

FSD3923 LIIKKUMISEEN LIITTYVÄT MOTIIVIT JA TUNTEET 2019-2021

FSD3923 MOTIVES AND EMOTIONS RELATED TO PHYSICAL ACTIVITY 2019-2021

TÄMÄ DOKUMENTTI ON OSA YLLÄ MAINITTUA YHTEISKUNTATETEELLISEEN TIETOARKISTOON ARKISTOITUA TUTKIMUSAINEISTOA.

DOKUMENTTIA HYÖDYNTÄVIEN TULEE VIITATA SIIHEN ASIANMUKAISESTI LÄHDEVIITTEELLÄ.

THIS DOCUMENT FORMS A PART OF THE ABOVE MENTIONED DATASET, ARCHIVED AT THE FINNISH SOCIAL SCIENCE DATA ARCHIVE.

IF THE DOCUMENT IS USED OR REFERRED TO IN ANY WAY, THE SOURCE MUST BE ACKNOWLEDGED BY MEANS OF AN APPROPRIATE BIBLIOGRAPHIC CITATION.

DETTA DOKUMENT UTGÖR EN DEL AV DEN OVANNÄMDA DATAMÄNGDEN, ARKIVERAD PÅ FINLANDS SAMHÄLLSVETENSKAPLIGA DATAARKIV.

OM DOKUMENT ÄR UTNYTTJAT ELLER REFERERAT TILL MÅSTE KÄLLAN ANGES I FORM AV BIBLIOGRAFISK REFERENS.

TEEMAHAASTATTELURUNKO: Liikkumiseen liittyvät motiivit

PÄÄTEEMA	KYSYMYKSET
Henkilön taustatekijöitä kulkumahdollisuudet ajankäyttö vapaa-ajalla	Työtehtävä ja liikkuminen työpäivän aikana Kauanko olet ollut tässä työpaikassa? (onko esim. matkojen kulkeminen rutinoitunut?) Missä asut (tien nimi), Kuinka pitkä työmatka on (ajassa, kilometreissä)? Miten kuljet matkan? (matkaliikeketju ovelta ovelle) Miksi? Miten kulkumatka vaihtelee vuodenajan mukaan? Mitä muita kulkumahdollisuuksia olisi? Voisitko ajatella niitä? Miksi? Miksi et? Mitä harrastat? (yleisesti, ei välttämättä liikkumiseen liittyen) Miten kuljet harrastuksiin? (matkaliikeketjut ovelta ovelle) Miksi? Miten tuleva raitiotie vaikuttaa liikkumiseesi? Miksi? Miten läheiset vaikuttavat liikkumiseesi? Jos on lapsia, mitä lapset harrastavat? Miten he sinne kulkevat? Miksi?
Arjen liikkuminen, liikkumisen esteet ja kannusteet, rutiinit	Millaisia ajatuksia liikkuminen sinussa herättää? Miten kuvailisit itseäsi liikkujana? Mitkä kuvat kuvaavat parhaiten omaa liikkumistasi? [Projektiiviset kortit, lista A alla] Miksi liikut tällä tavoin? Mitä se sinulle antaa (millaisia tunteita herättää)? Liikutko yksin vai jonkun kanssa? Miksi? Oletko tyytyväinen liikkumiseesi? Miksi näin?
Suhtautuminen aktiiviseen liikkumiseen, liikkumisen esteet ja kannusteet, rutiinit	Miten haluaisit liikkua? [Projektiiviset kortit, lista A] Miksi? Mitä se sinulle ehkä antaisi (mitä tunteita ehkä herättäisi)? Mikä estää sinua liikkumasta tällä tavoin? Mitä pitäisi tapahtua, että voisit liikkua niin? Koetko terveydentilasi vaikuttavan liikkumiseesi? Miten? Millaiset liikkumisolosuhteet saavat sinut liikkumaan? Mitä työnantaja voisi tehdä, jotta tämä liikkumistapa onnistuisi? (työ, työmatka, vapaa) (liikkumisen paikkoja? työyhteisön rooli? ohjausta? keneltä? työterveys? joku muu taho?) Oletko joskus liikkunut haluamallasi tavalla? Mikä oli silloin eri tavalla kuin nyt?
Suhtautuminen aktiiviseen liikkumiseen, liikkumisen esteet	Miten et missään nimessä haluaisi liikkua? [Projektiiviset kortit, lista A alla] Miksi? Mitä tunteita tällainen liikkuminen sinussa herättää? Miksi?
Liikkumisympäristö	Mikä kuvajoukko kuvaa parhaiten omaa arkiliikkumisympäristöäsi? [Projektiiviset kortit, lista B alla].Missä mielessä? Millaisessa ympäristössä haluaisit liikkua? Miksi?
Liikkumisrutiinien muutos	Miten arvelisit liikkumisesi olevan erilaista vuoden kuluttua? Miksi? Miten arvelisit liikkumisesi olevan erilaista 10 vuoden kuluttua? Miksi?
Liikkuminen ja merkityksellisyys	Mikä elämässä on sinulle tärkeää? Miten liikkuminen yhdistyy näihin asioihin (toista haastateltavan mainitsemat)?

Taustakysymykset	Montako henkilöautoa taloudessasi on? Onko sinulla ajokorttia? Asumismuoto (kerros, rivi, omakoti)? Ikä? Perhetilanne (ts. mistä muista pidät huolta? (lapset, vanhemmat, lemmikit ym.)
<i>Loppu</i>	Onko jotain, mikä jäi vielä kysymättä arjen liikkumisestasi ja jonka haluaisit tuoda ilmi?

PROJEKTIIVISET KORTIT (Valokuvat eivät ole julkisia, mutta lista korttien aiheista on alla)

LISTA A: Valokuvat eri tyyppiseen liikkumiseen liittyen (ml. muutama kontrollikuva liikkumattomuudesta):

1. Murtomaahiihto
2. Lumenluonti
3. Uinti
4. Lukeminen ja kahvi/teekuppi(kontrollikuva)
5. Liikunnallinen peli: twister
6. Vaeltaminen
7. Kilpajuoksu
8. Puutarhatyöt
9. Jooga
10. Frisbee
11. Sähköpotkulaudalla liikkuminen
12. Playstation (kontrollikuva)
13. Rantalentopallo
14. Kävely, lenkkeily
15. Kävely kaupungilla
16. Siivous: imurointi
17. Kännykän käyttö (kontrollikuva)
18. Maratontapahtuma
19. Kävely työmatkalla: koti ↔ työpaikka
20. Ryhmäliikunta kuntosalilla
21. Sienestys, marjastus
22. Pihapeli: mölkky
23. Netflix (kontrollikuva)
24. Jalkapallo
25. Työmatkapyöräily
26. Golf
27. Avantouinti
28. Nikkarointi
29. Matkustamiseen liittyvä kävely: pitemmät työmatkat, lomamatkat

LISTA B: Valokuvakoosteet eri tyyppiseen liikkumisympäristöön liittyen (kussakin koosteessa useampi valokuva teistä, rakennuksista, maisemista):

1. Keskikaupunki (kuvissa sähköpotkulautoja, kaupunkipyöriä, vilkasliikenteinen risteys, kerrostalojen kattoja, keskustan katujen iltavalaistusta, liikennettä kävelykadulla, auringon heijastus asfaltista)
2. Laitakaupunki, lähiö (kuvissa suojatien ylittävä kaupunkibussi, jalkakäytävä ja bussipysäkki, kerrostaloja ja niitä ympäröivää viheraluetta, kerrostalojen ympäröimä leikkikenttä, bussimatkustajia istumassa bussin sisällä)

3. Maaseutu (kuvissa hiekkatie, tyhjä valtatie, henkilöauton kuljettaja, rintamamiestalo, rivitaloja hiljaisen kadun varrella, peltoa kyntävä traktori)