

Asmenų su negalia dalyvavimas fizinio aktyvumo ir laisvalaikio užimtumo veiklose: poreikiai ir galimybės

Gerbiamas Respondente,

Šis tyrimas yra Kauno kolegijos tyrėjų ir Lietuvos neįgaliųjų fizinio aktyvumo asociacijos vykdomo projekto „Asmenų su negalia tvarios įtraukties į fizinį aktyvumą ir laisvalaikio užimtumą modelio sukūrimas“ dalis.

Kviečiame Jus dalyvauti apklausoje, skirtoje **suaugusiems asmenims su negalia**. Šios apklausos tikslas – nustatyti, kaip asmenys su negalia dalyvauja fizinio aktyvumo ir laisvalaikio veiklose, su kokiais iššūkiais jie susiduria ir kokie veiksniai galėtų padėti gerinti jų įtrauktį.

Surinkti duomenys bus naudojami rengiant moksliskai pagrįstą modelį, kuris padės nevyriausybinėms organizacijoms, savivaldybėms ir kitoms atsakingoms institucijoms kurti palankesnes sąlygas žmonių su negalia aktyviam dalyvavimui visuomenėje.

Apklausa yra anoniminė. Jūsų atsakymai bus analizuojami apibendrintai ir nebus susiejami su konkrečiais asmenimis. Užtruksite apie 10–15 minučių.

Jeigu turite klausimų ar reikia pagalbos pildant – kreipkitės į apklausos organizatorius el. paštu.

Dėkojame už Jūsų laiką ir indėlį į šį tyrimą!

Tyrimo koordinatorė dr. Inga Mikutavičienė

El.p. inga.mikutaviciene@kaunokolegija.lt

I. DEMOGRAFINĖ IR ASMENS INFORMACIJA

1. Jūsų amžius: _____ (įrašykite)

2. Jūsų lytis:

- Vyras
- Moteris
- Kita / nenoriu atsakyti

3. a). Jūsų gyvenamoji vieta (savivaldybė):

(įrašykite savivaldybę)

b). Jūs gyvenate (pažymėkite tinkamą variantą):

- Sostinėje (Vilniuje)
- Didmiestyje (pvz.: Kaune, Klaipėdoje, Šiauliuose)
- Apskritis centre (pvz.: Alytuje, Marijampolėje)
- Rajono centre (pvz.: Skuode, Varėnoje, Kėdainiuose)
- Miestelyje (pvz.: Ramygaloje, Vilkijoje, Šeduvoje)
- Kaime
- Vienkiemyje

4. Koks yra aukščiausias Jūsų įgytas išsilavinimas? (pažymėkite tinkamą variantą)

- Pradinės mokyklos nebaigęs (-usi)
- Pradinis išsilavinimas (4 klasės)
- Pagrindinis išsilavinimas (10 klasių arba II gimnazijos klasės)
- Vidurinis išsilavinimas
- Profesinis išsilavinimas
- Aukštesnysis išsilavinimas (aukštesnioji mokykla, iki 2001 m.)
- Aukštasis išsilavinimas (bakaluro laipsnis, kolegija, universitetas)
- Aukštasis universitetinis išsilavinimas (magistro laipsnis ar aukštesnis)
- Kitas (įrašykite) _____

5. **Negalios forma** (galite pasirinkti kelis variantus):

- Judėjimo negalia
- Klausos negalia
- Regos negalia
- Intelektu / raidos sutrikimas
- Psichikos sveikatos sutrikimas
- Kita (nurodykite):

6. **Negalios lygis** (pažymėkite tinkamą variantą):

- Lengvas
- Vidutinis
- Sunkus
- Labai sunkus
- Nežinau/nenustatytas

7. **Jūs šiuo metu dirbate arba mokotės?** (pažymėkite tinkamą variantą)

- Taip, tik dirbu
- Taip, tik mokausi
- Taip, ir dirbu, ir mokausi
- Ne, šiuo metu nei dirbu, nei mokausi

II. FIZINIO AKTYVUMO IR LAISVALAIKIO VEIKLŲ SVARBA

8. **Dalyvavimo fizinio aktyvumo ir laisvalaikio veiklose svarba** (įvertinkite kiekvieną teiginį)

	Visiškai sutinku	Sutinku	Nei sutinku, nei nesutinku	Nesutinku	Visiškai nesutinku
Man svarbu reguliariai dalyvauti fizinio aktyvumo veiklose.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jaučiu, kad fizinis aktyvumas prisideda prie mano geresnės savijautos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Laisvalaikio užimtumo veiklos padeda man jaustis labiau įsitraukusiam į visuomenę.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mano kasdienybėje fizinio aktyvumo ar užimtumo veikloms skiriama pakankamai laiko.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jaučiuosi motyvuotas (-a) įsitraukti į fizinio aktyvumo ar laisvalaikio veiklas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

III. KELETAS KLAUSIMŲ APIE JŪSŲ FIZINĮ AKTYVUMĄ

9. **Ar šiuo metu dalyvaujate kokioje nors fizinėje veikloje (sportas, mankšta ir pan.)?**

- Taip, reguliariai (ne mažiau kaip 2 kartus per savaitę)
- Taip, kartais (1 kartą per savaitę ir rečiau)
- Ne, bet norėčiau (toliau pildykite nuo 11 klausimo)
- Ne, ir nenoriu (toliau pildykite nuo 11 klausimo)

10. a). Jei taip – kokią fizinę veiklą dažniausiai renkatės? (galite pasirinkti kelias)

- Vaikščiojimas
- Plaukimas
- Treniruokliai / sporto salė
- Komandinis sportas (koks _____)
- Individualus sportas (koks _____)
- Kita (įrašykite): _____

b). Kur dažniausiai dalyvaujate šiose fizinio aktyvumo veiklose? (pasirinkite kelis variantus):

- Namuose / lauke savarankiškai
- NVO organizuojamose veiklose
- Sveikatinimo ar sporto klubuose
- Socialinių paslaugų ar dienos centruose
- Reabilitacijos/sveikatos priežiūros įstaigose
- Kitur: _____

11. Kokios pagrindinės kliūtys Jums trukdo aktyviau dalyvauti organizuojamose fizinio aktyvumo veiklose - tiek savarankiškai, tiek organizuojamose (pvz., NVO, bendruomenių ar kitų organizacijų)? (įvertinkite kiekvieną teiginį)

	Visiškai sutinku	Sutinku	Nei sutinku, nei nesutinku	Nesutinku	Visiškai nesutinku
Fizinės aplinkos (pvz., patalpų, įrangos) nepritaikymas riboja mano dalyvavimą.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Trūksta transporto priemonių ar galimybių pasiekti veiklų vietą.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Dalyvavimą užsiėmimuose riboja tai, kad man dažnai reikia lydinčio asmens, tačiau asmeninio asistento paslauga sunkiai prieinama, o artimieji neturi galimybių lydėti nuolat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Trūksta informacijos apie galimas veiklas, skirtas žmonėms su negalia.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kitų žmonių neigiamas požiūris, žvilgsniai ar vertinimai man kelia nemalonius jausmus ir trukdo dalyvauti veiklose	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Trenerių ir kitų užsiėmimų specialistų kompetencijos trūkumas dirbant su žmonėmis, turinčiais skirtingų negalių, riboja mano galimybes dalyvauti	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mano sveikatos būklė riboja galimybes įsitraukti į aktyvias veiklas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jaučiuosi nejaukiai ar nesaugiai, todėl vengiu dalyvauti veiklose	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Dalyvavimą veiklose riboja finansinės galimybės.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kita (įrašykite)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

IV JŪSŲ LAISVALAIKIS IR SOCIALINIS ĮSITRAUKIMAS

12. Kaip dažniausiai praleidžiate savo laisvalaikį? (galite pasirinkti kelias)

- Žiūriu televizorių, klausausi muzikos
 Skaitau
 Leidžiu laiką su šeima / draugais
 Dalyvauju bendruomenės renginiuose
 Lankau užsiėmimus (pvz., dienos centre; draugijos; kultūros centrų, bibliotekos ir pan. užsiėmimus)
 Kita: _____

13. Ar dalyvaujate kultūrinėse, edukacinėse ar socialinėse laisvalaikio veiklose?

- Taip, reguliariai
 Kartais
 Ne, nedalyvauju

14. Ar dalyvaujate veiklose, kurias organizuoja žmonių su negalia organizacijos?

- Taip, reguliariai
 Taip, kartais
 Ne, bet norėčiau
 Ne, ir nenoriu

15. Jei lankote – kokios tai veiklos/užsiėmimai? (įrašykite)

16. Kokios pagrindinės kliūtys riboja aktyvesnį Jūsų dalyvavimą organizuojamose laisvalaikio veiklose? (įvertinkite kiekvieną teiginį)

	Visiškai sutinku	Sutinku	Nei sutinku, nei nesutinku	Nesutinku	Visiškai nesutinku
Fizinės aplinkos (pvz., patalpų, įrangos) nepritaikymas riboja mano dalyvavimą	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Trūksta transporto priemonių ar galimybių pasiekti veiklų vietą	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Dalyvavimą užsiėmimuose riboja tai, kad man dažnai reikia lydinčio asmens, tačiau asmeninio asistento paslauga sunkiai prieinama, o artimieji neturi galimybių lydėti nuolat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Trūksta informacijos apie galimas veiklas, skirtas žmonėms su negalia.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kitų žmonių neigiamas požiūris, žvilgsniai ar vertinimai man kelia nemalonius jausmus ir trukdo dalyvauti veiklose	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Trenerių ir kitų užsiėmimų specialistų kompetencijos trūkumas dirbant su žmonėmis, turinčiais skirtingų negalių, riboja mano galimybes dalyvauti	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Mano sveikatos būklė riboja galimybes įsitraukti į aktyvias veiklas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jaučiuosi nejaukiai ar nesaugiai, todėl vengiu dalyvauti veiklose	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Dalyvavimą veiklose riboja finansinės galimybės	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kita (įrašykite)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

V. INFORMACIJOS PRIEINAMUMAS IR MOTYVACIJA

17. Ar žinote, kokias veiklas siūlo Jūsų vietovėje veikiančios nevyriausybines organizacijos?

- Taip, žinau ir dalyvauju
- Žinau, bet nedalyvauju
- Nežinau

18. Informacijos prieinamumas ir motyvaciniai veiksniai (įvertinkite kiekvieną teiginį)

	Visiškai sutinku	Sutinku	Nei sutinku, nei nesutinku	Nesutinku	Visiškai nesutinku
Mano gyvenamojoje vietovėje aktyviai skelbiama apie fizinio aktyvumo ar laisvalaikio veiklas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nevyriausybines organizacijos užtikrina aiškų ir prieinamą informacijos pateikimą.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Medicinos ar socialiniai darbuotojai skatina mane dalyvauti tokiose veiklose.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Veiklos, vykstančios arčiau mano namų, man labiau priimtinos	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Palaikymas iš šeimos ar draugų skatina mane dalyvauti veiklose.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Man svarbu, kad veiklose dalyvautų ir kiti žmonės, turintys panašią negalią.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jaučiu pasitikėjimą organizatoriais ar instruktoriais, vedančiais veiklas.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

19. Kur dažniausiai sužinote apie veiklas? (galite žymėti kelis variantus)

- Socialiniai tinklai
- NVO ar bendruomenių centrai
- Žiniasklaida
- Medicinos ar socialinių darbuotojų rekomendacijos
- Draugai, pažįstami
- Kita: _____

20. Kas Jus labiausiai motyvuotų aktyviau dalyvauti fizinio aktyvumo ar laisvalaikio veiklose? (galite žymėti kelis variantus)































- Aiški informacija ir kvietimai
- Draugiška aplinka ir palaikymas
- Finansinė parama
- Profesionalų (instruktorių) pagalba
- Geresnis transporto prieinamumas
- Įdomesnės, įvairesnės veiklos
- Pritaikytos individualiems poreikiams veiklos
- Kita: _____

V. POREIKIAI IR GALIMYBĖS

21. Kaip vertinate savo galimybes įsitraukti į fizinio aktyvumo ir laisvalaikio veiklas?

- Labai gerai
- Gerai
- Patenkinamai
- Prastai
- Labai prastai

22. Keletas teiginių apie Jūsų poreikius ir galimybes dalyvauti fizinio aktyvumo ir laisvalaikio veiklose

	Visiškai sutinku	Sutinku	Nei sutinku, nei nesutinku	Nesutinku	Visiškai nesutinku
Jaučiuosi įtrauktas (-a) į bendruomenės gyvenimą per fizinio aktyvumo ar užimtumo veiklas.					
Savivaldybės ir vietos bendruomenės daro pakankamai, kad užtikrintų mano įtrauktį.					
Nevyriausybinės organizacijos tinkamai atstovauja žmonių su negalia interesus.					
Jaučiu, kad mano nuomonė yra girdima kuriant veiklų programas ar planuojant jų turinį.					
Galėčiau būti aktyvesnis, jei būtų aiškiau, kaip galiu prisidėti prie veiklų planavimo ar organizavimo.					
Vertinu veiklas, kurios pritaikytos pagal mano individualius poreikius ir gebėjimus.					

23. Kokios veiklos ar paslaugų šiuo metu trūksta Jūsų gyvenamojoje aplinkoje?

24. Kaip, Jūsų manymu, galėtų būti pagerintas Jūsų fizinio aktyvumo ir laisvalaikio užimtumas?
