

Kotihoidon kyselyn sisällön avaaminen asiakkaalle – tukimateriaali vastaamisessa avustavalle henkilölle

Ohjeeksi tukihenkilölle:

Tämän ohjeen avulla voit tukea asiakasta kyselyyn vastaamisessa. Ohjeessa on esimerkkejä, miten voit käydä kysymykset läpi asiakkaan kanssa. Pidä ohjeen rinnalla paperinen tai sähköinen kysely, jotta asiakas voi vastata siihen. Jos jokin kysymys tuntuu asiakkaasta hankalalta, voit avata keskustelua apukysymysten avulla. Löydät ne tästä ohjeesta aina kysymysten jälkeen. Kun keskustelu on käyty, palaa lopuksi asiakaskyselyn varsinaisiin kysymyksiin, jotta vastaukset tulevat kirjattua oikein.

KYSELYYN VASTAAMINEN

- Valitse jokaisen kysymyksen kohdalla yksi vaihtoehto. Kyselyssä ei ole pakollisia kysymyksiä. Voit antaa vastauksen niihin kysymyksiin, joihin haluat tai jaksat vastata.
- Osassa kysymyksistä vastaamisen tukena ovat hymiöt.

1. Miten vastaat kyselyn?

1. Miten vastaat kyselyyn?

Ohje: valitse yksi vaihtoehto.

- ☐ Itsenäisesti ilman muiden apua
- ☐ Läheisen kanssa
- ☐ Tutun hoitajan kanssa
- ☐ Muun hoitajan tai avustajan kanssa
- ☐ Kysymyksiin vastasi asiakkaan luvalla läheinen

Ohje: läheinen vastaa kysymyksiin
asiakkaan mielipiteen mukaan.

- Ensimmäiseksi Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL) kysyy taustatietona, miten vastaat kyselyyn. Tämän avulla THL saa tietoa, ketkä ovat auttaneet asiakkaita vastaamisessa ja miten usein asiakkaat tarvitsevat apua.
- Voit vastata kyselyyn itse, ilman muiden apua tai yhdessä jonkun kanssa. Vastaamisessa sinua voi auttaa oma läheisesi, tuttu hoitaja tai muu hoitaja tai avustaja.
- Sinun puolestasi kyselyyn voi vastata myös läheisesi, jos olet antanut hänelle siihen luvan. Läheisen on tunnettava arkesi palveluissa, jotta hän voi vastata kyselyyn puolestasi.

PALVELU JA AVUN SAAMINEN

2. Kuinka todennäköisesti suosittelisit saamaasi palvelua läheisellesi?

2. Kuinka todennäköisesti suosittelisit saamaasi palvelua läheisellesi?

Ohje: valitse sopiva numero väliltä 0–10.
0 tarkoittaa, että et suosittelisi palvelua ollenkaan.
10 tarkoittaa, että suosittelisit palvelua lämpimästi.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
En suosittelisi										Suosittelisin lämpimästi

- Toinen kysymys. Siinä kysytään, suosittelisitko saamasi palvelua eli kotihoitoa läheisellesi. Vastaa kysymykseen sen mukaan, suosittelisitko palvelua siinä tilanteessa, jos läheiselläsi olisi samanlainen tarve kotihoidolle kuin sinulla on.
- Pohdi palvelun suosittelua sen avulla, millainen kokonaiskuva sinulle on muodostunut kotihoidosta. Oletko siihen tyytyväinen? Voisitko suositella kotihoitoa kokonaisuudessaan?
- Pohdi kaikkea, mitä olet kokenut kotihoidon asiakkaana. Oletko ollut tyytyväinen palveluun? Suosittelisitko palvelua muille?
- Arvioi palvelun suosittelua asteikolla 0–10. 0 on matalin arvosana, ja se tarkoittaa, ettet voi suositella palvelua. 10 on korkein arvosana, ja se tarkoittaa, että suosittelisit lämpimästi saamaasi palvelua. Valitse siis sopiva numero nollan ja kymmenen väliltä.

Apukysymykset tukihenkilölle:

- Millaista kotihoidon palvelua olet mielestäsi saanut? Onko kotihoito vastannut odotuksiasi? Mitä hyvään kotihoitoon sinusta kuuluu? Mikä saisi sinut kehua tai suosittelemaan kotihoitoa läheisellesi?

3. Toiveitani otetaan huomioon hoivassa ja palvelussa

3. Toiveitani otetaan huomioon hoivassa ja palvelussa.

				
Täysin eri mieltä	Melko eri mieltä	Ei samaa eikä eri mieltä	Melko samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
☐	☐	☐	☐	☐

- Kolmas kysymys. Siinä kysytään, miten sinun toiveitasi huomioidaan hoivassa ja palvelussa. Saat kotihoidosta palvelua, jolloin on tärkeää, että voisit kertoa omista toiveistasi ja että toiveitasi kuunneltaisiin.
- Toiveet voivat olla pieniä tai suuria. Ne voivat liittyä esimerkiksi arkielämääsi, jotta voit elää omannäköistä elämää. Sinulla voi myös olla toiveita, miten kotihoidon käynnillä toimitaan tai miten tietyt hoitotoimenpiteet tehdään.
- Vastausvaihtoehtoja on viisi. Valitse sopivin seuraavista:
 - ✓ **Täysin eri mieltä** on kielteisin vastausvaihtoehto. Se tarkoittaa, että toiveitasi on huomioitu heikosti kotihoidossa.
 - ✓ **Melko eri mieltä** tarkoittaa, että toiveitasi on huomioitu melko heikosti kotihoidossa.
 - ✓ **Ei samaa eikä eri mieltä** tarkoittaa, että et löydä sopivaa vastausvaihtoehtoa. Olet osin tyytyväinen, mutta myös osin tyytymätön siihen, miten toiveesi on huomioitu kotihoidossa.
 - ✓ **Melko samaa mieltä** tarkoittaa, että toiveitasi on huomioitu melko hyvin kotihoidossa.
 - ✓ **Täysin samaa mieltä** on myönteisin vastausvaihtoehto. Se tarkoittaa, että toiveitasi on huomioitu hyvin kotihoidossa.

Apukysymykset tukihenkilölle:

Oletko kertonut omista toiveistasi henkilökunnalle? Millaisia toiveita sinulla on ollut?
Onko toiveesi huomioitu?

4. Saan tarpeeksi apua ja palvelua

4. Saan tarpeeksi apua ja palvelua.

				
Täysin eri mieltä	Melko eri mieltä	Ei samaa eikä eri mieltä	Melko samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
☐	☐	☐	☐	☐

- Neljäs kysymys. Siinä kysytään, saatko tarpeeksi apua ja palvelua. On tärkeää tietää, saatko kotihoidosta apua sen verran kuin koet sitä itse tarvitsevasi.
- Kotihoidosta saat apua ja palvelua arjen tueksi. Voit arvioida avun riittävyyttä pohtimalla, saatko kotihoitokäynnillä apua niihin asioihin, joissa tarvitset tukea. Pohdi myös, onko käyntejä sopivasti ja riittävän usein. Lisäksi mieti, onko kotihoito sinun tarpeisiisi sopiva palvelu.
- Vastausvaihtoehtoja on viisi. Valitse sopivin seuraavista:
 - ✓ **Täysin eri mieltä** on kielteisin vastausvaihtoehto. Se tarkoittaa, että koet saamasi avun ja palvelun riittävyyden heikoksi kotihoidossa.
 - ✓ **Melko eri mieltä** tarkoittaa, että koet saamasi avun ja palvelun riittävyyden melko heikoksi kotihoidossa.
 - ✓ **Ei samaa eikä eri mieltä** tarkoittaa, että et löydä sopivaa vastausvaihtoehtoa. Olet osin tyytyväinen, mutta myös osin tyytymätön kotihoidon avun ja palvelun riittävyyteen.
 - ✓ **Melko samaa mieltä** tarkoittaa, että koet saamasi avun ja palvelun riittävyyden melko hyväksi kotihoidossa.
 - ✓ **Täysin samaa mieltä** on myönteisin vastausvaihtoehto. Se tarkoittaa, että koet saamasi avun ja palvelun riittävyyden hyväksi kotihoidossa.

Apukysymykset tukihenkilölle:

Mihin asioihin tarvitset apua kotihoidolta? Oletko saanut näihin mielestäsi riittävästi apua? Saatko mielestäsi kotihoidolta tarpeeksi apua, jotta asuminen kotona onnistuu?

5. Hoitajilla on tarpeeksi aikaa minulle

5. Hoitajilla on tarpeeksi aikaa minulle.

				
Täysin eri mieltä	Melko eri mieltä	Ei samaa eikä eri mieltä	Melko samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
☐	☐	☐	☐	☐

- Viides kysymys. Siinä kysytään hoitajien ajan riittävydestä sinulle. Voit esimerkiksi miettiä, onko kotihoidon hoitajien käynti ollut sopivan pituinen ja oletteko ehtineet viettää riittävästi aikaa yhdessä hoitajien kanssa.
- Kotihoidon käyntiin voi kuulua esimerkiksi kuulumisten vaihtamista ja sinun asioittesi läpikäyntiä hoitotoimenpiteiden ohessa. Tärkeää on, että voitte kohdata rauhassa ja että sinulla on tilaa kertoa omista ajatuksistasi.
- Vastausvaihtoehtoja on viisi. Valitse sopivin seuraavista:
 - ✓ **Täysin eri mieltä** on kielteisin vastausvaihtoehto. Se tarkoittaa, että koet hoitajien ajan riittävyys heikoksi kotihoidossa.
 - ✓ **Melko eri mieltä** tarkoittaa, että koet hoitajien ajan riittävyys melko heikoksi kotihoidossa.
 - ✓ **Ei samaa eikä eri mieltä** tarkoittaa, että et löydä sopivaa vastausvaihtoehtoa. Olet osin tyytyväinen, mutta myös osin tyytymätön kotihoidon hoitajien ajan riittävyys.
 - ✓ **Melko samaa mieltä** tarkoittaa, että koet hoitajien ajan riittävyys melko hyväksi kotihoidossa.
 - ✓ **Täysin samaa mieltä** on myönteisin vastausvaihtoehto. Se tarkoittaa, että koet hoitajien ajan riittävyys hyväksi kotihoidossa.

Apukysymykset tukihenkilölle:

Mitä toivot yhteiseltä ajalta kotihoidon hoitajan tai työntekijän kanssa? Mitä olette tehneet tai minkälaisista asioista olette jutelleet kotihoitokäynnillä? Onko hoitajilla ollut riittävästi aikaa viettää sinun kanssasi tai sinun auttamiseesi? Vai tuntuuko sinusta, että hoitajilla on liian kiire, jolloin heillä ei ole riittävästi aikaa sinulle.

6. Rahani riittävät palveluihin, joita tarvitsen

6. Rahani riittävät palveluihin, joita tarvitsen.

Ohje: palveluilla tarkoitetaan sosiaali- ja terveydenhuollon palveluita, kuten kotihoitoa, siivous- ja ateriapalveluja, turva- ja kuljetuspalveluja sekä lääkärikäyntejä.

				
Täysin eri mieltä	Melko eri mieltä	Ei samaa eikä eri mieltä	Melko samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
☐	☐	☐	☐	☐

- Kuudes kysymys. Siinä kysytään, miten koet rahojesi riittävän palveluihin, joita tarvitset. Tämän avulla THL saa tietoa, riittävätkö kotihoidon asiakkaiden rahat tärkeisiin palveluihin. Vai joutuvatko asiakkaat karsimaan tärkeistä palveluista sen vuoksi, että rahat eivät niihin riitä.
- Sinun ei tarvitse kertoa tarkemmin toimeentulostasi. Palveluilla tarkoitetaan sosiaali- ja terveydenhuollon palveluita, esimerkiksi kotihoitoa ja lääkärikäyntejä. Riittävätkö rahasi näihin palveluihin?
- Vastausvaihtoehtoja on viisi. Valitse sopivin seuraavista:
 - ✓ **Täysin eri mieltä** on kielteisin vastausvaihtoehto. Se tarkoittaa, että koet rahojesi riittävyyden heikoksi tarvitsemiisi palveluihin.
 - ✓ **Melko eri mieltä** tarkoittaa, että koet rahojesi riittävyyden melko heikoksi tarvitsemiisi palveluihin.
 - ✓ **Ei samaa eikä eri mieltä** tarkoittaa, että et löydä sopivaa vastausvaihtoehtoa. Olet osin tyytyväinen, mutta myös osin tyytymätön siihen, miten rahasi riittävät palveluihin.
 - ✓ **Melko samaa mieltä** tarkoittaa, että koet rahojesi riittävyyden melko hyväksi tarvitsemiisi palveluihin.
 - ✓ **Täysin samaa mieltä** on myönteisin vastausvaihtoehto. Se tarkoittaa, että koet rahojesi riittävän hyvin tarvitsemiisi palveluihin.

Apukysymykset tukihenkilölle:

Mitkä sosiaali- ja terveydenhuollonpalvelut ovat olleet sinulle tarpeellisia viime aikoina? Ovatko rahasi riittäneet palveluihin, joita tarvitset? Vai onko sinulla jäänyt saamatta palveluita sen vuoksi, ettei sinulla ole varaa maksaa niistä? Koetko, että rahasi riittävät esimerkiksi kotihoidon, kuljetuspalvelujen ja lääkärikäyntien maksuihin?

TURVALLISUUS

7. Minulla on turvallinen olo

7. Minulla on turvallinen olo.
Ohje: valitse yksi vaihtoehto.

				
Täysin eri mieltä	Melko eri mieltä	Ei samaa eikä eri mieltä	Melko samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
☐	☐	☐	☐	☐

- Seitsemäs kysymys. Siinä kysytään, koetko olosi turvalliseksi. On tärkeää, että asiakkaat kokisivat olonsa turvalliseksi kotona asuessaan.
- Pohdi, mitkä tekijät tuottavat sinulle turvallisuutta ja mitkä turvattomuutta. Turvallinen olo voi muodostua monesta asiasta. Turvallisuutta voi kokea esimerkiksi siitä, että ympärillä on luotettavia ihmisiä ja apua saa tarpeen mukaan. Turvattomuutta voi kokea esimerkiksi siitä, että asuu yksin ja avuntarve on kasvanut.
- Vastausvaihtoehtoja on viisi. Valitse sopivin seuraavista:
 - ✓ **Täysin eri mieltä** on kielteisin vastausvaihtoehto. Se tarkoittaa, että koet olosi turvattomaksi.
 - ✓ **Melko eri mieltä** tarkoittaa, että koet olosi melko turvattomaksi.
 - ✓ **Ei samaa eikä eri mieltä** tarkoittaa, että et löydä sopivaa vastausvaihtoehtoa. Olet osin tyytyväinen, mutta myös osin tyytymätön siihen, miten turvalliseksi koet olosi.
 - ✓ **Melko samaa mieltä** tarkoittaa, että koet olosi melko turvalliseksi.
 - ✓ **Täysin samaa mieltä** on myönteisin vastausvaihtoehto. Se tarkoittaa, että koet olosi turvalliseksi.

Apukysymykset tukihenkilölle:

Onko sinulla turvallinen olo kotonasi ja kun kotihoito käy luonasi? Koetko olosi joskus turvattomaksi, ja mistä se johtuu?

VIRKISTYS JA ULKOILU

8. Minulle on tarjolla tarpeeksi sellaista virkistystoimintaa, josta pidän

8. Minulle on tarjolla tarpeeksi sellaista virkistystoimintaa, josta pidän.

Ohje: esimerkiksi päiväkeskustoiminta, ohjattu liikunta, ryhmätoiminta tai ystävätoiminta.

				
Täysin eri mieltä	Melko eri mieltä	Ei samaa eikä eri mieltä	Melko samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
☐	☐	☐	☐	☐

- Kahdeksas kysymys. Siinä kysytään, onko sinulle tarjolla riittävästi virkistystoimintaa, joka on sinulle mieluista.
- Virkistystoiminnalla tarkoitetaan esimerkiksi päivätoimintaa, liikuntaa, ryhmätoimintaa tai ystävätoimintaa. Tällä kysymyksellä halutaan tietää, onko virkistystoimintaa sinulle saatavissa, onko sitä sen verran kuin haluaisit ja onko se sinulle mieluista.
- Vastausvaihtoehtoja on viisi. Valitse sopivin seuraavista:
 - ✓ **Täysin eri mieltä** on kielteisin vastausvaihtoehto. Se tarkoittaa, että sinulle on heikosti tarjolla mieluista virkistystoimintaa.
 - ✓ **Melko eri mieltä** tarkoittaa, että sinulle on melko heikosti tarjolla mieluista virkistystoimintaa.
 - ✓ **Ei samaa eikä eri mieltä** tarkoittaa, että et löydä sopivaa vastausvaihtoehtoa. Olet osin tyytyväinen, mutta myös osin tyytymätön virkistystoimintaan.
 - ✓ **Melko samaa mieltä** tarkoittaa, että sinulle on melko hyvin tarjolla mieluista virkistystoimintaa.
 - ✓ **Täysin samaa mieltä** on myönteisin vastausvaihtoehto. Se tarkoittaa, että sinulle on hyvin tarjolla mieluista virkistystoimintaa.

Apukysymykset tukihenkilölle:

Millaisesta virkistystoiminnasta sinä nautit? Onko tällaista toimintaa sinulle tarjolla?
Käytkö esimerkiksi ryhmätoiminnassa tai harrasteryhmissä?

9. Pääsen ulkoilemaan tarpeeksi usein

9. Pääsen ulkoilemaan tarpeeksi usein.

Ohje: ulkoilu esimerkiksi yksin, läheisen, hoitajan
tai muun avustajan kanssa.

				
Täysin eri mieltä	Melko eri mieltä	Ei samaa eikä eri mieltä	Melko samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
☐	☐	☐	☐	☐

- Yhdeksäs kysymys. Siinä kysytään, koetko pääseväsi ulkoilemaan tarpeeksi usein. Olisi tärkeää, että kotihoidon asiakas pääsisi ulkoilemaan, vaikka hänen toimintakykynsä olisi heikentynyt.
- Ulkoilulla tarkoitetaan kaikkea ulkona liikkumista tai oleskelua. Ulkoilla voi yksin tai yhdessä toisen henkilön kanssa. Toiset haluavat ulkoilemaan useammin kuin toiset. Tässä kysymyksessä halutaan tietää, miten sinä itse koet ulkoilun riittävyyden.
- Vastausvaihtoehtoja on viisi. Valitse sopivin seuraavista:
 - ✓ **Täysin eri mieltä** on kielteisin vastausvaihtoehto. Se tarkoittaa, että sinun on vaikeaa päästä ulkoilemaan riittävästi.
 - ✓ **Melko eri mieltä** tarkoittaa, että sinun on melko vaikeaa päästä ulkoilemaan riittävästi.
 - ✓ **Ei samaa eikä eri mieltä** tarkoittaa, että et löydä sopivaa vastausvaihtoehtoa. Olet osin tyytyväinen, mutta myös osin tyytymätön ulkoilumahdollisuuksiin.
 - ✓ **Melko samaa mieltä** tarkoittaa, että pääset ulkoilemaan melko riittävästi.
 - ✓ **Täysin samaa mieltä** on myönteisin vastausvaihtoehto. Se tarkoittaa, että pääset ulkoilemaan riittävästi.

Apukysymykset tukihenkilölle:

Pidätkö ulkoilusta? Oletko päässyt ulkoilemaan yksin tai toisen henkilön kanssa, kun olet halunnut? Miten usein käyt ulkoilemassa? Haluaisitko päästä ulkoilemaan useammin?

RUOKA JA ATERIAPALVELU

10. Olen tyytyväinen ruokaan ja ateriapalveluun

10. Olen tyytyväinen ruokaan ja ateriapalveluun.

Ohje: valitse yksi vaihtoehto.

Jätä tämä kohta tyhjäksi, jos sinulla ei ole ateriapalvelua.

				
Täysin eri mieltä	Melko eri mieltä	Ei samaa eikä eri mieltä	Melko samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
☐	☐	☐	☐	☐

- Kymmenes kysymys. Siinä kysytään, oletko tyytyväinen ruokaan ja ateriapalveluun. Kotihoidon asiakkaalla voi olla ateriapalvelu käytössä.
- Jos sinulla ei ole ateriapalvelua, jätä kysymykseen vastaamatta.
- Ateriapalvelulla tarkoitetaan kotiin toimitettavaa valmista ateriala, joka tukee kotihoidon asiakkaiden päivittäistä ravitsemusta. Ruokaa ja ateriapalvelua arvioidessasi, voit esimerkiksi miettiä, pidätkö valmisateriaa maistuvana ja laadukkaana ja oletko tyytyväinen aterian toimitukseen.
- Vastausvaihtoehtoja on viisi. Valitse sopivin seuraavista:
 - ✓ **Täysin eri mieltä** on kielteisin vastausvaihtoehto. Se tarkoittaa, että olet tyytymätön ruokaan ja ateriapalveluun.
 - ✓ **Melko eri mieltä** tarkoittaa, että olet melko tyytymätön ruokaan ja ateriapalveluun.
 - ✓ **Ei samaa eikä eri mieltä** tarkoittaa, että et löydä sopivaa vastausvaihtoehtoa. Olet osin tyytyväinen, mutta myös osin tyytymätön ruokaan ja ateriapalveluun.
 - ✓ **Melko samaa mieltä** tarkoittaa, että olet melko tyytyväinen ruokaan ja ateriapalveluun.
 - ✓ **Täysin samaa mieltä** on myönteisin vastausvaihtoehto. Se tarkoittaa, että olet tyytyväinen ruokaan ja ateriapalveluun.

Apukysymykset tukihenkilölle:

Onko sinulla ateriapalvelua käytössä? Pidätkö saamastasi ruoasta ja ateriapalvelusta?
Mikä siinä on hyvää ja missä on parannettavaa?

ETÄKOTIHOITO

11. Olen tyytyväinen hoitajien antamaan etäkotihoitoon

11. Olen tyytyväinen hoitajien antamaan etäkotihoitoon.

Ohje: valitse yksi vaihtoehto.

Jätä tämä kohta tyhjäksi, jos sinulla ei ole etäkotihoitoa.

Etäkotihoidolla tarkoitetaan, että hoitaja on sinuun yhteydessä esimerkiksi kuvapuhelimella tai tablettitietokoneella. Hoitaja voi esimerkiksi kysellä vointiasi ja kuulumisiasi tai muistuttaa lääkkeiden ottamisesta ja ruokailusta.

				
Täysin eri mieltä	Melko eri mieltä	Ei samaa eikä eri mieltä	Melko samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
☐	☐	☐	☐	☐

- Yhdestoista kysymys. Siinä kysytään, oletko tyytyväinen hoitajien antamaan etäkotihoitoon.
- Jos sinulla ei ole käytössä etäkotihoitoa, jätä kysymykseen vastaamatta.
- Etäkotihoidon käynnillä hoitaja ei ole kotonasi, vaan on sinuun yhteydessä etäyhteyden välityksellä. Hoitaja voi esimerkiksi kysellä kuulumisiasi tai muistuttaa ruokailusta ja lääkkeiden ottamisesta. Oletko tyytyväinen saamaasi etäkotihoitoon?
- Vastausvaihtoehtoja on viisi. Valitse sopivin seuraavista:
 - ✓ **Täysin eri mieltä** on kielteisin vastausvaihtoehto. Se tarkoittaa, että olet tyytymätön etäkotihoitoon.
 - ✓ **Melko eri mieltä** tarkoittaa, että olet melko tyytymätön etäkotihoitoon.
 - ✓ **Ei samaa eikä eri mieltä** tarkoittaa, että et löydä sopivaa vastausvaihtoehtoa. Olet osin tyytyväinen, mutta myös osin tyytymätön etäkotihoitoon.
 - ✓ **Melko samaa mieltä** tarkoittaa, että olet melko tyytyväinen etäkotihoitoon.
 - ✓ **Täysin samaa mieltä** on myönteisin vastausvaihtoehto. Se tarkoittaa, että olet tyytyväinen etäkotihoitoon.

Apukysymykset tukihenkilölle:

Oletko ollut yhteydessä kotihoidon hoitajan/työntekijän kanssa esimerkiksi kuvapuhelimella tai tablettitietokoneella? Miltä tämä on sinusta tuntunut? Mitä asioita olette tehneet tai käyneet läpi etäkotihoidon käynnillä?

TYTYVÄISYYS ELÄMÄÄN

12. Olen tyytyväinen nykyiseen elämäni

12. Olen tyytyväinen nykyiseen elämäni.
Ohje: valitse yksi vaihtoehto.

				
Täysin eri mieltä	Melko eri mieltä	Ei samaa eikä eri mieltä	Melko samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
☐	☐	☐	☐	☐

- Kahdestoista kysymys. Siinä kysytään, miten tyytyväinen olet nykyiseen elämääsi. Sinun ei tarvitse kertoa tarkemmin omasta elämästäsi.
- Tyytyväisyys elämään on laaja kysymys. Pohdi, oletko tällä hetkellä tyytyväinen elämääsi kokonaisuutena. Mieti nykyistä arkeasi ja sitä, toteutuvatko toiveesi ja odotuksesi.
- Vastausvaihtoehtoja on viisi. Valitse sopivin seuraavista:
 - ✓ **Täysin eri mieltä** on kielteisin vastausvaihtoehto. Se tarkoittaa, että olet tyytymätön nykyiseen elämääsi.
 - ✓ **Melko eri mieltä** tarkoittaa, että olet melko tyytymätön nykyiseen elämääsi.
 - ✓ **Ei samaa eikä eri mieltä** tarkoittaa, että et löydä sopivaa vastausvaihtoehtoa. Olet osin tyytyväinen, mutta myös osin tyytymätön nykyiseen elämääsi.
 - ✓ **Melko samaa mieltä** tarkoittaa, että olet melko tyytyväinen nykyiseen elämääsi.
 - ✓ **Täysin samaa mieltä** on myönteisin vastausvaihtoehto. Se tarkoittaa, että olet tyytyväinen nykyiseen elämääsi.

Apukysymykset tukihenkilölle:

Koetko olevasi tyytyväinen elämääsi? Mitkä asiat tuovat elämääsi hyvää, mitkä huonoa?

YKSINÄISYYS

13. Kärsitkö yksinäisyydestä?

13. Kärsitkö yksinäisyydestä?

Ohje: valitse yksi vaihtoehto.

- ☐ En koskaan
- ☐ Harvoin
- ☐ Usein
- ☐ Koko ajan

- Kolmastoista kysymys. Siinä kysytään, kärsitkö yksinäisyydestä. Yksinäisyys on tärkeä ja koskettava aihe. Yksin oleminen ei aina tarkoita yksinäisyyttä, vaan sitä voi kokea myös muiden seurassa. Tämän kysymyksen avulla selvitetään, koetko yksinäisyyttä ja tuntuuko se sinusta ikävältä.
- Kysymys on ”Kärsitkö yksinäisyydestä”. Yksinäisyydestä kysytään erilaisella vastausasteikolla. Vastausvaihtoehtoja on neljä: en koskaan, harvoin, usein ja koko ajan. Mikä näistä vastaa parhaiten omaa tuntemustasi yksinäisyydestä ja sitä, onko sinulla ikäviä tuntemuksia yksinäisyydestä?

Apukysymykset tukihenkilölle:

- Oletko sinä yksinäinen? Miltä se sinusta tuntuu? Aiheuttaako yksinäisyys sinussa ikäviä tuntemuksia?

AVOIN PALAUTE

14. Haluatko kertoa jotain muuta saamistasi kotihoidon palveluista?

14. Haluatko kertoa jotain muuta saamistasi kotihoidon palveluista?

Ohje: voit kertoa vapaasti ajatuksesi ja mielipiteesi.

- Viimeinen kysymys. Voit antaa vapaamuotoista palautetta saamistasi kotihoidon palveluista. Voit kertoa omin sanoin mielipiteesi.
- Voit kertoa tarkemmin yhdestä tai useammasta tässä kyselyssä kysytystä asiasta. Halutessasi voit myös antaa palautetta jostakin muusta kotihoitoon liittyvästä aiheesta.
- Kiitos kun vastasit kyselyyn!