



MEDICINSKA FAKULTETEN

Lunds universitet

Sektionen för arbetsterapi

Den fysiska miljöns betydelse för val och

utförande av fritidsaktiviteter

Fyra synskadade personers upplevelser

Författare: Anna Ahlkvist,

Annika Stigsäter

Handledare: Monika Vestling

December 2006

Kandidatuppsats

Adress: Sektionen för arbetsterapi, Box 157, S-221 00 Lund



MEDICINSKA FAKULTETEN

Lunds universitet

Sektionen för arbetsterapi

2006-12-13

Den fysiska miljöns betydelse för val och utförande av fritidsaktiviteter

Fyra synskadade personers upplevelser

Anna Ahlkvist och Annika Stigsäter

Abstrakt

Syftet med uppsatsen var att undersöka synskadade personers upplevelser av hur den fysiska miljön påverkar val och utförande av fritidsaktiviteter. Fyra synskadade personer i arbetsför ålder deltog i studien. Intervjuer utan standardiserat frågeformulär användes som metod. Materialet klassificerades först utifrån de fyra miljöer som beskrivs i Canadian Model of Occupational Performance (CMOP). Där efter klassificerades materialet utifrån indelningen av fritidsaktiviteter enligt Canadian Occupational Performance Measure (COPM). Resultatet visade på att den fysiska miljön ibland upplevdes påverka val och utförande av fritidsaktiviteter. Vissa miljöer upplevdes som funktionella, men det fanns dock flera faktorer i den fysiska miljön som upplevdes som hindrande. En del hinder har åtgärdats genom anpassningar av antingen den fysiska miljön eller aktiviteten. Om regeringspropositionen "Från patient till medborgare" skall vara uppnådd till 2010 finns det mycket som behöver göras innan den fysiska miljön är tillgänglig för synskadade.

Nyckelord: synskada, fritid, upplevelse, miljö, arbetsterapi

Kandidatuppsats

Sektionen för arbetsterapi, Box 157, S-221 00 Lund

Innehållsförteckning

1	Introduktion.....	1
1.1	Synskada.....	1
1.2	Miljö.....	3
1.3	Aktivitet.....	4
2	Syfte	6
3	Metod	6
3.1	Urvalsförfarande.....	6
3.2	Etiska överväganden	7
3.3	Metod för insamling av information	7
3.4	Procedur	8
3.5	Bearbetning av den insamlade informationen.....	9
4	Resultat.....	9
4.1	Hindrande miljö och anpassningar av den	9
4.1.1	Orientering	10
4.1.2	Information.....	12
4.1.3	Väder	15
4.2	Funktionell miljö.....	16
5	Diskussion	17
5.1	Resultatdiskussion.....	17
5.1.1	Hindrande miljö och anpassningar av den	17
5.1.1.1	Orientering	17
5.1.1.2	Information.....	18
5.1.1.3	Väder	19
5.1.2	Funktionell miljö.....	19
5.2	Metoddiskussion.....	19
5.2.1	Urvalsförfarande.....	19
5.2.2	Metod för insamling av information	20
5.2.3	Procedur	21
5.2.4	Bearbetning av den insamlade informationen.....	21
5.3	Konklusion	22

1 Introduktion

1.1 Synskada

Synskadad är den som på grund av synen har svårt att läsa, inte kan läsa tryckt text, har svårt att orientera sig eller har svårigheter i den dagliga livsföringen (Synskadades Riksförbund, 2006). Antalet synskadade i Sverige är uppskattningsvis 100 000 personer (Hjälpmiddelsinstitutet, 2006).

Synskador kan delas in i olika synskadekategorier, vilka grupperas efter synskärpa (Se tabell 1:1). Synskärpan mäts efter korrektion av det bästa ögats brytningsfel (Certec, 2006).

Personer med synskada inom synskadekategori 0-1 har syn och kan läsa vanlig text medan personer i kategori 2-3 har viss grad av synförmåga och kan, med svårighet, läsa vanlig text, oftast med hjälp av optik. I kategori 4-5 saknar personerna ledsyn och lassocyn, de är beroende av punktskrift och talböcker och de använder vit käpp vid förflyttning.

Tabell 1:1 Världshälsoorganisationens synskadekategorier

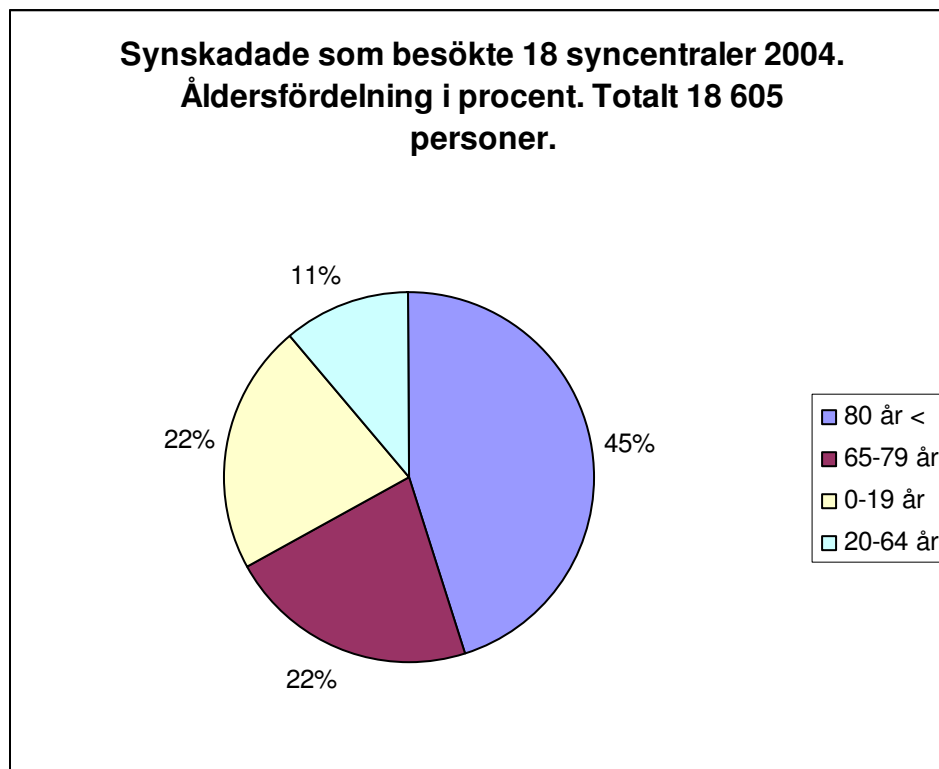
Benämning	Kategori	Synskärpa
lätt synnedsättning	0	0,3 - 0,8
måttlig synsvaghet	1	0,1 - <0,3
uttalad synsvaghet	2	0,05 - <0,1
grav synskada med små synrester	3	0,02 - <0,05
grav synskada med mycket små synrester	4	P - <0,02
grav synskada, inga synrester	5	ej P

Not. Data hämtad från Socialpedagogiska institutet, 2006

Som synskada räknas, utöver nedsatt synskärpa, ett synfält på mindre än 20 grader (Certec, 2006).

Att bli synskadad är något som kan drabba både barn och vuxna, dock är det vanligast att man drabbas av synskada som en följd av åldersrelaterade sjukdomar. De vanligaste ögonsjukdomarna i Sverige är grå- och grön starr, förändringar i gula fläcken, näthinneavlossning och retinitis pigmentosa (Synskadades riksförbund, 2006).

När barn drabbas av en synskada beror det oftast på ärftlig sjukdom eller skada under fostertiden. När det gäller vuxna i arbetsför ålder är den enskilt vanligast förekommande diagnosen diabetesretinopati som drabbar personer med diabetes, då sjukdomen har orsakat förändringar på näthinnan. En del sjukdomar som leder till synskada är ärftliga. (Certec, 2006).



Figur 1:1

Not. Data hämtad från Hjälpmiddelsinstitutet (HI), 2006

Människan kan genom synen uppfatta färger, former och rörelser och dessa tre används vid orientering i omgivningen (Sonesson & Sonesson, 2006). Enligt Gustafson-Pearce, Billett och Cecelja (2005) kan de perceptuella svårigheterna i miljön, som en del synskadade personer i arbetsför ålder möter, göra att de inte försöker bli självständiga i sin miljöorientering och i sina förflyttningar. Detta kan i sin tur leda till passivitet och frånvaro av aktivitet. Många människor som förlorat sin synförmåga upplever att de inte längre kan delta i aktiviteter som tidigare varit glädjeämnen i livet (Ellison, 2005).

1.2 Miljö

En miljö är de sammanhang och situationer som förekommer utanför individen och frambringar respons från denne (Law, 1991). Miljön kan delas in i fysisk, social, kulturell och institutionell miljö (Townsend, Law, Polatajko & Baptiste, 1997). Enligt Christiansen och Baum (1997) är människan ett objekt från den fysiska miljön, människan har i sin tur skapat en socialkulturell miljö. Den sociala miljön består av mönster i förhållandet mellan människor som lever i ett organiserat samhälle och sociala grupperingar som grundar sig på likadana intressen, värderingar, attityder och övertygelser (Townsend et al, 1997). De menar vidare att den kulturella miljön utgörs av ceremoniella och rutinmässiga utövanden, som är baserade på etik och värderingar inom en särskild grupp, exempelvis religion. Fysisk miljö är en komplex interaktion med en samling av byggda och naturliga objekt (Christiansen & Baum, 1997). Till den fysiska miljön räknas både naturliga och byggda omgivningar (Kielhofner, 2002), till exempel väder, teknik, fordon, gator och vägar (Townsend et al, 1997). Samhällsinstitutioner hör till institutionell miljö, till exempel skola, dagis, polis, vårdcentraler, arbetsförmedling, lagar och rättigheter (Townsend et al, 1997). En synskadad person i Sverige, som på grund av synskadan har svårt att förflytta sig eller har svårt att resa med allmänna kommunikationsmedel, har till exempel rätt till färdtjänst (SFS 1997:736).

Med en synnedsättning blir det svårare att förflytta sig och orientera sig i vissa miljöer (Christiansen & Baum, 1997). För synskadade personer är okända miljöer mer svårorienterade än kända miljöer (Gustafson-Pearce et al, 2005), men med reliefkartor över byggnader och platser kan orienteringen underlättas (Synskadades Riksförbund, 2006). Att orientera sig i utomhusmiljöer kan vara tröttande (Synskadades riksförbund, 2006) och genom färdtjänst kan dessa förflyttningar underlättas. Kommunerna är enligt "Lagen om färdtjänst" 1997:736 skyldiga att erbjuda personer med varaktiga funktionshinder färdtjänst som ett alternativ till kollektivtrafiken (Näringsdepartementet, 2006). Gustafson-Pearce och medförfattare (2005) skriver att faktorer i miljön som trappor, dörrar och höga ljud ökar svårigheterna i framkomligheten för synskadade. Synskadade kan ha ett informationshandikapp genom att de inte kan ta del av visuell information, till exempel kan en person med grav synskada inte läsa en tågtdatabell. Offentlig information och information om kulturutbud kan vara svårtillgänglig (Synskadades riksförbund, 2006). För att synskadade skall kunna delta i fritidsaktiviteter måste informationen om aktiviteterna vara tillgänglig för dem menar Ellison (2005) och menar vidare att information bör kunna ges i olika format.

Den 31 maj 2000 antog regeringen propositionen ”Från patient till medborgare – en nationell handlingsplan för handikappolitiken”. Den innebar bland annat att år 2010 skall offentliga lokaler och allmänna platser vara anpassade så att personer med funktionshinder skall kunna vara delaktiga i samhället (Regeringsproposition 1999/2000:79). Delaktighet innebär att man är engagerad i en livssituation (WHO, 2001) och för att kunna vara delaktig behöver den fysiska miljön man rör sig i vara tillgänglig. Tillgänglighet är relationen mellan individens kapacitet och den fysiska miljöns krav. Interaktionen mellan person och miljö har betydelse för tillgängligheten (Lawton & Nahemow, 1973). Upplevelsen av hur väl en person upplever att hon kan utföra en uppgift i en miljö kallar Fänge och Iwarsson (2003) för användbarhet. Det innebär att personen kan besöka och ta del av en miljö på samma villkor som andra (Fänge & Iwarsson, 2003).

Samverkan mellan komponenterna person och miljö skapar tillgänglighet. Det krävs dock ytterligare en komponent för att ett aktivitetsutförande skall kunna uppstå och det är aktivitet (Townsend et al, 1997; Carlsson, 2002).

1.3 Aktivitet

Aktivitet är ett centralt begrepp inom arbetsterapi. Inom arbetsterapi ses människan som en aktiv varelse. Arbetsterapeuter arbetar med att stötta människor i utförandet av de aktiviteter de behöver utföra för att klara sitt dagliga liv (Christiansen et al, 1997).

Vanliga arbetsterapeutiska interventioner och åtgärder i arbete med synskadade personer är utprovning och förskrivning av hjälpmedel, rådgivning om anpassning i hemmiljö, bedömning av behov av bostadsanpassning samt olika former av aktivitetsträning (Christiansen et al, 1997). Personer med synskada har ofta svårigheter med att utföra dagliga aktiviteter som till exempel läsning, förflyttning och att känna igen föremål och ansikten (Owsley, McGwin, Scilley, Dreer, Bray & Mason, 2006). Detta kan i sin tur sänka självkänslan och sänka känslan av kontroll över sitt eget liv (Townsend et al, 1997). För synskadade personer är det även viktigt med kontraster och det kan vara svårt att orientera och förflytta sig i miljöer som är oskarpa och homogena, men även röriga miljöer kan vara arbetsamma. Arbetsterapeuter kan förbättra orienteringen i miljöer genom att öka kontrasterna i den fysiska miljön till exempel att ha vita tallrikar i ett skåp som är mörkt på insidan. Att ha mörka mattor på ett ljust golv är underlättande vid förflyttning inomhus dels för att man ser mattan bättre men även för att mattan blir ett riktmärke i bostaden (Christiansen et al, 1997).

Enligt Hjälpmedelsinstitutets Statistikrapport (2005) är de vanligaste förskrivna hjälpmedlen till synskadade Dasiyspelare, dator, talsyntes, textförstoring, punktskriftsdisplay, huvudburen optik för nära håll och teknikkäpp (även kallad vit käpp). Ledarhund räknas även det som ett hjälpmedel och hösten 2006 fanns det omkring 300 ledarhundar i Sverige och varje år levereras det ungefär 40 nya ledarhundar (Synskadades riksförbund, 2006). En ledarhund kan vara nyckeln till självständighet, ty att förflytta sig med ledarhunden går fortare, smidigare och säkrare (Hunditjänst, 2006).

The Canadian Model of Occupational Performance (CMOP) är en arbetsterapeutisk klientcentrerad modell som illustrerar det dynamiska sambandet mellan person, miljö och aktivitet. Vidare delas begreppet miljö in i fyra delar fysisk, institutionell, social och kulturell, vilket är närmare beskrivet i ovanstående avsnitt om miljö (1.2). Aktivitetskomponenten delas in i tre kategorier av aktivitet; personlig vård, produktivitet och fritidsaktiviteter (Townsend et al, 1997). Townsend och medförfattare (1997) definierar fritid som aktiviteter som är glädjebärande, till exempel socialisering, kreativa uttryck, utomhusaktiviteter, lek och sport. Att ha en fritid kan hjälpa en person att bibehålla en balanserad och hälsosam livsstil (Zemke & Clark, 1996). Deltagandet i fritidsaktiviteter är viktigt för att fylla de psykologiska behoven (Christiansen & Baum, 1997), att till exempel delta i en lagsport gör att person känner samhörighet.

Utifrån CMOP har bedömningsinstrumentet The Canadian Occupational Performance Measure (COPM) utarbetats (Law, Baptiste, Carswell, McColl, Polatajko & Pollock, 1998). I COPM delas fritid in i stillsam fritid, aktiv fritid och social samvaro (Law et al, 1998). Exempel på stillsam fritid är att se på tv, läsa och lyssna på musik. Aktiv fritid är till exempel promenader och cykling, som utvecklar den fysiska förmågan. Att fika och umgås med vänner och bekanta är exempel på social samvaro.

Matsunaka, Inoue & Miyata, (2002) menar att synskadade personer i arbetsför ålder har två stressande situationer att välja mellan, den första är att utföra aktiviteten på ett icke tillfredställande sätt och det andra är att inte utföra aktiviteten alls. En studie av Matsunaka och medförfattare (2002) visar att ju fler gånger en synskadad person får avstå från olika aktiviteter på grund av den fysiska miljön desto mer ökar stressnivån hos individen. Ellisons studie från 2005 visar att synskadade personer har ökat handikapp i fysiska aktiviteter i det

dagliga livet. Ett av de största problemen som Ellison och medförfattare (2005) fann i studien var villkoren och tillgängligheten till transport. Fritidsaktiviteterna var de aktiviteterna som var mest stressande för de synskadade (Matsunaka et al, 2002). Det kan vara svårt för en person med synskada att utföra fritidsaktiviteter som kräver god syn, som till exempel sporter med högt tempo och som utövas stora ytor. Att inte kunna, men vilja, delta i samma fritidsaktiviteter som ens vänner och närstående, det vill säga ens sociala miljö, upplevs negativt (Wilcock, 1993).

Arbetsterapeuter arbetar med att stödja sina klienter så att de kan vara aktiva och delaktiga i samhället och vägleder på så sätt klienterna till ett värdefullt liv. I detta är fritiden är en viktig del. Litteratur om vilka fysiska miljöhinder som existerar finns det gott om men vi har inte hittat något om hur personer i arbetsför ålder med synskada upplever att miljön påverkar val och utförande av aktiviteter. Med tanke på att samhället skall vara tillgängligt för alla individer till år 2010 är det viktigt att studera hur synskadade upplever miljön och dess betydelse för val och utförande av fritidsaktiviteter. Vi hoppas studien skall bidra till en ökad förståelse för synskadade personer.

2 Syfte

Vilken betydelse upplever synskadade personer i arbetsför ålder att den fysiska miljön har för val och utförande av fritidsaktiviteter.

3 Metod

3.1 Urvalsförfarande

Urvalskriterierna för denna studie var att deltagarna skulle ha en synskada och vara mellan 18 och 65 år, det vill säga i arbetsför ålder. Ytterligare urvalskriterier var att deltagarna skulle ha olika grader av synskada och ha varit synskadade olika länge. Enligt Magne-Holme och Krohn-Solvang (1991) är en variationsbredd i urvalet att föredra då informationsinnehållet blir mer omfattande.

Vid en kvalitativ studie bör inte undersökningsgruppen vara för stor, då det kan försvåra den kommande analysen (Malterud, 1998). En undersökningsgrupp med 4-7 deltagare anses enligt Malterud (1998) vara optimalt.

En kontaktperson på en syncentral i södra Sverige hjälpte oss att välja ut fyra patienter som uppfyllde urvalskriterierna och var mycket intresserade av att delta. Kontaktpersonen valde patienter som hon kände till och som hon visste hade en aktiv fritid. Dessa informerades muntligt om studien och tillfrågades om medverkan. Alla som tillfrågades valde att medverka.

Två av respondenterna var kvinnor och två var män. De var alla mellan 25 och 60 år. Hos respondenterna fanns variation i fördelning av synskadekategorierna. Två av respondenterna var födda med sina synskador, en fick sin synskada i skolåldern och en fick sin synskada i vuxen ålder. Tre av respondenterna hade sambo eller var gifta. Tre av respondenter hade barn, men bara två hade hemmaboende barn. Alla fyra respondenterna arbetade.

3.2 Etiska överväganden

Innan studien påbörjades skickades informations- och samtyckesblankett om denna studie till verksamhetschefen på syncentralen. Efter verksamhetschefen samtycke, etablerades vidare kontakt med syncentralen. Personerna som tackat ja till deltagande i studien, fick skickat informations- och samtyckesblankett med information om att konfidentialitet skulle råda samt att deltagandet när som helst kunde avbrytas utan vidare förklaringar till varför. Enligt Kvale (1997) innebär konfidentialitet att persondata som redovisas inte gör det möjligt att identifiera någon person. Alla deltagare skrev på samtyckesblanketten. Skriftlig information om studien och samtycke är viktigt i en sådan här studie enligt Malterud (1998).

3.3 Metod för insamling av information

För att besvara studiens syfte intervjuades respondenterna. En kvalitativ intervjuform utan standardiserade frågeformulär användes. Frågorna till intervjuerna utarbetades utifrån CMOP's miljöindelning samt COPM's indelning av fritidsaktiviteter, frågorna var formulerade som öppna frågor (Se bilaga 2) för att ge ett mer omfattande material. Under intervjuerna användes öppna frågor. Enligt Magne-Holme och medförfattare (1991) är en kvalitativ intervju form med öppna frågor en bra metod. Genom denna metod kom respondenternas uppfattning om ämnet att vara i centrum för samtalet.

Vår kontaktperson läste igenom frågorna och kom med tips på förbättringar. Utifrån dessa tips justerades frågorna. De inledande frågorna gällde respondenternas synskada. Det valde vi att fråga om för att under intervjuerna lättare förstå hur utövandet av fritidsaktiviteter ser ut. Sedan ombads respondenterna att berätta om en vanlig dag och vad de gör på sin fritid, med förhoppningen om att se i vilken utsträckning fritidsaktiviteter utfördes. Frågan om huruvida den fysiska miljön har betydelse för val och utförandet av fritidsaktiviteter och eventuella hinder som respondenterna upplever i den fysiska miljön, ställde vi då vi ansåg att dessa frågor kunde svara på vårt syfte. Vi valde att ha med en fråga om det fanns någon fritidsaktivitet som fungerade bra, eftersom vi även ville ha exempel på funktionell miljö, om det inte kommit upp spontant under intervjun. Att fråga om det fanns någon fritidsaktivitet som de avstod ifrån och frågan om de behövde ha någon med sig, tyckte vi kändes viktigt för att få veta något om och i så fall hur respondenterna har anpassat sina fritidsaktiviteter. De sista frågorna rörde demografiska fakta för att lättare kunna beskriva undersökningsgruppen. Intervjun avslutades med att vi frågade om respondenterna hade något att tillägga.

3.4 Procedur

Kontaktpersonen gav oss e-postadress, adress och telefonnummer till de personer som valt att delta i studien. Ett informationsbrev skickades antingen med post eller via e-post, utifrån personens önskemål. Kontaktpersonen upplyste oss om att synskadade har lättare att läsa i typsnittet Arial med 14 punkter och därför skickades informationsbrevet i det formatet. Utifrån deltagarnas önskemål skickades två av informationsbrevens med post och två informationsbrev via e-post. Anledningen till att några föredrog att få informationen via e-post var att de använder sig av talsyntes, alltså att datorn läser upp texten.

Efter att informationsbrevens skickats kontaktades respondenterna via telefon, och tid och plats för intervjun bestämdes. Plats för intervju bestämdes av respondenterna. Tre av intervjuerna genomfördes i respondenternas hem och en intervju genomfördes i ett rum med stängd dörr vid en samhällsinstitution. Intervjuerna spelades in, med respondenternas tillåtelse. Vid en intervju fortsatte samtalet om ämnet efter att bandspelaren stängts av, och det som sagts antecknades direkt efter intervjun. Närvarande vid intervjuerna var respondenten, författarna och i några fall respondenternas barn. Intervjuerna genomfördes av båda författarna och varje intervju pågick mellan en halvtimme och en timme.

3.5 Bearbetning av den insamlade informationen

De inspelade banden lyssnades igenom av författarna och transkriberades sedan ordagrant enligt Malteruds (1998) rekommendationer. Under arbetets gång förvarades materialet inlåst.

Materialet klassificerades utifrån indelningen av miljöerna i CMOP och sedan delades materialet in i fritidsaktiviteter utifrån COPMs indelning. Eftersom frågorna vi ställde under intervjuerna formulerades utifrån CMOP och COPM så valde vi att även klassificera materialet utifrån dessa. Vi valde att göra så för att tydligt se vilka uttalanden som rörde fysisk miljö, och vilka som rörde de andra miljöerna och därför inte var relevanta för vårt syfte. När vi gick igenom materialet såg vi att upplevelserna av den fysiska miljön både var att miljön kan upplevas vara ett hinder och att den fungerar bra i utförande av fritidsaktiviteter. Vi upptäckte också att både aktiviteten och miljön ibland hade anpassats. Ytterliggare en klassificering gjordes därmed av upplevelserna efter de mönster vi själva sett i uttalandena om upplevelserna. Indelningen valde vi att kalla ”funktionell miljö”, det vill säga miljö som respondenterna upplever fungerar bra och ”hindrande miljö och anpassningar av den”. Då vi anser att tillgång till färdtjänst är avgörande för utförande av fritidsaktiviteter har vi valt att också redovisa upplevelser kring färdtjänst, trots att det egentligen är institutionell miljö. När vi läste om vad som upplevdes som hindrande i miljön och vilka anpassningar som gjorts av den så urskiljde vi tre områden. Det var orientering, information och väder och vi valde att redovisa resultatet utifrån dessa. I resten av uppsatsen kommer vi med ”miljö” att mena fysisk miljö.

4 Resultat

Synskadades upplevelser av miljöns påverkan av fritidsutövande är att den kan vara ett hinder, som ibland kan överkommas genom anpassningar. Miljön kan även upplevas som funktionell.

4.1 Hindrande miljö och anpassningar av den

Den hindrande miljön och anpassningar av den kommer att redovisas i tre avsnitt, orientering, information och väder.

4.1.1 Orientering

Att orientera sig i okända miljöer upplevs ibland svårt och påverkar val och utförande av fritidsaktiviteter. Hinder upplevs i stillsamma fritidsaktiviteter, social samvaro och aktiva fritidsaktiviteter. Någon anser att miljön inte är hindrande när denne besöker nya platser och miljöer medan en annan tycker att orienteringen i sin egen stad är besvärlig. Genom anpassningar såsom hjälpmedel och olika typer av ledsagning har en del av hindren överbryggs.

Stora öppna ytor som kan finnas i publika lokaler som bibliotek och teatrar, upplevs svårorienterade när det inte finns några riktmärken som visar var i lokalen man befinner sig.

Det hände mig nu nyligen, när jag var på stadshallen själv, och så kom jag ut från en annan utgång än jag gått in, och då kommer trappan på vänster sida istället för höger sida, och då hade jag jättesvårt att förstå var jag var och hur jag skulle göra.

En respondent nämner att miljön är mer lättorienterad på stadsdelsbiblioteket i stadsdelen där hon bor, då det är mer småskaligt. Genom att besöka stadsdelsbiblioteket istället för stadsbiblioteket så har fritidsaktiviteten anpassats så att den inte upplevs som ett hinder.

Okänd inomhusmiljö upplevs också som ett problem i social samvaro av vissa, till exempel vid besök hos vänner eller vid deltagande i studiecirkel. Det är framförallt möbleringen och ljussättning som upplevs hindrande i miljön.

I en bostad man inte varit i är rätt så drygt ibland, det beror på hur det är möblerat och hur det ser ut med ljuset.

Stillsam fritid som kvällskurser i keramik upplevs svårorienterad, då det hölls andra kurser i lokalerna mellan kurstillfällena, vilket medförde att borden stod olika och verktygen flyttades runt. Vid sociala samvaroaktiviteter kan det finnas hinder i miljön, som om man till exempel skall träffas på ett café, dock undviks inte situationen på grund av hindren.

Det har ju aldrig varit så att jag har dragit mig för att träffa någon, för att den har sagt att kan vi träffas på något café. Ja, jag menar visst kan jag kanske krocka med en eller annan stol. Det är så det är. Man får bara leva med det.

Avsaknad av riktmärken i utemiljön gör att det upplevs mer svårorienterat vilket upplevs utgöra ett hinder när aktiva fritidsaktiviteter utförs. Texten på gatunamns skyltar är inte alltid tillgänglig då den inte finns i punktform och dessutom är skyltarna ofta högt placerade vilket gör dem svåra att läsa. Ibland finns det dörrskyltar med både vanlig text och punktskrift, men dessa sitter ofta i ögonhöjd, vilket upplevs ologiskt när texten skall läsas med händerna. En utdragen matta som ligger på marken utanför en butik eller en alternativ trafiksignal i form av ljud vid ett övergångsställe kan fungera som ett riktmärke för att lokalisera sig i staden. Ett förslag som kom upp var att till exempel syncentralen eller Synskadades riksförbund skulle kunna anordna en rundvandring i olika städer för en grupp synskadade personer. Man kunde promenera genom staden och upplysa om vilka riktmärken som finns. När det inte finns några trafikljus kan det upplevas riskabelt att korsa en gata. Dåligt underhållna gångbanor kan leda till färre promenader, då det känns osäkert att gå och inte se om det ligger något på vägen eller om vägen är ojämn.

Det blir typ på asfaltvägar jag klarar att gå, andra vägar och gångstigar då måste det vara sådana rediga vidgjorda gångstigar.

Vid aktiv fritid som att promenera upplevs ytterligare anpassningar i miljön som underlättar framkomligheten. Hjälpmiddel såsom vit käpp och kikare underlättar orienteringen och möjliggör utförande av fritidsaktiviteter utomhus. Att ha ledarhund nämns som ett alternativ för att öka den fysiska aktiviteten och underlätta förflyttningar när synen blivit sämre och miljöns krav har ökat.

Man kan lära hunden vissa sträckor, så den tar ledningen tydligt.

Vid ridning kan hästen fungera som en slags ledsagare, då ryttaren upplever att hon inte behöver använda sin syn, utan kan lita på hästen.

Hästen ser ju själv så att jag har alltid ridit i skogen och hoppat.

Orientering mellan platser kan underlättas med färdtjänst. Under intervjuerna framkommer det att färdtjänsten fungerar dåligt och förseningar nämns som ett skäl till att färdtjänsten inte fungerar optimalt. Respondenterna upplever att de måste boka färdtjänst långt i förväg och vid bokning anger de ofta en tidigare tid för att ha god marginal, vilket gör att det upplevs svårt att göra saker spontant. Det kan göra att respondenterna ogärna använder sig av färdtjänst, vilket påverkar deras val av fritidsaktiviteter. Att färdtjänsten inte har fler än en bilbarnstol per bil hindrar till exempel en respondent från att åka på utflykt med sina barn.

Information om förändringar som görs i en stad, som till exempel ett stort vägarbete, eller om affärer flyttar kan undgå synskadade, vilket gör orienteringen svårare.

4.1.2 Information

Det kan upplevas svårt att vara delaktig när man inte ser och därför inte får information från sin omgivning. Hindren kan uppstå till exempel när man inte kan följa med i en sport och när man inte kan läsa vanlig text. Det upplevs i social samvaro, stillsamma fritidsaktiviteter och aktiva fritidsaktiviteter. Kontraster gör att det blir lättare för vissa synskadade att följa med i aktiviteter.

Att gå på fotboll med ett gäng kompisar var en social fritidsaktivitet som en respondent gärna utförde innan han blev synskadad, men som han har slutat med då han upplever att det är svårt att följa med i spelet på så långt avstånd.

Titta på fotboll från läktare och en plan som är kanske 50 meter bort, det är liksom totalt meningslöst. Att man hör och halvser... det har jag lagt av med för det ger mig ingenting.

Miljön som vissa sporter utövas i kan vara en anledning till att man väljer en aktiv fritidsaktivitet framför en annan.

Jag la av med att spela fotboll, att få en fotboll i ansiktet när man inte tänker på det eller är beredd så gör det fruktansvärt mycket ondare än att få en innebandyboll på sig.

Vid innebandyträning spelar det stor roll hur träningslokalen ser ut. Ibland spelar laget i en stor hall och avdelar den då med bänkar. Detta gör det svårare för respondenten att följa med i spelet, då det blir dimmigt på längre avstånd. Ett ljusst golv ger mindre kontrast mellan golv och boll, vilket gör att han har svårt att se innebandybollen. Har han möjlighet att välja så spelar han alltså hellre innebandy i en liten hall med mörkt golv. Färre spelare i lagen och kontraster på kläder underlättar också för respondenten att följa med i spelet.

*Den perfekta fysiska miljön för innebandyns skull: mörkt golv, en liten hall, det behöver inte vara fem man, tre-fyra räder.
Kontrasterna är viktiga.*

Att ha någon med sig kan underlätta vid flera olika fritidsaktiviteter. I vissa situationer kan sällskapet fungera som ledsagare, som underlättar orienteringen i olika miljöer. Vid till exempel stillsamma fritidsaktiviteter, som teater-, bio- och konstutställningsbesök, kan sällskapet fungera som syntolk.

Visst det blir tråkigare att gå på konsthallen utan någon som hjälper mig och berättar vad som är på bilden.

Även vid aktiva fritidsaktiviteter nämns det att det är underlättande att ha någon med sig. Instrukörer på gym kan hjälpa till vid eventuella hinder i miljön och därmed upplevs gymbesöken inte som svåra. Att ha med sig en väninna till gymmet upplevs underlättande och om inte denne kan följa med upplevs miljön för svår och det blir därför lättare att avstå från att åka.

Hon jag skulle ha gått med, hon var förkyld och kunde inte gå och då kände jag att då är det lite för svårt att göra det själv.

En annan svårighet som nämns är att det kan vara svårt att få information om till exempel teaterföreställningar, föreläsningar och konserter. Sådan information, speciellt när det gäller mindre evenemang, förmedlas ofta via lappar på anslagstavlor och är svår för synskadade personer att upptäcka. Att fråga bibliotekarien på biblioteket om vad som aviseras på deras

anslagstavla togs upp som ett sätt att, till viss del, lösa problemet med att få information. Att inte kunna se böckerna är ett problem på biblioteket då det blir svårt att på ett enkelt sätt hitta inspirerande böcker, eftersom man inte kan se bilder, omslag eller bara bläddra igenom en bok.

Det är inte som när ni, ni kan ta och läsa och bläddra i en bok. Åh den här var inspirerande och så!

Problemet att inte hitta böcker har en respondent löst genom att fråga en bibliotekarie eller någon som jobbar i en bokhandel om boktips.

Reklam från till exempel studieförbund kommer ofta i form av direktreklam i brevlådan, med en text som är otillgänglig för synskadade. Detta gör att det upplevs svårt att få överblick över utbudet av fritidsaktiviteter.

De här broschyrerna som kommer, de ser man inte vad som står i dem. Man får inte alls den inputen.

När man inte kan läsa vanlig text, som exempelvis texten i böcker och tidningar, finns det likväl olika sätt att tillgodose sig informationen på, bland annat genom talböcker eller speciella glasögon med optik som förstorar kraftigt. Med hjälp av glasögonen kan en respondent läsa en tidningstext på ungefär fem centimeters avstånd. Bäst fungerar det då kontrasterna mellan text och bakgrund är starka, till exempel svarta bokstäver mot vit bakgrund. För att till exempel det skall fungera att gå en kurs så måste informationen vara tillgänglig genom att skriven information ges i annat format som den synskadade kan tillgodogöra sig. Kursledaren bör vara uppmärksam och lyhörd på om det krävs vidare anpassningar.

Information om förändringar som görs i en stad, som till exempel ett stort vägarbete, eller om affärer flyttar borde vara tillgänglig för synskadade, till exempel genom att kommunens tillgänglighetsrådgivare lägger upp en informationssida om sådana ändringar.

Ett annat problem som upplevs i stillsamma fritidsaktiviteter är att besöka caféer och restauranger själv då det är svårt att läsa text på skyltar och att ta till sig information i menyer.

Det kan va lite svår miljö ibland om man ska beställa på en restaurang eller ett café om det är skyltar överallt och så kan man ju inte läsa om man är själv.

4.1.3 Väder

Vädret spelar i många fall roll för val och utförande av fritidsaktiviteter för respondenterna, men liksom de flesta andra försöker synskadade undvika att vistas i oväder.

Det är svårt att avgöra är det för att är det på grund av min synskada eller på grund av att det blåser djävligt och hagla, att det rent generellt kan betraktas som obehagligt att få pingisbolls stora hagelkorn i huvudet.

Vissa väderförhållanden verkar dock vara hindrande därför att det upplevdes mer osäkert att gå ute. En avgörande faktor för i vilken utsträckning fritidsaktiviteter utförs utomhus är vädret. Regn och kraftig blåst kan bidra till att färre aktiva fritidsaktiviteter utförs, till exempel utflykter med barnen blir inte av då det blir mycket jobb med regnkläder och barnvagnen blir blöt. På hösten och vintern ligger blöta löv och snö på gång- och cykelbanor samt trottoarkanter vilket gör det problematiskt för den som använder vit käpp och som därmed inte känner kanterna.

Det ligger löv i kanterna och i högar på asfalten så det är... svårt att känna.

Snö och löv kan också medföra att det blir halt vilket gör att det upplevs osäkert att gå ute. De akustiska förhållandena blir förändrade då snön dämpar ljudet och det blir svårare att höra bussar och andra fordon. Att stiga av bussen på vintern är en mindre trevlig upplevelse då man aldrig vet om det är halt eller om man trampar ner i en snödriva vid trottoarkanten, då inte alla busschaufförer är uppmärksamma på dessa problem. Solen kan vara förödande vid utomhusvistelse då den kan blända, vinter är värsta årstiden eftersom solen står lågt på himlen

och snön gör att solen bländar mer då den reflekteras i den vita ytan. En positiv aspekt med snön som nämns är att ibland när vägen är plogad och sopad så blir det kontrast mellan asfalten och snön på sidorna, vilket gör att det upplevs lättare att se vägen.

Solglasögon kan vara ett bra hjälpmedel när man vistas ute i solen. Att göra mer saker inomhus när solen är bländande kan vara ett sätt att undvika problemet.

Att leda cykeln i motljus kan vara att föredra ur säkerhetssynpunkt men cykling behöver inte vara ett hinder om man har uttalad synsvaghet.

4.2 Funktionell miljö

Likaväl som miljön ibland upplevs hindrande i vissa fritidsaktiviteter så upplevs den i vissa fall som funktionell. Motivationen var en viktig faktor för att miljön skulle upplevas funktionell i samtliga typer av fritidsaktiviteter.

Jag tänker först – vad vill jag göra? ... Jag kan inte påminna mig om på rak arm att någonting har känts helt omöjligt att göra för att jag på grund av den fysiska miljön.

Att vara motiverad när man skall besöka ett evenemang kan i vissa tillfällen göra att miljön inte upplevs som hindrande.

Var på en teater, men jag visste inte hur det såg ut därinne, men då var jag motiverad för det handlade om bistånd till kvinnor i U-länder.

Motivation nämndes alltså som något som gjorde att miljön upplevs funktionell i en stillsam fritidsaktivitet. Detsamma upplevs i sociala samvaroaktiviteter. Alla respondenterna berättar att de gärna träffar vänner och släkt och ingen säger att de skulle avstå från att åka hem till någon för att miljön är krånglig. De upplever att de lika gärna träffas hemma hos vänner som hos dem själva. Att träffas på nya platser behöver heller inte upplevas som något som hindrar en från att utföra en social fritidsaktivitet. Men en respondent brukar upplysa den personen han skall träffa att titta sig omkring efter honom om han är sen.

Har jag inte dykt upp på inom si och så, så kanske det är läge att titta sig lite omkring och se om jag står bakom ett träd eller så på ett ställe där du inte riktigt hade tänkt dig att jag skulle vara... Nya platser i sig är inga problem. Visst det kan vara svårt att orientera sig absolut men jag säger inte kan vi träffas där istället.

Också i aktiva fritidsaktiviteter är motivationen viktig för upplevelsen av miljön.

Och så är vi ute och cyklar som jag inte gjorde i början, för jag vågade inte men det gör jag alldeles utmärkt nu...

Att en aktiv fritidsaktivitet som simning inte påbörjats behöver inte betyda att miljön upplevs otillgänglig.

När den tiden kommer hugger jag en badvakt och säger: Var är en ledig bana?

5 Diskussion

5.1 Resultatdiskussion

5.1.1 Hindrande miljö och anpassningar av den

5.1.1.1 Orientering

Att det som synskadad kan upplevas svårt att förflytta sig och orientera sig har Christiansen och medförfattare (1997) och Gustavsson-Pearce och medförfattare (2005) samt vår studie kommit fram till. Det Gustafson-Pearce och medförfattare (2005) tar upp som de största problemen i framkomligheten är dock inget som nämns av respondenterna i denna studie. Vidare nämner Gustafson-Pearce och medförfattare (2005) höga ljud som ett hindrande faktor, medan respondenterna i denna studie endast tagit upp ljud i samband med att det upplevs negativt att snön dämpar ljudet. Som resultatet visar finns det skillnader mellan

respondenterna i upplevelsen av möjligheten till orientering på nya platser. Vi tror att möjligheten till att utföra till exempel stillsamma fritidsaktiviteter skulle öka om bibliotek, konserthallar med flera kunde erbjuda synskadade besökare reliefkartor. Förslaget som togs upp om rundvandringar tycker vi var en bra idé och vi tror att det skulle kunna vara underlättande, framförallt för personer som är nyskadade och nyinflyttade. Detta skulle kunna vara arbetsterapeutens arbetsuppgift, då arbetsterapeuter strävar efter att stötta sina klienter till att vara aktiva, delaktiga och självständiga (Christiansen & Baum, 1997). Problemet som togs upp om att få information om till exempel vägarbeten skulle kunna lösas exempelvis genom att kommunens tillgänglighetsrådgivare lägger upp en informationssida.

Vi tycker att det är anmärkningsvärt att alla respondenterna upplever så mycket problem med färdtjänsten, då det får konsekvenser både för aktiviteter och för delaktighet. För att synskadade personer skall ha samma möjlighet till aktivitet och självständighet så måste färdtjänsten fungera. Vi instämmer i vad Synskadades Riksförbund (2006) säger om att färdtjänsten behöver bli mer frikostig och att synskadade personer därmed skall kunna använda färdtjänsten hur ofta de vill, när de vill och inte behöva boka lång tid i förväg. Möjligheten till färdtjänst påverkar inte bara fritidsaktiviteter utan också aktiviteter inom P-ADL och produktivitet.

5.1.1.2 Information

Synskadades riksförbund (2006) tar upp det informationshandikapp som synskadade kan sägas ha, och det nämns också av respondenterna i denna studie. Svårighet att få information om kulturevenemang och att läsa skyltar och tidtabeller är exempel som både Synskadades riksförbund och respondenterna tog upp. Precis som Christiansen medförfattare (1997) skriver så säger också våra respondenter att starka kontraster kan göra en text läsbar. En åtgärd som vi anser skulle öka tillgängligheter är att dörr- och informationsskyltar kompletteras med punktskrift. Om information om kulturevenemang fanns i format som är tillgängliga för synskadade personer så skulle också det öka möjligheten till delaktighet och aktivitet, vilket både vår och Ellisons (2005) studie stöder. Informationshandikappet omfattar såklart inte bara fritidsrelaterad information, utan också viktig samhällsinformation, som inte alltid skickas ut i tillgängligt format.

5.1.1.3 Väder

Vädret innebar mer problem för respondenterna än vi trodde innan vi påbörjade studien. Att anpassa sina fritidsaktiviteter efter vädret är inget unikt för synskadade, men under intervjuerna framkom att det kan kännas riskabelt att utföra aktiviteter vid vissa väderförhållanden. Vi tycker att det är anmärkningsvärt att vi inte funnit mer litteratur som behandlar väder och synskadade personer.

5.1.2 Funktionell miljö

Enligt Christiansen och medförfattare (1997) är värderingar och intressen det som skapar motivation och motivationen är grundläggande för att en person skall utföra en aktivitet. Att en person väljer en aktivitet framför en annan, och att personen väljer att göra något alls, är ett uttryck för motivation (Christiansen & Baum, 1997). Vårt resultat visar att en person med motivation kan överbrygga hinder. Csikszentmihalyi (1988) menar att människor är mer motiverade att engagera sig i aktiviteter som ger dem glädje. Själva görandet av aktiviteten kan vara det viktiga, inte målet. Vi tror att aktiviteter som upplevs meningsfulla ökar motivationen hos personen som ska utföra aktiviteten. Bandura (1997) menar att människor motiverar sig själva genom att sätta upp mål och planera hur dessa ska uppnås. För arbetsterapeuter som arbetar med synskadade personer tror vi därför att det är viktigt att tillsammans med klienten hitta och stärka motivation samt stötta klienten i att formulera mål.

5.2 Metoddiskussion

5.2.1 Urvalsförfarande

Anledningen till att vi valde att ha åldern 18-65 som ett urvalskriterium var att mycket av den litteratur vi hittade behandlade äldre synskadade. Vi tyckte därför att det skulle vara intressant att undersöka synskadade personer i arbetsför ålder och deras upplevelser. Vid urvalet av deltagare till vår studie hade vi stor hjälp av vår kontaktperson på syncentralen, då hon hade vetskap om personer som hon trodde gärna skulle delta. Kontaktpersonen valde ut personer som hon visste var aktiva och gärna ville berätta om sin fritid och vi tror att det gjorde att vi fick mer omfattande svar än om vi själva skulle försökt leta upp deltagare till studien.

Inom respondentgruppen var det stor variation av grad av synskada och hur länge respondenterna hade haft skadan. Innan vi påbörjade intervjuerna funderade vi över hur mycket graden av synskada påverkar hur man upplever att miljön påverkar en. I vår

urvalsgrupp fanns både de som inte upplevde miljön som något avgörande hinder och de som tyckte att miljön spelade stor roll för deras val och utförande av fritidsaktiviteter oavsett grad av synnedsättning.

5.2.2 Metod för insamling av information

Att, som Magne-Holme och medförfattare (1991) beskriver, genomföra intervjuer tror vi var det bästa sättet att inhämta information om personernas upplevelser. Vi tycker också att det var bra att vi började med den öppna frågan "Kan du beskriva hur en vanlig dag ser ut?". Detta rekommenderar författarna Ely, Anzul, Frideman, Gardner & McCormarck-Steinmetz (1993). Vi tror att det dels gjorde att vi fick en inblick i respondenternas liv, dels att respondenterna fick möjlighet att reflektera över hur deras vardag, inklusive fritidsaktiviteter, ser ut.

Som oerfarna intervjuare så gjorde vi nybörjarmisstag, till exempel märkte vi när vi lyssnade på inspelningen av den första intervjun att vi inte gav respondenten så mycket tid att tänka efter varje fråga. Att lämna pauser och låta det vara tyst så att respondenten får tid att reflektera är ett kvalifikationskriterium som ställs på intervjuaren enligt Kvale (1997). Vid en annan intervju borde vi ha styrt intervjun mer, då respondenten avvek från ämnet. Att kunna hålla intervjun kring ämnet är ett annat kvalifikationskriterium som Kvale (1997) nämner. Det krävs enligt Kvale (1997) träning för att bli en god intervjuare. Vi upplever dock att vi genom intervjuerna fick tillräckligt med material för att besvara syftet.

Intervjufrågorna arbetades fram efter att vi läst litteratur i ämnet. Kontaktpersonen på syncentralen läste igenom frågorna och kom med synpunkter som vi tog till oss. Ingen provintervju genomfördes trots att det rekommenderas av till exempel Trost (1997) på grund av den korta tid vi hade. Vi tror att om vi gjort en provintervju så hade vi förändrat vårt frågeformulär något. Vi hade uteslutit frågorna som gällde demografiska fakta. Då respondenterna uppfyllde våra urvalskriterier var sådana frågor överflödiga och inte relevanta för syftet. Samtidigt anser vi inte att det påverkar resultatet att vi ställde de här frågorna. En fråga vi ställde var "Vilken roll spelar väder för vad du väljer att göra? Kan du ge exempel på detta?". I efterhand känner vi att vi skulle ha ställt fler följdfrågor, då vi tror att vi hade kunnat få mer uttömmande svar. Det hade varit intressant att fråga om respondenterna avstod från några speciella aktiviteter vid ett speciellt väder och i så fall varför.

När vi sökte litteratur kring ämnet så hittade vi mycket om hinder som synskadade personer kan möta. Kanske var det därför vi formulerade våra frågor som vi gjorde. Vid någon intervju kändes frågan ”Upplever du några speciella hinder när du utövar fritidsaktiviteter?” felställd, för att det kändes som att vi förutsatte att respondenterna upplevde hinder. Samtidigt var ett klart ”nej” på den frågan en viktig del av vårt resultat.

I slutet av intervjun ställde vi frågan ”Tror du att du skulle ha haft andra fritidsaktiviteter om du inte var synskadad?”. Detta är en hypotetisk fråga, med vilken vi önskade att respondenterna skulle spekulera i hur det kunde ha varit. En hypotetisk fråga är enligt Jacobsen (1993) ett verktyg för att ta reda på respondentens önskningar. Frågan tar inte direkt upp miljöns betydelse för fritiden, så svaren blev i varierande grad relevanta för syftet. Något vi funderat över medan vi genomfört vår studie är hur mycket av hindren som upplevs som kan sägas bero på miljön och vad som beror på synskadan. Att en synskadad person avstår från att gå på fotbollsmatch kanske i vissa fall beror på en hindrande miljö, men som nämndes under intervjuerna kan det också vara så att det inte ger något när man inte kan se. Då är det inte miljön utan synskadan som är hindret. Ibland har vi upplevt att det är svårt att veta vad hindret beror på. Vi anser att vi ställde lagom många frågor och upplever att respondenterna förstod frågorna.

5.2.3 Procedur

Att låta respondenterna välja var intervjuerna skulle hållas tror vi gjorde att respondenterna kände sig mer bekväma i intervjusituationen. Vid två av intervjuerna var respondenternas barn med vilket medförde en del avbrott. Vi tror inte att resultatet hade varit annorlunda utan dessa avbrott eller att barnens närvaro påverkade vad respondenterna sade. Inspelning av intervjuerna var nödvändigt, då det hade varit mycket svårt att anteckna allt respondenterna sa. Vid en intervju märkte vi att en respondent blev mer pratsam efter det att vi stängt av bandspelaren. Vi fortsatte då prata om ämnet för studien och detta gav oss mer information som var relevant för syftet, varför vi valde att ta med detta också.

5.2.4 Bearbetning av den insamlade informationen

Materialet klassificerade vi tillsammans, och i efterhand tänker vi att det hade varit intressant att veta om klassificeringen av insamlad data hade gjorts annorlunda om vi hade klassificerat var för sig. Enligt DePoy och Gitlin (1999) ökar trovärdigheten av resultatet i en samarbetsstudie om analysen görs oberoende av varandra. Vidare menar DePoy och

medförfattare (1999) att deltagarkontroll, det vill säga att deltagarna får läsa resultatet och säga om de tycker att det är korrekt tolkat, ökar trovärdigheten. På grund av den korta tid vi hade var inte detta möjligt. Något som ökar trovärdigheten i vår studie är vi reflekterat över vårt eget perspektiv (DePoy & Gitlin, 1999), till exempel att vi från början trodde att respondenterna skulle ha mer negativt att berätta. Vi tycker också att trovärdigheten i vårt arbete ökar genom att vi förklarar hur vi gått tillväga DePoy och medförfattare (1999).

Indelningen ”Hindrande miljö och anpassningar av den” och ”funktionell miljö” av resultatet gjordes då vi ansåg att det är intressant att redovisa anpassningar av de hinder som redovisats och hindren tillsammans. Problemet kan vara att en anpassad miljö upplevs som funktionell. Det vi har redovisat under funktionell miljö är det som upplevdes som problemfritt utan anpassningar.

Att klassificera efter vedertagna arbetsterapeutiska begrepp tyckte vi hjälpte oss att vara säkra på att vi fick med det som var relevant för studien. Vi ansåg inte att vi kunde använda några vedertagna begrepp när vi klassificerade materialet vidare i nästa steg. Indelningen ”Funktionell miljö” och ”Hindrande miljö och anpassningar av den” känns logisk för vår frågeställning för att vi delar upp positiva och negativa upplevelser och kan ställa dessa mot varandra.

Den tredje och sista indelningen i ”Orientering”, ”Information” och ”Väder” tycker vi gör resultatet lättare att följa och genom indelningen hamnar inte fokus på specifika aktiviteter, utan på upplevelsen av val och utförande.

5.3 Konklusion

Vi tycker att det finns mycket att göra för synskada vad gäller miljö och tillgänglighet, då miljön kan upplevas hindrande i utförandet av fritidsaktiviteter. Om samhället skall bli tillgängligt för alla till år 2010 finns det mycket kvar att göra. Vi tror att arbetsterapeuternas unika kunskap är en viktig del i detta arbete.

Referenser

Backman, J. (1998). *Rapporter och uppsatser*. Lund: Studentlitteratur.

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioural change. *Psychological review*, 84, 191-215.

Billett, E., Cecelja, F. & Gustafson-Pearce, O. (2005). Perceptual impact of environmental factors in sighted and visually impaired individuals. *The British Journal of Visual Impairment*. 23(1). (25-30).

Christiansen, C., & Baum, C. (1997). *Occupational Therapy: Enabling Function and Well-being*. Slack incorporated: Thorofare.

Csikszentmihalyi, M., & Csikszentmihalyi, I. (1988). *Optimal experience: Psychological studies in Flow in Consciousness*. New York: Cambridge University Press.

DePoy, E. & Gitlin, L. *Forskning – en introduktion*. Studentlitteratur: Lund.

Ellison, E. (2005). Leisure in focus. *International Congress Series 1282* (841-845).

Ely, M., Anzul, M., Frideman, T., Gardner, D. & McCormarck-Steinmetz, A. 1993. *Kvalitativ forskningsmetodik i praktiken – cirklar inom cirklar*. Studentlitteratur: Lund.

Fänge, A., & Iwarsson, S. (2003). Accessibility and usability in housing: Construct validity and implications for research and practice. *Disability and Rehabilitation*, 25, 315-326.

Kielhofner, G. (2002). *Model of Human Occupation. Theory and Application* (3rd ed.). Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins.

Kvale, S. (1997). *Den kvalitativa forskningsintervjun*. Studentlitteratur: Lund.

Law, M. (1991). The environment: A focus for occupational therapy. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, 58, 171-179.

Lawton, M.P., & Nahemow, L. (1973). Ecology and the Aging Process. In C. Eisdorfer & M.P.Lawton (Eds.), *The Psychology of Adult Development and Aging* (619-674).

Magne-Holme, I. & Krohn-Solvang, B. (1991). *Forskningsmetodik; Om kvalitativa och kvantitativa metoder*. Lund: Studentlitteratur.

Malterud, K. (1998). *Kvalitativa metoder i medicinsk forskning*. Lund: Studentlitteratur.

Matsunaka, K., Inoue, A. & Miyata, Y. (2002). The effect of sight levels on daily stressors and coping styles. *Japanese Psychological Research*. 44 (1-8).

Owsley, C., McGwin, G., Scilley, K., Dreer, L., Bray, C., & Mason III, J. (2006). Focus Groups With Persons Who Have Age-related Macular Degeneration: Emotional Issues. *Rehabilitation Psykology*.51(1), 23-29.

Statens Folkhälsoinstitut. (2003). *FYSS fysisk aktivitet I sjukdomsprevention och sjukdomsbehandling*. Yrkesföreningar för fysisk aktivitet; Sandviken.

Townsend, E (ed). (1997). *Enabling Occupation: An Occupational Therapy Perspective*. (2nd edition) Ottawa: Canadian Association of Occupational Therapists.

World Health Organisation (WHO). (2001). *International classification of functioning, disability and health. ICF*. Geneva.

Wilcock, A. A. (1993). A theory of the human need for occupation. *Journal of Occupational Science: Australia*. 1 (1), 17-24.

Zemke, R & Clark, F. (1996). *Occupational Science: The evolving discipline*. Philadelphia: F. A. Davies.

Certek. http://www.certec.lth.se/lectures/jorgen/syn_och_optik/modul2/#Orsaker, 2006-12-01

Certek. http://www.certec.lth.se/lectures/jorgen/syn_och_optik/modul2/2006-12-04

Hjälpmiddelsinstitutet. http://www.hi.se/templates/IFrame____1796.aspx, 2006-12-04

Hjälpmiddelsinstitutet. (2005). Statistik från syncentraler 2004. Författare: Sara Brundell. <http://www.hi.se/Global/pdf/2005/05352-pdf.pdf>. 2006-12-13.

Hunditjänst. <http://www.ledarhund.se/ledarhund.htm>. 2006-12-04

Näringsdepartementet, <http://lagen.nu/1997:736> 2006-12-09

Regeringskansliet. <http://www.regeringen.se/content/1/c4/14/78/e9da3800.pdf>

Specialpedagogiska Institutet

<http://www.sit.se/net/Specialpedagogik/Methodmaterial/Syn/Synguiden/Vem+%E4r+synskadad/WHOs+synskadekategorier>. 2006-12-08.

Synskadades Riksförbund. <http://www.srfriks.org/hjalpmedel/ledarhund.htm>, 2006-12-01

Synskadades Riksförbund. <http://www.srfriks.org/synskado/hurser.htm>, 2006-12-01

Synskadades Riksförbund.

<http://www.srfriks.org/VVILLSRF/SRFsprogram/Tillganglighet.htm> 2006-12-07

Synskadades Riksförbund, <http://www.srfriks.org/infomat/infomat.htm>, 2006-12-09

Synskadades Riksförbund, <http://www.srfriks.org/infomat/miljo/miljo.htm>



MEDICINSKA FAKULTETEN

Lunds universitet

Institutionen för hälsa, vård och
samhälle

Vårdvetenskapliga etiknämnden

2007-01-08

Information om studie avseende synskadade personers upplevelse av den fysiska miljöns betydelse för fritidsaktiviteter.

Vi är två studenter på arbetsterapeututbildningen vid Lunds Universitet, som under hösten 2006 ska skriva vårt examensarbete, 10 p.

Christin Hult, vår kontaktperson på Syncentralen, har kontaktat dig eftersom Du uppfyller våra urvalskriterier för den här studien. Urvalskriterierna är att personen ska ha en synskada och vara mellan 18 och 65 år.

Syftet med vår studie är att undersöka synskadades erfarenheter av hur den fysiska miljön påverkar deras fritidsaktiviteter. Det vi är intresserade av är Din uppfattning om hur den fysiska miljön påverkar t ex Dina val av fritidsaktiviteter.

Intervjun beräknas ta cirka en timme och genomförs av Anna Ahlkvist och Annika Stigsäter. Du kan själv välja plats, t ex i Ditt hem eller på annat lämpligt ställe.

Med Din tillåtelse vill vi gärna spela in intervjun på band. Inspelningen kommer att **förvaras inlåst så att ingen obehörig kan ta del av den.** Efter att arbetet har slutförts kommer materialet att förstöras.

Deltagandet är helt **frivilligt och Du kan avbryta när som helst utan att ange någon orsak.** Resultatet av vår studie kommer att redovisas så **att Du inte kan identifieras.**

Längre ner i brevet finns en bilaga med en blankett om ditt samtycke som vi kommer att be dig skriva under när vi träffas för intervjun. Vi kommer att ta med samtyckesblanketten till intervjun.

Om Du har några frågor eller vill veta mer, ring eller skriv gärna till oss,
Anna Ahlkvist och Annika Stigsäter, eller vår handledare Monika Vestling.

Med vänlig hälsning

Anna Ahlkvist
Kakelvägen 10, 227 30 Lund
046-30 56 96
Anna.ahlkvist.644@student.lu.se

Annika Stigsäter
Folkparksvägen 4C, 227 30 Lund
046-732183
annika.stigsater.343@student.lu.se

Monika Vestling
Universitetsadjunkt, doktorand
046-222 19 52
Box 157, 221 00 Lund

Bilaga

Jag har tagit del av informationen om studien angående upplevelse av den fysiska miljöns betydelse för fritidsaktiviteter för synskadade.

Jag har också tagit del av informationen att deltagandet är frivilligt och att jag kan avbryta när som helst utan att ange någon orsak eller med några konsekvenser för min behandling.

Härmed ger jag mitt samtycke till att bli intervjuad och att intervjun spelas in på band.

Ort, datum

Underskrift

Telefonnummer

Intervjufrågor

Bilaga 2

1. Hur länge har du haft synskadan?
2. Hur mycket ser du? Synskärpa, synfält.
3. Använder du något hjälpmedel? Har du färdtjänst?
4. Kan du berätta hur en vanlig dag kan vara för dig?
5. Kan du berätta om vad du gör på din fritid?
6. Vilken roll spelar den fysiska miljön när du väljer vad du ska göra på din fritid? Kan du ge några exempel?
7. Upplever du några speciella hinder när du utövar fritidsaktiviteter? Kan du i så fall ge exempel på detta?
8. Vilken roll spelar väder för vad du väljer att göra? Kan du i så fall ge exempel på detta?
9. Vilken roll spelar årstiden vid val av fritidsaktiviteter? Exempel?
10. Vilken roll spelar tiden på dygnet vid val av fritidsaktiviteter? Exempel?
11. Finns det några fritidsaktiviteter där du behöver ha med dig någon? Kan du ge något exempel?
12. Har du några exempel på fritidsaktiviteter som fungerar bra?
13. Avstår du från någon fritidsaktivitet för att miljön hindrar dig?
14. Tror du att du skulle haft andra fritidsaktiviteter om du inte var synskadad?
15. Hur gammal är du?
16. Är du sammanboende eller ensamstående?
17. Har du barn?

18. Har du jobb?

19. Är det något du vill tillägga?