



Uppsala Universitet frågar

Först några allmänna frågor om Dig själv

1-4

5-6

7

8

9

10

1. Födelseår 19 _____

2. Kön

- ₁ Man
₂ Kvinna

3. Har Du barn?

- ₁ Nej
₂ Ja, ett barn
₃ Ja, flera barn

4. Är Du

- ₁ Samboende (med annan än barn)
₂ Ensamboende med fast sällskap
₃ Ensamboende utan fast sällskap

5. Vilken är Din ungefärliga månadsinkomst före skatt (inkl. pension, studiemedel)?

- ₁ 0 - 6 999 kr
₂ 7 000 - 11 999 kr
₃ 12 000 - 14 999 kr
₄ 15 000 - 19 999 kr
₅ 20 000 - kr

6. Vilken yrkeskategori tillhör Du? (Om Du inte arbetar för närvarande, ange den kategori Du tillhörde senast.)

- ₁ Icke fackutbildad arbetare
₂ Fackutbildad arbetare
₃ Lägre tjänsteman
₄ Tjänsteman i mellanställning
₅ Tjänsteman i ledande ställning
₆ Egenföretagare
₇ Studerande
₈ Annat, vad? _____

7. Vilken skolutbildning har Du? Ange bara Din högsta utbildning.

- ₁ Mindre än 6 års folkskola eller mindre än 9 års grundskola
₂ Genomgången folkskola, grundskola, enhetsskola
₃ Realexamen, flickskola, 1-2 års gymnasieskola
₄ 3-4 års gymnasium/gymnasieskola
₅ Akademisk examen

8. Är Du född i Sverige?

- ₁ Ja
₂ Nej

Några påståenden om Kropp och Åldrande

9. Nedan följer en rad allmänna påståenden om kropp och åldrande som vi önskar att Du tar ställning till. Det finns inget "rätt" eller "fel" svar. Vi är intresserade av vad *just Du personligen* anser om detta.

14

Att se gammal ut är något man bör undvika

Stämmer
mycket bra
4

Stämmer
ganska bra
3

Stämmer
ganska dåligt
2

Stämmer
inte alls
1

15

Att se gammal ut ger kvinnor en högre status

		Stämmer mycket bra 4	Stämmer ganska bra 3	Stämmer ganska dåligt 2	Stämmer inte alls 1
16	Att se gammal ut är förenligt med skönhet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17	När män ser gamla ut förlorar de sin sexuella attraktionskraft	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18	Att se gammal ut ger män en högre status	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19	Det passar sig för gamla kvinnor att vara sexuellt aktiva	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20	Att se gammal ut är något man bör acceptera som en del av åldrandet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21	Gamla män kan fortfarande vara fysiskt attraktiva	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22	Gamla kvinnor får gärna klä sig ungdomligt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23	När kvinnor ser gamla ut förlorar de sin sexuella attraktionskraft	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24	Det är viktigt att bibehålla ett ungdomligt utseende	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25	Gamla kvinnor kan fortfarande vara fysiskt attraktiva	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26	Gamla män får gärna klä sig ungdomligt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27	Det passar sig för gamla män att vara sexuellt aktiva	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Frågor om Dig och Dina egna erfarenheter

10. Nu följer några frågor om åldersupplevelse. Skriv för varje fråga den ålder som bäst stämmer med Din uppfattning om Dig själv.

- 28-29 a) I mitt inre känner jag mig som _____ år
- 30-31 b) Helst skulle jag vilja vara _____ år
- 32-33 c) Jag tror att andra människor ser mig som _____ år
- 34-35 d) Mest nöjd var/är jag med min kropp i _____ års åldern

11. Några frågor om kroppsvikt och längd.

36-38

a) Min längd är _____ cm

c) Min vikt är _____ kg

40-42

39

b) Helst skulle jag vilja vara

- ₃ längre än jag är
₂ jag är nöjd med min längd
₁ kortare än jag är

d) Helst skulle jag vilja väga _____ kg

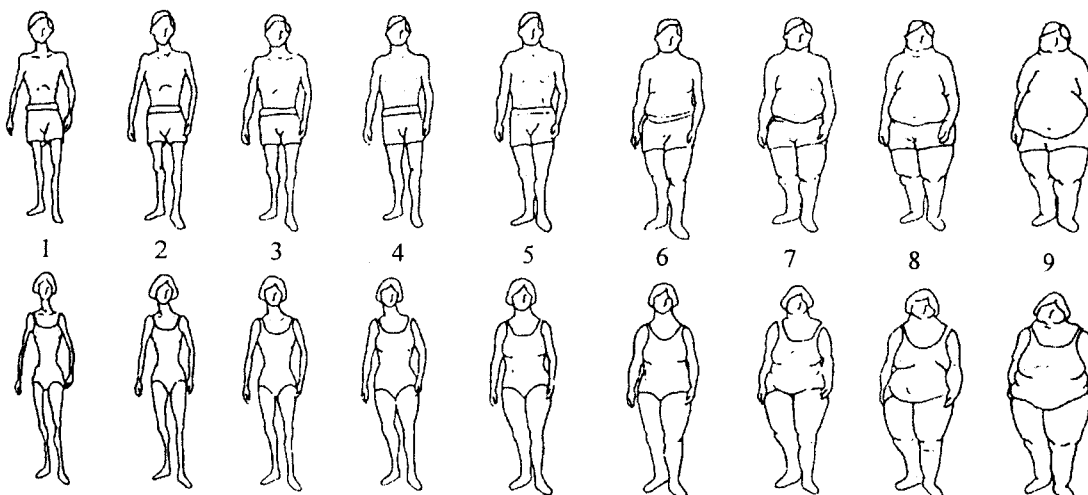
43-45

e) Min kroppsvikt skulle jag vilja beskriva som

- ₅ mycket över normalvikt
₄ något över normalvikt
₃ normal
₂ något under normalvikt
₁ mycket under normalvikt

46

12. Nedan kan Du se nio olika figurer som Du skall ta ställning till.



47

a) Vilken av de nio figurerna ovan beskriver bäst Ditt nuvarande utseende? Nummer _____

48

b) Om Du kunde ändra på Din kropp, hur skulle Du då helst vilja se ut? Nummer _____

49

c) Enligt de normer som finns i samhället, hur borde Du då helst se ut? Nummer _____

13. Ange hur pass nöjd eller missnöjd Du är med Ditt utseende då det gäller nedanstående delar av Din kropp.

	Mycket nöjd 5	Ganska nöjd 4	Varken nöjd eller missnöjd 3	Något missnöjd 2	Mycket missnöjd 1
50 a) Ansiktet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
51 b) Håret	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
52 c) Skuldror och armar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
53 d) Bröstkorg och bröst	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
54 e) Midja och mage	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
55 f) Höfter och bak	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Mycket nöjd 5	Ganska nöjd 4	Varken nöjd eller missnöjd 3	Något missnöjd 2	Mycket missnöjd 1
56 g) Ben och lår	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
57 h) Fastheten i hullet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
58 i) Vikt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
59 j) Längd	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
60 k) Utseendet i allmänhet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Om skönhetsoperationer

14. Nu följer några frågor och påståenden om skönhetsoperationer.

	Ja, absolut 4	Ja, kanske 3	Nej, knappast 2	Nej, absolut inte 1
61 a) Jag skulle kunna tänka mig att göra en skönhetsoperation för att få ett vackrare ansikte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
62 b) Jag skulle kunna tänka mig att göra en skönhetsoperation för att få en vackrare kropp	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
63 c) Jag skulle kunna tänka mig att göra en skönhetsoperation för att föryngra mitt utseende	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

15. Har du själv gjort någon skönhetsoperation?

64 Ja Nej

Påståenden om kropp och utseende

16. Här följer några påståenden om kropp och utseende. Markera för varje påstående hur bra eller dåligt det stämmer med Dig själv och Din egen uppfattning.

	Stämmer mycket bra 4	Stämmer ganska bra 3	Stämmer ganska dåligt 2	Stämmer inte alls 1
65 Jag är nöjd med min kropp	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
66 Jag tycker att jag är fysiskt attraktiv	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
67 Jag anser mig vara mer fysiskt attraktiv än andra i min ålder	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

		Stämmer mycket bra 4	Stämmer ganska bra 3	Stämmer ganska dåligt 2	Stämmer inte alls 1
68	Jag anser att min kropp ger en riktig bild av den jag verkligen är	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
69	Jag kontrollerar alltid mitt utseende i en spegel när jag har möjlighet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
70	Det är viktigt för mig att alltid se bra ut	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
71	Jag bryr mig inte om vad andra tycker om mitt utseende	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
72	Det är viktigt för mig att se ung ut	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
73	Jag ser mig själv som en ungdomlig person	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
74	Jag ägnar mycket tid åt mitt utseende	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
75	Jag tycker om att andra människor betraktar min kropp	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
76	Jag tänker sällan på mitt utseende	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
77	Mitt utseende säger mycket om vem jag är som person	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
78	Jag ser maskulin ut	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
79	Jag ser feminin ut	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
80	Jag är aktiv för att hålla mig vältrimmad och i fysisk form	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
81	Jag har medvetet utvecklat en hälsosam livsstil	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
82	Jag tar min goda hälsa för given	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
83	Om jag är sjuk fäster jag stor uppmärksamhet vid mina symptom	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
84	Det är viktigt för mig att vara fysiskt vältränad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
85	Jag är ofta fysiskt sjuk	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
86	Mitt hälsotillstånd går oberäkneligt upp och ned	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
87	Jag oroar mig ständigt för att vara eller bli fet	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

		Stämmer mycket bra 4	Stämmer ganska bra 3	Stämmer ganska dåligt 2	Stämmer inte alls 1
88	Jag är uppmärksam även på små förändringar i min vikt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
89	Jag försöker ofta gå ned i vikt	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
90	Att äta sötsaker ger mig dåligt samvete	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
91	Jag tycker om hur jag ser ut utan kläder	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
92	Jag tycker att jag bör anstränga mig för att göra min kropp attraktivare	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
93	Min kropp är sexuellt lockande	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
94	Att vara sexuellt aktiv är viktigt för mig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
95	Sexualitet utgör en viktig del av mitt liv	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
96	Det är viktigt att min partner/eventuella partner uppskattar min kropp	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
97	Det är viktigt att min partner/eventuella partner har en vacker kropp	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
98	Det är viktigt att min partner/eventuella partner har en slank kropp	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
99	Jag upplever det som att mitt värde bestäms av hur slank jag är	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
100	Jag räknar kalorierna i min mat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
101	Jag känner ett instinktivt obehag inför fet mat på tallriken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
102	Jag känner ett sting av skam när jag väger mig	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
103	Jag känner mig illa berörd när jag ser överviktiga människor äta fet mat eller mycket mat	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
104	Det är vackert med fylliga kroppar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
105	Övervikt är ett tecken på dålig karaktär	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
106	Övervikt är fränstötande	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Några frågor om hälsa, aktivitet och Dig själv

107

17. Min nuvarande hälsa är

- ₅ Mycket god
₄ Ganska god
₃ Varken god eller dålig
₂ Ganska dålig
₁ Mycket dålig

18. Utövar Du regelbundet någon fysisk aktivitet (motion, dans etc.)?

- ₄ Ja, dagligen
₃ Ja, flera gånger i veckan
₂ Ja, minst en gång i veckan
₁ Mera sällan
₀ Nej, aldrig

108

109

19. Har Du något fysiskt handikapp eller funktionsnedsättning?

₀ Nej

₁ Ja. Vilket/vilka? _____

Om åldrande och kroppsbild

20. Här följer några påståenden om åldrande och kroppsbild. Markera för varje påstående hur bra eller dåligt det stämmer med Dig själv och Din egen uppfattning.

	Stämmer mycket bra 4	Stämmer ganska bra 3	Stämmer ganska dåligt 2	Stämmer inte alls 1
110 Jag ser fram emot att åldras	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
111 Jag är rädd för döden	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
112 Jag oroar mig för hur mitt utseende kommer att förändras när jag blir äldre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
113 Jag tror jag kommer att bli missnöjd med min kropp när jag blir äldre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
114 Jag oroar mig för att min kropp skall förfalla när jag blir gammal	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
115 Jag oroar mig för att min kropp inte kommer att ge en riktig bild av den jag verkligen är när jag blir gammal	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
116 Det är en tillgång att vara fysiskt attraktiv i mitt yrke (tidigare yrke)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
117 Jag brukar önska att få göra sådant som kräver mer personligt ansvar än jag har nu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	Stämmer mycket bra 4	Stämmer ganska bra 3	Stämmer ganska dåligt 2	Stämmer inte alls 1
118	Jag blir missmodig när jag tänker på min framtid			
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
119	Jag brukar oro mig för hur jag skall klara upp saker och ting			
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
120	Jag har en känsla av att människor förstår och respekterar mig			
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**OBS!!! Frågor om Ditt utseende, att besvara endast för Dig som är
30 ÅR ELLER ÄLDRE**

121 **21. Har Ditt utseende alltid varit lika viktigt för dig?**

- ₄ Ja
₃ Nej, det har blivit viktigare med åren
₂ Nej, det har blivit mindre viktigt med åren
₁ Utseendet har aldrig varit viktigt

122 **22. Jämfört med när Du var i 20-års åldern, tycker Du att Du nu**

- ₃ Ser bättre ut
₂ Ser varken bättre eller sämre ut
₁ Ser sämre ut

123 **23. Hur trivs Du med Ditt utseende, jämfört med när Du var i 20-års åldern?**

- ₅ Mycket bättre
₄ Något bättre
₃ Varken bättre eller sämre
₂ Något sämre
₁ Mycket sämre

124-125 **24. Vid vilken ålder anser Du att Du var/är/ kommer att bli mest fysiskt attraktiv?**

I _____ års åldern

126 **25. Hur nöjd är Du med Din kropp, jämfört med när Du var i 20-års åldern?**

- ₅ Mycket mera nöjd
₄ Något mera nöjd
₃ Varken mera eller mindre nöjd
₂ Något mindre nöjd
₁ Mycket mindre nöjd

127 **26. Störs Du av de förändringar i Ditt utseende som åldrandet fört med sig?**

- ₄ Ja, i hög grad
₃ Ja, i viss mån
₂ Nej, knappast
₁ Nej, inte alls

128 **27. Störs Du av de förändringar i Din fysiska funktionsförmåga som åldrandet fört med sig?**

- ₄ Ja, i hög grad
₃ Ja, i viss mån
₂ Nej, knappast
₁ Nej, inte alls

Var vänlig och återsänd formuläret i det portofria svarskuvertet.

Tack för Din medverkan!