

Kære Pårørende i Team Tvilling

Dette spørgeskema har du mulighed for at besvare, da du er pårørende til en handiatlet som er tilknyttet en Team Tvilling afdeling. Team Tvilling indgår på nuværende tidspunkt i et større forskningsprojekt kaldet *Når Bevægelse Bevæger*, hvor vi undersøger hvad det betyder at blive bevæget gennem andre.

Med dette spørgeskema ønsker vi at undersøge, hvilken betydning Team Tvilling har for dig som pårørende samt hvordan du oplever det har betydning for din pårørende (Handiatlet). Spørgsmålene vil derfor omhandle din involvering som pårørende i Team Tvilling og din generelle livskvalitet.

Hvorfor er din besvarelse vigtig?

Din besvarelse er med til at skabe viden om, hvilken betydning Team Tvilling har for dig og for familier med personer med et handicap. Ved at besvare spørgeskemaet bidrager du således med vigtig information, som fremadrettet kan bruges i udviklingen af tiltag, der fremmer sundhed og trivsel hos personer og familier som har pårørene der lever med et handicap.

Sådan besvarer du spørgeskemaet

Brug pilene til at gå frem og tilbage i spørgeskemaet. Forsøg at besvare spørgsmålene, så godt som muligt, dvs. at du skal vælge den/de svarkategorier, der passer bedst på dig. Der er ingen rigtige eller forkerte svar. Linjen med procent angiver, hvor langt du er nået med din besvarelse. Hvis du går i stå midt i et spørgsmål, eller der er spørgsmål, du ikke ønsker at svare på, så gå videre til det næste. Klik 'afslut' til sidst i spørgeskemaet for at gemme din besvarelse.

For nogle af spørgsmålene vil svarmulighederne have et nummer. Det betyder, at svarmulighederne her kan ses som en skala, hvilket kan være en hjælp til at besvare disse spørgsmål.

Forventet tidsforbrug

Det tager cirka 10 minutter at besvare spørgeskemaet.

Frivillighed, fortrolighed og anonymitet

Det er frivilligt at deltage, og dine svar vil blive behandlet fortroligt og anonymiseret, så du ikke kan genkendes i nogle af vores publikationer. Det er kun forskerne bag undersøgelsen, der får adgang til din besvarelse. Dine svar anvendes kun til forskning og bliver ikke brugt af tredjepart.

Resultater fra undersøgelsen

Projektet forventes afsluttet i 2023, hvor resultaterne fra projektet vil

blive formidlet i hhv. videnskabelige tidsskrifter, rapporter, nyhedsbreve, konferencer og andre kanaler.

Ved at deltage i projektet er du med til at skabe helt ny viden om effekten af at indgå Team Tvillings aktiviteter. En viden, der vil kunne udbredes til et stort antal af danske kommuner og NGO'er, som derved kan gavne flere mennesker med handicaps og nedsat bevægelighed.

Sådan behandler vi dine oplysninger

Syddansk Universitet behandler personoplysninger fortroligt, og i overensstemmelse med gældende ret. Oplysningerne vil kun blive brugt til forskning og formidling af forskningsresultater. Vi sørger for at opbevare dem sikkert, så det kun er de relevante forskere på SDU, der har adgang til dem. Alle oplysninger, vi får fra dig i forbindelse med projektet, behandles strengt fortroligt og anvendes kun ifm. projektrelaterede sundhedsfaglig forsknings- og uddannelsesaktiviteter, herunder afhandlinger og kandidatspecialer. Oplysningerne bliver gemt så længe, de er relevante for forskningen i forbindelse med evaluering af Når Bevægelse Bevæger. Når data ikke længere er relevante for forskningen, vil de blive slettet eller anonymiseret. Du kan læse mere om dine rettigheder i det uddybende materiale, om oplysningspligten, databeskyttelsesloven samt hvordan vi behandler dine data, det uddybende materiale kan du læse her: [KLIK HER](#)

Spørgsmål og kontakt

Hvis du har spørgsmål til undersøgelsen, kan du til enhver tid kontakte projektleder Mette Toftager (mail: mto@sdu.dk, tlf. 6550 7853) eller ph.d.-studerende Andreas Jørgensen (mail: ajor@sdu.dk, tlf. 6550 7718) fra Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet



Først kommer et spørgsmål om din generelle livskvalitet.

På nedenstående skala betyder 10 'det bedst mulige liv' for dig, og 0 betyder 'det værst mulige liv' for dig.

Hvor på skalaen synes du selv, du er for tiden?

- 10 (Det bedst mulige liv)
- 9

- 8
- 7
- 6
- 5
- 4
- 3
- 2
- 1
- 0 (Det værste mulige liv)

De næste spørgsmål handler om din involvering i Team Tvilling.

Hvad er din relation til handiatleten?

- Jeg er forælder til en handiatlet, der bor hjemme
- Jeg er forælder til en handiatlet, der ikke bor hjemme
- Jeg er søskende til en handiatlet, og vi bor sammen
- Jeg er søskende til en handiatlet, og vi bor ikke sammen
- Jeg er værge/pædagog/støtteperson/hjælper
- Anden familierelation
- Andet (skriv her) _____

Hvordan er du primært involveret i Team Tvilling (du kan sætte flere kryds)?

- Jeg er løber i Team Tvilling
- Jeg er pårørende "på sidelinjen" (kører atleten til/fra træninger/løb, hepper, ser på, medbringer kage, taler med andre pårørende)
- Jeg er ikke aktivt involveret i Team Tvilling (dvs. jeg har kendskab til det og ved min pårørende deltager, men er ikke selv involveret)
- Jeg er en del af bestyrelsen/tovholder gruppen
- Andet (skriv her) _____

Hvilken Team Tvilling afdeling er du/handiatleten primært involveret i?

- Team Tvilling Aarhus
- Team Tvilling Esbjerg
- Team Tvilling Gribskov
- Team Tvilling Holbæk
- Team Tvilling København
- Team Tvilling Lolland
- Team Tvilling Næstved
- Team Tvilling Thisted

Hvor længe har du og handiatleten været involveret i Team Tvilling?

- 1-3 måneder
- 3-6 måneder
- 6-12 måneder
- 1-3 år
- Mere end 3 år
- Ved ikke

Nedenfor ses der en række udsagn for hvordan Team Tvilling påvirker dig positiv eller negativt. I hvilken grad du føler Team Tvilling påvirker dig? (sæt ét kryds i hver linje)

	Meget positivt	Lidt positivt	Hverken positivt eller negativt	Lidt negativt	Meget negativt
Min tilknytning til Team Tvilling har påvirket min hverdag...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Min tilknytning til Team Tvilling har påvirket min relation til handiatleten....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Min tilknytning til Team Tvilling har påvirket min livskvalitet....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Du er velkommen til her, at uddybe dit svar hvordan din tilknytning til Team Tvilling påvirker dig.

Nedenfor er en række udsagn om hvordan du oplever Team Tvilling samt hvad du selv har fået ud af at deltage/være med (direkte eller indirekt) i Team Tvilling. Du bedes markere, hvor enig eller uenig du er i følgende syv udsagn.

	Helt enig	Enig	Hverken enig eller uenig	Uenig	Helt uenig	Ved ikke / ikke relevant for mig at besvare
Jeg har fået en helt særlig relation til de andre pårørende i Team Tvilling	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg oplever et helt særligt fællesskab i mellem løbere, handiatleter og pårørende i Team Tvilling	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Team Tvilling har givet mig oplevelser med min pårørende jeg ikke troede jeg skulle opleve.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Det gør mig glad at være en del af Team Tvilling	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Det er værdifuldt for mig at tale med de andre pårørende omkring stort og småt ift. de udfordringer der kan være når man har en pårørende med et handicap (fx sager, kommunen, ordninger, mm)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg har fået værdifuld information, gennem de andre pårørende, om tilbud og muligheder (fx uddannelsesmuligheder, tilbud i kommunen, sommerskoleophold mm)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Det giver mig mere overskud i min hverdag at være en del af Team	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Tvilling.

Nedenfor har vi listet en række udsagn om din oplevelse af hvad din pårørende/handiatleten har fået ud af at være en del af Team Tvilling.

Du bedes markere, hvor enig eller uenig du er i følgende seks udsagn.

	Helt enig	Delvist enig	Hverken enig eller uenig	Delvist uenig	Helt uenig	Ved ikke / ikke relevant for mig at besvare
Team Tvilling er en meningsfuld aktivitet for min pårørende/handiatleten	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg oplever at Team Tvilling flytter min pårørendes grænse for hvad han/hun kan med og i sit liv	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg oplever at min pårørende er mere udadvendt efter at være blevet en del af Team Tvilling	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg oplever at min pårørende har fået mere kontrol over sin krop og/eller er blevet stærkere i sin krop (fx kan mere selv, kan holde hovedet selv, bedre kan hjælpe med løft/vendinger)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg kan se en forbedring ift. min pårørende sygdom (fx, færre anfald, kramper, smerter)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jeg oplever at min pårørende generelt er mere glad i hverdagen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Har du lyst til at uddybe, hvordan det er at være pårørende i Team Tvilling - og må vi kontakte dig på mail/telefon og aftale en dag, vi evt. kan interviewe dig?

- Ja, I må gerne kontakte mig med henblik på at deltage i et interview
- Nej tak

Tak for dit svar.

Angiv venligst dit telefonnummer i feltet under, og så vil vi kontakte dig inden for 3 uger.

Du er nu færdig med at besvare spørgeskemaet!

Vi er opmærksomme på, at dette spørgeskema langt fra kan afdække alle oplevelser og følelser, som der er forbundet med din og din pårørendes deltagelse i Team Tvilling. Derfor giver kommentarfeltet herunder mulighed for, at du kan tilføje og/eller uddybe de væsentligste punkter, som du oplever, som vigtige og meningsfulde i relation til Team Tvilling konceptet.

Tusind tak for din deltagelse!

HUSK at trykke på knappen '**afslut**' for at gemme din besvarelse!

Hvis du oplevede nogle problemer med udfyldelsen af spørgeskemaet eller har nogle spørgsmål, kan du til enhver tid kontakte projektleder Mette Toftager (mail: mto@sdu.dk, tlf. 6550 7853), eller ph.d.-studerende Andreas Jørgensen (mail: ajor@sdu.dk, tlf. 6550 7718).

På vegne af forskningsgruppen bag
Når Bevægelse Bevæger