

健康行为调查



感谢您参与此次调查。本调查的目的是了解人们希望改变的健康行为以及改变这些行为的可能遇到的障碍。您的参与是自愿的，您所有的答案将被保密。

1.您的性别是？ \*

- ☐ 男
- ☐ 女

2.您的出生年份是？ \*

- ☐ 2010年后
- ☐ 2010年
- ☐ 2009年
- ☐ 2008年
- ☐ 2007年
- ☐ 2006年
- ☐ 2005年
- ☐ 2004年
- ☐ 2003年
- ☐ 2002年
- ☐ 2001年
- ☐ 2000年
- ☐ 1999年
- ☐ 1998年
- ☐ 1997年
- ☐ 1996年
- ☐ 1995年
- ☐ 1994年
- ☐ 1993年
- ☐ 1992年
- ☐ 1991年
- ☐ 1990年
- ☐ 1989年
- ☐ 1988年
- ☐ 1987年
- ☐ 1986年
- ☐ 1985年
- ☐ 1984年
- ☐ 1983年
- ☐ 1982年
- ☐ 1981年
- ☐ 1980年
- ☐ 1979年
- ☐ 1978年
- ☐ 1977年
- ☐ 1976年
- ☐ 1975年
- ☐ 1974年
- ☐ 1973年
- ☐ 1972年
- ☐ 1971年
- ☐ 1970年
- ☐ 1969年
- ☐ 1968年
- ☐ 1967年
- ☐ 1966年
- ☐ 1965年
- ☐ 1964年
- ☐ 1963年
- ☐ 1962年
- ☐ 1961年
- ☐ 1960年
- ☐ 1960年前

3.到目前为止，您的最高学历(包括在读)是？ \*

- ☐ 初中及以下
- ☐ 高中/中专/技校
- ☐ 大学专科
- ☐ 大学本科
- ☐ 硕士及以上

4.您平均每天的工作时长为（小时为单位）？ \*

5.想像一下，下图的梯子代表了你在所在社会的层级结构。等级越高，表示其所处的阶层地位越高。例如，01 梯子底端代表社会的最底层——他们拥有最少的财富、很少甚至没有受过教育、没有工作或者从事着他人不愿意/不尊重的工作。10 梯子顶端代表社会的最上层——他们拥有最多的财富、最好的教育和最爱尊重的职业。请选择您认为您所在的层级（1-10）。 \*

![Screen Shot 2023-02-20 at 2.45.41 PM.png](https://wj.gtimg.com/uploadImages/2023-02-20/2023022014504663f318465be33.png){auto,auto}

6.如果可以，您希望您能改变哪些健康行为？ 请选择所有适用的选项： [\[多选题\]](#) \*

- ☐ 饮食习惯（例如多吃蔬菜和水果，减少垃圾食品消费）
- ☐ 体育锻炼（例如更频繁地运动，做更剧烈的运动）
- ☐ 睡眠习惯（例如早睡早起，睡眠时间更长）
- ☐ 压力管理（例如练习冥想，在工作期间休息）
- ☐ 饮酒（例如减少或戒酒）
- ☐ 吸烟（戒烟或减少吸烟）
- ☐ 其他\_\_\_\_{fillblank-4c00}

7.您认为阻止您改变当前的健康行为的障碍是什么？ 请选择所有适用的选项： [\[多选题\]](#) \*

- ☐ 时间不够
- ☐ 没有动力或意志力
- ☐ 成本或经济约束
- ☐ 缺乏社会支持
- ☐ 缺乏知识或资源
- ☐ 文化或社会规范
- ☐ 其他（请具体说明）： \_\_\_\_{{"id":"fillblank-d158","type":"question","attach\_id":"o-0-CyXI","validate":"unlimited","required":false}}