

KYSELYLOMAKE: FSD3616 KORKEAKOULUOPISKELIJOIDEN TERVEYS- JA HYVINVOINTITUTKIMUS 2021

QUESTIONNAIRE: FSD3616 UNIVERSITY STUDENT HEALTH AND WELL-BEING SURVEY 2021

Tämä kyselylomake on osa yllä mainittua Yhteiskuntatieteelliseen tietoaarkistoon arkistoitua tutkimusaineistoa.

Kyselylomaketta hyödyntävien tulee viitata siihen asianmukaisesti lähdeviitteellä.

This questionnaire forms a part of the above mentioned dataset, archived at the Finnish Social Science Data Archive.

If the questionnaire is used or referred to in any way, the source must be acknowledged by means of an appropriate bibliographic citation.

Detta frågeformulär utgör en del av den ovannämnda datamängden, arkiverad på Finlands samhällsvetenskapliga dataarkiv.

Om frågeformuläret är utnyttjat eller refererat till måste källan anges i form av bibliografisk referens.

Bästa studerande,

du har blivit utvald att besvara den nationella **Hälso- och välfärdsundersökningen av högskolestuderande (KOTT)** som genomförs av Institutet för hälsa och välfärd och FPA.

Bland alla personer som deltagit i undersökningen lottas ut totalt 20 stycken presentkort värda 100 euro till Tiketti.

För att svara behöver du en användarkod och ett lösenord.

Användarkod: [information raderade]

Lösenord: [information raderade]

Länk till enkäten: [information raderade]

VILKEN KOTT-UNDERSÖKNING?

Med hjälp av KOTT-undersökningen samlas information om välbefinnandet bland studerande, om deras hälsa och behovet av tjänster, samt om hur coronaepidemin påverkar deras vardag.

Det tar cirka 20 minuter att fylla i enkäten. Om det uppstår störande moment kan du avbryta ifyllandet och fortsätta senare.

De personer som deltagit i undersökningen kan inte identifieras i resultaten. Genom enkäten bygger man upp en omfattande bild av den studerande befolkningen: du representerar din egen åldersgrupp och ditt utbildningsområde.

Med hjälp av resultaten från undersökningen kan särskilt hälso- och sjukvårdstjänsterna för studerande utvecklas.

Resultaten kan även användas för att förbättra till exempel studentrestauranger och motionstjänster.

Hjälplösa beslutsfattare att förstå hur de studerande mår och hur deras välbefinnande kan förbättras.

Genom slumpmässigt urval har studerande vid Finländska högskolor och yrkeshögskolor inbjudits att delta i undersökningen. Det är möjligt att du är den enda bland dina vänner som har fått en inbjudan att delta i undersökningen.

Varje svar är viktigt. Du besvarar väl enkäten även om du studerar endast på deltid, om du just håller på att utexamineras eller även om du inte behövt hälsovårdstjänster ofta.

Det är frivilligt att delta i undersökningen. Om du inte vill svara på undersökningen eller om du vill fråga om någonting, kontakta:

Suvi Parikka, ansvarig forskare

E-post: [information raderade]

Tack att du deltar!

LÄS MER OM KOTT-UNDERSÖKNINGEN

Läs mer om undersökningen: **thl.fi/kott**

Öppna enkäten här: [information raderade]

LÄS MER OM DATASKYDD

THL och FPA är myndigheter som förvarar och behandlar uppgifterna konfidentiellt med iakttagande av tystnadsplikten och personuppgiftslagen. Undersökningens uppföljningsperiod beräknas till 10 år. Efter uppföljningsperioden avlägsnas de identifierande personuppgifterna.

Alla personer som behandlar dina uppgifter har tystnadsplikt. Webbenkäten har en skyddad förbindelse så att uppgifterna inte läcker ut till obehöriga. Inga enskilda deltagare kan identifieras i resultaten.

Deltagarna har plockats ut genom slumpmässigt urval ur CSC:s databas VIRTATA. Vi har fått dina kontaktuppgifter från din högskola.

THL kompletterar den information du gett med uppgifter som fås ur administrativa register. Dessa uppgifter är till exempel information i anknytning till behandling av sjukdom, mottagningsbesök och utkomstförmåner.

Läs mer om dataskydd: **[Dataskyddsmeddelande för KOTT-undersökningen](#)**.

Hälso- och välfärdsundersökning av högskolestuderande (KOTT)

Välkommen att delta i KOTT-undersökningen!

Det tar cirka 20 minuter att fylla i blanketten. Efter att du har lämnat in blanketten deltar du automatiskt i en utlottning. Vi kontaktar vinnarna per e-post senast den 15 maj 2021.

Du behöver inte fylla i hela blanketten på en gång, utan du kan spara dina svar och fortsätta senare:

- Klicka på "Fortsätt senare" om du vill ta en paus och fortsätta senare.
- Du kan fortsätta fylla i blanketten via länken som du hittar i din e-post.
- Klicka på "Skicka" när du är färdig.

Tack för ditt svar!

Ytterligare information om undersökningen:

<http://www.thl.fi/kott>

e-post: [information raderade]

Jag har tagit del i dataskyddsbeskrivningen och fått entillräcklig utredning om undersökningen samt om insamlingen, behandlingen, sammanställningen och utlämnandet av uppgifter i anslutning till undersökningen.

Genom att svara på enkäten samtycker jag till att mina personuppgifter behandlas enligt dataskyddsbeskrivningen.

Coronaepidemin

1. Har coronaepidemin eller restriktionerna påverkat dina studier?

- Har försvårat studierna betydligt
- Har försvårat studierna något
- Har inte underlättat eller försvårat studierna
- Har underlättat studierna något
- Har underlättat studierna betydligt
- Kan inte säga

2. Har coronaepidemin försämrat din ekonomiska situation?

- väldigt mycket
- ganska mycket
- i viss mån
- lite
- inte alls

3. Har coronaepidemin eller åtgärderna för att begränsa den påverkat ditt vardagliga liv?

Välj ”gäller inte mig” för sådana saker i listan som inte alls är en del av ditt liv.

	Ingen påverkan	Ja, minskat	Ja, ökat	Gäller inte mig
Kontakt med vänner och släktingar				
Kontakt med studiekompisar				
Känsla av ensamhet				
Optimism inför framtiden				
Användning av rusmedel				
Sömnsvårigheter, mardrömmar				
Arbetsbelastning som krävs för studier				

Hälsotillstånd

4. Tycker du att ditt nuvarande hälsotillstånd är:

- bra
- ganska bra
- medelmåttigt
- ganska dåligt
- dåligt

5. Har du någon långvarig sjukdom eller något annat långvarigt hälsoproblem?

- ja
- nej

6. Har du något problem med hälsan som begränsar dig i dina vardagliga sysslor?

- begränsar allvarligt
- begränsar, men inte allvarligt
- begränsar inte alls → gå vidare till frågan 8

7. Har hälsan begränsat dig under de senaste sex månaderna?

- ja
- nej

8. Har du haft följande sjukdomar under de senaste 12 månaderna?

- depression
- ångestsyndrom (panikstörning, rädsla för sociala situationer osv.)
- självsvält (anorexi)
- hetsätning (bulimi)
- annan ätstörning (t.ex. hetsättningsstörning)
- Missbruk eller rusmedelsberoende
- Annan psykisk störning
- ingen av ovan nämnda sjukdomar

9. Har hos dig konstaterats någon inlärningssvårighet eller sjukdom eller skada som påverkar inläringen, vilken?

- nej
- lässvårighet
- annan inlärningssvårighet (t.ex. matematiksvårighet, perceptionssvårighet, särskild språksvårighet)
- neuropsykiatrisk symtombild (ADHD, autismspektrumstörning, Asperger)
- nedsatt rörelseförmåga
- syn- eller hörselskada
- annan, vilken?

10. Hur lång är du? ___ cm, ange längd i hela centimeter

11. Hur mycket väger du? ___ kg, ange vikten i hela kilogram.

Om du är gravid, ange din vikt före graviditeten.

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

- klart underviktig
- något underviktig
- lagom
- något överviktig
- klart överviktig

13. Nu kommer vi att fråga om din inställning till din kropp och mat. Ange om respektive påstående stämmer in på din nuvarande situation.

	nej	ja
Gör du så att du kräks för att du känner dig obehagligt mätt?		
Oroar du dig för att du har förlorat kontrollen över hur mycket du äter?		
Har du nyligen gått ner mer än 6 kg inom loppet av 3 månader?		
Tycker du att du är fet även när andra säger att du är för smal?		
Skulle du säga att mat dominerar ditt liv?		

14. Hur stor del av tiden under de senaste fyra veckorna har du...

Välj ett alternativ på varje rad.

	hela tiden	största delen av tiden	en stor del av tiden	en del av tiden	lite av tiden	inte alls
känt dig mycket nervös						
känt dig så nedstämd att ingenting kunnat uppmuntra dig						
känt dig lugn och harmonisk						
känt dig dystert och ledsen						
känt dig glad och lycklig						

15. Har du på den senaste tiden kunnat koncentrera dig på dina uppgifter?

- bättre än vanligt
- lika bra som vanligt
- sämre än vanligt
- mycket sämre än vanligt

16. Har du på den senaste tiden vaken mycket på grund av bekymmer?

- inte alls
- inte mer än vanligt
- något mer än vanligt
- mycket mer än vanligt

17. Har du på den senaste tiden känt att du har en betydelsefull roll i vad som händer?

- mer än vanligt
- lika mycket som vanligt
- mindre än vanligt
- mycket mindre än vanligt

18. Har du på den senaste tiden känt dig kapabel att fatta beslut?

- bättre än vanligt
- lika bra som vanligt
- sämre än vanligt
- mycket sämre än vanligt

19. Har du på den senaste tiden känt dig hela tiden vara utsatt för påfrestning?

- inte alls
- inte mer än vanligt
- något mer än vanligt
- mycket mer än vanligt

20. Har du på den senaste tiden känt att du inte kan komma över svårigheter?

- inte alls
- inte mer än vanligt
- något mer än vanligt
- mycket mer än vanligt

21. Har du på den senaste tiden kunnat njuta av vardagslivets aktiviteter?

- mer än vanligt
- lika mycket som vanligt
- mindre än vanligt
- mycket mindre än vanligt

22. Har du på den senaste tiden kunnat möta dina svårigheter?

- bättre än vanligt
- lika bra som vanligt
- sämre än vanligt
- mycket sämre än vanligt

23. Har du på den senaste tiden känt dig olycklig och nedstämd?

- inte alls
- inte mer än vanligt
- något mer än vanligt
- mycket mer än vanligt

24. Har du på den senaste tiden förlorat ditt självförtroende?

- inte alls
- inte mer än vanligt
- något mer än vanligt
- mycket mer än vanligt

25. Har du på den senaste tiden känt dig värdelös som en person?

- inte alls
- inte mer än vanligt
- något mer än vanligt
- mycket mer än vanligt

26. Har du på den senaste tiden allt som allt känt dig rätt lycklig?

- mer än vanligt
- lika som vanligt
- mindre än vanligt
- mycket mindre än vanligt

Munhälsa

27. Tycker du att din nuvarande tand- och munhälsa är:

- bra
- ganska bra
- medelmåttigt
- ganska dåligt
- dåligt

28. Har du under de senaste 12 månaderna haft tandvärk eller andra problem med tänderna?

- nej
- ja

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

- nej
- ja

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

- nej
- ja

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

- nej
- ja, endast på natten
- ja, endast på dagen
- ja, både på dagen och på natten
- vet inte

32. Hur ofta borstar du tänderna med fluortandkräm?

- mindre än en gång per dag
- en gång per dag
- oftare än en gång per dag

33. Hur ofta använder du tandtråd eller något annat redskap för att rengöra mellan tänderna?

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

34. Hur ofta dricker eller äter du produkterna som listas nedan?

	3 gånger per dag eller oftare	1–2 gånger per dag	2–5 gånger i veckan	Mera sällan	Aldrig
Kaffe eller te med socker i och andra sötade drycker (saft, läsk, chokladdryck)					
Choklad eller andra sötsaker					
Tuggummi eller pastiller med xylitol					

35. Brukar du gå till tandläkaren?

- regelbundet för kontroll
- bara då jag har tandvärk eller andra besvär
- nej, aldrig

36. Tror du att du skulle behöva tandvård nu?

- nej
- ja

37. Tycker du att tandvård är skrämmande?

- inte alls
- i någon mån
- mycket

Hälsoservice

Studerandehälsovård: Fram till slutet av år 2020 använde yh-studerande i regel de studerandehälsovårdstjänster som studerandeorten erbjöd. Fr.o.m. den 1.1.2021 har både universitets- och yh-studeranden använt de tjänster som erbjuds av SHVS.

Övriga serviceleverantörer: t.ex. företagshälsovårdens, den privata sektorns, den specialiserade sjukvårdens eller försvarsmaktens hälso- och sjukvårdstjänster.

38. Vilken aktörs hälso- och sjukvårdstjänster har du huvudsakligen anlitat under de senaste 12 månaderna?

- SHVS tjänster eller kommunala studerandehälsovårdens tjänster
- Övriga kommunala hälso- och sjukvårdstjänster (t.ex. mödra- och barnrådgivning, mun- och tandvård)
- Företagshälsovårdens tjänster
- En privat serviceproducents tjänster
- Specialiserade sjukvårdstjänster

39. Om du är en yh-studerande, har du använt SHVS tjänster under detta år?

- ja
- nej

40. Varför har du anlitat andra än SHVS:s/den kommunala studerandehälsovårdens tjänster under det senaste året? Du kan välja flera alternativ.

- Jag har inte anlitat andra tjänster
- Jag har behövt hjälp på en ort där studenthälsovårdens tjänster inte erbjuds
- Jag har behövt hjälp under jourtid
- Jag har vårdförhållande annanstans
- Studenthälsovården har inte erbjudit den service jag behöver
- Jag har inte fått vård på studenthälsovården tillräckligt snabbt
- Jag har inte varit nöjd med studenthälsovårdens tjänster
- Jag har inte känt till studenthälsovårdens tjänster
- Annan orsak, vilken?

41. Anser du att du har fått tillräckligt av följande tjänster från SHVS/den kommunala studerandehälsovården under de senaste 12 månaderna?

	jag har inte behövt tjänsten eller förmånen	jag hade behövt tjänsten, men har inte haft tillgång till den	jag har använt tjänsten, men den har inte varit tillräcklig	jag har använt tjänsten, och den har varit tillräcklig
mentalvårdstjänster (vårdare, allmänläkare, psykolog, psykiater)				
mun- och tandhälsotjänster (tandläkare, tandhygienist)				
övriga hälso- eller sjukvårdstjänster (sjukskötare, läkare, fysioterapeut)				

42. Tänk på dina erfarenheter av att anlita SHVS/den kommunala studerandehälsovårdens tjänster under de senaste 12 månaderna? Hur har följande faktorer förverkligats i ditt fall?

	alltid	oftast	ibland	aldrig
jag fick smidigt kontakt med vårdenheten				
min behandling inleddes tillräckligt snabbt				
jag fick komma på undersökningar tillräckligt snabbt (t.ex. laboratorieundersökningar, röntgen)				
min integritet respekterades vid undersökningar och behandlingar				
jag hade nytta av behandlingen				
mitt ärende sköttes på ett smidigt sätt och informationen förmedlades personalen emellan				

FPA:s rehabiliteringstjänster som stöder studieförmågan: NUOTTI-coachning, Yrkesinriktad rehabiliteringsutredning, Utbildning som yrkesinriktad rehabilitering, Hjälpmedel som behövs i studier, Neuropsykologisk rehabilitering, Rehabiliterande psykoterapi, Rehabiliteringskurser för personer med olika sjukdomar, Krävande medicinsk rehabilitering och individuella perioder.

43. Känner du till rehabiliteringstjänster som stöder studieförmågan?

- ja
- nej

44. Behöver du rehabiliteringstjänster som stöder studieförmågan?

- nej
- ja, men jag har inte blivit erbjuden tjänsterna
- ja, jag har blivit erbjuden tjänsterna

Motion, kost och sömn

45. Hur mycket motionerar du sammanlagt under en vecka i skolan, på arbetet, på vägen till och från skolan och arbetet samt på fritiden?

Tänk på situationen under de senaste 12 månaderna. Räkna in all fysisk ansträngning som upprepas varje vecka. Välj flera svar om det behövs.

- motionerar i allmänhet inte regelbundet varje vecka → gå vidare till frågan 47
- långsam och lugn motion (= svettas inte och blir inte andfådd, t.ex. lugna promenader)
__ dagar per vecka __ timmar per vecka och __ minuter per vecka
- snabb och rask motion (= svettas något och/eller blir andfådd, t.ex. raska promenader)
__ dagar per vecka __ timmar per vecka och __ minuter per vecka
- ansträngande och intensiv motion (= svettas kraftigt och/eller blir andfådd, t.ex. jogging eller löpning)
__ dagar per vecka __ timmar per vecka och __ minuter per vecka

46. Hur många dagar per vecka brukar du utföra träning som upprätthåller eller förbättrar muskelkonditionen? T.ex. träning på gym, träning hemma, gruppträning, boll- och racketsporter eller fysiskt ansträngande sysslor. Om inga dagar alls, svara 0.

__ dagar per vecka

47. Vem arrangerar den motionsverksamhet som du deltar i?

Du kan välja flera alternativ.

- jag motionerar inte alls
- högskolan, studentkåren eller ämnesförening
- idrottsförening
- privata motionsinrättningar
- kommunala motionsinrättningar
- jag motionerar på egen hand

48. Hur många timmar sitter du i genomsnitt på vardagar?

Svara 0 om du inte sitter alls.

	timmar	minuter
då du studerar eller under arbetsdagen		
hemma framför tv, dator eller smartenhet		
på ett transportmedel		
annat sittande		

49. Hur ofta äter du på en studentrestaurang eller köper takeaway portioner därifrån under veckan?

- 4–7 dagar → gå vidare till frågan 51
- 1–3 dagar
- mera sällan

50. Jag äter inte på en studentrestaurang och köper inte takeaway portioner därifrån eftersom...

(Du kan välja flera alternativ.)

- den studentrestaurang jag använder är stängd på grund av corona
- jag bor för tillfälle på en ort där det inte finns studentrestauranger
- jag undviker studentrestauranger på grund av coronaepidemin
- jag studerar på distans och går inte till studentrestauranger för att äta eller för att hämta takeaway mat
- jag jobbar och går inte till studentrestauranger eller för att hämta takeaway mat
- öppetiderna är dåliga
- matkön är lång eller matsalen är stökig och högljudd
- maten är dyr
- maten inte smakar bra
- maten inte har ett bra näringsinnehåll
- man inte tar tillräcklig hänsyn till de etiska aspekterna av livsmedlen, deras miljöpåverkan eller deras ursprung
- jag har inte alltid sällskap på restaurangen, och vill inte äta ensam

51. Vilket av följande alternativ beskriver bäst din kost?

- blandkost
- vegetarisk kost (innehåller mjölkprodukter eller ägg)
- vegankost (inga produkter alls från djurriket)
- inget av ovanstående

52. Hur många vardagar per vecka äter du följande huvudmåltider eller mellanmål?

	inga	1-2 vardagar	3-4 vardagar	varje vardag
frukost				
lunch				
mellanmål på eftermiddagen				
middag				
kvällsmål				
andra mellanmål				

53. Hur ofta har du ätit grönsaker och rotfrukter (inte potatis) de senaste sju dagarna?

- inte en enda gång
- 1-2 dagar
- 3-5 dagar
- 6-7 dagar
- flera gånger per dag

54. Hur ofta har du ätit frukt eller bär de senaste sju dagarna?

- inte en enda gång
- 1-2 dagar
- 3-5 dagar
- 6-7 dagar
- flera gånger per dag

55. Vilken tid brukar du gå och lägga dig?

Besvara båda punkterna.

	Cirka 21 eller tidigare	Cirka 21.30	Cirka 22	Cirka 22.30	Cirka 23	Cirka 23.30	Cirka 24	Cirka 00.30	Cirka 01	Cirka 01.30 eller senare
Under vardagar										
På veckosluten										

56. Vilken tid brukar du vakna?

Besvara båda punkterna.

	Cirka 6 eller tidigare	Cirka 6.30	Cirka 7	Cirka 7.30	Cirka 8	Cirka 8.30	Cirka 9	Cirka 9.30	Cirka 10	Cirka 10.30 eller senare
Under vardagar										
På veckosluten										

57. Hur ofta brukar du vara trött dagtid?

- varje dag eller nästan varje dag
- 3-5 dagar i veckan
- 1-2 dagar i veckan
- mer sällan än en gång i veckan
- mer sällan än en gång i månaden eller aldrig

Tobak, alkohol och droger**58. 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
Cigaretter					
Snus					
Vattenpipa (shisha)					
En annan tobaksprodukt, vilken?					

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

	inte alls	jag har prövat	ja, ibland	ja, varje dag
Nikotin				
Tobakssmaker				
Andra smakämnen				
Något annat ämne, vilket?				

60. Har du använt alkoholdrycker under de senaste 12 månaderna?

- nej → gå vidare till frågan 64
- ja

61. Hur ofta dricker du öl, vin eller andra alkoholdrycker?

Räkna också med de gånger du endast druckit små mängder, t.ex. en flaska mellanöl eller lite vin.

- aldrig
- cirka en gång i månaden eller mindre
- 2–4 gånger i månaden
- 2–3 gånger i veckan
- 4 gånger i veckan eller oftare

62. Hur många portioner alkohol har du i allmänhet druckit de dagar då du druckit alkohol?

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

EN ALKOHOLPORTION MOTSVARAR:

en flaska eller en burk (33 cl) mellanöl, cider, long drink eller

ett glas (12 cl) vin eller

ett glas (8 cl) starkvin eller

ett glas (4 cl) starksprit

63. Hur ofta har du druckit sex alkoholportioner eller mer på en gång?

- aldrig
- mindre än en gång i månaden
- en gång i månaden
- en gång i veckan
- dagligen eller nästan dagligen

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

- aldrig → gå vidare till frågan 66
- ja

65. Har du under de 12 senaste månaderna åtminstone en gång använt:

	nej	ja	hur många gånger?
cannabis			
extas			
amfetamin eller metamfetamin			
kokain			
en annan drog, vilken?			
läkemedel och alkohol tillsammans			
läkemedel i berusningssyfte, vad?			

Studier**66. 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
Jag tycker att jag drunknar i arbetsmängden kring mina studier						
Jag har ingen lust att studera och jag tänker ofta på att avbryta mina studier						
Jag känner mig ofta otillräcklig i mina studier						
Jag sover ofta dåligt på grund av olika studieangelägenheter						
Det känns som om jag håller på att tappa intresset för mina studier						
Jag funderar hela tiden på om mina studier har någon betydelse						
Jag bekymrar mig mycket över studieangelägenheter också på fritiden						
Tidigare förväntade jag mig åstadkomma mycket mer i mina studier än i dag						
Studiepressen orsakar problem i mina nära mänskliga relationer						
Jag känner mig full av energi när jag studerar						
Jag är entusiastisk över studierna						
Jag är fullständigt försjunken i studierna						

Användning av internet och penningspel

67. Upplever du att något av följande är ett problem för dig?

Du kan välja flera alternativ.

- Sociala medier (Facebook, Instagram, Twitter eller motsvarande)
- Digitalt spelande (t.ex. Counter-Strike, PUBG, Candy Crush Saga)
- Nätporr
- Nätshopping
- Inget av dessa är ett problem för mig

68. Hur ofta...

	aldrig	sällan	ibland	ofta	nästan alltid
har du svårt att sluta använda nätet när du är ansluten till ett nätverk?					
har andra (t.ex. partner, kamrater, föräldrar eller barn) sagt att du borde använda nätet mindre?					
sover du för lite på grund av din nätanvändning?					
försummar du vardagliga nödvändigheter (studier, arbete eller familjen) för att du heller tillbringar tid på nätet?					
går du ut på nätet när du känner dig nedstämd?					

Nu kommer vi att fråga om penningspelande. Penningspel är till exempel Lotto, lotter, spelautomater och vadhållning. Dessa spel kan också spelas på nätet.

69. Har du spelat något penningspel under de senaste 12 månaderna?

- nej → gå vidare till frågan 72
- ja

70. Hur ofta har du spelat penningspel under de senaste 12 månaderna?

- mer sällan än en gång i månaden
- varje månad
- varje vecka
- nästan dagligen

71. Har du under de senaste 12 månaderna haft en känsla av att du kanske har ett spelproblem?

- aldrig
- ibland
- ofta
- nästan hela tiden

Levnadsförhållanden

72. Vilken av följande beskriver bäst din boendesituation?

- jag bor ensam i eget hushåll
- jag bor tillsammans med min partner och mitt/mina barn
- jag bor i ett studentrum
- jag bor i gemensamt hushåll eller gemensam bostad (gemensamt hyresavtal)
- jag bor i ett gemensamt hushåll eller i ett kollektiv, separat hyresavtal
- jag bor hos mina föräldrar
- annat boendeförhållande, vilket?

73. I vilken mån räckte dina pengar till under de senaste 12 månaderna?

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

74. Har du någon gång under de senaste 12 månaderna:

	nej	ja
varit rädd för att maten tar slut innan du får pengar att köpa mer		
varit tvungen att låta bli att köpa läkemedel på grund av brist på pengar		

75. Har du tagit snabblån eller konsumtionskrediter?

- nej
- ja, jag har inte haft svårigheter att betala tillbaka dem
- ja, jag har haft svårigheter att betala tillbaka dem

76. Förvärvsarbetar du vid sidan av studierna under läsåret (bortsett från avlönat arbete under sommaren)?

- nej → gå vidare till frågan 80
- ja

77. Är ditt arbete:

- ett heltidsarbete (30 timmar i veckan eller mer)
- ett deltidsarbete (mindre än 30 timmar per vecka)
- korttidsarbete (korta arbetsperioder på högst 1 månad, oregelbundet)

78. Upplever du att arbetet vid sidan av studierna:

- stör studierna
- gynnar studierna
- varken stör eller gynnar studierna
- vet ej

79. Är du av samma eller av annan åsikt beträffande följande påståenden?

Basera dina svar på det här läsåret.

	helt av samma åsikt	delvis av samma åsikt	varken av samma eller annan åsikt	delvis av annan åsikt	helt av annan åsikt
Utan ett förvärvsarbete skulle jag inte ha råd att studera					
Jag arbetar för att få arbetserfarenhet					
Jag arbetar för att jag måste stöda andra personer ekonomiskt (barn, make/maka, föräldrar etc.)					
Jag känner mig som arbetstagare i första hand och som studerande först i andra hand					

Sociala relationer

80. Upplever du att du hör till någon, vilken som helst, grupp i anslutning till studierna?

(t.ex. årskurs, institution, gradugrupp, ämnesförening e.d.)

- nej
- ja
- vet inte

81. Känner du dig ensam?

- aldrig
- mycket sällan
- ibland
- ganska ofta
- hela tiden

82. Bedöm dina möjligheter att vid behov få hjälp och stöd av närstående.

Du kan ange ett eller flera svarsalternativ per fråga.

	partner, sambo	annan nära anhörig	god vän	studiekompis	annan närstående	ingen
Vems hjälp kan du verkligen räkna med, vad som än händer?						
Vem kan du få praktisk hjälp av när du behöver?						
Med vem kan du dela glädje och sorg i vardagen?						

83. Har du ett parförhållande?

- nej
- ja

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

- hetero
- bi
- homo
- lesbisk
- annat, vad?
- inget av de ovan nämnda alternativen beskriver mig

85. Vilket preventivmedel använder du nu eller har du använt under de senaste 12 månaderna?

Ange även preventivmedel som din partner har använt. Du kan välja flera alternativ.

- p-piller (inkl. minipiller)
- p-ring eller p-plåster
- spiral
- kondom
- akut p-piller (dagen efter-piller)
- något annat preventivmedel
- inget, för att det inte har behövts
- inget, även om det hade behövts

Erfarenheter av mobbning

Med mobbning 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.

86. Har du under den tid du studerat vid högskolan:

	aldrig	sporadiskt	ofta
känt dig mobbad av en eller flera andra studerande?			
känt dig mobbad av en eller flera andra personer som hör till högskolans personal?			
mobbade en eller flera andra studerande?			
mobbade en eller flera andra personer som hör till högskolans personal?			

Att kombinera studier och familj

87. Hoppas du få ett eller flera barn i framtiden? När?

- nej
- ja, jag eller min partner är för närvarande gravid
- ja, under nästa år
- ja, om 2–4 år
- ja, om 5–9 år
- ja, om mer än 10 år
- jag vet inte
- annat, vad?

Om du eller din partner inte har barn kan du gå vidare till frågan 89.

88. Hur har ditt liv påverkats av att bli förälder?

Uppskatta i vilken omfattning du är av samma åsikt eller av en annan åsikt om respektive efterföljande påstående.

	helt av samma åsikt	delvis av samma åsikt	delvis av annan åsikt	helt av annan åsikt	jag vet inte/gäller inte mig
Mitt förhållande med min maka/make/partner förbättrades					
De ekonomiska problemen ökade					
Mina möjligheter att studera minskade					
Mina möjligheter att göra framsteg i mina studier försämrades					
Mina möjligheter att slutföra mina studier minskade					
Min möjlighet att ha intressen minskade					
Barnets födelse påverkade mina relationer till andra personer och mitt sociala liv på ett positivt sätt					
Barnets födsel påverkade på ett negativt sätt mitt eller min makes/makas/partners hälsotillstånd					

Om du eller din partner är gravid kan du gå vidare och skicka in enkäten genom att klicka på "Skicka".

89. Bedöm i vilken grad följande faktorer gör att det just nu inte känns aktuellt eller möjligt att få barn?

Välj ett alternativ på varje rad.

	Inte alls	Litet	I viss mån	I hög grad
Vi / Jag har redan ett lämpligt antal barn				
Min eller min partners hälsa				
Mina studier är på hälft				
Osäker arbetssituation				
Jag är ännu för ung eller känner mig ännu inte mogen				
Orken som förälder				
Jag tror inte att jag är lämplig som föräldrar				
Den ekonomiska situationen				
Samordningen av studier eller arbete och familj				
Otillräckligt socialt nätverk eller ensamhet				
Jag vill inte (ännu/längre) binda mig till små barn				
Samhället erbjuder inte tillräckligt stöd				
Oro över klimatförändringen och planetens ekologiska bärkraft				
Situationen i parförhållandet				
Önskan att avancera i mitt yrke/min karriär				
Jag anser inte att Finland är ett barnvänligt land				
Annan orsak				