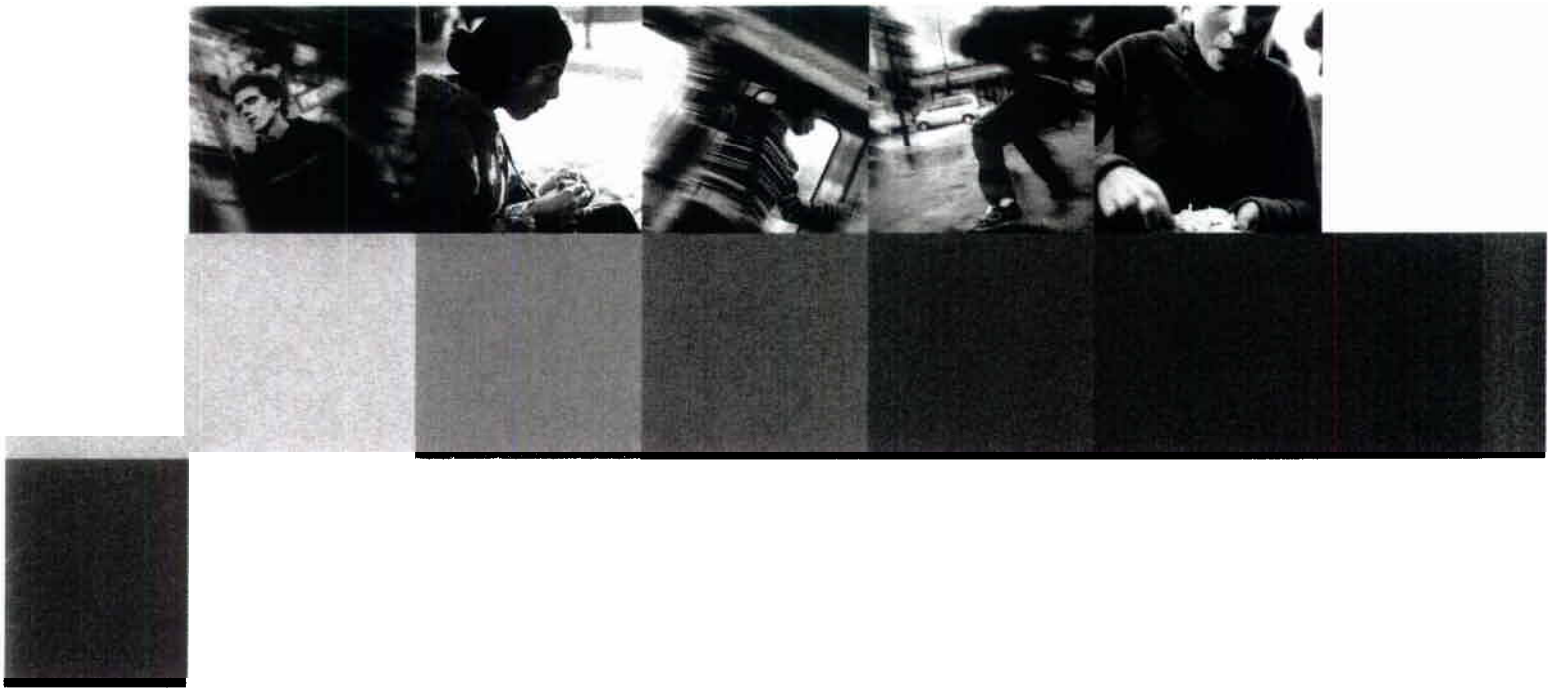


UNGES LIVSSTIL & DAGLIGDAG

Sådan udfylder du spørgeskemaet

1) Brug kun en sort eller blå kuglepen.

2) Læs hvert enkelt spørgsmål og alle svarkategorier igennem før du svarer og vær opmærksom på, om du må sætte ét eller flere krydser.

3) Markér det spørgsmål, der passer bedst til din mening

☒
☐
☐

4) Hvis du laver en fejl eller skifter mening, fylder du bare den forkerte boks helt ud og markerer den nye boks.

■
☒
☐

5) Nogle spørgsmål er lettere at besvare end andre. Hvis du er i tvivl, sætter du kryds i den kasse, der passer bedst til dig. Er der spørgsmål, du ikke kan eller ønsker at besvare, går du videre til næste spørgsmål.

6) Når du er færdig, er det vigtigt, at du returnerer hele hæftet i vedlagte svarkuvert, også selvom der eventuelt er spørgsmål, du er sprunget over.

HUSK, at det ikke er en test. Der findes ingen rigtige eller forkerte svar - du skal kun give de svar, der passer bedst til dig.

Først nogle spørgsmål om dig og din familie

1. Køn
❑ Pige ❑ Dreng

2. Alder
❑ 16 år ❑ 17 år ❑ 18 år ❑ 19 år ❑ 20 år

3. Hvilken religiøs baggrund har du?
❑ Protestantisk (døbt i dansk folkekirke)
❑ Katolsk
❑ Islamisk
❑ Jødisk
❑ Buddhistisk
❑ Ikke døbt
❑ Ikke troende
❑ Ved ikke
❑ Anden, hvilken _____

4. Hvilket sprog taler du og dine forældre i hjemmet?
(gerne flere krydser)

	Dig selv	*Dine forældre*
Dansk	❑	❑
Andet nordisk sprog	❑	❑
Engelsk, tysk	❑	❑
Andet vesteuropæisk sprog (spansk, fransk mv.)	❑	❑
Tyrkisk	❑	❑
Kurdisk	❑	❑
Sprog fra Pakistan/Indien (urdu, punjabi, hindi mv.)	❑	❑
Sprog fra eks-jugoslavien	❑	❑
Arabisk	❑	❑
Tamilsk	❑	❑
Andet: _____	❑	❑

5. Hvis du går i skole eller er under uddannelse, hvilken retning går du så på?

Grundskole (9.-10. klasse)
❑ Alm. folkeskole ❑ Privatskole ❑ Efterskole

Gymnasial uddannelse
❑ Alment gym. ❑ Hf ❑ Hhx ❑ Htx

Erhvervsuddannelse
❑ Grundforløb - skriv hvilket: _____
(f.eks. teknologi og kommunikation, fra jord til bord eller HG)
❑ Lærling/i skolepratik - skriv faget: _____
(f.eks. elektriker, murer, datamekaniker, salgsassistent eller dekoratør)

Social- og sundhedsuddannelse
❑ Grundlæggende uddannelse

Landbrugsskole
❑ Landbrugsuddannelse

Videregående uddannelse
❑ Kort videregående uddannelse, under 3 år
(f.eks. laborant, markedsføringsøkonom, installatør eller produktionsteknolog)
❑ Mellemlang videregående uddannelse, 3-4 år
(f.eks. sygeplejerske, diplomingeniør, folkeskolelærer, socialrådgiver eller pædagog)
❑ Lang videregående uddannelse, over 4 år
(f.eks. læge, gymnasielærer, civilingeniør eller biolog)

Øvrige
❑ Den frie ungdomsuddannelse
❑ Andet: _____

6. Hvis du ikke går i skole eller er i gang med en uddannelse, hvad laver du så?
*(gælder **ikke** fritidsarbejde)*

- ❑ Selvstændig
- ❑ Arbejder, faglært
- ❑ Arbejder, ufaglært
- ❑ Almen funktionær
- ❑ Ledende funktionær (har underordnede)
- ❑ Arbejdsløs/under aktivering
- ❑ Langtidssygemeldt
- ❑ Soldat. Værnepligt/på kontrakt
- ❑ Under revalidering eller lignende
- ❑ Andet, f.eks. sabbatår

7. Hvad er den højeste uddannelse, du har afsluttet?
(hvis du f.eks. er kommet fra 10. klasse til HG, vil du typisk have afsluttet "alm. folkeskole")

Grundskole (9.-10. klasse)
❑ Alm. folkeskole ❑ Privatskole ❑ Efterskole

Gymnasial uddannelse
❑ Alment gym. ❑ Hf ❑ Hhx ❑ Htx

Erhvervsuddannelse
Skriv hvilken: _____
(f.eks. elektriker, murer, salgsassistent og dekoratør)

Social- og sundhedsuddannelse
❑ Grundlæggende uddannelse

Landbrugsskole
❑ Landbrugsuddannelse

Videregående uddannelse
❑ Kort videregående uddannelse, under 3 år *(f.eks. laborant)*

Øvrige
❑ Den frie ungdomsuddannelse
❑ Andet: _____

8. Hvem bor du sammen med?
(gerne flere krydser)

- ❑ Ingen, jeg bor alene
- ❑ Mor
- ❑ Stedmor
- ❑ Far
- ❑ Stedfar
- ❑ Søskende
- ❑ Kæreste/ægtefælle
- ❑ Andre, f.eks. i kollektiv, på kollegie/skolehjem

9. Hvad laver dine forældre?
(skriv venligst så præcist du kan, f.eks. "ekspedient", "lastbilchauffør", "elektriker". Du kan også skrive "arbejdsløs" eller "har ingen mor")

Mor: _____ Stedmor: _____

Far: _____ Stedfar: _____

10. Hvad er din mors og fars <u>højeste</u> uddannelse?
(hvis du har mest kontakt med din stedmor/stedfar, angives hendes/hans uddannelse - kun ét kryds)

Mor
- ❑ 7 eller færre års skolegang
- ❑ 8-10 års skolegang
- ❑ Lærlingeuddannelse eller HG
- ❑ Grundlæggende social- og sundhedsuddannelse
- ❑ Gymnasial uddannelse (gym., hf, hh)
- ❑ Kort videregående uddannelse, under 3 år *(f.eks. laborant, markedsøkonom, elinstallatør eller maskintekniker)*
- ❑ Mellemlang videregående uddannelse, 3-4 år *(f.eks. sygeplejerske, folkeskolelærer, socialrådgiver eller pædagog)*
- ❑ Lang videregående uddannelse, over 4 år *(f.eks. læge, gymnasielærer, civilingeniør og biolog)*
- ❑ Ved ikke
- ❑ Andet: _____

Far
- ❑ 7 eller færre års skolegang
- ❑ 8-10 års skolegang
- ❑ Lærlingeuddannelse eller HG
- ❑ Grundlæggende social- og sundhedsuddannelse
- ❑ Gymnasial uddannelse (gym., hf, hh)
- ❑ Kort videregående uddannelse, under 3 år *(f.eks. laborant, markedsøkonom, elinstallatør eller maskintekniker)*
- ❑ Mellemlang videregående uddannelse, 3-4 år *(f.eks. sygeplejerske, folkeskolelærer, socialrådgiver eller pædagog)*
- ❑ Lang videregående uddannelse, over 4 år *(f.eks. læge, gymnasielærer, civilingeniør og biolog)*
- ❑ Ved ikke
- ❑ Andet: _____

Krop og helbred

11. Hvad er din højde uden sko? Angiv i centimeter : ☐☐☐

12. Hvad vejer du? Angiv i kg : ☐☐☐

12.a Er du tilfreds med hvad du vejer?

☐ Ja ☐ Nej ☐ Ved ikke

12.b Vil du gerne veje mindre eller mere? ☐☐ kg mindre ☐☐ kg mere

(også selv om du er tilfreds med din vægt)

13. Hvordan vil du vurdere dit nuværende helbred?

☐ Virkelig godt
☐ Godt
☐ Nogenlunde
☐ Dårligt
☐ Meget dårligt

14. Hvordan vil du vurdere din fysiske form?

☐ Virkelig god
☐ God
☐ Nogenlunde
☐ Dårligt
☐ Meget dårligt

Daglige aktiviteter

TRANSPORT

15. Hvor mange dage på en normal uge transporterer du dig til skole/arbejde på cykel, rulleskøjter, løbehjul eller til fods?

☐ Aldrig ☐ 1 dag ☐ 2 dage
☐ 3 dage ☐ 4 dage ☐ 5-7 dage

15.a Hvis du går, cykler, ruller på rulleskøjter/løbehjul el.lign. til skole/arbejde, hvor lang tid tager det dig så hver vej? ☐☐ min.

15.b Er gå-, cykel-, rulleturen:

(kun ét kryds)

☐ Anstrengende fysisk aktivitet, *som får dig til at blive meget forpustet eller svedig*
☐ Jævn fysisk aktivitet, *som får dig til at blive lettere forpustet eller en smule svedig*
☐ Let fysisk aktivitet, *som ikke får dig til at blive specielt forpustet eller svedig*

SKOLE OG UDDANNELSE

16. Hvor mange idrætstimer om ugen har du i skolen?

☐ 0 timer ☐ 1 time ☐ 2 timer
☐ 3 timer ☐ 4 timer eller mere ☐ Er ikke under uddannelse

16.a Hvis du har skoleidræt, opfatter du så normalt timerne som:

(sæt kun ét kryds, også selv om idrætstimerne kan variere meget)

☐ Anstrengende fysisk aktivitet, *som får dig til at blive meget forpustet eller svedig*
☐ Jævn fysisk aktivitet, *som får dig til at blive lettere forpustet eller en smule svedig*
☐ Let fysisk aktivitet, *som ikke får dig til at blive specielt forpustet eller svedig*

#

#

ARBEJDE OG FRITIDSARBEJDE

17. Hvis du har arbejde/fritidsarbejde, udfører du så normalt:

(besvar hver linie)

a. Meget anstrengende fysisk aktivitet som f.eks. tunge løft, bære tunge ting, bygge- eller gravearbejde	❑ Ja	❑ Nej	☐	timer om ugen
b. Jævn fysisk aktivitet, som at løfte eller bære lette ting	❑ Ja	❑ Nej	☐	timer om ugen
c. Stillesiddende arbejde f.eks. ved et arbejdsbord eller en computer	❑ Ja	❑ Nej	☐	timer om ugen

FRITIDSAKTIVITETER

18. Når man ser bort fra den fysiske aktivitet på arbejde, idræt i skolen og transport, hvor mange gange om ugen er du i gennemsnit fysisk aktiv (alt fra dans og skateboard til organiseret idræt og konkurrencesport)?

- ❑ Sjældnere end en gang om ugen
- ❑ 1 gang om ugen
- ❑ 2 gange om ugen
- ❑ 3 gange om ugen
- ❑ 4 gange om ugen
- ❑ 5 gange om ugen
- ❑ 6 eller flere gange om ugen

18.a Hvis du er fysisk aktiv i din fritid, hvor lang tid bruger du så på fysisk aktivitet i gennemsnit pr. uge? ☐ timer.

18.b Hvordan opfatter du den fysiske aktivitet, du normalt laver i fritiden?

(kun ét kryds)

- ❑ Anstrengende fysisk aktivitet, *som får dig til at blive meget forpustet eller svedig*
- ❑ Jævn fysisk aktivitet, *som får dig til at blive lettere forpustet eller en smule svedig*
- ❑ Let fysisk aktivitet, *som ikke får dig til at blive specielt forpustet eller svedig*

19. Hvis vi ser på det sidste halve år, hvad ville du så sige passer bedst som beskrivelse af dine fysiske aktiviteter i fritiden?

(kun ét kryds).

- ❑ Jeg træner hårdt og dyrker konkurrenceidræt regelmæssigt og flere gange om ugen *(f.eks. konkurrencesvømmer, håndbold/fodbold på konkurrenceplan)*
- ❑ Jeg dyrker motionsidræt eller har tungt arbejde mindst 4 timer pr. uge *(f.eks. motionsløb, styrketræning, aerobic 1-2 gange ugentligt, tungt bygge- eller gravearbejde)*
- ❑ Jeg spadserer, cykler eller har anden lettere motion mindst 4 timer pr. uge *(transport til og fra skole/arbejde)*
- ❑ Jeg bruger tiden på at læse, se fjernsyn, spille computer eller anden stillesiddende beskæftigelse

#

#

Fritidsvaner

20. Hvor mange timer bruger du i gennemsnit om ugen foran computeren?
(hvis ingen skriver du "0")

☐☐☐ timer om ugen

21. Hvad bruger du computeren til?
(besvar hver linie)

	Hver dag	*Flere gange om ugen*	*1 gang om ugen*	*Sjældnere*	*Aldrig*
Tekstbehandling	☐	☐	☐	☐	☐
E-mail	☐	☐	☐	☐	☐
Informationssøgning/surfe	☐	☐	☐	☐	☐
Downloade filer/programmer	☐	☐	☐	☐	☐
Spil/underholdning	☐	☐	☐	☐	☐
Chatrooms/online-møder	☐	☐	☐	☐	☐
Andet: _____	☐	☐	☐	☐	☐

22. Hvilke af følgende magasiner har du kigget i inden for den seneste måned?
(sæt gerne flere krydser)

☐ Chili	☐ Eurowoman	☐ Euroman
☐ Musikmagasinet "Gaffa"	☐ I Form	☐ Tjeck
☐ "M"	☐ Main Magazine	☐ Vi unge
☐ Copy Girlmagazine	☐ On! Magazine	☐ Studiemagasinet
☐ Film Guide	☐ Tidens Kvinder	☐ Ud & Se (DSB-bladet)
☐ Billed-Bladet	☐ Femina	☐ Hendes Verden
☐ Her og Nu	☐ Kig Ind	☐ Se og Hør

23. Hvis dine venner kaldte dig for noget af følgende, hvor enig ville du så være?
(besvar hver linie)

	Helt enig	*Delvis enig*	*Hverken enig eller uenig*	*Delvis uenig*	*Helt uenig*
Sporty	☐	☐	☐	☐	☐
Party freak	☐	☐	☐	☐	☐
Foreningsaktiv	☐	☐	☐	☐	☐
Skater/Hiphopper	☐	☐	☐	☐	☐
Techno	☐	☐	☐	☐	☐
Gør-det-selv-typen	☐	☐	☐	☐	☐
Romantiker	☐	☐	☐	☐	☐
Computernørd	☐	☐	☐	☐	☐
Religiøs/nyreligiøs	☐	☐	☐	☐	☐
Kan ikke sættes i bås	☐	☐	☐	☐	☐
Popdreng/poppige	☐	☐	☐	☐	☐
Friluftstypen	☐	☐	☐	☐	☐
Oprørsk	☐	☐	☐	☐	☐
Stille dreng/pige	☐	☐	☐	☐	☐
Den intellektuelle	☐	☐	☐	☐	☐
Britpopper/Oasis-typen	☐	☐	☐	☐	☐
Andet: _____	☐	☐	☐	☐	☐

Rygning

24. Ryger du?

- ❑ Ja, hver dag → *gå videre til spørgsmål 26*
- ❑ Ja, mindst én gang om ugen → *gå videre til spørgsmål 26*
- ❑ Ja, men sjældnere end hver uge → *gå videre til spørgsmål 26*
- ❑ Nej, jeg ryger ikke

25. Har du røget tidligere?

- ❑ Ja, men jeg holdt op for mindre end 12 måneder siden
- ❑ Ja, men jeg holdt op for mere end 12 måneder siden
- ❑ Ja, men jeg har bare røget nogle få gange → *gå videre til spørgsmål 37*
- ❑ Nej, jeg har aldrig røget → *gå videre til spørgsmål 37*

▶ *Hvis du aldrig har røget eller kun har prøvet det nogle få gange, går du direkte til spørgsmål 37. Ellers går du til næste spørgsmål.* ▶

26. Hvor mange cigaretter ryger/røg du dagligt?

- ❑ Ryger/røg ikke cigaretter hver dag
- ❑ 1-4 cigaretter
- ❑ 5-9 cigaretter
- ❑ 10-14 cigaretter
- ❑ 15-19 cigaretter
- ❑ 20-24 cigaretter
- ❑ 25-29 cigaretter
- ❑ 30 cigaretter eller derover

27. Ryger/røg du andet end cigaretter?

- ❑ Nej

[ ] g pibetobak om ugen

[ ] antal cerutter om ugen

[ ] antal cigarer om ugen

28. Får du i dag nikotin på andre måder?

(gerne flere krydser)

- ❑ Nej
- ❑ Ja, jeg bruger nikotintyggegummi
- ❑ Ja, jeg bruger nikotinplaster
- ❑ Ja, jeg bruger andre nikotinpræparater fra apoteket
- ❑ Ja, snus/skrå

29. Hvor gammel var du, da du begyndte at ryge mindst én gang om ugen?

- ❑ ≤ 10 år
- ❑ 11 år
- ❑ 12 år
- ❑ 13 år
- ❑ 14 år
- ❑ 15 år
- ❑ 16 år
- ❑ 17 år
- ❑ 18 år
- ❑ 19 år
- ❑ 20 år
- ❑ Har aldrig røget mindst én gang om ugen
- ❑ Husker ikke

30. Har du inden for det seneste år forsøgt at holde op med at ryge eller at nedsætte dit tobaksforbrug?

(gerne flere krydser)

- ❑ Ja, jeg har forsøgt at holde op
- ❑ Ja, jeg har forsøgt at nedsætte tobaksforbruget
- ❑ Jeg er holdt op med at ryge
- ❑ Nej → *gå til spørgsmål 33*

31. Hvis du er holdt op eller har forsøgt at holde op - hvad gjorde du?
(gerne flere krydser)

- ❑ Gjorde ikke noget bestemt/tog en kold tyrker
- ❑ Søgte hjælp hos familie/venner/bekendte
- ❑ Brugte nikotionpræparater fra apoteket
- ❑ Anskaffede materiale om rygestop
- ❑ Søgte hjælp hos læge eller andre sundhedsprofessionelle
- ❑ Anvendte telefonrådgivning
- ❑ Anvendte internetrådgivning
- ❑ Var på tobaksafvænningskursus
- ❑ Andet: _____

32. Opfatter du dig selv som ryger?

- ❑ I meget høj grad
- ❑ I høj grad
- ❑ I mindre grad
- ❑ Slet ikke

Hvis du er holdt helt op med at ryge, går du til spørgsmål 37.
Hvis du stadig ryger, går du til næste spørgsmål.

33. Hvor enig er ud i følgende udsagn om dig selv?
(besvar hver linie)

	Helt enig	*Delvis enig*	*Hverken enig eller uenig*	*Delvis uenig*	*Helt uenig*
a. Jeg kan sagtens sige nej, hvis nogen tilbyder mig en cigaret til daglig	❑	❑	❑	❑	❑
b. Jeg kan sagtens sige nej, hvis nogen tilbyder mig en cigaret til fester	❑	❑	❑	❑	❑
c. Jeg er afhængig af nikotin	❑	❑	❑	❑	❑
d. Jeg ville når som helst kunne holde op med at ryge	❑	❑	❑	❑	❑
e. Jeg ved, at jeg kan holde op, hvis jeg satser hårdt	❑	❑	❑	❑	❑
f. Jeg har brug for mine venners hjælp, hvis jeg skal holde op	❑	❑	❑	❑	❑
g. Jeg kan få opbakning fra min omgangskreds til rygestop. F.eks. ved at de ikke frister?	❑	❑	❑	❑	❑
h. Rygning udgør en stor trussel for mit helbred	❑	❑	❑	❑	❑

34. Vil du gerne holde op med at ryge ?

❑ Ja ❑ Nej ❑ Ved ikke

35. Har du konkrete planer om at holde op med at ryge?

- ❑ Ja, inden for den kommende måned
- ❑ Ja, om 1-6 måneder
- ❑ Ja, længere ude i fremtiden
- ❑ Nej, har ikke planer om at holde op med at ryge
- ❑ Ved ikke

36. Ville beslutningen om et rygestop være nemmere for dig, hvis der var et tilbud om rygeafvænning for unge på dit uddannelsessted eller på din arbejdsplads?

❑ Ja ❑ Nej ❑ Ved ikke

De næste spørgsmål besvares af alle.

37. Synes du, at der burde tilbydes rygeafvænningskurser på følgende steder:

(besvar hver linie)	*Ja*	*Nej*	*Ved ikke*
a. Arbejdspladser	❑	❑	❑
b. Uddannelsesinstitutioner	❑	❑	❑

38. Ryger din .....?

(besvar hver linie. Hvis du ikke har følgende familiemedlemmer, sætter du kryds i "Har ikke")

	Ja	*Nej*	*Har ikke*
a. Mor	❑	❑	❑
b. Stedmor	❑	❑	❑
c. Far	❑	❑	❑
d. Stedfar	❑	❑	❑
e. Mindst en af dine søskende	❑	❑	❑
f. Kæreste/samlever/ægtefælle	❑	❑	❑
g. Bedste ven eller veninde	❑	❑	❑

39. Blandt dine venner er der da:

❑ Flest der ryger
❑ Næsten lige mange, der ryger og ikke ryger
❑ Flest, der ikke ryger
❑ Ved ikke

Ikke-rygere og eks-rygere besvarer 40a, mens rygere går til 40b.

40.a Sammenlignet med hvis du røg, mener du så, at du, som <u>ikke-ryger</u> virker:

(besvar hver linie)	*Mindre*	*Ingen forskel*	*Mere*
a. Eftertænksom	❑	❑	❑
b. Fornuftig	❑	❑	❑
c. Arrogant	❑	❑	❑
d. Energisk	❑	❑	❑
e. Uafhængig	❑	❑	❑
f. Sund	❑	❑	❑
g. Kedelig	❑	❑	❑
h. Sjov	❑	❑	❑
i. Helse-freak-agtig	❑	❑	❑
j. Sej	❑	❑	❑
k. Sumpet	❑	❑	❑
l. Flot	❑	❑	❑
m. Rå	❑	❑	❑
n. Rolig	❑	❑	❑
o. Koncentreret	❑	❑	❑
p. Tjekket	❑	❑	❑

q. Andet: _____

40.b Sammenlignet med hvis du ikke røg, mener du så, at du som ryger virker:
(besvar hver linie)

	Mindre	*Ingen forskel*	*Mere*
a. Eftertænksom	❑	❑	❑
b. Fornuftig	❑	❑	❑
c. Arrogant	❑	❑	❑
d. Energisk	❑	❑	❑
e. Uafhængig	❑	❑	❑
f. Sund	❑	❑	❑
g. Kedelig	❑	❑	❑
h. Sjov	❑	❑	❑
i. Helse-freak-agtig	❑	❑	❑
j. Sej	❑	❑	❑
k. Sumpet	❑	❑	❑
l. Flot	❑	❑	❑
m. Rå	❑	❑	❑
n. Rolig	❑	❑	❑
o. Koncentreret	❑	❑	❑
p. Tjekket	❑	❑	❑

q. Andet _____

41. Synes du, at rygning på følgende steder skal være:
(besvar hver linie)

	Tilladt overalt	*Begrænset til enkelte områder*	*Helt forbudt*
a. Folkeskoler	❑	❑	❑
b. Efterskoler	❑	❑	❑
c. Handelsskoler, gymnasier, tekniske skoler	❑	❑	❑
d. Arbejdspladser	❑	❑	❑
e. På hospitaler	❑	❑	❑
f. I tog	❑	❑	❑
g. På caféer	❑	❑	❑
h. På restauranter	❑	❑	❑
i. I butikker	❑	❑	❑
j. I idrætsklubber/sportshaller	❑	❑	❑
k. I børnehaver/vuggestuer	❑	❑	❑

Alkohol

42. Hvor mange genstande drak du på hver af dagene i sidste uge?
(skriv 0 hvis du ikke drak øl/vin/hedvin/spiritus pågældende dag)

❑ Drikker slet ikke alkohol → *gå til spørgsmål 61*

Mandag ☐ genstande
Tirsdag ☐ genstande
Onsdag ☐ genstande
Torsdag ☐ genstande
Fredag ☐ genstande
Lørdag ☐ genstande
Søndag ☐ genstande

1 alm. øl er én genstand
Stærk øl = 1,5 genstande
Et glas vin = 1 genstand
1 flaske vin = 6 genstande
4 cl spiritus = 1 genstand

43. Hvor gammel var du, da du drak alkohol første gang?
(første øl, glas vin eller spiritus)
❑ Under 12 år
❑ 13-14 år
❑ 15 år eller derover

44. Hvor gammel var du, da du var fuld første gang?
❑ Under 12 år
❑ 13 år
❑ 14 år
❑ 15 år
❑ 16 år eller derover

45. Hvad er din holdning til dit eget alkoholforbrug?
❑ Det vil være o.k., hvis jeg drak mere
❑ Jeg drikker i tilpas mængde
❑ Jeg drikker lidt for meget
❑ Jeg drikker alt for meget

46. Tror du, at du drikker mere eller mindre alkohol end gennemsnittet af unge på din alder og dit eget køn?
❑ Mere ❑ Som gennemsnittet ❑ Mindre

47. Har du forsøgt at holde igen med alkohol?
❑ Ja, jeg har forsøgt at drikke mindre til fester
❑ Ja, jeg har forsøgt at undlade at drikke på hverdage
❑ Nej
❑ Ved ikke

48. Kunne du bruge hjælp fra andre til at drikke mindre alkohol?
❑ Ja, fra kammerater ❑ Nej
❑ Ja, fra forældre ❑ Ved ikke
❑ Ja, fra professionelle

49. Tænk tilbage på *de sidste 30 dage*. Ved hvor mange lejligheder (fester, sammenkomster eller lignende) har du drukket?

	0 gange	*1-2 gange*	*3-5 gange*	*6-9 gange*	*10+ gange*
De sidste 30 dage	❑	❑	❑	❑	❑

50. Tænk tilbage på *de sidste 30 dage*. Ved hvor mange lejligheder (fester, sammenkomster eller lignende) har du:

(besvar hver linie)

	0 gange	*1-2 gange*	*3-5 gange*	*6-9 gange*	*10-19 gange*	*20+ gange*
a. Drukket lys øl?	❑	❑	❑	❑	❑	❑
b. Drukket alm. øl?	❑	❑	❑	❑	❑	❑
c. Drukket stærk øl?	❑	❑	❑	❑	❑	❑
d. Drukket vin?	❑	❑	❑	❑	❑	❑
e. Drukket spiritus *(f.eks. rom, gin, tequilla)?*	❑	❑	❑	❑	❑	❑
f. Drukket mere end 5 genstande?	❑	❑	❑	❑	❑	❑
g. Været fuld?	❑	❑	❑	❑	❑	❑

51. Tænk på sidste gang du drak alkohol. Hvor foregik det henne?

(sæt. evt. flere krydser, hvis du drak flere steder den pægældende dag)

- ❑ Hjemme
- ❑ Hos andre (venner, familie)
- ❑ "I byen" (bar, restaurant etc.)
- ❑ På skolen/arbejdspladsen
- ❑ Andre steder, hvor: _____

52. Hvor meget vurderer du, at din nærmeste ven/veninde drikker på en typisk weekend?

[ ] genstande

❑ Ved ikke

53. Føler du, at dine kammeraters drikkevaner får dig til at drikke mere, end du har lyst til?

❑ Ja ❑ Nej ❑ Ved ikke

54. Hvor meget drak du, sidst du var fuld?

[ ] alm. øl

[ ] stærk øl

[ ] glas vin/champagne m.m.

[ ] glas spiritus (ca. 4 cl)

❑ Kan ikke huske det

55. Hvilken reaktion havde du, sidst du var fuld?

(sæt gerne flere krydser)

- ❑ Var opstemt
- ❑ Opførte mig pinligt
- ❑ Kunne ikke se klart
- ❑ Tømmermænd
- ❑ Træt
- ❑ Svært ved at tale klart og tydeligt
- ❑ Faldt i søvn
- ❑ Svært ved at holde balancen
- ❑ Svimmel
- ❑ Kunne dagen efter ikke huske, hvad der var sket

56. Synes dine forældre, at du drikker for meget alkohol?

❑ Ja ❑ Nej ❑ Ved ikke

#

#

57. Drikker dine forældre alkohol på hverdage?

- ❑ Dagligt
- ❑ Næsten dagligt
- ❑ Enkelte dage
- ❑ Aldrig

58. Drikker dine forældre alkohol i weekenden ?

- ❑ Hver weekend
- ❑ Næsten hver weekend
- ❑ Enkelte weekender
- ❑ Aldrig

59. Har du nogensinde været fuld i selskab med dine forældre?

❑ Ja ❑ Nej ❑ Ved ikke

60. Har du nogensinde haft et eller flere af følgende problemer *på grund af*, at du har drukket alkohol?

(besvar hver linie)

	Aldrig	*1 gang*	*2 gange*	*3 el. flere gange*
a. Skænderier	❑	❑	❑	❑
b. Slagsmål	❑	❑	❑	❑
c. Involveret i ulykke/uheld	❑	❑	❑	❑
d. Mistet penge eller andre ting af værdi for dig	❑	❑	❑	❑
e. Fået ødelagt ting eller tøj	❑	❑	❑	❑
f. Problemer med dine forældre	❑	❑	❑	❑
g. Problemer med dine venner	❑	❑	❑	❑
h. Problemer i forhold til dine lærere	❑	❑	❑	❑
i. Nedsat din præstation i skolen eller på fritidsarbejdet	❑	❑	❑	❑
j. Har haft samleje, selv om du ikke ønskede det	❑	❑	❑	❑
k. Kørte motorcykel/bil under påvirkning af alkohol	❑	❑	❑	❑
l. Været udsat for røveri eller tyveri	❑	❑	❑	❑
m. Problemer med politiet	❑	❑	❑	❑
n. Været på hospital eller skadestue	❑	❑	❑	❑
o. Taget euforiserende stoffer du <u>ikke</u> ville have taget, hvis du var ædru - hash, ecstasy, heroin el.lign.	❑	❑	❑	❑

61. Har du undladt at deltage i en fest - eller er du gået fra en fest - fordi der skete noget, du ikke ville være en del af?

(sæt gerne flere krydser)

- ❑ Ja, der blev drukket for meget
- ❑ Ja, der blev taget stoffer
- ❑ Ja, skænderier
- ❑ Ja, slåskampe
- ❑ Ja, andet _____
- ❑ Nej

#

#

62. Hvad synes du om dem, der drikker vildt og meget?
(gerne flere krydser)

- ❑ De er som regel meget festlige
- ❑ De virker ret sexede
- ❑ De virker sumpede
- ❑ De virker utjekkede
- ❑ De virker seje
- ❑ Ved ikke

63. Kender du steder, hvor du kan få råd og hjælp, hvis du vil holde op med at drikke eller drikke mindre?

❑ Ja ❑ Nej

64. Synes du, at der skal være en alkoholpolitik på din skole/arbejdsplads?

❑ Ja ❑ Nej ❑ Ved ikke

Stoffer

65. Har du nogensinde taget narkotika/euforiserende stoffer (hash, ecstasy, heroin eller lignende)?

❑ Ja ❑ Nej → *gå videre til spørgsmål 70*

66. Har du nogensinde prøvet et eller flere af følgende stoffer?
(besvar hver linie)

	Ja, inden for den seneste måned	*Ja, inden for det seneste år (men ikke inden for den seneste måned)*	*Ja, tidligere (men ikke inden for det seneste år)*	*Nej, har aldrig prøvet stoffet*
a. Hash (pot, marihuana)	❑	❑	❑	❑
b. Amfetamin (speed)	❑	❑	❑	❑
c. Ecstasy	❑	❑	❑	❑
d. Kokain	❑	❑	❑	❑
e. LSD	❑	❑	❑	❑
f. Heroin	❑	❑	❑	❑
g. Rygeheroin	❑	❑	❑	❑
h. Psilocybin-svampe (euforiserende svampe)	❑	❑	❑	❑
i. Snifning af opløsningsmidler eller lightergas	❑	❑	❑	❑
j. Andre stoffer - hvilke:_____	❑	❑	❑	❑

67. Hvis du har prøvet at ryge hash, hvor gammel var du, da du prøvede det første gang?

❑ Under 12 år ❑ 13-14 år ❑ 15 år eller derover

68. Hvis du har prøvet andre stoffer end hash, f.eks. amfetamin, ecstasy eller kokain, hvor gammel var du, da du prøvede det for første gang?

❑ Under 12 år ❑ 13-14 år ❑ 15 år eller derover

69. Har du nogensinde haft et eller flere af følgende problemer, *fordi* du har brugt stoffer?
(besvar hver linie)

	Aldrig	*1 gang*	*2 gange*	*3 el. flere gange*
a. Problemer med dine forældre	❑	❑	❑	❑
b. Problemer med dine venner	❑	❑	❑	❑
c. Nedsat præstation i skolen eller på fritidsarbejdet	❑	❑	❑	❑
d. Kørt motorcykel/bil under påvirkning af stoffer	❑	❑	❑	❑
e. Problemer med politiet	❑	❑	❑	❑
f. Været på hospital eller skadestue	❑	❑	❑	❑
g. Psykiske problemer	❑	❑	❑	❑
h. Andre problemer - hvilke: _____	❑	❑	❑	❑

70. Er der nogen i din omgangskreds, der har prøvet at ryge hash?
- ❑ Nej
- ❑ Én
- ❑ 2-4
- ❑ 5 eller flere
- ❑ Ved ikke

71. Er der nogen i din omgangskreds, der har prøvet et eller flere af andre stoffer end hash, såsom amfetamin, ecstasy, kokain etc.
- ❑ Nej
- ❑ Én
- ❑ 2-4
- ❑ 5 eller flere
- ❑ Ved ikke

72. Er der nogen i din nærmeste familie, der har prøvet at ryge hash?
- ❑ Nej
- ❑ Én
- ❑ 2-4
- ❑ 5 eller flere
- ❑ Ved ikke

73. Er der nogen i din nærmeste familie, der har prøvet et eller flere af andre stoffer end hash, såsom amfetamin, ecstasy, kokain etc.?
- ❑ Nej
- ❑ Én
- ❑ 2-4
- ❑ 5 eller flere
- ❑ Ved ikke

74. Har du nogensinde prøvet dopingmidler?
- ❑ Ja
- ❑ Nej

74.a Hvis ja, hvilke:
- ❑ Anabole steroider
- ❑ Andre dopingmidler

Spørgsmål om dit velbefindende

75. Synes du, at din dagligdag er personlig tilfredsstillende?
- ❑ Altid
- ❑ Som regel
- ❑ Sjældent
- ❑ Aldrig

76. Føler du, at du for øjeblikket har personlige problemer, der gør det vanskeligt for dig at klare daglige gøremål?
- ❑ Ja, meget
- ❑ Ja, i nogen grad
- ❑ Slet ikke

76.a Hvis ja, skyldes de:
(gerne flere krydser)
- ❑ Skolen
- ❑ Familien
- ❑ Vennerne/mangel på venner
- ❑ Kæresten/kærestesorger
- ❑ Økonomien
- ❑ Større omvæltninger i livet som dødsfald, alvorlig sygdom, opløsning af parforhold mv.
- ❑ Andet: _____

77. Taler du i almindelighed med nogen om problemer?
(kun ét kryds)
- ❑ Ja, jeg taler med nogen
- ❑ Nej, jeg klarer det selv
- ❑ Nej, jeg har ikke nogen at tale med

77. a Hvis ja, hvem taler du så mest med?
(gerne flere krydser)
- ❑ Venner
- ❑ Kæresten
- ❑ Lærere
- ❑ Psykolog
- ❑ Studievejleder/kontaktlærer
- ❑ Lægen
- ❑ Forældre
- ❑ Anden famile
- ❑ Andre

78. Hvor mange nære venner har du?
(kun ét kryds)
- ❑ Har ingen nære venner for tiden
- ❑ En
- ❑ To
- ❑ Tre eller flere

78.a Har du en kæreste/mand/hustru?
- ❑ Ja
- ❑ Nej

78.b Har du børn?
- ❑ Ja, et barn
- ❑ Ja, to eller flere børn
- ❑ Nej

79. Hvor ofte i hverdagen føler du dig ensom?
- ❑ Meget ofte
- ❑ Ofte
- ❑ Sjældent
- ❑ Aldrig

80. Er det nemt eller svært for dig at få nye venner?
- ❑ Meget nemt
- ❑ Nemt
- ❑ Svært
- ❑ Meget svært

81. Hvor tit er du sammen med dine venner i fritiden efter skoletid/arbejdstid?
- ❑ 4-5 dage om ugen
- ❑ 2-3 dage om ugen
- ❑ 1 dag om ugen eller sjældnere
- ❑ Har ingen venner for tiden

82. Hvis du går i skole eller er under uddannelse, hvad synes du så for tiden om det?
- ❑ Kan meget godt lide det
- ❑ Synes det er nogenlunde
- ❑ Bryder mig ikke om det
- ❑ Kan slet ikke lide det

83. Hvis du går i skole eller er under uddannelse, hvordan føler du, at du klarer dig?

- ❑ Virkelig godt
- ❑ Godt
- ❑ Hverken godt eller dårligt
- ❑ Dårligt
- ❑ Virkelig dårligt

84. Hvis du er i arbejde (gælder ikke fritidsjob) eller står i lære, hvad synes du så om din arbejdsplads for tiden?

- ❑ Virkelig godt
- ❑ Godt
- ❑ Hverken godt eller dårligt
- ❑ Dårligt
- ❑ Virkelig dårligt

85. Hvis du er i arbejde (gælder ikke fritidsjob) eller står i lære, hvordan føler du så, at du klarer dig på din arbejdsplads?

- ❑ Virkelig godt
- ❑ Godt
- ❑ Hverken godt eller dårligt
- ❑ Dårligt
- ❑ Virkelig dårligt

86. Hvor mange hele skoledage/arbejdsdage har du mistet i *de sidste 30 dage*?

(besvar hver linie)

	Ingen	*1 dag*	*2 dage*	*3-4 dage*	*5-6 dage*	*7 eller flere dage*
a. På grund af sygdom	❑	❑	❑	❑	❑	❑
b. På grund af pjæk	❑	❑	❑	❑	❑	❑

87. Tag stilling til hver af nedenstående påstande og sæt kryds ved det valg, der gælder for dig i almindelighed.

(besvar hver linie)

	Passer præcis	*Passer ganske godt*	*Passer nogenlunde*	*Passer lidt*	*Passer ikke*
a. Jeg tror om mig selv, at jeg vil kunne håndtere de fleste situationer, som man kommer ud for i livet	❑	❑	❑	❑	❑
b. Mit liv har indtil nu ikke haft nogle klare mål eller formål	❑	❑	❑	❑	❑
c. Jeg synes ikke, at jeg kan påvirke min fremtid i større udstrækning	❑	❑	❑	❑	❑
d. Der sker ofte ting i mine omgivelser, som jeg ikke forstår	❑	❑	❑	❑	❑
e. Jeg ønsker, at jeg kunne få noget mere at leve for	❑	❑	❑	❑	❑
f. Jeg ved, hvad jeg burde gøre i mit liv, men jeg tror ikke på, at jeg er i stand til det	❑	❑	❑	❑	❑
g. Jeg har svært ved at se sammenhængen i mit liv og forstå, hvordan tingene hænger sammen	❑	❑	❑	❑	❑
h. Jeg oplever, at det, jeg gør i min hverdag, er meningsfuldt	❑	❑	❑	❑	❑
i. Jeg synes, at jeg forstår det meste af det, der foregår i min hverdag	❑	❑	❑	❑	❑

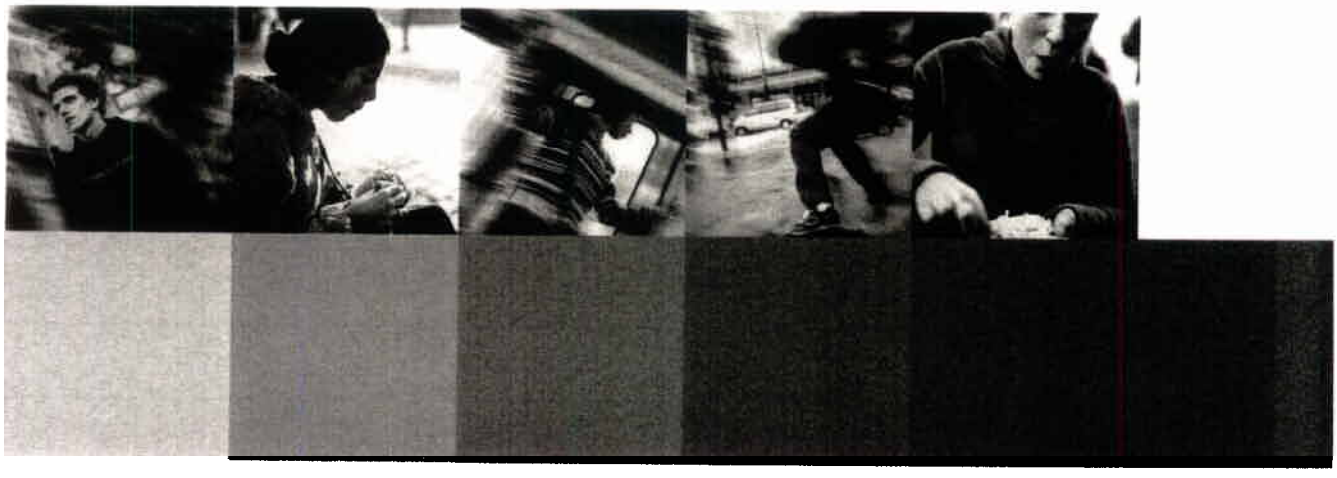
Du er nu igennem spørgeskemaet.
Mange tak for hjælpen - vi kunne ikke have lavet undersøgelsen uden din hjælp.

Vil du have tilsendt de overordnede resultater pr. e-mail: ❑ Nej ❑ Ja

E-mail @dresse:_____

Hvis du har lyst, vil vi gerne have yderligere kommentarer.

Nr. 4472



Kræftens Bekæmpelse

Strandboulevarden 49
2100 København Ø
Telefon: 3525 7500
Telefax: 3525 7701
www.cancer.dk
www.liv.dk

TOBAKSSKADERÅDET

Ravnsborggade 2, 2. sal
2200 København N
Telefon: 3537 5200
Telefax: 3537 5288
www.tobaksskaderaadet.dk

Sundhedsstyrelsen

Amaliegade 13
Postbox 2020
1012 København K
Telefon: 3391 1601
Telefax: 3393 1636
www.sundhedsstyrelsen.dk