Juridik	20 Hälsovetenskap
7 Bildkonst	14 Psykologi	21 Samhällsvetenskap

b) YRKESHÖGSKOLOR

- | | |
|------------------------------------|--|
| 1 Humanistiska ämnen och pedagogik | 5 Turism, restaurang- och hushållsbranschen |
| 2 Kultur | 6 Socialvård, hälsovård och idrott |
| 3 Naturvetenskap | 7 Teknik och kommunikation |
| 4 Naturreсурser och miljö | 8 Samhällsvetenskap, företagsekonomi och förvaltning |

c) Fler än ett utbildningsområde (Kryssa för, om du har)

HÄLSOTILLSTÅND

6. Har någon läkare, tandläkare eller psykolog konstaterat någon kronisk, långvarig eller ofta återkommande sjukdom, defekt eller kroppsskada hos dig som har gett dig symptom eller krävt vård under det senaste året (12 mån.)? (Besvara alla punkter.)

	ei	kyllä		ei	kyllä
1 Diabetes	0	1	17 Ögonsjukdom	0	1
2 Sköldkörtelsjukdom	0	1	18 Öron-, näs- eller halssjukdom	0	1
3 Blodtryckssjukdom, förhöjt blodtryck	0	1	19 Karies (hål i tänderna)	0	1
4 Rytmrubbningar, annan hjärtsjukdom	0	1	20 Inflammerad visdomstand	0	1
5 Ledgångsreumatism, spondylos	0	1	21 Annan mun- eller tandsjukdom		
6 Annan sjukdom i rörelse- apparaten, vad	0	1	t.ex. sjukdom i tuggorganen, munnens slemhinnor eller parodontiet (tändernas stödjevåvnader)	0	1
7 Astma	0	1	22 Migrän	0	1
8 Allergisk snuva eller ögoninflammation	0	1	23 Epilepsi, annan neurologisk sjukdom	0	1
9 Atopiskt eksem	0	1	24 Ätstörning, vilken typ?		
10 Akne	0	1	1 anorexi (självsvält)	0	1
11 Laktosintolerans	0	1	2 bulimi	0	1
12 Annan mag- eller tarmsjukdom	0	1	3 annat (t.ex. hetsättningsstörning)	0	1
13 Återkommande urinvägsinfektion, Njursjukdom	0	1	25 Ångestneuros (panikstörningar, rädsla för sociala situationer osv.)	0	1
14 Sjukdom i de manliga könsorganen	0	1	26 Depression	0	1
15 Gynekologisk sjukdom, vilken?			27 Annan psykisk störning	0	1
1 upprepade inflammationer i slidan	0	1	28 Missbruk eller beroende, av vad?		
2 endometrios	0	1		0	1
3 vulvodyni/ vestibulit	0	1	29 Annan sjukdom, vilken?	0	1
4 annat, vad?	0	1			
16 Synfel (glasögon)	0	1			

7. Har hos dig konstaterats någon inlärningssvårighet eller sjukdom eller skada som påverkar inlärningen, vilken?

Ringa in alla svårigheter som konstaterats hos dig.

- 1 nej
- 2 läs- och skrivsvårighet
- 3 Aspergers syndrom
- 4 inlärningssvårigheter i matematik
- 5 gestaltningssvårighet
- 6 uppmärksamhetsstörning (t.ex. ADHD/ADD)
- 7 synskada
- 8 hörselskada
- 9 annan, vilken? _____

8. Hur beskriver du ditt välbefinnande för närvarande?

1=mycket dåligt, 2=dåligt, 3=tämligen gott, 4=gott, 5=mycket gott	mycket dåligt				mycket gott
1. Fysiskt välbefinnande (bl.a. fysisk hälsa)	1	2	3	4	5
2. Psykiskt välbefinnande (bl.a. psykisk balans)	1	2	3	4	5
3. Socialt välbefinnande (bl.a. sociala nätverk)	1	2	3	4	5
4. Övergripande välbefinnande	1	2	3	4	5

9. Har du haft följande symptom under den senaste månaden (30 dagar)?

Besvara alla punkter.		inte alls	ibland	varje vecka	dagligen eller nästan dagligen
1	huvudvärk	0	1	2	3
2	yrsel	0	1	2	3
3	trötthet eller kraftlöshet	0	1	2	3
4	hjärtklappning, arytm	0	1	2	3
5	besvär i övre ryggen eller nacken	0	1	2	3
6	besvär i nedre ryggen	0	1	2	3
7	smärta i armar, ben eller leder	0	1	2	3
8	magont, halsbränna	0	1	2	3
9	illamående eller uppkastningar	0	1	2	3
10	gasbesvär eller uppsvälldhet	0	1	2	3
11	förstoppning eller diarré	0	1	2	3
12	hetsätande	0	1	2	3
13	snuva eller tilltäpplighet	0	1	2	3
14	långvarig hosta eller andnöd	0	1	2	3
15	halsbesvär (ont, slem)	0	1	2	3
16	känslan av en klump i halsen	0	1	2	3
17	röstproblem, svårare att använda rösten	0	1	2	3
18	örnsus (tinnitus)	0	1	2	3
19	hudproblem	0	1	2	3
20	blödande tandkött eller tandköttproblem	0	1	2	3
21	tandproblem (ilning, värk)	0	1	2	3
22	besvär av visdomständerna	0	1	2	3
23	bettbesvär	0	1	2	3
24	insomningssvårigheter eller uppvakning på natten	0	1	2	3
25	koncentrationssvårigheter	0	1	2	3
26	spändhet eller nervositet	0	1	2	3
27	depression eller nedstämdhet	0	1	2	3
28	ångest	0	1	2	3
29	urineringsbesvär (sveda, flytningar e.d.)	0	1	2	3
30	samlagssmärter	0	1	2	3
31	annat, vad?	0	1	2	3

10. Vilken preventivmetod har du och din partner använt under den senaste månaden?

Vid behov kan du ringa in flera punkter.

0 ingen alls	3 p-plåster	6 hormonspiral
1 kondom	4 vaginalring	7 kopparspiral
2 p-piller	5 p-stav	8 muu, mikä?

11. Längd |__|__|__| cm

12. Vikt |__|__|__| kg

13. Vad anser du om din vikt? *Ange vilket alternativ som beskriver din vikt bäst.*

- 1 klart underviktig
- 2 något underviktig
- 3 lagom
- 4 något överviktig
- 5 klart överviktig

14. Har du ett normalt förhållande till mat? ja nej kan inte säga

- 0 nej
- 1 ja
- 2 kan inte säga

15. Har du tvångsmässiga tankar och/eller handlingar som stör vardagen?

- 0 inte alls
- 1 ibland
- 2 varje vecka
- 3 dagligen eller nästan dagligen

	Nej	Ja
16. Gör du så att du kräks för att du känner dig obehagligt mätt?	0	1
17. Oroar du dig för att du har förlorat kontrollen över hur mycket du äter?	0	1
18. Har du nyligen gått ner mer än 6 kg inom loppet av 3 månader?	0	1
19. Tycker du att du är fet även när andra säger att du är för smal?	0	1
20. Skulle du säga att mat dominerar ditt liv?	0	1

21. Hur bedömer du nedan nämnda faktorer för tillfället?

	- 2	- 1	0	+ 1	+ 2	?
	ETT VERKLIGT PROBLEM, som på ett avgörande sätt försvårar mitt liv just nu	ETT TYDLIGT PROBLEM, som dock inte besvärar mig ständigt och/ eller särskilt kraftigt	Jag har inte haft orsak att fästa särskild uppmärksamhet vid frågan	Vanligen POSITIVA UPPLEVELSER	Något som verkligen ger mig TILLFREDSSTÄLLELSE	Svårt att säga
att få grepp om studierna	- 2	- 1	0	+ 1	+ 2	?
att uppträda, t.ex. hålla föredrag	- 2	- 1	0	+ 1	+ 2	?
att skapa kontakt med studiekompisar och människor i allmänhet	- 2	- 1	0	+ 1	+ 2	?
att få kontakt med det kön som intresserar mig sexuellt	- 2	- 1	0	+ 1	+ 2	?
min sexualitet	- 2	- 1	0	+ 1	+ 2	?
mitt förhållande till föräldrarna	- 2	- 1	0	+ 1	+ 2	?
planeringen av framtiden	- 2	- 1	0	+ 1	+ 2	?
min egen styrka och förmåga	- 2	- 1	0	+ 1	+ 2	?
min sinnesstämning i allmänhet	- 2	- 1	0	+ 1	+ 2	?

22. Denna fråga innehåller 10 påståenden om hur du har haft det DEN SENASTE VECKAN.

Läs varje påstående och tänk efter hur ofta det har varit på detta sätt under den senaste veckan. Kryssa i det alternativ som stämmer bäst för Dig.

Under senaste veckan...	Aldrig	Sällan	Då och då	Ofta	Nästan hela tiden
1 Jag har känt mig spänd, ängslig eller nervös	0	1	2	3	4
4 Jag har känt att jag har haft någon att vända mig till när det behövts	4	3	2	1	0

3	Jag har känt att jag kunnat klara av situationer där något gått snett	4	3	2	1	0
4	Att prata med andra har känts alldeles för jobbigt	0	1	2	3	4
5	Jag har haft panikkänslor eller varit skräckslagen	0	1	2	3	4
6	Jag har haft planer på att ta mitt liv	0	1	2	3	4
7	Jag har haft svårigheter att somna in eller att sova en hel natt	0	1	2	3	4
8	Jag har känt förtvivlan eller hopplöshet	0	1	2	3	4
9	Jag har känt mig olycklig	0	1	2	3	4
10	Minnen eller bilder har trängt sig på och stört mig	0	1	2	3	4

© CORE System Trust: <http://www.coresystemtrust.org.uk/copyright.pdf>

23. Hur har du under den senaste tiden kunnat koncentrera dig på dina uppgifter?

- 1 bättre än vanligt
- 2 lika bra som vanligt
- 3 sämre än vanligt
- 4 mycket sämre än vanligt

24. Har du under den senaste tiden vakat mycket på grund av bekymmer?

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

25. Har du under den senaste tiden tyckt att du i olika sammanhang varit till

- 1 större nytta än vanligt
- 2 samma nytta som vanligt
- 3 mindre nytta än vanligt
- 4 mycket mindre nytta än vanligt

26. Har du under den senaste tiden tyckt att din förmåga att fatta beslut varit

- 1 bättre än vanligt
- 2 lika god som vanligt
- 3 sämre än vanligt
- 4 mycket sämre än vanligt

27. Har du under den senaste tiden känt dig ständigt överansträngd?

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

28. Har du under den senaste tiden haft en känsla av att du inte klarar av dina problem?

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

29. Har du under den senaste tiden kunnat njuta av dina vanliga dagliga sysslor?

- 1 mer än vanligt

- 2 lika mycket som vanligt
- 3 mindre än vanligt
- 4 mycket mindre än vanligt

30. Har du under den senaste tiden kunnat möta problem?

- 1 bättre än vanligt
- 2 lika bra som vanligt
- 3 sämre än vanligt
- 4 mycket sämre än vanligt

31. Har du känt dig olycklig och nedstämd under den senaste tiden?

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

32. Har du under den senaste tiden förlorat ditt självförtroende?

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

33. Har du under den senaste tiden känt dig värdelös som människa?

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

34. Har du under den senaste tiden på det hela taget känt dig rätt lycklig?

- 1 mer än vanligt
- 2 lika som vanligt
- 3 mindre än vanligt
- 4 mycket mindre än vanlig

HÄLSOSERVICE

35. När du senast besökte SHVS/studenthälsovården, vad tyckte du om den service du fick?
(Frågan gäller såväl besök, telefonkontakt som e-tjänster.)

	helt av samma åsikt	nästan av samma åsikt	i viss mån av annan åsikt	helt av annan åsikt
Jag fick klarhet i de frågor som bekymrade mig	1	2	3	4
Man lyssnade på mig och jag tyckte man förstod mig	1	2	3	4

36. Varför har du anlitat andra än SHVS:/studenthälsovårdens tjänster?(under det senaste året) Vid behov kan du ringa in flera punkter.

0 Jag har inte anlitat andra tjänster	6 Studenthälsovården har inte erbjudit den service jag behöver
1 Jag har inte omfattats av studenthälsovården hela året	7 Jag har inte fått vård på studenthälsovården tillräckligt snabbt
2 Jag har behövt hjälp på en ort där de ovan nämnda tjänsterna inte erbjuds	8 Jag har inte varit nöjd med studenthälsovårdens tjänster
3 Jag har behövt hjälp under jourtid	9 Jag har inte känt till studenthälsovårdens tjänster
4 Jag har vårdförhållande annanstans sedan tidigare	10 Jag har arbetat/gjort militärtjänst/varit gravid
5 Jag har fått remiss annanstans	11 Annan orsak, vilken?

37. Har du anlitat de hälso- och sjukvårdstjänster som anges nedan under det senaste året (12 mån)? (Besvara varje punkt.)

Med "Hälsovårdscentral" avses något annat än studenthälsovården, t.ex. vanliga
hälsovårdscentralsmottagningar, kommunala jourtjänster, mödrarådgivningen

Med "Annan serviceproducent" avses t.ex. tjänster inom företagshälsovården, den privata sektorn och
specialsjukvården eller försvarsmaktens tjänster

		nej	mottagningsbesök		telefonkont akt	e-tjänster
			1-5 gånger	mer än 5 gånger		
HÄLSO- VÅRDARE	SHVS / kommunal studenthälsovård	0	1	2	3	4
	Hälsovårdscentral	0	1	2	3	4
	Annan serviceproducent	0	1	2	3	4
FYSIO- TERAPEUT	SHVS / kommunal studenthälsovård	0	1	2	3	4
	Hälsovårdscentral	0	1	2	3	4
	Annan serviceproducent	0	1	2	3	4
ALLMÄN- PRAKTISERAN- DE LÄKARE	SHVS / kommunal studenthälsovård	0	1	2	3	4
	Hälsovårdscentral	0	1	2	3	4
	Annan serviceproducent	0	1	2	3	4
SPECIAL- LÄKARE	SHVS / kommunal studenthälsovård	0	1	2	3	4
	Hälsovårdscentral	0	1	2	3	4
	Annan serviceproducent	0	1	2	3	4
TAND- HYGIENIST (tandskötare)	SHVS / kommunal studenthälsovård	0	1	2	3	4
	Hälsovårdscentral	0	1	2	3	4
	Annan serviceproducent	0	1	2	3	4
TANDLÄKARE	SHVS / kommunal studenthälsovård	0	1	2	3	4
	Hälsovårdscentral	0	1	2	3	4
	Annan serviceproducent	0	1	2	3	4
SPECIALIST- TANDLÄKARE	SHVS / kommunal studenthälsovård	0	1	2	3	4
	Hälsovårdscentral	0	1	2	3	4
	Annan serviceproducent	0	1	2	3	4
KURATOR /socialarbetare	Högskola	0	1	2	3	4
	Hälsovårdscentral	0	1	2	3	4
	Annan serviceproducent	0	1	2	3	4
PSYKOLOG	SHVS / kommunal studenthälsovård	0	1	2	3	4
	Hälsovårdscentral	0	1	2	3	4
	Studiepsykolog	0	1	2	3	4
	Annan serviceproducent	0	1	2	3	4
PSYKIATER	SHVS / kommunal studenthälsovård	0	1	2	3	4
	Hälsovårdscentral	0	1	2	3	4
	Annan serviceproducent	0	1	2	3	4

38. Har du under det senaste året använt mobila appar för hälsa eller välmående?

Appen har gällt	nej	jag har prövat	sporadiskt	flera gånger per vecka	dagligen eller så gott som dagligen
1 motion	0	1	2	3	4
2 kost och näring	0	1	2	3	4
3 mental hälsa	0	1	2	3	4
4 sömn	0	1	2	3	4
5 sexualrådgivning	0	1	2	3	4
6 rökning	0	1	2	3	4
7 alkohol	0	1	2	3	4
8 droger	0	1	2	3	4
9 annat, vad? ____	0	1	2	3	4

39. Skulle du önska hjälp i form av t.ex. individuell rådgivning, gruppsammankomster, kurser, föreläsningar o.d. i följande frågor. Vid behov kan du ringa in flera punkter.

1 tidskontroll	9 matrelaterade svårigheter	17 ergonomi
2 stresskontroll	10 tuggproblem	18 kontroll av alkoholkonsumtionen
3 problem med studierna	11 sömnproblem	19 att sluta röka
4 studiefärdigheter	12 sexualitet	20 annat beroende
5 människorelationer	13 fruktbarhet / att skaffa barn	(spel, internet osv.)
6 självkänsla	14 näringsfrågor	21 allergifrågor, hudvård
7 spänningsproblem	15 viktkontroll	22 resor och vaccinationer
8 humörsvängningar	16 motion	23 annat problem, vilket

MOTION

40. Hur många minuter vardagsmotion idkar du per dag (färderna till och från läroinrättningen, hobbyerna, arbetet, att sköta ärenden, gå ut med hunden, städa, arbeta i trädgården osv.)?

- 0 mindre än 15 minuter per dag
- 1 15–30 minuter per dag
- 2 30–60 minuter per dag
- 3 över en timme per dag

41. Hur ofta motionerar du minst ½ timme i taget på fritiden så att du blir åtminstone lindrigt andfådd och svettig (t.ex. jogging, cykelåkning, gymnastik, dans, simning, bollspel)?

- 0 inte alls eller mycket sällan
- 1 1–3 gånger i månaden
- 2 cirka en gång i veckan
- 3 2–3 gånger i veckan
- 4 4–6 gånger i veckan
- 5 dagligen

42. Hur många timmar per dag sitter du i genomsnitt under vardagar? Anteckna 0, om du inte sitter alls.

	per dag	timmar	minuter
1 Under studiedagen på föreläsningar, lektioner eller i biblioteket			
2 Under arbetsdagen i förvärvsarbete			
3 Hemma framför en skärm (t.ex. telefon, dator, pekplatta, TV)			
4 Hemma med en bok eller tidning			
5 I ett fordon (bil, tåg, flygplan)			
6 Någon annanstans			

43. Vem arrangerar den motionsverksamhet som du deltar i?

Vid behov kan du ringa in flera punkter

- | | |
|---|--|
| 1 jag motionerar inte alls | 5 ämnesförening e.d |
| 2 jag motionerar på egen hand | 6 idrottsförening (annan än läroinrättningens) |
| 3 tillsammans med en vän eller i vänners sällskap | 7 annan organisation, vilken _____ |
| 4 högskolan eller studentkåren | 8 privata motionsinrättningar |
| | 9 kommunala motionsinrättningar |

44. Tänker du på hur hälsosam maten är då du skaffar den?

- 0 aldrig eller mycket sällan
- 1 ibland
- 2 ofta

45. Hur ofta äter du lunch i en studentrestaurang under studieveckan?

- 1 fem dagar
- 2 3–4 dagar
- 3 1–2 dagar
- 4 mera sällan

46. Hur många dagar i veckan...?

0 = mer sällan än en gång i veckan

7 = varje dag

	0	1	2	3	4	5	6	7
1 äter du fullkornsprodukter (t.ex. bröd, gröt, mysli)	0	1	2	3	4	5	6	7
2 äter du fisk	0	1	2	3	4	5	6	7
3 äter du rött kött (nöt-, gris-, får-, viltkött) eller köttprodukter (korv eller påläggskorv)	0	1	2	3	4	5	6	7
4 äter du broiler, kalkon eller kycklingrätter	0	1	2	3	4	5	6	7
5 använder du flytande mjölkprodukter (t.ex. mjölk, surmjölk, mjölkdryck, yoghurt, fil)	0	1	2	3	4	5	6	7
6 äter du grönsaker (inte potatis)	0	1	2	3	4	5	6	7
7 äter du frukt eller bär	0	1	2	3	4	5	6	7
8 dricker du frukt- eller bärsaft	0	1	2	3	4	5	6	7
9 dricker du sockrade läskdrycker (även energidrycker)	0	1	2	3	4	5	6	7
10 äter du sötsaker (också choklad)	0	1	2	3	4	5	6	7
11 hoppar du över lunchen eller middagen för att du har bråttom eller av någon annan orsak?	0	1	2	3	4	5	6	7

47. Hur många skivor bröd äter du per dag? _____ skivor*En hel semla = 2 skivor. Skriv 0, om inte alls!***48. Du äter huvudsakligen**

- 1 rågbröd eller knäckebröd
- 2 fullkornsbröd
- 3 vitt bröd
- 4 jag äter inte

49. Du använder normalt som smörgåsfett

- 1 bordsmargarin med högst 40 % fett (t.ex. Keiju Keveämpi 30, Keiju Kevyt 40, Flora Kevyt 40, Kevyt Becel 35, Kevyt Levi 40)
- 2 bordsmargarin med 60 % fett (t.ex. Becel 60, Keiju 60, Kultarypsi 60)
- 3 bordsmargarin med 70-80 % fett (t.ex. Flora 70, Keiju 70)
- 4 smör- växtoljeblandning (t.ex. Oivariini, Ingmariini)
- 5 smör
- 6 växtsterolmargarin (t.ex. Becel pro activ, Benecol)
- 7 inget av alternativen ovan

50. Den salladsdressing du vanligen använder

- 1 har olja som basingrediens
- 2 har gräddfil som basingrediens
- 3 har majonnäs som basingrediens

- 4 är en lätt dressing
- 5 jag använder inte dressing

51. Hur många portioner flytande mjölkprodukter (t.ex. mjölk, surmjölk, mjölkdryck, yoghurt, fil) använder du per dag? _____ portioner (1 portion = 2 dl. Skriv 0, om inte alls!)

52. Den mjölk eller surmjölk du dricker är vanligen

- 1 helmjölk
- 2 lättmjölk eller surmjölk med 2,5 % fett (t.ex. ab-surmjölk)
- 3 ettans mjölk eller surmjölk med 1 % fett
- 4 fettfri mjölk eller fettfri surmjölk
- 5 jag dricker varken mjölk eller surmjölk

53. Hur många portioner grönsaker (inte potatis) äter du per dag? _____ portioner. (1 portion är t.ex. 1 tomat eller ca 1 dl riven morot eller 2 morötter. Skriv 0, om inte alls!)

54. Hur många portioner bär och frukt äter du per dag? _____ portioner (1 portion är t.ex. 1 äpple eller en banan eller ca 1 dl bär. Skriv 0, om inte alls!)

55. Hur många glas frukt- eller bärsaft dricker du i genomsnitt per dag? _____ glas (1 glas = 2 dl. Skriv 0, om inte alls!)

TANDVÅRD, TANDGNISSEL OCH ANSIKTSSMÄRTA

	mindre än en gång per dag	en gång per dag	oftare än en gång per dag
56. Hur ofta borstar du tänderna?	0	1	2
57. Använder du fluortandkräm?	0	1	2

58. Använder du tandtråd?

- 0 inte alls
- 1 ibland
- 2 2–3 gånger i veckan
- 3 varje dag

59. Använder du xylitoluggummi eller andra produkter som sötats med xylitol?

- 0 inte alls eller endast sporadiskt
- 1 minst en gång per dag

60. Hur många gånger om dagen brukar du äta eller dricka något (beakta inte vatten eller kaffe/te utan socker)?

- 0 6 gånger eller färre
- 1 7–10 gånger
- 2 fler än 10 gånger

61. Upplever du smärta vid tinningarna, käklederna, i ansiktet eller käkarna en gång i veckan eller oftare?

- 0 nej
- 1 ja, tidvis
- 2 ja, hela tiden

62. Upplever du smärta en gång i vecka eller oftare när du gapar stort eller tuggar?

- 0 aldrig eller mycket sällan

1 ja

63. Låser sig din käke en gång i veckan eller oftare?

- 0 nej
1 ja

64. Gnisslar du tänder eller biter du kraftigt ihop tänderna (utom när du äter)?

- 0 nej
1 ja, endast på natten
2 ja, endast på dagen
3 ja, både på dagen och på natten
4 vet inte

65. Har en bettskena gjorts för dig? Har den varit till hjälp? (Välj endast ett alternativ.)

- 0 nej, för mig har inte gjorts någon bettskena
1 ja, den har tydligt minskat mina besvär
2 ja, men den har inte minskat mina besvär nämnvärt
3 ja, men jag använder den inte/har inte använt den, varför? _____

66. Tycker du att tandvård är skrämmande?

- 0 inte alls
1 i någon mån
2 mycket

TOBAK, ALKOHOL, DROGER

67. Hur bedömer du din användning av alkohol och droger?

Anser du att du använder följande droger

	inte alls	i viss mån	något för mycket	alldeles för mycket /jag är beroende	vet inte
Tobaksprodukter	0	1	2	3	4
Alkohol	0	1	2	3	4
Cannabis	0	1	2	3	4
andra droger	0	1	2	3	4
berusande läkemedel	0	1	2	3	4

68. Använder du för tillfället eller har du tidigare använt tobaksprodukter?

	inte alls	tidigare, men jag har slutat	ja, mindre än en gång per vecka	ja, varje vecka, men inte varje dag	ja, varje dag, hur många
Röker du?	1	2	3	4	5 ___cigarretter
Använder du snus?	1	2	3	4	5 ___gång
Röker du vattenpipa?	1	2	3	4	5 ___gång
Annan tobaksprodukt vad? _____	1	2	3	4	5 ___gång

69. Använder du e-cigarretter som innehåller följande ämnen?

	inte alls	jag har provat	ja, ibland	ja, dagligen
Nikotin	1	2	3	4
Endast smakämnen	1	2	3	4
Något annat ämne, vilket?	1	2	3	4

	vanligen inte	ibland	nästan alltid
70. Upplever du det som om du på grund av dina kompisars inflytande måste dricka mera alkohol än du egentligen skulle vilja?	1	2	3
71. Om du deltar i fester eller träffar där det bjuds på alkohol serveras då även alkoholfria alternativ?	1	2	3
72. Om någon i ditt sällskap väljer ett alkoholfritt alternativ, väcker detta andras uppmärksamhet?	1	2	3

73. Hur många portioner alkohol dricker du i medeltal per vecka?

Skriv 0 för de alkoholdrycker som du inte alls dricker. **Besvara varje punkt.**

	portioner	En portion alkohol
mellanöl	□□□□	en flaska (33 cl) mellanöl, cider, long drink
A-öl	□□□□	ett glas (12 cl) vin
Cider	□□□□	ett glas (8 cl) starkvin
long drink	□□□□	ett glas (4 cl) starksprit
Vin	□□□□	
starksprit	□□□□	

74. Hur ofta dricker du öl, vin eller andra alkoholhaltiga drycker. Notera även de tillfällen då du dricker endast små mängder, t.ex. ett glas vin eller öl?

- 0 aldrig (*om du aldrig druckit alkohol kan du gå direkt till fråga 84*)
 1 cirka en gång i månaden eller mindre
 2 2 - 4 gånger i månaden
 3 2 - 3 gånger i veckan
 4 4 gånger i veckan eller oftare

75. Hur många portioner alkohol har du vanligen druckit de dagar då du använt alkohol?

- 0 1 - 2 portioner
 1 3 - 4 portioner
 2 5 - 6 portioner
 3 7 - 9 portioner
 4 10 portioner eller mer

76. Hur ofta har du druckit sex alkoholportioner eller mer per gång?

- 0 aldrig
 1 mindre än en gång i månaden
 2 en gång i månaden
 3 en gång i veckan
 4 dagligen eller nästan dagligen

77. Hur ofta under det gångna året har det gått så att du inte kunnat sluta när du väl börjat dricka?

- 0 aldrig
 1 mindre än en gång i månaden
 2 en gång i månaden
 3 en gång i veckan
 4 dagligen eller nästan dagligen

78. Hur ofta under det senaste året har det hänt att du på grund av ditt drickande inte fått något sådant utträttat som vanligen hör till dina uppgifter?

- 0 aldrig

- 1 mindre än en gång i månaden
- 2 en gång i månaden
- 3 en gång i veckan
- 4 dagligen eller nästan dagligen

79. Hur ofta under det gångna året har du behövt öl eller annan alkohol för att bättre komma igång på morgonen efter en kväll då du druckit mycket?

- 0 aldrig
- 1 mindre än en gång i månaden
- 2 en gång i månaden
- 3 en gång i veckan
- 4 dagligen eller nästan dagligen

80. Hur ofta under det senaste året har du haft skuld känslor eller ånrat dig när du druckit?

- 0 aldrig
- 1 mindre än en gång i månaden
- 2 en gång i månaden
- 3 en gång i veckan
- 4 dagligen eller nästan dagligen

81. Hur ofta under det senaste året har du upplevt att du inte på grund av drickandet kommit ihåg vad som hänt kvällen innan?

- 0 aldrig
- 1 mindre än en gång i månaden
- 2 en gång i månaden
- 3 en gång i veckan
- 4 dagligen eller nästan dagligen

82. Har du skadat dig själv eller har någon annan stött sig eller fått skador till följd av ditt alkoholbruk?

- 0 nej
- 2 ja, men inte under det gångna året
- 4 ja, under det senaste året

83. Har någon närstående, en vän, en läkare eller någon annan varit bekymrad över ditt alkoholbruk och föreslagit att du borde börja dricka mindre?

- 0 aldrig
- 2 ja, men inte under det senaste året
- 4 ja, under det gångna året

84. Har du någonsin prövat på eller använt narkotika, läkemedel eller läkemedel och alkohol tillsammans för att bli berusad?

- 0 aldrig (*gå vidare till fråga 88*)
- 1 ja. Besvara följande tre frågor:

85. Vad?	86. Hur många gånger?			87. Har du använt åtminstone en gång under det senaste året?		_____ gånger
	jag har inte använt	1–4 gånger	5 gånger eller mer	nej	ja	
1 cannabis (hasch, marijuana)	0	1	2	0	1	_____ gånger
2 thinner, lim, butan e.d.	0	1	2	0	1	_____ gånger
3 läkemedel och alkohol tillsammans	0	1	2	0	1	_____ gånger
4 läkemedel i berusningssyfte, vad? _____	0	1	2	0	1	_____ gånger
5 ecstasy	0	1	2	0	1	_____ gånger

6	subutex eller temgesic	0	1	2	0	1	_____ gånger
7	heroin, kokain, amfetamin, LSD, gamma e.d.	0	1	2	0	1	_____ gånger
8	designdroger	0	1	2	0	1	_____ gånger

PENNINGSSPEL

Penningspel är bl.a. lotterier såsom Lotto och Keno, penningspelautomater såsom fruktspel, skraplotter, sport- och travtippning, vadslagning, kasinospel samt penningspel på internet, t.ex. nätpoker

88. Har du under de senaste 12 månaderna haft ett behov av att använda allt större summor på olika spel?

- 0 nej
- 1 ja

89. Har du under de senaste 12 månaderna ljutit för dina närstående om hur mycket du spelar?

- 0 nej
- 1 ja

STUDIER

90. Hur många läsÅR har du varit närvaroanmäld i anslutning till dina nuvarande studier?

|__|__| läsår

|__| jag har avlagt min examen detta läsår

91. Hur många studiepoäng har du avlagt fram till 31.1.2016 i anslutning till dina nuvarande studier?

|__|__|__| studiepoäng sammanlagt *Inklusive innevarande läsår!*

|__|__|__| studiepoäng under hösten 2015

92. Jämfört med dina egna målsättningar, har dina studier gått

- 1 bättre än väntat
- 2 enligt förväntningarna
- 3 sämre än väntat

93. Tycker du att du studerar inom rätt område?

- 0 nej
- 1 ja
- 2 vet inte

94. Hur skulle du beskriva den handledning och rådgivning du fått från läroinrättningens sida under det senaste året (12 mån.)?

- 0 alldeles otillräcklig
- 1 något bristfällig
- 2 måttlig eller varierande
- 3 bra
- 4 utmärkt

95. Uppskatta den tid du lagt ned på studier under höstterminen 2015.

Hur många timmar har du per vecka i genomsnitt använt för

Handledda studier (t.ex. föreläsningar, smågrupper, övningar, arbetsprov)? _____

_____ timmar

Självständiga studier (t.ex. tentläsning, informationssökning, essäer och lärdomsprov, självständiga övningsarbeten)? _____

_____ timmar

Förvärvsarbete (även avlönad praktik)? _____

_____ timmar

96. Välj det alternativ som bäst beskriver din relation till dina studier under den senaste månaden...

		Helt av annan åsikt	Av annan åsikt	Delvis av annan åsikt	Delvis av samma åsikt	Av samma åsikt	Helt av samma åsikt
1	Jag tycker att jag drunknar i arbetsmängden kring mina studier	1	2	3	4	5	6
2	Jag har ingen lust att studera och jag tänker ofta på att avbryta mina studier	1	2	3	4	5	6
3	Jag känner mig ofta otillräcklig i mina studier	1	2	3	4	5	6
4	Jag sover ofta dåligt på grund av olika studieangelägenheter	1	2	3	4	5	6
5	Det känns som om jag håller på att tappa intresset för mina studier	1	2	3	4	5	6
6	Jag funderar hela tiden på om mina studier har någon betydelse	1	2	3	4	5	6
7	Jag bekymrar mig mycket över studieangelägenheter också på fritiden	1	2	3	4	5	6
8	Tidigare förväntade jag mig åstadkomma mycket mer i mina studier än i dag	1	2	3	4	5	6
9	Studiepressen orsakar problem i mina nära mänskliga relationer	1	2	3	4	5	6
10	När jag studerar är jag full av energi	1	2	3	4	5	6
11	Studierna är mycket viktiga för mig	1	2	3	4	5	6
12	Tiden verkar flyga iväg när jag studerar	1	2	3	4	5	6
13	När jag studerar känner jag mig energisk och driftig	1	2	3	4	5	6
14	Jag är entusiastisk över att studera	1	2	3	4	5	6
15	När jag arbetar med mina studier glömmer jag allt omkring mig	1	2	3	4	5	6
16	Studierna inspirerar mig	1	2	3	4	5	6
17	När jag vaknar på morgonen känns det bra att få ta itu med studierna	1	2	3	4	5	6
18	Jag går upp i mina studier	1	2	3	4	5	6

ANVÄNDNING AV INTERNET

97. För vilket ändamål använder du oftast internet? Kryssa för de tre alternativ du använder mest.

_____ Samtal via internet (t.ex. Skype)

_____ E-post

_____ Sociala medier (Facebook, Instagram, Twitter eller motsvarande)

_____ Chat/meddelanden (WhatsApp, Kik, Telegram eller motsvarande)

_____ Spel

- _____ Filmer, TV-program, videor, musik, idrott, e-böcker, tidningar osv.
 _____ Läsning, tittande eller andra uppgifter i anslutning till studier eller arbete
 _____ Vuxenunderhållning

98. Hur många timmar använder du vanligen nätet i veckan? Uppskatta tiden på basis av den senaste månaden. Svara i hela timmar. Svara 0 om du inte använder internet.

studier eller arbete |__|__| timmar
 annat (t.ex. shopping, Facebook, spel) |__|__| timmar

	nej	ja
99. Orsakar din användning av internet problem i dina mänskliga relationer?	0	1
100. Orsakar din användning av internet problem med dina studier?	0	1
101. Orsakar din användning av internet problem med din dygnsrytm?	0	1

102. Har du någon gång känt att du behöver hjälp med att minska din användning av internet?

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

UTKOMST OCH ARBETE

103. I vilken mån räckte dina pengar till under det senaste året (12 mån.)?

- 1 utmärkt
- 2 bra
- 3 jag klarade mig eftersom jag levde sparsamt
- 4 min utkomst var mycket knapp och osäker

104. Har du förvärvsarbetat under det senaste året (12 mån.)?
 (Ringa in 0, om du inte arbetat alls)

105. Anknöt arbetet till dina studier?

		ja	nej
Heltidsarbete (30 timmar/vecka eller mer)	sammanlagt __ __ månader, av vilka __ __ månader under läsåret		
Regelbundet deltidsarbete (mindre än 30 timmar/vecka)	cirka __ __ timmar i veckan sammanlagt __ __ månader, av vilka __ __ månader under läsåret	ja	nej
Kortjobb under läsåret (under 1 månad långa, oregelbundna arbetsperioder)	0 inte alls 1 ibland 2 ofta	ja	nej

106. Bedöm din ekonomi under det senaste året (12 mån.)

	nej	ja	vet inte
Jag var tvungen att arbeta för att trygga min utkomst	0	1	2
Jag fick ekonomiskt stöd av mina föräldrar eller släktingar i form av pengar, varor osv.	0	1	2
Boendeutgifterna tog över hälften av mina disponibla medel	0	1	2

MÄNNISKORELATIONER

107. Vilken typ av familj bor du i?

- 1 jag bor ensam i eget hushåll eller studentbostad med enskilda rum men gemensamt kök och badrum
- 2 jag bor i gemensamt hushåll eller gemensam bostad (gemensamt hyresavtal)
- 3 jag bor på tu man hand med min make (samboförhållande eller äktenskap/registrerat partnerskap)
- 4 jag bor tillsammans med min make och mitt/mina barn
- 5 jag bor ensam med mitt/mina barn
- 6 jag bor hos mina föräldrar
- 7 annat boendeförhållande, vilket? _____

108. Hur ofta är du tillsammans med din vän eller dina vänner på din fritid?

- 0 mera sällan än en gång per månad
- 1 1–3 gånger i månaden
- 2 ca en gång i veckan
- 3 2–3 gånger i veckan
- 4 nästan varje dag

109. Upplever du att du hör till någon, vilken som helst, grupp i anslutning till studierna (t.ex. årskurs, institution, gradugrupp, ämnesförening e.d.)

- 0 nej
- 1 ja
- 2 vet inte

110. Kan du – om du så vill – med någon närstående öppet diskutera dina angelägenheter och problem?

- 0 aldrig
- 1 mycket sällan
- 2 ibland eller vissa saker
- 3 ofta
- 4 alltid eller för det mesta

111. Känner du dig ensam?

- 0 nej
- 1 ja, ibland
- 2 ja, ofta

112. Har du ett parförhållande?

- 0 nej
- 1 ja, ett
- 2 ja, två eller flera

113. Vilket av följande alternativ beskriver bäst din sexuella läggning?

1. hetero
2. bi
3. homo
4. lesbisk
5. annat, vad _____
6. inget av de ovan nämnda alternativen beskriver mig

114. Vilket av följande alternativ beskriver bäst din sexuella upphetsning?

1. jag blir upphetsad endast/främst tillsammans med en kvinna eller när jag tänker på en kvinna
2. jag blir i huvudsak upphetsad tillsammans med en kvinna eller när jag tänker på en kvinna, men också tillsammans med en man eller när jag tänker på en man
3. jag blir ungefär lika upphetsad både tillsammans med män och kvinnor eller när jag tänker på män och kvinnor
4. jag blir i huvudsak upphetsad tillsammans med en man eller när jag tänker på en man, men också tillsammans med en kvinna eller när jag tänker på en kvinna
5. jag blir upphetsad endast/främst tillsammans med en man eller när jag tänker på en man
6. jag blir inte upphetsad tillsammans med vare sig en kvinna eller en man eller när jag tänker på en kvinna/man
7. jag blir upphetsad tillsammans med en person av ett annat kön eller när jag tänker på en person av ett annat kön (om du väljer detta alternativ kan du vid behov välja också något av alternativen 1–5)
8. min partners kön har inte någon betydelse för min upphetsning

ERFARENHETER AV MOBBNING, TRAKASSERIER OCH VÅLD

Med **mobbing** avses att en person upprepade gånger blir kränkt, skadad och/eller diskriminerad av en eller flera personer utan att själv kunna påverka hur han eller hon blir behandlad.

	aldrig	sporadiskt	ofta
115. Har du under den tid du studerat vid högskolan upplevt dig bli mobbad av en eller flera andra studerande?	0	1	2
116. Har du själv under den tid du studerat vid högskolan mobbat någon annan eller andra studerande?	0	1	2
117. Har du upplevt dig bli mobbad av en eller flera personer i högskolans personal?	0	1	2

Om du upplevt mobbing i högskolan, hurdan har den varit?	118. Av studerande			119. Av personalen		
	aldrig	sporadiskt	ofta	aldrig	sporadiskt	ofta
Verbala attacker (t.ex. skymfer, utskällningar, hotelser)	0	1	2	0	1	2
Fysiskt skadat dig eller din egendom	0	1	2	0	1	2
Ogrundad kritik, nedvärdering eller förlöjligande i anslutning till dina studier	0	1	2	0	1	2
Hån av eller kritik mot dina personliga egenskaper (t.ex. utseende, ålder, kön, religion, bakgrund)	0	1	2	0	1	2
Skadat dina kompisrelationer eller social isolering	0	1	2	0	1	2
Kränkning eller ofredande med hjälp av teknologi (t.ex. via internet eller telefon)	0	1	2	0	1	2

Med **trakasserier (stalking)** avses ett ihärdigt, **upprepat** och **oönskat** beteende som riktar sig mot en annan person och som personen upplever som skrämmande (t.ex. upprepad kontakt via telefon, textmeddelande och/eller e-post, förföljelse, att man uppenbarar sig utanför personens arbets- eller studieplats eller hem, olovlig utredning av personuppgifter).

120. Har du under ditt liv blivit trakasserad och vem har trakasserat dig? Besvara varje punkt. Välj alla alternativ som motsvarar dina erfarenheter

	aldrig	Ja, innan jag började studera	Ja, under mina högskolestudier
Främmande person	0	1	2
Vän eller bekant (t.ex. arbets- eller studiekamrat)	0	1	2
Nuvarande eller tidigare partner/maka/make	0	1	2

121. Har du under ditt liv blivit offer för våld? Besvara varje punkt. Välj alla alternativ som motsvarar dina erfarenheter

	aldrig	Ja, innan jag började studera	Ja, under mina högskolestudier
Fysiskt våld (t.ex. slag, sparkar, strypning)	0	1	2
Beväpnat våld (vilket vapen som helst)	0	1	2
Sexuellt våld eller utnyttjande	0	1	2
Våldshot	0	1	2

122. Vem har brukat våld mot dig och/ eller hotat med våld och hur ofta?

	aldrig	sporadiskt	ofta
Främmande person	0	1	2
Arbetskamrat	0	1	2
Studiekamrat	0	1	2
Någon i skolans/högskolans personal (t.ex. en lärare)	0	1	2
Vän eller bekant	0	1	2
Nuvarande eller tidigare partner/make	0	1	2
Förälder (pappa/mamma/ styvpappa/styvmamma)	0	1	2
Syster/bror	0	1	2
Annan släkting	0	1	2

ATT KOMBINERA STUDIER OCH FAMILJ

123. Hur många barn har du? |___| barn

124. Mitt/Vårt yngsta barn är |___| år

125. Har du för avsikt att i framtiden skaffa barn eller flera barn? När?

- 0 nej
- 1 ja, jag eller min partner är för närvarande gravid
- 2 ja, under nästa år
- 3 ja, om 2 - 4 år
- 4 ja, om 5 - 9 år
- 5 ja, om mer än 10 år
- 6 jag har inte funderat på saken
- 7 jag vet inte
- 8 annat, vad _____

Följande fråga gäller dem som inte är gravida ell

7:

126. Många olika faktorer kan inverka på att det inte känns aktuellt att skaffa barn just nu. Ange hur viktiga alternativen nedan är för ditt beslut.

		mycket viktigt	ganska viktigt	inte så viktigt	inte alls viktigt	jag vet inte/gäller inte mig
1	Jag har inte en lämplig partner	1	2	3	4	5
2	Mina studier är på hälft	1	2	3	4	5
3	Min partners studier är på hälft	1	2	3	4	5
4	Min partners arbetssituation är osäker	1	2	3	4	5
5	Min egen eller min familjs ekonomi förhindrar det	1	2	3	4	5
6	Samhället erbjuder inte tillräckligt stöd	1	2	3	4	5
7	Jag vill inte (ännu/längre) binda mig till små barn	1	2	3	4	5
8	Min partner vill inte (ännu/längre) ha barn					
9	Efter studierna vill jag avancera i mitt yrke eller min karriär	1	2	3	4	5
10	Det är svårt att få barnvård	1	2	3	4	5
11	Min nuvarande bostad är för liten	1	2	3	4	5
12	Min eller min partners hälsa förhindrar det	1	2	3	4	5
13	Jag är ännu för ung eller känner mig ännu inte mogen	1	2	3	4	5
14	Jag vill göra annat som intresserar mig	1	2	3	4	5
15	Jag vill inte att föräldraledigheten orsakar avbrott i mina studier just nu	1	2	3	4	5
16	Det är svårt att förena studier och vård av ett litet barn	1	2	3	4	5
17	Mina erfarenheter av en tidigare graviditet/tidigare vård av barn oroar mig	1	2	3	4	5
18	Jag tror inte att jag är lämplig som föräldrar	1	2	3	4	5

Följande fråga gäller alla som har barn, för andra slutar enkäten här.

127. Vilka av påståendena stämmer när det gäller att kombinera studier och familj?

		helt av samma åsikt	nästan av samma åsikt	nästan av annan åsikt	helt av annan åsikt	jag vet inte/gäller inte mig
1	Jag har fått stöd av min partner	1	2	3	4	5
2	Jag/Vi har fått stöd av mina/våra föräldrar och/eller syskon	1	2	3	4	5
3	Jag har fått stöd av andra släktingar/vänner/bekanta som befinner sig i samma livssituation	1	2	3	4	5
4	Jag/Vi har fått en familjestudentbostad som önskat	1	2	3	4	5
5	På min studieplats kan man följa föreläsningar över internet	1	2	3	4	5
6	På min studieplats är tentamensförfarandet flexibelt	1	2	3	4	5
7	På min studieplats kan man studera på deltid	1	2	3	4	5
8	På min studieplats finns en (lugn) plats dit man vid behov kan gå med barn (t.ex. för att träffa studiekompisar, vänta på barnskötaren, sköta eller mata barnet)	1	2	3	4	5
9	Jag/Vi har enkelt och med kort varsel fått tillfällig hjälp med barnvård	1	2	3	4	5
10	Jag/Vi har fått tillfällig hjälp med barnvård nära studieplatsen eller i anslutning till den	1	2	3	4	5
11	Jag/Vi har fått permanent barnvård nära studieplatsen	1	2	3	4	5
12	Jag/Vi har fått permanent barnvård i anslutning till studieplatsen	1	2	3	4	5
13	Jag/Vi har fått tillräckligt med ekonomiskt stöd av samhället	1	2	3	4	5
14	Jag/Vi har haft ett tillräckligt socialt nätverk	1	2	3	4	5

TACK FÖR ATT DU BESVARADE ENKÄTEN!

Adresskälla: SHVS:s studentregister och yrkeshögskolorna

viivakoodi