

18-årsskjema MoBa

Side 1



18-årsskjema

Svarene du fyller ut blir ikke lagret i våre systemer før du trykker **Send**. Husk derfor å trykke på send-knappen etter siste spørsmål.


Om deg og hvordan du har det nå

1. Hva gjør du til vanlig?

Sett ett eller flere kryss.

- Går på videregående skole
- Studerer
- Har yrkespraksis / er lærling
- Er i militærtjeneste
- Går på folkehøgskole
- Har et friår
- Er arbeidssøkende / permittert
- Er sykmeldt / ufør / under attføring
- Er ansatt i privat virksomhet
- Er ansatt i offentlig virksomhet
- Er selvstendig næringsdrivende
- Er freelancer
- Annet

Hva annet gjør du til vanlig?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Annet» er valgt i spørsmålet «1. Hva gjør du til vanlig?»

2. Har du fullført videregående skole?

Ja


Nei

3. Bor du sammen med noen?

Jeg bor alene

Jeg bor sammen med noen

3.1. Hvem bor du sammen med?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Jeg bor sammen med noen» er valgt i spørsmålet «3. Bor du sammen med noen?»

Sett ett eller flere kryss.

Med kjæreste / samboer / ektefelle

Med en eller to foreldre/steforeldre

Med søsken / halvsøsken / stesøsken

Med venner

Med egne / andres barn

Med andre

 Sideskift


4. Hvilket kjønn er du?

Mann

Kvinne


Annet

4.1. Hvor gammel var du da du hadde din første sædutløsning?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Mann» er valgt i spørsmålet «4. Hvilket kjønn er du?»


Velg ... 

4.2.og.....

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Mann» er valgt i spørsmålet «4. Hvilket kjønn er du?»


Velg ... 

4.3 Hvor gammel var du da du fikk din første menstruasjon?

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Kvinne» er valgt i spørsmålet «4. Hvilket kjønn er du?»


Velg ... 

4.4. og.....

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Kvinne» er valgt i spørsmålet «4. Hvilket kjønn er du?»

Velg ... 

4.5. Kryss av for det svaret som i dag passer best for deg.

 Dette elementet vises kun dersom alternativet «Annet» er valgt i spørsmålet «4. Hvilket kjønn er du?»

Jeg foretrekker å være i gruppen med:

- Mann/transmann
- Kvinne/transkvinne
- Cross-dresser/transvestitt
- Ikke-binær / flytende kjønn / agender (ikke-kjønn)
- Jeg vet ikke, jeg foretrekker ikke noe spesielt
- Annet

5. Har du skiftet juridisk kjønn etter fødselen?

Nei

Ja

6. Hvilken seksuell orientering har du?

Heterofil

Homofil

Bifil

Annet

Usikker

Ønsker ikke å svare

7. Har du kjæreste nå?

Ja

Nei, men jeg har hatt kjæreste tidligere

Nei, jeg har aldri hatt kjæreste

8. Hvor mange venner har du som du er fortrolig med / kan snakke om ulike problemer med?

Ingen

1

2 - 3

4 - 9

10 eller flere

9. Hvilken hånd foretrekker du å bruke?

Høyre

Venstre

Ingen preferanse

10. Hvor høy er du uten sko?

Oppgi i cm

11. Hvor mye veier du uten klær og sko?

Oppgi i kilo

12. Hvor sunt mener du kostholdet ditt er nå for tiden?

Oppgi svaret på en skala fra 0-10, der 0 betyr ikke sunt i det hele tatt og 10 betyr svært sunt.

13. Omtrent hvor ofte spiser du måltider eller mellommåltider som består av ferdigmat?

Dette er for eksempel pizza, burger, pølser, pømmes frites, fritert kylling, etc. fra butikk, hurtigmatkjede eller bensinstasjon.

Sjelden eller aldri

1 - 4 gang per måned

2 - 3 ganger per uke

4 - 5 ganger per uke

6 - 7 ganger per uke

14. Hvor ofte driver du mosjon? (Ta et gjennomsnitt)

Med mosjon mener vi at du f.eks. går tur, går på ski, sykler, svømmer eller driver trening/idrett.

Aldri

Sjeldnere enn en gang i uken

En gang i uken

2 - 3 ganger i uken

4 - 6 ganger per uke

Hver dag

15. Hvor ofte har du i løpet av de siste 4 ukene brukt smertestillende medisiner uten resept?
eks. Paracet, Pinex, Panodil, Ibux, Ibumetin, Naproxen.

Aldri

Sjeldnere enn hver uke

Hver uke, men ikke hver dag

Daglig

16. Hvor ofte i løpet av en uke har du vanskelig for å sovne om kvelden?

17. Hvor ofte i løpet av en uke har du gjentatte oppvåkninger om natten?

18. Hvor ofte i løpet av en uke er du trøtt eller søvnnig på dagtid?

19. Om du har slike søvnevansker, hvor lenge har de vart?

Mindre enn 1 måned

1 - 2 måneder

3 - 6 måneder

7 - 11 måneder

1 - 3 år

Mer enn 3 år

20. Hvor mange timer søvn får du per natt på hverdager?



Har du i løpet av de siste 2 ukene vært plaget med noe av det følgende?

21. Stadig redd eller engstelig:

Ikke plaget

Litt plaget

Ganske mye plaget

Veldig mye plaget

22. Nervøsitet, indre uro:

- Ikke plaget
- Litt plaget
- Ganske mye plaget
- Veldig mye plaget

23. Følelse av håpløshet med hensyn til framtiden:

- Ikke plaget
- Litt plaget
- Ganske mye plaget
- Veldig mye plaget

24. Nedtrykt, tungsindig:

- Ikke plaget
- Litt plaget
- Ganske mye plaget
- Veldig mye plaget

25. Mye bekymret eller urolig:

- Ikke plaget
- Litt plaget
- Ganske mye plaget
- Veldig mye plaget

Hvor mye har de følgende problemene plaget deg i løpet av den siste uken?

26. Frykt for å bli flau gjør at jeg unngår å gjøre ting eller snakke med folk:

Ikke i det hele tatt

Litt

En del

Ganske mye

Ekstremt mye

27. Jeg unngår aktiviteter hvor jeg er midtpunkt for oppmerksomhet:

Ikke i det hele tatt

Litt

En del

Ganske mye

Ekstremt mye

28. Å bli flau eller virke dum, er noe av det jeg er mest redd for:

Ikke i det hele tatt

Litt

En del

Ganske mye

Ekstremt mye

29. Nedenfor er det en skala fra 0 til 10, der 0 er det verst mulige livet for deg og 10 er det beste. Hvor synes du at du står på denne skalaen nå for tiden?

Velg ...



COVID-19

Nå ønsker vi at du skal vurdere i hvor stor grad ulike tiltak og begrensninger du ble utsatt for som følge av Covid-19 opplevdes belastende for deg da de var gjeldende?

30. Ikke lov å drive organisert idrett:

Oppgi svaret på en skala fra 1 - 10

1 - ikke belastende for meg i det hele tatt

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - veldig belastende for meg

Ikke relevant for meg

31. Bare lov til å møte et begrenset antall personer/venner (hjemme, i løpet av en uke, etc)

Oppgi svaret på en skala fra 1 - 10

1 - ikke belastende for meg i det hele tatt

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - veldig belastende for meg

Ikke relevant for meg

Jeg har ikke fulgt denne anbefalingen

32. Ikke lov til å være på treningssenter:

Oppgi svaret på en skala fra 1 - 10

1 - ikke belastende for meg i det hele tatt

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - veldig belastende for meg

Ikke relevant for meg

33. Hjemmeundervisning:

Oppgi svaret på en skala fra 1 - 10

1 - ikke belastende for meg i det hele tatt

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - veldig belastende for meg

Ikke relevant for meg

34. Å holde avstand til andre (for eksempel å ikke kunne klemme andre):

Oppgi svaret på en skala fra 1 - 10

1 - ikke belastende for meg i det hele tatt

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - veldig belastende for meg

Jeg har ikke fulgt denne anbefalingen



Side 7

Noen hadde også positive opplevelser med tiltakene. I hvilken grad er du enig i dette utsagnet:

35. Nedstengingen hadde en positiv innvirkning på livet mitt:

Helt uenig

Meget uenig

Litt uenig

Vet ikke

Litt enig

Meget enig

Helt enig

36. Har du *noen gang* fått påvist smitte med koronavirus (SARS-CoV-2) i nese-/halsprøve eller spyttprøve?

Nei

Ja

Vet ikke

36.1. Hvor **mange ganger** har du hatt koronainfeksjon?



Dette elementet vises kun dersom alternativet «Ja» er valgt i spørsmålet «36. Har du <i>noen gang</i> fått påvist smitte med koronavirus (SARS-CoV-2) i nese-/halsprøve eller spyttprøve?»

Velg ...



36.2. Når fikk du **første gang** påvist koronavirusinfeksjon?



Dette elementet vises kun dersom alternativet «3 ganger eller mer», «2 ganger» eller «1 gang» er valgt i spørsmålet «36.1. Hvor mange ganger har du hatt koronainfeksjon?»

Oppgi årstall

Velg ...



36.3. Oppgi måned for **første gang** du fikk påvist koronavirusinfeksjon



Dette elementet vises kun dersom alternativet «3 ganger eller mer», «2 ganger» eller «1 gang» er valgt i spørsmålet «36.1. Hvor mange ganger har du hatt koronainfeksjon?»

Oppgi måned

Velg ...



36.4. Når fikk du **andre gang** påvist koronavirusinfeksjon?



Dette elementet vises kun dersom alternativet «3 ganger eller mer» eller «2 ganger» er valgt i spørsmålet «36.1. Hvor mange ganger har du hatt koronainfeksjon?»

Oppgi årstall

Velg ...



36.5. Oppgi måned for **andre gang** du fikk påvist koronavirusinfeksjon



Dette elementet vises kun dersom alternativet «3 ganger eller mer» eller «2 ganger» er valgt i spørsmålet «36.1. Hvor mange ganger har du hatt koronainfeksjon?»

Oppgi måned

Velg ...



36.6. Når fikk du **tredje gang** påvist koronavirusinfeksjon?

i Dette elementet vises kun dersom alternativet «3 ganger eller mer» er valgt i spørsmålet «36.1. Hvor mange ganger har du hatt koronainfeksjon?»

Oppgi årstall

36.7. Oppgi måned for **tredje gang** du fikk påvist koronavirusinfeksjon

i Dette elementet vises kun dersom alternativet «3 ganger eller mer» er valgt i spørsmålet «36.1. Hvor mange ganger har du hatt koronainfeksjon?»

Oppgi måned

i Dette elementet vises kun dersom alternativet «3 ganger eller mer», «2 ganger» eller «1 gang» er valgt i spørsmålet «36.1. Hvor mange ganger har du hatt koronainfeksjon?»

36.8. Kryss av for **hvor lenge** du var / følte deg syk. Hvis du har vært smittet flere ganger, fyll ut for hver av gangene:

	Ikke syk	1 - 2 dager	3 - 5 dager	6 dager eller mer	Vet ikke	Er fortsatt syk / har senplager / senreaksjoner
1. gang	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. gang (hvis aktuelt)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. gang (hvis aktuelt)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

 Sideskift

Side 8

Hva skal vi spørre deg om i fremtiden?

Til slutt ønsker vi å gi deg en mulighet til å påvirke hva vi skal spørre mer om i MoBa fremover. Hvor viktig er følgende tema for deg?

37. Kosthold og trening:

1 - ikke så veldig viktig

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - veldig viktig

38. Psykisk helse og trivsel:

1 - ikke så veldig viktig

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - veldig viktig

39. Gaming og sosiale medier:

1 - ikke så veldig viktig

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - veldig viktig

40. Sex og kjønn:

1 - ikke så veldig viktig

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - veldig viktig

41. Mobbing, trakassering og selvmordstanker:

1 - ikke så veldig viktig

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - veldig viktig

42. Rusmidler:

1 - ikke så veldig viktig

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - veldig viktig

43. Helse og medisinbruk:

1 - ikke så veldig viktig

2

3

4

5

6

7

8

9

10 - veldig viktig

44. Har du andre forslag til temaer vi bør ta opp – skriv dem gjerne her:

45. Hvor ofte synes du det er greit å inviteres av MoBa til å delta på denne typen undersøkelser?

En gang i måneden

Tre ganger i året

To ganger i året

En gang i året

Sjeldnere enn en gang i året

Trykk på Send-knappen nedenfor for å sende inn skjemaet.

Tusen takk for ditt bidrag!