



**Væk med tavshed, tvivl og
tabu om psykisk sygdom!**

Psykisk sygdom og juletiden

OM UNDERSØGELSEN:

Denne undersøgelse handler om hvilket forhold, folk, der har eller har haft en psykisk sygdom, har til juletiden. Alle respondenter i undersøgelsen har eller har haft en **psykisk sygdom**. I alt har **1250 respondenter** deltaget. Undersøgelsen blev lanceret d. 28. november 2013 og afsluttet d. 3. december 2013, hvor alle data blev indsamlet.

Undersøgelsen har via mail været sendt ud til **EN AF OS-panelet**, som er et panel på over 1.700 personer, som enten har eller har haft en psykisk sygdom. Undersøgelsen er også blevet delt på **Facebook** via www.facebook.com/enafos.

KONTAKT:

Har du spørgsmål til undersøgelsen, er du velkommen til at kontakte:

- Johanne Bratbo, projektleder for Landskampagnen EN AF OS
- Telefon: 35 47 57 47
- E-mail: jb@en-af-os.dk



Væk med tavshed, tvivl og tabu om psykisk sygdom!

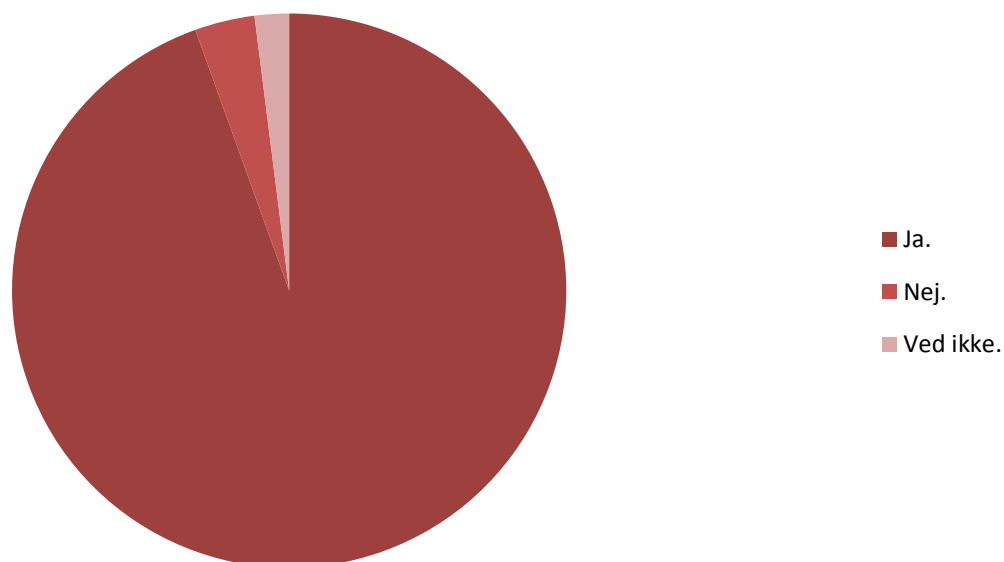
1. Indholdsfortegnelse

2.	Psykisk sygdom.....	3
3.	Køn.....	4
4.	Alder.....	5
5.	Hvad betyder juletiden for dig?.....	6
6.	Har du planer om at holde jul i år?.....	7
7.	Julearrangementer.....	8
8.	Psykisk sygdom i julen.....	9
9.	Udfordringer i julen.....	10
10.	Forståelse.....	11
11.	Pårørende.....	12

2. Psykisk sygdom.

Har du eller har du haft en psykisk sygdom?		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Ja.	97,5%	1014
Nej.	1,3%	14
Ved ikke.	1,2%	12
<i>Besvaret spørgsmål</i>		1323

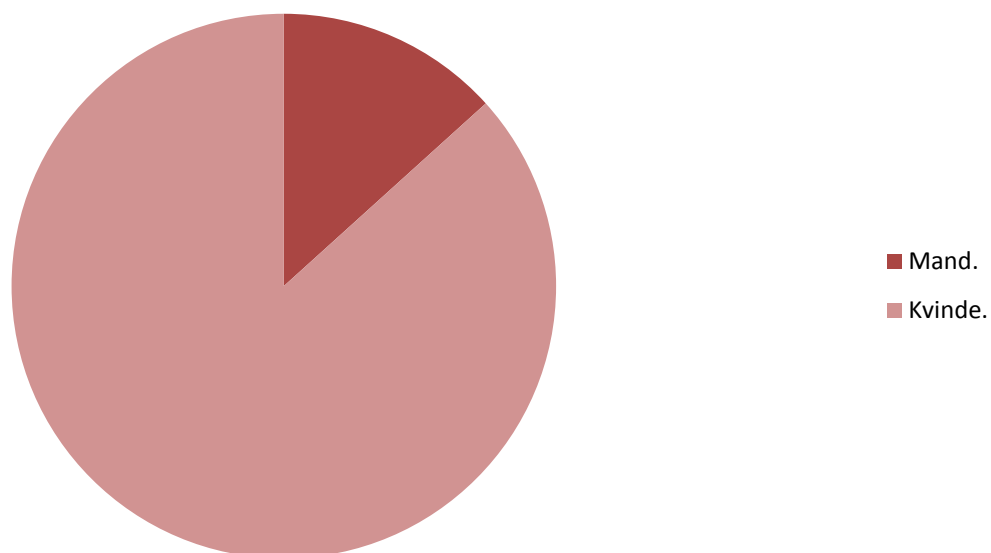
Har du, eller har du haft, en psykisk sygdom?



3. Køn.

Hvad er dit køn?		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Mand.	13,3%	166
Kvinde.	86,7%	1084
<i>Besvaret spørgsmål</i>		1250

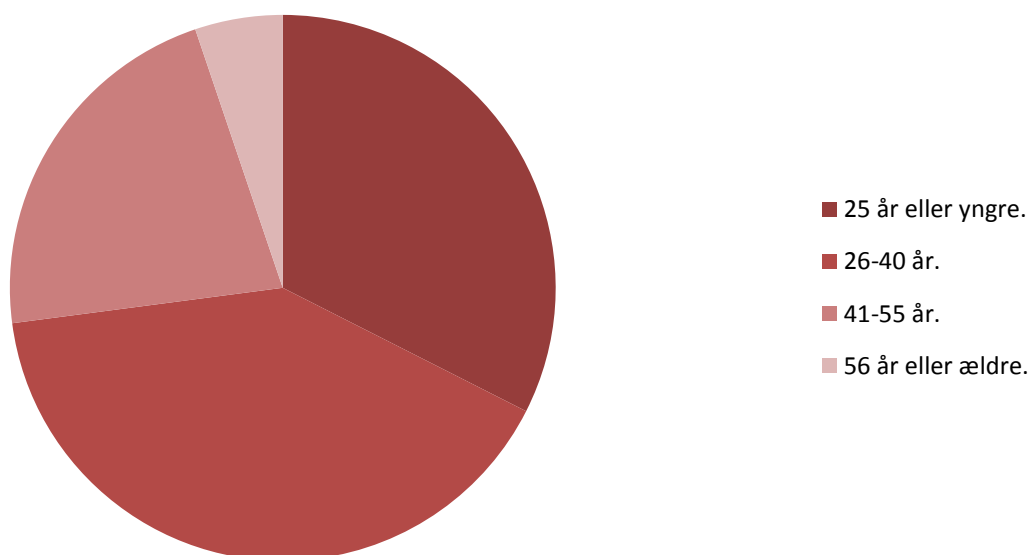
Hvad er dit køn?



4. Alder.

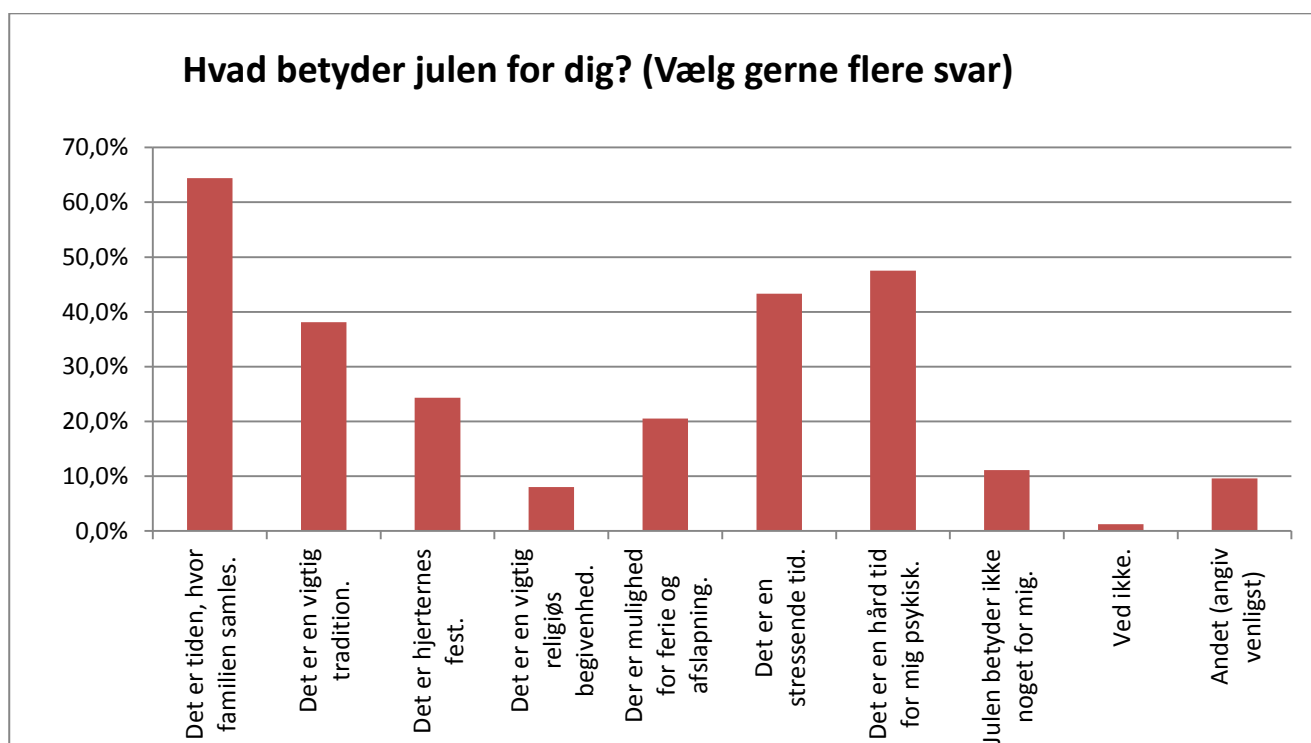
Hvad er din alder?		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
25 år eller yngre.	32,5%	405
26-40 år.	40,5%	505
41-55 år.	21,9%	273
56 år eller ældre.	5,2%	65
	<i>Besvaret spørgsmål</i>	1248

Hvad er din alder?



5. Hvad betyder juletiden for dig?

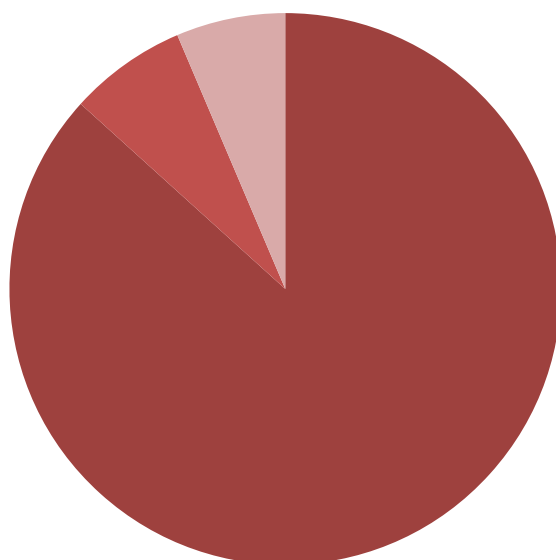
Hvad betyder juletiden for dig? (Vælg gerne flere svar)		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Det er tiden, hvor familien samles.	64,4%	798
Det er en vigtig tradition.	38,1%	472
Det er hjerternes fest.	24,3%	301
Det er en vigtig religiøs begivenhed.	8,0%	99
Der er mulighed for ferie og afslapning.	20,5%	254
Det er en stressende tid.	43,3%	537
Det er en hård tid for mig psykisk.	47,5%	589
Julen betyder ikke noget for mig.	11,1%	138
Ved ikke.	1,2%	15
Andet (angiv venligst)	9,6%	119
<i>Besvaret spørgsmål</i>		1239



6. Har du planer om at holde jul i år?

Har du planer om at holde jul i år?		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Ja.	86,7%	1074
Nej.	6,9%	86
Jeg ved det ikke endnu.	6,4%	79
<i>Besvaret spørgsmål</i>		1239

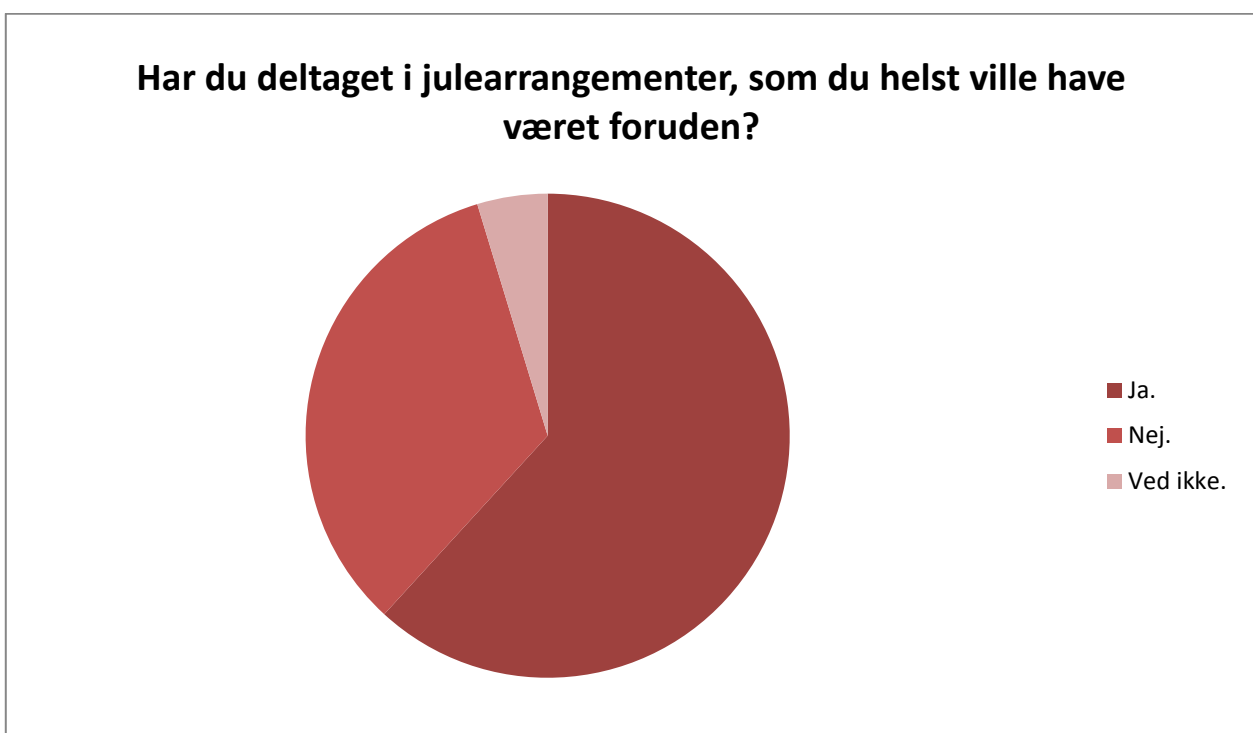
Har du planer om at holde jul i år?



- Ja.
- Nej.
- Jeg ved det ikke endnu.

7. Julearrangementer.

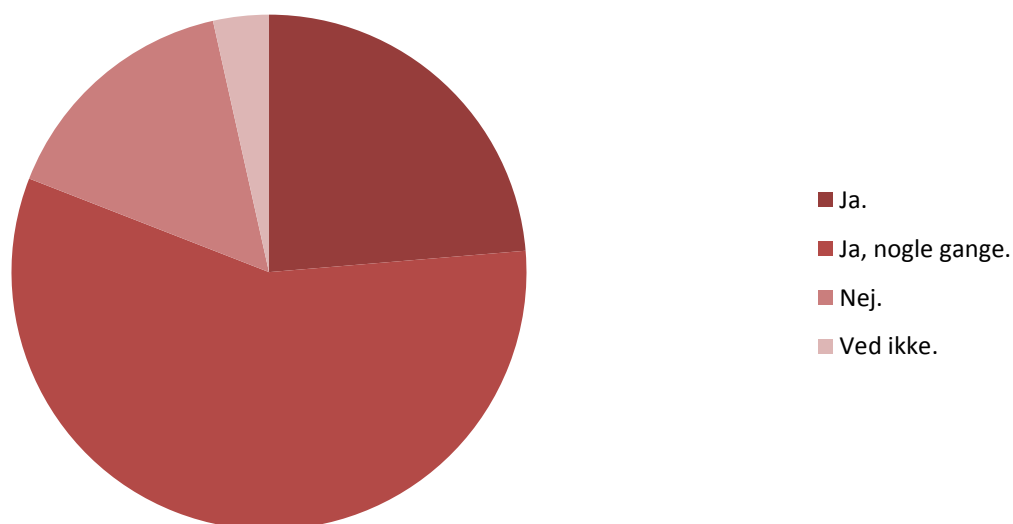
Har du deltaget i julearrangementer, som du helst ville have været foruden?		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Ja.	61,8%	764
Nej.	33,5%	414
Ved ikke.	4,7%	58
<i>Besvaret spørgsmål</i>		1236



8. Psykisk sygdom i julen.

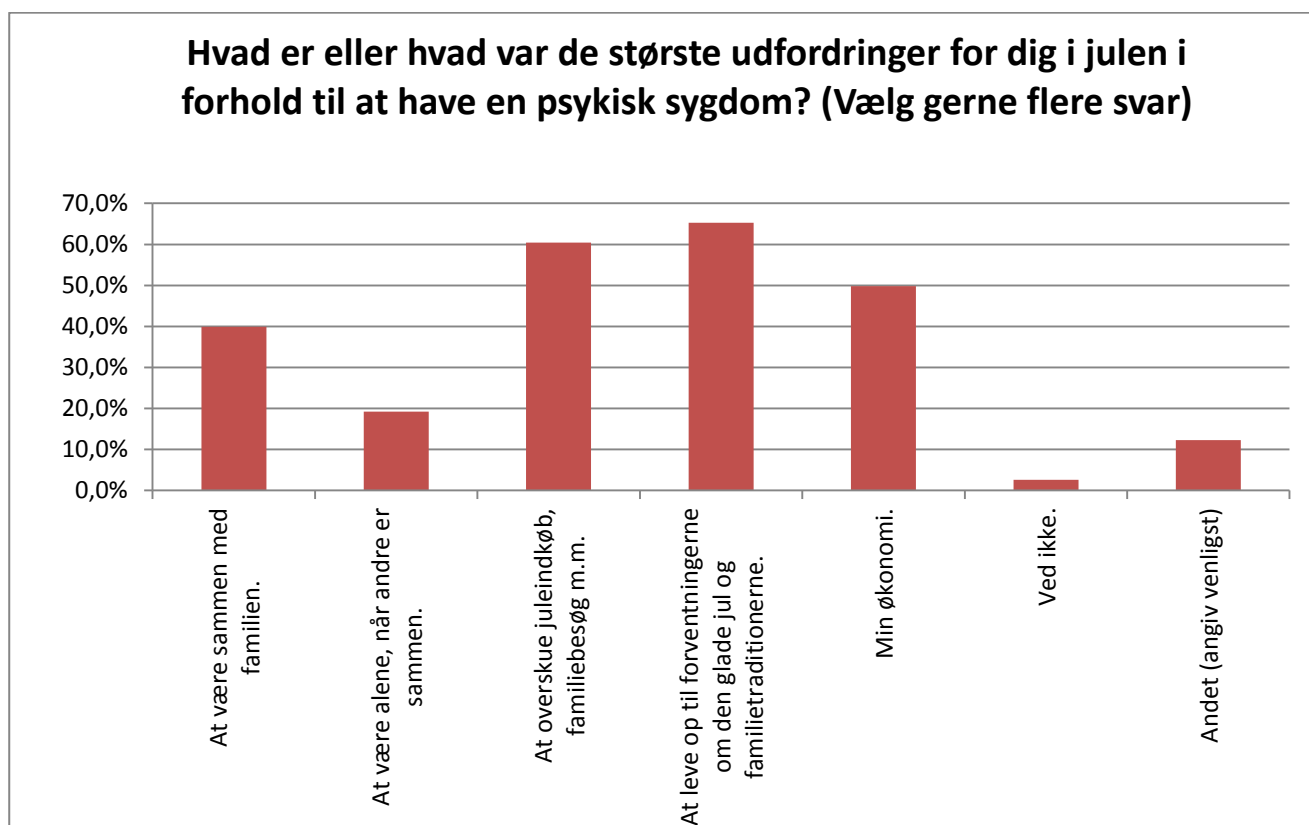
Er det eller var det sværere at leve med din psykiske sygdom i julen?		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Ja.	23,7%	292
Ja, nogle gange.	57,3%	707
Nej.	15,6%	192
Ved ikke.	3,5%	43
<i>Besvaret spørgsmål</i>		<i>1234</i>

Er det eller var det sværere at leve med din psykiske sygdom i julen?



9. Udfordringer i julen.

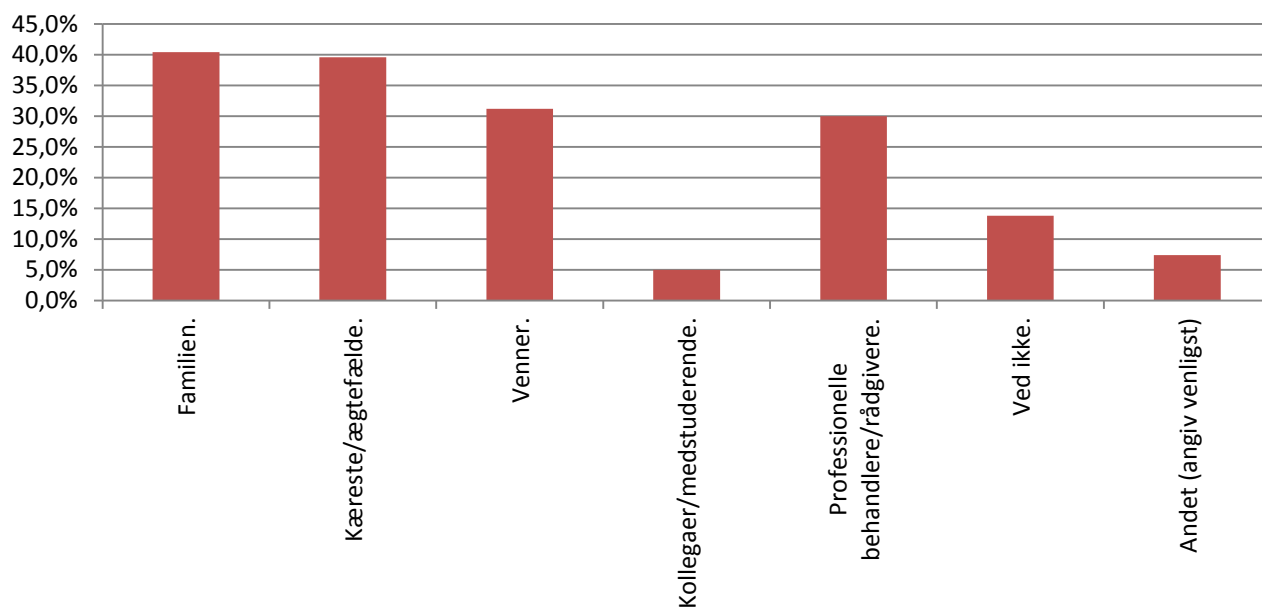
Hvad er eller hvad var de største udfordringer for dig i julen i forhold til at have en psykisk sygdom? (Vælg gerne flere svar)		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
At være sammen med familien.	39,9%	490
At være alene, når andre er sammen.	19,2%	236
At overskue juleindkøb, familiebesøg m.m.	60,4%	742
At leve op til forventningerne om den glade jul og familietraditioner.	65,3%	803
Min økonomi.	49,8%	612
Ved ikke.	2,6%	32
Andet (angiv venligst)	12,3%	151
<i>Besvaret spørgsmål</i>		1229



10. Forståelse.

Hvem er de bedste til at vise forståelse over for dig i julen? (Vælg gerne flere svar)		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
Familien.	40,4%	495
Kæreste/ægtefælle.	39,6%	485
Venner.	31,2%	383
Kollegaer/medstuderende.	5,0%	61
Professionelle behandlere/rådgivere.	30,0%	368
Ved ikke.	13,8%	169
Andet (angiv venligst)	7,4%	91
<i>Besvaret spørgsmål</i>		1226

**Hvem er de bedste til at vise forståelse over for dig i julen?
(Vælg gerne flere svar)**



11. Pårørende.

Hvad er eller hvad var det bedste dine pårørende kan/kunne gøre for dig i julen? (Vælg gerne flere svar)		
	Besvarelser Procent	Besvarelser Antal
At spørge direkte, hvad der vil være hjælpsomt i forhold til at få en god jul.	41,2%	500
Vise forståelse, hvis jeg melder afbud til et socialt arrangement.	64,1%	779
At acceptere, at jeg har behov for en stille jul.	37,6%	457
Invitere og give mig mulighed for at deltage i sociale arrangementer.	29,5%	359
Tilbyde deres hjælp og støtte til at holde arrangementer.	21,7%	264
Spørge hvordan jeg har det.	34,7%	421
Lade være med at spørge, hvordan jeg har det.	12,7%	154
Spørge om jeg har lyst til at tale om, hvordan jeg har det.	30,7%	373
Ved ikke.	5,2%	63
Andet (angiv venligst)	7,2%	87
	<i>Besvaret spørgsmål</i>	1215

Hvad er eller hvad var det bedste dine pårørende kan/kunne gøre for dig i julen? (Vælg gerne flere svar)

