

Health & Wellness Survey One for Falun Gong Practitioners (HW1)

法轮功修炼者身心健康调查表一

亲爱的参与者：

这是法轮功学员健康状况调查表 1。您的参与将有助于研究与不练法轮功或练其它打坐的人比较，法轮功对健康状况的影响。

该网上调查表约需 20 分钟。请认真阅读所有说明后，留出足够的时间填写。

本调查自愿参与。你没有义务必须要参与。调查将**不会**面向中国的法轮功修炼者。如果法轮功在您所在国被禁止习炼，或参加调查会给您和家人带来安全风险，请**不要**填写此问卷。

所有回答都是保密、不署名的，任何人都不会被确认身份。（但是，研究人员无法保证因电子邮件或互联网传送材料的保密性或匿名性。）

请按顺序填写每个问题。

第一部分 您的个人情况
第一部分 “关于您个人情况”的问题可提供填表人在全球分布情况。
回答时，请在合适的方框内 打×。

1. 性别 男 女
2. 您所处的年龄段
 20 岁以下
 20 – 29 岁
 30 – 39 岁
 40 – 49 岁
 50 – 59 岁
 60 – 69 岁
 70 岁及以上
3. 婚姻状况？
 已婚
 同居
 未婚
 离异
 寡居
4. 您的民族？请具体说明 (例如：澳大利亚土著人，非洲人，阿拉伯人，中国人，拉丁美洲人或地中海人，印度人，日本人，北欧人及斯拉夫人，斯里兰卡人，南海岛民等。)
.....
5. 您的出生地所在国？(例如：澳大利亚，加拿大，中国，法国，印度，意大利，马来西亚，瑞典，台湾，英国，美国，越南等。)
.....
6. 您现居住国？(例如：澳大利亚，加拿大，中国，法国，印度，意大利，马来西亚，瑞典，台湾，英国，美国等。)
.....
7. 英语是您的母语吗？
 是 不是
8. 如果英语不是您的母语，请问您的母语是什么？(例如：汉语普通话，汉语方言，法语，意大利语，马来语，葡萄牙语，俄语，西班牙语，越南语等。)
.....
9. 您所获得的最高学历？
 初中/小学
 高中/中专或同等学历
 大学(学士)
 硕士或研究生
 博士或博士学位
10. 您现在所从事的职业？(例如：厨师，顾问，律师，医生，管道工，秘书，警察或特务，大学生，退休人员等)
.....
11. 您的家庭年收入？[以当地货币计算，比如 180,000 日元, 80,000 美元, 100,000 卢布，38,000 英镑等]
.....

第二部分 您的医疗史和健康状况

12. 过去的六个月内, 您看过几次医生?
 没看过 1-3次
 4-6次 7-9次
 10次以上
13. 如果您看过医生, 请简单说明一下主要原因。(如骨折、感冒等)
.....
.....
14. 您现在服用下列药物吗?
(请在所有适合处打)
 无
 处方药物
 柜台药物, 例如: 潘那多 Panadol, 阿司匹林 Aspirin
 中药
 西方草药
 顺势疗法用药
 多种维生素和保健品
15. 您在过去六个月内的医疗保健花费?(包括处方药物, 草药, 保健品,) 写无或总金额[使用所在国货币单位, 例如: 500美元, 10,000卢布, 等]
.....
16. 您是否抽烟?
 否 是
17. 如果您回答是, 那么一天抽几根?(例如: 每天20根)
18. 您计划戒烟吗?
 否 No 是 Yes
19. 您喝酒吗?
 否 No 是 Yes
20. 如果您回答是, 请问每天喝多少(例如: 50毫升烈性酒, 200毫升葡萄酒, 500毫升啤酒。)
.....
21. 您计划戒酒吗?
 否 是
22. 您是否吸食毒品(例如: 海洛因, 冰毒, 大麻, 兴奋剂等)?
 否 是
23. 如果是, 是哪一种毒品?
.....

24. 您计划戒毒吗?
 否 是

第三部分: 打坐

25. 什么是法轮功? 请在合适的方框内打×。
 是一种源于佛教教义的宗教
 也称作法轮大法, 是以真, 善, 忍为基础的上乘修炼方法。
 是一种气功
 是以道教和佛教教义为基础的一个宗教派别
 不知道
26. 下列哪一条对法轮功最重要?
 每天练功
 学习法轮功著作
 保持乐观态度
 组织心得交流会
 不知道
27. 您炼法轮功多久了?
 6个月-2年 2-4年
 4-6年 6-8年
 8-10年 10年以上
28. 您多久炼一次?
 一周一次 一周2-3次
 一周4-5次 每天都练
29. 请说明每次炼功时间。
 30分钟 1小时
 1小时30分钟 2小时
30. 您多久学一次法轮功的著作?
 一周一次 一周2-3次
 一周4-5次 每天都学
31. 请注明一周学法时间。
 不学 1-5小时
 6-10小时 11-15小时
 16-20小时 20小时以上
32. 炼法轮功后您身体发生了哪些变化?
 明显变差
 略微变差
 无变化
 略有改善
 显著改善

Health & Wellness Survey One for Falun Gong Practitioners (HW1)

33. 炼法轮功后您的精神和情绪发生了哪些变化？

- 明显变差
- 略微变差
- 无变化
- 略有改善
- 显著改善

34. 炼法轮功后您应对压力的能力有哪些变化？

- 明显变差
- 略微变差
- 无变化
- 略有改善
- 显著改善

35. 炼法轮功后您与身边主要人士的关系发生了哪些变化？

- 明显变差
- 略微变差
- 无变化
- 略有改善
- 显著改善

36. 炼法轮功后您对待生活的态度发生了哪些变化？

- 明显变差
- 略微变差
- 无变化
- 略有改善
- 显著改善

37. **炼法轮功前**，您是否有经医生诊断出的病症？ 无 有

38. 如果有，请说明。例如：焦虑性紊乱，肺癌，心脏病，慢性疲劳/疼痛等。

.....
.....

39. 您怎样评价炼法轮功后您的身体状况？

- 明显变差
- 略微变差
- 无变化
- 略有改善
- 显著改善

如果问题 40 和 41 不适合您，请在不知道方框内打×。

40. 如果您在炼法轮功前曾经抽烟，炼功后是否戒掉了抽烟的习惯？

- 没有
- 是
- 不知道

41. 如果您在炼法轮功前曾经喝酒，炼功后是否戒了酒？

- 没有
- 是
- 不知道

42. 最初是什么因素促使您炼了法轮功？请选择三个最适合您的答案。

- 寻找生活的意义
- 家人/朋友炼法轮功
- 法轮功功法
- 法轮功著作
- 法轮功倡导的精神悟性
- 身心健康受益
- 缘分（如：我知道这就是我要的）
- 其它

43. 请说明或阐述问题 42 的“其它”所指。

.....
.....

44. 您认为法轮功如何使你得以生活得健康、美好？请在三个最适合您的方框内打×。

- 定期练习法轮功功法
- 持续学习法轮功著作
- 法轮功社团
- 改善应对压力的能力
- 炼法轮功后，对生活持乐观态度
- 提高心性或以真、善、忍为原则的道德提升
- 法轮功心得交流会
- 其它

45. 请说明或阐述问题 44 的“其它”所指。

.....
.....

第四部分：SF36 健康调查

说明：这一组问题是有关您的健康的。这些信息有助于了解您在从事一般活动时的感受和难易程度。请按指示标出每个答案。如果您不知道怎样回答，请给出您认为最好的答案。

46. 总的来说，您的健康状况是：（请在每一个方框内打×）

- 非常好
- 很好
- 良好
- 一般
- 很差

47. 与一年前相比，您如何评价现在的健康情况？(请在每一个方框内打×。)

- 比一年前好很多
- 比去年好一些
- 与一年前差不多一样
- 现在比一年前差一些
- 比一年前差很多

下列问题是关于您一天中可能会从事的活动。您现在的健康会限制您进行这些活动吗？如果会，请注明多大程度。
(请在每一行圈一个数字。)

活动	是 限制很多	是 限制一点	没有任何限制
48.a) 剧烈运动，如：跑步，举起重物，参加强化体育运动	1	2	3
49.b) 适度运动，如：搬桌子，推吸尘器，打保龄球或高尔夫球	1	2	3
50.c) 举起或提起食品杂货	1	2	3
51.d) 爬几级台阶	1	2	3
52.e) 爬一级台阶	1	2	3
53.f) 弯腰，屈膝或俯身	1	2	3
54.g) 步行超过一英里	1	2	3
55.h) 步行几个街区	1	2	3
56.i) 步行一个街区	1	2	3
57.j) 洗浴或穿衣	1	2	3

过去 4 周内，您是否 由于健康原因 在日常生活或工作中出现过以下问题？(请在每一行圈一个数字。)

	有	无
58.a) 减少了您花在工作或其它活动上的时间	1	2
59.b) 未达到预期目标	1	2
60.c) 在工作或其它活动中受到限制	1	2
61.d) 从事工作或其它活动有困难	1	2

过去 4 周内，您是否 由于情绪原因 在日常生活或工作中出现过以下问题 (如：觉得沮丧或烦躁)？

((请在每一行圈一个数字。))

	有	无
62.a) 减少了您花在工作或其它活动上的时间	1	2
63.b) 未达到预期目标	1	2
64.c) 不能象往常一样认真工作或从事其它活动。	1	2

Health & Wellness Survey One for Falun Gong Practitioners (HW1)

65. **过去4周内**，您的身体健康或情绪问题对您与家人，朋友，邻居或社团正常社交活动的影响程度(请在一个方框内打×。)

- 无影响
 轻微影响
 中度影响
 很大影响
 极度影响

66. 过去 4 周内，您身体的疼痛程度？(请在一个方框内打×。)

- 无 轻微 中等
 严重 非常严重

67. **过去 4 周内**，疼痛对您正常工作的影响程度 (包括家里家外的工作)? (请在一个方框内打×。)

- 无影响
 轻微影响
 中等影响
 很大影响
 极度影响

这些问题是关于您**过去 4 周**的感觉及所做事情的进展程度。请给出一个最接近的答案。

((请在每一行圈一个数字。))	始终	大部分时间	很多时	有时	很少	从未有过
68a) 您是否感觉生活充实?	1	2	3	4	5	6
69b) 您曾是一个神经质的人吗?	1	2	3	4	5	6
70c) 您是否曾抑郁寡欢，什么也无法使您振作起来?	1	2	3	4	5	6
71d) 您是否感觉安静，祥和?	1	2	3	4	5	6
72e) 您是否精力充沛?	1	2	3	4	5	6
73f) 您是否感觉情绪低落?	1	2	3	4	5	6
74g) 您是否感觉精疲力竭?	1	2	3	4	5	6
75h) 您是否是一个快乐的人?	1	2	3	4	5	6
76i) 您是否感觉疲倦?	1	2	3	4	5	6

77. **过去 4 周内**，多少时间您的身体健康或情绪问题对您的社交活动(如访友、探亲等)造成了影响。(请在一个方框内打×。)

- 始终
 大部分时间
 有时
 很少
 从未有过

对您来讲，下列**每一**陈述对与错的程度。

((请在每一行圈一个数字))	完全正确	大部分正确	不知道	大部分错	完全错误
78a) 我感觉我比别人更易得病	1	2	3	4	5
79b) 我和我认识的每一个人一样健康	1	2	3	4	5
80c) 我预感我的健康会恶化	1	2	3	4	5
81d) 我的健康状况非常好	1	2	3	4	5

感谢您填写了所有**四**部分调查表。感谢您对这一研究项目的付出。如果参与这一调查使您**担心或焦虑**，请告诉同修或您地区的协调人，或者通过电子邮件与调查人员联系：margaret.lau@postgrads.unisa.edu.au。