

Opinnäytetyö (AMK) /

Toimintaterapia

2014

Elisa Jalonen

SAMALLA VIIVALLA

Liikuntavammaisten aikuisten kokemuksia kodin
ulkopuolisten vapaa-ajan toimintojen
saavutettavuuden vaikutuksista osallistumiseen



TURUN AMMATTIKORKEAKOULU
TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

OPINNÄYTETYÖ (AMK) | TIIVISTELMÄ

Turun ammattikorkeakoulu

Toimintaterapia

Syksy 2014 | 28 sivua +3 liitettä

Ohjaaja: Anu Kuikkaniemi

Elisa Jalonen

SAMALLA VIIVALLA LIIKUNTAVAMMAISTEN AIKUISTEN KOKEMUKSIA KODIN ULKOPUOLISTEN VAPAA-AJAN TOIMINTOJEN SAAVUTETTAVUUDEN VAIKUTUKSISTA OSALLISTUMISEEN

Suomen perustuslain mukaan jokaisella tulee olla lain turvaama oikeus yhdenvertaisuuteen ja syrjimättömään kohteluun. Tämän perusteella jokaisella tulisi olla oikeus ja mahdollisuus toteuttaa itselleen merkityksellisiä toimintoja elämän eri osa-alueilla riippumatta yksilön ominaisuuksista. (Suomen perustuslaki 11.6.1999/731.) Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa kokemuksellista tietoa siitä, miten ympäristön saavutettavuus vaikuttaa liikuntavammaisten aikuisten osallistumiseen vapaa-ajan toimintoihin kodin ulkopuolella. Toimeksiantajana toimi vammaisten ihmisten perus- ja ihmisoikeusjärjestö Kynnys ry.

Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena. Työn teoreettinen viitekehys muodostui saavutettavuuden, vapaa-ajan, osallistumisen ja liikuntavamman käsitteiden määrittelystä sekä niiden välisestä yhteydestä. Aineisto kerättiin käyttäen sähköistä kyselyä ja viittä yksilöllisesti toteutettua kyselyä syventävää teemahaastattelua. Kyselyllä ja haastatteluilla selvitettiin vastaajien kokemuksia saavutettavuuden toteutumisesta kodin ulkopuolissa vapaa-ajan toiminnoissa.

Opinnäytetyön tuloksena oli, että kodin ulkopuolisten vapaa-ajan toimintojen saavutettavuus vaikuttaa kohdejoukon osallistumiseen joko sitä mahdollistaen tai estäen. Yleisin vapaa-ajan toimintoihin osallistumista estävä tekijä on haastateltavien mukaan kuljetuspalveluiden riittämättömyys. Osallistumista eniten tukevaksi tekijäksi vastaajat nimesivät muiden ihmisten hyväksyvän ja tasavertaisen asenteen.

ASIASANAT:

Saavutettavuus, vapaa-ajan toiminnot, osallistuminen, liikuntavamma

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT
TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Occupational therapy

Autumn 2014 | 28 pages + 3 appendices

Instructor: Anu Kuikkaniemi

Elisa Jalonen

BE ON EQUAL FOOTING EXPERIENCES ON PARTICIPATION OF PHYSICALLY DISABLED ADULTS ON THE ACCESSIBILITY OF LEISURE ACTIVITIES OUTSIDE HOME

According to the Finnish Constitution, everyone should have the right to equality and non-discriminatory treatment by law. On this basis everyone should have the right and opportunity to practice for themselves the relevant functions of life in different areas, regardless of their individual characteristics. The purpose of this thesis was to produce information about the effect of accessibility of the environment on physically disabled adult's participation in leisure activities outside their home. The principal of the thesis was The Threshold association, a civil and human rights organization for disabled people.

The thesis was conducted as a qualitative study, with a theoretical and an empirical part. The theoretical framework of the study consisted of an overview of definitions and theoretical interrelations of concepts of accessibility, leisure activities, participation and physical disability. For the empirical part of the study, data was collected using an online questionnaire and five individually conducted theme interviews. The questionnaire and interviews examined the respondents' experiences on how accessibility is actualized in leisure activities outside the home.

Result of the thesis was that the accessibility of leisure activities outside the home affects target group participation in either the enabling or prohibitive way. The most common impediment to leisure activity participation was the inadequacy of transport services. According to the respondents, other people's approving and egalitarian attitude were the most supportive factors of their participation

KEYWORDS:

Accessibility, leisure activities, participation, physical disability

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	5
2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA	7
3 LIIKUNTAVAMMAINEN AIKUINEN YHDENVERTAISENA OSALLISTUJANA	10
3.1 Yhdenvertaisuus ja liikuntavamma	10
3.2 Osallistuminen	11
4 SAAVUTETTAVA VAPAA-AJAN YMPÄRISTÖ	13
4.1 Esteettömyys	13
4.2 Kodin ulkopuoliset vapaa-ajan toiminnot	14
5 OPINNÄYTETYÖN TAVOITTEET JA TUOTOKSET	15
6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	17
6.1 Aineistonkeruu osa 1: Kysely	17
6.2 Aineistonkeruu osa 2: Teemahaastattelut	19
6.3 Analysointi	20
6.3.1 Kyselyn analysointi	21
6.3.2 Haastattelujen analysointi	22
7 TULOKSET	25
7.1 Johtopäätökset	28
8 POHDINTA	30
8.1 Eettisyys	30
8.2 Luotettavuus	30
8.3 Opinnäytetyö prosessina	32
LÄHTEET	35

LIITTEET

- Liite 1. Kyselyn lomake
- Liite 2. Kiitoskirjelmä
- Liite 3. Haastattelupohja

1 JOHDANTO

Ympäristön ja palveluiden saavutettavuus vaikuttavat jokaisen ihmisen toimintaan ja mahdollisuuteen osallistua haluamiinsa toimintoihin. Saavutettavuuden merkitys korostuu, kun asiaa tarkastellaan liikuntavammaisen ihmisen näkökulmasta. Suuri osa saavutettavuuden ongelmista johtuu tahattomista tai tahallisista asenteista sekä tietämättömyydestä ja käyttäjäkokemusten puutteesta. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2014.)

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuottaa lisää tietoa ympäristön saavutettavuuden vaikutuksista siihen, millaisiksi liikuntavammaiset aikuiset kokevat mahdollisuutensa osallistua haluamiinsa ja mielekkääksi kokemiinsa vapaa-ajan toimintoihin kodin ulkopuolella. Aihetta käsiteltiin toimintaterapeutillisesta näkökulmasta asiakkaan toimiessa oman elämänsä asiantuntijana sekä toimintaterapeutin toimiessa asiakkaan oikeuksien edistäjänä sekä ympäristön saavutettavuuden asiantuntijana. Opinnäytetyön toimeksiantajana toimi vammaisten ihmisten perus- ja ihmisoikeusjärjestö Kynnys ry.

Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa toimeksiantajalle asiakaskokemuksia liittyen vapaa-ajan palveluiden saavutettavuuteen liikuntavammaisen aikuisen näkökulmasta tarkasteltuna. Koottua aineistoa toimeksiantaja voi hyödyntää tulevaisuudessa kehittäessään esimerkiksi ”Turku kaikille” -sivustoa tai ottaessaan kantaa erilaisiin vammaispoliittisiin kysymyksiin. Haastattelujen tuloksista koottiin myös oppimispäiväkirja-muotoinen blogi, joka jää työn valmistumisen jälkeen toimeksiantajan käyttöön. Blogin avulla on tarkoitus herättää suuremman yleisön huomio tiedotusvälineiden, kuten esimerkiksi internet-sivustojen ja lehtien, sekä sosiaalisen median kautta, jotta kyseinen aihe saisi tarvitsemaansa yhteiskunnallista huomiota.

Opinnäytetyössä käytettiin kahta erilaista aineistonkeruumenetelmää: sähköistä kyselyä ja haastattelua. Näin pyrittiin kokoamaan kattava aineisto ja

parantamaan tutkielman luotettavuutta. Usean aineistonkeruumenetelmän käyttöä kutsutaan menetelmätriangulaatioksi. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 141-142.) Kyselyn avulla saatiin tietoa käyttäjien kokemien saavutettavuuden ongelmien ja hyvien ratkaisujen yleisyydestä ja haastattelujen avulla saatiin tarkempaa tietoa vastaajien omista kokemuksista. Kyselylomake tehtiin toimintaterapian Kanadalaisen toiminnallisuuden ja sitoutumisen mallin Canadian Model of Occupational Performance and Engagement, josta myöhemmin käytetään yleisesti käytössä olevaa lyhennystä CMOP-E, teemojen mukaan painottuen vapaa-ajan toimintoihin. Haastattelun runko perustui toimintaterapian Inhimillisen toiminnan mallin Model of human occupation (josta käytetään myöhemmin yleisesti käytössä olevaa MOHO-lyhennystä) menetelmänä käytettävän OPHI-II –haastattelun runkoon.

2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA

Suomen perustuslain mukaan jokaisella tulee olla lain turvaama oikeus yhdenvertaisuuteen ja syrjimättömään kohteluun. Tämän perusteella jokaisella tulisi olla oikeus ja mahdollisuus toteuttaa itselleen merkityksellisiä toimintoja elämän eri osa-alueilla riippumatta yksilön ominaisuuksista. (Suomen perustuslaki 11.6.1999/731.) Suomessa tehtyjen vammaistutkimusten perusteella on käynyt ilmi, että vammaiset ovat edelleen usein eriarvoisessa asemassa muuhun väestöön verrattuna, vaikka parannuksia erilaisten kohteiden saavutettavuuteen on muutaman viimeisen vuosikymmenen aikana jo tehty. Tutkimusten valossa voidaan todeta, että esteettömyyden ja saavutettavuuden ongelmien takia vammaisten henkilöiden mahdollisuudet osallistua haluamiinsa vapaa-ajan toimintoihin ovat rajallisia Suomessa (Haarni 2006, 5, 51). Opinnäytetyön aiheen ajankohtaisuutta puoltaa myös se, että köyhyyden, syrjäytymisen ja eriarvoisuuden ehkäiseminen on valittu yhdeksi vuosien 2011-2015 hallitusohjelman painopisteeksi (Sosiaali- ja terveysministeriö 2013b).

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimi vammaisten ihmisten perus- ja ihmisoikeusjärjestö Kynnys ry:n Turun aluetoimisto. Kynnys ry:n toimenkuvaan kuuluu toimiminen vammaisten henkilöiden yhdenvertaisten oikeuksien edistämiseksi yhteiskunnallisella ja kansainvälisellä tasolla. Yhdenvertaisia oikeuksia yhdistys edistää vaikuttamalla päättäjiin ja muihin viranomaisiin sekä aktivoimalla ja tukemalla vammaisia henkilöitä toimimaan omien oikeuksiensa puolesta. (Kynnys ry 2013.)

Kynnys ry tarjoaa monipuolista tukea ja tietoa vammaisille sekä heidän läheisilleen, sosiaali- ja terveysalan työntekijöille sekä muille asiasta kiinnostuneille. Erilaisia yhdistyksen tarjoamia tukitoimenpiteitä ovat esimerkiksi juridinen neuvonta vammaisuuteen liittyvissä asioissa. Lisäksi Kynnys ry on mukana erilaisissa hankkeissa ja projekteissa, joiden tarkoituksena on parantaa vammaisten henkilöiden asemaa. (Kynnys ry 2013.) Kynnys ry hallinnoi myös Vammaisten ihmisoikeuskeskuksen eli VIKEn toimintaa (Kynnys ry 2011).

Yhteiskunnan asennoituminen erityisryhmiä kohtaan aiheuttaa usein eniten ongelmia. Esimerkiksi rakennetun ympäristön esteettömyyteen panostetaan paljon, mutta se ei yksistään riitä, mikäli kohdetta on muuten mahdotonta saavuttaa itsenäisesti tai yhden henkilön avustamana. (Könkkölä 2013, 17-19.) Vammaisten henkilöiden yhdenvertaisuus suhteessa muuhun väestöön unohtuu usein myös terveydenhuollon ja kuntoutuksen ammattilaisilta. Kuntoutuksella pyritään parantamaan henkilön selviytymistä itsestä huolehtimisen toiminnoissa tai työelämässä, mutta vapaa-ajan harrasteiden tärkeys unohtuu (Hurnasti 2005, 57-58).

Opinnäytetyön aihe rajattiin vapaa-ajan toimintojen saavutettavuuteen, sillä vapaa-ajan toimintoja tarjoavien tilojen saavutettavuudesta ei Suomessa ole vielä olemassa yhtenäistä lainsäädäntöä. Näiden tilojen saavutettavuuteen vaikuttavat yksittäiset määräykset esimerkiksi kulkuväylien esteettömästä rakentamisesta (Invalidiliitto 2010a) sekä erilaiset suositukset esimerkiksi saavutettavien sosiaalitilojen määrästä ja sijainnista. Näiden suositusten noudattamatta jättämisestä ei palvelujen tarjoajalle tule yhteiskunnallisia sanktioita.

Toimintaterapeuttisesta näkökulmasta tarkasteltuna toiminnan, ihmisen ja ympäristön välistä yhteyttä kutsutaan toiminnallisuudeksi. CMOP-E:n teoriapohjan mukaan toiminta jakaantuu kolmeen toimintakokonaisuuteen, joita ovat tuottavuus- ja työtoiminnot, itsestä huolehtimisen toiminnot sekä vapaa-ajan toiminnot. Näiden toimintakokonaisuuksien pitäisi olla määrällisesti tasapainossa keskenään. (Law, Polatajko, Baptiste & Townsend 2002, 36-37.)

Toimintaterapian tavoitteena on yhteistyössä asiakkaan kanssa löytää keinoja joiden avulla voidaan helpottaa, mahdollistaa tai parantaa asiakkaan itsenäisyyttä hänen omassa arjessaan sekä toiminnassa. Tällöin asiakkaalla on myös paremmat mahdollisuudet vaikuttaa omaan elämäänsä ja sen valintoihin. Toimintaterapeutin tehtävänä on kannustaa asiakasta olemaan aktiivinen toimija omassa elämässään sekä tarjota asiakkaalle mahdollisuus etsiä erilaisia keinoja ja harjoitella taitoja, joita hän kokee arkielämässään tarvitsevänsä. Tätä kautta toimintaterapeutti pyrkii asiakkaan kanssa yhdessä löytämään

arjeliämässä esiintyviin haasteisiin ratkaisuja, joita voivat olla paitsi toiminnan, myös ympäristön muuttaminen ja mukauttaminen toimivammaksi ja asiakkaan toimintakykyä paremmin tukevaksi. Mukautettavia asioita voivat olla esimerkiksi ympäristön saavutettavuuden ongelmat. (Suomen Toimintaterapeuttiliitto Oy 2012.)

3 LIIKUNTAVAMMAINEN AIKUINEN

YHDENVERTAISENA OSALLISTUJANA

CMOP-E:n mukaan ihminen on toiminnallinen olento, joka tekee valintoja elämässä ja toimii niiden mukaan. Ihminen on yksilö, joten jokaisen elämä on myös erilainen. Kaikilla ihmisillä on kognitiivisia, fyysisiä ja sosiaalisia valmiuksia ja jokainen ihminen on myös henkinen olento. Toiminnallisuus on hengissä säilymisen edellytys, se tuo elämään sisältöä ja merkitystä. Se voi kuitenkin muuttua ympäristön tai ihmisen ominaisuuksien, esimerkiksi sairastumisen tai vammautumisen takia. (Law ym. 2002, 31.)

3.1 Yhdenvertaisuus ja liikuntavamma

Yhdenvertaisuus tarkoittaa sitä, että kaikki ihmiset ovat keskenään samanarvoisessa asemassa riippumatta heidän henkilökohtaisista ominaisuuksistaan. Yhdenvertaisuuden periaatteen mukaan siis voidaan yhteiskunnassa tarjota yksilölle positiivista erityiskohtelua (esimerkiksi apuvälineitä tai avustajapalveluita), mikäli niiden avulla henkilön mahdollisuudet osallistua parantuvat. (Sisäasiainministeriö 2013.) Suomen perustuslain 6§:n (11.6.1999/731) mukaan yhdenvertaisuus on jokaisen perusoikeus. Tämän lain mukaan ketään ei saa ilman hyväksyttäviä perusteluja asettaa eriarvoiseen asemaan iän, sukupuolen, kielen, alkuperän, vakaumuksen, uskonnon, mielipiteen, vammaisuuden, terveydentilan tai muun henkilöön liittyvän syyn perusteella.

Liikuntavammainen on henkilö, jonka kyky liikkua itsenäisesti ilman apuvälineitä on heikentynyt vamman, sairauden tai muun syyn takia pysyvästi. Liikuntavammoja aiheuttavat esimerkiksi tuki- ja liikuntaelinten vammat, raajojen epämuodostumat, synnynnäiset vammat sekä erilaiset halvaukset. (Malm, Matero, Repo & Talvela 2012, 253.) Liikuntavamma voi siis syntyä traumaattisesti, synnynnäisesti tai vähitellen. Liikuntavamma vaikuttaa vamman tasosta riippuen ihmisen raajojen toimintaan, mutta sen ei tarvitse vaikuttaa

ihmisen toimintakykyyn. Esimerkiksi toimintaterapian avulla liikuntavammaisen ihmisen ympäristöä tai totuttuja toimintatapoja voidaan lähteä muokkaamaan sellaisiksi, että ihminen pystyy toteuttamaan itselleen merkityksellisiä toimintoja. Liikuntavammaisen asiakkaan toimintaterapian tavoitteena voi olla esimerkiksi, että hän pystyisi käyttämään yhdenvertaisesti erilaisia palveluja ja osallistumaan omatoimisesti eri tilanteisiin omassa elämässään niin hyvin kuin mahdollista (Toimintaterapeuttiliitto 2011).

3.2 Osallistuminen

Kansainvälisen toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden luokituksen eli ICF-luokituksen virallisen määritelmän mukaan osallistuminen merkitsee osallisuutta elämäntilanteeseen. Viidessä Euroopan valtiossa asuville selkäydinvammautuneille henkilöille tehdyn tutkimuksen mukaan osallistumisen kokemus on hyvin subjektiivinen kokemus, johon voi vaikuttaa esimerkiksi henkilön fyysinen-, sosiaalinen- tai kulttuurinen ympäristö. Tutkimuksen mukaan suomalaiset vastaajat kokivat osallistumisen liittyvän vahvasti yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen ja mahdollisuuteen toimia yhteiskuntaa kehittävästi kun taas irlantilaiset vastaajat kokivat osallistumisen liittyvän enemmän itsenäiseen toimintaan. Kaikkien maiden vastaajien mukaan osallistuminen yleisenä käsitteenä merkitsi mahdollisuutta toteuttaa erilaisia erityisiä toimintoja. (Juvalta, Post, Reinhardt & Ruoranen 2014, 1, 6-7.)

Maailman terveysjärjestö WHO:n mukaan osallistumisella on positiivisia vaikutuksia terveyteen ja koettuun hyvinvointiin. Kun ihmisen voi osallistua mielekkääksi kokemiinsa toimintoihin, kokee hän elämänsä merkitykselliseksi. Osallistuessaan mielekkääksi kokemiinsa toimintoihin ihminen voi harjoittaa erilaisia taitoja ja saada sosiaalisia kontakteja yksilöllisellä ja yhteisöllisellä tasolla. Sen kautta ihminen saa tyydytystä ja sitoutuu jokapäiväiseen elämään. (Law 2002, 640-646.)

Osallistuminen mahdollistaa osallisuuden kokemuksen. Osallisuus merkitsee mahdollisuutta osallistua sekä vaikuttaa omaan elämäänsä, yhteiskuntaan ja

päätöksentekoon. Osallisuuteen sisältyy myös oikeus saada erilaisia hyvinvointia lisääviä palveluita (Sosiaali- ja terveysministeriö 2013a).

4 SAAVUTETTAVA VAPAA-AJAN YMPÄRISTÖ

Käsitteenä saavutettavuus on laaja yläkäsite, johon sisältyy muun muassa ympäristön esteettömyys, ihmisten yhdenvertainen kohtelu sekä kohteiden ja palveluiden saatavuus. Hyvä saavutettavuus mahdollistaa toimintaan osallistumisen jokaiselle, yksilöllisistä ominaisuuksista riippumatta. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2014.) Toimintaterapeuttisesta näkökulmasta ympäristö ja sen esteet vaikuttavat ihmisen toimintaan joko sitä mahdollistaen tai estäen. Tästä näkökulmasta tarkasteltuna ympäristön saavutettavuus voi siis tukea, vaikeuttaa tai estää asiakkaan toimintaa. (Law 2002, 645-646.)

Ihmisen toiminta riippuu henkilön ja hänen ympäristönsä välisestä suhteesta ja siitä, kuinka ympäristö tukee henkilön kaipaamia toimintoja. Ympäristö jakautuu CMOP-E:n mukaan fyysiseen, institutionaaliseen, kulttuuriseen ja sosiaaliseen elementtiin. Tässä opinnäytetyössä käsitellään ympäristöä fyysiseltä näkökannalta, johon sisältyy fyysinen elinympäristö rakennuksineen ja rakennelmineen sekä luonnon olosuhteineen. (Law ym. 2002, 31.)

Vapaa-ajan toimintojen saavutettavuutta on tutkittu 2000-luvulla myös muun muassa Espanjassa. Tämän tutkimuksen aikana havaittiin, että espanjalaiset vammautuneet työkäiset viettivät enemmän vapaa-aikaa kotona verrattuina muihin työkäisiin. (Pagán-Rodríguez 2014, 196.)

4.1 Esteettömyys

Esteettömyydellä tarkoitetaan yhteiskuntaa, joka on jokaiselle sopiva ja toimiva yksilön ominaisuuksista huolimatta. Esteettömyys tarjoaa erilaisia ratkaisuja ja mahdollisuuksia, jotka helpottavat ympäristössä liikkumista ja parantavat jokaisen ympäristössä liikkuvan turvallisuutta. (Tervahartiala 2013, 10-11.) Esteettömän rakennuksen kaikkiin tiloihin on helppo päästä ja ne ovat loogisia ja helppoja käyttää. Esteettömyyteen voidaan vaikuttaa paitsi poistamalla ympäristön fyysisiä esteitä, myös parantamalla palvelujen ja välineiden käytettävyyttä sekä tarjottavan informaation ymmärrettävyyttä. Esteettömät

ratkaisut ovat usein käyttäjäryhmästä riippumatta toimivia kaikille. (Invalidiliitto 2010b.)

4.2 Kodin ulkopuoliset vapaa-ajan toiminnot

Vapaa-ajan merkitys on suuri työikäiselle väestölle, huolimatta nykyisestä työkeskeisestä yhteiskunnan ideologiasta. Vapaa-ajan toimintojen avulla ihminen rentoutuu, saa nautintoa sekä palautuu päivän rasituksista. Liikuntavammaisten aikuisten toimintaympäristö on tutkimusten mukaan usein muita aikuisia suppeampi ja he viettävät enemmän vapaa-aikaansa kotona (Law 2002, 644).

Toiminta jaetaan CMOP-E:n mukaan kolmeen toimintakokonaisuuteen. Nämä toimintakokonaisuudet ovat 1. itsestä huolehtimisen toiminnot, joihin kuuluvat muun muassa henkilökohtaisista asioista huolehtiminen, oman elämän organisoiminen sekä siirtyminen eri kohteiden välillä, 2. tuottavuus- ja työtoiminnot, joihin sisältyy kaikki toimeentuloa tukeva toiminta sekä 3. vapaa-ajan toiminnot, joita ovat mielihyvää tuottavat, työn ulkopuolella tehtävät toiminnot kuten harrastukset ja liikunta. (Law ym. 2002, 37.) Kodin ulkopuolisia vapaa-ajan toimintoja ovat kaikki ne harrasteet ja muut mielihyvää tuottavat toiminnot, joita ihminen tekee työn ja kodin ulkopuolella.

Toiminta on kaikkea sitä mitä ihmisen tarvitsee tehdä pitääkseen huolta itsestään ja läheisistään, nauttiakseen elämästään sekä ollakseen aktiivinen jäsen elinympäristössään ja yhteiskunnassa (Law ym. 2002, 29). Toiminnan merkityksellisyys on jokaiselle ihmiselle henkilökohtaista. Yksittäinen toiminta on ihmiselle juuri niin merkityksellinen kuin hän sen kokee olevan. Kaikki toiminnot eivät välttämättä ole ihmiselle hyväksi tai terveellisiä, mutta se ei vähennä henkilökohtaisesti koettua merkityksellisyyttä kyseisen toiminnan kohdalla. (Polatajko, Davis, Stewart, Cantin, Amoroso, Purdie & Zimmermann 2007, 22-23.)

5 OPINNÄYTETYÖN TAVOITTEET JA TUOTOKSET

Opinnäytetyön tutkimuskysymyksinä olivat:

1. Miten liikuntavammaiset aikuiset kokevat ympäristön saavutettavuuden vaikuttavan osallistumiseensa mielekkääksi koettuihin kodin ulkopuolisiin vapaa-ajan toimintoihin?
2. Millaisia käytännön kokemuksia liikuntavammaisilla aikuisilla on kodin ulkopuolisten vapaa-ajan toimintojen saavutettavuudesta?

Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa toimeksiantajalle tuoreita käyttäjäkokemuksia erilaisiin kodin ulkopuolisiin vapaa-ajan toimintoihin liittyvien kohteiden saavutettavuudesta. Näitä kokemuksia saatiin kyselyn ja haastatteluiden kautta.

Opinnäytetyön pohjalta tuotettiin saavutettavuuden käsitettä avaava blogin muotoinen sähköinen tuotos. Blogin tarkoituksena oli tuoda vapaa-ajan palveluiden saavutettavuuden ongelmia ja erilaisia ratkaisumalleja erilaisten kohderyhmien tietoon. Se rakentui haastatteluun osallistuneiden liikuntavammaisten aikuisten kokemuksista ja käytännön esimerkeistä, joita havainnollistettiin opinnäytetyön tekijän ottamien valokuvien avulla. Blogissa käsiteltiin kyselyn ja haastattelujen vastaajilta esille nousseita esimerkkejä, joissa useampi kuin yksi vastaajista oli kokenut saavutettavuuden ongelmia tai erityisen hyvää saavutettavuutta. Blogi löytyy internetistä osoitteesta <http://samallaviivalla.blogspot.fi/>.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli lisätä ihmisten tietoisuutta saavutettavuudesta ja sen merkityksestä jokapäiväisessä elämässä ja sitä kautta vaikuttaa asenteisiin niin tavallisen kansalaisen kuin ammattilaisten ja päättäjien taholla. Tähän tarkoitukseen blogi sopii erittäin hyvin, sillä sen levittäminen esimerkiksi sosiaalisen median kautta on nopeaa ja vaivatonta. Lisäksi sitä kautta on mahdollista tavoittaa suuri määrä ihmisiä valtakunnallisella tasolla. Opinnäytetyön toteutuksen päätyttyä toimeksiantajan edustajat saivat täydet

oikeudet muokata, päivittää ja ylläpitää tuotoksena tuotettua blogia. Myös opinnäytetyön kirjoittaja jatkaa blogin ylläpitämistä opinnäytetyön valmistumisen jälkeen.

6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

Opinnäytetyö toteutettiin kvalitatiivisena eli laadullisena tutkimuksena. Laadullinen tutkimusote keskittyy todellisen elämän moninaisuuden kokonaisvaltaiseen kuvaamiseen ja sillä pyritään tuomaan kohderyhmän ”ääntä” ja näkökulmia esille, joten sen käyttö oli tässä opinnäytetyössä perusteltua ja vastasi työn tarpeisiin. Laadullinen tutkimus pyrkii paljastamaan tai löytämään tosiasioita pikemminkin kuin todistamaan olemassa olevien väittämien todenperäisyyttä. Aineiston kokoaminen tapahtui todellisissa tilanteissa ja luonnollisessa ympäristössä. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 161, 164.) Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys koottiin käyttäen menetelmänä tiedonhakua eri tietokannoista.

Aineistonkeruu tapahtui kahdessa osassa. Ensin toteutettiin sähköinen verkkokysely, jonka avulla kartoitettiin vastaajien kokemuksia mielekkääksi kokemiensa kodin ulkopuolisten vapaa-ajan toimintojen saavutettavuudesta sekä sitä, millaisiksi vastaajat kokevat mahdollisuutensa osallistua haluamiinsa toimintoihin. Näiden vastaajien ryhmästä valikoituneille viidelle henkilölle tehtiin vapaa-ajan viettoa ja toimintaympäristöä käsittelevä Occupational Performance History Interview eli OPHI-II haastattelu.

6.1 Aineistonkeruu osa 1: Kysely

Opinnäytetyön aineistonkeruun ensimmäinen vaihe oli sähköinen kysely, jolla on mahdollista saada tehokkaasti laaja määrä vastauksia (Hirsjärvi ym. 2009, 182-184). Kysely toteutettiin webropol-pohjaisena, joka mahdollisti aineiston nopean ja helpon analysoinnin sekä kyselyn helpon lähestyttävyyden. Sähköisessä muodossa olevan kyselyn vastaukset analysoitiin webropol-ohjelman avulla ohjelman valmista analyysiä hyödyntäen. Kysely toteutettiin standardoidusti, eli kyselylomake on täsmälleen sama jokaiselle vastaajalle (Hirsjärvi & Hurme 2001, 183). Kysely pilotoitiin kymmenen opiskelijan ryhmällä ennen kyselyn avaamista julkiseen levikkiin.

Kysely oli muodoltaan julkinen kysely, jonka linkkiä levitettiin kohderyhmän mukaan sosiaalisessa mediassa ja järjestöjen verkkosivuilla. Linkki oli esillä toimeksiantajan eli Kynnys ry:n verkkosivuilla ja Facebook-sivuilla, Invalidiliiton facebook-sivuilla, Malike-keskuksen Facebook-sivuilla, ”ihmisoikeudet vammaisten arkeen”-sivustolla facebookissa sekä selkäydinvammaliitto Akson ry:n keskustelupalstalla. Nämä sivustot valikoituivat tutkielman toteutukseen, sillä ne ovat kaikki laajoja ja aktiivisia toimijoita liikuntavammaisten palveluiden ja oikeuksien järjestämisessä Suomessa. Linkin julkistamiseen pyydettiin lupa sivustojen edustajilta ja jokaiseen linkkiin liitettiin myös saatekirje, joka oli näkyvillä myös kyselyn alussa (ks. liite 1). Kysely oli avoimena kaksi viikkoa aikavälillä 1-15.11.2014 ja sen päättymisestä ilmoitettiin edellä mainituilla sivustoilla lyhyellä kiitoskirjelmällä (ks. liite 2).

Kyselyn lomakkeen muodostamisessa hyödynnettiin Canadian Occupational Performance Measure eli COPM-haastattelun lomaketta, joka on kehitetty toimintaterapian kanadalaisen toiminnallisuuden ja sitoutumisen mallin eli CMOP-E:n teoreettiseen viitekehykseen perustuen (Law, Babbitt, Carswell, McColl, Polatajko & Pollock 2005, 10-11). Alkuperäisen COPM-haastattelun aikana asiakas tunnistaa ja nimeää itselleen ongelmallisia toimintoja toimintaterapeutin avustuksella. Asiakas arvottaa valitsemansa toiminnot niiden merkityksen mukaan ja asettaa ne tärkeysjärjestykseen oman kokemuksensa mukaan. Samalla on mahdollista löytää myös sellaisia toimintoja, joita on tarpeen arvioida lisää niiden taustalla vaikuttavien tekijöiden ymmärtämiseksi. (Law ym. 2005, 17.) Opinnäytetyössä COPMia hyödynnettiin vapaa-ajan osallistumista arvioitaessa sekä tunnistettaessa vapaa-ajan viettoa rajoittavia tekijöitä. Kyselyn ensisijaisena tarkoituksena oli kerätä tietoa siitä, miten vastaajat kokivat pystyvänsä osallistumaan kodin ulkopuolisiin vapaa-ajan toimintoihin. Näiden vastausten perusteella valikoitiin haastatteluihin osallistuvat vastaajat.

Opinnäytetyön kyselylomakkeessa oli kuusi kysymystä. Kysymyksissä yksi ja kaksi asiakas nimesi itselleen merkityksellisiä toimintoja ja arvioi kuinka usein kokee pystyvänsä osallistumaan näihin toimintoihin arvosanoilla 0-6 (katso

selitykset liitteestä 1). Näin saatiin tietoa siitä, millaiset vapaa-ajan toiminnot vastaajat kokisivat kiinnostavina ja mielekkäinä, mutta joihin heillä ei ole tällä hetkellä mahdollisuutta osallistua saavutettavuuden ongelmien takia. Kyselylomakkeen kysymyksissä kolme ja neljä tiedusteltiin vastaajien hyviä ja huonoja saavutettavuuden kokemuksia, jotta saataisiin tuotettavaa blogia varten esimerkkejä todellisista kohteista. Kysymyksessä viisi vastaajat saivat kertoa omia kokemuksiaan saavutettavuuden vaikutuksista heidän osallistumiseensa kodin ulkopuolisiin vapaa-ajan toimintoihin. Kysymyksessä kuusi vastaajat saivat halutessaan kertoa vapaasti myös muita kokemuksiaan saavutettavuudesta, jotta asiakkaiden kokemuksia olisi helpompi ymmärtää myös kokonaisvaltaisesti. Kyselylomakkeen kysymykset yksi ja kaksi olivat pakollisia kysymyksiä, eli lomakkeella ei ollut mahdollista edetä, mikäli vastaaja ei ollut vastannut näihin kysymyksiin. Muut kysymykset olivat vapaaehtoisia.

6.2 Aineistonkeruu osa 2: Teemahaastattelut

Opinnäytetyön toisena aineistonkeruumenetelmänä tehtiin viidelle henkilölle teemahaastattelu. Ne pohjautuvat Occupational Performance History Interview (eli OPHI-II) –haastattelun teemoihin. Teemahaastattelulle ominaista on, että jokaisessa haastattelussa käsitellään ennalta mietittyjä teemoja ilman tiukkaa haastattelurunkoa. Teemojen eli aihepiirien välillä on mahdollista liikkua joustavasti antaen tilaa haastateltavan omille kokemuksille. (Hirsjärvi & Hurme 2001, 47-48, 66.) OPHI-II –haastatteluun valikoituvat vastaajat olivat verkkokyselyssä ilmoittaneet kokeneensa kodin ulkopuolisten vapaa-ajan toimintojen saavutettavuudessa ongelmia tai vaihtoehtoisesti heillä oli ollut erittäin hyviä kokemuksia saavutettavuuden toteutumisesta. Osalla vastaajista oli sekä erittäin hyviä että erittäin huonoja kokemuksia saavutettavuudesta.

OPHI-II -haastattelu on toimintaterapian Inhimillisen toiminnan malliin MOHOon perustuva puolistrukturoitu haastattelumenetelmä, jolla kerätään laajasti tietoa asiakkaan elämästä ja elämänhistoriasta. Haastattelun kautta kootaan pienimuotoinen asiakkaan ”elämänkerta” siltä osa-alueelta jota halutaan tutkia. (MOHO web 2014.) OPHI-II:n avulla saadaan tietoa myös asiakkaan

toiminnallisesta sopeutumisesta ennen ja nyt. OPHI-II haastattelu on kokonaisuudessaan toteutettuna kolmivaiheinen. Opinnäytetyössä tarkasteltiin ympäristön vaikutusta vapaa-aikaan, joten haastattelussa painotettiin vapaa-ajan toimintaympäristöä käsittelevää osa-aluetta. OPHI-II –haastattelulla pyrittiin saamaan kokonaisvaltaisesti tietoa asiakkaan mielenkiinnon kohteista, tottumuksista ja toiveista liittyen vapaa-ajan viettoon sekä selvittämään ympäristön vaikuttavuutta asiakkaan mahdollisuuksiin viettää vapaa-aikaa haluamallaan ja mielekkääksi kokemallaan tavalla.

Haastattelun kysymyksissä käsiteltiin seuraavia teemoja: 1. Vastaajan vapaa-ajan viettoon liittyvät tottumukset, 2. Vastaajan kokemukset vapaa-ajan viettopaikoistaan ja niiden saavutettavuudesta sekä turvallisuudesta, 3. Vastaajan kokemukset vapaa-ajan viettopaikkojensa ilmapiiristä, 4. Vastaajan kokemukset vapaa-ajan viettopaikkojen riittävydestä, 5. Vastaajan toiveet oman vapaa-aikansa muuttamisesta sekä 6. Vastaajan toiveet ja unelmat vapaa-ajan viettopaikkojen saavutettavuuden muuttamisesta yleensä. Haastattelulomake apukysymyksineen löytyy liitteestä 3.

Haastateltavat saivat itse valita haastattelumenetelmänsä, jotta haastattelumenetelmä olisi mahdollisimman asiakaslähtöinen. Vaihtoehtoina oli henkilökohtainen-, puhelin- tai sähköpostihaastattelu. Kaksi haastattelua toteutettiin henkilökohtaisesti, kaksi puhelimitse ja yksi sähköpostitse. Puhelimitse ja henkilökohtaisesti toteutetut haastattelut nauhoitettiin haastateltavien luvalla.

6.3 Analysointi

Opinnäytetyön aineisto analysoitiin induktiivisella analysointimenetelmällä, joka pohjautuu aineiston yksityiskohtaiseen ja monipuoliseen tarkasteluun, jotta voitaisiin saada uutta tietoa ja uusia näkökulmia tutkittavasta aiheesta (Hirsjärvi ym. 2009, 164). Analysointi etenee aineistolähtöisesti yksilöllisten vastausten kautta kohti yleistettävämpiä väitteitä (Eskola & Suoranta 1998, 83). Opinnäytetyön tarkoituksena oli tuoda esille asiakkaiden kokemuksia, eikä niinkään todentaa jo ennalta tiedossa olevaa väitettä, joten induktiivinen

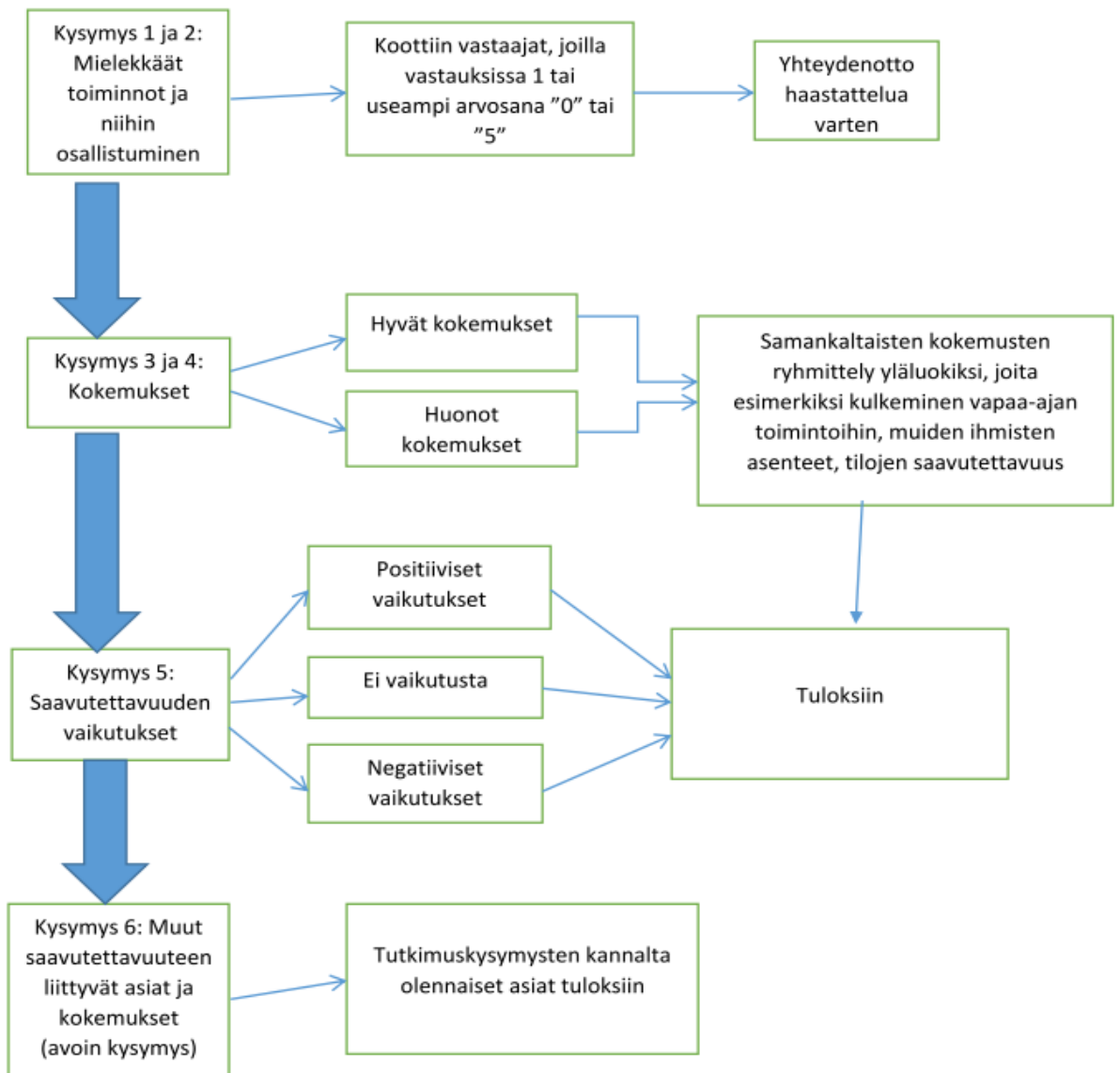
analysointi sopi tähän tutkielmaan hyvin. Se myös puolsi tutkielman asiakaslähtöistä otetta, jota pyrittiin ylläpitämään koko analysointivaiheen ajan.

6.3.1 Kyselyn analysointi

Aineiston analysointi alkoi kyselyn analysoinnilla, koska haastateltavat valikoituivat kyselyn vastausten perusteella. Kyselyn analysointi on esitelty kuvallisesti kuviossa 1. Jokainen vastauslomake käytiin läpi ja kysymyksen kaksi (ks. liite 1) vastausten perusteella haastatteluun valikoituivat ne vastaajat, joiden vastauksissa oli yksi tai useampia vastauksia arvioinnilla 0 (en pysty osallistumaan tähän toimintaan) tai 5 (pystyn osallistumaan tähän toimintaan aina kun haluan). Näin varmistettiin, että haastateltavilla olisi hyviä ja/tai huonoja kokemuksia saavutettavuuden toteutumisesta. Tämän jälkeen pelkistettiin kysymysten 3-6 vastaukset.

Kysymysten kolme ja neljä (ks. liite 1) vastaukset analysoitiin kokoamalla teemoittain vastaajien hyvät ja huonot kokemukset kodin ulkopuolisten vapaa-ajan toimintojen saavutettavuudesta niin, että teemat muodostuivat yleisimmistä aihepiireistä (esimerkiksi huonot kokemukset –kuljetuspalvelut tai hyvät kokemukset –asiakaspalvelu). Viidennen ja kuudennen kysymyksen vastaukset jaettiin kahteen pääluokkaan, jotka olivat 1. ympäristön hyvän saavutettavuuden positiiviset vaikutukset ja 2. ympäristön saavutettavuuden ongelmien negatiiviset vaikutukset.

Kysymysten 3-6 vastauksista saatiin suoraan käyttäjäkokemuksia sekä hyviä ja huonoja esimerkkejä saavutettavuudesta blogia varten.

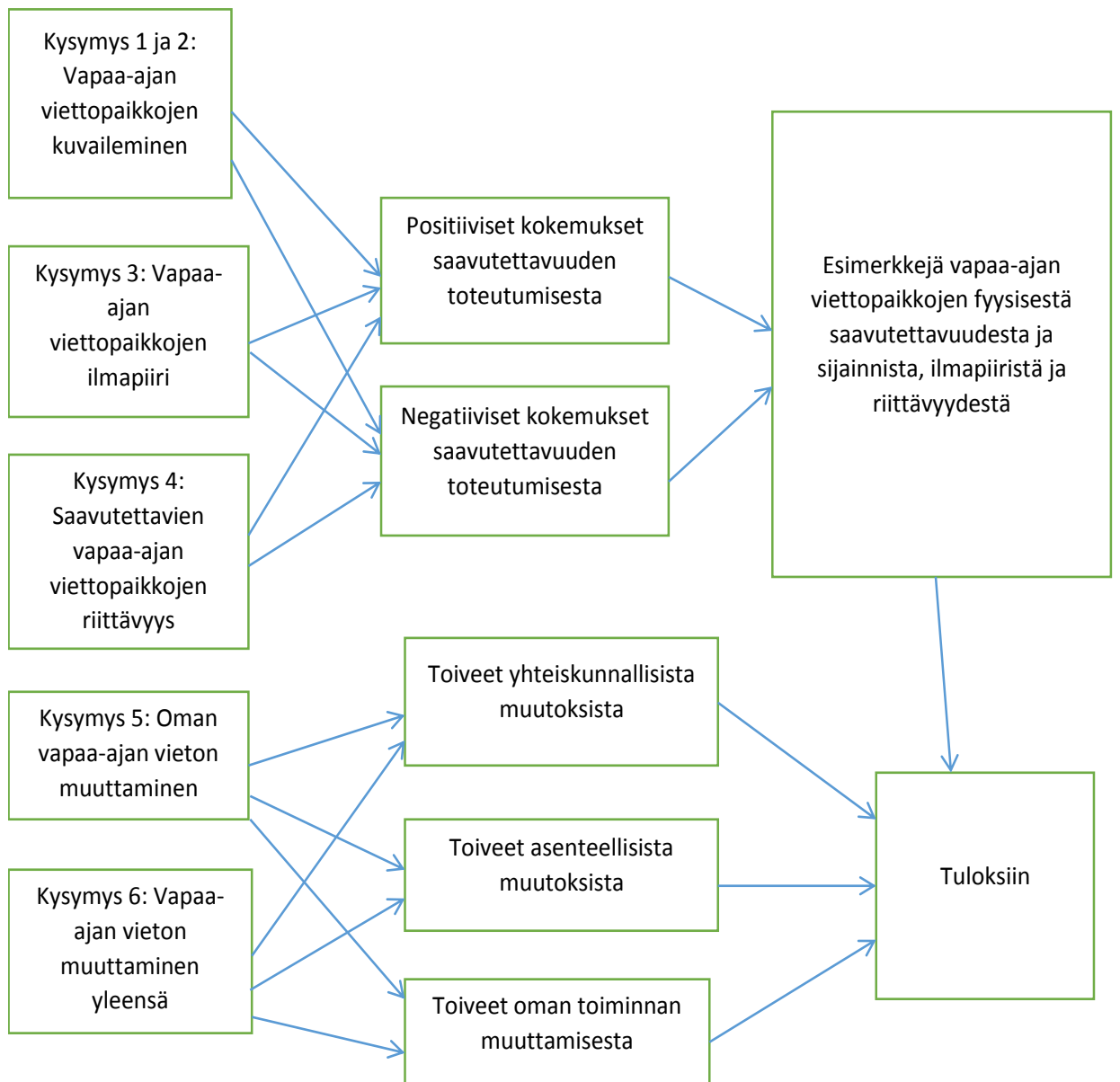


Kuvio 1. Kysely

6.3.2 Haastattelujen analysointi

Äänitetyt haastattelut (4kpl) litteroitiin karsien samalla pois kaikki tutkimuskysymysten kannalta epäolennainen tieto. Epäolennaista tietoa olivat esimerkiksi asiakkaiden kokemukset työ- tai opiskelupaikkojen saavutettavuudesta. Näin saatiin aineisto tiivistettyä helpommin luettavaan muotoon. Tiivistetyt aineistot kysymysten 1-4 osalta jaettiin kahteen yläluokkaan, jotka olivat 1. asiakkaiden positiiviset kokemukset

saavutettavuudesta ja 2. asiakkaiden negatiiviset kokemukset saavutettavuudesta. Näiden pääluokkien alle muodostui alaluokiksi ”vapaa-ajan viettopaikkojen fyysinen saavutettavuus ja sijainti”, ”vapaa-ajan viettopaikkojen ilmapiiri” sekä ”saavutettavien vapaa-ajan viettopaikkojen riittävyys”. Kysymysten 5 ja 6 vastauksista koottiin pääluokiksi ”toiveet yhteiskunnallisista muutoksista”, ”toiveet asenteellisista muutoksista” ja ”toiveet oman toiminnan muuttamisesta”. Aineistoa ei tiivistetty tästä pidemmälle, jotta tutkielman kokemuksellinen ote ei kärsisi. Tutkimusongelmia peilattiin näin saatuun aineistoon, jotta saatiin tehtyä johtopäätökset. Haastattelujen analysointia on esitelty kuvallisesti kuviossa 2.



Kuvio 2. Haastattelu

7 TULOKSET

Kyselyyn vastasi yksitoista vastaajaa, joista kuusi ilmoitti olevansa halukas osallistumaan myös haastatteluun. Näistä vastaajista viisi vastasi yhteydenottoon, joten heidät kaikki haastateltiin.

Jokaisella kyselyyn vastanneella oli sekä hyviä että huonoja kokemuksia saavutettavuuden toteutumisesta kodin ulkopuolisissa vapaa-ajan toiminnoissa. Kaikki vastaajat kokivat, että huono saavutettavuus rajoittaa osallistumista kiinnostaviin ja mielekkäiltä tuntuviin vapaa-ajan toimintoihin. Kymmenen yhdestätoista vastaajasta toi esille, että saavutettavuuden ongelmat ovat vähentäneet heidän haluaan osallistua vapaa-ajan toimintoihin kodin ulkopuolella ja hyvät kokemukset saavutettavuudesta ovat puolestaan kannustaneet heitä osallistumaan ja innostaneet palaamaan erityisen hyvin saavutettavaan paikkaan uudestaan.

Yksi haastateltavista koki saavutettavuuden ongelmien lisäävän omaa sisukkuuttaan voittaa erilaiset haasteet vaikuttamalla asenteisiin ja päättäjiin. Hän toi esille, että myös liikuntavammainen pystyy vaikuttamaan moneen asiaan omalla asennoitumisellaan ja avoimuudellaan. Hän totesi haastattelun aikana näin: *”Minulle aktiivisena ihmisenä on helppoa löytää virikkeitä. Toivoisin enemmän mm. kiertäviä teatteriesityksiä vanhainkoteihin tms. laitoksiin heille jotka eivät halua tai voi liikkua kodin ulkopuolella.”* Hän toivoi myös eri alojen ammattilaisilta aktiivisempaa ja rohkeampaa otetta kannustaa ja tukea vammaisia henkilöitä osallistumaan oman elämänsä päätöksiin ja ilmaisemaan rohkeammin omaa mielipidettään.

Lähes kaikki kyselyn vastaajat kokivat kodin ulkopuolisten vapaa-ajan toimintojen saavutettavuuden ongelmat negatiivisena, rajoittavana ja jopa passivoivana tekijänä.

Kyselyn ja haastatteluiden kautta saatiin paljon käytännöllisiä esimerkkejä ja kokemuksia ympäristön saavutettavuuden ongelmista ja hyvistä ratkaisuista. Kyselyyn vastanneilta tuli erityisen hyvää palautetta erilaisista

kulttuuritapahtumista ja niiden saavutettavuudesta. Vastanneiden mukaan saavutettavuuden tarpeet on huomioitu eri kulttuuritapahtumissa monipuolisesti ja myös henkilökunta on avuliasta ja positiivista. Henkilökunnan avuliaisuudesta antoi yksi haastateltavista esimerkin: *”Olin kaverin kanssa semmoisessa museossa käymässä, mikä ei todellakaan oo millään tavalla esteetön ja mietittiin vähän, et miten mahtaa käydä. Heti siin näyttelyn alussa mun luo tuli museon vahtimestari, joka tarjoutui auttamaan mut ja mun pyörätuolin läpi koko näyttelyn. Ja lopuksi se ihan oikeesti kiersi meidän kanssa koko näyttelyn ja auttoi nostamaan mut jokaisen kynnyksen ja portaan ohi.”* Erityisen positiivista palautetta vastaajat antoivat vapaa-ajan viettopaikkojen kannustavasta, hyväksyvistä ja tukevasta ilmapiiristä. Vastaajat kokivat, että heidät on otettu erittäin hyvin ja tasavertaisesti vastaan lähes jokaisessa paikassa niin työntekijöiden kuin pääsääntöisesti myös muiden kävijöidenkin taholta. Positiivista palautetta vastaajat antoivat myös vieraiden ihmisten avuliaisuudesta ja positiivisesta suhtautumisesta erilaisissa tapahtumissa.

Osa vastaajista toi esille, että kunnosta ja fyysisestä toimintakyvystä huolehtiminen esimerkiksi erilaisten liikuntaharrasteiden avulla on hyvin haastavaa kuljetuspalveluiden ja avustajatuntien vähäisen määrän takia. Vastaajien mukaan liikunnan harrastaminen tukisi toimintakyvyn säilymistä ja parantumista ja sillä voitaisiin ennaltaehkäistä myös monia liitännäissairauksia ja esimerkiksi mielenterveyden ongelmia, mutta silti yhteiskunta ei tue liikuntaharrastuksiin osallistumista millään tavalla.

Eniten osallistumista rajoittavaksi tekijäksi vastaajat nimesivät kuljetuspalveluiden riittämättömyyden ja rajoittamisen. Vastaajat kokivat, ettei yhdeksän edestakaista matkaa kuukaudessa riitä säännölliseen harrastamiseen vapaa-ajalla, sillä näitä matkoja käyttäen on hoidettava myös normaalit asiointikäynnit esimerkiksi ruokakaupassa. Vapaa-ajan matkojen riittämättömyys korostui erityisesti pienten paikkakuntien asukkaiden vastauksissa. Vastaajat olivat kokeneet hankaluuksia myös julkisten kulkuneuvojen käyttämisessä liikkumisen apuvälineiden, etenkin sähköpyörätuolin kanssa.

Negatiivisia kokemuksia vastaajilla oli myös vapaa-ajan toimintoihin liittyvien tilojen varustelussa. Muun muassa ravintoloiden wc-tilat ja kulkuväylät saivat negatiivista palautetta puutteellisesta varustuksestaan. Vastaajien mukaan esteetön kulkureitti saattaa kulkea esimerkiksi varaston tai keittiön läpi ja tällaista kulkureittiä käyttäessään vastaajat olivat kokeneet saavansa negatiivista huomiota.

Vastaajilla oli koko kyselyn tulosten perusteella enemmän negatiivisia kuin positiivisia kokemuksia saavutettavuuden toteutumisesta. Vastaajat kokivat hankalaksi sen, että esteettömäksi mainostettu tila ei todellisuudessa olekaan esteetön, koska esteettömyyden on tarkastanut ilman apuvälineitä liikkuva ihminen. Esimerkiksi eräs vastaaja totesi tästä seuraavaa: *"Pyörätuolilla liikkuminen arvioidaan terveiden näkökulmasta väärin: mainospuheen "pieni kynnyks tänne meille" saattaa olla todellisuudessa 30cm korkea."* Toinen vastaaja totesi saavutettavuuden varmistamisesta: *"Pakko on ollut hyväksyä, että kaikkiin paikkoihin ei pääse ja aina on tarkistettava asiat etukäteen ja mieluummin omin silmin."* Osa vastaajista ilmoitti, että on helpompaa käydä vain varmuudella saavutettaviksi todetuissa paikoissa. Tutuissa paikoissa ei vastaajien mukaan tarvitse pelätä pettymystä eikä myöskään harmitella turhaan kulutettua taksimatkaa.

Haastattelujen aikana vastaajat toivat esille avustajiin liittyvät ongelmat. Kolme viidestä vastaajasta oli kokenut haastavaksi löytää vapaa-ajan harrasteisiin sopivia avustajia sekä mahdollisia sijaisia heille. Lisäksi vapaa-ajan toimintoihin suunnattu avustustuntien määrä koettiin riittämättömänä etenkin silloin, kun haastateltava haluaisi harrastaa myös liikunnallisia toimintoja tai matkailua.

Kuljetuspalveluiden riittämättömyys ja palveluiden rajoittaminen vain lähikuntien alueelle tuli esille lähes jokaisen haastateltavan vastauksissa. Eräs vastaaja totesin taksimatkan rajoittamisesta vain naapurikuntiin näin: *"Mun äiti asuu 50km päässä eikä mun taksimatkan pituus riitä sinne asti kun välissä on liian monta kuntaa. Joskus tehdään sit äidin kanssa niin, että äiti tulee ite taksilla niin pitkälle kuin omilla matkoillaan pääsee ja mä samoin, silloin päästään saman kunnan alueelle. Sit mä vaihdan äidin taksin kyytiin ja pääsen silleen käymään*

äidin luona. Aika hankalaa ja kuluttaa molempien matkoja ja taksiyrittäjien aikaa tosi paljon, mut muuten mulla ei olis ikinä mahdollisuutta käydä äidin luona.”

7.1 Johtopäätökset

”Saavutettavuus on mun mielestä sitä, että vois oikeesti tehdä mitä tahansa ja milloin tahansa. Että sais tulla ja mennä oman mielen mukaan ilman et on sidottu kenenkään (tässä avustajan tai hoitajan) aikatauluihin. Et sais oikeesti itse päättää, mitä haluaa elämässään tehdä.” Vastaajat kertoivat, että mahdollisuus osallistua rajoituksetta mielekkääksi kokemiinsa vapaa-ajan toimintoihin (niin kotona kuin kodin ulkopuolellakin) tukee elämänhallinnan kokemusta, halua osallistua yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen ja mielenkiintoa huolehtia itsestään. Heidän mukaan vapaa-ajan toimintojen hyvällä ja tasavertaisella saavutettavuudella olisi mahdollista myös konkreettisesti ennaltaehkäistä mielenterveys- ja päihdeongelmia, syrjäytymistä sekä muun muassa ylipainoa ja siitä aiheutuvia liitännäissairauksia. Tätä väitettä tukee myös WHO:n näkemys osallistumisen positiivisista vaikutuksista terveyteen ja hyvinvointiin (Law 2002, 641).

”Saavutettavuus toteutuu vain, jos matkan kodin ja vapaa-ajantoiminnon välillä pystyy kulkemaan. Vapaa-ajan toiminnon saavutettavuus on nolla, jos kuljetuspalveluja ei myönnetä tarpeeksi ja jos julkiset liikennevälineet eivät toimi (suurien) sähköisten apuvälineiden kanssa.” Saavutettavuudesta puhuttaessa on ensiarvoisen tärkeää, että ihmisen on mahdollista päästä mielekkääksi kokemaansa toimintoa tarjoavaan paikkaan ja että hän myös saa kyseisessä paikassa tarvitsemansa avun ja tuen riippumatta yksilön ominaisuuksista tai esimerkiksi sääolosuhteista. Tämä painottui selkeästi jokaisessa kyselyn vastauksessa sekä haastattelussa. Suurin osa haastattelun vastaajista myös lisäisi kuljetuspalveluiden ja avustajatuntien määrää rajattomasti, mikäli saisi vapaat kädet tehdä muutoksia vapaa-ajan toimintojen saavutettavuuteen, tai edes mahdollistaisi kuljetuspalveluiden matkojen ”säästämisen” esimerkiksi kesäkuukausilta talvea varten.

Kyselyn ja haastattelun tulosten perusteella voitiin todeta, että liikuntavammaisten aikuisten kokemusten mukaan saavutettavuus vaikuttaa erittäin paljon kodin ulkopuolisiin vapaa-ajan toimintoihin osallistumiseen joko osallistumista mahdollistavana tai sitä vaikeuttavana tai estävänä tekijänä. Tutkielman tulosta tukee myös toimintaterapeuttinen näkökulma ympäristön ja sen esteiden vaikuttavuudesta ihmisen toimintaan joko sitä mahdollistaen tai estäen (Law 2002, 645-646).

8 POHDINTA

8.1 Eettisyys

Opinnäytetyön kyselyyn vastanneiden anonymiteetistä huolehdittiin mahdollistamalla kyselyn täyttäminen anonymisti. Jokainen kyselyyn vastannut sai vapaaehtoisesti jättää yhteystietonsa haastattelua varten kyselylomakkeen lopussa. Haastateltavien yhteystiedot tulivat vain opinnäytetyön tekijän tietoon ja ne hävitettiin heti haastattelun jälkeen.

Kyselyyn ja haastatteluun valikoitui vastaajia eri puolelta Suomea. Näin oli mahdollista saada monipuolisesti erilaisia kokemuksia saavutettavuuden toteutumisesta. Vastaajien laaja levinneisyys paransi myös vastaajien intymiteettisuoja, sillä on miltei mahdotonta määritellä ketkä yksitoista Suomen liikuntavammaista aikuista olivat kyselyyn vastanneet. Vastaajien ikää, sukupuolta tai asuinpaikkaa ei paljasteta opinnäytetyössä eikä myöskään blogissa. Blogiin valikoituneet kuvattavat kohteet ovat vastaajien kokemusten mukaan valikoituneita, mutta kohteet eivät välttämättä ole kirjaimellisesti asiakkaiden esille nostamia. Esimerkiksi vastaaja on voinut kehua kotipaikkakuntansa kuntosalin esteettömiä oleskelutiloja, jolloin blogiin on etsitty vastaava kohde blogin ylläpitäjälle sopivalla sijainnilla. Tämä on tuotu esille myös blogin esittelyssä.

8.2 Luotettavuus

Kyselyyn vastasi hyvin pieni otos vastaajia, joten tutkielman kaikki tulokset eivät ole yleistettäviä valtakunnallisella tasolla. Tavoitteena oli kerätä vastaajien kokemuksia ja siihen otos oli riittävä.

Tutkielma ei ole täysin toistettavissa, sillä kohderyhmä on hyvin laaja ja muun muassa kyselyn avointa linkkiä oli myös yksittäisten vastaajien mahdollista jakaa ja levittää eteenpäin. Toistettavuus olisi parantunut, mikäli kohderyhmää olisi rajattu enemmän tai kysely olisi toteutettuna suljettuna kyselynä, jolloin

mahdollisia vastaajia olisi lähestytty esimerkiksi sähköpostitse. Laajemmassa mittakaavassa ja avoimena kyselynä toteutettuna tutkielmaan oli kuitenkin mahdollista saada monipuolisemmin vastauksia, koska kohderyhmää ei valikoitu tarkasti etukäteen. Kyselyn laaja levittäminen ja etäisempi ote saattoivat vähentää vastaajien määrää, kun vastaajille ei luotu paineita kyselyyn vastaamisesta.

Tutkielman luotettavuutta voidaan tarkastella myös siirrettävyyden näkökulmasta. Siirrettävyys tarkoittaa sitä, että tutkielmasta voidaan saada samanlaisia tutkimustuloksia, vaikka tutkielma toistettaisiin erilaisessa toimintaympäristössä. (Eskola & Suoranta 1998, 66-68.) Tämä tutkielma ei ole täysin siirrettävissä, sillä vastaajista on intymiteettisuojan vuoksi saatu ja kerrottu hyvin vähän tietoa. Toisaalta tutkielman kokemuksellisen luonteen vuoksi kyselyn ja haastattelujen vastaajien henkilökohtaiset ominaisuudet eivät ole olennaista tietoa.

Haastattelumenetelmien vaihtelu asetti vastaajat eriarvoiseen asemaan, sillä vain henkilökohtaisesti toteutetussa haastattelussa oli mahdollista hyödyntää myös sanatonta viestintää haastattelijan ja vastaajan välillä. Tutkielman luotettavuus ja toistettavuus kärsi haastattelun vastauksien eriarvoisuudesta. Toisaalta vastaajat kokivat tärkeäksi ja positiiviseksi sen, että saivat itse valita haastattelumenetelmänsä, joten tässä asiassa asiakaslähtöisyys koettiin tärkeimpänä kriteerinä.

Opinnäytetyön tekijällä oli opinnäytetyöprosessin alussa ennako-oletuksia tutkielman tuloksesta: tekijä oletti, että kyselyn ja haastattelujen vastaajilla olisi hyvin vähän positiivisia ja paljon negatiivisia kokemuksia saavutettavuuden toteutumisesta. Opinnäytetyöprosessin aikana tekijä tiedosti omia ennako-odotuksiaan tutkielman tuloksiin nähden, mutta pyrki tietoisesti välttämään niiden vaikutusta tutkielman aineiston analysointiin ja tulkintaan.

8.3 Opinnäytetyö prosessina

Prosessina opinnäytetyön tekeminen oli opettavainen ja haastava kokemus. Prosessin aikana haastavaksi muodostui erityisesti aiheen rajaaminen sekä rajauksessa pysyminen. Työn suunnitelma muuttui aluksi monta kertaa aiheen ja menetelmien rajaamisen ongelmien vuoksi. Tämä vei prosessilta resursseja ja tekijältä voimavaroja keskittyä pääasiaan eli tutkielman tekemiseen. Läpi koko prosessin haasteita tuotti myös kirjoitettavan tekstin tieteellinen luonne, jonka tuottamisesta tekijällä on vain vähän kokemusta.

Prosessin opettavaisin osa oli kyselyn ja haastattelujen vastausten analysointi sekä itse haastatteluiden tekeminen. Vastauksissa toistuvien kokemusten yleisyys oli tekijälle yllätys. Positiivisessa mielessä yllätys liittyi vastaajien hyviin kokemuksiin ilmapiiristä sekä muiden ihmisten suhtautumisesta ja negatiivisessa mielessä tekijä taas yllättyi siitä, kuinka laajoja vaikutuksia kuljetuspalveluiden niukkuus voi aiheuttaa.

Aineistonkeruussa käytetty kyselyn ja haastattelujen muodostama menetelmätriangulaatio toi tutkielman tekemiseen haasteita, mutta myös vahvuuksia. Haasteena oli luoda kaksi erilaista lomaketta, joilla haettiin vastausta samoihin tutkimuskysymyksiin niin, että toistoa tulisi mahdollisimman vähän. Pelkän kyselyn vastaukset olivat huomattavasti odotettua laajempia, joten laajemmassa mittakaavassa ja pidemmällä aikavälillä toteutettu kysely olisi mahdollisesti tuottanut tarvittavan tiedon myös ilman haastatteluja. Näin pienellä tutkimusjoukolla tekijä koki kuitenkin tarpeelliseksi vahvistaa kyselyssä esiin tulleita kokemuksia myös haastatteluiden avulla. Kyselyn avulla pystyttiin valikoimaan haastatteluun juuri vastakkaisia (eli erittäin hyviä ja/tai erittäin huonoja) kokemuksia omaavat asiakkaat. Toisaalta laajemmilla työresursseilla olisi ollut mielenkiintoista saada kokemuksia myös niiltä kohderyhmään kuuluvilta ihmisiltä, joilla oli melko hyviä, melko huonoja tai keskivertaisia (eli ei hyviä eikä huonoja) kokemuksia.

Haastattelun apukysymykset tulivat suoraan OPHI-II –haastattelulomakkeen kysymyksistä. OPHI-II on puolistrukturoitu arviointimenetelmä, joten kysymysten

voidaan olettaa olevan johdattelemattomia. Kyselyn lomakkeen asettelua olisi voinut miettiä vielä tarkemmin, jotta olisi saatu mukaan myös COPM-haastatteluun kuuluva mielekkäiden toimintojen asettaminen tärkeysjärjestykseen. Toisaalta tekijä pyrki tekemään kyselyn lomakkeesta mahdollisimman selkeän, jotta vastaajan olisi mahdollista täyttää se myös ilman toimintaterapeuttia.

Opinnäytetyössä käsiteltiin kodin ulkopuolisten vapaa-ajan toimintojen saavutettavuutta liikuntavammaisten aikuisten näkökulmasta. Saavutettavuutta voisi kuitenkin tutkia myös laajemmassa mittakaavassa ja eri käyttäjäryhmien kokemana tai vaihtoehtoisesti vielä tarkemmin rajattuna kokonaisuutena, esimerkiksi aiheena voisi olla liikunnallisten harrasteiden saavutettavuus 20-25 -vuotiaiden selkäydinvammautuneiden asiakkaiden näkökulmasta. Lisäksi saavutettavuuden ongelmien vaikutuksiin voisi pureutua syvällisemmin ottamalla näkökulmaksi esimerkiksi osallistumisen haasteiden aiheuttamat psyykkiset ongelmat. Alussa oli tarkoitus järjestää opinnäytetyön tulosten pohjalta kiertävä valokuvanäyttely konkretisoimaan saavutettavuutta ja sitä tukevia ratkaisuja. Resurssien vähyyden vuoksi näyttely toteutuu tämän opinnäytetyön osalta blogin muodossa, mutta jatkossa fyysinen näyttelykin olisi varmasti kaivattu ja tarpeellinen.

Tutkittua tietoa asiakkaiden kokemuksista näiden aihealueiden sisällä löytyy vain vähän Suomesta. Kansainvälisiä tutkimuksia esimerkiksi vammaisten osallistumisesta vapaa-ajan toimintoihin on tehty paljon, mutta suurimmassa osassa niistä kohderyhmä oli liian laaja (tutkittu kaikkien vammaisten osallistumista, jolloin liikuntavammaiset olivat vain pieni osa tutkimukseen osallistujista). Lisäksi kansainvälisistä tutkimuksista oli pääsääntöisesti mahdollista saada ilmaiseksi luettavaksi vain tiivistelmä. Toisaalta opinnäytetyössä käsiteltiin suomalaisten liikuntavammaisten kokemuksia Suomen olosuhteissa, joten kansainvälinen vertailu ei ollut tutkielman tavoitteena.

Todellisten käyttäjäkokemusten kuuleminen ja hyödyntäminen on ensiarvoisen tärkeää saavutettavampaa yhteiskuntaa suunniteltaessa, jotta saavutettavuus

olisi muutakin kuin vain sana paperilla. Uskon opinnäytetyön tuoman tiedon levittämisen olevan arvokasta saavutettavampia ja asiakaslähtöisiä vapaa-ajan palveluita suunniteltaessa.

LÄHTEET

Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.

Haarni, I. 2006. Keskeneneräistä yhdenvertaisuutta, Vammaisten henkilöiden hyvinvointi ja elinolot Suomessa tutkimustiedon valossa. Stakes, raportteja 6/2006. Helsinki.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2001. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Helsinki University Press.

Hirsjärvi, S.; Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. painos. Hämeenlinna: Kariston kirjapaino Oy.

Hurnasti, T. 2005. Lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälineet ja päivittäiset toiminnot: Terveystieteiden laitoksen kuntoutuksen ammattihenkilöiden käsitykset näistä lääkitämisessä kuntoutuksessa annetun asetuksen termeistä. Toimintaterapian pro gradu-tutkielma. Terveystieteiden laitos. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Invalidiliitto Ry 2010a. Kulkuväylät. Viitattu 15.12.2014. www.esteeton.fi > tieto-osio > kulkuväylät

Invalidiliitto Ry 2010b. Mitä on esteettömyys? Viitattu 03.12.2012. www.esteeton.fi > tieto-osio > esteettömyys

Juvalta, S.; Post, M.; Reinhardt, J. & Ruoranen, K. 2014. Participation and integration from perspective of persons with spinal cord injury from five European countries. Journal of rehabilitation medicine. Epub ahead of print 14.11.2014. Viitattu 05.12.2014. <http://www.medicaljournals.se/jrm/content/?doi=10.2340/16501977-1911&html=1>

Kynnys ry 2013. Kynnys ry juhlii: 40 vuotta vammaisten oikeuksien puolesta! Viitattu 02.12.2013. <http://www.kynnys.fi/>

Kynnys ry 2011. VIKE- Vammaisten ihmisoikeuskeskus. Viitattu 11.08.2014. <http://www.kynnys.fi> > VIKE

Könkkölä, K. 2013. Pitääkö joka paikkaan päästä? Teoksessa Laitinen, M. (toim.) Miksi joka paikkaan pitää päästä. Vantaa: Kansanvalistusseura, 16-19.

Law, M. 2002. Participation in the occupations of the everyday life. Distinguished scholar lecture. American Journal of Occupational Therapy 56, 640-649.

Law, M.; Babbitt, S.; Carswell, A.; McColl, M.; Polatajko, H. & Pollock, N. 2005. Canadian Occupational Performance Measure. 4. painos. Ottawa: CAOT Publications ACE.

Law, M.; Polatajko, H.; Baptiste, S. & Townsend E. 2002. Core Concepts of Occupational Therapy. Kirjassa Townsend (toim.) Enabling Occupation: An occupational therapy perspective. Ottawa: CAOT Publications ACE.

Malm, M.; Matero, M.; Repo, M. & Talvela, E. 2012. Esteistä mahdollisuuksiin. Vammaistyön perusteet. 1-3. painos. Helsinki: Sanoma Pro.

MOHO web 2014. OPHI-II. Viitattu 12.08.2014. <http://www.cade.uic.edu/moho/default.aspx> > products > OPHI-II

Opetus- ja kulttuuriministeriö 2014. Kulttuurin saavutettavuus. Viitattu 11.08.2014. www.minedu.fi/OPM > kulttuuri > Monikulttuurisuus ja kulttuurin saavutettavuus > Kulttuurin saavutettavuus.

Pagán-Rodríguez, R. 2014. How do disabled individuals spend their leisure time? Disability and Health Journal Volume 7, issue 2, April/2014, 196-205.

Polatajko, H.; Davis, J.; Stewart, D.; Cantin, N.; Amoroso, B.; Purdie, L. & Zimmermann, D. 2007. Specifying the domain of concern: Occupation as core. Kirjassa Townsend & Polatajko (toim.) Enabling Occupation II. Ottawa: CAOT Publications ACE.

Sisäasianministeriö 2013. Yhdenvertaisuus etusijalle-hanke. Viitattu 05.12.2013. www.yhdenvertaisuus.fi > yhdenvertaisuus

Sosiaali- ja terveysministeriö 2013a. Osallisuuden edistäminen. Viitattu 05.12.2013. <http://www.stm.fi> > hyvinvoinnin edistäminen>osallisuuden edistäminen

Sosiaali- ja terveysministeriö 2013b. Syrjäytymistä, köyhyyttä ja terveysongelmia vähentävä poikkihallinnollinen toimenpideohjelma. Viitattu 04.12.2013. <http://www.stm.fi> > vireillä > kehittämisohjelmat ja -hankkeet > syrjäytymisen ehkäisy

Suomen perustuslaki 11.6.1999/731

Suomen Toimintaterapeuttiliitto Oy 2011. toimintaterapeuttien ammattieettiset ohjeet. Viitattu 11.08.2014. <http://www.toimintaterapeuttiliitto.fi> > Uutiset > Päivitetyt ammattieettiset ohjeet.

Suomen Toimintaterapeuttiliitto Oy 2012. Toimintaterapia. Viitattu 11.08.2014. <http://www.toimintaterapeuttiliitto.fi> > Toimintaterapia.

Tervahartiala, A. 2013. Esteettömyys on ajatusmalli. Vammaisurheilu ja liikunta 4/2013, 10-12.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Samalla viivalla: Kysely ympäristön saavutettavuuden vaikutuksista liikuntavamman aikuisen kodin ulkopuolisiin vapaa-ajan toimintoihin

Hei!

Olen viimeisen vuoden toimintaterapeutti-opiskelija Turun ammattikorkeakoulusta. Teen opinnäytetyöni osana tutkimusta kodin ulkopuolisista vapaa-ajan toiminnoista sekä siitä, miten näiden toimintojen saavutettavuus vaikuttaa osallistumiseen silloin, kun osallistujalla on haasteita tai rajoitteita liikuntakyvyssä.

Hyvä saavutettavuus mahdollistaa toimintaan osallistumisen jokaiselle, yksilöllisistä ominaisuuksista riippumatta.

Käsitteenä "saavutettavuus" on laaja yläkäsite, johon sisältyy muun muassa ympäristön esteettömyys, ihmisten yhdenvertainen kohtelu sekä kohteiden ja palveluiden saatavuus. Tässä kyselyssä tarkastellaan kodin ulkopuolisten vapaa-ajan toimintojen saavutettavuutta. Vapaa-ajan toimintojen avulla ihminen rentoutuu, saa nautintoa sekä palautuu päivän rasituksista.

Tutkimukseen sisältyy kaksi vaihetta, joista tämä kysely on ensimmäinen.

Tutkimuksen toisessa vaiheessa kyselyn perusteella tehdään tarkentavana osana haastatteluita. Jätättehan yhteystietonne minulle kyselyn lopussa, mikäli olisitte halukas osallistumaan myös haastatteluun. Sekä kyselyyn- että haastatteluun osallistuvien anonymiteetti säilytetään.

Kiitos vastauksistasi!

Toimintaterapeuttiopiskelija

Elisa Jalonen

Turun ammattikorkeakoulu

1. Nimetkää yhdestä viiteen(1-5) eniten itseänne kiinnostavaa kodin ulkopuolista vapaa-ajan toimintoa. Toiminnot voivat olla myös sellaisia, joita ette harrasta tällä hetkellä. *

1

2

3

4

5

2. Arvioikaa osallistumismahdollisuuksianne kysymyksessä 1 nimeämiinne toimintoihin arvosanoilla 0-6 seuraavan asteikon mukaan *

0 En pysty osallistumaan tähän toimintaan.

1 Pystyn osallistumaan tähän toimintaan harvoin.

2 Pystyn osallistumaan tähän toimintaan melko harvoin.

3 Pystyn osallistumaan tähän toimintaan melko usein, mutta en niin usein kun haluaisin.

4 Pystyn osallistumaan tähän toimintaan usein.

5 Pystyn osallistumaan tähän toimintaan aina kun haluan

6 En osaa sanoa

Toiminto

1:



Toiminto 2:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Toiminto 3:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Toiminto 4:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Toiminto 5:	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

3. Millaisia hyviä kokemuksia teillä on kodin ulkopuolisten vapaa-ajan toimintojen saavutettavuudesta?



4. Millaisia huonoja kokemuksia teillä on kodin ulkopuolisten vapaa-ajan toimintojen saavutettavuudesta?



5. Miten koette kodin ulkopuolisten vapaa-ajan toimintojen saavutettavuuden vaikuttaneen mahdollisuuksinne osallistua haluamiinne ja teitä kiinnostaviin toimintoihin?

An empty rectangular text area with a light gray background and a thin black border. It features a vertical scrollbar on the right side and a horizontal scrollbar at the bottom, both with standard arrow and track icons.

6. Kertokaa vapaasti muista saavutettavuuteen liittyvistä ajatuksistanne tai kokemuksistanne

An empty rectangular text area with a light gray background and a thin black border. It features a vertical scrollbar on the right side and a horizontal scrollbar at the bottom, both with standard arrow and track icons.

7. Yhteystietonne mahdollista haastattelua varten:

Etunimi	<input type="text"/>
Sukunimi	<input type="text"/>
Matkapuhelin	<input type="text"/>
Sähköposti	<input type="text"/>
Postitoimipaikka	<input type="text"/>

A small, solid gray rectangular box positioned below the 'Lähetä' button.

Kiitoskirjelmä:

Kyselyni ”Samalla viivalla –Kysely ympäristön saavutettavuuden vaikutuksista liikuntavammaisen aikuisen kodin ulkopuolisiin vapaa-ajan toimintoihin” on nyt päättynyt. Kiitos paljon kaikille vastaajille! Ystävällisin terveisin toimintaterapeuttiopiskelija Elisa Jalonen Turun ammattikorkeakoulusta.

Samalla viivalla-tarkentava haastattelu:

Vastaa jokaiseen kysymykseen tämän hetkisen kokemuksesi mukaan. Varsinaisen kysymyksen jälkeen on sulkeissa apukysymyksiä kyseiseen kohtaan.

1. Miten vietät vapaa-aikaasi ja rentoudut?

(Jos haluat, voit myös kuvailla tapahtuman, josta käy ilmi millaisessa ympäristössä ja ilmapiirissä vietät vapaa-aikaasi.)

2. Kuvaile vapaa-ajan viettopaikkojasi:

(-Missä vietät vapaa-aikaasi?

-Millaista siellä on olla?

-Onko sinun mahdollista päästä sinne silloin kun haluat?

-Koetko nämä paikat turvallisiksi?

-Koetko nämä paikat saavutettaviksi?)

3. Kuvaile vapaa-ajan viettopaikkojesi ilmapiiriä

(-Pidätkö ilmapiiristä vapaa-ajan viettopaikoissasi?

-koetko saavasi tarpeeksi yksityisyyttä näissä paikoissa?

-koetko ilmapiirin tukea antavaksi ja hyväksyväksi?)

4. Koetko, että sinulla on riittävästi paikkoja, joissa voit viettää vapaa-aikaasi ja rentoutua ja joihin pääset niin usein kun haluat?

5. Haluaisitko muuttaa jotain vapaa-ajan vietossasi? Jos vastaat kyllä, niin mitä?

6. Jos saisit täysin vapaasti muuttaa vapaa-ajan viettopaikkoja sekä niihin liikkumista niin millaisia muutoksia tekisit?

Kiitos paljon vastauksistasi!