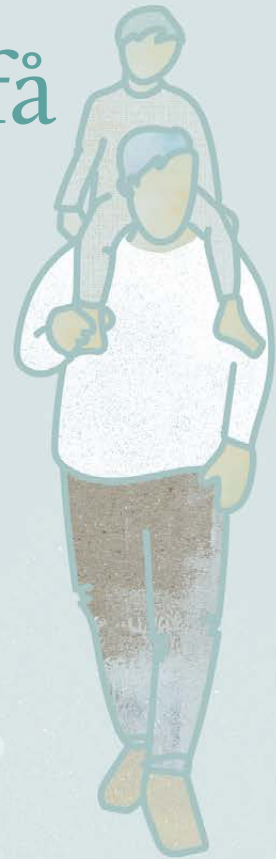


Verktyg för att få sin röst hörd 3.

Välbefinnandet hos föräldern till ett barn, som har
en funktionsnedsättning och behov av särskilt stöd



Välj det alternativ som beskriver din situation under den senaste månaden. Under frågealternativen kan du kommentera ditt svar.



YTTERLIGARE UPPGIFTER om verktyget och användningen av det (på finska) finns på webbplatsen www.jaatistietopankki.fi/minua-kuullaan-reppu/hyvinvoinnintyokalut/

1. SJÄLVSTÄNDIGHET

1A) Upplever du att du och din familj har möjlighet att leva ett liv enligt era egna val?

-2	-1	0	1	2
Inte alls	Alltför lite	Jag kan inte säga	Ja, delvis	Ja, tillräckligt

Här kan du kommentera ditt svar:

1B) Upplever du att du är delaktig i samhället?

-2	-1	0	1	2
Jag upplever att jag är mycket utomstående	Jag upplever att jag i viss mån är utomstående	Jag kan inte säga	Ja, delvis	Ja, fullständigt



2. ARBETE OCH UTKOMST

2A) Tillgodoses dina rättigheter till förvärsarbete eller studier?

-2	-1	0	1	2
Inte alls	Alltför lite	Arbete eller studier är inte aktuella för min del	Ja, delvis	Ja, bra

2B) Då alla inkomster i ditt hushåll beaktas, kan utgifterna täckas med dessa inkomster:

-2	-1	0	1	2
Besvärligt	Ganska besvärligt	Jag kan inte säga	Ganska lätt	Lätt



3. FÖRÄLDRASKAP

3A) Hur ofta tillbringar din familj gemensam tid som upplevs positiv av alla familjemedlemmar?

-2	-1	0	1	2
Inte alls och/eller vi har inte hittat något gemensamt att göra	Alltför lite och/eller det är svårt att hitta på något gemensamt att göra	Att tillbringa gemensam tid för familjen är inte viktigt för oss ELLER jag kan inte säga	Ganska ofta	Ofta

3B) Har du möjligheter att vara en sådan förälder som du vill vara?

-2	-1	0	1	2
Jag upplever stora konflikter i mitt föräldraskap	Jag upplever konflikter i mitt föräldraskap	Jag kan inte säga	Ganska bra	Jag upplever att jag får vara en sådan förälder som jag vill vara

3C) Upplever du att du kan ge stöd och tid för ditt barn som har behov av särskilt stöd?

-2	-1	0	1	2
Inte alls	Alltför lite	Jag kan inte säga	Ja, ganska tillräckligt	Ja, tillräckligt

3D) Upplever du att du kan ge stöd och tid till familjens övriga barn (syskon)?

-2	-1	0	1	2
Inte alls	Alltför lite	Det finns inte andra barn i familjen ELLER jag kan inte säga	Ja, ganska tillräckligt	Ja, tillräckligt

3E) Kan du dela föräldraskapet med en annan vuxen?

-2	-1	0	1	2
Inte alls	Alltför lite	Jag behöver inte en annan människas stöd i mitt föräldraskap ELLER jag kan inte säga	Ja, ganska bra	Ja, bra

4. FAMILJENS SOCIALA VÄLBEFINNANDE

4A) Hur ofta har ni möjlighet som familj att röra på er utomhus eller göra utflykter i naturen?

-2	-1	0	1	2
Inte alls	Alltför sällan	Att motionera utomhus och göra utflykter i naturen är inte viktigt för oss ELLER jag kan inte säga	Ganska ofta	Ofta

4B) Hur ofta deltar hela er familj i gemensamma aktiviteter?

Exempelvis att träffa andra familjer, delta i kulturliv och rekreations-, fritids- och idrottsaktiviteter.

-2	-1	0	1	2
Inte alls	Alltför sällan	Vi saknar och behöver inte gemensamma aktiviteter ELLER jag kan inte säga	Ganska ofta	Ofta



4C) Hur fungerar det för er att ta er från en plats till en annan med barnet som är i behov av särskilt stöd?

-2	-1	0	1	2
Det finns många problem	Det finns vissa problem	Att röra sig från en plats till en annan är inte viktigt för oss ELLER jag kan inte säga	Ganska bra	Bra

4D) Upplever du att din familj är delaktig i närsamhället?

-2	-1	0	1	2
Vi är mycket utomstående	Vi är i viss mån utomstående	Att höra till lokalsamhället är inte viktigt för oss ELLER jag kan inte säga	Ganska mycket	Ja, fullständigt



5. FAMILJENS VARDAG

5A) Är hemmet fungerande och motsvarar det familjens behov?

-2	-1	0	1	2
Nej, mycket dåligt eller inte alls	Nej, ganska dåligt	Jag kan inte säga	Ja, ganska mycket	Ja, mycket

5B) Hur samordnas och organiseras vardagssysslorna?

-2	-1	0	1	2
Vardagen är mycket betungande och kaotisk, en kamp varje dag och mina egna behov blir helt obeaktade	Vardagssysslorna tar så mycket av min tid att mina egna behov huvudsakligen blir obeaktade	Jag kan inte säga	Ganska bra, jag får också lite egen tid för vila och stimulans	Bra, jag får också egen tid för vila och stimulans



5C) Hur inverkar närstående på hur fungerande vardagen är?

-2	-1	0	1	2
Våra närstående är själva i behov av hjälp, vilket innebär mycket extra arbete för vår familj	Våra närstående är själva i behov av hjälp, vilket i viss mån innebär extra arbete för vår familj	Vi har inga närstående ELLER närstående har ingen inverkan på hur fungerande vår vardag är ELLER jag kan inte säga	Den hjälp närstående ger är i viss mån ett stöd i vår vardag	Den hjälp närstående ger är ett stort stöd i vår vardag

5D) Hur inverkar de individuella stödåtgärderna och användningen av service på hur vardagen löper för barnet som är i behov av särskilt stöd?

-2	-1	0	1	2
Barnets stödåtgärder och användning av service ger upphov till många störningar i hur vardagen löper (exempelvis att ordna sina tidtabeller på servicens villkor)	Barnets stödåtgärder och användning av service ger upphov till ganska många störningar i hur vardagen löper (exempelvis att ordna sina tidtabeller på servicens villkor)	Barnet är inte i behov av individuella stödåtgärder eller service ELLER jag kan inte säga	Barnets stödåtgärder och service sammanfaller i vardagen på ett naturligt sätt och användningen av dem försvårar inte nämnvärt vardagen	Barnets stödåtgärder och service gör vardagen mer smidig

5E) Hur inverkar planering och organisering, med andra ord metaarbete, av stödåtgärder och användningen service, på familjens vardag?

-2	-1	0	1	2
Metaarbetet i anslutning till stödåtgärder och användning av service är mycket belastande och upptar en stor del av min tid och mina krafter	Metaarbetet i anslutning till stödåtgärder och användning av service är belastande och upptar min tid och tär på mina krafter	Användningen av försäkringen inte metaarbete för vår familj ELLER jag ansvarar inte för meta-arbetet i anslutning till användningen av service ELLER jag kan inte säga	Metaarbetet löper med rimlig arbetsinsats	Stödåtgärderna och servicen är så bra planerade och koordinerade att metaarbetet inte i nämnvärd utsträckning blir en uppgift för föräldrarna

6. PSYKISKT VÄLMÅENDE, HUMÖR OCH RESURSER

6A) Hur mycket glädje finns det i ditt liv?

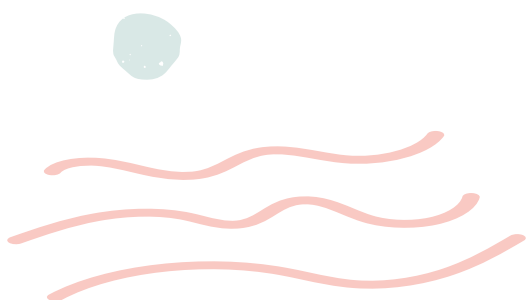
-2	-1	0	1	2
Jag har inte upplevt glädje på länge	Alltför lite	Jag kan inte säga	Ganska mycket	Mycket

6B) Hur påverkar barnets välmående din egen sinnesstämning just nu?

-2	-1	0	1	2
Jag är mycket orolig när det gäller barnets välbefinnande	Jag är ganska orolig när det gäller barnets välbefinnande	Jag är inte orolig när det gäller barnets välbefinnande ELLER jag kan inte säga	Jag känner mig ganska lugn när det gäller barnets välbefinnande	Jag känner mig helt lugn när det gäller barnets välbefinnande

6C) Hur förhåller du dig till framtiden för ditt barn som är i behov av särskilt stöd?

-2	-1	0	1	2
Att tänka på barnets framtid ger upphov till stor oro	Att tänka på barnets framtid ger i viss mån upphov till oro	Jag kan inte säga	Positivt	Positivt och hoppfullt, allt kommer nog att ordna sig



6D) Hur förhåller du dig till din egen framtid?

-2	-1	0	1	2
Att tänka på framtiden ger upphov till stor oro	Att tänka på framtiden ger i viss mån upphov till oro	Jag funderar inte på framtiden, jag drömmer eller fantiserar inte ELLER jag kan inte säga	Jag kan drömma och fantisera, trots att jag inte i första hand planerar framtiden	Positivt och jag fantiserar om, drömmer om och planerar framtiden

6E) Hur upplever du dina resurser och krafter att orka?

-2	-1	0	1	2
Jag känner mig själv utmattad	Jag är osäker på om mina resurser är tillräckliga	Jag kan inte säga	Mina resurser är ganska bra	Mina resurser är bra



6F) Förlitar du dig på att få hjälp när du behöver det?

-2	-1	0	1	2
Jag upplever otrygghet för att jag känner att det är svårt att få hjälp	Jag är i viss mån osäker på om jag får hjälp	Jag behöver inte någon annans hjälp ELLER jag kan inte säga	Jag förlitar mig på att jag oftast får hjälp när jag behöver det	Jag är övertygad om att jag får hjälp när jag behöver det

7. MÖJLIGHETER ATT TA HAND OM DET EGNA VÄLMÅENDET

7A) Sover du gott och tillräckligt om natten?

-2	-1	0	1	2
Mycket sällan eller aldrig	Ganska sällan	Jag skulle ha möjlighet att sova, men natt-sömnen blir ändå kort ELLER jag kan inte säga	Ganska ofta	Oftast eller alltid



7B) Vilar du tillräckligt?

-2	-1	0	1	2
Inte alls	Alltför lite	Jag kan inte säga	Ja, hyfsat	Ja, tillräckligt

7C) Upprätthåller du din kondition genom att exempelvis motionera, vara ute och röra på dig och genom att äta hälsosamt?

-2	-1	0	1	2
Inte alls	Alltför lite	Jag skulle ha möjlighet att upprätthålla min kondition, men det förverkligas ändå inte ELLER jag kan inte säga	Ja, i viss mån	Ja, tillräckligt och regelbundet

7D) Kan du på din arbetsplats eller via studier utveckla dig själv och göra sådant som intresserar dig?

-2	-1	0	1	2
Inte alls	Alltför lite	Att arbeta och studera är inte aktuellt för mig ELLER jag kan inte säga	Ja, i viss mån	Ja, tillräckligt

7E) Har du fritid då du kan utveckla dig själv och göra sådant som intresserar dig?

-2	-1	0	1	2
Inte alls	Alltför lite	Att förverkliga mig själv har ingen betydelse för mig ELLER jag kan inte säga	Ja, i viss mån	Ja, tillräckligt

7F) Har du möjligheter att ge tid för ett parförhållande/för en nära människorelation?

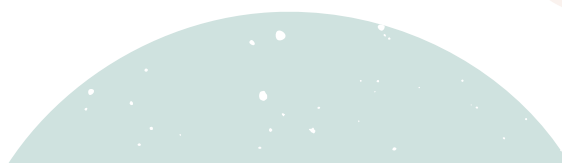
-2	-1	0	1	2
Inte alls	Alltför lite	Ett parförhållande/en nära människorelation är inte något viktigt för mig ELLER jag kan inte säga	Ja, ganska goda möjligheter	Ja, goda möjligheter

7G) Har du möjlighet att upprätthålla relationer till vänner och släktingar?

-2	-1	0	1	2
Inte alls	Alltför lite	Vänner och släktingar är inte viktiga för mig ELLER jag kan inte säga	Ja, ganska goda möjligheter	Ja, goda möjligheter

7H) Har du möjlighet att delta i kamratstödsverksamhet?

-2	-1	0	1	2
Inte alls	Alltför lite	Kamratstöd är inte viktigt för mig ELLER jag kan inte säga	Ja, ganska goda möjligheter	Ja goda möjligheter, jag får kamratstöd av andra och ger kamratstöd till andra



8. SERVICE OCH STÖDÅTGÄRDER

Planeringen av service

8A) Hur nöjd är du med den information och handledning som myndigheterna ger om social- och hälsovårdsservice (servicehandledning)?

-2	-1	0	1	2
Mycket missnöjd	Ganska missnöjd	Vi behöver inte servicehandledning ELLER jag kan inte säga	Ganska nöjd	Mycket nöjd

8B) Hur nöjd är du med ditt barns och din familjs klient-/serviceplan?

-2	-1	0	1	2
Mycket missnöjd ELLER någon klient- eller serviceplan har inte uppgjorts, trots att det har funnits behov för en plan	Ganska missnöjd	Vi behöver inte någon klient- eller serviceplan ELLER jag kan inte säga	Ganska nöjd	Mycket nöjd



8C) Har dina och din familjs synvinklar beaktats då man har planerat och ordnat stödåtgärder och service?

-2	-1	0	1	2
Inte alls	Alltför lite	Vi behöver inte individuella stödåtgärder eller service ELLER jag kan inte säga	Ganska bra	Ja, tillräckligt

8D) Hur fungerar samarbetet mellan olika sektorer som ansvarar för stödåtgärder och service?

-2	-1	0	1	2
Samarbetet är mycket utmanande	Samarbetet är utmanande	Jag kan inte säga	Ganska bra	Bra

Stöd för föräldrskapet

8E) Får du hjälp och handledning i frågor som rör ditt barns behov av särskilt stöd?

-2	-1	0	1	2
Inte alls	Alltför lite	Jag behöver inte sådant stöd eller sådan handledning ELLER jag kan inte säga	Ja, ganska bra	Ja, bra

8F) Får du stöd och handledning i frågor som gäller syskon till barnet som är i behov av särskilt stöd?

-2	-1	0	1	2
Inte alls	Alltför lite	Det finns inte andra barn (syskon) i familjen ELLER jag behöver inte sådant stöd och sådan handledning ELLER jag kan inte säga	Ja, ganska bra	Ja, bra

Service och ditt eget välbefinnande

8G) Hur inverkar servicen i din närmiljö på ditt välbefinnande?

(Exempelvis kultur-, motions- och välfärdsservice, caféer och restauranger, butiker, bibliotek)

-2	-1	0	1	2
Brist på service, service som inte fungerar eller dåliga möjligheter att dra nytta av service i närmiljön försvagar mitt välbefinnande	Förstärker inte tillräckligt mitt välbefinnande, det finns för få service, servicen fungerar inte eller jag har för få möjligheter att dra nytta av servicen	Inverkar inte på mitt välbefinnande ELLER jag kan inte säga	Förstärker i viss mån mitt välbefinnande	Förstärker mycket mitt välbefinnande

8H) Hur stöder social- och hälsovårdsservicen dig i följande situationer

	-2	-1	0	1	2
	Inte alls	Alltför lite	Jag behöver inte social- och hälsovårdsservice för det här ELLER jag kan inte säga	Ganska bra	Bra
För en fungerande vardag					
Diskussionshjälp för att stärka mina resurser					
Praktisk hjälp för att möjliggöra mitt eget välbefinnande					
För att möjliggöra arbete eller studier					
För att stärka parförhållandet					
För att möjliggöra familjens sociala välbefinnande					
För ekonomisk utkomst					
Hälsovårdsservice för att främja min egen hälsa					

81) Hur inverkar stödåtgärder och social- och hälsovårdsservice på dina möjligheter att leva ett gott liv som känns bra och lämpligt för dig?

-2	-1	0	1	2
Stödåtgärder och service eller bristen på dem avgör vilka val jag kan göra i livet	Stödåtgärder och service eller bristen på dem inverkar på hurdana val jag kan göra i livet	Inverkar inte på det sätt jag lever ELLER jag kan inte säga	Möjliggör i viss mån ett liv i enlighet med mina egna val	Möjliggör ett liv i enlighet med mina egna val

