

Det tager 20-30 minutter at svare på spørgsmålene. Der er ingen rigtige eller forkerte svar. Det er vigtigt, at du husker at trykke 'submit', når du er færdig med spørgeskemaet. Ellers bliver svarerne ikke sendt.

## Klinisk undersøgelse

### 1. I forbindelse med denne nye indsamlingsrunde tilbyder vi mulighed for at deltage i en klinisk undersøgelse, der vil give dig information om du har eller er i risiko for at udvikle type 2-diabetes

Er du interesseret i at deltage, bedes du sætte et kryds.

- Ja  
 Måske, vil gerne høre nærmere  
 Nej

Dette spørgsmål skal besvares, for at spørgeskemaet kan indsendes.

## Familie og fritid

### 2. Hvem bor du sammen med?

	Ja	Nej
Jeg bor alene	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Min kæreste/ægtefælle	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Venner/i bofællesskab/delt bolig	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mit barn/mine børn _____ (Angiv hvor mange)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mit stedbarn/mine stedbørn _____ (Angiv hvor mange)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Andre	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Hvis andre, angiv hvem du bor sammen med: \_\_\_\_\_

### 3. Angiv hvor enig eller uenig du er i hvert af de følgende udsagn,

na

#### r det gælder din familie.

	Helt enig	Overvejende enig	Overvejende uenig	Helt uenig
Det er svært for os at planlægge familieaktiviteter.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Under kriser støtter vi hinanden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Når vi er kede af det, kan vi ikke tale med hinanden om det.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

I vores familie behandler vi hinanden, som de forskellige personer, vi er.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vi undgår at tale om det, der bekymrer os eller gør os bange.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vi udtrykker vores følelser for hinanden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Der er en negative stemning i vores familie.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vi bliver hver især accepteret, som vi er.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det er svært at træffe fælles beslutninger i vores familie.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vi er gode til at løse familieproblemer.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vi kommer ikke godt ud af det med hinanden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Vi betror os til hinanden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

#### 4. Prøv at tænk på stigen herunder som et billede af det danske samfund.

**Øverst på stigen er de mennesker, som klarer sig bedst - de har flest penge, de længste uddannelser og et arbejde, som respekteres mest af andre. Nederst på stigen er de mennesker, som klarer sig dårligst - de har færrest penge, korteste eller ingen uddannelse, ikke noget job eller et job, som ingen andre vil have.**

Tænk på dig selv og dem, du bor sammen med. Sæt	<input type="radio"/>	10
ét kryds, på det trin på stigen, hvor du mener, at	<input type="radio"/>	9
du/ I befinder jer i forhold til andre familier i	<input type="radio"/>	8
Danmark.	<input type="radio"/>	7
	<input type="radio"/>	6
	<input type="radio"/>	5
	<input type="radio"/>	4
	<input type="radio"/>	3
	<input type="radio"/>	2
	<input type="radio"/>	1

#### 5. Hvor ofte vil du have mulighed for at få hjælp til følgende opgaver af dem du kender (familie, venner, bekendte). Her tænkes på personer udover dem du bor sammen med. Ville en af disse personer kunne...

	Ja, altid/som regel	Ja, en gang imellem	Nej, aldrig/sjældent	Ikke relevant
Passe dit barn, fx. hvis det bliver sygt?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gøre nogle indkøb, hente dine børn eller sørge for andre praktiske ting i hjemmet, hvis du fx. er sløj eller har travlt?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**6. Er der i din familie eller i din omgangskreds personer:**

	Ja	Nej
Som vil kunne hjælpe dig med at finde et job, hvis det bliver nødvendigt?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Som vil kunne låne dig et større pengebeløb, hvis du skulle få brug for det (fx 50.000kr.?)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**7. Hvor ofte er du fysisk eller digitalt i kontakt med familie, venner og bekendte?**

**Med kontakt menes, at I mødes, taler sammen eller skriver til hinanden (f.eks. ansigt til ansigt, eller via telefonopkald, sms, mails, sociale medier, online spil, videoopkald m.v.)**

	Dagligt eller næsten dagligt	1 eller 2 gange om ugen	1 eller 2 gange om måneden	Sjældnere end 1 gang om måneden	Aldrig
Familie, som du ikke bor sammen med.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ægtefælle/kæreste.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Venner.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kolleger, skole- eller studiekammerater i fritiden.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Naboer eller andre personer i dit lokalområde.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Bekendte i foreninger, klubber osv.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Andre bekendte.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**8. Mener du at de fleste mennesker, i det store og hele, er til at stole på, eller kan man ikke være for forsigtig, når man har med andre mennesker at gøre? (sæt ét kryds).**

0 = kan ikke være for forsigtig og 10 = de fleste er til at stole på.

1    2    3    4    5    6    7    8    9    10

**Helbred og trivsel****9. Hvordan synes du dit helbred er alt i alt?**

Fremragende    Vældig godt    Godt    Mindre godt    Dårligt

**10. Vægt og højde.**

Hvad er din højde i centimer? Hvad er din vægt i kilo?

\_\_\_\_\_

**11. I hvilken grad har du inden for de sidste 7 dage, inklusive i dag, været plaget af:**

	Slet ikke	Lidt	Noget	En hel del	Særdeles meget
Hovedpine?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Svimmelhed eller tilløb til at besvime?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Smerter i hjerte eller bryst?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kvalme eller uro i maven?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Muskelsmerter?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
At du har svært ved at få vejret?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Anfald af varme- eller kuldefornemmelser?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Følelsesløshed eller en snurrende fornemmelse i kroppen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
En klump i halsen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
At du føler dig svag i kroppen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
At dine arme eller ben føles tunge?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lavtsiddende (lænde) rygsmarter?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**12. I løbet af den seneste uge, hvor meget har du haft følgende følelser?**

	Slet ikke	Lidt	Nogle gange	En hel del
Jeg var glad.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Folk var uvenlige.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg følte mig trist.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg kunne ikke komme i gang.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**13. Har du af en læge fået at vide, at du har én eller flere af følgende sygdomme?**

	Ja	Nej
Astma	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Eksem	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Høfeber	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Depression	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Angst	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ADHD	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Diabetes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Underlivssygdom	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mave-/tarm sygdom	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Forhøjet blodtryk	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Andre sygdomme	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Angiv hvilke andre sygdomme.

---

#### 14. Har du været smittet med Corona-virus?

Ja  Nej

#### 15. I løbet af den sidste måned, hvor ofte har du taget smertestillende medicin (her tænkes på håndkøbsmedicin).

Flere gange om dagen  En gang om dagen  2-6 gange om ugen  1-4 gange om måneden  
 Mindre end en gang om måneden  Aldrig

#### 16. Hvad synes du om dit liv i det hele taget? Jeg har det...

Fantastisk  Rigtig godt  For det meste godt  Blandet  For det meste dårligt  
 Rigtig dårligt  Forfærdeligt

#### 17. I løbet af de sidste 4 uger, hvor meget har du...

	Slet ikke	Lidt	Noget	En hel del	Virkelig meget
Følt dig nedtrykt?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Haft en følelse af ingenting at være værd?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Haft en følelse af at være fanget i en fælde?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Følt dig ensom?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Haft selvbeprejelse?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tænkt på at tage dit eget liv?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**18. Har du indenfor de sidste 5 år været udsat for en ulykke, der har haft vedvarende konsekvenser for din daglige funktion?**

Ja  Nej

19. Hvis ja, hvilken type ulykke var der tale om?

Arbejdsulykke  Fritidsulykke  Trafikulykke

**20. Har du inden for de sidste 12 måneder været udsat for mindst én ulykke på dit arbejde, der har medført lægekontakt?**

Ja  Nej

**21. Hvor ofte deltager du i foreningsliv eller frivilligt arbejde, sammen med andre som f.eks. idrætsforening, socialt arbejde, faglig sammenslutning, bestyrelsesarbejde, beboerforening, musikalsk/kulturel forening eller religiøs sammenhæng?**

Flere gange om ugen  Ca. en gang om ugen  En til tre gange om måneden  Sjældnere  
 Aldrig

**22. Hvor mange timer om ugen plejer du at motionere, så du bliver forpustet eller kommer til at svede (inklusive evt. cykeltur til og fra skole/arbejde osv.)?**

Ingen  Ca. 30 min.  Ca. 1 time  Ca. 2-3 timer  Ca. 4-6 timer  Ca. 7-10 timer  
 11 timer eller mere

**23. På en almindelig dag, hvor meget tid bruger du i alt foran en skærm (f.eks. computer, bærbar, Ipad, TV, spillekonsol el.lign.), fordelt på hhv. arbejde og fritid?**

	Slet ingen	Mindre end 1 time om dagen	1-3 timer	4-6 timer	7 timer eller mere
Arbejde	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Fritid	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**24. Hvor meget anvender du din mobiltelefon i løbet af en almindelig dag (til f.eks. sociale medier, onlinespil, mail, nyheder eller video)?**

0-1 timer  2-3 timer  4-5 timer  6-7 timer  >7 timer

### 25. Hvis du har et arbejde, hvor lang transporttid har du så i alt på en typisk arbejdsdag (f.eks. bil, bus, tog)?

Antal timer    Antal minutter

\_\_\_\_\_

### 26. Ryger du?

- Ja, dagligt     Ja, ikke dagligt, men mindst én gang om ugen     Ja, men sjældnere end hver uge  
 Nej, men jeg har røget tidligere     Nej, jeg har aldrig røget

### 27. Hvor mange genstande drikker du normalt i løbet af en uge (en genstand svarer til en øl eller et glas vin)?

- 0     1-7     8-14     15-21     22-28     29-35     Over 35

### 28. I hvor høj grad plejer du at gøre følgende, når du oplever problemer?

	Meget	En hel del	Lidt	Aldrig
Jeg gør noget, der kan få mig til at tænke mindre på det, såsom at se en film, dagdrømme eller sove.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg prøver at se lyst på det, der sker.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg drikker alkohol eller bruger stoffer for at få det bedre.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg overvejer nøje, hvilke skridt jeg skal tage.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg forsøger at se det fra en anden vinkel, så det virker mere positivt.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg handler i et forsøg på at forbedre situationen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg søger hjælp eller råd om, hvad der skal gøres.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg holder op med at tackle det	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg beskæftiger mig med noget andet for ikke at tænke på det.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg koncentrerer mig om at gøre noget ved situationen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg forsøger at finde en strategi rettet mod det.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Jeg opgiver forsøg på at håndtere det.

### 29. Har du oplevet en eller flere af følgende alvorlige begivenheder inden for de sidste 3 år?

	Ja	Nej
Er du blevet skilt/separeret?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har du været anholdt af politiet?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har du været udsat for en alvorlig ulykke eller været alvorligt syg?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har du mistet én, der stod dig nær på grund af et dødsfald?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har du haft store økonomiske problemer?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har nogen i din nærmeste familie været udsat for en alvorlig ulykke eller blevet alvorligt syg?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Er du blevet overfaldet/fysisk angrebet/voldtaget?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har du været udsat for krænkende adfærd verbalt, fysisk eller online?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har nogen der står dig nært haft et alkohol- eller stofmisbrug?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Er du blevet fyret fra dit arbejde?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har du oplevet andre eventuelle alvorlige begivenheder i dit liv i de sidste 3 år?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Angiv andre alvorlige begivenheder i de sidste 3 år.

\_\_\_\_\_

### 30. Hvor ofte inden for den sidste måned...

	Aldrig	Næsten aldrig	Ind imellem	Ret ofte	Meget ofte
Er du blevet oprevet over noget, der skete uventet?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har du følt, at du var ude af stand til at kontrollere de betydningsfulde ting i dit liv?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har du følt dig nervøs og "stresset"?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har du følt dig sikker på dine evner til at klare dine personlige problemer?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



- |  |                       |                       |                       |                       |                       |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Har du følt, at tingene gik som du ønskede det?                                      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Har du oplevet, at du ikke kunne overkomme alt det, du skulle?                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Har du været i stand til at håndtere ting, som irriterer dig?                        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Har du følt, at du havde styr på tingene?  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Er du blevet vred over ting, du ikke havde indflydelse på?                           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Har du følt, at vanskelighederne hobede sig så meget op, at du ikke kunne klare dem? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

### 31. Tænk tilbage til dengang du var 15-20 år.

Angiv om, og hvor ofte, du oplevede følgende situationer i din ungdom.

Derefter skal du angive hvor meget hændelserne påvirkede dig. Hvis du ikke har oplevet hændelsen, skal du vælge "Aldrig oplevet".

En forælder, eller andre familiemedlemmer, være efter dig, for at få dig til at tabe dig?

- Aldrig \_\_\_\_\_  
 Nogle få gange \_\_\_\_\_  
 Engang imellem \_\_\_\_\_  
 Ret ofte \_\_\_\_\_  
 Meget ofte \_\_\_\_\_

En eller flere af mine søskende drillede mig med min vægt?

- Aldrig \_\_\_\_\_  
 Nogle få gange \_\_\_\_\_  
 Engang imellem \_\_\_\_\_  
 Ret ofte \_\_\_\_\_  
 Meget ofte \_\_\_\_\_

En kæreste sige til dig, at du burde tabe dig for at være mere attraktiv?

- Aldrig \_\_\_\_\_  
 Nogle få gange \_\_\_\_\_  
 Engang imellem \_\_\_\_\_  
 Ret ofte \_\_\_\_\_  
 Meget ofte \_\_\_\_\_

Familiemedlemmer, venner, bekendte osv. gøre grin med, hvordan du ser ud?

- Aldrig \_\_\_\_\_  
 Nogle få gange \_\_\_\_\_  
 Engang imellem \_\_\_\_\_  
 Ret ofte \_\_\_\_\_  
 Meget ofte \_\_\_\_\_

At blive kaldt øgenavne, grint af eller drillet af dine jævnaldrende?

- Aldrig \_\_\_\_\_  
 Nogle få gange \_\_\_\_\_  
 Engang imellem \_\_\_\_\_  
 Ret ofte \_\_\_\_\_  
 Meget ofte \_\_\_\_\_

Overhøre andre mennesker komme med uhøflige kommentarer eller blive stirret eller peget på, på grund af din vægt?

- Aldrig \_\_\_\_\_  
 Nogle få gange \_\_\_\_\_  
 Engang imellem \_\_\_\_\_  
 Ret ofte \_\_\_\_\_  
 Meget ofte \_\_\_\_\_

Blevet holdt udenfor de "populære" grupper på grund af din vægt?

- Aldrig \_\_\_\_\_  
 Nogle få gange \_\_\_\_\_  
 Engang imellem \_\_\_\_\_  
 Ret ofte \_\_\_\_\_  
 Meget ofte \_\_\_\_\_

Dine venner undlade at spørge, om du ville være med til sports- eller sociale aktiviteter i fritiden på grund af din vægt?

- Aldrig \_\_\_\_\_  
 Nogle få gange \_\_\_\_\_  
 Engang imellem \_\_\_\_\_  
 Ret ofte \_\_\_\_\_  
 Meget ofte \_\_\_\_\_

Blevet fravalgt til et job du havde søgt på grund af din vægt?

- Aldrig \_\_\_\_\_  
 Nogle få gange \_\_\_\_\_  
 Engang imellem \_\_\_\_\_  
 Ret ofte \_\_\_\_\_  
 Meget ofte \_\_\_\_\_

Andre mennesker har haft lavere forventninger til dig på grund af din vægt?

- Aldrig \_\_\_\_\_  
 Nogle få gange \_\_\_\_\_  
 Engang imellem \_\_\_\_\_  
 Ret ofte \_\_\_\_\_  
 Meget ofte \_\_\_\_\_

### 32. Om din hverdag:

	Meget ofte	Oft	Af og til	Sjældent	Aldrig
Hvor tit gør du ting, som du selv synes er meningsfulde?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hvor tit føler du, at du er ligeglad med det, der sker omkring dig?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hvor tit har du følelsen af, at det du foretager dig er uden mening?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

### 33. Hvad synes du om din hverdag?

- Meget spændende  
  Spændende  
  OK  
  Kedelig  
  Meget kedelig

**34. Hvor enig eller uenig er du i hvert af de følgende udsagn?**

	Meget enig	Enig	Uenig	Meget uenig
Jeg synes, at jeg har nogle gode egenskaber.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg synes, at jeg er mindst lige så meget værd som andre.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg kan gøre ting lige så godt som de fleste andre.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har et positivt syn på mig selv.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Alt i alt er jeg tilfreds med mig selv.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Alt i alt er jeg tilbøjelig til at føle mig som en fiasko.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**35. Har du som person tendens til at være bekymret, nervøs eller lidt sortseende?**

Slet ikke    Meget lidt    Lidt    Noget    En del    Ret meget    Meget

**36. Hvor enig er du i de følgende udsagn?**

	Uenig	Delvist uenig	Hverken enig eller uenig	Enig	Meget enig
Jeg er hurtigt ovenpå igen efter svære perioder.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg har svært ved at klare mig igennem stressende oplevelser.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det tager mig ikke så lang tid at komme mig efter en stressende oplevelse.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Det er svært for mig hurtigt at ryste en dårlig oplevelse af mig.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg kommer normalt igennem svære perioder uden for mange vaskeligheder.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jeg bruger generelt lang tid på at komme mig over den modgang jeg møder i livet.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**Arbejdsliv 37. Du er:**

- Almindelig lønmodtager
- Lønmodtager med personaleansvar
- Selvstændig
- Medhjælpende ægtefælle
- Elev/lærling
- Job med løntilskud
- Skånejob
- Flexjob
- Under uddannelse
- Ledig
- Andet, der ikke er arbejde \_\_\_\_\_ (Hvis ja, beskriv andet.)

**38. Hvad arbejder du som?**

Skriv stillingsbetegnelse og antal timer per uge for de jobs du arbejder mest i (hvis du har flere jobs end der er plads til så skriv de jobs du bruger mest tid på hver uge):

Jobtitel Antal timer per uge  
Hovedbeskæftigelse \_\_\_\_\_  
Job 2 \_\_\_\_\_  
Job 3 \_\_\_\_\_

**39. I din hovedbeskæftigelse er du der:**

- Fastansat  Midlertidig/kontraktansat

**40. Har du været hjemsendt som følge af corona-nedlukningerne?**

- Nej  Ja, delvist hjemsendt  Ja, fuldt hjemsendt

**41. Hvor mange timer om ugen arbejdede du i gennemsnit hjemmefra inden corona-nedlukningerne (ud af din samlede angivne arbejdstid ovenfor)?**

Angiv i hele antal timer \_\_\_\_\_

**42. Hvor længe har du været ansat på den arbejdsplads, hvor du arbejder?**

- Under 3 måneder  3 måneder op til 12 måneder  1 - 3 år  Mere end 3 år

### 43. På hvilket tidspunkt af døgnet arbejder du sædvanligvis i din hovedbeskæftigelse?

- Fast dagarbejde (overvejende mellem kl. 06 og 18)  
 Fast aftenarbejde (overvejende mellem kl. 15 og 24)  
 Skiftende arbejdstider med natarbejde  
 Skiftende arbejdstider uden natarbejde

### 44. Arbejde og privatliv

	I meget høj grad	I høj grad	Delvist	Lav grad	I meget lav grad
Sker det, at der er konflikt mellem dit arbejde og privatliv, sådan at du helst ville være "begge steder på én gang"?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Føler du, at dit arbejde tager så meget af din energi, at det går ud over privatlivet?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Føler du, at dit arbejde tager så meget af din tid, at det går ud over privatlivet?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Siger din familie eller venner til dig, at du arbejder for meget?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

### 45. Hvor stor en del af din arbejdstid...

	Næsten hele tiden	Ca. 3/4 af tiden	Ca. 1/2 af tiden	Ca. 1/4 af tiden	Sjældent	Aldrig
Sidder du?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Går eller står du?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gør du de samme armbevægelser mange gange i minuttet?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Laver du fysisk hårdt arbejde?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

### 46. Hvor stor en del af din arbejdstid er du udsat for

	Næsten hele tiden	Ca. 3/4 af tiden	Ca. 1/2 af tiden	Ca. 1/4 af tiden	Sjældent	Aldrig
Støj, der er så høj, at du må råbe for at tale sammen med en, der står lige ved siden af dig?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Støj, der forstyrrer dig i dit arbejde (fx. andre menneskers tale, ventilation, trafik)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kraftige vibrationer, der rammer hele kroppen (fx. traktor, truck el.lign.)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

- At have våde eller fugtige hænder?
- Hudkontakt med kemikalier (fx. rengøringsmidler og desinfektionsmidler)?

#### 47. Hvor krævende synes du alt i alt dit arbejde er?

- Særdeles krævende  Meget krævende  Ret krævende  Noget krævende  Ikke så krævende  
 Meget lidt krævende

#### 48. Hvor stor synes du alt i alt din arbejdsbyrde er?

- Særdeles stor  Meget stor  Ret stor  Moderat stor  Ikke så stor  Ret lille

#### 49. De følgende spørgsmål handler om indflydelse i dit arbejde

- |  | Meget høj grad        | I høj grad            | Delvist               | I lav grad            | I meget lav grad      |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Har du indflydelse på, hvordan du løser dine arbejdsopgaver?                     | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Har du tilstrækkelige beføjelser i forhold til det ansvar, du har i dit arbejde? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Har du mulighed for at træffe væsentlige beslutninger om dit arbejde?            | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Har du indflydelse på, i hvilken rækkefølge du løser dine arbejdsopgaver?        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

#### 50. De følgende spørgsmål handler om indflydelse på arbejdstider

- |  | I meget høj grad      | I høj grad            | Delvist               | I lav grad            | I meget lav grad      |
|--|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Har du indflydelse på dine arbejdstider, fx hvornår du møder eller går hjem fra arbejde? | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Har du indflydelse på , hvornår du holder pauser i løbet af arbejdsdagen?                | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Har du indflydelse

pa

, hvornår du holder ferie og fridage?

### 51. De følgende spørgsmål handler om udviklingsmuligheder på dit arbejde

	I meget høj grad	I høj grad	Delvist	I lav grad	I meget lav grad
Giver dit arbejde dig muligheder for at udvikle dine kompetencer?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har du meget varierede arbejdsopgaver?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har du muligheder for at lære noget nyt gennem dit arbejde?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har du gode muligheder for efter- og videreuddannelse?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

### 52. Hvordan er stemningen og det psykiske arbejdsklima normalt på din arbejdsplads?

Meget god  Ret god  Nogenlunde god  Ikke så god  Ret dårlig  Meget dårlig

### 53. Er dit arbejde sædvanligvis stimulerende, udviklende og engagerende?

I meget høj grad  I høj grad  I nogen grad  I mindre grad  I ringe grad  
 I meget ringe grad

### 54. Synes du alt i alt din arbejdsindsats bliver tilstrækkeligt værdsat?

I meget høj grad  I høj grad  I nogen grad  I mindre grad  I ringe grad  
 I meget ringe grad

### 55. Hvor stor lyst har du normalt til at tage på arbejde?

Meget stor lyst  Ret stor lyst  Nogen lyst  Nogen ulyst  Ret stor ulyst  Meget stor ulyst

**56. Er dit normale daglige arbejde krævende på en spændende og udfordrende måde?**

- Altid  Næsten altid  Som regel  Ofte  Af og til  Sjældent/aldrig

**57. Rolleklarhed**

	I meget høj grad	I høj grad	Delvist	I lav grad	I meget lav grad
Er der klare mål for dit eget arbejde?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ved du nøjagtigt, hvad der forventes af dig i dit arbejde?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**58. Er du alt i alt tilfreds med den måde din arbejdsplads ledes på?**

- I meget høj grad  I høj grad  I nogen grad  I mindre grad  I ringe grad  
 I meget ringe grad

**59. Er dit normale daglige arbejde stressende på en ubehagelig måde?**

- Altid  Næsten altid  Som regel  Ofte  Af og til  Sjældent/aldrig

**60. Hvor tilfreds er du alt i alt med dit arbejde?**

- Meget tilfreds  Ret tilfreds  Tilfreds  Lidt tilfreds  Ret utilfreds  Meget utilfreds

**61. Hvor tilfreds er du alt i alt med de fysiske rammer og faciliteter på arbejdspladsen?**

- Meget tilfreds  Ret tilfreds  Tilfreds  Lidt tilfreds  Ret utilfreds  Meget utilfreds

**62. De følgende spørgsmål handler om tillid mellem dig og dine kolleger på din arbejdsplads**

	I meget høj grad	I høj grad	Delvist	I lav grad	I meget lav grad	Har ingen kolleger
Stoler de ansatte i almindelighed på hinanden?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Har du tillid til dine kollegers evne til at gøre arbejdet godt?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kan du give udtryk for dine meninger og følelser over for dine nærmeste kolleger?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



Holder du og dine kolleger hinanden underrettet om ting, der er vigtige for at I kan udføre arbejdet godt?

### 63. De følgende spørgsmål handler om retfærdighed på arbejdspladsen

	I meget høj grad	I høj grad	Delvist	I lav grad	I meget lav grad	Har ingen kolleger
Bliver konflikter løst på en retfærdig måde?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tager ledelsen de ansattes synspunkter med i betragtning, når der træffes beslutninger?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Bliver alle der påvirkes af en given beslutning hørt?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Er det muligt at ændre væsentlige beslutninger?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Bliver væsentlige beslutninger taget på grundlag af den rette information?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kan man få en detaljeret redegørelse for grundlaget for beslutninger?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Bliver du respekteret af ledelsen på din arbejdsplads?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Gør ledelsen på din arbejdsplads urimelig forskel på medarbejderne?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Bliver du behandlet retfærdigt på din arbejdsplads?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

### 64. Hvor ofte er du, inden for de seneste 6 måneder, blevet udsat for noget af følgende i forbindelse med dit arbejde:

	Dagligt	Ugentligt	Månedligt	Sjældnere	Aldrig
At nogen tilbageholder information, som påvirker din arbejdsindsats?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
At der bliver spredt sladder og rygter om dig?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
At blive ignoreret, udelukket fra eller frosset ude af det sociale fællesskab?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
At blive mindet om dine fejltagelser eller "bommerter"?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

At nogen fornærmer eller håner dig som person (fx dine vaner og baggrund), dine holdninger eller dit privatliv?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
At blive ignoreret eller mødt med fjendtlighed, når du henvender dig til andre?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
At blive råbt ad eller blive mål for spontan vrede (eller raserianfald)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Grov spøg fra folk, som du ikke kommer så godt ud af det med?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**65. Ved mobning menes, at man gentagne gange bliver udsat for ubehagelige eller nedværdigende behandling, som det er svært at forsvare sig imod.**

**Hvor ofte har du, inden for de sidste 6 måneder, oplevet følgende på din arbejdsplads:**

	Dagligt	Ugentligt	Månedligt	Af og til	Aldrig
Selv været udsat for mobning?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Været vidne til, at en person er blevet udsat for mobning?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Selv mobbet eller været med til at mobbe?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

**66. De følgende spørgsmål handler om utryghed i arbejdet**

	I meget høj grad	I høj grad	Delvist	I lav grad	I meget lav grad
Er du bekymret for at blive arbejdsløs?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Er du bekymret for, at det kan blive svært at finde et nyt job, hvis du bliver arbejdsløs?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Er du bekymret for, at du mod din vilje forflyttes til andet arbejde?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Du er nu færdig med spørgeskemaet. Tak for din deltagelse.  
Husk at trykke "Submit" for at indsende din besvarelse af spørgeskemaet.