

Nelitasoinen itse täytettävä kysely (SCT4) omaishoitajille¹

1. Mikä seuraavista vaihtoehtoista kuvaa parhaiten sitä, miten käytät aikaasi?

Kun pohdit, miten käytät aikaasi, ota huomioon kaikki mieluisat ja tärkeät asiat, mukaan lukien harrastukset, palkkatyö, vapaaehtoistyö tai palkaton työ sekä toisten auttaminen.

Valitse (☒) yksi vaihtoehto

- Voin käyttää aikani kuten haluan tekemällä minulle tärkeitä tai mieluisia asioita. ☐
- Voin tehdä riittävästi minulle tärkeitä tai mieluisia asioita. ☐
- Teen joitakin minulle tärkeitä tai mieluisia asioita, mutta en tarpeeksi. ☐
- En tee mitään minulle tärkeitä tai mieluisia asioita. ☐

2. Mikä seuraavista vaihtoehtoista kuvaa parhaiten mahdollisuuksiasi vaikuttaa päivittäiseen elämääsi?

Valitse (☒) yksi vaihtoehto

- Voin vaikuttaa päivittäiseen elämääni niin paljon kuin haluan. ☐
- Voin vaikuttaa riittävästi päivittäiseen elämääni. ☐
- Voin vaikuttaa päivittäiseen elämääni jonkin verran, mutta en tarpeeksi. ☐
- En voi lainkaan vaikuttaa päivittäiseen elämääni. ☐

3. Mikä seuraavista vaihtoehtoista kuvaa parhaiten sitä, kuinka hyvin huolehdit itsestäsi (esimerkiksi nukutko riittävästi ja syötkö hyvin)?

Valitse (☒) yksi vaihtoehto

- Huolehdin itsestäni niin hyvin kuin haluan. ☐
- Huolehdin itsestäni riittävän hyvin. ☐
- Joskus en pysty huolehtimaan itsestäni tarpeeksi hyvin. ☐
- Minusta tuntuu, että laiminlyön itseäni. ☐

¹Omaishoitaja on 18 vuotta täyttänyt henkilö, joka huolehtii toisesta aikuisesta, jolla on pitkäaikainen fyysinen tai psyykinen sairaus, vamma, ikääntymisen aiheuttamaa heikkoutta tai toimintakyvyn puutteita tai muita tuen tarpeita.

Nelitasoinen itse täytettävä kysely (SCT4) omaishoitajille¹

4. Mikä seuraavista vaihtoehtoista kuvaa parhaiten turvallisuudentunnettasi?

Turvallisuudentunteella tarkoitamme sitä, että et pelkää kaltoinkohtelua, hyökkäystä tai fyysistä vahinkoa (kuten tapaturmaa), jotka liittyvät omaishoitajana toimimiseen.

Valitse (☒) yksi vaihtoehto

- | | |
|--|--------------------------|
| Tunnen oloni niin turvalliseksi kuin haluan. | ☐ |
| Kaiken kaikkiaan tunnen oloni riittävän turvalliseksi, mutta en niin turvalliseksi kuin haluaisin. | ☐ |
| En tunne oloani riittävän turvalliseksi. | ☐ |
| En tunne oloani lainkaan turvalliseksi. | ☐ |

5. Mikä seuraavista vaihtoehtoista kuvaa parhaiten sitä, miten paljon olet tekemisissä ihmisten kanssa joista pidät?

Valitse (☒) yksi vaihtoehto

- | | |
|---|--------------------------|
| Olen tekemisissä niiden ihmisten kanssa joista pidän niin paljon kuin haluan. | ☐ |
| Olen riittävästi tekemisissä ihmisten kanssa. | ☐ |
| Olen jonkin verran tekemisissä ihmisten kanssa, mutta en riittävästi. | ☐ |
| En ole juuri lainkaan tekemisissä ihmisten kanssa, ja tunnen itseni eristäytyneeksi muista ihmisistä. | ☐ |

6. Mikä seuraavista vaihtoehtoista kuvaa parhaiten sitä, kuinka paljon sinulla on tilaa ja aikaa olla oma itsesi päivittäisessä elämässäsi?

Valitse (☒) yksi vaihtoehto

- | | |
|--|--------------------------|
| Minulla on kaikki tarvitsemani tila ja aika olla oma itseni. | ☐ |
| Minulla on riittävästi tilaa ja aikaa olla oma itseni. | ☐ |
| Minulla on jonkin verran tilaa ja aikaa olla oma itseni, mutta ei tarpeeksi. | ☐ |
| Minulla ei ole lainkaan tilaa tai aikaa olla oma itseni. | ☐ |

¹Omaishoitaja on 18 vuotta täyttänyt henkilö, joka huolehtii toisesta aikuisesta, jolla on pitkäaikainen fyysinen tai psyykinen sairaus, vamma, ikääntymisen aiheuttamaa heikkoutta tai toimintakyvyn puutteita tai muita tuen tarpeita.

Nelitasoinen itse täytettävä kysely (SCT4) omaishoitajille¹

7. Mikä seuraavista vaihtoehtoista nykytilanteessa kuvaa parhaiten kokemuksiasi tuen ja kannustuksen saamisesta omaishoitajana?

Kysymyksellä mitataan **kokemuksiasi** tuen ja kannustuksen saamisesta, ei sitä, miten tietyt ihmiset ja organisaatiot tukevat sinua.

Valitse (☒) yksi vaihtoehto

- | | |
|---|--------------------------|
| Tunnen, että saan haluamani kannustuksen ja tuen. | ☐ |
| Tunnen, että saan riittävästi kannustusta ja tukea. | ☐ |
| Tunnen, että saan jonkin verran kannustusta ja tukea, mutta en tarpeeksi. | ☐ |
| Tunnen, etten saa lainkaan kannustusta tai tukea. | ☐ |

© Kentin yliopiston PSSRU-yksikkö ja Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL)

Tämä kyselylomake on osa aikuisten sosiaalipalvelujen vaikutusmittaria (ASCOT), jonka on alun perin kehittäneet Yhdistyneessä kuningaskunnassa sijaitsevan Kentin yliopiston henkilökohtaisten sosiaalipalveluiden tutkimusyksikön (PSSRU) jäsenet. Tämän kyselylomakkeen on kääntänyt suomeksi Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL:n) suomalainen ASCOT-työryhmä. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL) on tämän käännetyn materiaalin tekijänoikeuden haltija. Tämän suomenkielisen ASCOT-käännöksen immateriaalioikeudet on jaettu alkuperäisen englanninkielisen version laatijoiden ja käännöksessä avustaneiden Kentin yliopiston PSSRU-yksikön jäsenten ja ASCOT:n englanninkielisen version suomeksi kääntäneen Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen suomalaisen ASCOT-työryhmän jäsenten kesken. ASCOT:n voittoa tavoittelematon käyttö on sallittu maksutta, mutta käyttöä varten vaaditaan lisenssi. Lisätietoa lisenssin saamisesta sekä mahdollista voittoa tavoittelevaa käyttöä koskien saa suomalaiselta ASCOT-työryhmältä osoitteesta finascot@thl.fi. Kentin yliopisto ja Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL) pidättävät oikeuden ryhtyä toimiin kaikkea luvaton ja ilman lisenssiä tapahtuvaa käyttöä, niin voittoa tavoittelematonta kuin voittoa tavoittelevaakin, vastaan.

¹Omaishoitaja on 18 vuotta täyttänyt henkilö, joka huolehtii toisesta aikuisesta, jolla on pitkäaikainen fyysinen tai psyykinen sairaus, vamma, ikääntymisen aiheuttamaa heikkoutta tai toimintakyvyn puutteita tai muita tuen tarpeita.