**KYSELY PÄIVÄKESKUSTOIMINNAN VAIKUTUKSISTA**

**Merkitse vastauksesi rastilla tai kirjoita se sille varattuun tilaan.**

**Oletko**

[ ]  Asiakas [ ]  Vapaaehtoistyöntekijä [ ] Muu

PERUSTIEDOT:

1. **Sukupuoli**

[ ]  Nainen [ ]  Mies

1. **Ikä**

      vuotta.

1. **Oletko**

[ ]  Opiskelija

[ ]  Työtön

[ ]  Palkkatöissä

[ ]  Työtoiminnassa, palkkatukityössä, työkokeilussa, työharjoittelussa

tai muussa sellaisessa

[ ]  Eläkkeellä tai osa-aikaeläkkeellä

[ ]  Muu tilanne, mikä?

1. **Miten asut?**

[ ]  Tukiasunnossa tai tuetussa asumisessa

[ ]  Tuttavan tai sukulaisen luona

[ ]  Vuokra- tai omistusasunnossa

[ ]  Olen asunnoton

Jokin muu tilanne, mikä?

1. **Kuinka kauan olet käynyt päiväkeskuksessa?**

 vuotta ja       kuukautta.

1. **Kuinka usein tavallisesti käyt päiväkeskuksessa?**

[ ]  Harvemmin kuin kerran viikossa

[ ]  1 – 2 kertaa viikossa

[ ]  3 – 4 kertaa viikossa

[ ]  5 kertaa viikossa tai useammin

RUOKAILU JA ITSESTÄ HUOLEHTIMINEN:

|  |
| --- |
| 1. Arvioi seuraavaa väitettä: **Syön lämpimän ruoan mielestäni riittävän usein.**
 |
| Täysinsamaamieltä4 | Jokseenkin samaamieltä3 | Jokseenkinerimieltä2 | Täysineri mieltä1 | Enosaasanoa0 |
|  [ ]  - - - - - - - [ ]  - - - - - - - [ ]  - - - - - - - [ ]  [ ]  |

1. **Jos et kävisi päiväkeskuksessa, söisitkö lämpimän ruoan yhtä usein?**

 [ ]  En [ ]  Kyllä [ ]  En osaa sanoa

|  |
| --- |
| 1. Arvioi seuraavaa väitettä: **Huolehdin hyvin omasta siisteydestäni ja puhtaudestani.**
 |
| Täysinsamaamieltä4 | Jokseenkin samaamieltä3 | Jokseenkinerimieltä2 | Täysineri mieltä1 | Enosaasanoa0 |
|  [ ]  - - - - - - - [ ]  - - - - - - - [ ]  - - - - - - - [ ]  [ ]  |
|  |

1. Onko päiväkeskuksessa käyminen vaikuttanut kuluneen vuoden aikana siihen**, miten hyvin olet pitänyt huolta omasta siisteydestäsi ja puhtaudestasi?**

[ ]  Ei ole vaikuttanut tilanteeseeni

[ ]  On auttanut pitämään tilanteeni ennallaan

[ ]  On parantanut tilannettani

[ ]  On huonontanut tilannettani

[ ]  En osaa sanoa

PÄIVÄRYTMI:

|  |
| --- |
| 1. Arvioi seuraavaa väitettä: **Saan aamuisin helposti itseni ylös sängystä ja liikkeelle.**
 |
| Täysinsamaamieltä4 | Jokseenkin samaamieltä3 | Jokseenkinerimieltä2 | Täysineri mieltä1 | Enosaasanoa0 |
|  [ ]  - - - - - - - [ ]  - - - - - - - [ ]  - - - - - - - [ ]  [ ]  |

1. Onko päiväkeskuksessa käyminen vaikuttanut kuluneen vuoden aikana siihen**, miten helposti olet saanut aamuisin itsesi ylös sängystä ja liikkeelle?**

[ ]  Ei ole vaikuttanut tilanteeseeni

[ ]  On auttanut pitämään tilanteeni ennallaan

[ ]  On parantanut tilannettani

[ ]  On huonontanut tilannettani

[ ]  En osaa sanoa

ARJEN SUJUVUUS:

1. Arvioi seuraavaa väitettä: **Jaksan hoitaa hyvin päivittäiset askareeni** *(esimerkiksi kodinhoito, kaupassa käynti)*.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| sinsamaamieltä4 | Jokseenkin samaamieltä3 | Jokseenkinerimieltä2 | Täysineri mieltä1 | Enosaasanoa0 |
|  [ ]  - - - - - - - [ ]  - - - - - - - [ ]  - - - - - - - [ ]  [ ]  |

1. Onko päiväkeskuksessa käyminen vaikuttanut kuluneen vuoden aikana siihen**, miten hyvin olet jaksanut hoitaa päivittäiset askareet**

 (esimerkiksi kodinhoito, kaupassa käynti)**?**

[ ]  Ei ole vaikuttanut tilanteeseeni

[ ]  On auttanut pitämään tilanteeni ennallaan

[ ]  On parantanut tilannettani

[ ]  On huonontanut tilannettani

IHMISSUHTEET:

|  |
| --- |
| 1. Arvioi seuraavaa väitettä: **En tunne itseäni yksinäiseksi.**
 |
| Täysinsamaamieltä4 | Jokseenkin samaamieltä3 | Jokseenkinerimieltä2 | Täysineri mieltä1 | Enosaasanoa0 |
|  [ ]  - - - - - - - [ ]  - - - - - - - [ ]  - - - - - - - [ ]  [ ]  |
|  |

1. **Jos et kävisi päiväkeskuksessa, tuntisitko itsesi yksinäisemmäksi?**

 [ ]  Kyllä [ ]  En [ ]  En osaa sanoa

|  |
| --- |
| 1. Arvioi seuraavaa väitettä: **En tunne itseäni ahdistuneeksi muiden ihmisten seurassa** *(esimerkiksi yhteisissä ruokailutilanteissa, vieraiden ihmisten kanssa jutellessa, kaupassa käydessä*)**?**
 |

[ ]  En osaa sanoa

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Täysinsamaamieltä4 | Jokseenkin samaamieltä3 | Jokseenkinerimieltä2 | Täysineri mieltä1 | Enosaasanoa0 |
|  [ ]  - - - - - - - [ ]  - - - - - - - [ ]  - - - - - - - [ ]  [ ]  |

1. Onko päiväkeskuksessa käyminen vaikuttanut kuluneen vuoden aikana siihen**, millaiseksi olet kokenut olosi muiden ihmisten seurassa** (*esimerkiksi yhteisissä ruokailutilanteissa, vieraiden ihmisten kanssa jutellessa, kaupassa käydessä)***?**

[ ]  Ei ole vaikuttanut tilanteeseeni

[ ]  On auttanut pitämään tilanteeni ennallaan

[ ]  On parantanut tilannettani

[ ]  On lisännyt ahdistustani

[ ]  En osaa sanoa

ITSETUNTO JA OMAT VAHVUUDET:

|  |
| --- |
| 1. Arvioi seuraavaa väitettä: **Minulla on hyvä itsetunto.**
 |
| Täysinsamaamieltä4 | Jokseenkin samaamieltä3 | Jokseenkinerimieltä2 | Täysineri mieltä1 | Enosaasanoa0 |
|  [ ]  - - - - - - - [ ]  - - - - - - - [ ]  - - - - - - - [ ]  [ ]  |

1. Onko päiväkeskuksessa käyminen vaikuttanut kuluneen vuoden aikana **itsetuntoosi?**

[ ]  Ei ole vaikuttanut tilanteeseeni

[ ]  On auttanut pitämään tilanteeni ennallaan

[ ]  On parantanut tilannettani

[ ]  On huonontanut tilannettani

[ ]  En osaa sanoa

|  |
| --- |
| 1. Arvioi seuraavaa väitettä: **Tunnen omat vahvuuteni.** (*Tiedän asiat, joissa olen hyvä tai joiden tekemisestä nautin*.)
 |
| Täysinsamaamieltä4 | Jokseenkin samaamieltä3 | Jokseenkinerimieltä2 | Täysineri mieltä1 | Enosaasanoa0 |
|  [ ]  - - - - - - - [ ]  - - - - - - - [ ]  - - - - - - - [ ]  [ ]  |

1. Onko päiväkeskuksessa käyminen **auttanut sinua löytämään omia vahvuuksiasi** *(esimerkiksi**asioita, joissa olet hyvä tai joiden tekemisestä nautit)***?**

 [ ]  Kyllä [ ]  Ei [ ]  En osaa sanoa

ARVOSTUS JA VERTAISTUKI:

1. Koetko**,** ettäolet kuluneenvuodenaikana **saanut päiväkeskuksen työntekijältä sellaista arvostusta tai tukea, jota et ole saanut muualta?**

[ ]  Kyllä [ ]  En [ ]  En osaa sanoa

1. Koetko**,** ettäolet kuluneenvuodenaikana **saanut muilta kävijöiltä sellaista tukea tai apua, josta on ollut sinulle todellista hyötyä?**

[ ]  Kyllä [ ]  En [ ]  En osaa sanoa

USKO JA HENGELLISYYS:

|  |
| --- |
| 1. Arvioi seuraavaa väitettä: **Hengellisyys tai usko ovat minulle tärkeitä.**
 |
| Täysinsamaamieltä | Jokseenkin samaamieltä | Jokseenkinerimieltä | Täysineri mieltä | Enosaasanoa |
|  [ ]  - - - - - - - [ ]  - - - - - - - [ ]  - - - - - - - [ ]  [ ]  |

1. Onko päiväkeskuksessa käyminen vaikuttanut kuluneen vuoden aikana **hengelliseen hyvinvointiisi?**

[ ]  Ei ole vaikuttanut mitenkään hengelliseen hyvinvointiini

[ ]  On parantanut hengellistä hyvinvointiani

[ ]  On huonontanut hengellistä hyvinvointiani

[ ]  En osaa sanoa

TERVEYS:

|  |
| --- |
| 1. Arvioi seuraavaa väitettä: **Terveyteni on hyvä.**
 |
| Täysinsamaamieltä4 | Jokseenkin samaamieltä3 | Jokseenkinerimieltä2 | Täysineri mieltä1 | Enosaasanoa0 |
|  [ ]  - - - - - - - [ ]  - - - - - - - [ ]  - - - - - - - [ ]  [ ]  |

1. Onko päiväkeskuksessa käyminen vaikuttanut kuluneen vuoden aikana **terveyteesi?**

[ ]  Ei ole vaikuttanut tilanteeseeni

[ ]  On auttanut pitämään tilanteeni ennallaan

[ ]  On parantanut tilannettani

[ ]  On huonontanut tilannettani

[ ]  En osaa sanoa

PÄIHTEIDEN KÄYTTÖ:

1. **Kuinka usein käytät päihteitä?**

[ ]  En koskaan

[ ]  Kerran kuukaudessa tai harvemmin

[ ]  2 - 4 kertaa kuukaudessa

[ ]  2 - 3 kertaa viikossa

[ ]  4 kertaa viikossa tai useammin

[ ]  En osaa sanoa

1. **Onko sinulla mielestäsi ongelmia päihteiden käytössä?**

[ ]  Kyllä [ ]  Ei [ ]  En osaa sanoa

1. Onko päiväkeskuksessa käyminen vaikuttanut kuluneen vuoden aikana **päihteiden käyttöösi?**

[ ]  Ei ole vaikuttanut mitenkään päihteiden käyttööni

[ ]  On ehkäissyt tilanteeni huononemista

[ ]  On vähentänyt päihteiden käyttöäni

[ ]  On lisännyt päihteiden käyttöäni

[ ]  En osaa sanoa KIITOS VASTAUKSISTASI!