Univerza v Ljubljani
Fakulteta za socialno delo

Kaja Sedmak

Vpliv turističnih izkušenj na proces okrevanja pri uporabnikih s težavami v duševnem zdravju

Magistrsko delo

Ljubljana, 2021

Univerza v Ljubljani
Fakulteta za socialno delo

Kaja Sedmak

Vpliv turističnih izkušenj na proces okrevanja pri uporabnikih s težavami v duševnem zdravju

Magistrsko delo

Mentorica: doc. dr. Lea Šugman Bohinc

Ljubljana, 2021

Zahvaljujem se svojemu dedku za vso spodbudo in podporo pri pisanju magistrskega dela.

PODATKI O MAGISTRSKEM DELU

Avtorica: Kaja Sedmak

Naslov: Vpliv turističnih izkušenj na proces okrevanja pri uporabnikih s težavami v duševnem zdravju

Mentorica: doc. dr. Lea Šugman Bohinc

Kraj: Ljubljana

Leto: 2021

Število strani: 107 Število prilog: 4 Število tabel: 3

Ključne besede: Socialni turizem/duševno zdravje in proces okrevanja/Altra

Povzetek magistrskega dela

Koncept socialnega turizma je zagotavljanje dostopnejše udeležbe v turizmu za ranljive skupine, ki so iz različnih razlogov za to prikrajšane. Društvo Altra v svoje socialnovarstvene programe na področju duševnega zdravja vključuje tudi socialni turizem v okviru organiziranja in izvajanja izletniških ter taborniških dejavnosti. V magistrskem delu sem želela ugotoviti, kako, če sploh, socialni turizem vpliva na proces okrevanja in kakovost življenja posameznika s težavami v duševnem zdravju. V teoretičnem delu sem konceptualno razložila pojav socialnega turizma in proces okrevanja na področju duševnega zdravja, v metodološkem delu pa sem z izvedbo individualnih intervjujev s 5 uporabniki društva Altra odgovorila na svoja zastavljena raziskovalna vprašanja, in sicer da lahko pozitivna turistična izkušnja pozitivno vpliva na kakovost življenja uporabnikov s težavami v duševnem zdravju (na socialno, psihološko in fizično področje). Na socialnem področju življenja turistična izkušnja omogoča ustvarjanje in širjenje socialne mreže, dinamičnost socialnih stikov, pripomore k močnejši povezanosti skupine uporabnikov ter krepi njihove socialne veščine. Pozitivna turistična izkušnja je lahko povezana s prijetnimi občutki posameznika, kar v analizi povežem z njegovim subjektivnim blagostanjem. Fizična aktivnost na izletih in taborih prav tako izboljšuje kondicijo uporabnikov, ki lahko posledično pripomore k boljši kakovosti njihovega življenja. Skozi izvedbo intervjujev sem ugotovila tudi, da predhodna pozitivna izkušnja lahko spodbudi nadaljnjo udeležbo v socialnem turizmu. Udeleženci so izpostavili pozitiven odnos turističnih delavcev (ni bilo prisotne stigme), razlog za to je lahko, da so jih izbrali zaposleni pred začetkom izvedbe izleta/tabora. Udeleženci pomoč in podporo zaposlenih zaznavajo v smislu njihovega spodbujanja k večji samostojnosti in krepitvi moči, v prilagajanju storitev oziroma ponudbe glede na različne potrebe uporabnikov in v nudenju individualne podpore in pomoči v primeru doživljanja duševne stiske uporabnika. Kljub prepoznavanju pozitivnih vidikov pomoči in podpore zaposlenih udeleženci opozarjajo na možno pokroviteljsko držo strokovnih delavcev in na potrebo po večjem številu strokovnih delavcev med izvedbo izletov in taborov. Okrevanje, ko gre za področje duševnega zdravja, je dolgotrajen proces, socialni turizem pa lahko prispeva k večji samostojnosti in h krepitvi moči uporabnikov, k spremembi načina življenja in njihovi osebnostni rasti. Posebej sem izpostavila iskanje smisla in iskanje virov moči na podlagi preteklih pozitivnih izkušenj, ki sta lahko pomemben vir v procesu okrevanja uporabnika s težavami v duševnem zdravju.

GRADUATION THESIS DATA

Author: Kaja Sedmak

Title: Impact of Tourist Experiences on the Recovery Process in Service Users with Mental Health Problems

Mentor: doc. dr. Lea Šugman Bohinc

Place: Ljubljana

Year: 2021

Number of pages: 107 Number of appendixes: 4 Number of tables: 3

Keywords: social tourism/mental health and the recovery process/Altra

Graduation Thesis Abstract

The concept of social tourism is about making participation in tourism more accessible to vulnerable groups who have been deprived of it for various reasons. The Altra Society also incorporates social tourism in its social welfare programmes relating to mental health; it organizes and carries out excursions and camping activities. The master's thesis aims to determine how, if at all, social tourism affects the recovery process and the quality of life of a person with mental health problems. The theoretical section conceptually explains the phenomenon of social tourism and the recovery process relating to mental health; the methodological section provides answers to the research questions through individual interviews conducted with 5 service users of the Altra Society, namely that a positive tourist experience can have a positive impact on the quality of life of service users with mental health problems (on the social, psychological and physical aspect). As regards the social aspect of life, a tourist experience enables the creation and expansion of a social network, dynamic social contacts, makes the group of service users more connected within the group, and enhances their social skills. A positive tourist experience can be connected with a person experiencing pleasant sensations, which the analysis has correlated with the person's subjective well-being. Moreover, physical activity during excursions and camping improves the service users' fitness, which can contribute to a higher quality of life. By conducting the interviews, I have determined that a prior positive experience can encourage further participation in social tourism. The participants have emphasized the positive attitude of tourism professionals (stigma was not present); the reason for that might lie in the fact that they were chosen by the employees prior to going on the excursion/camping. The participants have noticed assistance and support from the employees in the sense that they encourage them to become more independent and stronger; that they adapt their services or offer to the different needs of service users; that they provide one-on-one support and assistance if the service user is experiencing distress. Despite recognizing the positive aspects of assistance and support from the employees, the participants warn of the potential patronizing attitude of the professionals and of the need for more professionals when conducting excursions and camps. When it comes to mental health, recovery is a lengthy process and social tourism can help service users to become more independent and stronger, to change their lifestyle, and to achieve personal growth. I have pointed out the search for meaning and the search for sources of strength based on prior positive experiences, which can be an important asset in the recovery process of a service user with mental health problems.

KAZALO VSEBINE

UVOD **1**
1 TEORETIČNA IZHODIŠČA **2**
1.1 DEFINICIJE IN INTERPRETACIJE SOCIALNEGA TURIZMA 3
1.2 PROCES OKREVANJA NA PODROČJU DUŠEVNEGA ZDRAVJA 5
1.2.1 Dezinstitucionalizacija **5**
1.2.2 Proces okrevanja **6**
1.2.3 Psihosocialna podpora in pomoč **8**
1.2.4 Subjektivno blagostanje in duševna motnja **10**
1.2.5 Ocenjevanje kakovosti življenja **12**
1.2.6 Udeležba v turizmu v povezavi s subjektivnim blagostanjem in kakovostjo življenja **14**
1.2.7 Društvo Altra **16**
2 METODOLOGIJA **17**
2.1 RAZISKOVALNI NAČRT 17
2.1.1 Namen, cilji in raziskovalna vprašanja **17**
2.1.2 Predstavitev in načrtovanje individualnih intervjujev **17**
2.1.3 Oblikovanje raziskovalnega vodnika **18**
2.1.4 Izvedba individualnih intervjujev **19**
2.1.5 Obdelava in analiza podatkov **20**
2.2 ANALIZA IN INTERPRETACIJA REZULTATOV 21
2.2.1 Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja **21**
2.2.2 Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo določenega izleta/tabora **25**
2.2.3 Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za samostojno udeležbo v turizmu **29**
2.2.4 Povezanost turistične izkušnje z nadaljnjo udeležbo **30**
2.2.5 Stigma/destigmatizacija **31**
2.2.6 Pomoč in podpora zaposlenih **33**
2.2.7 Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja **38**
3 SKLEPI **41**
4 PREDLOGI **43**
SEZNAM UPORABLJENIH VIROV **45**
PRILOGE **49**

PRILOGA 1 49
PRILOGA 2 61
PRILOGA 3 70
PRILOGA 4 79
TRANSKRIPTI 85
TRANSKRIPT 1 (ROK, V ANALIZI KODIRANJA OZNAČEN S ČRKO A) 85
TRANSKRIPT 2 (MOJCA, V ANALIZI KODIRANJA OZNAČENA S ČRKO B)..... 92
TRANSKRIPT 3 (SANJA IN BOJAN, V ANALIZI KODIRANJA OZNAČENA S ČRKO C) 97
TRANSKRIPT 4 (LUKA; V ANALIZI KODIRANJA OZNAČEN S ČRKO D)..... 103

KAZALO TABEL

Tabela 1.1: Definicije socialnega turizma 4
Tabela 2.1: Udeleženci individualnih intervjujev..... 19
Tabela 2.2: Primer kodiranja 20

UVOD

V času študija na Fakulteti za socialno delo sem se naučila, da je okrevanje zaradi težav z duševnim zdravjem pogosto zelo kompleksen in dolgotrajen proces, ki je pri ljudeh z diagnozo kronične duševne motnje dosmrtni, lahko pa se postopno izboljšuje. Po Anthonyju (1993) koncept okrevanja ne pomeni, da so pri ljudeh s kronično duševno motnjo vsi simptomi odpravljeni, temveč pomeni način življenja, pri katerem posameznik živi z zadovoljstvom, optimizmom, čeprav ima še vedno diagnosticirano duševno motnjo. Ne gre torej za to, da bi bil tak posameznik v skladu s psihiatričnimi kriteriji »ozdravljen«, temveč za konstruktivno spremembo njegovih vrednot, občutkov, življenjskih ciljev in družbenih vlog ob hkratnem sprejemanju vseh lastnih omejitev zaradi duševne motnje.

Tako kot duševna težava pri posamezniku vpliva na več področij njegovega življenja, lahko rečemo, da v procesu okrevanja različni dejavniki vplivajo na kakovost njegovega življenja. Eden izmed teh dejavnikov je prosti čas (kamor uvrščamo tudi turizem). Prosti čas je (Strojin, 1983) temeljna pravica osebnosti, neločljivo povezana s pravico do osebne svobode. Posameznikova svoboda namreč omogoča njegov osebni razvoj. Dejavnosti, povezane s športom, turizmom, in ostale prostočasne dejavnosti pomenijo potencialne možnosti za ustvarjanje socialne mreže oziroma za spoznavanje okolja (prav tam). Če se osredotočimo zgolj na koristi turizma, tudi Svetovna turistična organizacija (UNWTO, 1980) ugotavlja, da udeležba v turizmu pripomore k boljši socialni stabilnosti, k širjenju obzorij ter k spodbujanju individualnega in kolektivnega dobrega počutja. Posebna oblika turizma pa je tako imenovani socialni turizem. Socialni turizem je v Sloveniji slabo poznan in slabo razumljen koncept (Gabruč, 2014). Že med zbiranjem gradiva na to temo sem ugotovila, da različni avtorji različno opredelijo socialni turizem. Številni socialni turizem še najlažje razumejo in ga prepoznajo, ko omenimo Debeli rtič – mladinsko zdravilišče in letovišče Rdečega križa Slovenije, ki je gotovo tudi primer dobre prakse. Osrednji cilj tega je participacija v turizmu za vse tiste, ki jim je udeležba v turizmu onemogočena bodisi zaradi oviranosti, pomanjkanja dohodka ali zdravstvenih težav (Minnaert, 2011). Nejasnosti glede socialnega turizma se kažejo tudi v nedoločenosti izvajalcev tovrstnih programov – gre bodisi za turistične ponudnike bodisi za socialnovarstvene organizacije (Gabruč, 2014). Te lahko namreč že organizirajo in izvajajo različne izletniške aktivnosti in tabore, ob tem pa se ne zavedajo, da gre pravzaprav za socialni turizem. Zato takšne aktivnosti uvrstijo v kategorijo bolj pomembnih programov, ki jih izvajajo

– v primeru Altre na primer izlete uvrščajo med ostale prostočasne aktivnosti v programu Dnevni center (Sedmak, 2018).

V socialni turizem ne vključujemo samo daljših počitnic, temveč gre lahko na primer tudi za dnevni obisk turističnih atrakcij po prilagojeni ceni (Minnaert, 2015). To je treba poudariti, saj se bom v empiričnem delu bolj usmerila na izlete in tabore, ne pa na potovanja. Razlog je predvsem v tem, da so potovanja v bolj oddaljene kraje dražja, programi socialnega turizma pa lahko t. i. ranljivim skupinam omogočajo cenovno dostopnejše turistične storitve v obliki enodnevnih ali večdnevnih izletov in taborov v manj oddaljenih krajih.

V okviru diplomskega dela na temo značilnosti programov socialnega turizma sem izvedla fokusne skupine z uporabniki društva Altra. Ugotovitve diplomskega dela so bile, da uporabniki koristi socialnega turizma »vidijo predvsem v izboljšanem duševnem (širjenje/ohranjanje socialne mreže, sprostitev/umiritev ter dobro počutje, samozavest/ samozadovoljstvo, spoznavanje/učenje novih stvari ter širjenje obzorij in osebni uspeh) in fizičnem zdravju (fizična kondicija)« (Sedmak, 2018). Njihovi odgovori so bili najboljši pokazatelj, da imajo izleti in tabori, ki se jih udeležujejo, nanje pozitiven vpliv, a ker odgovori niso bili dovolj podrobni, diplomski sledi bolj poglobljena magistrska raziskava. Menim, da je socialni turizem lahko pomemben dejavnik, ki v procesu okrevanja pripomore k večji kakovosti življenja posameznika s težavami v duševnem zdravju, kar bom skušala tudi empirično preveriti. To je tudi raziskovalni problem magistrskega dela. Upam, da bo s pomočjo tega magistrskega dela socialni turizem postal bolj uveljavljen kot ena izmed oblik psihosocialne podpore in pomoči v procesu okrevanja.

1 TEORETIČNA IZHODIŠČA

V teoretičnem delu magistrskega dela bom najprej predstavila različne definicije in koncepte socialnega turizma, v nadaljevanju pa se bom osredotočila na proces okrevanja na področju duševnega zdravja. Znotraj tega poglavja bom razložila metode psihosocialne podpore in pomoči v procesu okrevanja, definirala subjektivno blagostanje in ocenjevanje kakovosti življenja posameznika ter razložila, kako lahko turizem pozitivno vpliva na ti dve področji. V zadnjem poglavju bom na kratko predstavila društvo Altra, ki izvaja socialnovarstvene programe na področju duševnega zdravja. V metodološkem delu bom namreč z uporabniki tega društva, ki se pogosto ali redno udeležujejo izletov in taborov, izvedla intervjuje.

1.1 DEFINICIJE IN INTERPRETACIJE SOCIALNEGA TURIZMA

Socialni turizem je v Sloveniji slabo poznan in slabo razumljen koncept (Gabruč, 2014). Številni ga še najlažje razumejo in ga prepoznajo, ko omenimo Debeli rtič – mladinsko zdravilišče in letovišče Rdečega križa Slovenije, ki je gotovo tudi primer dobre prakse. Pri prebiranju literature ugotavljam, da si številni avtorji niso enotni glede definicije in koncepta socialnega turizma. Podobno ugotavljajo tudi avtorji Minnaert, Maitland in Miller (2006), ki trdijo, da je zaradi različnih ranljivih skupin, destinacij in navsezadnje tudi vrst počitnic težko ustvariti definicijo socialnega turizma, ki bi se vključevala in predvidevala vse možnosti naštetih dimenzij. Glavni koncept tovrstnega turizma pa gotovo najbolj povzamejo isti avtorji (Minnaert idr., 2011), ki pravijo, da je glavni cilj tovrstnega turizma participacija v turizmu za vse tiste, ki jim je udeležba v turizmu onemogočena bodisi zaradi oviranosti, finančne nezmožnosti ali zdravstvenih težav. V tem kontekstu se dostop do udeležbe v turizmu smatra za osnovno človekovo pravico današnjega časa, ki zagotavlja boljšo kakovost življenja, in programi socialnega turizma omogočajo posamezniku uveljavitev te pravice (Lima, Eusébio in Amorim Varum, 2019).

Tako kot pri definiciji socialnega turizma tudi pri opredeljevanju ciljnih skupin naletimo na odprta vprašanja. Ena izmed sodobnih klasifikacij ciljnih skupin se je razvila pri projektu Evropske komisije, Calypso, in navaja, da so ciljne skupine »[…] starejši, mladi od 18. do 30. leta starosti, osebe z ovirami in družine z nizkimi dohodki« (European Commission DG Enterprise and Industry, 2011). Navedena klasifikacija ciljnih skupin je prejela kritiko avtorjev McCabe, Minnaert in Diekmann (2012) glede dveh pomanjkljivosti. Avtorji namreč opozarjajo, da zgoraj naštete ciljne skupine niso vedno izključene iz turizma, vedno imamo lahko izjeme znotraj ciljnih skupin. Druga pomanjkljivost klasifikacije se nanaša na vanjo neuvrščeno socialno demografsko skupino, ki bi bila lahko ravno tako izključena iz turizma. To so »samske osebe med 35. in 65. letom«, ki jih po mnenju avtorjev ne moremo uvrstiti niti v kategorijo »družine« niti v kategorijo »starostnikov«.

Eno izmed podrobnejših klasifikacij ciljnih skupin je prikazal avtor Černič (b. d.), ki pravi, da gre za:

- gibalno ovirane osebe,
- senzorno ovirane osebe,
- osebe z intelektualnimi in psihičnimi ovirami,

- starostnike,
- osebe, ki jim je turizem težje dostopen iz drugih zdravstvenih razlogov, kot so diabetes, alergije itd.

Spodnja tabela prikazuje definicije socialnega turizma skozi različna časovna obdobja.

Tabela 1.1: Definicije socialnega turizma

Leto	Avtor	Definicija
1951	Hunziker	»Socialni turizem so odnosi in pojavi na področju turizma, ki so rezultat udeležbe ekonomsko šibkejših ali kako drugače prikrajšanih elementov v družbi pri potovanju.«
1957	Hunziker	»Socialni turizem je določena vrsta turizma, za katerega je značilno, da vključuje ljudi z nizkimi prihodki in jim zagotavlja določene storitve, ki se jim kot take priznavajo.«
1982	Haulot	»Izraz socialni turizem pomeni celoto odnosov in pojavov, ki izhajajo iz udeležbe (v turizmu) tistih socialnih skupin s skromnimi prihodki - udeležba je omogočena ali olajšana s socialnimi ukrepi.«
1995	Couveia	»Socialni turizem bi moral biti razumljen kot vrsta turizma, katerega glavna oziroma ekskluzivna značilnost naj bi bili komercialni cilji.«
1996	BITS Montreal declaration on Social Tourism	»Socialni turizem so vsi odnosi in pojavi, ki izvirajo iz udeležbe v turizmu, še posebej tistih socialnih slojev s skromnimi prihodki, pri čemer je participacija možna s pomočjo socialnih ukrepov.«
2000	Jafari	»Socialni turizem je turizem delavcev, družin in združenj (najpogosteje zaposlenih), usmerjen k osebnemu razvoju in katerega poslanstvo je promocija socialne kohezije na neprofitni osnovi ali v javnem interesu.«
2007	Minnaert, Maitland, Miller	»Socialni turizem je turizem z dodano moralno vrednostjo, katerega cilj je skozi turistično izmenjavo pridobiti koristi za gostitelje in obiskovalce.«

Vir: Prirejeno po Diekmann in McCabe; Minnaert, Maitland in Miller; Jafari, v Gabruč, 2014, str. 87

Pri zadnji definiciji iz zgornje tabele opazimo, da so poleg koristi za obiskovalce prvič poudarjene tudi koristi za gostitelje, vendar avtorji Minnaert idr. (2013) predlagajo, naj prizadevanja za socialne koristi socialnega turizma ostanejo njegov primarni cilj.

Nejasnosti glede pojmovanja socialnega turizma se kažejo tudi v nedoločenosti izvajalcev tovrstnih programov – gre bodisi za turistične ponudnike bodisi za socialnovarstvene organizacije (Gabruč, 2014). Te lahko namreč že organizirajo in izvajajo različne izletniške aktivnosti in tabore, vendar tega ne poimenujejo kot socialni turizem. Zato takšne aktivnosti uvrstijo v kategorijo dopolnilnih programov, ki jih izvajajo – v primeru Altre na primer izlete

uvrščajo med ostale prostočasne aktivnosti v programih Dnevni center in Svetovalnica (Sedmak, 2018).

V socialni turizem ne vključujemo samo daljših počitnic, temveč gre lahko na primer tudi za dnevni obisk turističnih atrakcij po prilagojeni ceni (Minnaert, 2015). To je treba poudariti, saj se bomo v empiričnem delu usmerili na izlete in tabore, ne pa na potovanja. Razlog je predvsem v tem, da so potovanja v bolj oddaljene kraje dražja, programi socialnega turizma pa lahko t. i. ranljivim skupinam omogočajo cenovno dostopnejše turistične storitve v obliki eno- ali večdnevnih izletov in taborov v manj oddaljenih krajih.

Na podlagi različnih obstoječih definicij socialnega turizma lahko sklenem, da izhaja iz temeljnih etičnih načel, ki poudarjajo enake pravice ter enake možnosti. Ciljne skupine tovrstnega turizma so namreč tiste, ki so deprivilegirane, stigmatizirane in pogosto socialno izključene. Zato je osrednji namen programov socialnega turizma krepitev moči posameznika z možnostjo večje socialne integracije, participacije v turizmu ter pravice do samostojnega odločanja oziroma enakih možnosti pri izbiri potovanj. Koncept socialnega turizma se lahko približa konceptu dezinstitucionalizacije in procesu okrevanja na področju duševnega zdravja, kar bom pojasnila v nadaljevanju teoretičnega dela.

1.2 PROCES OKREVANJA NA PODROČJU DUŠEVNEGA ZDRAVJA

1.2.1 Dezinstitucionalizacija

Pred razlago dezinstitucionalizacije je treba izpostaviti kritiko institucionalizacije oziroma, kot navaja Goffman (1961), »teorijo totalne institucije«. Avtor izhaja iz sociološkega pogleda na življenje posameznika, ki vsakodnevno menjava fizično okolje, ob tem opravlja različna vsakodnevna opravila ter se srečuje z različnimi soudeleženci v danem okolju ter tudi z različnimi avtoritetami. Na drugi strani pa si lahko predstavljamo osrednjo značilnost »totalne institucije«, kjer je posameznik, ki je zaprt znotraj institucije, a priori izključen iz drugih fizičnih okolij, obkrožen z istimi ljudmi ter podrejen istim posameznikom, ki imajo položaj avtoritete. K monotonosti istega okolja dodatno prispevajo iste vsakodnevne aktivnosti po predvidenem, vnaprej določenem časovnem zaporedju, ki jih mora posameznik opravljati skupaj z drugimi.

Barton (1966) v svojem delu »*Institutional Neurosis*« izpostavi še pojav »institucionalne nevroze« (izraz se danes v stroki ne uporablja več, ga pa delno nadomeščajo pojmi, kot sta »hospitalizem« in »naučena nemoč«), bolezni, ki se pojavlja pri posameznikih, ki so zaprti znotraj institucij. Tak posameznik je apatičen, podrejen, zazna se pomanjkanje iniciative do stvari, dogodkov in včasih odsotnost izražanja občutkov zamere pri nepravičnih zadevah. Avtor poudari, da izraz »institucionalno« ne pomeni, da so institucije edini vzrok določene bolezni, predstavljajo pa prostore, kjer je bila ta bolezen prvič prepoznana kot splošno prisotna pri ljudeh znotraj institucij.

Prvi revolucionarni premik je bil proces dehospitalizacije, ki se je v Evropi razvil v šestdesetih letih. Inovativen vidik tega procesa je poudarek na posamezniku in ne na skupini. Dehospitalizacija se je začela z razvojem novih zdravil, ki so posameznikom omogočala, da so lahko zapustili psihiatrično bolnišnico, če so bili vključeni v zdravljenje (redno jemanje zdravil) in so imeli vnaprej zagotovljeno podporo v domačem okolju. Namen procesa je bil krajšanje ležalnih dob v psihiatričnih institucijah in ga razumemo kot predhodnika procesa dezinstitucionalizacije (Videmšek, 2013).

Z ustanovitvijo Odbora za družbeno zaščito norosti leta 1988 se je obstoj totalnih ustanov prvič opredelil kot družbeni problem in dezinstitucionalizacija kot cilj in program za njegovo reševanje. Sledila sta ustanavljanje skupnostnih služb (predvsem v nevladnem sektorju) in ustvarjanje znanj za skupnostno delo. Leta 1992 je tako nastala prva stanovanjska skupina. V naslednji fazi se je začelo preseljevanje stanovalcev iz posebnih socialnovarstvenih zavodov, kar lahko imamo za dejansko dezinstitucionalizacijo, ki pa je zastala sredi poti, ko bi morala slediti naslednja faza – sistemska dezinstitucionalizacija (Flaker, 2012).

Procesa dezinstitucionalizacije ne razumemo zgolj kot premestitev ljudi iz ustanov v okolje zunaj njih, ampak tudi kot vključevanje ljudi s težavami v duševnem zdravju v vsakdanje, običajno življenje z nudenjem individualne podpore, ki jo potrebujejo (Videmšek, 2013).

1.2.2 Proces okrevanja

Prve opise procesa okrevanja na področju duševnega zdrava so prispevali uporabniki sami. Posamezni »pionirji« so z deljenjem svojih individualnih zgodb pripomogli k boljši predstavi o tem, kako je videti življenje z duševno motnjo in kakšna so doživljanja ljudi v procesu okrevanja. Ko so te individualne zgodbe postale vidne širši javnosti, se je iniciativi pridruževalo

vse več uporabnikov (največ iz Avstralije, Nove Zelandije, Škotske, Združenih držav Amerike in Velike Britanije). Razumevanje procesa okrevanja, ki se je razvilo na podlagi teh zgodb, poudarja središčni pomen upanja, identitete in osebne odgovornosti. Takšno razumevanje okrevanja je avtor Slade (2010) označil za »osebno okrevanje«, saj gre za individualno definiranje doživljanja. Mnenja uporabnikov o okrevanju so namreč zelo različna, zato ga ne moremo enotno definirati. Najobsežnejša definicija je, da je »okrevanje globoko oseben, edinstven proces konstruktivnega spreminjanja posameznikovega vedenja, vrednot, občutkov, ciljev, veščin in/ali družbenih vlog« ob hkratnem sprejemanju vseh lastnih omejitev. Ne gre torej za to, da bi bil tak posameznik v skladu s psihiatričnimi kriteriji ozdravljen, temveč gre za način življenja, pri katerem posameznik živi z zadovoljstvom, optimizmom kljub diagnosticirani duševni motnji (Anthony, 1993, str. 527). Avtor Slade (2010) izpostavlja razliko med osebnim in kliničnem okrevanju. Klinično okrevanje namreč poudarja pomembnost simptomatike, socialnega funkcioniranja, preprečevanja ponovitev in obvladovanja tveganj. Za razliko od kliničnega okrevanja je osebno okrevanje razumljeno kot potovanje skozi življenje in ne kot končni cilj; okrevanje ne pomeni »znebiti« se problemov, temveč naučiti se živeti s problemi in ob tem raziskovati svoje sposobnosti, priložnosti, zanimanja in sanje, tudi razvijati družbene vloge in odnose.

Če povzamem opredelitve navedenih avtorjev, lahko ugotovim, da gre pri okrevanju za kompleksen in dolgotrajen proces, ki zajema več različnih življenjskih področij. Avtor Anthony (1993) dodaja, da proces okrevanja ne pomeni zgolj okrevanja od duševne motnje. Pomeni tudi okrevanje od stigme, iatrogenih učinkov zdravljenja, pomanjkanja priložnosti za samoodločanje, negativnih učinkov nezaposlenosti in od neuresničljivih sanj. Avtorji Andresen, Oades in Caputi (2003) predlagajo štiri komponente okrevanja, ki so: iskanje in ohranjanje upanja, ponovna vzpostavitev pozitivne identitete, iskanje smisla, prevzemanje odgovornosti in nadzora nad svojim življenjem. Osmišljanje in življenjska ambicija ne pomenita zgolj načina za lajšanje duševne stiske, temveč predstavljata vse tiste stvari, ki si jih posameznik želi početi in življenje, ki ga želi posameznik sam voditi. Pri procesu okrevanja gre za to, da je ljudem s težavami v duševnem zdravju omogočen dostop do nastanitve, materialnih virov, zaposlovanja, izobraževanja, socialne mreže in prostočasnih aktivnosti in drugih priložnosti, s katerimi lahko prispevajo k skupnosti, v kateri živijo.

1.2.3 Psihosocialna podpora in pomoč

Ko govorimo o strokovni podpori in pomoči pri procesu okrevanja na področju duševnega zdravja, moramo nujno poudariti nekaj temeljnih konceptov socialnega dela, ki se morajo vedno uporabljati v praksi. Videmšek (2013) izpostavi koncept normalizacije, ki temelji na enakopravnih pravicah posameznika ne glede na njegovo fizično in duševno drugačnost. V kontekstu skupnostnih služb to pomeni, da zagotavljamo enake življenjske pogoje za vsakega posameznika, tako za ljudi s težavami v duševnem zdravju kot tudi za tiste, ki teh težav nimajo. Kljub upoštevanju koncepta normalizacije v stroki socialnega dela avtor Wolf Wolfensberger (1972) izpostavi tudi njegovo kritiko. Ugotavlja, da gre v principu za usmerjanje k spreminjanju posameznika in ne k spreminjanju družbenih meril. Obstajajo družbene vrednote in ljudje, ki odstopajo od teh vrednot. Zato dodaja, da bi bilo treba družbo spremeniti na tak način, da bo vključevala tudi doslej izključene ljudi. Med drugim je izpostavil tudi vključevanje vseh ljudi v prostočasne aktivnosti skupnosti. Prav tako je pomemben koncept perspektive moči uporabnika s težavami v duševnem zdravju. Omenjena drža stremi k mobiliziranju moči uporabnika (njegovih talentov, znanj, sposobnosti in virov). Cilj socialnega delavca in delavke je podpreti njegova prizadevanja, da uresniči svoje vizije in na ta način izboljša svojo kakovost življenja, ki bo v skladu z njegovimi koncepti kakovosti (Čačinovič Vogrinčič, 2003). Prvi korak do mobilizacije moči in skupnega ustvarjanja rešitev je vzpostavljanje delovnega odnosa z uporabnikom/uporabnico, ki se začne z dogovorom o sodelovanju in nadaljuje v instrumentalno definicijo problema. Koncept pomoči pri reševanju tega problema je v jeziku socialnega dela razumljen kot participacija oziroma sodelovanje uporabnika pri iskanju oziroma oblikovanju rešitve. Socialni delavec oziroma delavka odstopi od svoje moči in resnice in se uporabniku pridruži v projektu sodelovanja. Delovni odnos je torej definiran kot dogovor, instrumentalna definicija problema in osebno vodenje; to so glavne opore za strokovno ravnanje (Čačinovič Vogrinčič, 2002).

Glede na predhodno povzete koncepte socialnega dela in socialnega turizma lahko ugotovimo, da so njuni našteti vidiki in cilji izvajanja programov enaki. Upoštevanje perspektive uporabnika je ključno načelo pri izvajanju obeh. Tako pri programih socialnega dela kot tudi pri programih socialnega turizma je namreč bistveno, da so prilagojeni individualnim željam in potrebam uporabnikov. Tudi koncept normalizacije lahko povežemo s socialnim turizmom. Omogočanje dostopnejše udeležbe v turizmu izhaja iz prepričanja o enakopravnosti vseh ljudi, torej z enakimi pogoji in možnostmi. Na vprašanje, kakšen je prispevek socialnovarstvenih

programov in programov socialnega turizma, lahko odgovorimo enoznačno. Gre za vključevanje diskriminiranega posameznika v širše okolje z namenom pridobivanja socialne mreže, z namenom vključevanja posameznika v prostočasne aktivnosti itd. Tako socialno delo kot tudi socialni turizem namreč zagovarjata načelo, da je na vsakega posameznika treba gledati kot na sočloveka z enako mero dostojanstva in enako možnostjo izbire načina življenja.

Zaposleni na društvu Altra, ki organizira tabore in sobotne izlete v naravo v sklopu programa Svetovalnica, pravi: »Pravzaprav nimamo programov socialnega turizma oziroma jih vsaj ne imenujemo tako. Je pa res, da bi marsikatero dejavnost, ki se dogaja v društvu, brez zadržkov lahko poimenovali na ta način. To je pohodniška, izletniška in poletna ter zimska taborniška dejavnost, ki se izvaja tako v svetovalnici kot tudi v dnevnem centru. Upoštevanje potreb in želja, psihosocialna podpora uporabnikov, vse to je osnovno načelo naše aktivnosti, predvideno v statutu. Največ povedo povratne informacije udeležencev, ki se udeležijo dogodka, in te so vodilo, ali je smiselno nadaljevati zaktivnostjo ali ne. Dobra stran mojih izletov je predvsem cenovna dostopnost, ki se jo lahko udeleži praktično vsak, ki razpolaga vsaj z minimalnimi sredstvi. Če je obrok v gostinskem lokalu za nekoga preveč, si hrano lahko prinese s seboj.« (M. Boškin, osebna komunikacija, 26. maj 2017, v Sedmak, 2018).

Socialna delavka, ki organizira izlete in tabore v okviru programa Dnevni center na društvu Altra, ugotavlja podobno: »Socialni turizem je pomembna dejavnost na področju duševnega zdravja. Uporabniki se na izletih bistveno bolj odprejo, povejo nam več informacij, kot jih sicer v dnevnem centru na delavnicah. Pomembno je poudariti možnost izbire, ki jo ima vsak uporabnik. Poleg tega, da se posameznik sam odloča, ali se bo izletov in taborov udeležil, uporabniki tudi sami predlagajo destinacije enodnevnih izletov (lokacije taborov so vsako leto iste). Uporabnike opolnomočimo predvsem na način, da jih spodbujamo, da se poleg teh, ki jih organizira Altra, izletov udeležujejo tudi sami in da si sami izberejo svoj krog ljudi, s katerimi bi želeli iti in se tudi sami organizirajo. Uporabnikom poskušamo zagotavljati cenovno dostopne izlete; Slovenske železnice nam na primer nudijo velik popust na vozovnice. V letošnjem letu, odkar je večini uporabnikom omogočen brezplačni javni prevoz (uporabniki, ki sodijo pod Mestno občino Ljubljana), opažamo bistveno večjo samostojno udeležbo na izletih, ki jih ne organizira Altra. Še ena zanimivost je, da je v dnevnem centru približno 30 uporabnikov, ki se vsako poletje redno odpravljajo na morje. Letos pa smo skupaj z ostalimi zaposlenimi pomagali opraviti rezervacijo za turistične apartmaje na Obali za kar 150 uporabnikov. Razen pomoči pri rezervaciji so si uporabniki popolnoma sami organizirali

poletne počitnice. Veliko število rezervacij je dober pokazatelj, kako lahko finančni dejavnik vpliva na udeležbo v turizmu.« (A. Torlak, osebna komunikacija, 15. november 2020).

1.2.4 Subjektivno blagostanje in duševna motnja

Psihično blagostanje ali dobrobit je osrednje ciljno področje pozitivne psihologije, ki raziskuje, kako in zakaj posamezniki doživljajo svoja življenja na pozitiven način, upoštevajoč tako kognitivne presoje (posameznikova globalna ocena kakovosti svojega življenja glede na osebni kriterij) kot tudi afektivne reakcije. Poznamo lestvico pozitivnega in negativnega afekta, ki jo imenujemo PANAS (The Positive and Negative Affect Schedule). Lestvica pozitivnega afekta je sestavljena iz 10 postavk in meri stopnjo občutkov navdušenja, aktivnosti, budnosti itd. Lestvica negativnega afekta je prav tako sestavljena iz 10 postavk, nanaša pa se na številna negativna čustvena stanja, kot so na primer sovraštvo, zaničevanje, gnus, občutki krivde, strah in nervoznost. Udeleženci morajo na ocenjevalni lestvici od 1 do 5 označiti, kako pogosto na splošno doživljajo posamezno čustvo (Musek, 2008).

Kljub različnim definicijam blagostanja se njegov osrednji koncept nanaša na človekovo optimalno izkustvo in optimalno delovanje, pri čemer so vključeni pojmi sreče, dobrega počutja, optimizma, upanja, zadovoljstva z življenjem in življenjskega smisla. Psihično blagostanje lahko enačimo s psihičnim zdravjem (Musek, 2008). Podobno se glasi tudi definicija WHO (2004), ki duševno zdravje opiše kot: »[…] stanje dobrega počutja, v katerem posameznik razvija svoje sposobnosti, se spoprijema s stresom v vsakdanjem življenju, učinkovito in plodno dela ter prispeva v svojo skupnost«.

Duševno zdravje in duševna motnja sta tako vedno opredeljena kot nasprotujoča si koncepta, sodobni zdravstveni sistemi pa zasnovani tako, da se usmerjajo v zmanjševanje simptomov duševne motnje v namen izboljšanja duševnega zdravja. Takšen sistem lahko povečuje izogibanje, strah in stigmo do patologije (Herron and Trent, 2000). Vendar obstajajo dokazi, da sta pozitivno duševno zdravje in duševna motnja sicer različna, a medsebojno povezana konstrukta (Keyes, 2005; Suldo in Shaffer, 2008, v Iasiello, Agteren, Keyes in Cochrane, 2019). Avtorji Iasiello idr. (2019) so izvedli raziskavo, v kateri so imeli udeleženci z diagnosticirano duševno motnjo, ki so v obdobju 10 let pridobili in ohranjali zmerno do visoko stopnjo (ocene) pozitivnega duševnega zdravja, večjo možnost za boljše okrevanje kot tisti z nizko stopnjo (ocene) pozitivnega duševnega zdravja. Nobene razlike v okrevanju ni bilo možno opaziti pri udeležencih, ki niso imeli (ocene) zmernega ali »cvetočega« pozitivnega duševnega zdravja

oziroma so imeli (oceno) »oslabelo« (angleško *languishing*) duševno zdravje. Podobne ugotovitve opisuje avtor Slade (2010) pri raziskavi, ki je vključevala 260 ljudi z diagnosticirano hudo duševno motnjo. Rezultati raziskave so pokazali, da naraščajoča sposobnost vključevanja v prijetne dejavnosti privede do zmožnosti uravnavanja depresivnih simptomov do te mere, da kljub znižani samozavesti posameznika niso več vplivali na njegovo identiteto. Druga ugotovitev raziskave je bila, da je posameznik lahko (ocenjen kot) zmerno duševno zdrav ali celo v stanju dobrega duševnega počutja (angleško *flourishing*), četudi ima diagnosticirano duševno motnjo. Rezultati raziskave so torej pokazali, da je duševno zdravje lahko pomemben vir v procesu okrevanja. Pristopi, ki spodbujajo posameznika k razvoju duševnega zdravja, so tako pomembni kot tisti, ki se usmerjajo k duševni motnji. Medicinski sociolog Antonovsky je bil prvi, ki je razvil pojem salutogeneza. Ta veda se usmerja k dejavnikom, ki izboljšujejo zdravje v nasprotju s patogenezo, ki se osredotoča na dejavnike, ki vplivajo na bolezen. Antonovsky pravi, da je salutogeneza, kot alternativna pot patogeneze, pomembna predvsem zato, ker celostno obravnava posameznika in raziskuje njegove vire zdravja in dobrega počutja. Avtor prav tako poudari, da namen salutogeneze ni nadomestiti področje patogeneze, temveč spodbuditi promocijo zdravja (Mittelmark in Bauer, 2017).

Dejavniki, ki so za uporabnike pomembni pri njihovem procesu okrevanja, so: upanje, duhovnost, krepitev moči, smisel, samozavedanje, stigma ter prepoznavanje in ukrepanje ob prisotnosti simptomov **(**Cook in Jonikas, 2002).

V kontekstu procesa okrevanja je treba izpostaviti tudi tako imenovani »zanos« (angleško *flow*), pomemben koncept na področju pozitivne psihologije, ki ga je vpeljal psiholog Csikeszentmihalyi. Te izjemne trenutke, ki jih posameznik izkusi, kadar je popolnoma prevzet s prijetno oziroma priljubljeno dejavnostjo, imenujemo zanos. Številni ljudje so to izkušnjo opisali kot stanje brez stresa in kot eno izmed najboljših v njihovem življenju (Csikeszentmihaly, 1997). Zanos je definiran kot subjektivno doživetje in ga za razliko od pozitivnih čustev ne uvrščamo med občutke. 80 % ljudi je poročalo, da so v stanju zanosa občutki in razmišljanje začasno blokirani. Dobro počutje ni nujno pogojeno z dobrim življenjem. Izkušnja sreče je lahko prisotna, če živimo smiselno življenje s polno angažiranostjo (Slade, 2010).

Cilj socialnovarstvenih storitev torej ne bi smela biti pomoč posamezniku do boljšega počutja, temveč k izboljšanju njegove kakovosti življenja. To pomeni, da je osrednji izziv teh storitev podpreti postavljanje uresničljivih ciljev in prizadevanje za njihovo doseganje. Logika

zdravstvenega sistema (medicinski model) v ospredje obravnave vedno postavlja duševno motnjo. Večina zdravstvenih delavcev bo tako vedela veliko več o zdravljenju motnje kot pa o spodbujanju pozitivnega blagostanja. Razlikovanje med duševnim zdravjem in duševno motnjo je pomembno zato, da se stroka na področju duševnega zdravja ne usmerja zgolj v lajšanje simptomov duševne motnje, temveč tudi v doseganje višje stopnje pozitivnega duševnega zdravja (Slade, 2010).

1.2.5 Ocenjevanje kakovosti življenja

Verjetno je ena najtežjih nalog, s katero se sooča vsak, ki začne raziskovati biopsihosocialne učinke bolezni na kakovost življenja ljudi s težavami v duševnem zdravju, določiti izvedljivo opredelitev konstrukta kakovosti življenja (Atkinson in Zibin, 1996). Kakovost življenja je namreč kompleksen, večplasten konstrukt, ki zahteva več pristopov z različnih teoretskih zornih kotov (Diener in Suh, 1997). Na subjektivno oceno kakovosti življenja posameznikov vpliva kompleksna interakcija stvarnih okoliščin, ki se sčasoma spreminjajo. Izkušnje posameznika so pogojene z njegovimi edinstvenimi pogledi, vrednotami in ocenami (Corten, Mercier in Pelc, v Atkinson in Zibin, 1996). Na primer, na kakovost življenja lahko vplivajo izkušnje, ki se spreminjajo skozi življenjsko dobo in skozi različne družbene vloge (otroci, študenti, družinski člani, zaposleni, bolniki itd.). Poleg tega na kakovost izkušenj na vsakem od teh življenjskih področij vplivajo fizična in čustvena stanja ter osebne vrednote. Tako kot zunanje okoliščine se tudi notranja stanja in vrednostni sistemi posameznika lahko spreminjajo in delujejo na zapletene, nepredvidljive načine (Canadian Mental Health Association, v Atkinson in Zibin, 1996). Za dobro razumevanje subjektivnega blagostanja posameznika je tako treba vedeti, kako stvarni pogoji vplivajo na ocenjevanje njegovega življenja. Popolno razumevanje »objektivnih« kazalcev in razumevanje tega, kako jih izbrati, zahteva, da razumemo človekove vrednote in imamo znanje o tem, kako stvarni pogoji vplivajo na ocenjevanje njihovega življenja (Diener in Suh, 1997).

Avtorji Costain, Hewison in Howes (1993) priznavajo konceptualne težave pri ocenjevanju kakovosti življenja in predlagajo, da morajo ocenjevalci izrecno navesti konceptualni okvir, na katerem temeljijo njihova opažanja. Raziskovalci na tem področju zagovarjajo dve idejni perspektivi o kakovosti življenja. Ena perspektiva temelji na funkcionalnem pogledu na kakovost življenja in se osredotoča na različne objektivne vidike fizičnega in duševnega delovanja, na katere vpliva bolezen. Lahko bi rekli, da ta perspektiva izhaja bolj iz medicinskega modela raziskovanja. Druga perspektiva temelji na modelu kakovosti življenja z

izkušnjo bolezni. Osredotoča se bolj na subjektivne ali izkustvene vidike bolezenskega procesa. Tisti, ki so bolj naklonjeni temu modelu, pripisujejo največji pomen posameznikovim subjektivnim izkušnjam stiske in oviranosti, ki so povezane z duševno motnjo (Atkinson in Zibin, 1996). Čeprav imajo različni vprašalniki za ocenjevanje kakovosti življenja tako prednosti kot tudi slabosti, se metodološko in konceptualno dopolnjujejo (Diener in Suh, 1997). Večina teoretikov s področja zdravja se strinja, da mora celosten instrument oceniti vsaj pet življenjskih področij, vključno z biološko, psihološko, medosebno, družbeno in ekonomsko izkušnjo osebe (Rosenblatt in Attkisson, 1993). V skladu s tem sta avtorja Atkinson in Zibin (1996) v svoji raziskavi izpostavila področje zdravja, samospoštovanja/dobrega počutja, skupnosti/produktivnosti, socialnih/ljubezenskih odnosov in prostega časa/ustvarjalnosti. Sicer prisotna, a manj pogosto uporabljena so bila področja družine, življenjskih razmer, financ, psihiatričnih simptomov in religije. Glede na pogosto odvisnost ljudi z duševnimi motnjami od finančne, materialne podpore, družine in širše družbe je presenetljivo, da zadnje naštete kategorije niso bile uporabljene pogosteje. Nekoliko drugačna področja so predstavili avtorji Nieuwenhuizen, Schene, Boevink in Wolf (2011), ki so na osnovi pregleda enajstih instrumentov za ocenjevanje kakovosti življenja s hudimi duševnimi motnjami ugotovili, da so zanje najpomembnejša področja zaposlitev, prosti čas, življenjske razmere in odnosi (Connel, O'Cathain in Brazier, 2014). Spet drugačne ugotovitve so predstavljene v kvalitativni raziskavi s polstrukturiranimi intervjuji, v katerih je sodelovalo 19 ljudi z diagnosticiranimi različnimi duševnimi motnjami in z ocenjenimi različnimi stopnjami resnosti teh. Ugotovljenih je bilo 7 področij, pomembnih za kakovost življenja ljudi s težavami v duševnem zdravju: dobro počutje, odnosi in občutek pripadnosti, aktivnosti, samodojemanje, samostojnost, upanje in brezup ter fizično zdravje (Connel idr., 2014). Treba je torej poudariti, da nekateri instrumenti, kot je načrt za oceno kakovosti življenja posameznikov, uporabljajo edinstveno metodologijo, ki ljudem z diagnozo duševne motnje omogoča, da sami določijo življenjska področja, ki najbolj vplivajo na njihovo kakovost življenja. Ta pristop naj bi maksimiral osebni pomen meritve kakovosti življenja. Seveda pa je treba izpostaviti tudi slabost takšnega instrumenta, zlasti kadar gre za primerjavo rezultatov med ljudmi ali programi, saj se ocene nanašajo na individualno določena področja, ki se med posamezniki zato razlikujejo (Atkinson in Zibin, 1996). Prav tako je treba poudariti, da bi morale pri ocenjevanju kakovosti življenja pri ljudeh s težavami v duševnem zdravju lestvice vključevati tako pozitiven kot tudi negativen spekter vrednosti. Lestvico različnih področij lahko namreč upoštevamo tudi znotraj negativnih vrednosti, ki sicer še vedno niso ocenjene pozitivno, so pa lahko dovolj spodbudne, da jih upoštevamo kot napredek v procesu okrevanja (Connel idr., 2014).

Avtor Csikszentmihalyi (1997) izpostavi tudi dvomljivost v objektivnost vprašalnikov za ocenjevanje kakovosti življenja. Najboljši približek objektivnosti je, če subjektivne izkušnje ne skušamo po objektivnih merilih, temveč jo pustimo takšno, kot je. Avtorji podajo primer sreče: »Če rečem, da sem srečen in če ne poskušam zavajati sebe ali drugih, potem je to dejstvo, ki ga ni mogoče zanikati, tudi če številni fiziološki, socialni ali drugi kazalniki zunaj moje zavesti kažejo drugače. Če verjamem, da sem vesel, sem vesel – primer zaključen.« Ker smo navajeni na eksaktno znanost, je težko sprejeti idejo, da ni nič tako resničnega, kot je posameznikova subjektivna izkušnja. Kar vemo o fiziki, kemiji, zgodovini in biologiji, sprejmemo na podlagi izkušenj in ugotovitev drugih, kar pa občutimo, velja za neizpodbitno osebno dejstvo. To sicer ne pomeni, da bo metoda merjenja kakovosti življenja vedno predstavila notranjo resničnost, avtentičnost posameznika. Anketiranec se lahko »zlaže« ali pa želi nenamerno potlačiti in zanikati pristne odgovore, saj ti niso v skladu z družbenimi normami.

1.2.6 Udeležba v turizmu v povezavi s subjektivnim blagostanjem in kakovostjo življenja

V turizmu se že v tržne namene pogosto uporabljajo slike, ki sporočajo, da bomo z udeležbo na potovanjih bolj sproščeni in srečni. Takšna je tudi splošna podoba turizma večine ljudi, saj predstavlja oddih od vsakdanjega življenja in rutine. Avtor McCabe (2009) trdi, da so počitnice način preživljanja prostega časa, ki prispeva k večji kakovosti življenja. Dopuščajo možnosti spremembe iz vsakdanje rutine, možnosti za nove aktivnosti in doživetja ter drugačen ritem življenja. Turizem tako zelo pozitivno psihološko vpliva na posameznika. Sirgy (2010) pravi, da lahko pogostejša udeležba v turizmu poveča zadovoljstvo z življenjem posameznika in posledično pozitivno vpliva na njegova pomembna življenjska področja. Avtorja McCabe in Johnson (2013) pravita, da so številne študije pokazale, da obstaja povezava med zadovoljstvom s turistično izkušnjo in kakovostnim življenjem. Kakovost življenja WHO meri z lestvico 29 kazalnikov, med katerimi je tudi prosti čas. Vključenost v rekreacijske in prostočasne aktivnosti je tako pomemben prispevek h kakovostnejšemu načinu življenja. Kot sem že predhodno omenila, je s kakovostjo življenja povezano tudi subjektivno blagostanje. Avtor Sirgy (2010), ki turizem opredeljuje kot nekaj pozitivnega za potrošnike, trdi, da konstrukt osebne blaginje izhaja iz splošne teorije odločanja v turizmu, ki zagovarja stališče, da izbira temelji na optimizaciji uporabnosti (Sirakaya in Woodside, 2005). Vendar pa imajo turisti v različnih življenjskih obdobjih (ali pa kot odziv na določene življenjske situacije) različne potrebe in cilje, zato bi v teh določenih okoliščinah udeležba v turizmu lahko prispevala k višji oceni

subjektivnega blagostanja. V okviru socialnega turizma, kjer izbiro potrošnje omejujejo finančni in ostali dejavniki, se pojavljajo številna vprašanja o prednostih turističnih priložnosti za ciljne skupine. Doseganje potrošniških ciljev oziroma potreb (vključenost v turistične dejavnosti), ki so povezani s prikrajšanostjo, lahko povzroči višjo stopnjo subjektivnega blagostanja, kot bi jo sicer pri doseganju ciljev in potreb, ki izhajajo iz neprikrajšanosti. Pri uporabnikih socialnega turizma zato počitnice niso ovrednotene samo kot kratkotrajne hedonske izkušnje, temveč kot prispevek k dolgotrajnejšemu zadovoljstvu z življenjem in pozitivnim funkcioniranjem (McCabe in Johnson, 2013). Podobne koristi poudarjajo tudi številni drugi strokovnjaki (Minnaert idr., 2013; UNWTO, 1980), ki vidijo prednosti udeležbe v turizmu predvsem v boljši socialni stabilnosti in podporni mreži, širjenju obzorij, v spodbujanju individualnega in kolektivnega dobrega počutja ter v bolj proaktivnem delovanju v življenju. Tudi številni avtorji (Dupuis in Alzheimer, 2008; Gibson, 2002; Heintzman in Patriquin, 2012; Lipscombe, 1995, v Morgan, Pritchard in Sedgley, 2015), ki so v raziskavo vključili starejšo populacijo uporabnikov socialnega turizma, so ugotovili, da turizem učinkuje na fizično, psihično, socialno in duhovno stanje posameznika. Še posebej velik pomen ima socialno blagostanje, saj spodbuja k večjemu vključevanju, sprejemanju, aktualizaciji in koherenci. Socialni turizem, s poudarkom na aktivnosti, samorefleksiji in osebnostni rasti, lahko prispeva k izboljšanju počutja starejših in v njih prebudi nov življenjski smisel (Morgan idr., 2015).

Poleg vseh naštetih koristi je treba posebej izpostaviti tudi večjo fizično aktivnost, ki jo pogosto vključujejo programi socialnega turizma v obliki taborov, enodnevnih izletov, organiziranih športnih aktivnosti ipd. Poleg spodbujanja ljudi k aktivnemu preživljanju prostega časa ima fizična aktivnost številne koristi tudi na področju duševnega zdravja (Morgan idr., 2015). Avtorji Richardson idr. (2005) pravijo, da lahko namreč ublaži sekundarne simptome, kot sta nizka samopodoba in socialna izolacija. Ljudje z diagnosticiranimi težjimi oblikami duševnih motenj, kot so depresija, shizofrenija, bipolarna motnja itd., so največkrat tudi šibkega fizičnega zdravja in so socialno ovirani. Fizično zdravje lahko izboljša kakovost življenja ljudi z diagnosticiranimi kroničnimi duševnimi motnjami. Hoja, bodisi v okviru organiziranih skupnih ali samostojnih individualnih sprehodov, je eden izmed najpogostejših načinov telovadbe pri ljudeh z diagnozo kronične duševne motnje. Programi fizične aktivnosti bi morali biti po mnenju avtorjev vključeni v programe na področju duševnega zdravja, saj imajo pomembno vlogo pri procesu okrevanja.

Avtorja McCabe in Johnson (2013) pravita, da bi morala biti udeležba v turizmu vključena kot eden izmed kazalnikov v nacionalnem merjenju blagostanja. Subjektivno blagostanje dopolnjuje ocene kakovosti življenja, čeprav se ta lahko vključuje tudi na globalno lestvico merjenja zadovoljstva z življenjem, čustvenega in socialnega blagostanja in pozitivnega funkcioniranja, povezanega z eudaimonskim vidikom blagostanja (avtonomnost, smisel življenja, osebna rast itd.). To so področja, ki so pomembna za razumevanje prispevka turizma k sreči. Raziskovalci na področju socialnega turizma Morgan idr. (2015) zagovarjajo stališče, da je izključenost iz turizma pomemben vpogled v to, kaj pomeni biti prikrajšan in socialno izključen, socialni turizem pa je ob tem pomemben pokazatelj zgodnje intervencije in podpore ranljivim skupinam.

1.2.7 Društvo Altra

Društvo Altra je nevladna, neprofitna organizacija, ki socialnovarstvene programe na področju duševnega zdravja izvaja že dvajset let. Glavni programi so stanovanjske skupine, dnevni center, svetovalnica, zagovorništvo (v smislu varovanja uporabnikovih interesov, dostojanstva itd.), izvajajo pa tudi druge dopolnilne programe. V okviru dnevnega centra potekajo vsakodnevne brezplačne prostočasne aktivnosti, kot so na primer telovadba, miselne igre, kuharske delavnice, tečaji jezikov itd. (Altra, 2020).

V okviru društva Altra se izvajajo štirje tabori – dva v poletnem, en v jesenskem in en v zimskem obdobju (Novigrad, Izola, Marendol in Bohinjska Bistrica). Dvakrat mesečno (ob sobotah) se organizirajo tudi enodnevni izleti v naravo, v okviru programa Dnevni center pa so pogosti tudi enodnevni izleti v druga mesta v Sloveniji in v mesta sosednih držav (A. Vučak, osebna komunikacija, 5. avgust 2020).

Na podlagi ugotovitev omenjenih avtorjev sem ugotovila, da primanjkuje literature o socialnem turizmu na področju duševnega zdravja, zato sem se odločila podrobneje raziskati stanje tovrstnega področja v Sloveniji. V metodološkem delu bom tako raziskala, kakšni so učinki turističnih izkušenj pri posamezniku s težavami v duševnem zdravju, kako vplivajo na proces okrevanja ter ali bi lahko rekli, da je izvajanje turističnih dejavnosti ena izmed oblik psihosocialne podpore in pomoči.

2 METODOLOGIJA

2.1 RAZISKOVALNI NAČRT

V raziskovalnem načrtu bom predstavila namen, cilje in raziskovalna vprašanja magistrskega dela in na kratko predstavila, kaj je individualni intervju ter kdaj ga uporabljamo. Prav tako bom oblikovala raziskovalni vodnik s polstrukturiranimi vprašanji. V zadnji fazi raziskovalnega načrta bom zapisala potek izvedbe individualnih intervjujev.

2.1.1 Namen, cilji in raziskovalna vprašanja

Namen raziskave je ugotoviti, kako, če sploh, socialni turizem vpliva na proces okrevanja in kakovost življenja posameznika s težavami v duševnem zdravju. Cilji magistrskega dela so odgovoriti na spodnja zastavljena raziskovalna vprašanja:

- Kakšni so fizični, socialni in psihološki vplivi turističnih izkušenj na posameznika s težavami v duševnem zdravju? Podvprašanje: Kakšen je vpliv turističnih izkušenj na dobro počutje in kakovost življenja posameznika?

- Kakšna je povezava koncepta socialnega turizma s konceptom procesa okrevanja na področju duševnega zdravja? Podvprašanje: Kako lahko turistične izkušnje pomagajo v boju proti stigmi in diskriminaciji?

- Ali lahko trdimo, da je izvajanje turističnih dejavnosti ena izmed oblik psihosocialne podpore ter pomoči socialnih delavcev/delavk in zakaj?

2.1.2 Predstavitev in načrtovanje individualnih intervjujev

V magistrskem delu sem uporabila kvalitativno metodo raziskovanja. Kvalitativno raziskovanje je pristop, ki nam pomaga raziskovati in razumeti posameznika in skupine ljudi kot odgovor na socialni in človeški problem. Ta proces raziskave vključuje oblikovanje vprašanj in postopkov, pridobivanje podatkov udeleženca na induktivni način (od podrobnosti k splošnim temam), v zadnjem koraku pa raziskovalec interpretira pomen podatkov (Creswell, 2014).

Raziskovalni intervju je ena izmed najpomembnejših metod zbiranja kvalitativnih podatkov, ki se pogosto uporablja pri izvajanju terenskih študij in etnografskih raziskav. Je tudi najpogostejši

in najučinkovitejši način, da poskušamo razumeti soljudi. Najpogostejša oblika intervjujev je individualni intervju, prav tako pa poznamo tudi skupinski intervju, vprašalnik, dostavljen po pošti (samoizpolnjevanje) in telefonsko anketo (Fontana in Frey, 2000).

Populacijo v moji raziskavi predstavljajo polnoletne osebe v Sloveniji s težavami v duševnem zdravju, ki se v zadnjih 5 letih udeležujejo izletov in taborov v okviru socialnovarstvenih organizacij. Zaradi nezagotovljenih pogojev za vključitev celotne populacije v raziskavo sem oblikovala njen vzorec. Vzorec je priložnostni in predstavlja 5 uporabnikov in uporabnic s težavami v duševnem zdravju iz društva Altra (v Ljubljani), ki se v zadnjih 5 letih udeležujejo oziroma so se udeleževali izletov in taborov v okviru društva. Ker sem želela pridobiti poglobljene odgovore udeležencev, sem si izbrala metodo intervjuja s polstrukturiranimi vprašanji.

2.1.3 Oblikovanje raziskovalnega vodnika

Na osnovi zastavljenih raziskovalnih vprašanj sem pred izvedbo individualnih intervjujev oblikovala raziskovalni vodnik s spodaj zapisanimi vprašanji. Vnaprej zastavljena vprašanja so mi pomagala pri večjem nadzoru nad vodenjem pogovorov, dodatna podvprašanja pa pri spodbujanju udeležencev k izražanju mnenj in pripovedovanju svojih izkušenj.

1. SKLOP in 2. SKLOP

- Se v okviru društva Altra udeležujete izletov ali taborov (ali morda oboje) in kako pogosto (odgovoriti s številko npr. dvakrat mesečno)?
- Razmislite o najboljši izkušnji, ki se vam je zgodila med izletom/taborom. Opišite ta dogodek. Kako ste se takrat počutili? Kako je ta izkušnja (izkušnje, če jih je bilo več) vplivala na kakovost vašega življenja?
- Podvprašanje: Na katera področja življenja (socialno, fizično, psihološko)?
- Kako je ta izkušnja vplivala na vašo nadaljnjo udeležbo?
- Kako ocenjujete pomembnost izletov/taborov v kontekstu svojega prostega časa in zakaj?
- Kateri dejavniki vplivajo na vašo odločitev za udeležbo določenega izleta/tabora?
- Se je zaradi teh izkušenj spremenil odnos turističnih delavcev (lastniki apartmajev, natakarji, vozniki najetega avtobusa itd.) do vas in v čem? Ali ste se počutili bolj ali manj vrednega od drugih?

3. SKLOP

- Kaj, kar so storili zaposleni društva Altra, ki so izvedli te izlete/tabore, vam je bilo v največjo podporo/pomoč in kaj vam morda ni bilo? Se je vaš odnos do teh zaposlenih zaradi skupne udeležbe na izletih/taborih spremenil?
- Podvprašanje: Če da, na kakšen način?
- Kako ocenjujete morebitni vpliv programov socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja in zakaj?

2.1.4 Izvedba individualnih intervjujev

Po oblikovanem raziskovalnem vodniku sem se z zaposlenimi v društvu Altra dogovorila za udeležbo na spletnih delavnicah preko Zooma, kjer sem imela priložnost uporabnikom predstaviti temo magistrskega dela in pojasniti namen raziskave. V raziskavi je želelo sodelovati 5 uporabnikov, ki se udeležujejo oziroma so se udeleževali izletov in taborov v okviru društva. Po pridobitvi soglasja za sodelovanje sem se z njimi individualno dogovorila za datum in uro izvedbe intervjuja preko aplikacije Zoom. Zaradi varovanja osebnih podatkov udeležencev in zaposlenih so vsa imena izmišljena. Pred izvedbo intervjujev sem udeležence prosila, če lahko intervjuje zvočno posnamem in jim pojasnila namen tega. Vsi sodelujoči so se s tem strinjali. Kratek opis udeležencev je prikazan v spodnji tabeli (pridobljeno iz transkriptov intervjujev).

Tabela 2.1: Udeleženci individualnih intervjujev

Udeleženci	Opis njihove udeležbe na izletih in taborih
Udeleženec 1; Rok	Rok je 53-letni uporabnik, ki se je v preteklem obdobju redno (dvakrat mesečno) udeleževal izletov (v okviru programa Dnevni center in Svetovalnica) ter poletnih in zimskih taborov.
Udeleženec 2; Luka	Luka je 50-letni uporabnik, ki se je v preteklem obdobju petkrat udeležil zimskih in poletnih taborov (v okviru programa Svetovalnica).
Udeleženec 3; Mojca	Mojca je 56-letna uporabnica, ki se redno (pred obdobjem epidemije) udeležuje ženskih taborov ter izletov v okviru programa Dnevni center. Preden si je poškodovala koleno, se je pogosto udeleževala izletov v okviru Svetovalnice, vendar so ji postali fizično prenaporni.
Udeleženec 4; Bojan	Bojan je 44-letni uporabnik, ki se je v preteklem obdobju enkrat udeležil poletnega tabora in enodnevnega izleta na morje v okviru Dnevnega centra.

Udeleženec 5; Sonja	Sonja je 42-letna uporabnica, ki se je v preteklem obdobju enkrat udeležila enodnevnega izleta na morje in več manjših kratkih izletov v okviru Dnevnega centra.

Mojca in Bojan sta v partnerskem odnosu in izrazila sta željo, da bi intervju opravila skupaj, zato smo izvedli skupinski intervju.

Na začetku intervjujev sem na kratko predstavila obravnavano temo raziskave ter pojem socialnega turizma, nato pa sem skozi pogovor zastavljala vprašanja iz raziskovalnega vodnika. Pogovore sem poskušala voditi čim bolj strukturirano, ob tem pa sem udeležencem zastavila dodatna vprašanja in jih na ta način spodbudila k bolj izčrpnim odgovorom ter k izražanju svojih osebnih izkušenj udeležbe na izletih ter taborih. Po koncu intervjujev sem se vsem udeležencem zahvalila za sodelovanje. Pogovori so potekali približno eno uro, z izjemo pogovora z Luko, ki je bil krajši, tudi odgovori so bili manj izčrpni. Zaradi različnih duševnih stisk udeležencev je bilo treba upoštevati tudi njihovo zmožnost sodelovanja.

2.1.5 Obdelava in analiza podatkov

Pridobljene podatke sem obdelala in analizirala kvalitativno z metodo kodiranja. V prvi fazi sem napisala transkripte intervjujev. V naslednjem koraku sem določila teme, nadkategorije, kategorije in pojme konkretnim izjavam. Intervjuje sem osno in odprto kodirala. Na podlagi tega sem izjave udeležencev lahko zbrala v smiselne, enake ali sorodne enote. Pri vseh manjših enotah sem nato prepoznala glavne teme, ki zelo podobne temam vprašanj iz raziskovalnega vodnika. Primer: Dobro počutje v družbi (pojem), Potreba po socialnih stikih (kategorija), Socialno področje (nadkategorija), Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja (tema).

Tabela 2.2: Primer kodiranja

	IZJAVA	POJEM	KATEGORIJA	NADKATEGORIJA	TEMA
B11	*Ja, ker se družiš. Druženje je zelo pomembno. Ker smo družabna bitja in je pomembno. Da se boljš počutiš. Rabiš to.*«	Dobro počutje v družbi	Potreba po socialnih stikih	Vpliv na socialno področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja

2.2 ANALIZA IN INTERPRETACIJA REZULTATOV

V transkriptih so vsi odgovori udeležencev, ki so bili uporabljeni v analizi podatkov, obarvani rdeče. Isti citati iz tabele in transkriptov so označeni z istimi črkami in številkami.

2.2.1 Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja

Ugotovitve po opravljeni analizi kodiranja so bile, da turistična izkušnja vpliva na socialno, psihološko in fizično področje življenja. V nadaljevanju bom predstavila, na kakšen način turistična izkušnja vpliva na omenjena področja.

2.2.1.1 Socialno področje

Vseh 5 udeležencev je izpostavilo vpliv turistične izkušnje na socialno področje življenja.

Potreba po socialnih stikih

V teoretičnih izhodiščih sem povzela ugotovitve številnih avtorjev, ki pravijo, da sta pomembni področji, ki prispevata k boljši kakovosti življenja, 1. dobro počutje in odnosi ter 2. občutek pripadnosti oziroma socialni odnosi (Connel idr. 2014; Atkinson in Zibin, 1996; Rosenblatt in Attkisson, 1993). Podobno ugotavlja eden izmed udeležencev v intervjuju, kar sem uvrstila v pojem **dobro počutje v družbi** (B11:»*Ja, ker se družiš. Druženje je zelo pomembno. Ker smo družabna bitja in je pomembno. Da se boljš počutiš. Rabiš t.o*«).

Možnost ustvarjanja in širjenja socialne mreže

Udeleženci so prepoznali kakovost življenja tudi v možnosti ustvarjanja in širjenja socialne mreže v okviru društva, kar omogoča navezovanje novih stikov med uporabniki. Tudi številni avtorji (Minnaert idr., 2013; UNWTO, 1980; Morgan idr., 2015) navajajo prednosti udeležbe v turizmu predvsem v smislu boljše socialne stabilnosti in podporne mreže. V analizi kodiranja sem izjave udeležencev označila z enotnim pojmom **novi prijatelji** (A9: »*Kaj mi dajo … neko druženje … socialno. Jaz vem, da v tistem času sem bil izgubljen. Bil sem navajen na neko življenje, ki ga nisem več dohajal. In je blo treba izpostavt drugačno socialno mrežo … in to sm.*«; A39: »*Najdeš ljudi, koga spoznaš, se s kom mal pogovoriš, da dobiš informacije, tudi od koga pomoč.«*; A42: »*Potem spoznaš ljudi, socialno mrežo si širiš.*«; C22: »*Ja, to mi je isto ostalo v lepem spominu. Pa tud spoznal sem Gorazda in Jano, ki so mi velik pomagal na Kolpi.*

Če njih ne bi bilo, bi bil osamljen. Malo sm poznal teh ljudi, ki so šli tja. Tud če sm jih poznal, nisem družaben z njimi. Ampak z njima [Gorazdom in Jano] *sm pa družaben. Družili smo se.*«).

Dinamičnost socialnih stikov

Dva udeleženca sta med pripovedovanjem pozitivne izkušnje s tabora poudarila **veselje na taboru** (D2: »Sej je blo luštn, na splošno je blo luštn. Zvečer smo si kres zakurl. Vsak večer. Kitaro je kšn igral pa tko. To mi je ostal v spominu. Ampak ne vem, če najbolj. Več je blo takih dogodkov. Al pa recimo na plaži, ko sem se s puncami družil, mi je blo v veselje to. To je bil tud en tak dogodek.«; B4: »Če iskreno povem, na tem ženskem taboru smo se skos neki zafrkaval pa take stvari. Ful družil se pa velik smo hodil ob obali. Ful dobr je blo. Res smo užival. Se smejal pa take stvari. Mislm, js mam sploh rada družbo. Js sm bolj tko pozitivna pa se skos neki smejimo. V živo se lahk hecaš, ves cajt maš neke fore. Razpoloženje drugim tud dvigneš, ane.«).

Enemu izmed udeležencev je lepa izkušnja ostala v lepem spominu, zato sem njegovo izjavo označila s pojmom **lep spomin** (C9: »Men je blo lepo, zato ker sm bla v društvu, tko smo se družil pa pogovarjal. To mi je lep spomin.«).

Dva udeleženca, ki sta pripovedovala svojo izkušnjo s tabora, sta povedala, da so bili organizirani raznovrstni družabni dogodki (**druženje in raznolikost aktivnosti –** C21: »A veste, js ko sem bil na Kolpi, men je blo super. 7 dni smo bli. Vsi so bili ok, vsi smo se družili okoli ognja, pa smo se skupili, malo zapeli, vice govorili«; D4: »Js sm bil tud enkrat v Bohinjski Bistrici z Altro [tabor]. In se spomnm, da sm tm pol hodu na bazene, pa šah smo igral, pa kšne karte, pa za jest je blo tud kr dobr.«).

Pri analizi kodiranja sem zapisala tudi pojem **druženje med moškimi in ženskami** (D6: »Vesel sem bil, ker smo bli fantje pa punce skupi, pa se je vsak dan neki druzga dogajal.«). Udeleženec je torej izpostavil še en nov vidik, in sicer da mu ni pomembno samo druženje znotraj skupine, temveč druženje med moškimi in ženskami. Izvedbo intervjuja bi lahko na tej točki izboljšala s podvprašanjem glede iskanja ljubezenskih partnerjev med udeležbo v socialnem turizmu.

Močna medsebojna povezanost znotraj skupine

Pri pogostejši udeležbi uporabnikov in ustvarjanju socialne mreže so se odnosi znotraj skupine poglobili, kar sem označila s pojmoma **enotnost skupine** (C33: »*Bli smo ko ena familija*. *Tako*

smo se fajn imeli ko ena familija«) in **medsebojna podpora in pomoč** (B8: »*Ja, ful smo povezane. En drugmu si pomagaš. Kot ena velka družina.*«).

Krepitev socialnih veščin

Kljub možnim poglobljenim odnosom je treba opozoriti tudi na slabost velike skupine uporabnikov. Udeleženec A je omenil **prilagajanje zaradi različnih interesov in potreb znotraj skupine** (A4: »*Velikokrat je pa na Altri to … zelo smo si različni in kako to pol uskladit nekak.*«) in **konflikte zaradi različnih interesov in potreb** (A6: »*Ja, kako se najdeš … pride pa včasih, ko se ne ujameš, ker smo si tok različni.«*). Kljub omenjenim slabostim lahko prilagajanje in reševanje konfliktov znotraj skupine krepita socialne veščine uporabnikov (kategorija).

2.2.1.2 Psihološko področje

Vsi udeleženci so povedali vsaj en vidik vpliva turistične izkušnje na psihološko področje življenja.

Prijetni občutki

V teoretičnih izhodiščih sem pojasnila, da je poleg objektivnih vprašalnikov za merjenje kakovosti življenja pomembna tudi posameznikova subjektivna izkušnja. Posameznikova notranja resničnost je torej lahko najboljša ocena njegove kakovosti življenja, je namreč neizpodbitno dejstvo (Csikszentmihaly, 1997).

Dve izjavi udeleženke sem označila s skupnim pojmom **nepopisen občutek** (B5: »Težko povem z besedo ta filing. To ga morš občutit [počutje na izletu/taboru].«; B7: »Ne morem vam opisati, kako je, ko smo same punce. Kakšn bi si mislu, ah, kok se dolgočasijo. Ma ne. To se ves cajt sam smejiš. Res smo užival. Da si pomagamo, to je užitek.«).

Med pripovedovanjem najlepše izkušnje z izleta je udeleženka poudarila svoje **najlepše doživetje** (C5: »*Najboljš mi je blo, k smo se z ladjo peljali po morju …*«; C6: »*Ja! Pa tisti galebi! Men je blo to najlepš. Sediš pa galebi pridejo, veste, kok je lepo.*«).

Podobno sem zapisala pri drugem udeležencu – **lep in nepozaben spomin** (A5: »*Občutke, ki sem jih doživljal v tem bolj ločenem delu lokala, kjer se ustvari zasebna, intimna atmosfera, ob različni hrani in družbi, so nepozabni. Včasih izlet kar prehitro mine.*«).

Tudi pri odgovoru udeleženca, ki se je redkeje udeleževal taborov, sem prepoznala njegove prijetne občutke s tabora in tako poimenovala pojem kot **zadovoljstvo na taboru** (D3: *»Ja, kr u redu ja. Mal drugač je blo. Družba je bla, mal smo spremenil okolje. To prec vpliva na človeka. Taki tabori so fajn, so bli tud men všeč.«*).

Isti zgoraj zapisani udeleženec je poudaril tudi pomen **novega in drugačnega okolja, stika z naravo** (D8: *»Ne bi znal pa točno povedat, kako je to vplival name. Fajn je, k greš v en nov kraj, pa hiše gledaš, pa gozd. Drugač je kt v Ljubljani. Kraj je spremenjen.«*).

Udeleženec, ki se je skupaj s partnerko v okviru socialnega turizma (koriščenje turističnih bonov –možnost brezplačne namestitve) odpravil na počitnice na morje, je doživel prijetne občutke ob **razvajanju v novem okolju** (C45: »*A veste, kako sva se počutila … bilo nam je lepo, malo morje, malo sauna, imeli smo jacuzzi.*«).

Udeleženca sta omenila še čustvo, ki sem ga označila s pojmom **sreča** (C8: *»Počutu sm se sretan, da sm plovu na ladji pa da sm šou videt Brione«*; D5: *»Pozitivno. Ne vem, če je vplival prou na moje duševno stanje. Ampak na splošno sm bil srečen.«).*

Podobno je bilo tudi čustvo **veselje** (D8: »»*Veselje. Tud dobro počutje. Dobr sm se počutu.*«).

Dva udeleženca prepoznavata koristi socialnega turizma tudi v sproščenosti okolja in stika z naravo. Njune odgovore sem označila s pojmom **sprostitev** (B10: »*Ja, sprosti te. Vplivajo te izleti na duševno zdravje*«; C12: »*Ni depresije, ni problema, nisi živčen …* [koristi udeležbe]«; C13: »*Si pomirjen, morje te pomirja.*«).

Psihično zdravje lahko enačimo s subjektivnim blagostanjem, pri čemer gre za človekovo optimalno izkustvo in optimalno delovanje. Vključeni so pojmi sreče, dobrega počutja, optimizma, upanja, zadovoljstva z življenjem in življenjskega smisla (Musek, 2008). Predvsem zadnja psihična stanja, ki sem jih prepoznala v odgovorih udeležencev, lahko enačimo z ugotovitvami avtorja Muska, ki je naštel enaka in podobna čustva. Med ostalimi prijetnimi občutki, ki sem jih prepoznala v transkriptih, je treba posebej omeniti tudi »najlepše doživetje« ter »lep in nepozaben spomin«. Takšna najlepša in nepozabna izkušnja namreč sama po sebi predstavlja pozitivno počutje, ki ga je včasih tudi nemogoče opisati (»nepopisen občutek«). Pozitivna čustva med udeležbo na taborih/izletih lahko torej prispevajo k boljši kakovosti življenja uporabnikov. Svoje ugotovitve lahko navežem tudi na ugotovitve avtorjev Sirgy (2010) in McCabe in Johnson (2013), ki pravijo, da lahko pogostejša udeležba v turizmu poveča

zadovoljstvo z življenjem posameznika. Avtor Slade (2010), ki sem ga omenila že pri temi subjektivnega dobrega počutja v povezavi z duševno motnjo, pravi, da dobro počutje ni nujno pogojeno z dobrim življenjem. Izkušnja sreče je lahko prisotna tudi takrat, kadar smo prevzeti z neko prijetno oziroma priljubljeno dejavnostjo, ki jo imenujemo zanos. Kot ugotavlja Slade (2010), je torej pomembno, da se na področju duševnega zdravja usmerjamo tudi v doseganje višje stopnje pozitivnega duševnega zdravja in ne samo v lajšanje simptomov duševne motnje. Po opravljeni analizi odgovorov ugotavljam, da je udeležba na izletih in taborih v okviru društva Altra lahko pomemben prispevek k boljšemu subjektivnemu blagostanju uporabnikov, ki je povezan s kakovostjo življenja. Poudariti želim še pomen prostega časa, ki ga prav tako razumemo kot prispevek h kakovostnejšemu načinu življenja. Zanimiva ugotovitev je bila izjava udeleženke, ki kljub njenemu naštetju koristi izletov in taborov teh ne uvršča med pomemben del njenega prostega časa – B13: »*To lih ne no*« [ni pomemben del njenega prostega časa].

2.2.1.3 Fizično področje

Fizična aktivnost

Trije udeleženci so poleg socialnega in psihološkega poudarili tudi fizično področje življenja, na katerega, po njihovem mnenju, vpliva udeležba v turizmu. Podobne ugotovitve sem poudarila v teoretičnih izhodiščih. Številni avtorji (Morgan idr. 2015; Richardson idr., 2005) namreč trdijo, da fizična aktivnost izboljšuje kakovost življenja ljudi s težavami v duševnem zdravju. Tri odgovore udeležencev sem uvrstila v skupni pojem **kondicija** (B12: »*U bistvu ti izleti tud kondicijo dajo.«,* C26: »*Ja, kondicija, fizično ja.«* [fizičen vpliv], D9: »*Fizično zdravje tud tud*«).

2.2.2 Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo določenega izleta/tabora

2.2.2.1 Skladnost ponudbe z uporabnikovimi željami in potrebami

Drugačne potrebe

Eden izmed razlogov oziroma dejavnikov, ki prispevajo k odločitvi, ali se bo posameznik odločil za udeležbo ali ne, so njegove drugačne potrebe v določenem obdobju življenja. V analizi sem uporabila pojem **drugačno življenjsko obdobje** (A1: »*Jaz sem že ne vem kok let v Altri in v enem obdobju sem bil dvakrat mesečno, tako kot tuki piše* [na vprašalniku], *v tem*

obdobju imam pa drugačne potrebe. Prej sem bil in na letnem in na zimskem taboru in na teh izletih, takšnih in drugačnih, zdej pa ne.«).

Drugi udeleženec je omenil tudi **nezadovoljstvo na taboru** (D1: »*Ja ne vem, kr sm šou raj na morje* [ima vikend na morju]. *Ni mi blo tok všeč, zato ker kopu se itak nism, da bi pa tam na plaži dol visel 8 ur, tega pa ne prenesem js na soncu.*«).

Prilagojena ponudba glede na fizično kondicijo uporabnikov

Pomemben vidik, ki gotovo vpliva na udeležbo, je **telesna ovira** (B3: *»Z Urbanom sem pa hodila prvi let 2011, 2012. Pol mi je blo pa prenaporn. Bla sem tud na njegovem zimskem taboru in tam sem si koleno poškodovala in pol me ni več tok pretegnilo, ker mi je blo prenaporn. Ja, on ma kr. Celo po več ur hodiš, tud če nima več zdej tok, da bi skos v hrib hodu, tko kot si včasih, ampak tud tiste pohode, ki so po ravnem, ma več ur. Po 5, 6 ur.«).*

Prilagojena ponudba glede na trajanje udeležbe

Eden izmed udeležencev je opozoril tudi na strah pred vožnjo z avtom. Ker se je tabora v Bohinjski Bistrici še vedno želel udeležiti, je imel možnost, da se je na destinacijo pripeljal z vlakom. To situacijo sem imenovala **možnost izbire drugega prevoza** (A25: »*Celo sem potem tudi tako šel, če je bla možnost, da sem se jim posebi priključil. Na primer, ne da se z njimi peljem na primer za Bohinjsko Bistrico.*«).

Isti udeleženec je v intervjuju povedal, da se je tabora želel udeležiti za krajši čas, kot je sicer predvideno (en teden). Pojem sem imenovala kot **možnost izbire števila dni udeležbe** (A26: »*Ker men je blo tud naporn en teden bit z njimi* [tabori]. *Da sem rabu tist svoj mir, velik ljudi, ki tisto pozornost … pa bolečine ponoči pa vse to. In mi je blo prenaporno. Pa kako bit pa vse sodelovat pa to.*«, A27: »*Ne prvi dan, ampak da sm pol šele prišel. Drugi, tretji dan. Da je blo mal manj stresno. Uporabnik pa ta ma to vprašanje, ta bi uno … sej to je normalno. Sej tud, če greš nekam na dopust, je najbolj stresn prvi, drug dan, pol si pa že utečen.*«). Možnost izbire zagovarjajo tudi zaposleni društva Altra. Pomembno je, da se posameznik sam odloči za udeležbo, poleg tega pa uporabniki tudi sami predlagajo destinacije enodnevnih izletov (A. Torlak, osebna komunikacija, 15. november 2020).

2.2.2.2 Prepoznavanje koristi (socialnega) turizma

Razlog za prvo udeležbo

Udeleženec je razlog za prvo udeležbo videl predvsem v **spremembi okolja in dobrem počutju** (D11: »*Sprememba okolja, počutje.*«).

Možne koristi za udeležbo lahko uporabniki raziščejo sami, lahko pa jim te predstavijo drugi, ki že imajo pozitivno izkušnjo z izletov in taborov. Izjavo udeleženke sem zato opredelila kot **pripovedovanje o dobri izkušnji udeležbe** (B29: »*Pregovarjanje* [dejavnik, ki je vplival na prvo udeležbo]. *Da mi nekdo reče, da je fajn na izletu, da nekdo predstavi, kako se uživa na izletu, kako se ma fajn, kako se pogovarja, smeje. In pol maš željo bit zravn.*«).

2.2.2.3 Psihološki dejavnik

Vpliv duševne stiske na zmožnost udeležbe

Z odločitvijo o udeležbi je lahko povezan tudi psihološki dejavnik, in sicer duševna stiska uporabnika. Ta lahko v določenih primerih ovira njegovo zmožnost udeležbe. Ena izmed udeleženk je na primer omenila **slabo počutje** nekaterih uporabnikov (B25: *Drugač pa več al manj, iskreno povedano, če je v slabi koži, ponavad noben ne gre. Bo prej odpovedal se izletu. Mislm, se že prijavi, pa če čuti, da ne bo zmogel, se tud odjavi.*«).

Primer dejavnika, ki lahko omejuje udeležbo, je lahko tudi **strah pred vožnjo**, ki sem ga predhodno že izpostavila (A24: »*Zarad poškodbe slabo vožnjo prenašam. In sem bil preobčutljiv, zato sem tudi umaknu mal, ker nisem želel, da se z mano tok ukvarjajo. Kot v breme. V pozornost, če me razumete.*«).

Poleg omenjenega strahu je bil v intervjujih med dvema udeležencema večji poudarek na premagovanju strahu in na načinu premagovanja tega. Pojem je označen kot **premagovanje strahu** (A15: »*Zdj pa, kok si ti sploh odprt do tega al te je zablokiral … al pa si že … kako bi reku … da že z ročno greš tja«;* B30: »*Ampak mora bit pa človek v dobri koži. Da je dovzeten do tega povabila. Eni morjo hodit neki cajta na Altro, da se pol sprostijo, da vidjo … pa ne smeš met neke tesnobe pred ljudmi, pred množico ljudi. Prvo je treba ta strah premagat, da maš pol željo.*«).

2.2.2.4 Socialni dejavnik

Spodbujanje zaposlenih in bližnjih

Spodbudo za prvo udeležbo lahko podajo tudi zaposleni ali bližnji. V enem izmed udeležencev je vzbudila **željo in potrebo po spremembi** (D12: »*Ja Mojca pa Urban sta mi rekla, da majo tabore. Pa tud oče mi je reku, da bi blo dobr, da se udeležujem čim več taborov, ker to sam pozitivno vpliva. Človk, kot sm js, mora tud neki počet. Ker če ne, pol je sam še slabš. To mi kr govori, čim več stvari narest, a veste. Oče mi to kr naprej govori.*«; D14: »*Kr kr* [pomemben del prostega časa]. *U bistvu bi mogu čim več, tko kot mi oče pravi. To je kr pomemben. Mogoče bom pa šel spet, mogoče pa polet. Če bo vse po sreči s to korono.*«).

Zaupanje zaposlenim in ostalim uporabnikom s pozitivno izkušnjo udeležbe

Ta kategorija se mi zdi še posebej pomembna, saj poudarja nujno potrebno zaupanje uporabnika v spodbudnika za udeležbo na taboru ali izletu. Za dva udeleženca je zaupanje pomembno predvsem zaradi njunega občutka varnosti, kar sem zapisala kot **potreba po občutku varnosti za premagovanje strahu** (A16: »*Zaupanje Urbanu, da verjameš, da pogledaš Mojci v oči in da ji verjameš. To je pa najbolj. Zaupanje. To je tisto najbolj pomembno, da se ustvari neka povezava z vodjem. Da rečeš tud, bom skočil. Ker zaupam. Če me razumete … To je pa tist, da te pogleda, ti pove … ne pa da je tist rezeverviran pa neko tako … js vem, da sem js pol kr tko, še bolj z nekim strahom. Še poslabša.*«; D25: »*Zdej mi je skor lažje, da grem z nekom, ki ga poznam. Pri teh mojih problemih. Se lažje znajdem. Boljš se počutim, bolj varnega. Ni me tok strah, da se ne bom kej znajdu al pa da se mi kej zgodi.«*)

2.2.2.5 Finančna zmožnost uporabnika

Visoka cena

Nezanemarljiv je tudi finančni dejavnik, ki lahko vpliva na odločitev za udeležbo. Udeleženec je, glede na svoje predhodne izkušnje z udeležbo, opozoril na problem visoke cene izletov (**predhodne izkušnje –** C1: *»Js mam zdej ful enih finančnih stroškov, tko da zato nism z Altro zdej zadnje čase hodila na izlete. Za naju dva z Bojanom je 40 eur kr velik, zato nisem šla.«*; C4: »*Enkrat sem bil, ker si nism mogu prvoščit, da bi šel večkrat. To je velik dnarja, potem sem spoznal Sanjo in pol bi moru še za njo plačat in za sebe in to je preveč.*«).

Finančna stiska

Kljub finančni nezmožnosti je isti udeleženec omenil **željo po udeležbi** (C10: »*Da, men je blo lepo, da sm šla in da mi ni žou, da sm šla. Ena želja in več ne gre. Dovolj.*«; C16: »*Samo kar je problem, je denar. Financijska stiska. In zato ja rečem, če maš financijsko stisko, tud duševno se človek razboli, če ma financijsko stisko. To isto vpliva.*«; C17: »*Če bi blo teh izletov več, da se ne rabi plačati, ja bi šou skor vsak dan na izlet.*«; C18: »*Da bi blo cenovno … če pa ne, da bi cene mal znižali. Da bi recimo iz 10 zmanjšal na 4 EUR.*«; C19: »*Zato, ker jedva preživimo iz meseca v mesec in zdaj, da plačam izlete, ampak da bom lačen, to ne bi dovolil sebi,*«; C26: »*Žal mi je, da ne morm it spet,*«). V teoretičnih izhodiščih sem zapisala izjavo zaposlene na Altri, ki pravi, da skušajo uporabnikom zagotavljati cenovno dostopne izlete (Slovenske železnice jim na primer nudijo velik popust na vozovnice). Kljub zagotavljanju popustov je cena socialno turistične ponudbe za nekatere udeležence še vedno previsoka, po drugi strani pa so zaposleni v letu 2020 opazili bistveno večjo samostojno udeležbo na izletih. Razlog za to vidijo predvsem v omogočenem brezplačnem javnem prevozu Mestne občine Ljubljana. Prav tako so v istem letu opazili še en preobrat; običajno se namreč približno 30 uporabnikov v okviru dnevnega centra vsako poletje redno odpravlja na morje. Zaradi možnosti koriščenja turističnih bonov, ki omogočajo brezplačno nastanitev, pa so zaposleni pomagali opraviti rezervacijo za turistične apartmaje na Obali za kar 150 uporabnikov. Zaposlena še dodaja, da je veliko število opravljenih rezervacij preko turističnih bonov dober pokazatelj, kako lahko finančni dejavnik vpliva na uporabnikovo udeležbo v turizmu (A. Torlak, osebna komunikacija, 15. november 2020). Kot zaključek lahko povzamem avtorico Minnaert (2011), ki pravi, da je glavni cilj socialnega turizma participacija v turizmu za vse tiste, ki jim je udeležba onemogočena zaradi oviranosti, zdravstvenih težav ali pa pomanjkanja dohodka.

2.2.3 Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za samostojno udeležbo v turizmu

Med izvedbo intervjuja so udeleženci izkazali tudi zanimanje za samostojno udeležbo v turizmu in poudarili dejavnike, ki vplivajo na odločitev za tovrstno udeležbo.

2.2.3.1 Samostojna izbira destinacije in dolžine trajanja počitnic

Uresničevanje lastnih želja in potreb

Udeleženec, ki se izletov in taborov v okviru Altre ne udeležuje pogosto, je omenil zanimanje za **3-dnevne počitnice v okviru kmečkega turizma in 7-dnevne počitnice na morju** (D15:

»*Ja. Dobr, da so. Js bi kr šou za ene tri dni kakšn kmečki turizem pa to. Sej na morje bi tud šou, sam za en dan se mi pa ne da. K komi pridš tja, pa se neki skopaš pa poješ, pa že nazaj. Js, če grem na morje, morm bit vsaj en teden dol. En teden se mi zdi lih dost.*«).

2.2.3.2 Finančni dejavnik

Cenovna dostopnost do udeležbe

Že prej sem omenila večje zanimanje in udeležbo v socialnem turizmu v okviru koriščenja turističnih bonov (v letu 2020). Takšna udeležba je predstavljala pozitivno izkušnjo dvema udeleženkama, ki sta izrazili željo po ponovni možnosti koriščenja bonov zaradi omogočanja brezplačne nastanitve. Brez turističnih bonov jima je namreč onemogočena možnost samostojne udeležbe v turizmu zaradi finančne nezmožnosti. Njune izjave sem poimenovala kot **želja po nadaljnjih koriščenjih turističnih bonov** (B15: »*Ja!* [finančni dejavnik je pomemben za udeležbo v turizmu]. *Ker ti recimo, ko bi kdaj hotu zase it, tam je tist problem, ko ne morš dovolj denarja pršparat, da bi ti lahko šel recimo za 5 dni. Niti ne za cel teden, za 5 dni. Ampak je tok res predrago iz svojga žepa zelo težko daš.*«; B16: »*Ja, sigurno, da bi šel. Js bi pol vsak let šla na svojo režijo.*«; B18: »*Ker men je pasal 8 dni, pa tok bonov, pa nč mi ni blo treba doplačat, je blo super.*«; C46: »*Lepo bi blo* [če bi bili vsako leto turistični boni]. *Pa za te ljudi, ki si ne morjo privoščit. Za naju pa še za druge ljudi, ki živijo tako kakor midva.*«).

2.2.4 Povezanost turistične izkušnje z nadaljnjo udeležbo

2.2.4.1 Razlogi za ponovno udeležbo

Predhodna pozitivna izkušnja

Ob pripovedovanju pozitivnih izkušenj udeležencev s taborov in izletov sem želela izvedeti tudi, ali te pripomorejo k njihovim nadaljnjim udeležbam. Kot pravi tudi zaposleni na društvu Altra, so povratne informacije uporabnikov, ki se udeležujejo izletov in taborov, tiste, ki največ povedo in so vodilo, ali je določeno aktivnost smiselno nadaljevati ali ne (M. Boškin, osebna komunikacija, 26. maj 2017, v Sedmak, 2018).

Dva udeleženca sta prepoznala koristi izletov in taborov (**prepoznavanje koristi izletov in taborov –** A3: »*Tud zame je bilo to v redu, ker sem to leta in leta počel in mi je blo tudi všeč, sem tud zase velik dobil.*«; B1: »*Na izlete sem šla z dnevnim centrom. Kadar smo imel tisti letni*

izlet, ko maš, ko si cel dan od zjutri pa do večera in na te manjše izlete sm šla. Enkrat mesečno ponavad. Z dnevnim centrom rada grem zato, ker ni naporn. Recimo na te ženske tabore sem pa vsak let šla. To sem šla tud kr trikrat zaporedoma. Tri leta zaporedoma, samo letos nisem šla, ker me niso toplice potegnile.« [organizirano namesto ženskega tabora]; B31: »*Pol pa ponavad grejo, pol pa še sprašujejo, kdaj bojo spet kakšni izleti.*«).

Sorodna prejšnji je tudi kategorija **lep spomin** (C2: »*Sem šla pa na Brione, ampak je blo lepo. Drugač sm pa hodila še na te izlete, k smo šli po Ljubljani.«*).

Že v prvem poglavju analize sem poudarila vpliv socialnega turizma na socialno področje življenja. Poleg ustvarjanja in širjenja socialne mreže je udeleženka omenila tudi **poglobljene medsebojne odnose znotraj skupine** (B9: »*Ja, verjetno ja* [dobre izkušnje poglobijo odnos z ljudmi]. *Več al manj kar vsi gremo. Eni in isti. Tko da, če ne bi blo dobr, pol vrjetn ne bi niti šli.*«).

2.2.5 Stigma/destigmatizacija

2.2.5.1 Pogled na duševno zdravje

Pri vprašanju udeležencev glede morebitne stigme turističnih delavcev so bili vsi odgovori enotni (je niso zaznali). Njihova mnenja pa so se razlikovala predvsem v prepoznavanju stigme zunanjih ljudi, splošne javnosti. Nekateri udeleženci so delili svojo izkušnjo, da so med izleti in tabori dobili občutek, da so kot skupina stigmatizirani. Zanimalo me je, kako so prepoznali/opazili, da jih zunanji ljudje drugače tretirajo.

Prepoznavanje stigme

Eden izmed načinov prepoznavanja stigme je **govorica telesa ljudi/opazke zunanjih ljudi** (A29: »*Sem dobil ja* [občutek nesprejetosti od zunanjih ljudi]. *Vidš že na telesu ta odmik.*«; A32: »*Pa se vidi stigma. Pa tud opazke so. Med sabo pa tud vidš od drugih gostov: kaj so pa to za eni. Sej, nismo gluhi, slepi. Sej slišiš, vidš.*«.

Isti udeleženec je omenil, da ni zaznal stigme turističnih delavcev. Razlog za to, ki ga bom izpostavila v nadaljevanju, je izbira turističnih delavcev zaposlenih Altre. Kljub temu pa je lahko prisotna stigma zunanjih ljudi in udeleženec opozarja na situacije, v katerih nimamo vpliva nad izbiro ljudi, ki sprejemajo drugačnost. Njegovo izjavo sem zapisala pod kategorijo

nepredvidljive situacije (A31: »*Je pa treba tudi do tja pridet, so ene kritične točke, na katere ne morš vplivat. Kjer so ljudje. Na primer postajališče, na neki postaji, kjer gremo na kavo, na wc … in vprašanje, kako je tm. Tist na končni že lahko. Al šoferje lahko izberejo, kje bomo, vse to. Tam pa ne veš, kakšno osebje je tam na počivališču, kakšen odnos ma. In se to vid.*«).

Specifična nepredvidljiva situacija, ki sem jo posebej poudarila, je **odziv zunanjih ljudi na krizno situacijo** (C38: »*Včasih se zgodi, da na primer, če smo mi šli na druge izlete, da se komu poslabša pa pol te ljudi čudno gledajo. Kaj je njemu, ono ovo … Čudno so gledali tega tipa, zato ker je razgrajal.*«).

2.2.5.2 Zmanjševanje stigme

Odnos splošne javnosti do ljudi s težavami v duševnem zdravju

Kljub možni prisotni stigmi je lahko odnos splošne javnosti do ljudi s težavami v duševnem zdravju tudi pozitivno naravnan (**zaznavanje uporabnikov s strani okolja –** C33: »*Js mislm, da nas je okolje, k so tm sedel, k so nas gledal, da so nas razumel, da so vidl, to je pač društvo tako in … človeka morš pa sprejet takšn, kakšn je.*«; C36: »*Ne ne, js nism nč* [opazila drugačnega odnosa turističnih delavcev]; C37: »*Ipak smo se in mi malo pristojno obnašali. Niso gledal nč drugač, zato ker mi nismo delal nobenih problemov. Kulturno smo se obnašali, vsi smo bili pomirjeni, tako da ni problemov nikakvih.*«; D16: »*Ne, to se mi sploh ne zdi. Gledal so nas čist normalno. Kot da ne bi mel nikol izkušenj s kakšno psihiatrijo. Čist normalno, kot do vseh ostalih. Nikol nism začutil.*«).

2.2.5.3 Strategije za zmanjševanje stigme

Odnos turističnih delavcev do ljudi s težavami v duševnem zdravju

Kot sem že predhodno omenila, so udeleženci pohvalili odnos turističnih delavcev. Razlog za to je tudi **izbira turističnih delavcev pri organizaciji izletov/taborov** (A28: »*Vidim, da so zaposleni, ki organizirajo, tud na to pozorni. Koga izbrat, a ma oseba odnos do tega. Da zbirajo take šoferje, tako agencijo.*«; B19: »*Tud ne opazim. Tle na morju , ko hodimo v Novigrad, vedno se un* [turistični delavec] *heca: zdj so pa ženske pršle taborit* (smeh). *Na izletih pa nikol nisem opazla ne žaljenja ne ničesar.*«; C35: »*Takrat, ko smo šli na Brione, mi smo imeli poseban fond, tako da nas je osebje tu sprejelo, kakor treba. Tanja je tam z njimi razgovarala in Mojca, oni so razgovarali.*«).

Ne samo zaposlenim, tudi udeležencem se zdi pomembno, da pri njihovi samostojni organizaciji izletov upoštevajo odnos turističnih delavcev (**izbira turističnih delavcev pri organizaciji izletov v lastni režiji –** A30: »*To debato smo mel in smo pol bli tud pozorni kot družba, da smo tud sami v lastni režiji izbiral.*«).

Eden izmed možnih razlogov za odprt odnos turističnih delavcev do ljudi s težavami v duševnem zdravju je tudi njihova osebna izkušnja (prisotnost duševne motnje v družini). V analizi sem to opredelila kot **osebna izkušnja turističnih delavcev** (A34: »*Ja, samo je pa spet, kakšen je vzrok. Al je karakter al pa tudi pol izveš, da ma kakšen že itak doma kšnga tkole … pa je zarad tega mal drugačn odnos. Ker vidi, da zarad tega nismo neki.*«).

Odnos splošne javnosti do ljudi s težavami v duševnem zdravju

Wolf Wolfensberger (1972) je že pred 49 leti ugotavljal, da je vključevanje ranljivih skupin v prostočasne aktivnosti skupnosti dober način za spreminjanje družbe. Menim, da lahko dostop do turističnih storitev za ljudi s težavami v duševnem zdravju pripomore k spreminjanju odnosa splošne javnosti. Več pozitivnih izkušenj zunanjih ljudi z uporabniki bi lahko namreč po mojem mnenju vplivalo na zmanjševanje stigme. Zanimivo bi bilo izvesti nadaljnjo, bolj poglobljeno raziskavo na to temo in ugotoviti, ali in če da, kako se odnos gostov do uporabnikov na isti turistični destinaciji spreminja skozi ustvarjanje pozitivnih izkušenj, pozitivnega mnenja (na primer: ostali gostje ugotavljajo, da se uporabniki Altre v turistični nastanitvi obnašajo enako kot ostali gostje, so kulturni in spoštljivi do ostalih itd.). Prav tako je pomembna strategija za zmanjševanje stigme tudi **ozaveščanje (ljudi) o sprejemanju drugačnosti**. Poudariti je treba enake možnosti in pravice za vse; v primeru tega magistrskega dela enake možnosti in pravico do udeležbe v turizmu. Kot zaključno misel sem zapisala izjavo udeleženca (A33), ki pravi: »*To je pa osveščanje ljudi. Da zarad tega nismo … vsakmu se lahko zgodi. Sej tista reklama je bla dobra … neki vsi drugačni, vsi enakopravni je blo. Vsakmu se lahko zalomi.*«).

2.2.6 Pomoč in podpora zaposlenih

2.2.6.1 Metode dela v socialnem delu

Eno izmed raziskovalnih vprašanj se je nanašalo na mnenje udeležencev o pomoči in podpori med udeležbo na izletih in taborih s strani zaposlenih. Socialni turizem uvrščamo med stranske dejavnosti socialnovarstvenih programov, zato je tudi med udeležbo pomembno, da strokovni delavci uporabljajo metode in koncepte socialnega dela.

Spodbujanje k večji samostojnosti in krepitev moči

Prav tako je pomemben koncept perspektive moči uporabnika s težavami v duševnem zdravju. Omenjena drža stremi k mobiliziranju moči uporabnika (Čačinovič Vogrinčič, 2003).

Prvi način spodbujanja k večji samostojnosti in krepitvi moči je možnost **izražanja mnenja uporabnikov o izletih** (A2: »*On mi je bil tudi kot svetovalec, tako da sem hodil individualno do njega, potem sva poleg tega še o tem debatirala, kaj ima v mislih, pa kaj jaz kaj mislim o izletih.*«). Avtorica Čačinovič Vogrinčič (2003) poudarja mobilizacijo moči uporabnika (njegovih talentov, znanj, sposobnosti in virov). Avtorica koncept pomoči razume kot vključevanje uporabnika za sodelovanje pri iskanju skupne rešitve. V tem konkretnem primeru je zaposleni prepoznal znanje udeleženca o izletniških točkah in ga povabil k skupnemu načrtovanju izleta v okviru programa Svetovalnica. Načrtovanje izleta bi lahko primerjali z raziskovanjem in oblikovanjem skupne rešitve, znanje o izletniških destinacijah v Sloveniji pa kot vir moči uporabnika.

Drugi način spodbujanja k večji samostojnosti in krepitvi moči je spodbujanje udeležencev k samostojni udeležbi v turizmu, kar bom podrobneje izpostavila v nadaljevanju (pri procesu okrevanja). Zaposlena na Altri pojasnjuje, da uporabnike opolnomočijo predvsem na način, da jih spodbujajo, da se izletov udeležujejo tudi sami in da si izberejo svoj krog ljudi, s katerimi bi se želeli odpraviti na izlet ter se tudi sami organizirajo. Razen pomoči pri rezervaciji so si uporabniki popolnoma sami organizirali poletne počitnice. (A. Torlak, osebna komunikacija, 15. november 2020). Povzeti koncepti socialnega dela se skladajo z izjavo udeleženke (B14), ki pravi: »*Hiško je nama Jana* [zaposlena na Altri] *pomagala izbrat pa rezevirat. U bistvu rezervirala sem js, iskreno. Sem jaz klicarla, ker vem, da sm sposobna. Ona je samo poklicala tja, pol je blo pa velik tistih apartmajev in men je kr listek porinla pa je rekla, kr ti poklič pa se zmen.*«. Njeno izjavo sem uvrstila v kategorijo **minimalna pomoč pri rezervaciji nastanitve**.

Prilagajanje storitev glede na potrebe uporabnikov

Pomembno je poudariti tudi **različne potrebe znotraj skupine** (A7: »*Imamo različne težave, različne potrebe in tudi za vodje in te organizatorje ni enostavno.*«). Za zaposlene je upoštevanje potreb ter želja (in psihosocialna podpora) uporabnikov glavno načelo, ki je tudi zapisano v statutu društva (M. Boškin, osebna komunikacija, 26. maj 2017, v Sedmak, 2018). Tako v programih socialnega turizma kot tudi v ostalih socialnovarstvenih programih moramo

torej ponudbo oziroma storitve poskusiti čim bolj prilagoditi individualnim željam ter potrebam uporabnikov.

Eden izmed udeležencev je prepoznal obliko psihosocialne podpore in pomoči tudi v smislu zagotavljanja informacij uporabnikom glede programa in izvedbe izleta (**informiranje in nudenje pomoči –** D18: »*Dobr je vodu, zrihtan program, ti kaj pomagu, če česa nisi vedu. Enostavno je dobr vodu celoten izlet. To je blo dobr organiziran.*«; D19: »*Tega pa ni blo, kar ne bi hotu. Ni blo tega. So me kr upošteval.*«).

Spodbujanje uporabnikov k sprejemanju lastnih odločitev

Možnost izbire sem omenila že pri dejavnikih, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo, zato bom ponovila izjavo strokovne delavke na Altri (A. Torlak, osebna komunikacija, 15. november 2020), ki poudarja, da je posameznika treba spodbujati k samostojnemu odločanju. Ponudba socialnega turizma, ki vsebuje raznovrstne aktivnosti, torej daje **možnost izbire** (A8: »*Zato, ker je veliko različnih izletov. Za kakšne stvari je zelo dobro, ker je veliko zaposlenih in so lahko različne zadeve. Potem lahko izbiraš, kaj bi.*«).

Poglobljen odnos zaposlenega in uporabnika, ki temelji na zaupanju

Pomen zaupanja uporabnika v strokovnega delavca sem predhodno že omenila. Zaupanje in skupno raziskovanje ter ustvarjanje rešitev se začnejo z vzpostavljanjem delovnega odnosa (Čačinovič Vogrinčič, 2003). Za vzpostavljanje odnosa je potreben **čas za uporabnika** (A19: »*Primer, da si je vzel čas.*«).

Nudenje individualne podpore in pomoči (v kriznih situacijah)

Kljub zagotavljanju individualne podpore in pomoči ne smemo zanemariti nepredvidljivih, kriznih situacij, v katerih se posameznik lahko sooča s hujšim, intenzivnejšim doživljanjem duševne stiske. V analizi pridobljenih odgovorov sem prepoznala različne oblike podpore in pomoči zaposlenih glede na različne faze kriznih situacij.

Udeleženka je med individualnim intervjujem opisala **potrebo po pomoči** (B20: »*Ja, dobimo tisto pomoč, ki jo rabimo*« [od zaposlenih], B21: »*Ja, kadar so v stiski, dobijo pogovor. Te na primer pokličejo na stran pa se mal pogovorijo.*«).

Prva faza odziva na določeno stisko uporabnika je torej prepoznavanje te s strani zaposlenih. Včasih jo uporabnik izrazi sam (jo ubesedi), včasih pa je naloga zaposlenega, da stisko prepozna sam in tudi oceno resnost situacije (**prepoznavanje potreb in stisk uporabnikov –** B24: »*Sej se oceni, kdo res rabi. Sej že z besedami pa gibi pokaže, da je v slabi koži.*«).

V primeru neinterventnih situacij (klic reševalcev ali policije) je pomembno, da zaposleni poskušajo pomiriti uporabnika do prihoda v Ljubljano (**pomiritev uporabnika v kriznih situacijah –** B22: »*Vem pa, da pomagajo. Js vem, ko je en ful mel na izletu, ko smo lansko leto šli na te otoke, Pag, Rab in Krk, je mel en ful težave in je res Tanja* [zaposlena], *morm rečt, skos ob njemu stala pa ga tolažila pa take stvari. Tko da res so s srcem pri delu. Res probajo pomagat čim bolj. Res ga je tko tolažila, da smo prišli vsi v redu nazaj v Ljubljano.*«; B23: »*Ne bi mogl bit drugač. Oni ne morjo njihovo bolezen nase prenest. Oni res nudijo, kokr morjo. Ne zavračajo, če maš neko težavo. Res prisluhnejo, skočijo na pomoč, več kot tok pa ne morš narest. Če se ti na izletu, probaš pomirit osebo. Sej ne morš rešilca klicat, razen če bi se revežu res tok utrgal, da bi ne vem kva delu. Drugač pa probaš z besedami osebo pomirit, tok da prideš pol nazaj v Ljubljano.*«).

Izredne, krizne situacije lahko prav tako vplivajo na ostale prisotne uporabnike (**vpliv uporabnika z duševno stisko na ostale uporabnike –** A21: »*Kako na ostale lahko vpliva ta zadeva. Tuki sm js mal tko … da se unga umakne, ne da sesuje tudi ostale.*«), zato je naloga zaposlenega tudi umik posameznika in posledično nudenje individualne podpore in pomoči, kar je zapisano v naslednji kategoriji.

Nudenje individualne podpore in pomoči zaposlenih in uporabnikov

Udeleženka je omenila **preusmerjanje pozornosti uporabnika, ki doživlja duševno stisko** (B26: *»Do zdej nismo mel kakšnega hudga primera. Enkrat smo mel edin z enim, ki je res cel izlet rabu, da smo ga miril pa pač ogovarjal pa to, da ni tok razmišlju.«).*

»Znanje za ravnanje«

Za zagotavljanje ustrezne in strokovne individualne podpore in pomoči so po mnenju udeleženca potrebne **dolgoletne izkušnje pri delu z ljudmi** (A22: »*Pozitivno gledam na Altri. So izkušeni. To pa je dolgoletna praksa. Ni pa enostavno.*«). Pri tem je pomembno, da socialni delavec oziroma delavka odstopi od svoje moči in resnice in se uporabniku pridruži v procesu iskanja in soustvarjanja rešitev. Dogovor o sodelovanju, instrumentalna definicija problema ter

osebno vodenje so glavne smernice za strokovno ravnanje, so temeljna podlaga za »znanje za ravnanje« (Čačinovič Vogrinčič, 2002).

Potrpežljivost in spodbujanje uporabnika v dolgotrajnem procesu okrevanja

V zadnjem poglavju o analizi in interpretaciji rezultatov se bom posvetila temu, kako pomembno je, da uporabnik sprejme dolgotrajnost procesa okrevanja na področju duševnega zdravja. V primeru neuspeha lahko namreč ohranja motivacijo za nadaljnja premagovanja življenjskih ovir. Pri tem imajo lahko pomembno vlogo tudi zaposleni, saj mu s svojo potrpežljivostjo in spodbujanjem ter iskanjem njegovih virov moči stojijo ob strani v procesu okrevanja (**sprejemanje neuspehov in motivacija za nadaljnja premagovanja življenjskih ovir** (A46: »*Lahko pa pride tud korak nazaj. To je pa pol suport teh*« [zaposlenih]).

2.2.6.2 Negativni vidiki

Možna pokroviteljska drža zaposlenih

Med izjavami udeležencev sem opazila tudi nekaj negativnih vidikov psihosocialne podpore in pomoči. Prvi takšen vidik je možna pokroviteljska drža zaposlenih. Izjavo udeleženca sem opredelila kot **ranljivost in nemoč** (A18: »*Zdej je pa pomemben ta odnos. A nas tretirajo kot otroke, nevzgojene, da smo tak vrtec, da majo starševsko vlogo. Sej mamo tole, ko smo nemočni, izgubljeni, ranljivi. Eden ma lahko že od otroštva, eden pa je novo dobil. In lahko si hitro preobčutljiv.*«).

Potreba po večjem številu zaposlenih

Dva udeleženca sta poudarila tudi, da je v kriznih situacijah nudenje individualne podpore in pomoči zaposlenih lahko oteženo, saj je na izletih in taborih prisotnih premalo zaposlenih (**poslabšanje doživljanja duševne stiske uporabnika –** A20: »*Je pa nerodn, če nas je velik. Kok si lahko vzame časa. Nerodn, če je ena oseba za 20, 30 ljudi. Zdej odvisn, kako je … če je izredna situacija, ker to je kritično. In kok nas je na tole. Pride nekdo, ki rabi več podpore, ki ima krizo.*«; A23: »*Ja, dovolj kadra* [za nudenje podpore in pomoči uporabnikom]. *Da lahko eden gre posebi, en pa z ostalimi. Sam to je pa spet finančno, ane. Dobit tok ljudi, da je tok zaposlenih. Pa še druge dejavnosti je treba pokrivat. Al pa so dopusti, obveznosti, takšne in drugačne. Tko kot je zdejle na primer težava*« [zaradi epidemije]; B27: »*Drugač pa več al manj kar sami odpovejo. Ker vseen se nimaš lih cajta se z njim ukvarjat, so tud drugi.*«). Menim, da

bi bilo koristno izvesti fokusne skupine z zaposlenimi društva Altra, ki običajno sodelujejo na izletih in taborih, in jih vprašati o njihovih izkušnjah s kriznimi situacijami ter o morebitnih potrebah po večjem številu zaposlenih.

2.2.7 Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja

V teoretičnih izhodiščih sem razložila, da je okrevanje oseben in edinstven proces, v katerem posameznik spreminja svoje vedenje, vrednote, občutke, cilje, veščine in družbene vloge, hkrati pa se zaveda svojih lastnih omejitev. Končna faza v procesu okrevanja ni ozdravljenje, temveč je skozi cel proces poudarek na spremembi načina življenja, pri katerem bo posameznik živel z zadovoljstvom kljub svoji oviranosti/duševni motnji (Anthony, 1993). V magistrskem delu me je zanimalo, ali, in če da, na kakšen način, lahko socialni turizem pripomore k procesu okrevanja udeležencev s težavami v duševnem zdravju. Vsem udeležencem sem ob koncu intervjuja zastavila vprašanje, kako ocenjujejo morebitni vpliv programov socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja in zakaj.

2.2.7.1 Večja samostojnost in krepitev moči

Samoiniciativna udeležba v okviru lastne socialne mreže

Dve udeleženki sta omenili **izlet z bližnjimi v lastni režiji** (A10: »*Zdj mam pa tko, da se dobivamo tko iz te socialne mreže, ki sem jo ustvaril, pa gremo na kakšen izlet. V lastni režiji*«.; B2: »*Sem js pol šla za sebe na morje v Izolo. S temi boni.*«; B13: »*To lih ne no* [ni pomemben del njenega prostega časa]. *Js drugač velik hodm okrog, tud z možem greva na izlete. Ni lih to, da morm bit skos z Altro na nekih izletih, tud sama greva na izlet.*«; B17: »*Pa bi samo eno osebo vzela s sabo. Al pa dve no. Ker js mam včasih tud rada, da je nas manj. Kokr pa da je nas skupi 18, kokr gremo recimo z Altro s tem taborom. Sej ni nč narobe, ampak vseen, včasih ti pa paše mal bl mir no. Da nimaš okrog sebe živ žav. Zato sm letos tko nardila, da sm rekla zdej, ko mamo bone, pač ne bom šla z ženskami, ampak zase.*«; C42: »*Drugač sva pa midva z Bojanom dubla tud une karte ta rdeče* [brezplačni javni prevoz] *pa sva sama šla na avtobus.*«; C43: »*Turistične bone smo porabili. Bili smo malo na morju, js in Sanja.*«). Samoiniciativno udeležbo v okviru lastne mreže sem sicer že omenila (Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za samostojno udeležbo v turizmu ter Pomoč in podpora zaposlenih), pomembno pa jo je poudariti tudi pri procesu okrevanja. Ne nazadnje je tudi ena izmed oblik psihosocialne podpore in pomoči spodbujanje uporabnikov k samostojni organizaciji in udeležbi izletov.

Razlog za samostojno udeležbo v turizmu je lahko tudi **večja fleksibilnost v majhni skupini** (A11: »*Pa prilagajanje … v mejhni je pa to stvar, da je bolj fleksibilna. Tam se je pa treba bolj držat. Ker oni so pa tist, da je treba točno tko, kokr je napisano. In to je pri takšni skupini, ko smo tok različni, lahko velik problem. Da majo točno do pike vsake …*«).

Večje funkcioniranje na drugih področjih

Udeleženec (A37) pravi, da socialni turizem lahko pripomore k njegovemu večjemu vključevanju v okolje in posledično k boljšemu funkcioniranju tudi na ostalih življenjskih področjih (**vključevanje v okolje**: »*To je zlo pozitivna stvar. Lahko tud, da se tok izboljša, da bi tudi na drugem področju lahko delal.*«; A38: »*Ker vidm, kok sem bil izgubljen, kok težko je bilo, kot da bi se zaletel v steno. In je lahko tud preko take niše* [socialni turizem]*, kjer se lahko potem tudi izboljšaš in potem si tudi bolj zmožen delat in kej poiskat, za socialno varnost poskrbet.*«).

2.2.7.2 Sprememba načina življenja

Želja po spremembi in tveganje

Z vsako spremembo pride določena mera tveganja in del procesa okrevanja je za prej omenjenega udeleženca (A13) tudi premagovanje strahu in odkrivanje »neznank« (**udeležba na izletih/taborih**: »*Pozitivno, pozitivno. So stiske, so krize … in da greš ven iz tega balona, iz teh težav, da vidiš mal drug pogled. A si zmožen tega, rečt, hočem spremembo, rad bi kej spremenu,*«; A43: »*Tam so neznanke, da daš, da greš. Kako bi reku … da tvegaš. Zaupanje tam izpostaviš, ampak da greš. V življenju, da tvegaš. Ker življenje je tveganje.*«).

2.2.7.3 Osebnostna rast

Notranji mir in zadovoljstvo

Socialni turizem lahko pripomore tudi k večjemu **»notranjemu bogastvu«** (A35: »*U bistvu sm zdej bolj bogat. Materialno sem bil že res prej, ampak zdjle mam pa čist drugo bogastvo. Tud s pomočjo socialnega turizma.*«).

Novi pogledi

Udeležba v turizmu omogoča vključevanje v novo, drugačno okolje, posledično pa so udeleženci lahko bolj odprti do svoje okolice, bolj pomirjeni zaradi stika z naravo, bolj pozitivno naravnani. Odgovore dveh udeležencev sem opredelila kot **vključevanje v okolje** (A36: »*Si odprt, gledaš, kako je drugje, da se osveščaš, da se zavedaš okolja.*«; A41: »*Zelo vplivajo* [izleti in tabori na proces okrevanja]. *Greš iz tega balona vn. V svet. Ker si lahko v glavi zaprt notr. Da greš vn. Da vidiš.*«; C19: »*Drugač pa podpiram to za ljudi, da ko so žalostni, da grejo na izlete, da niso sam v stanovanju, da vidjo morje, zrak čist, galebi, družbo mal. Da niso sami. Da ne mislš sam na bolezen.*«; C40: »*Ja, lajšajo stisko. Ful pomaga, voda te pomiri, pa lepa družba. Edino kadar si osamljen, takrat misliš na svakake neumnosti.*«; C41: »*Pa to vsak rab, družba pa to. To človeku velik pomaga. Če si ti zaprt v eni sobci, se človeku zmeša, utrga. Če pa ti greš vn, voda, potok, kako voda lepo gre, družba, nasmeješ se, vic … zuni si, neki se dogaja. Tko da to velik pomen.*«).

Sprejemanje dolgotrajnosti procesa okrevanja

Kot sem že omenila, sodita med načine psihosocialne podpore in pomoči zaposlenih tudi potrpežljivost in spodbujanje uporabnika k premagovanju življenjskih ovir. V njegovem procesu okrevanja je torej spodbuda lahko zunanja, lahko pa si jo zagotavlja tudi sam v smislu **»utrjevanja«** (A17: »*Če si sesut, tko kot se js spominjam za nazaj, pol je pa treba to utrjevat. Sej pride, pride … pa maš slab dan.*«), **zadovoljstva ob minimalnih spremembah** (A40: »*Sam je pa res, vsi so pol takoj na rezultate. To je proces ljudi, da notr spremenijo.*«) in v smislu **sprejemanja porazov in novih izzivov** (A44: »*To lahko utrjuješ. Lahko je drugo, tretje. Spet neki novega. Zdej pa, a boš zarad tega vrgel puško v koruzo. To je pa to, da rečeš, lej, lahko pride do neznanih stvari, ne morš vse predvidevat. To ni življenje. Ni življenjsko to.*«; A45: »*Lih to je pa ta zadovoljstvo, da veš in da se zavedaš. Zmagal sem. Zmagal sem in grem. Korak za korakom.*«).

Posebej pomembna sta zadnja dva vidika osebnostne rasti, ki ju bom predstavila. Prvi je **iskanje smisla**. Avtorji Morgan idr. (2015) pravijo, da pri osmišljanju in izpolnjevanju življenjskih ambicij ne gre le za lajšanje duševne stiske uporabnika, temveč predstavljata vse tisto, kar si posameznik želi početi. Pri procesu okrevanja gre torej za to, da uporabnikom med drugimi pomembnimi področji omogočimo tudi dostop do prostočasnih aktivnosti socialne mreže. Socialni turizem lahko torej prispeva k osebnostni rasti in izboljšanju počutja ljudi ter v njih

prebudi nov življenjski smisel. Udeleženci so podobno ugotavljali (A47: »*Zdejle je v redu, ker nisem v oklepu bolečine. In lahko pol* [govori]. *Preveč pa žal še ni, ko mam bolečino. Živim z bolečino. Zdej pa, kok je to huda. In pol ne morš tkole pol* [odgovarjati]. *Če ponoč ne spim, pol pa neprespan, pol pa je nemogoče. Dobesedno ne morm nč. Tud zase, tud osnovne potrebe. Pol je pa važn, da maš svetle točke, zarad katerih je vredno živeti. Da se zadevaš, kaj maš, pa ti lahko taka zadeva* [socialni turizem] *ful da.*«; D20: »*Nova spoznanja, nova doživetja, prijetno občutje. To vse pozitivno vpliva. Na en način tud zdravljenje lahko nas pač uporabnikov.*«; D21: »*Men so všeč izleti. Boljš se počutm, več odnesem od izletov. Lahko ti dajo tud kšno življenjsko izkušnjo.*«).

Drugi vidik, ki je tesno povezan s prvim, je iskanje **virov moči na podlagi preteklih pozitivnih izkušenj**. S pomočjo spominjanja lepih dogodkov z izletov in taborov lahko uporabnik odkrije pozitivne plati življenja, ki ga »spremljajo« tudi ob težjem doživljanju duševne stiske. Eden izmed udeležencev je kot vir moči s taborov omenil socialne stike s tabora (C28: »*Pa bil je Maj, ta k je zdej na anti … on je prišel drugi dan, pa smo on in js skor celo noč se zajebavali pa govoril vice, bilo je zanimivo. In zdaj ga js spomnm, on je zdej jako bolan, js ga spomnm: a se spomneš ti tega, pa prav on: ja, Bojan, spomnm se. To so bli lepi časi. Lep spomin.*«). Pomembno je dodati ugotovitev raziskovalca Slada (2010), da lahko vključevanje posameznika v prijetne dejavnosti privede do zmožnosti uravnavanja depresivnih simptomov do te mere, da kljub znižanju samozavesti posameznika ne vplivajo več na njegovo identiteto. Posameznik je torej lahko zmerno duševno zdrav ali celo v stanju dobrega duševnega počutja tudi ob prisotnosti duševne motnje. Dobro počutje na izletih in taborih je lahko pomemben vir v procesu okrevanja uporabnika s težavami v duševnem zdravju.

3 SKLEPI

Na podlagi pridobljenih odgovorov v izvedenih intervjujih povzemam ključne ugotovitve raziskave.

- Turistična izkušnja lahko prispeva h kakovosti življenja uporabnikov s težavami v duševnem zdravju, in sicer vpliva na njihovo socialno, psihološko in fizično področje življenja.
- Socialno področje življenja: udeležba v turizmu oziroma turistična izkušnja omogoča ustvarjanje in širjenje socialne mreže, dinamičnost socialnih stikov (druženje ob različnih aktivnostih, druženje med moškimi in ženskami), pripomore k močnejši

medsebojni povezanosti skupine ter krepi socialne veščine uporabnikov (prilagajanje zaradi različnih potreb in želja znotraj skupine in učenje reševanja konfliktov).

- Psihološko področje življenja: povezano je s subjektivnim blagostanjem posameznika. Turistična izkušnja lahko vzbudi prijetne občutke, kot so veselje, sreča, sproščenost, zadovoljstvo. Dva udeleženca sta turistično izkušnjo opisala kot »najlepše doživetje« ter »lep in nepozaben spomin«, tretja udeleženka pa je izpostavila »nepopisen občutek«, ki ga doživlja med udeležbo. Subjektivno blagostanje, ki ga uporabnik doživlja kljub duševni motnji, je posebej pomembno pri merjenju kakovosti življenja, saj omogoča »vpogled« v notranjo resničnost posameznika in njegovo oceno kakovosti življenja.
- Prosti čas, kamor uvrščamo turistično dejavnost, je pomemben prispevek h kakovostnejšemu načinu življenja.
- Fizično področje: fizična aktivnost na izletih izboljšuje kondicijo uporabnikov in lahko posledično izboljšuje njihovo kakovost življenja.
- Predhodna pozitivna izkušnja lahko pripomore k odločitvi za nadaljnjo udeležbo.
- Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo določenega izleta/tabora, so: skladnost ponudbe z uporabnikovimi željami in potrebami (udeležba le v primeru prilagojene ponudbe glede na fizično zmožnost uporabnikov ali glede na trajanje udeležbe), prepoznavanje koristi socialnega turizma, psihološki (vpliv duševne stiske na zmožnost udeležbe), socialni (spodbujanje zaposlenih in bližnjih, zaupanje zaposlenim in ostalim uporabnikom s pozitivno izkušnjo udeležbe) in finančni (finančna zmožnost uporabnika za udeležbo).
- Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za samostojno udeležbo v turizmu, so samostojna izbira destinacije (uporabnik si izbere destinacijo in ponudno v skladu s svojimi željami in potrebami) in finančna zmožnost uporabnika (če je ponudba cenovno dostopna).
- Večina udeležencev je poudarila pozitiven odnos turističnih delavcev (razlog za to je lahko v izbiri teh pred izvedbo izletov/taborov. Zaposleni na Altri so namreč pri organizaciji ponudbe svoje društvo predstavili turističnim delavcem in na ta način preverili njihov pogled/odprtost do ljudi s težavami v duševnem zdravju. Nekateri udeleženci so zaznali prisotnost stigme zunanjih ljudi (predvsem v nepredvidljivih, kriznih situacijah).
- Udeleženci pomoč in podporo zaposlenih zaznavajo kot njihovo spodbujanje k večji samostojnosti in krepitvi moči (uporabniki sodelujejo pri organizaciji izletov in odločajo o destinacijah; sami z minimalno pomočjo opravljajo rezervacije nastanitev),

prilagajanje storitev oziroma ponudbe glede na različne potrebe uporabnikov, spodbujanje uporabnikov k sprejemanju lastnih odločitev (možnost izbire) in nudenje individualne podpore in pomoči v primeru doživljanja stiske uporabnika. Individualna podpora in pomoč temeljita na poglobljenem odnosu zaposlenega in uporabnika, ki temelji na zaupanju. Zaposleni oziroma strokovni delavci morajo biti opremljeni z »znanjem za ravnanje«, prav tako pa morajo biti potrpežljivi in spodbujati uporabnike v dolgotrajnem procesu njihovega okrevanja.

- Kljub prepoznavanju pozitivnih vidikov pomoči in podpore zaposlenih udeleženci opozarjajo na možno pokroviteljsko držo strokovnih delavcev in na potrebo po njihovem večjem številu med izvedbo izletov/taborov.
- Okrevanje na področju duševnega zdravja je dolgotrajen proces, socialni turizem pa lahko prispeva k večji samostojnosti in krepitvi moči (samoiniciativna udeležba v okviru lastne socialne mreže, intenzivnejše funkcioniranje na drugih področjih), k spremembi načina življenja (želja po spremembi in tveganje), osebnostni rasti (notranji mir in zadovoljstvo, ustvarjanje novih pogledov na svoje življenje in okolje, sprejemanje dolgotrajnosti procesa okrevanja). V kategorijo osebna rast sem uvrstila tudi iskanje smisla in iskanje virov moči na podlagi preteklih pozitivnih izkušenj (socialni vir moči z udeležbe na taboru), ki sta lahko, sodeč po predhodnih ugotovitvah različnih avtorjev, pomemben vir v procesu okrevanja uporabnika s težavami v duševnem zdravju.

4 PREDLOGI

- Izvedba bolj poglobljene in obsežnejše raziskave, ki bi vključevala več udeležencev, da bi lahko posplošili ugotovitve o pozitivnih učinkih socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja.
- V raziskavo bi bilo treba vključiti več socialnovarstvenih organizacij v Sloveniji, ki izvajajo izletniške in taborniške dejavnosti.
- Prepoznavanje koristi socialnega turizma številnih uporabnikov s težavami v duševnem zdravju bi bila dobra podlaga za uvrstitev tovrstnega turizma pod samostojni socialnovarstveni program, ki pripomore k izboljšanju njihove kakovosti življenja.
- Vključitev teme socialnega turizma v študijske programe dodiplomske in podiplomske stopnje na Fakulteti za socialno delo.

- Glede na to, da je tovrstni turizem v Sloveniji premalo poznan in prisoten v praksi, bi lahko na ta način spodbudili študente in študentke k raziskovanju načinov za večjo perspektivo tovrstnega turizma (obsežnejša ponudba, možnost udeležbe ne samo za uporabnike društva Altra, temveč za vse ljudi s težavami v duševnem zdravju iz Slovenije, iskanje možnih virov financiranja, spremljanje razpisov itd.).
- Dodano vrednost vključitve te teme v študijske programe vidim tudi v tem, da študentom in študentkam širi obzorje o obstoju različnih oblik psihosocialne podpore in pomoči ter jih posledično spodbuja k razvijanju novih načinov za izboljšave socialnovarstvenih programov.

SEZNAM UPORABLJENIH VIROV

Altra. (2020). *Programi.* Pridobljeno 5. 8. 2020 s http://www.altra.si/programi.

Andresen, R., Oades, L., & Caputi, P. (2003). The experience of recovery from schizophrenia: Towards an empirically validated stage model. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 37(5), 586–594.

Anthony, W. A. (1993). Recovery from Mental Illness: The Guiding Vision of the Mental Health Service System in the 1990s. *Psychosocial Rehabilitation Journal*, 16(4), 11–23.

Atkinson, M., & Zibin, S. (1996). *Quality of life measurement among persons with chronic mental illness: A critique of measures and methods*. Ottawa, Ontario: Ministry of Supply and Services.

Barton, R. (1966). *Institutional Neurosis*. Bristol: John Wright & Sons.

Connel, J., O'Cathain, A., & Brazier, J. (2014). Measuring quality of life in mental health: Are we asking the right questions? *Social Science&Medicine*, 120C, 12–20.

Cook, J. A., & Jonikas, J. (2002). Self-determination among mental health consumers/survivors: Using lessons from the past to guide the future. *Journal of Disability Policy Studies*, 13(2), 87–95.

Costain, K., Hewison, J., & Howes, M. (1993). Comparison of a function-based model and a meaning-based model of quality of life in oncology: Multidimensionality examined. *Journal of Psychosocial Oncology*, 11(4), 17–37.

Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Thousand Oaks: Sage Publications.

Csikszentmihaly, M. (1997). *Finding flow: The psychology of engagement with everyday life*. New York: Basic Books.

Čačinovič Vogrinčič, G. (2002). Koncept delovnega odnosa v socialnem delu. *Socialno delo*, 41(2), 91–96.

Čačinovič Vogrinčič, G. (2003). Jezik socialnega dela. *Socialno delo*, 42(4/5), 199–203.

Černič, P. (b. d.). *Predstavitev dostopnega turizma.* Pridobljeno 28. 2. 2018 s https://www.slovenia.info/uploads/dokumenti/turisticni-produkti/Dostopni_turizem_predstavitev_15739.pdf

Diener, E., & Suh, E. M. (1997). Measuring quality of life: Economic, social and subjective indicators. *Social Indicators Research*, 40(1), 189–216.

European Commission DG Enterprise and Industry. (2011). *Calypso means tourism for all*. Luxembourg: Publications office of the European Union.

Flaker, V. (2012). Kratka zgodovina dezinstitucionalizacije: v spomin Katje Vodopivec. *Časopis za kritiko znanosti*, 40(250), 13–30.

Fontana, A., & Frey, J. H. (2000). The Interview - From Structured Questions to Negotiated Text. V N. Denzin in Y. Lincoln (Ur.), *Handbook of Qualitative Research* (str. 61–106). Thousand Oaks: Sage Publications.

Gabruč, J. (2014). Socialni turizem v Sloveniji. V K. Vodeb (ur.), *Trajnostni razvoj turističnih destinacij alpsko-jadranskega prostora* (str. 84–103). Koper: Založba Univerze na Primorskem.

Goffman, E. (1961). *Asylums: Essays on the Social Situation of Mental Patients and Other Inmates*. New York: Doubleday & Company.

Herron, S., & Trent, D. (2000). Mental Health: a secondary concept to mental illness. *Journal of Public Mental Health*, 2(2), 29–38.

Iasiello, M., Agteren, J., Keyes, C. L. M., & Cochrane, E. M. (2019). Positive mental health as a predictor of recovery from mental illness. *Journal of Affective Disorders*, 251, 227–230.

Lima, J., Eusébio, C., & Amorim Varum, C. (2019). Impacts of Family Tourism on Families' Quality of Life- Differences According to the Family Economis Profile. V A. M. Campón-Cerro, J. M. Hernández-Mogollón, & J. A. Folgado-Fernández (ur.), *Best Practices in Hospitality and Tourism Marketing and Management: A Quality of Life Perspective* (str. 275–296). Cham: Springer International Publishing AG, part of Springer Nature.

McCabe, S. (2009). Who Needs a Holiday? Evaluating Social Tourism. *Annals of Tourism Research, 36*(4), 667–688.

McCabe, S., Minnaert, L., & Diekmann, A. (2012). *Social tourism in Europe: Theory and practice.* Bristol: Channel View Publications.

McCabe, S., & Johnson, S. (2013). The happiness factor in tourism: subjective well-being and social tourism. *Annals of Tourism Research,* 41, 42–65.

Minnaert, L. (2015). Social tourism. V H. Xiao, & J. Jafari (ur.), *Encyclopedia of Tourism*. Cham: Springer International Publishing.

Minnaert, L., Maitland, R., & Miller, G. (2011). What is social tourism? *Social Tourism: Perspectives and Potential,* 14(5), 5–17.

Minnaert, L., Maitland, R., & Miller, G. (2013). *Social Tourism: Perspectives and Potential*. London: Routledge.

Mittelmark, M. B., & Bauer, G. F. (2017). The Meaning of Salutogenesis. V M. B. Mittelmark, S. Sagy, M. Eriksson, G. F. Bauer, J. M. Pelikan, B. Lindström, & G. A. Espnes (ur.), *The Handbook of Salutogenesis* (str. 7–14). Cham: Springer.

Morgan, N., Pritchard, A., & Sedgley, D. (2015). Social tourism and well-being in later life. *Annals of Tourism Research*, 52, 1–15.

Musek, J. (2008). Dimenzije psihičnega blagostanja. *Anthropos (Ljubljana)*, 40(½), 139–160.

Richardson, C. R., Faulkner, G, McDevitt, J., Skrinar, G. S., Hutchinson, D. S., & Piette, J. D. (2005). Integrating Physical Activity Into Mental Health Services for Person With Serious Mental Illness. *Psychiatric services*, 56(3), 324–331.

Rosenblatt, A., & Attkisson, C. (1993). Assessing outcomes for sufferers of severe mental disorder: A conceptual framework and review. *Evaluation and Program Planning*, 16(4), 347–363.

Sedmak, K. (2018). *Programi socialnega turizma v Sloveniji z vidika uporabnikov s težavami v duševnem zdravju* (Zaključni projekt). Fakulteta za turistične študije – Turistica, Portorož.

Sirgy, M (2010). Toward a quality-of-life theory of leiusure travel satisfaction. *Journal of Travel Research*, 49(2), 246–260.

Sirakaya, E., & Woodside, A. G. (2005). Building and testing theories of decision making by travelers. *Tourism Management*, 26(5), 815–832.

Slade, M. (2010). Mental illness and well-being: the central importance of positive psychology and recovery approaches. *BMC Health Services Research*, 10, 26.

UNWTO. (1980). *Manilla Declaration on World Tourism.* Pridobljeno 15. 3. 2018 s https://www.e-unwto.org/doi/pdf/10.18111/unwtodeclarations.1980.6.4.1.

Van Nieuwenhuizen, C. Schene, A. H., Boevink, W. A., & Wolf, J. R. L. M. (1997). Measuring the quality of life of clients with severe mental illness: a review of instruments. *Psychiatric Rehabilitation Journal*, 20(4), 33–42.

Videmšek, P. (2013). *Iz institucij v skupnost: stanovanjske skupine nevladnih organizacij na področju duševnega zdravja*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

Wolfensberger, W. (1972). *The principle of normalization in human services*. Toronto: National Institute on Mental retardation.

World Health Organization. (2004). *Promoting Mental Health. Concepts, Emerging Evidence, Practice*. Geneva: World Health Organization.

PRILOGE

PRILOGA 1

	IZJAVA	POJEM	KATEGORIJA	NADKATEGORIJA	TEMA
A1	*Jaz sem že ne vem kok let v Altri in v enem obdobju sem bil dvakrat mesečno, tako kot tuki piše* [na vprašalniku, *v tem obdobju imam pa drugačne potrebe. Prej sem bil in na letnem in na zimskem taboru in na teh izletih, takšnih in drugačnih, zdej pa ne.«*	Drugačno življenjsko obdobje	Drugačne potrebe	Skladnost ponudbe z uporabnikovimi željami in potrebami	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo določenega izleta/tabora
A2	*On mi je bil tudi kot svetovalec, tako da sem hodil individualno do njega, potem sva poleg tega še o tem debatirala, kaj ima v mislih, pa kaj jaz kaj mislim o izletih.*	Izražanje mnenja uporabnikov o izletih	Spodbujanje k večji samostojnosti in krepitev moči	Metode dela v socialnem delu	Podpora in pomoč s strani zaposlenih
A3	*Tud zame je bilo to vredu, ker sem to leta in leta počel in mi je blo tudi všeč, sem tud zase velik dobil.*	Prepoznavanje koristi izletov in taborov	Predhodna pozitivna izkušnja	Razlogi za ponovno udeležbo	Povezanost turistične izkušnje z nadaljnjo udeležbo
A4	*Velikokrat je pa na Altri to …zelo smo si različni in kako to pol uskladit nekak.*	Prilagajanje zaradi različnih interesov in	Krepitev socialnih veščin	Vpliv na socialno področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja

		potreb znotraj skupine			
A5	*Občutke, ki sem jih doživljal v tem bolj ločenem delu lokala, kjer se ustvari zasebna, intimna atmosfera, ob različni hrani in družbi, so nepozabni. Včasih izlet kar prehitro mine.*	Lep in nepozabni spomin	Prijetni občutki	Vpliv na psihološko področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
A6	*Ja, kako se najdeš ..pride pa včasih, ko se ne ujameš, ker smo si tok različni.*	Konflikti zaradi različnih interesov in potreb	Krepitev socialnih veščin	Vpliv na socialno področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
A7	*Imamo različne težave, različne potrebe in tudi za vodje in te organizatorje ni enostavno.*	Različne potrebe znotraj skupine	Prilagajanje storitev glede na potrebe uporabnikov	Metode dela v socialnem delu	Podpora in pomoč s strani zaposlenih
A8	*Zato, ker je veliko različnih izletov. Za kakšne stvari je zelo dobro, ker je veliko zaposlenih in so lahko različne zadeve. Potem lahko izbiraš, kaj bi.*	Možnost izbire	Spodbujanje uporabnikov k sprejemanju lastnih odločitev	Metode dela v socialnem delu	Podpora in pomoč s strani zaposlenih
A9	*Kaj mi dajo …neko druženje…socialno. Jaz vem, da v tistem času sem bil izgubljen. Bil sem navajen na neko življenje, ki ga nism več dohajal. In je blo*	Novi prijatelji	Možnost ustvarjanja nove socialne mreže	Vpliv na socialno področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja

	treba si vzpostavt drugačno socialno mrežo….in to sm…				
A10	*Zdj mam pa tko, da se dobivamo tko iz te socialne mreže, ki sem jo ustvaril pa gremo na kakšen izlet. V lastni režiji.*	Izlet z bližnjimi v lastni režiji	Samoiniciativna udeležba v okviru lastne socialne mreže	Večja samostojnost in krepitev moči	Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja
A11	*Pa prilagajanje …v mejhni je pa to stvar, da je bolj fleksibilna. Tam se je pa treba bolj držat. Ker oni so pa tist, da je treba točno tko kokr je napisano. In to je pri takšni skupini, ko smo tok različni, lahko velik problem. Da majo točno do pike vsake …*	Večja fleksibilnost v majhni skupini	Samoiniciativna udeležba v okviru lastne socialne mreže	Večja samostojnost in krepitev moči	Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja
A12	*Ful zaželjeno. Bi reku prej, da je tega premal v Sloveniji na splošno. Tega je premalo. Kok majo ljudje, ki so v krizi, premalo tega socialnega …*	Pomanjkanje izletov in taborov	Prepoznavanje potrebe po pogostejši ponudbi socialnega turizma	Koristi socialnega turizma	Vpliv socialnega turizma na kakovost življenja
A13	*Pozitivno, pozitivno. So stiske, so krize …in da greš ven iz tega balona, iz teh težav, da vidiš mal drug pogled. A si zmožen tega, rečt*	Udeležba na izletih/taborih	Želja po spremembi in tveganje	Sprememba načina življenja	Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja

	hočem spremembo, rad bi kej spremenu.				
A14	*Ja, da greš v naravo. Da zadihaš mal. Tega zdj manjka, k smo zaprti na Občini. Da greš, da zadihaš, da se lažje potem lotevaš zadev. Psihično, fizično, duševno, duhovno. Vse. Kondicija, zdravje, zdravo počutje.*	Prepoznavanje vpliva narave na boljše počutje	Potreba po spremembi	Potreba po udeležbi izletov in taborov	Vpliv socialnega turizma na kakovost življenja
A15	*Zdj pa kok si ti sploh odprt do tega al te je zablokiral …al pa si že …kako bi reku …da že z ročno greš tja.*	Premagovanje strahu	Vpliv duševne stiske na zmožnost udeležbe	Psihološki dejavnik	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo določenega izleta/tabora
A16	*Zaupanje Urbanu, da verjameš, da pogledaš Mojci v oči in da ji verjameš. To je pa najbolj. Zaupanje. To je tisto najbolj pomembno, da se ustvari neka povezava z vodjem. Da rečeš tud, bom skočil. Ker zaupam. Če me razumete … To je pa tist, da te pogleda, ti pove ..ne pa da je tist rezeverviran pa neko tako …js vem, da sem js pol kr tko, še bolj z nekim strahom. Še poslabša.*	Potreba po občutku varnosti za premagovanje strahu	Poglobljen odnos zaposlenega in uporabnika, ki temelji na zaupanju	Metode dela v socialnem delu	Pomoč in podpora s strani zaposlenih

A17	*Če si sesut, tko kot se js spominjam za nazaj, pol je pa treba to utrjevat. Sej pride, pride …pa maš slab dan.*	»Utrjevanje«	Sprejemanje dolgotrajnosti procesa okrevanja	Osebnostna rast	Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja
A18	*Zdej je pa pomemben ta odnos. A nas tretirajo kot otroke, nevzgojene, da smo tak vrtec, da majo starševsko vlogo. Sej mamo tole, ko smo nemočni, izgubljeni, ranljivi. Eden ma lahko že od otroštva, eden pa je novo dobil. In lahko si hitro preobčutljiv.*	Ranljivost in nemoč	Možna pokroviteljska drža zaposlenih	Negativni vidik	Pomoč in podpora s strani zaposlenih
A19	*Primer, da si je vzel čas.* [zaposleni]	Čas za uporabnika	Poglobljen odnos zaposlenega in uporabnika, ki temelji na zaupanju	Metode dela v socialnem delu	Pomoč in podpora s strani zaposlenih
A20	*Je pa nerodn, če nas je velik. Kok si lahko vzame časa. Nerodn, če je ena oseba za 20, 30 ljudi. Zdej odvisn, kako je …če je izredna situacija, ker to je kritično. In kok nas je na tole. Pride nekdo, ki rabi več podpore, ki ima krizo.*	Poslabšanje doživljanja duševne stiske uporabnika	Potreba po večjemu številu zaposlenih	Negativni vidik	Pomoč in podpora s strani zaposlenih

A21	*Kako na ostale lahko vpliva ta zadeva. Tuki sm js mal tko …da se unga umakne, ne da sesuje tudi ostale.*	Vpliv uporabnika z duševno stisko na ostale uporabnike	Nudenje individualne podpore in pomoči	Metode dela v socialnem delu	Pomoč in podpora s strani zaposlenih
A22	*Pozitivno gledam na Altri. So izkušeni. To pa je dolgoletna praksa. Ni pa enostavno.*	Dolgoletne izkušnje pri delu z ljudmi	»Znanje za ravnanje«	Metode dela v socialnem delu	Pomoč in podpora s strani zaposlenih
A23	*Ja, dovolj kadra* [za nudenje podpore in pomoči uporabnikom]. *Da lahko eden gre posebi, en pa z ostalimi. Sam to je pa spet finančno, ane. Dobit tok ljudi, da je tok zaposlenih. Pa še druge dejavnosti je treba pokrivat. Al pa so dopusti, obveznosti, takšne in drugačne. Tko kot je zdejle na primer težava* [zaradi epidemije].	Poslabšanje doživljanja duševne stiske uporabnika	Potreba po večjemu številu zaposlenih	Negativni vidik	Pomoč in podpora s strani zaposlenih
A24	*Zarad poškodbe slabo vožnjo prenašam. In sem bil preobčutljiv, zato sem tudi umaknu mal, ker nisem želel, da se z mano tok ukvarjajo. Kot v breme. V pozornost, če me razumete.*	Strah pred vožnjo	Vpliv duševne stiske na zmožnost udeležbe	Psihološki dejavnik	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo določenega izleta/tabora

A25	*Celo sem potem tudi tako šel, če je bla možnost, da sem se jim posebi priključil. Na primer ne da se z njimi peljem na primer za Bohinjsko Bistrico.*	Možnost izbire drugega prevoza	Prilagojena ponudba glede na trajanje udeležbe	Skladnost ponudbe z uporabnikovimi željami in potrebami	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo določenega izleta/tabora
A26	*Ker men je blo tud naporn en teden bit z njimi* [tabori]. *Da sem rabu tist svoj mir, velik ljudi, ki tisto pozornost …pa bolečine ponoči pa vse to. In mi je blo prenaporno. Pa kako bit pa vse sodelovat pa to.*	Možnost izbire števila dni udeležbe	Prilagojena ponudba glede na trajanje udeležbe	Skladnost ponudbe z uporabnikovimi željami in potrebami	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo določenega izleta/tabora
A27	*Ne prvi dan, ampak da sm pol šele prišel. Drugi, tretji dan. Da je blo mal manj stresno. Uporabnik pa ta ma to vprašanje, ta bi uno …sej to je normalno. Sej tud, če greš nekam na dopust, je najbolj stresn prvi, drug dan, pol si pa že utečen.*	Možnost izbire števila dni udeležbe	Prilagojena ponudba glede na trajanje udeležbe	Skladnost ponudbe z uporabnikovimi željami in potrebami	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo določenega izleta/tabora
A28	*Vidim, da so zaposleni, ki organizirajo, tud na to pozorni. Koga izbrat, a ma oseba odnos do tega. Da zbirajo take šoferje, tako agencijo.*	Izbira turističnih delavcev pri organizaciji izletov/taborov	Odnos turističnih delavcev do ljudi s težavami v duševnem zdravju	Strategije za zmanjševanje stigme	Destigmatizacija

A29	*Sem dobil ja* [občutek nesprejetosti od zunanjih ljudi] *Vidš že na telesu ta odmik.*	Govorica telesa ljudi	Prepoznavanje stigme	Pogled na duševno zdravje	Stigma
A30	*To debato smo mel in smo pol bli tud pozorni kot družba, da smo tud sami v lastnu režiji izbiral* [osebe, ki izvajajo turistične dejavnosti].	Izbira turističnih delavcev pri organizaciji izletov v lastni režiji	Odnos turističnih delavcev do ljudi s težavami v duševnem zdravju	Strategije za zmanjševanje stigme	Destigmatizacija
A31	*Je pa treba tudi do tja pridet, so ene kritične točke, na katere ne morš vplivat. Kjer so ljudje. Na primer postajališče, na neki postaji, kjer gremo na kavo, na wc …in vprašanje, kako je tm. Tist na končni že lahko. Al šoferje lahko izberejo, kje bomo, vse to. Tam pa ne veš, kakšne osebje je tam na počivališču, kakšen odnos ma. In se to vid.*	Nepredvidljive situacije	Prepoznavanje stigme	Pogled na duševno zdravje	Stigma
A32	*Pa se vidi stigma. Pa tud opazke so. Med sabo pa tud vidš od drugih gostov: kaj so pa to za eni. Sej, nismo gluhi, slepi. Sej slišiš, vidš.*	Govorica telesa in opazke zunanjih ljudi	Prepoznavanje stigme	Pogled na duševno zdravje	Stigma

A33	*To je pa osveščanje ljudi. Da zarad tega nismo …vsakmu se lahko zgodi. Sej tista reklama je bla dobra ..neki vsi drugačni, vsi enakopravni je blo. Vsakmu se lahko zalomi.*	Ozaveščanje o sprejemanju drugačnosti	Odnos splošne javnosti do ljudi s težavami v duševnem zdravju	Strategije za zmanjševanje stigme	Destigmatizacija
A34	*Ja, samo je pa spet, kakšen je vzrok. Al je karakter al pa tudi pol izveš, da ma kakšen že itak doma kšnga tkole …pa je zarad tega mal drugačn odnos. Ker vidi, da zarad tega nismo neki.*	Osebna izkušnja turističnih delavcev	Odnos turističnih delavcev do ljudi s težavami v duševnem zdravju	Strategije za zmanjševanje stigme	Destigmatizacija
A35	*Ubistvu sm zdej bolj bogat. Materialno sem bil že res prej, ampak zdjle mam pa čist drugo bogastvo. Tud s pomočjo socialnega turizma.*	»Notranje bogastvo«	Notranji mir in zadovoljstvo	Osebnostna rast	Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja
A36	*Si odprt, gledaš kako je drugje, da se osveščaš, da se zavedaš okolja* [koristi socialnega turizma].	Vključevanje v okolje	Novi pogledi	Osebnostna rast	Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja
A37	*To je zlo pozitivna stvar. Lahko tud, da se tok izboljša, da bi tudi na drugem področju lahko delal.*	Vključevanje v okolje	Večje funkcioniranje na drugih področjih	Večja samostojnost in krepitev moči	Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na

					področju duševnega zdravja
A38	*Ker vidm, kok sem bil izgubljen, kok težko je bilo, kot da bi se zaletel v steno. In je lahko tud preko take niše* [socialni turizem]*, kjer se lahko potem tudi izboljšaš in potem si tudi bolj zmožen delat in kej poiskat, za socialno varnost poskrbet.*	Vključevanje v okolje	Večje funkcioniranje na drugih področjih	Večja samostojnost in krepitev moči	Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja
A39	*Najdeš ljudi, koga spoznaš, se s kom mal pogovoriš, da dobiš informacije, tudi od koga pomoč preko.*	Novi prijatelji	Širjenje socialne mreže	Vpliv na socialno področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
A40	*Sam je pa res, vsi so pol takoj na rezultate. To je proces ljudi, da notr spremenijo.*	Zadovoljstvo ob minimalnih spremembah	Sprejemanje dolgotrajnosti procesa okrevanja	Osebnostna rast	Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja
A41	*Zelo vplivajo* [izleti in tabori na proces okrevanja]. *Greš iz tega balona vn. V svet. Ker si lahko v glavi zaprt notr. Da greš vn. Da vidiš.*	Vključevanje v okolje	Novi pogledi	Osebnostna rast	Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja

A42	*Potem spoznaš ljudi, socialna mreža si širiš.*	Novi prijatelji	Širjenje socialne mreže	Vpliv na socialno področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
A43	*Tam so neznanke, da daš, da greš. Kako bi reku ...da tvegaš. Zaupanje tam izpostaviš, ampak da greš. V življenju, da tvegaš. Ker življenje je tveganje.*	Udeležba na izletih/taborih	Želja po spremembi in tveganje	Sprememba načina življenja	Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja
A44	*To lahko utrjuješ. Lahko je drugo, tretje. Spet neki novega. Zdej pa, a boš zarad tega vrgel puško v koruzo. To je pa to, da rečeš, lej, lahko pride do neznanih stvari, ne morš vse predvidevat. To ni življenje. Ni življenjsko to.*	Sprejemanje porazov in novih izzivov	Sprejemanje dolgotrajnosti procesa okrevanja	Osebnostna rast	Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja
A45	*Lih to je pa ta zadovoljstvo, da veš in da se zavedaš. Zmagal sem. Zmagal sem in grem. Korak za korakom.*	Zadovoljstvo ob minimalnih spremembah	Sprejemanje dolgotrajnosti procesa okrevanja	Osebnostna rast	Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja
A46	*Lahko pa pride tud korak nazaj. To je pa pol support teh* [zaposlenih].	Sprejemanje neuspehov in motivacija za nadaljnja premagovanja življenjskih ovir	Potrpežljivost in spodbujanje uporabnika v dolgotrajnem procesu okrevanja	Metode dela v socialnem delu	Pomoč in podpora s strani zaposlenih

A47	*Zdejle je vredu, ker nisem v oklepu bolečine. In lahko pol [govori]. Preveč pa žal še ni, ko mam bolečino. Živim z bolečino. Zdej pa, kok je to huda. In pol ne morš tkole pol* [odgovarjati]. *Če ponoč ne spim, pol pa neprespan, pol pa je nemogoče. Dobesedno ne morm nč. Tud zase, tud osnovne potrebe. Pol je pa važn, da maš svetle točke, zarad katerih je vredno živeti. Da se zadevaš, kaj maš, pa ti lahko taka zadeva* [socialni turizem] *ful da*.	Iskanje smisla	Sprejemanje dolgotrajnosti procesa okrevanja	Osebnostna rast	Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja

PRILOGA 2

	IZJAVA	POJEM	KATEGORIJA	NADKATEGORIJA	TEMA
B1	»*Na izlete sem šla z dnevnim centrom. Kadar smo imel tisti letni izlet, ko maš, ko si cel dan od zjutri pa do večera in na te manjše izlete sm šla.* »*Enkrat mesečno ponavad.*« *Z dnevnim centrom rada grem zato, ker ni naporn. Recimo na te ženske tabore sem pa vsak let šla. To sem šla tud kr trikrat zaporedoma. Tri leta zaporedoma, samo letos nisem šla, ker me niso Toplice potegnile* [organizirano namesto ženskega tabora].	Prepoznavanje koristi izletov in taborov	Predhodna pozitivna izkušnja	Razlogi za ponovno udeležbo	Povezanost turistične izkušnje z nadaljnjo udeležbo
B2	*Sem js pol šla za sebe na morje v Izolo. S temi boni.*	Izlet z bližnjimi v lastni režiji	Samoiniciativna udeležba v okviru lastne socialne mreže	Večja samostojnost in krepitev moči	Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja
B3	»*Z Urbanom sem pa hodila prvi let 2011, 2012. pol mi je blo pa prenaporn. Bla*	Telesna ovira	Prilagojena ponudba glede na fizično	Skladnost ponudbe z uporabnikovimi željami in potrebami	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo

	sem tud na njegovem zimskem taboru in tam sem si koleno poškodovala in pol me ni več tok pretegnilo, ker mi je blo prenaporn. »Ja, on ma kr. Celo po več ur hodiš, tud če nima več zdej tok, da bi skos v hrib hodu tko kot si včasih, ampak tud tiste pohode, ki so po ravnem, ma več ur. Po 5, 6 ur.		kondicijo uporabnikov		določenega izleta/tabora
B4	*Če iskreno povem, na tem ženskem taboru smo se skos neki zafrkaval pa take stvari. Ful družil se, pa velik smo hodil ob obali. Ful dobr je blo. Res smo užival. Se smejal pa take stvari. Mislm js mam sploh rada družbo. Js sm bolj tko pozitivna pa se skos neki smejimo. V živo se lahk hecaš, ves cajt maš neke fore. Razpoloženje drugim tud dvigneš, ane.*	Veselje na taboru	Dinamičnost socialnih stikov	Vpliv na socialno področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
B5	*Težko povem z besedo ta fiing. To ga morš občutit* [počutje na izletu/taboru].	Nepopisen občutek	Prijetni občutki	Vpliv na psihološko področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja

B6	*Komi čakam, da bi drug let spet lahk šli v Novigrad, sigurno se bom prijavila. Pol veste, da je res tok dobr blo.«*	Potreba po nadaljnji udeležbi	Mesečna udeležba na izletih in taborih	Predhodna pozitivna izkušnja	Vpliv turistične izkušnje na nadaljnjo udeležbo
B7	*Ne morem vam opisati, kako je, ko smo same punce. Kakšn bi si mislu, ah, kok se dolgočasijo. Ma ne. To se ves cajt sam smejiš. Res smo užival. Da si pomagamo, to je užitek.*	Nepopisen občutek	Prijetni občutki	Vpliv na psihološko področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
B8	*Ja, ful smo povezane. En drugmu si pomagaš. Kot ena velka družina.*	Medsebojna podpora in pomoč	Močna medsebojna povezanost znotraj skupine	Vpliv na socialno področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
B9	»*Ja, verjetno ja* [dobre izkušnje poglobijo odnos z ljudmi]. *Več al manj kar vsi gremo. Eni in isti. Tko da, če ne bi blo dobr, pol vrjetn ne bi niti šli*«.	Poglobljeni medsebojni odnosi znotraj skupine	Predhodna pozitivna izkušnja	Razlogi za ponovno udeležbo	Povezanost turistične izkušnje z nadaljnjo udeležbo
B10	*Ja, sprosti te. Vplivajo te izleti na duševno zdravje.*	Sprostitev	Prijetni občutki	Vpliv na psihološko področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
B11	*Ja, ker se družiš. Druženje je zelo pomembno. Ker smo družabna bitja in je pomembno. Da se*	Dobro počutje v družbi	Potreba po socialnih stikih	Vpliv na socialno področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja

	boljš počutiš. Rabiš to.«				
B12	*Ubistvu ti izleti tud kondicijo dajo.*	Kondicija	Fizična aktivnost	Vpliv na fizično področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
B13	*To lih ne no* [ni pomemben del njenega prostega časa]. *Js drugač velik hodm okrog, tud z možem greva na izlete. Ni lih to, da morm bit skos z Altro na nekih izletih, tud sama greva na izlet.*	Izlet z bližnjimi v lastni režiji	Samoiniciativna udeležba v okviru lastne socialne mreže	Večja samostojnost in krepitev moči	Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja
B14	*Hiško je nama Jana* [zaposlena na Altri] *pomagala izbrat pa rezevirat. Ubistvu rezervirala sem js, iskreno. Sem jaz klicarla, ker vem, da sm sposobna. Ona je samo poklicala tja, pol je blo pa velik tistih apartmajev in men je kr listek porinla pa je rekla, kr ti poklič pa se zmen.*	Minimalna pomoč pri rezervaciji nastanitve	Spodbujanje k večji samostojnosti in krepitev moči	Metode dela v socialnem delu	Podpora in pomoč s strani zaposlenih
B15	*Ja!* [finančni dejavnik je pomemben za udeležbo v turizmu]. *Ker ti recimo, ko bi kdaj hotu zase it, tam je tist problem, ko ne morš dovolj denarja*	Želja po nadaljnjih koriščenjih turističnih bonov	Cenovna dostopnost do udeležbe	Finančni dejavnik	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za samostojno udeležbo v turizmu

	pršparat, da bi ti lahko šel recimo za 5 dni. Niti ne za cel teden, za 5 dni. Ampak je tok res predrago iz svojga žepa zelo težko daš.				
B16	*Ja, sigurno, da bi šel. Js bi pol vsak let šla na svojo režijo* [če bi bila možnost koriščenja turističnih bonov vsako leto].	Želja po nadaljnjih koriščenjih turističnih bonov	Cenovna dostopnost do udeležbe	Finančni dejavnik	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za samostojno udeležbo v turizmu
B17	*Pa bi samo en osebo vzela s sabo. Al pa dve no. Ker js mam včasih tud rada, da je nas manj. Kokr pa da je nas skupi 18, kokr gremo recimo z Altro s tem taborom. Sej ni nč narobe, ampak vseen, včasih ti pa paše mal bl mir no. Da nimaš okrog sebe živ žav. Zato sm letos tko nardila, da sm rekla zdej, ko mamo bone, pač ne bom šla z ženskami, ampak zase.*	Izlet z bližnjimi v lastni režiji	Samoiniciativna udeležba v okviru lastne socialne mreže	Večja samostojnost in krepitev moči	Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja
B18	*Ker men je pasal 8 dni, pa tok bonov, pa nč mi ni blo treba doplačat, je blo super.*	Želja po nadaljnjih koriščenjih turističnih bonov	Cenovna dostopnost do udeležbe	Finančni dejavnik	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za samostojno udeležbo v turizmu
B19	*Tud ne opazim. Tle na morju , ko hodimo v Novigrad,*	Izbira turističnih delavcev pri	Odnos turističnih delavcev do	Strategije za zmanjševanje stigme	Destigmatizacija

	vedno se un [turistični delavec] *heca: zdj so pa ženske pršle taborit* (smeh). *Na izletih pa nikol nisem opazla ne žaljenja ne ničesar*.	organizaciji izletov/taborov	ljudi s težavami v duševnem zdravju		
B20	*Ja, dobimo tisto pomoč, ki jo rabimo* [s strani zaposlenih].	Potreba po pomoči	Nudenje individualne podpore in pomoči	Metode dela v socialnem delu	Pomoč in podpora s strani zaposlenih
B21	*Ja, kadar so v stiski, dobijo pogovor. Te na primer pokličejo na stran pa se mal pogovorijo.*	Potreba po pomoči	Nudenje individualne podpore in pomoči	Metode dela v socialnem delu	Pomoč in podpora s strani zaposlenih
B22	*Vem pa, da pomagajo. Js vem, ko je en ful mel na izletu, ko smo lansko leto šli na te otoke Pag, Rab in Krk, je mel en ful težave in je res Tanja* [zaposlena] *morm reçt skos ob njemu stala pa ga tolažila pa take stvari. Tko da res so s srcem pri delu. Res probajo pomagat čim bolj. Res ga je tko tolažila, da smo prišli vsi vredu nazaj v Ljubljano*.	Pomiritev uporabnika v kriznih situacijah	Nudenje individualne podpore in pomoči v kriznih situacijah	Metode dela v socialnem delu	Pomoč in podpora s strani zaposlenih
B23	*Ne bi mogl bit drugač. Oni ne morjo njihovo*	Pomiritev uporabnika v	Nudenje individualne podpore in	Metode dela v socialnem delu	Pomoč in podpora s strani zaposlenih

	bolezen nase prenest. Oni res nudijo, kokr morjo. Ne zavračajo, če maš neko težavo. Res prisluhnejo, skočijo na pomoč, več kot tok pa ne morš narest. Če se ti na izletu, probaš pomirit osebo. Sej ne morš rešilca klicat, razen če bi se revežu res tok utrgal, da bi ne vem kva delu. Drugač pa probaš z besedami osebo pomirit, tok da prideš pol nazaj v Ljubljano.	kriznih situacijah	pomoči v kriznih situacijah		
B24	*Sej se oceni, kdo res rabi. Sej že z besedami pa gibi pokaže, da je v slabi koži.*	Prepoznavanje potreb in stisk uporabnikov	Nudenje individualne podpore in pomoči v kriznih situacijah	Metode dela v socialnem delu	Pomoč in podpora s strani zaposlenih
B25	*Drugač pa več al manj, iskreno povedano, če je v slabi koži, ponavad noben ne gre. Bo prej odpovedal se izletu. Mislm se že prijavi, pa če čuti, da ne bo zmogel, se tud odjavi.*	Slabo počutje	Vpliv duševne stiske na zmožnost udeležbe	Psihološki dejavnik	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo določenega izleta/tabora
B26	*Do zdej nismo mel kakšnega hudga primera. Enkrat smo mel edin z enim, ki je*	Preusmerjanje pozornosti uporabnika, ki	Nudenje individualne podpore in pomoči s strani	Metode dela v socialnem delu	Pomoč in podpora s strani zaposlenih

	res cel izlet rabu, da smo ga miril pa pač ogovarjal pa to, da ni tok razmišlju.	doživlja duševno stisko	zaposlenih in uporabnikov		
B27	*Drugač pa več al manj kar sami odpovejo. Ker vseen se nimaš lih cajta se z njim ukvarjat, so tud drugi.*	Poslabšanje doživljanja duševne stiske uporabnika	Potreba po večjemu številu zaposlenih	Negativni vidik	Pomoč in podpora s strani zaposlenih
B28	*Ubistvu ja, bolj pozitivno deluje, kokr da bi negativno deloval. Smo bolj sproščeni, bolj pogovorni, bolj družabni, kokr pa da ne bi nikamor na izlet šel. Velik bolj ti pomaga. Tud vidm pri drugih, da pomaga. Tud posameznik, ki je, se zna zelo dobr s tabo družit, je tud pogovorn bolj, nasmejan. Zato, ker vidi, kako v skupini funkcioniramo. Tist, ki pa ne želi z nami na izlete hodit, je pa ves cajt v nekem svojem svetu pa s svojimi težavami.*	Dobro počutje v družbi	Socialna vključenost	Dobra izkušnja udeležbe v turizmu	Vpliv socialnega turizma na proces okrevanja
B29	*Pregovarjanje* [dejavnik, ki je vplival na prvo udeležbo]. *Da mi nekdo reče, da je fajn na izletu, da nekdo*	Pripovedovanje o dobri izkušnje udeležbe	Razlog za prvo udeležbo	Prepoznavanje koristi (socialnega) turizma	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo določenega izleta/tabora

	predstavi, kako se uživa na izletu, kako se ma fajn, kako se pogovarja, smeje. In pol maš željo bit zravn.				
B30	*Ampak mora bit pa človek v dobri koži. Da je dovzeten do tega povabila. Eni morjo hodit neki cajta na Altro, da se pol sprostijo, da vidjo ...pa ne smeš met neke tesnobe pred ljudmi, pred množico ljudi. Prvo je treba ta strah premagat, da maš pol željo.*	Premagovanje strahu	Vpliv duševne stiske na zmožnost udeležbe	Psihološki dejavnik	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo določenega izleta/tabora
B31	*Pol pa ponavad grejo, pol pa še sprašujejo, kdaj bojo spet kakšni izleti*.	Prepoznavanje koristi izletov in taborov	Predhodna pozitivna izkušnja	Razlogi za ponovno udeležbo	Povezanost turistične izkušnje z nadaljnjo udeležbo

PRILOGA 3

	IZJAVA	POJEM	KATEGORIJA	NADKATEGORIJA	TEMA
C1	S: *»Js mam zdej ful enih finančnih stroškov, tko da zato nism z Altro zdej zadnje čase hodila na izlete. Za naju dva z Bojanom je 40 eur kr velik, zato nisem šla«.*	Predhodne izkušnje	Visoka cena	Finančna zmožnost uporabnika	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo določenega izleta/tabora
C2	S: »*Sem šla pa na Brione, ampak je blo lepo. Drugač sm pa hodila še na te izlete, k smo šli po Ljubljani.«*	Lep spomin	Predhodna pozitivna izkušnja	Razlogi za ponovno udeležbo	Povezanost turistične izkušnje z nadaljnjo udeležbo
C3	B: »*Enkrat sem bil* [na taboru na Kolpi], *ker si nism mogu prvoščit, da bi šel večkrat. To je velik dnarja, potem sem spoznal Sanjo in pol bi moru še za njo plačat in za sebe in to je preveč.*«	Predhodne izkušnje	Visoka cena	Finančna zmožnost uporabnika	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo določenega izleta/tabora
C4	B: »*Najboljš mi je blo, k smo se z ladjo peljali po morju …*«	Najlepše doživetje	Prijetni občutki	Vpliv na psihološko področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
C5	S: »*Ja! Pa tisti galebi! Men je blo to najlepš. Sediš pa galebi pridejo, veste, kok je lepo.*«	Najlepše doživetje	Prijetni občutki	Vpliv na psihološko področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja

C6	S: »*Tko da men je ta spomin lep ostal, zdj sm vidla in ne rabim več videt.«*	Lep spomin	Ni želje za nadaljnjo udeležbo	Neponovljiva izkušnja	Interes za nadaljnjo udeležbo v socialnem turizmu v okviru Altre
C7	B: *»Počutu sm se sretan, da sm plovu na ladji pa da sm šou videt Brione.«*	Sreča	Prijetni občutki	Vpliv na psihološko področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
C8	S: »*Men je blo lepo, zato ker sm bla v društvu, tko smo se družil pa pogovarjal. To mi je lep spomin.«*	Lep spomin	Dinamičnost socialnih stikov	Vpliv na socialno področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
C9	S: »*Z nekaterimi se tam ujamem, z nekaterimi bolj pogovarjam, s katerimi več, zato ker sm js od njih bolj vesela, bolj komunikativna, ostali niso zarad bolezni. In js to njih razumem. Js jih pozdravim in grem stran. Da razumemo, da nismo vsi isti, to treba tud ločit, zato js to tud pravm.«*	Raznolika skupina	Možnost izbire socialne mreže	Vpliv na socialno področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
C10	S: *»Da men je blo lepo, da sm šla in da mi ni žou, da sm šla. Ena želja in več ne gre. Dovolj.«*	Želja po udeležbi	Finančna stiska [iz konteksta transkripta]	Finančna zmožnost uporabnika	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo določenega izleta/tabora
C11	B: »*Ni depresije, ni problema, nisi živčen* ...[koristi udeležbe].	Sprostitev	Prijetni občutki	Vpliv na psihološko področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na

					kakovost življenja
C12	S: »*Si pomirjen, morje te pomirja*.	Sprostitev	Prijetni občutki	Vpliv na psihološko področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
C13	S: *»Pa da greš mal vn iz stanovanja, v drugo okolje, da nisi sam na enmu mestu in to velik pomaga*.«	Sprememba okolja	Vključevanje v skupnost	Dobra izkušnja udeležbe v turizmu	Vpliv socialnega turizma na proces okrevanja
C14	B: »*Velik pomeni za duševne bolnike taki neki izleti da se gre. Velik pomen. Ne samo za ene, za vse.*	Pripisovanje pomena izletom	Prepoznavanje koristi izletov	Lajšanje duševne stiske	Vpliv socialnega turizma na proces okrevanja
C15	B: *Samo kar je problem, je denar. Financijska stiska. In zato ja rečem, če maš financijsko stisko, tud duševno se človek razboli, če ma financijsko stisko. To isto vpliva.*	Želja po udeležbi	Finančna stiska	Finančna zmožnost uporabnika	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo določenega izleta/tabora
C16	B: »*Če bi blo teh izletov več, da se ne rabi plačati, ja bi šou skor vsak dan na izlet.*«	Želja po udeležbi	Finančna stiska	Finančna zmožnost uporabnika	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo določenega izleta/tabora
C17	S: »*Da bi blo cenovno …če pa ne, da bi cene mal znižali. Da bi recimo iz 10, zmanjšal na 4 eur.*«	Želja po udeležbi	Finančna stiska	Finančna zmožnost uporabnika	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo določenega izleta/tabora
C18	B: »*Zato, ker jedva preživimo iz meseca v mesec in zdaj, da*	Želja po udeležbi	Finančna stiska	Finančna zmožnost uporabnika	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za

	plačam izlete ampak da bom lačen, to ne bi dovolil sebi.«				udeležbo določenega izleta/tabora
C19	S: *Drugač pa podpiram to za ljudi, da ko so žalostni, da grejo na izlete, da niso sam v stanovanju, da vidjo morje, zrak čist, galebi, družbo mal. Da niso sami. Da ne mislš sam na bolezen.*«	Vkjučevanje v okolje	Novi pogledi	Osebnostna rast	Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja
C20	B: »*A veste, js ko sem bil na Kolpi, men je blo super. 7 dni smo bli. Vsi so bili ok, vsi smo družili okoli ognja, pa smo se skupili, malo zapeli, vice govorili.*«	Druženje in raznolikost aktivnosti	Dinamičnost socialnih stikov	Vpliv na socialno področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
C21	B: »*Ja, to mi je isto ostalo v lepem spominu. Pa tud spoznal sem Gorazda in Jano, ki so mi velik pomagal na Kolpi. Če njih ne bi bilo, bi bil osamljen. Malo sm poznal teh ljudi, ki so šli tja. Tud če sm jih poznal, nisem družabn z njimi. Ampak z njima* [Gorazdom in Jano] *sm pa družaben. Družili smo se*.	Novi prijatelji	Širjenje socialne mreže	Vpliv na socialno področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja

C22	B: »*Kopal sem se v Kolpi. Nisem lih neki plavalec, ampak sem se učil plavat, vozil se v čolnu, tako da zato mi je ostalo v spominu. In lep spomin je to.*«	Učenje plavanja in vožnja s čolnom	Možnost samostojne izbire aktivnosti	Vpliv socialnega turizma na nova doživetja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
C23	B: »*Ena Anja, ona je nonstop jokala, pa so ji oni nonstop pomagali na en lep način, da jo potolažijo.*«	Hujša duševna stiska	Individualni pristop zaposlenih do uporabnika	Poglobljen odnos zaposlenega in uporabnika	Pomoč in podpora s strani zaposlenih
C24	B: »*Samostojno izbiro ja, pa tud tenis sem igral. Ja sam kolesaril, sem najel pa en prijatelj smo šli do meje Hrvaške. Tako da je bilo …dogodivščine interesantne. Pa če je bil dež, smo šli do nekega starega aviona, pa na ribnik smo šli tudi.*«	Zanimive dogodivščine	Možnost samostojne izbire aktivnosti	Socialni turizem omogoča nova doživetja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
C25	B: »*Ja, kondicija, fizično ja* [fizičen vpliv].	Kondicija	Fizična aktivnost	Vpliv na fizično področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
C26	B: »*Žal mi je, da ne morm it spet*«.	Želja po udeležbi	Finančna stiska	Finančna zmožnost uporabnika	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo določenega izleta/tabora
C27	B:*Eni so hotli v šotoru da spijo. Js pa nism hotu, bal sm se,*	Želja po drugačni nastanitvi	Možnost samostojne izbire nastanitve	Spodbujanje k večji samostojnosti in krepitvi moči	Pomoč in podpora s strani zaposlenih

	da me ne bi napadle kače (smeh).«				
C28	B: *Pa bil je Maj, ta k je zdej na anti …on je prišel drugi dan, pa smo on in js skor celo noč se zajebavali pa govoril vice, bilo je zanimivo. In zdaj ga js spomnm, on je zdej jako bolan, js ga spomnm: a se spomneš ti tega, pa prav on: ja, Bojan, spomnm se. To so bli lepi časi. Lep spomin.*«	Viri moči na podlagi preteklih pozitivnih izkušenj	Sprejemanje dolgotrajnosti procesa okrevanja	Osebnostna rast	Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja
C29	S: *Glede zaposlenih bi rekla, če jih kej rabim, mi pomagajo. Ne morm rečt, da ne.*«	Potreba po podpori in pomoči	Individualni pristop zaposlenih do uporabnika	Prepoznavanje potreb in stisk uporabnikov	Pomoč in podpora s strani zaposlenih
C30	S: »*Aja, na Brionih mi je blo pa lepo. Tist mi je pa bil spomin, da si ga bom zapomnila za dolg časa.*	Lep in nepozabni spomin	Prijetni občutki	Vpliv na psihološko področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
C31	S: »*Zaposleni so bli vredu. Po resnici ne morm rečt, da niso bli vredu, ne morm. Če sm kej rabla, sm dobila informacije.*	Pozitivno mnenje o zaposlenih	Potreba po informiranosti	Podajanje informacij uporabnikom	Pomoč in podpora s strani zaposlenih
C32	B: »*Bli smo ko ena familija. Tako smo se fajn imeli ko ena familija.*«	Enotnost skupine	Močna medsebojna povezanost znotraj skupine	Vpliv na socialno področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja

C33	S: *Js mislm, da nas je okolje, k so tm sedel, k so nas gledal, da so nas razumel, da so vidl, to je pač društvo tako in …človeka morš pa sprejet takšn, kakšn je.*	Zaznavanje uporabnikov s strani okolja	Odnos splošne javnosti do ljudi s težavami v duševnem zdravju	Zmanjševanje stigme	Destigmatizacija
C34	S: »*Js se na to sploh ne obremenjujem. Js ko hodim, js grem pravo.*«	Neoziranje na mnenja drugih	Osredotočenost nase	Samopodoba in samozavest	Povezanost samopodobe, samozavesti in lastne vrednosti
C35	B: »*Takrat, ko smo šli na Brione, mi smo imeli poseban fond, tako da nas je osebje tu sprejelo, kakor treba. Tanja je tam z njimi razgovarala in Mojca, oni so razgovarali.*	Izbira turističnih delavcev pri organizaciji izletov/taborov	Odnos turističnih delavcev do ljudi s težavami v duševnem zdravju	Strategije za zmanjševanje stigme	Destigmatizacija
C36	S: »*Ne ne, js nism nč* [opazila drugačen odnos s strani turističnih delavcev].	Zaznavanje uporabnikov s strani okolja	Odnos splošne javnosti do ljudi s težavami v duševnem zdravju	Zmanjševanje stigme	Destigmatizacija
C37	B: »*Ipak smo se in mi malo pristojno obnašali. Niso gledal nč drugač, zato ker mi nismo delal nobenih problemov. Kulturno smo se obnašali, vsi smo bili pomirjeni, tako da ni problemov nikakvih.*«	Zaznavanje uporabnikov s strani okolja	Odnos splošne javnosti do ljudi s težavami v duševnem zdravju	Zmanjševanje stigme	Destigmatizacija
C38	B: »*Včasih se zgodi, da na primer, če smo mi šli na druge izlete, da se komu poslabša*	Odziv zunanjih ljudi na krizno situacijo	Prepoznavanje stigme	Pogled na duševno zdravje	Stigma

	pa pol te ljudi čudno gledajo. Kaj je njemu, ono ovo …Čudno so gledali tega tipa, zato ker je razgrajal.«				
C39	*Pa tm smo mal zaplesal zuni, pol pa je enmu iz Altre ratal slabo, pol so bli pa zaposleni, da so nudili pomoč. Mal je razgrajal. Ampak so ga pol počas pomiril.*«	Poslabšanje duševne stiske uporabnika	Individualni pristop zaposlenih do uporabnika v kriznih situacijah	Nudenje individualne podpore v kriznih situacijah	Pomoč in podpora s strani zaposlenih
C40	B: »*Ja, lajšajo stisko. Ful pomaga, voda te pomiri, pa lepa družba. Edino kadar si osamljen, takrat misliš na svakake neumnosti.*«	Vključevanje v okolje	Novi pogledi	Osebnostna rast	Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja
C41	S: »*Pa to vsak rab, družba pa to. To človeku velik pomaga. Če si ti zaprt v eni sobci, se človeku zmeša, utrga. Če pa ti greš vn, voda, potok, kako voda lepo gre, družba, nasmeješ se, vic …zuni si, neki se dogaja. Tko da to velik pomen*.	Vključevanje v okolje	Novi pogledi	Osebnostna rast	Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja
C42	S: »*Drugač sva pa midva z Bojanom dubla tud une karte ta rdeče* [brezplačni	Izlet z bližnjimi v lastni režiji	Samoiniciativna udeležba v okviru lastne socialne mreže	Večja samostojnost in krepitev moči	Učinki socialnega turizma na proces

	javni prevoz] *pa sva sama šla na avtobus*«.				okrevanja na področju duševnega zdravja
C43	B: »*Turistične bone smo porabili. Bili smo malo na morju, js in Sanja.*«	Izlet z bližnjimi v lastni režiji	Samoiniciativna udeležba v okviru lastne socialne mreže	Večja samostojnost in krepitev moči	Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja
C44	B: »*A veste, kako sva se počutila …bilo nam je lepo, malo morje, malo sauna, imeli smo jacuzzi.*	Razvajanje v novem okolju	Prijetni občutki	Vpliv na psihološko področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
C45	S: »*Lepo bi blo* [če bi bili vsako leto turistični boni]. *Pa za te ljudi, ki si ne morjo privoščit. Za naju pa še za druge ljudi, ki živijo tako, kakor midva.*«	Želja po nadaljnjih koriščenjih turističnih bonov	Cenovna dostopnost do udeležbe	Finančni dejavnik	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za samostojno udeležbo v turizmu

PRILOGA 4

	IZJAVA	POJEM	KATEGORIJA	NADKATEGORIJA	TEMA
D1	»*Ja ne vem, kr sm šou raj na morje* [ima vikend na morju]. *Ni mi blo tok všeč, zato ker kopu se itak nism, da bi pa tam na plaži dol visel 8 ur, tega pa ne prenesem js na soncu* [na taboru na Kolpi].«	Nezadovoljstvo na taboru	Drugačne potrebe	Skladnost ponudbe z uporabnikovimi željami in potrebami	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo določenega izleta/tabora
D2	»*Sej je blo luštn, na splošno je blo luštn. Zvečer smo si kres zakurl. Vsak večer. Kitaro je kšn igral pa tko. To mi je ostal v spominu. Ampak ne vem, če najbolj. Več je blo takih dogodkov. Al pa recimo na plaži, ko sem se s puncami družil, mi je blo v veselje to. To je bil tud en tak dogodek*.	Veselje na taboru	Dinamičnost socialnih stikov	Vpliv na socialno področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
D3	»*Ja, kr uredu ja. Mal drugač je blo. Družba je bla, mal smo spremenil okolje. To prec vpliva na človeka. Taki tabori so fajn, so bli tud men všeč.*	Zadovoljstvo na taboru	Prijetni občutki	Vpliv na socialno in psihološko področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja

D4	*Js sm bil tud enkrat v Bohinjski Bistrici z Altro* [tabor]. *In se spomnm, da sm tm pol hodu na bazene, pa šah smo igral, pa kšne karte, pa za jest je blo tud kr dobr.*«	Druženje in raznolikost aktivnosti	Dinamičnost socialnih stikov	Vpliv na socialno in psihološko področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
D5	»*Pozitivno. Ne vem, če je vplival prou na moje duševno stanje. Ampak na splošno sm bil srečen*.	Sreča	Prijetni občutki	Vpliv na psihološko področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
D6	*Vesel sem bil, ker smo bli fantje pa punce skupi, pa se je vsak dan neki druzga dogajal.*	Druženje med moškimi in ženskami	Dinamičnost socialnih stikov	Vpliv na socialno in psihološko področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
D7	»*Ne bi znal pa točno povedat, kako je to vplival name. Fajn je, k greš v en nov kraj, pa hiše gledaš, pa gozd. Drugač je, kt v Ljubljani. Kraj je spremenjen.*«	Novo in drugačno okolje, stik z naravo	Prijetni občutki	Vpliv na psihološko področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
D8	»*Veselje. Tud dobro počutje. Dobr sm se počutu.*«	Veselje	Prijetni občutki	Vpliv na psihološko področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
D9	»*Fizično zdravje tud tud*.«	Kondicija	Fizična aktivnost	Vpliv na fizično področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
D10	»*Po en teden, vse skupi sm bil.* »*Ja in sm tud šou pol.*«	7-dnevna udeležba na taboru	Pomen skupine	Predhodna pozitivna izkušnja	Vpliv turistične izkušnje na nadaljnjo udeležbo

D11	»*Sprememba okolja, počutje, ..*[razlog za prvo udeležbo]	Sprememba okolja in dobro počutje	Razlog za prvo udeležbo	Prepoznavanje koristi (socialnega) turizma	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo določenega izleta/tabora
D12	»*Ja Mojca pa Urban sta mi rekla, da majo tabore. Pa tud oče mi je reku, da bi blo dobr, da se udeležujem čim več taborov, ker to sam pozitivno vpliva. Človk, kot sm js, mora tud neki počet. Ker če ne, pol je sam še slabš. To mi kr govori, čim več stvari narest, a veste. Oče mi to kr naprej govori.*«	Želja in potreba po spremembi	Spodbujanje s strani zaposlenih in bližnjih	Socialni dejavnik	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo določenega izleta/tabora
D13	»*Ene že poznam iz Altre, ene sm pa tm spoznal, k so pa še iz drugih društev prišli. Sam nismo pa ohranil stikov. S temi iz Altre se pa še dons vidmo.*«	Spoznavanje novih ljudi in ohranjanje socialnih stikov z uporabniki iz Altre	Širjenje socialne mreže	Vpliv na socialno področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
D14	»*Kr kr* [pomemben del prostega časa]. *Ubistvu bi mogu čimveč, tko kot mi oče pravi. To je kr pomemben. Mogoče bom pa šel spet, mogoče pa polet. Če bo vse po sreči s to korono.*«	Želja in potreba po spremembi	Spodbujanje s strani zaposlenih in bližnjih	Socialni dejavnik	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo določenega izleta/tabora

D15	»*Ja. Dobr, da so. Js bi kr šou za ene tri dni kakšn kmečki turizem pa to. Sej na morje bi tud šou, sam za en dan se mi pa ne da. K komi pridš tja, pa se neki skopaš pa poješ, pa že nazaj. Js če grem na morje, morm bit vsaj en teden dol.* »*En teden se mi zdi lih dost.*«	3-dnevne počitnice v okviru kmečkega turizma in 7-dnevne počitnice na morju	Uresničevanje lastnih želja in potreb	Samostojna izbira destinacije in dolžine trajanja počitnic	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo določenega izleta/tabora
D16	»*Ne, to se mi sploh ne zdi. Gledal so nas nas čist normalno. Kot da ne bi mel nikol izkušenj s kakšno psihiatrijo. Čist normalno, kot do vseh ostalih. Nikol nism začutil.*«	Zaznavanje uporabnikov s strani okolja	Odnos splošne javnosti do ljudi s težavami v duševnem zdravju	Zmanjševanje stigme	Destigmatizacija
D17	»*Dubu sm dost podpore. Tud od Urbana dost.*«	Potreba po pomoči in podpori	Pozitivno mnenje o zaposlenih	Nudenje individualne podpore in pomoči	Podpora in pomoč s strani zaposlenih
D18	»*Dobr je vodu, zrihtan program, ti kaj pomagu, če česa nisi vedu. Enostavno je dobr vodu celoten izlet. To je blo dobr organiziran.*«	Informiranje in nudenje pomoči	Prilagajanje storitev glede na potrebe uporabnikov	Metode dela v socialnem delu	Podpora in pomoč s strani zaposlenih
D19	»*Tega pa ni blo, kar ne bi hotu. Ni blo tega. So me kr upošteval* [kaj vam morda ni bilo v podporo in pomoč].	Informiranje in nudenje pomoči	Prilagajanje storitev glede na potrebe uporabnikov	Metode dela v socialnem delu	Podpora in pomoč s strani zaposlenih

D20	»*Nova spoznanja, nova doživetja, prijetno občutje. To vse pozitivno vpliva. Na en način tud zdravljenje tud lahko nas pač uporabnikov.*«	Iskanje smisla	Sprejemanje dolgotrajnosti procesa okrevanja	Osebnostna rast	Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja
D21	»*Men so všeč izleti. Boljš se počutm, več odnesem od izletov. Lahko ti dajo tud kšno življenjsko izkušnjo.*«	Iskanje smisla	Sprejemanje dolgotrajnosti procesa okrevanja	Osebnostna rast	Učinki socialnega turizma na proces okrevanja na področju duševnega zdravja
D22	*Kot 12-letni otrok sm bil v Londonu in mi je to dalo eno življenjsko izkušnjo.*«	Potovanje v London	Samostojna udeležba	Pomembna življenjska izkušnja v mladostništvu	Predhodne pozitivne izkušnje z udeležbo v turizmu
D23	»*Z agencijo, za učenje angleščine. Ampak a veste, to ni blo tako učenje za ocene. To je blo bolj tko skoz igro pa tko. Velik je blo športa pa ogledi. Za tri tedne sm bil, pri eni družini sm bil. Še z enim Špancem. In pol sm hodu v tisto šolo, smo mel mal učenja pa tko. In na vse to gledam kot na eno življenjsko izkušnjo. Vse novo, v Sloveniji je čist*	Potovanje v London	Samostojnost, spoznavanje novih ljudi in drugačnih kultur, prilagodljivost v novem okolju	Pomembna življenjska izkušnja v mladostništvu	Predhodne pozitivne izkušnje z udeležbo v turizmu

	drugač. Tud hrana drugačna pa vse.«				
D24	*Je bil pa izziv, ampak sm pa tm spoznal. Se pa še zdej spomnm enih ljudi tam.*«	Izziv	Možnost ustvarjanja nove socialne mreže	Vpliv na socialno področje življenja	Vpliv turistične izkušnje na kakovost življenja
D25	*Zdej mi je skor lažje, da grem z nekom, ki ga poznam. Pri teh mojih problemih. Se lažje znajdem. Boljš se počutim, bolj varnega. Ni me tok strah, da se ne bom kej znajdu al pa da se mi kej zgodi.«*	Potreba po občutku varnosti za premagovanje strahu	Zaupanje zaposlenim in ostalim uporabnikom s pozitivno izkušnjo udeležbe	Socialni dejavnik	Dejavniki, ki prispevajo k odločitvi za udeležbo določenega izleta/tabora

TRANSKRIPTI

TRANSKRIPT 1 (ROK, V ANALIZI KODIRANJA OZNAČEN S ČRKO A)

Če kar začneva s prvim vprašanjem, torej kako pogosto se udeležujete izletov in taborov?

»Poglejte, od moje nesreče je že dvajset let. A1*Jaz sem že ne vem kok let v Altri in v enem obdobju sem bil dvakrat mesečno, tako kot tuki piše* [na vprašalniku], *v tem obdobju imam pa drugačne potrebe. Prej sem bil in na letnem in na zimskem taboru in na teh izletih, takšnih in drugačnih, zdej pa ne.«*

Ok, dajva se potem osredotočiti na tisto obdobje, ko ste se udeleževali izletov in taborov.

»Ok, bil sem pa res na vseh zadevah…«

Ste se udeleževali preko dnevnega centra ali svetovalnice?

»*Oboje.«*

Ste bili tudi na Urbanovih [zaposlen in izvajalec taborov in enodnevnih sobotnih izletov v naravo] izletih?

»*Ja ja, to sva bila tako da sva postala ne samo iz tega, kar pozna moje področje, ker sem planinski vodnik, tako da mi je še bil ne samo kot prijatelj, ampak mi je tudi svetoval* [v okviru programa Svetovalnica]*, zaradi teh mojih izkušenj, kar jih imam iz izletništva in planinarjenja, tako da sva pač še debatirala.* A2*On mi je bil tudi kot svetovalec, tako da sem hodil individualno do njega, potem sva poleg tega še o tem debatirala, kaj ima v mislih, pa kaj jaz kaj mislim o izletih.* A3*Tud zame je bilo to vredu, ker sem to leta in leta počel in mi je blo tudi všeč, sem tud zase velik dobil.«*

Potem boste predvidevam, da znali dobro odgovoriti na vprašanje o prednostih teh izletov in taborov…Imate v spominu kakšno lepo, najboljšo izkušnjo, dogodek iz izletov ali pa taborov v tistem, času, ko ste se jih udeleževali?

»*Potem bom pa čisto tako reku …ravno v ponedeljek sem bil na Mojem glasu* [tedenska delavnica dnevnega centra] *je blo tko, da…jaz se vidim na Altri, kako bi rekel, bolj na obrobju. In sem bil na Mojem glasu, tudi zaradi računalništva, ker mi ni blo tok domače in sem se šele zdej res seznanil in je blo potem na Mojem glasu za Svetilnik* [revija, ki jo Altra izdaja], *kdo bi še kej napisal o izletu v Dobovo. Pa je bilo vse tiho. Ker večina tistih, ki so bili, med njimi tudi js, jih ni bilo, pa sem se js oglasil pa rekel, da bom js napisal, ker običajno sej js ne izpostavljam, da bi sebe daju nisem pač lih tip,da bi se javil. Tako da lahko preberem?*

Super, bi bila vesela, če bi z mano delili to izkušnjo. Me res zanima, kaj ste napisali.

»*No, takole zgleda …*(pokaže). *Tudi slike mam notri. Tudi zelo rad slikam, imam enega prijatelja, novinarja, ki rad slika in sem še jaz zaradi njega začel slikat. No torej …izlet v Dobovo. Dobovo in njene okolice ne poznam. Tudi zato so mi ti izleti zanimivi za odkrivanje in raziskovanje tega dela Slovenije. Ker je manj ljudi, je bolj mirno,*

boljši pa je tudi zrak. V primerjavi s Čateškimi Toplicami, imajo še enkrat večje zimsko zunanje kopališče. Zelo je pomembna tudi kratka razdalja do železniške postaje, ki je praktično sosednja stavba. Pol če maš nekaj, če smo vezani na socialni turizem, je velikokrat problem ravno prevoz. In je potem fino, da se tud mal planira tud take stvari…razdalje. Tisti, ki organizira, mora predvidevat tudi take zadeve. A4*Velikokrat je pa na Altri to …zelo smo si različni in kako to pol uskladit nekak.*

Sigurno …To tega bova prišla tudi v nadaljevanju …

»Ker js sm še v dveh takšnih društvih. Sem še v Ozari in še v Štacjonu. In pol tud mal primerjavo delam. Na primer …no, bom to prebral do konca. Kosila v Dobovi so nekaj posebnega. A5*Občutke, ki sem jih doživljal v tem bolj ločenem delu lokala, kjer se ustvari zasebna, intimna atmosfera, ob različni hrani in družbi, so nepozabni. Včasih izlet kar prehitro mine. Lep nostalgičen pozdrav.*

Lepo ste opisali kraj …v zadnjem stavku pa ste izpostavili dve stvari …prijetne občutke in družbo …

A6»*Ja, kako se najdeš ..pride pa včasih, ko se ne ujameš, ker smo si tok različni.* A7*Imamo različne težave, različne potrebe in tudi za vodje in te organizatorje ni enostavno.*

Se pravi, kaj bi rekli, da so prednosti udeležbe v turizmu? Zakaj se odločite, da greste na določen izlet? Zakaj ste se takrat odločili?

A8»*Zato, ker je veliko različnih izletov. Za kakšne stvari je zelo dobro, ker je veliko zaposlenih in so lahko različne zadeve. Potem lahko izbiraš, kaj bi. Ker problem mejhnih, ko je samo eno, kako se lotevajo same organizacije, priprave.«*

Če prav razumem, imate možnost izbire …kaj pa je tisto, kar vam izleti in tabori »dajo«? Kaj ste dobili zase?

A9»*Kaj mi dajo …neko druženje…socialno. Greš v naravo, da se poiščeš, neko …jaz vem, da v tistem času sem bil izgubljen. Bil sem navajen na neko življenje, ki ga nism več dohajal. In je blo treba si vzpostavt drugačno socialno mrežo….in to sm…*A10*zdj mam pa tko, da se dobivamo tko iz te socialne mreže, ki sem jo ustvaril pa gremo na kakšen izlet. V lastni režiji. Ta velikost in pestrost mi je včasih …pač, ker sem že mal starejši al kako, tud nisem za to neko množičnost.* A11*Pa prilagajanje …v mejhni je pa to stvar, da je bolj fleksibilna. Tam se je pa treba bolj držat. Ker oni so pa tist, da je treba točno tko kokr je napisano. In to je pri takšni skupini, ko smo tok različni, lahko velik problem. Da majo točno do pike vsake …*

Splanirano …

»Ja. Sej to rabijo zarad zdravstvenih svojih posebnih potreb. Da je vzrok tak al je poškodba al je …in to ni enostavno domnevam. No, vem, da ni enostavno za te organizatorje pa vodje.«

In na kakšen način, bi potem lahko rekli, da izleti in tabori vplivajo na življenje. Če pogledate iz tistega časa, ko ste še hodili …

A13»*Pozitivno, pozitivno.* A12*Ful zaželjeno. Bi reku prej, da je tega premal v Sloveniji na splošno.* *Ker js vidim populacijo. Jaz sem pač iz Občine Trzin. Tam vejo, kok bi blo to dobr, ampak so to samo besede. Al pa Center za socialno delo Domžale ...mislim ...ker mam rehabilitacijsko svetovalko, ki je iz Kamnika in kako so tam organizirani. Tako da lahko rečem za te stvari je poden Domžale. Pa ta organizacija. In kako majo pol pristop. In Altra je super, odlično.* A12*Tega je premalo. Kok majo ljudje, ki so v krizi, premalo tega socialnega* ...A13*so stiske, so krize ...in da greš ven iz tega balona, iz teh težav, da vidiš mal drug pogled. A si zmožen tega, rečt hočem spremembo, rad bi kej spremenu. A kej vidš sploh, a se zavedaš, kaj ...*

Bi lahko rekli, že samo to, da greš ven iz svojega domačega okolja, nekam na novo …

A14»*Ja, da greš v naravo. Da zadihaš mal. Tega zdj manjka, k smo zaprti na Občini. Da greš, da zadihaš, da se lažje potem lotevaš zadev.«*

Kaj bi torej rekli, na katera področja življenja najbolj vplivajo? Prej ste že izpostavili socialno …

A14»*Psihično, fizično, duševno, duhovno. Vse.*

V kakšnem smislu na fizično?

A14»*Kondicija, zdravje, zdravo počutje.* A15*Zdj pa kok si ti sploh odprt do tega al te je zablokiral ...al pa si že ...kako bi reku ...da že z ročno greš tja.«*

Kaj pa je vas na primer spodbudilo, če se mogoče spomnite, da ste se odločili iti prvič na izlet ali tabor? Kaj vas je sploh prepričalo, da ste šli? Kaj je bilo tisto, da ste rekli: ok, bom poskusil iti?

A16»*Zaupanje Urbanu, da verjameš, da pogledaš Mojco v oči in da ji verjameš. To je pa najbolj. Zaupanje. To je tisto najbolj pomembno, da se ustvari neka povezava z vodjem. Da rečeš tud, bom skočil. Ker zaupam. Če me razumete ...*

Razumem …

A16»*To je pa tist, da te pogleda, ti pove ..ne pa da je tist rezeverviran pa neko tako ...js vem, da sem js pol kr tko, še bolj z nekim strahom. Še poslabša.* A17*Če si sesut, tko kot se js spominjam za nazaj, pol je pa treba to utrjevat. Sej pride, pride ...pa maš slab dan, pa so tudi zaposleni, ki imajo slab dan.* *Sej pride vse sorte ...pa dež na primer, pa zastoji, do višje sile. Je bilo zmenjen, da bo ladjica tam taka pa taka, pa ladjice ni bilo. Pa kako zdej prilagodljivost, kok smo mi potem ...*A18*zdej je pa pomemben ta odnos. A nas tretirajo kot otroke, nevzgojene, da smo tak vrtec, da majo starševsko vlogo. Sej mamo tole, ko smo nemočni, izgubljeni, ranljivi. Eden ma lahko že od otroštva, eden pa je novo dobil. In lahko si hitro preobčutljiv.«*

No, če izpostaviva ravno to ranljivost …kaj bi rekli, da so bile tiste stvari, ki so vam bile s strani zaposlenih v podporo in pomoč in kaj so morda tiste, ki vam niso bile? Ne rabiva govoriti po imenih, lahko samo na splošno, kaj se vam zdi …

A19*»Primer, da si je vzel čas.* A20*Je pa nerodn, če nas je velik. Kok si lahko vzame časa. Nerodn, če je ena oseba za 20, 30 ljudi. Zdej odvisn, kako je …če je izredna situacija, ker to je kritično. In kok nas je na tole. Pride nekdo, ki rabi več podpore, ki ima krizo.* A21*Kako na ostale lahko vpliva ta zadeva. Tuki sm js mal tko …da se unga umakne, ne da sesuje tudi ostale. Imel sem primer na izletu, ko smo šli akvarij v Piran …«*

Ste šli preko Altre?

»Ne ne, to ni bilo na Altri. Kako je bilo, kako poskrbet na avtobusu, ko so se mogli vsi z eno ukvarjat. Je bila huda sprememba vremena, ulil se je dež. Mogoče je bla to točka, zakaj je mela krizo. To je to potem, kako lahko na skupino …una je bla čist v tem. A22*Pozitivno gledam na Altri. So izkušeni. To pa je dolgoletna praksa. Ni pa enostavno.«*

Ampak dobite od njih tisto, kar vi rabite zase?

»Tako je. Nočem nič imensko, ampak hočem reči, kako so te zadeve. Kot nek opazovalec.«

Torej, lahko rečete, da je važen tudi odnos s strani zaposlenih? Lahko rečeva, da sta ta podpora in pomoč s strani strokovnih delavcev in izvajalcev programov socialnega turizma, drugačni kakor bi bila v dnevnem centru? Glede na to, da je druga situacija, drugo okolje, …

»Tako je. Zdej na primer avtobus, kaj zdej tam nekdo naredi, če ma nekdo krizio. Ali pa še, ko smo bili na Hrvaškem v tujini, kaj je zdej. Mel smo celo dva ali tri avtobuse. In je neroden, čist hipotetično, zarad ene osebe …pač pride.«

Kakšna je potem ta podpora s strani strokovnih delavcev oziroma izvajalcev programov socialnega turizma? Je drugačna od tiste, kot jo nudijo na primer v dnevnem centru? Glede na to, da je druga situacija, drugo okolje …

»Tako je! Zdj tam je čist drugo … če je zdj tam avtobus, kaj zdej nekdo nardi, če ima nekdo krizo. Pa še, ko smo bli na Hrvaškem v tujini.

Kako se je pa razrešila situacija od takrat, ko ste šli gledat akvarij?

»Ja nč. Tm so pol poskrbel, da je šel en zaposlen, ni važno s katerega društva. So tko, da smo se ločil. Mi smo šli po planu, en zaposlen pa ta, ki je mel krizo pa posebi.

Verjetno mora biti dovolj strokovnih delavcev za takšno situacijo …

A123*»Ja, dovolj kadra. Da lahko eden gre posebi, en pa z ostalimi. Sam to je pa spet finančno, ane. Dobit tok ljudi, da je tok zaposlenih. Pa še druge dejavnosti je treba pokrivat. Al pa so dopusti, obveznosti, takšne in drugačne. Tko kot je zdejle na primer težava* [zaradi epidemije].

Kaj bi rekli torej, da je bilo premalo zaposlenih na izletih in taborih?

»Ne, se je kar izšlo. Sej to bi uni zaposleni mogli povedat, kako so pol speljal. Ampak mogoče bi blo boljš preventivno, da bi blo več. Js sm tko mislu, kako če je, da se sestavi. Zdj sm mal povezu tud s tem, kar se zdej dogaja v zdravstvu, kok kadra manjka.«

Če se torej vrneva nazaj …lahko rečete, da so vam zaposleni bili v podporo in pomoč, takrat ko ste to potrebovali?

»So, so bili«.

Se je vaš odnos do njih morda spremenil. Izpostavili ste, da je bilo potrebno zaupanje do zaposlene in zaposlenega, da ste se sploh odločili iti prvič. Se je zaradi tega morda odnos spremenil tekom vaše udeležbe na izletih in taborih?

»*Ja, tuki sem js ugotovil, že prej sm vedu.* A24*Zarad poškodbe slabo vožnjo prenašam. In sem bil preobčutljiv, zato sem tudi umaknu mal, ker nisem želel, da se z mano tok ukvarjajo. Kot v breme. V pozornost, če me razumete. Preveč sem mel dela sam sabo, zato tud avta nisem več vozil, sem ga stran dal. Iz tega, da bi se karkol zgodil. In sem se pol rajš odloču, če že, manjše skupine. Pa vlak.*

To ste šli pa potem v lastni režiji?

A25*»Celo sem potem tudi tako šel, če je bla možnost, da sem se jim posebi priključil. Na primer ne da se z njimi peljem na primer za Bohinjsko Bistrico.* A26*Ker men je blo tud naporn en teden bit z njimi* [tabori]. *Da sem rabu tist svoj mir, velik ljudi, ki tisto pozornost …pa bolečine ponoči pa vse to. In mi je blo prenaporno. Pa kako bit pa vse sodelovat pa to. Da sem šel potem samo za dva, tri dni.*

Se pravi, ste šli sami tja pa potem …

»*Ja, sem se probu dogovorit, če se je dal dogovorit.«*

Pa so imeli zaposleni posluh za takšne stvari?

»*So. Je pa nerodn, če je preveč vsega tega. A lahko pokrije vodja vse? Pa ta bi to, pa ta bi uno …je pa nerodn.*«

Ja …vsak ima svoje potrebe, svoje želje …

»*In pol je težko …in tud pol kakšnemu zaposlenemu tkole …*[prekipi]. *To sm opazu. Pa na nov vse, da sploh prideš nekam, vse organiziraš, pol pa še ta bi to, ta bi uno. In je tudi, kr lahko …tko da sm šel rajš za dva, tri dni.* A27*Ne prvi dan, ampak da sm pol šele prišel. Drugi, tretji dan. Da je blo mal manj stresno. Uporabnik pa ta ma to vprašanje, ta bi uno …sej to je normalno. Sej tud, če greš nekam na dopust, je najbolj stresn prvi, drug dan, pol si pa že utečen.*

Tako je ja. Prvo se moraš adaptirat …kakšen se vam pa zdi odnos turističnih delavcev (lastniki apartmajev, natakarji, vozniki najetega avtobusa, itd.) do vas in v čem? Ali ste se počutili bolj ali manj vrednega od drugih? Kako so gledali na vas kot skupino?

A28»*Vidim, da so zaposleni, ki organizirajo, tud na to pozorni. Koga izbrat, a ma oseba odnos do tega. Da zbirajo take šoferje, tako agencijo …*«

Kakšno je pa vaše mnenje? Ste kdaj dobili občutek, da …

A29»*Sem dobil ja.*«

Na kakšen način pa? Kaj vas je zmotilo?

A29»*Vidš že na telesu ta odmik.* A30*To debato smo mel in smo pol bli tud pozorni kot družba, da smo tud sami v lastnu režiji izbiral* [osebe, ki izvajajo turistične dejavnosti]. *Da smo bli odmaknjeni, da ni tega. Poskušaš se vseen tam prilagodit, iščeš pa svojo zasebnost.* A31*Je pa treba tudi do tja pridet, so ene kritične točke, na katere ne morš vplivat. Kjer so ljudje. Na primer postajališče,na neki postaji, kjer gremo na kavo, na wc …in vprašanje, kako je tm. Tist na končni že lahko. Al šoferje lahko izberejo, kje bomo, vse to. Tam pa ne veš, kakšne osebje je tam na počivališču, kakšen odnos ma. In se to vid. Jih je motil na primer, ker ljudje finančno nimajo in kako, ko smo se usedl in bi ljudje* [uporabniki] *samo vodo pil, tam si pa moral pijačo naročit, si moral neke stroške met, da je bilo to potem za njih ok. Se je vidl, kako je to blo. Treba se pa ustavit po dolgi vožnji, na wc it. Al pa z vetra al pa z dežja.* [zatočišče pred vetrom]. *Pol so pa šli pa so hotl enga pokadit in bi se sam usedl tam* [za mizo]. *Tam je blo pa obvezno, da si zapravu nekaj.* A32*Pa se vidi stigma.*

Kako se vidi? Prej ste rekli, da se vidi po telesu …po telesni govorici?

»*Ja.* A32*Pa tud opazke so. Med sabo pa tud vidš od drugih gostov: kaj so pa to za eni. Sej, nismo gluhi, slepi. Sej slišiš, vidš …sam kok si vzameš to. Kako to sprejmeš. Je pa včasih lahko kar občutljivo tole.*

Sigurno. Verjetno je tudi malo drugače, ker ne prideš kot posameznik, ampak kot velika skupina?

»*Tako ja. Ker je masa. In zasedaš dobesedno nek lokal in potem je že ostale* [zunanje ljudi] *kako sprejmejo. So situacije, take za nazaj, če grem po spominu.* A33*To je pa osveščanje ljudi. Da zarad tega nismo …vsakmu se lahko zgodi. Sej tista reklama je bla dobra ..neki vsi drugačni, vsi enakopravni je blo. Vsakmu se lahko zalomi. Js sm bil včasih obrtnik, mi je dobr šlo. Js sm si včasih lahk prvošču smučanje v tujini. Sm si lahko prvošču jadranje. Pol se mi je pa vse sesul. Sem postal čist, kako bi reku …socialno varnost sm zgubu. Ampak a sem zarad tega slabš? Zdejle je velik ljudi* [v stiski], *kako ta kriza, kako se lahko to postavi, kako lahko en tak virusek vse sesuje. Kok smo kot družba nebogljeni. To je v naši slovenski družbi kot nek tabu, neki slabega, neki kar je treba skrit* [odnos do duševne motnje].«

Če se vrneva nazaj …se vam zdi, da bi lahko bil odnos turističnih delavcev tudi pozitiven? Še posebej pri tistih, ki imajo dolgoletne pozitivne izkušnje z delom z ljudmi s težavami v duševnem zdravju? Na primer lastnik apartmaja, ki že veliko let sodeluje z Altro …

A34»*Ja, samo je pa spet, kakšen je vzrok. Al je karakter al pa tudi pol izveš, da ma kakšen že itak doma kšnga tkole …pa je zarad tega mal drugačn odnos. Ker vidi, da zarad tega nismo neki …reče kakšen, da je tale to pa to naredu. Ja, ma psihične težave. Ljudje itak mislijo, da so to sami taki, da smo nasilneži …js vidm, js se tud prej* [iz

obdobja, ko je še bil zaposlen kot obrtnik] *ne bi oziral, ker sem mel tisti svojo pot. Ne da bi zavračal, ampak tak … tak ozek* [ozkogleden] *sem bil.* A35*Ubistvu sm zdej bolj bogat. Materialno sem bil že res prej, ampak zdjle mam pa čist drugo bogastvo. Tud s pomočjo socialnega turizma. Zdj sm vidu, kaj je res pravo bogastvo.*

Se pravi, socialni turizem smatrate kot zgolj eno izmed prostočasnih aktivnosti ali mu lahko pripišete globlji pomen?

A36»*Si odprt, gledaš kako je drugje, da se osveščaš, da se zavedaš okolja.* A37*To je zlo pozitivna stvar. Lahko tud, da se tok izboljša, da bi tudi na drugem področju lahko delal.* A38*Ker vidm, kok sem bil izgubljen, kok težko je bilo, kot da bi se zaletel v steno. In je lahko tud preko take niše* [socialni turizem], *kjer se lahko potem tudi izboljšaš in potem si tudi bolj zmožen delat in kej poiskat, za socialno varnost poskrbet.* A39*Najdeš ljudi, koga spoznaš, se s kom mal pogovoriš, da dobiš informacije, tudi od koga pomoč preko.* A40*Sam je pa res, vsi so pol takoj na rezultate. To je proces ljudi, da notr spremenijo.*

Torej, lahko zaključiva, da izleti in tabori vplivajo na proces okrevanja na področju duševnega zdravja?

A41»*Zelo vplivajo.*«

V kakšnem smislu? Na kakšen način?

A41»*Greš iz tega balona vn. V svet. Ker si lahko v glavi zaprt notr. Da greš vn. Da vidiš.* A42*Potem spoznaš ljudi, socialna mreža si širiš.* A43*Tam so neznanke, da daš, da greš. Kako bi reku …da tvegaš. Zaupanje tam izpostaviš, ampak da greš. V življenju, da tvegaš. Ker življenje je tveganje.*

In potem, po tveganju, ko premagaš to neznanko? Kakšen je občutek?

A44»*To lahko utrjuješ. Lahko je drugo, tretje. Spet neki novega. Zdej pa, a boš zarad tega vrgel puško v koruzo. To je pa to, da rečeš, lej, lahko pride do neznanih stvari, ne morš vse predvidevat. To ni življenje. Ni življenjsko to.*

Kakšen je pa občutek po tem, ko daš to čez?

A45»*Lih to je pa ta zadovoljstvo, da veš in da se zavedaš. Zmagal sem. Zmagal sem in grem. Korak za korakom.* A46*Lahko pa pride tud korak nazaj. To je pa pol support teh* [zaposlenih]. *Ampak treba je živeti, ne životariti.*«

Hvala vam za za vaš čas, na vsa vprašanja ste mi podali res izčrpne odgovore …

A47»*Zdejle je vredu, ker nisem v oklepu bolečine. In lahko pol [govori]. Preveč pa žal še ni, ko mam bolečino. Živim z bolečino. Zdej pa, kok je to huda. In pol ne morš tkole pol* [odgovarjati]. *Če ponoč ne spim, pol pa neprespan, pol pa je nemogoče. Dobesedno ne morm nč. Tud zase, tud osnovne potrebe. Pol je pa važn, da maš svetle točke, zarad katerih je vredno živeti. Da se zadevaš, kaj maš, pa ti lahko taka zadeva* [socialni turizem] *ful da. In to lahko rečem kapo dol Altri.*

TRANSKRIPT 2 (MOJCA, V ANALIZI KODIRANJA OZNAČENA S ČRKO B)

Se v okviru društva Altra udeležujete izletov ali taborov in kako pogosto?

B1»*Na izlete sem šla z dnevnim centrom. Kadar smo imel tisti letni izlet, ko maš, ko si cel dan od zjutri pa do večera in na te manjše izlete sm šla. Z dnevnim centrom rada grem zato, ker ni naporn. Recimo na te ženske tabore sem pa vsak let šla. To sem šla tud kr trikrat zaporedoma. Tri leta zaporedoma, samo letos nisem šla, ker me niso Toplice potegnile* [organizirano namesto ženskega tabora]. B2*Sem js pol šla za sebe na morje v Izolo. S temi boni.*

Na Mirkove izlete pa ne hodite?

B3»*Z Urbanom sem pa hodila prvi let 2011, 2012. pol mi je blo pa prenaporn. Bla sem tud na njegovem zimskem taboru in tam sem si koleno poškodovala in pol me ni več tok pretegnilo, ker mi je blo prenaporn. Zdej pa itak mam poškodvan kolen, ker sem padla lansk let v jesen in sem si pol kolena poškodovala. Tko da bi mogla operacijo met.*

Potem pa morate verjetno res paziti, da koleno preobremenjeno, Urbanovi izleti pa zahtevajo kar dobro fizično kondicijo?

B3»*Ja, on ma kr. Celo po več ur hodiš, tud če nima več zdej tok, da bi skos v hrib hodu tko kot si včasih, ampak tud tiste pohode, ki so po ravnem, ma več ur. Po 5, 6 ur.*

Se pravi se udeležujete izletov preko dnevnega centra. Kolikokrat mesečno pa?

B1»*Enkrat mesečno ponavad.*«

Razmislite o najboljši izkušnji, ki se vam je zgodila med izletom/ taborom. Opišite ta dogodek. Kako ste se takrat počutili? Ali in, če da, kako je ta izkušnja (izkušnje, če jih je bilo več) vplivala na kakovost vašega življenja?

B4»*Če iskreno povem, na tem ženskem taboru smo se skos neki zafrkaval pa take stvari. Ful družil se, pa velik smo hodil ob obali. Ful dobr je blo. Res smo užival. Se smejal pa take stvari. Je Sonja itak pojava* (smeh).

Se mogoče spomnite, kako ste se takrat počutili?

B5»*Težko povem z besedo ta filing. To ga morš občutit.*«

Če poskusite spraviti ta občutek v besede …kaj vam prvo pade na pamet?

»*Kaj js vem, super je blo, prekrasno. Uživala sem.* B6*Komi čakam, da bi drug let spet lahk šli v Novigrad, sigurno se bom prijavila. Pol veste, da je res tok dobr blo.«*

Točno to sem vas želela v nadaljevanju tudi vprašati …če je ta vaša izkušnja vplivala na vašo nadaljnjo udeležbo …

»*Ja, seveda.* B7*Ne morem vam opisati, kako je, ko smo same punce. Kakšn bi si mislu, ah, kok se dolgočasijo. Ma ne. To se ves cajt sam smejiš. Res smo užival. Da si pomagamo, to je užitek. Pa smo kosil v eni hiški kuhal, pa smo pol nosil okrog po hiškah. Štiri hiške smo mele.*«

Pa ste si potem razdelile hrano?

»*Ja, s tisto hrano smo okrog hodile. S tistim loncom. Kaj so si mogl drugi mislit* (smeh). *Zdej sem začela razmišljat, ko sem se spomila. Verjetn je smešn zgledal.*«

Sklepam, da je bila dobra družba …

B8»*Ja, ful smo povezane. En drugmu si pomagaš. Kot ena velka družina.*«

Če pogledate odnos z ljudmi, se vam zdi, da takšne skupne izkušnje iz izletov in taborov poglobijo vaš odnos?

B9»*Ja, verjetno ja. Več al manj kar vsi gremo. Eni in isti. Tko da, če ne bi blo dobr, pol vrjetn ne bi niti šli.*

Ali in, če da, kako so te izkušnje vplivale na kakovost vašega življenja?

»*Ja. Mislm js mam sploh rada družbo. Men je že to fajn, ko na Altro pridm, ko smo se hecal.* B4*Js sm bolj tko pozitivna pa se skos neki smejimo. V živo se lahk hecaš, ves cajt maš neke fore. Razpoloženje drugim tud dvigneš, ane.* B10*Ja, sprosti te. Vplivajo te izleti na duševno zdravje.*«

Se pravi, bi lahko rekli, da vpliva na psihološko področje življenja? Kaj pa na socialno in fizično?

B11»*Ja, ker se družiš. Druženje je zelo pomembno. Ker smo družabna bitja in je pomembno. Da se boljš počutiš. Rabiš to.*«

Kaj pa mislite glede fizičnega področja? Predvsem v smislu kondicije, telesnega zdravja?

»*Ma ja.* B12*Ubistvu ti izleti tud kondicijo dajo. Mislm, pri Urbanu je res mal prehudo. Tok ne zmore več človk, js bom mela 60 let čez par dni* (smeh).

Ampak tudi preko dnevnega centra hodite na izlete …tudi tam verjetno vzdržujete kondicijo?

»*Ja, sej se hodi, samo pri nam imamo tko …mi ko gremo z dnevnim centrom, gremo res na izi. Gremo mal par kilometrčkov, pol gremo na prvo kavico. Pol pa spet čez par kilometrčkov na kosilo* (smeh). *Bolj na izi mamo vse. Nimamo zdej uno, bum, da mormo zdej pa letet do une koče recimo. Tud z Malči, ko smo šli na Veliko Planino, smo mel pavzo. Smo šli po eni poti, ne vem točno keri, se ustavmo, pol gremo do ene koče, tam eno kavico spijemo, pol pa gremo k unim hiškam, ki so gor. Pol pa, ko gremo nazaj dol, se spet ustavimo, gremo jest pa pol dol. Pri*

Mirkotu pa ni to. On pa zaštarta, pridemo z avti, gremo v hrib, bum! (smeh). *Prva pavza je bla gor na koči. Takrat sem bla, no …sem mela zdrava kolena pa mi je pasal. Takrat mi ni blo težko. Zdej pa ne bi več to.*

Se vam zdi, da so izleti in tabori pomemben del vašega prostega časa?

B13»*To lih ne no. Js drugač velik hodm okrog, tud z možem greva na izlete. Ni lih to, da morm bit skos z Altro na nekih izletih, tud sama greva na izlet.*«

Torej izletov prek Altre ne morete smatrate kot vaš prosti čas?

»*Ja, ja. Ker grem tud s svojim privat. Ker mam ker dost tko …mam sina v Ljubljani, pol mam v Senožetih en par, se ful dobr razumemo. Pa pol tud na izlete hodva* [z možem]. *Rada grem na Bled, na Bledu mam tud še eno prjatlco, ki je stara skor 90 let. Njo pridem obiskat tud.*«

Prej ste povedali tudi, da ste letos izkoristili turistične bone. Kako vam je bilo, kam ste šli?

»*Šli sva s Tino* [uporabnica društva Altra] *skupaj. Je blo fajn.*«

Sta si sami organizirali?

B14»*Hiško je nama Jana* [zaposlena na Altri] *pomagala izbrat pa rezevirat. Ubistvu rezervirala sem js, iskreno. Sem jaz klicarla, ker vem, da sm sposobna. Ona je samo poklicala tja, pol je blo pa velik tistih apartmajev in men je kr listek porinla pa je rekla, kr ti poklič pa se zmen. Men je bil bolj tist z računalnikom problem, računalnika js še ne obvladam tok. Js sam telefone. In mi je napisala spisek, mi je sprintala pol sm pa js klicarla. Js pač želela, da mam v začetku septembra in pol sm klicala, kjer sm dobila. V začetku septembra sva pol šle. Ful dobr blo. Dvakrat na dan sva hodile, kr dost daleč sva šle. Skor do San Simona peš. Midve sva mele pa pri svetilniku apartma.*«

Koliko časa sta bili?

»*8 dni sva ble. Jože* [partner] *je dal za 200, pa js sm dala za 200, pa ona 200, je 600 blo in je to pršlo za 8 dni. Brez da bi kej doplačale. Kar sva, sva hrano, da sva kupvale.*«

Kako sta pa prišli do Obale?

»*Dol je Jože pelu. Sva plačale za vožnjo, za tja pa za nazaj.*«

Kakšna je bila izkušnja?

»*Luštn je blo. Zdej, ko sm prvič bla z njo, kr super.*«

Je bilo drugače, ker sta bili samo dve? Ponavadi gre na izlete in tabore velika skupina ljudi …

»*Mislm, ona je ful tiha. Js sm mogla iz nje vn vlečt besede, da je mal …mal sm jo spraševala o domu, o domačih pa tko. Js sm mogla bolj forsirat, da je govorila. Ona je ful drugač tiha. Js sm bolj klepetava, pa sm js pol bolj, da se je kej pogovarjala z mano. Hodile sva kupovat hrano, spominke take, je tud mal prnesla.*«

Bi na podlagi vaše izkušnje glede turističnih bonov lahko rekli, da je finančni dejavnik eden izmed najpomembnejših za udeležbo v turizmu?

B15»*Ja! Ker ti recimo, ko bi kdaj hotu zase it, tam je tist problem, ko ne morš dovolj denarja pršparat, da bi ti lahko šel recimo za 5 dni. Niti ne za cel teden, za 5 dni. Ampak je tok res predrago iz svojga žepa zelo težko daš.*«

Se vam zdi, da če bi bili ljudem večkrat omogočeni turistični boni, tudi več potovali po Sloveniji?

B16»*Ja, sigurno, da bi šel. Js bi pol vsak let šla na svojo režijo.* B17*Pa bi samo en osebo vzela s sabo. Al pa dve no. Ker js mam včasih tud rada, da je nas manj. Kokr pa da je nas skupi 18, kokr gremo recimo z Altro s tem taborom. Sej ni nč narobe, ampak vseen, včasih ti pa paše mal bl mir no. Da nimaš okrog sebe živ žav. Zato sm letos tko nardila, da sm rekla zdej, ko mamo bone, pač ne bom šla z ženskami, ampak zase. In sm pač Tino pobrala zato, da sva lahko dalj ble.* B18*Ker men je pasal 8 dni, pa tok bonov, pa nč mi ni blo treba doplačat, je blo super. Sej pravim, dvakrat na dan sva hodile po zajtrku sva šle, od enajstih pa do pol enih, pol sva kosil skuhale pa sva mal televizijo pogledale, pol sva pa spet šle ob petih do sedmih.*«

Se vam zdi, da se je zaradi teh pozitivnih izkušenj spremenil odnos turističnih delavcev (lastniki apartmajev, natakarji, vozniki najetega avtobusa, itd.) do vas in v čem? Ali ste se počutili bolj ali manj vrednega od drugih?

»*Oni ne vejo …na čelu ti ne piše, kakšno bolezen maš. Ti pač si kot turist, sej oni ne vejo …*

Ko greste kot skupina preko Altre …

B19»*Tud ne opazim. Tle na morju , ko hodimo v Novigrad, vedno se un* [turistični delavec] *heca: zdj so pa ženske pršle taborit* (smeh). *Ker so same ženske. K morš it plačat uno takso pa prijavnico, pa se un vedno poheca. Ne da bi on zdej …karkoli. To pa res ni. Verjetn zato, ker ne piše, da j z nami kej narobe. Verjetn, če bi pa vedel, pa vprašanje kako bi gledu. Js recimo opazim tuki pred Altro, ko sedimo …je tista gimnazija zraven, tam pa velikrat slišiš: glej norce.* B19*Na izletih pa nikol nisem opazla ne žaljenja ne ničesar.*«

Kaj vam je bilo s strani zaposlenih društva Altra, ki so izvedli izlete/tabore, v največjo podporo/pomoč in kaj vam morda ni bilo? Se je vaš odnos do teh zaposlenih zaradi skupne udeležbe na izletih/taborih spremenil?

B20»*Ja, dobimo tisto pomoč, ki jo rabimo.*«

Na kakšen način?

B21»*Ja, kadar so v stiski, dobijo pogovor. Te na primer pokličejo na stran pa se mal pogovorijo. Js nimam drugač s psiho take težave. Js sm sam na pogovore hodila s psihiatrinji, sm mela to lažjo obliko depresije. Zato se ne*

zdravi in pol kr sm neki cajta k njej hodila, mi je ona rekla za to društvo. Rekla js vam nimam kej dost pomagat, dala je spisek društev in prvo je z -a začela, Altra in sm rekla: dobr, grem v Altro.«

Ne potrebujete torej toliko podpore in pomoči med izleti in tabori?

»*Ne.* B22*Vem pa, da pomagajo. Js vem, ko je en ful mel na izletu, ko smo lansko leto šli na te otoke Pag, Rab in Krk, je mel en ful težave in je res Tanja* [zaposlena] *morm reçt skos ob njemu stala pa ga tolažila pa take stvari. Tko da res so s srcem pri delu. Res probajo pomagat čim bolj. Res ga je tko tolažila, da smo prišli vsi vredu nazaj v Ljubljano.*«

Bi morda izpostavili kakšno situacijo, ko zaposleni niso bili v podporo in pomoč? Oziroma bi jo lahko razrešili na drugačen način?

»*Sej ne vem kako bi lahko nekdo drugač reagiral. Sej oni vse probajo tud, če vidijo, da si zelo v slabi koži, da greš v Polje. Sam oni lih ne morjo nekoga prisilit, če sam noče it. Če pa nekdo recimo rabi pomoč pa zaprosi, da nekdo od zaposlenih ga odpelje v Polje, pa ni bilo nikol vprašljivo. Da ne bi hotli.*«

Kaj pa med izleti in tabori, kjer je lahko drugo okolje, drugačna situacija …?

B23»*Ne bi mogl bit drugač. Oni ne morjo njihovo bolezen nase prenest. Oni res nudijo, kokr morjo. Ne zavračajo, če maš neko težavo. Res prisluhnejo, skočijo na pomoč, več kot tok pa ne morš narest. Če se ti na izletu, probaš pomirit osebo. Sej ne morš rešilca klicat, razen če bi se revežu res tok utrgal, da bi ne vem kva delu. Drugač pa probaš z besedami osebo pomirit, tok da prideš pol nazaj v Ljubljano.*«

Kaj pa v primeru, ko je velika skupina udeležencev?

B24»*Sej se oceni, kdo res rabi. Sej že z besedami pa gibi pokaže, da je v slabi koži. Drugač pa več al manj, iskreno povedano, če je v slabi koži, ponavad noben ne gre. Bo prej odpovedal se izletu. Mislm se že prijavi, pa če čuti, da ne bo zmogel, se tud odjavi.* B26*Do zdej nismo mel kakšnega hudga primera. Enkrat smo mel edin z enim, ki je res cel izlet rabu, da smo ga miril pa pač ogovarjal pa to, da ni tok razmišlju.* B27*Drugač pa več al manj kar sami odpovejo. Ker vseen se nimaš lih cajta se z njim ukvarjat, so tud drugi.*«

Ali programi socialnega turizma vplivajo/ne vplivajo na proces okrevanja na področju duševnega zdravja in zakaj? Kakšno je vaše mnenje o tem?

B28»*Ubistvu ja, bolj pozitivno deluje, kokr da bi negativno deloval. Smo bolj sproščeni, bolj pogovorni, bolj družabni, kokr pa da ne bi nikamor na izlet šel. Velik bolj ti pomaga. Tud vidm pri drugih, da pomaga. Tud posameznik, ki je, se zna zelo dobr s tabo družit, je tud pogovorn bolj, nasmejan. Zato, ker vidi, kako v skupini funkcioniramo. Tist, ki pa ne želi z nami na izlete hodit, je pa ves cajt v nekem svojem svetu pa s svojimi težavami.*«

Kaj pa je potrebno, da ste se sploh odločili iti prvič na izlet in tabor? Kateri dejavniki so vplivali na vašo odločitev?

B29»*Pregovarjanje. Da ni nekdo reče, da je fajn na izletu, da nekdo predstavi, kako se uživa na izletu, kako se ma fajn, kako se pogovarja, smeje. In pol maš željo bit zravn.* B30*Ampak mora bit pa človek v dobri koži. Da je dovzeten do tega povabila. Eni morjo hodit neki cajta na Altro, da se pol sprostijo, da vidjo …pa ne smeš met neke tesnobe pred ljudmi, pred množico ljudi. Prvo je treba ta strah premagat, da maš pol željo.* B31*Pol pa ponavad grejo, pol pa še sprašujejo, kdaj bojo spet kakšni izleti*.«

TRANSKRIPT 3 (SANJA IN BOJAN, V ANALIZI KODIRANJA OZNAČENA S ČRKO C)

Se v okviru društva Altra udeležujete izletov ali taborov (ali morda oboje) in kako pogosto (odgovoriti s številko npr. 2 krat mesečno)?

Sanja: **C1**»*Js mam zdej ful enih finančnih stroškov, tko da zato nism z Altro zdej zadnje čase hodila na izlete. Za naju dva z Bojanom je 40 eur kr velik, zato nisem šla.* **C2***Sem šla pa na Brione, ampak je blo lepo.*«

Bojan: »*Js sm pa šel na tabor na Kolpi*.«

S: »*Ampak naprej pol nisva hodila, ker je bla denarna kriza.* **C2***Drugač sm pa hodila še na te izlete, k smo šli po Ljubljani*«

Se pravi v okviru dnevnega centra?

S: »*Ja ja, z Malči. Pa morm še to povedat, da js tm nism vsak dan* [na društvu Altra], *ker js hodm še na društvo Ozara in mamo tud različne delavnice v Ljubljani. Zato nism js vedno, js občasno pridm na Altro.*«

B: »*Js sm bil na Bohinju prek Ozare.*«

Kaj pa preko Altre?

B: »*Sm bil pa na Kolpi*. *Bilo je fajn*.«

Kolikokrat ste se pa udeležili tabora?

B: »*Dve leti nazaj*.«

Bili ste enkrat?

B: **C3**»*Enkrat sem bil, ker si nism mogu prvoščit, da bi šel večkrat. To je velik dnarja, potem sem spoznal Sanjo in pol bi moru še za njo plačat in za sebe in to je preveč*.«

S: »*Ker 200 eur je preveč, js mam to za hrano dam 100, pa 100 za stran. Men je preveč to*.«

B: »*Na Brionih sva bla pa oba*.«

Potem vaju lahko pa oba vprašam in vsak zase odgovori … kakšna ja bila vajina najboljša izkušnja, ki se vama je zgodila med taborom/izletom?

B: »*Ne vem. Gledal smo nagačene živali, to k je mel Tito, pol je še en stol, k je on sedel tm. Ne vem, ne spomnm se vsega …avto, avto! Spomnm se njegovga avta, ne vem, kako se je zval. V steklo je blo ograjeno pa smo gledal …*«

Se spomnite morda kakšnega dogodka, ki vam je res »ostal v srcu?«

B: **C4**»*Najboljš mi je blo, k smo se z ladjo peljali po morju …*«

S: **C5**»*Ja! Pa tisti galebi! Men je blo to najlepš. Sediš pa galebi pridejo, veste, kok je lepo.*«

Ko ste šli na Brione?

S: »*Ja. Tista velika ladja, potem smo dobil zajtrk, kaj smo dobil …ribe pa mal solate, sej je blo vredu. Pa kruh pa pijače je blo. Tako da so bli zlo prijazni na ladji, ko so nam govoril. Pol smo mel še unga, k je po slovensko govoru. Iz tega english pa na slovensko, ker eden je govoru še po tuje, ker je velik tujcev.* **C6***Tko da men je ta spomin lep ostal, zdj sm vidla in ne rabim več videt.*«

Kako ste se pa počutili takrat na ladji?

B: **C7**»*Počutu sm se sretan, da sm plovu na ladji pa da sm šou videt Brione, ma da sm vidu te živali uničene, nagačene. Malo mi je blo težko, ampak kaj češ.*«

S: »*Men je bil tud lep spomin, samo men je blo tud žou tistih živali, pa sm vidla Titovo mesto, kje se je skrival. Pametno mesto si je najdu. Velik dreves, nekje ko u šumi.*«

Če poskusita odmisliti nagačene živali, je še kakšno prijetno občutje takrat prisotno? Bojan, vi ste izpostavili, da ste bil srečen …

B: »*Počutu sem se super, odlično*.«

S: **C8**»*Men je blo lepo, zato ker sm bla v društvu, tko smo se družil pa pogovarjal. To mi je lep spomin.* C9*Z nekaterimi se tam ujamem, z nekaterimi bolj pogovarjam, z s katerimi več, zato ker sm js od njih bolj vesela, bolj komunikativna, ostali niso zarad bolezni. In js to njih razumem. Js jih pozdravim in grem stran. Da razumemo, da nismo vsi isti, to treba tud ločit, zato js to tud pravm.* C10*Da men je blo lepo, da sm šla in da mi ni žou, da sm šla. Ena želja in več ne gre. Dovolj.*«

Se vam zdi, da je takšna izkušnja vplivala na kakovost vašega življenja?

B: »*Ja, vpliva vpliva*.«

S: »*Ja.*«

Na kakšen način?

B: C11»*Ni depresije, ni problema, nisi živčen …*«

S: C12»*Si pomirjen, morje te pomirja*. C13*Pa da greš mal vn iz stanovanja, v drugo okolje, da nisi sam na enmu mestu in to velik pomaga*.«

B: C14»*Velik pomeni za duševne bolnike taki neki izleti da se gre. Velik pomen. Ne samo za ene, za vse.* C15*Samo kar je problem, je denar. Financijska stiska. In zato ja rečem, če maš financijsko stisko, tud duševno se človek razboli, če ma financijsko stisko. To isto vpliva.*«

Bi se večkrat odpravili na takšne izlete in na tabor, če bi bili ti finančno bolj ugodni?

B: C16»*Če bi blo teh izletov več, da se ne rabi plačati, ja bi šou skor vsak dan na izlet.*«

S: C17»*Da bi blo cenovno …če pa ne, da bi cene mal znižali. Da bi recimo iz 10, zmanjšal na 4 eur.*«

Finančni dejavnik torej za oba najbolj vpliva na vašo udeležitev za udeležbo določenega izleta/tabora?

S: »*Ja, zaradi denarja, zaradi te stiske*.«

B: C18»*Zato, ker jedva preživimo iz meseca v mesec in zdaj, da plačam izlete ampak da bom lačen, to ne bi dovolil sebi. Ni Sanji ni sebi ne bi dovolil.*«

S: »*Zato, ker men je bolj važno, da mam kej jest, če povem po domače. Js si raj za 50 eur kupim sadje, vitamine, mesa, kot da jem vsak dan makarone, špagete. Tud po gostilnah ne hodim, enkrat mesec grem na kavo. Ker vem, kako težko živim. Vem, kaj pomen 1 eur.* C19*Drugač pa podpiram to za ljudi, da ko so žalostni, da grejo na izlete, da niso sam v stanovanju, da vidjo morje, zrak čist, galebi, družbo mal. Da niso sami. Da ne mislš sam na bolezen.*«

B: C20»*A veste, js ko sem bil na Kolpi, men je blo super. 7 dni smo bli. Vsi so bili ok, vsi smo družili okoli ognja, pa smo se skupili, malo zapeli, vice govorili*.«

Tudi tabor na Kolpi vam je ostal v lepem spominu?

B: C21»*Ja, to mi je isto ostalo v lepem spominu. Pa tud spoznal sem Gorazda in Jano, ki so mi velik pomagal na Kolpi. Če njih ne bi bilo, bi bil osamljen. Malo sm poznal tehg ljudi, ki so šli tja. Tud če sm jih poznal, nisem družabn z njimi. Ampak z njima* [Gorazdom in Jano] *sm pa družaben. Družili smo se.* C22*Kopal sem se v Kolpi. Nisem lih neki plavalec, ampak sem se učil plavat, vozil se v čolnu, tako da zato mi je ostalo v spominu. In lep spomin je to.*«

Če ne bi bil problem finančni dejavnik, bi se na podlagi te izkušnje še kdaj udeležili tabora?

B: »*Ja. Ne bom se več odloču, da bi šou zaradi denarja. Če ne bi blo tolko denarja, bi še šou.*«

Kaj vam je bilo s strani zaposlenih društva Altra, ki so izvedli te izlete/tabore, v največjo podporo/pomoč in kaj vam morda ni bilo? Se je vaš odnos do teh zaposlenih zaradi skupne udeležbe na izletih/taborih spremenil?

B: »*Oni so bili vredu, Urban je vodil to skupino, on je bil vredu. Nisem z njim komuniciral, ampak tam, ko smo bli na Kolpi, vsi smo se družili.*«

Ste dobili pomoč in podporo, če ste jo potrebovali?

B: »*Ja, dobil sem sendviče za jutr pa gremo na Kolpo, kosilo je blo pa okrog treh popoldne …*«

Kaj pa psihična podpora in pomoč?

B: »*Ja, seveda. Js sm mel prijatelja, tako da mi ni blo težko. A eni drugi, ko so meli psihične težave.* C23*Ena Anja, ona je nonstop jokala, pa so ji oni nonstop pomagali na en lep način, da je potolažijo*. *Ona je blo tako psihično prizadeta al nevem kako se to reče. Bolana je bila in nonstop je jokala, jokala, jokala. Tako da je bil en Uroš bil, on je nonstop teku za njo pa jo tolažil.*«

Kaj pa zaposleni?

B: »*Zaposleni so jo tud tolažili, bila je ena Mojca, ona je velik men pomagala tuki na računalniku, da se neki naučim. Pa tud bila je še ena gospa, ne spomnim se točno imena. Uglavnm bli so vsi prijazni. So nam rekli, da lahko uzamemo še en sendvič, če kdo ne bo pojedu, da ponesemo s sabo na Kolpo. Potem pride kosilo, ob 3, potem jemo kosilo. Potem pa, kdo hoče, da gre po svoje, hoditi, kdo hoče, da gre …*«

Imeli ste torej možnost samostojne izbire, kaj boste počeli?

B: C24»*Samostojno izbiro ja, pa tud tenis sem igral. Ja sam kolesaril, sem najel pa en prijatelj smo šli do meje Hrvaške. Tako da je bilo …dogodiviščine interesantne. Pa če je bil dež, smo šli do nekega starega aviona, pa na ribnik smo šli tudi.*«

Na katera področja življenja je ta vaša izkušnja morda vplivala? Izpostavili ste druženje, torej na socialno področje? Kaj pa psihološko in fizično?

B: C25»*Ja, kondicija, fizično ja.* C26*Žal mi je, da ne morm it spet*. C27*Eni so hotli v šotoru da spijo. Js pa nism hotu, bal sm se, da me ne bi napadle kače* (smeh).«

S: »*Pa tud, ko dež pada, ti si moker. A js bi raj izbirala hišo, v hiši ne morš bit moker.*«

B: »*Js sm bil v hiši.* C28*Pa bil je Maj, ta k je zdej na anti …on je prišel drugi dan, pa smo on in js skor celo noč se zajebavali pa govoril vice, bilo je zanimivo. In zdaj ga js spomnm, on je zdej jako bolan, js ga spomnm: a se spomneš ti tega, pa prav on: ja, Bojan, spomnm se. To so bli lepi časi. Lep spomin.*«

Kaj pa vi Sanja, bi vi morda kaj izpostavili glede podpore in pomoči s strani zaposlenih?

S: »*Še neki da povem, tko po domače. Js sm rekla, da hodim na eno drugo društvo in na Altro. Js pa razumem tko, nekateri pač k majo Altro, js pa Ozaro.* C29*Glede zaposlenih bi rekla, če jih kej rabim, mi pomagajo. Ne morm rečt, da ne.*«

Med izleti in tabori?

S: C30»*Aja, na Brionih mi je blo pa lepo. Tist mi je pa bil spomin, da si ga bom zapomnila za dolg časa. Všeč mi je blo, da sm vidla to Titovo mesto, skrito, otok, živali so se mi smilile …*«

Kaj pa zaposleni? Ste dobili z njihove strani podporo in pomoč, če ste jo potrebovali?

S: C31»*Zaposleni so bli vredu. Po resnici ne morm rečt, da niso bli vredu, ne morm. Če sm kej rabla, sm dobila informacije. Da lažem, je grdo. Js sm pač iskrena oseba, ker sem lev. Tko da so bli vredu, ne morm se pritožit.*«

B: C32»*Bli smo ko ena familija. Tako smo se fajn imeli ko ena familija.*«

Se je zaradi teh izkušenj spremenil odnos turističnih delavcev (lastniki apartmajev, natakarji, vozniki najetega avtobusa, itd.) do vas in v čem? Ali ste se počutili bolj ali manj vrednega od drugih?

S: »*Men se zdi, da je to še vedno prisotn. Mi smo bli prek društva, kjer je velik ljudi, so razumeli, kakšni so to ljudje in men se zdi, da so nas normalno sprejeli. Sej eni so bli mal tko, ampak so jih pol zaposleni pomirili, če je kakšnmu bli mal slabo, so ga pomiril.* C33*Js mislm, da nas je okolje, k so tm sedel, k so nas gledal, da so nas razumel, da so vidl, to je pač društvo tako in …človeka morš pa sprejet takšn, kakšn je. Ti nikol ne veš, kdaj boš zbolel. U Ljubljan se mi je enkrat zgodil, da je ena mamica ful grdo govorila otroku: lej, ta je pa grd pa neumnm …*«

Se vam je kaj podobnega zgodila tudi med tabori in izleti?

S: »*Ne, ne, to nism. Na taborih nism tok opazila. Tm smo bli kot ljudje.*«

Kaj pa vi mislite o tem, Bojan?

B: »*Eni ljudi nas mal čudno gledajo, a mi to ne gledamo.*«

S: C34»*Js se na to sploh ne obremenjujem. Js ko hodim, js grem pravo.*«

B: C35»*Takrat, ko smi šli na Brione, mi smo imeli poseban fond, tako da nas je osebje tu sprejelo, kakor treba. Tanja je tam z njimi razgovarala in Mojca, oni so razgovarali. Smo pa mal duže čakali čoln, mal je zamudil, a se je opravičil ta človek.*«

Nista torej tekom izletov in taborov opazila drugačnega odnosa s strani turističnih delavcev?

S: C36»*Ne ne, js nism nč.*«

B: »*Nismo videli. Nismo vidl velik ljudi, sam une k so bli na ladji. Ampak nobenga ni zanimal, kdo smo mi …*«

S: »*Katero društvo je …*«

B: C37»*Ipak smo se in mi malo pristojno obnašali. Niso gledal nč drugač, zato ker mi nismo delal nobenih problemov. Kulturno smo se obnašali, vsi smo bili pomirjeni, tako da ni problemov nikakvih.*«

S: »*Js tud pravim tako kot Bojan. Ni blo nobenih problemov*.«

B: C38»*Včasih se zgodi, da na primer, če smo mi šli na druge izlete, da se komu poslabša pa pol te ljudi čudno gledajo. Kaj je njemu, ono ovo …*«

Kako pa čudno? Kako ste to opazili?

B: C38»*Čudno so gledali tega tipa, zato ker je razgrajal.*«

S: »*Ja, to smo enkrat šli nekje. Sva šla skup.sam ne vem kje.* C39*Pa tm smo mal zaplesal zuni, pol pa je enmu iz Altre ratal slabo, pol so bli pa zaposleni, da so nudili pomoč. Mal je razgrajal. Ampak so ga pol počas pomiril.*«

B: »*Pa so drugi pol mal gledal nas. Normalno, ker razgraja. In jaz bi pogledal, kaj se dešava.*«

Ali programi socialnega turizma vplivajo/ne vplivajo na proces okrevanja na področju duševnega zdravja in zakaj?

B: C40»*Ja, lajšajo stisko. Ful pomaga, voda te pomiri, pa lepa družba. Edino kadar si osamljen, takrat misliš na svakake neumnosti.*«

S: C41»*Pa to vsak rab, družba pa to. To človeku velik pomaga. Če si ti zaprt v eni sobci, se človeku zmeša, utrga. Če pa ti greš vn, voda, potok, kako voda lepo gre, družba, nasmeješ se, vic …zuni si, neki se dogaja. Tko da to velik pomen. Galebi so mi bli všeč, pa morje pa ta morski zrak. Ful bi rada še kšnga delfina vidla. Rada mam morje, ker znam plavat. Povem, da nism un pravi plavalec, ampak znam z rokami pa z nogami. Tko da mam rada morje. To velik pomen.* C42*Drugač sva pa midva z Bojanom dubla tud une karte ta rdeče pa sva sama šla na avtobus*.«

Sta izkoristila letošnji brezplačni prevoz za upokojence?

S: »*Ja, je blo velik upokojencev na tem avtobusu pa sva šla na morje. Lepo je blo. Tko da js ful rada plavam. Včasih smo šli tud z Ozaro na morje.*«

Kako vama je pa bilo, ko sta šla letos sama na morje? Kako sta se imela?

B: »*Odnesla sva s sabo hrano in pijačo tako da sva uživala. Sanja je najbolj uživala, ona iz morja neće, da ide nikako* (smeh).

S: »*Men je to fajn, kadar nas gre več. Da en čuva stvari, drugi plavajo.*«

Kam sta pa šla in za koliko časa?

B: »*Bila sva za en dan v Strunjanu. Sanja je bla v vodi, jaz sem pa čuval stvari. Ampak sm js več časa čuval stvari* (smeh).

Kaj pa turistični boni? Sta jih že izkoristila?

B: C43»*Turistične bone smo porabili. Bili smo malo na morju, js in Sanja.*«

S: »*Ja, sva naenkrat izkoristila.*«

B: »*Čakamo druge bone.*« (smeh)

Kje sta rezervirala preko turističnih bonov?

B: »*Šla sva v Piran za 3 dni. V apartma. Samo drago je blo, ampak smo bone izkoristili. Smo si privoščili, pa se kopali, pa je Sanja malo izgorela* (smeh).«

Kako sta se pa takrat počutila, ko sta bila v Piranu? Sama …

B: C44»*A veste, kako sva se počutila …bilo nam je lepo, malo morje, malo sauna, imeli smo jacuzzi. Jaz iz ene strani, ona z druge strani. Masaža ..fino je blo*«.

Bi bilo dobro, da bi bili vsako leto turistični boni?

B: »*Ja, ja. Bilo bi fajn* (smeh).«

S: C45»*Lepo bi blo. Pa za te ljudi, ki si ne morjo privoščit. Za naju pa še za druge ljudi, ki živijo tako, kakor midva.*«

TRANSKRIPT 4 (LUKA; V ANALIZI KODIRANJA OZNAČEN S ČRKO D)

Se v okviru društva Altra udeležujete izletov in taborov (ali morda oboje) in kako pogosto (odgovoriti s številko npr. 2 krat mesečno)?

»*Na unih enodnevnih sploh nism nikdar bil. Na Kolpi sem bil na taboru. Ene 5 let nazaj. Pa ene 5 krat sm bil*«.

Zakaj ste se pa nehali udeleževati tabora?

D1»*Ja ne vem, kr sm šou raj na morje. Ni mi blo tok všeč, zato ker kopu se itak nism, da bi pa tam na plaži dol visel 8 ur, tega pa ne prenesem js na soncu. Tko da sm se bolj s kolesom vozu, al pa kitaro …*«

Ste si našli torej druge aktivnosti?

»*Ja ja, drugo.*«

So vam nudili druge aktivnosti ali ste si jih morali sami poiskati in se sami organzirati?

»*Tm so že nudil.*«

Se mogoče spomnite kakšnega lepega dogodka iz tega tabora, ki vam je najbolj ostal v spominu? Kakšne lepe izkušnje?

D2»*Sej je blo luštn, na splošno je blo luštn. Zvečer smo si kres zakurl. Vsak večer. Kitaro je kšn igral pa tko. To mi je ostal v spominu. Ampak ne vem, če najbolj. Več je blo takih dogodkov. Al pa recimo na plaži, ko sem se s puncami družil, mi je blo v veselje to. To je bil tud en tak dogodek. Sam sej pravm, js sm bil bolj mal na plaži, ker se nism kopal. Mi je bla premrzla voda.*«

Kako ste se počutili takrat?

D3»*Ja, kr uredu ja. Mal drugač je blo. Družba je bla, mal smo spremenil okolje. To prec vpliva na človeka. Taki tabori so fajn, so bli tud men všeč. Že prej, ko sem s Šentom hodu na razne slikarske delavnice pa na tabore. Vedno mi je blo všeč.* D4*Js sm bil tud enkrat v Bohinsjki Bistrici z Altro* [tabor]. *In se spomnm, da sm tm pol hodu na bazene, pa šah smo igral, pa kšne karte, pa za jest je blo tud kr dobr. Pa tle na Kolpi tud kr dobr za jest. Dobra hrana, sej res, to mi je ostal v spominu.*«

Prej ste povedali, da vpliva na človeka. Na kakšen način?

D5»*Pozitivno. Ne vem, če je vplival prou na moje duševno stanje. Ampak na splošno sm bil srečen.* D6*Vesel sem bil, ker smo bli fantje pa punce skupi, pa se je vsak dan neki druzga dogajal.* D7*Ne bi znal pa točno povedat, kako je to vplival name. Fajn je, k greš v en nov kraj, pa hiše gledaš, pa gozd. Drugač je, kt v Ljubljani. Kraj je spremenjen.*«

Rekli ste, da ne veste, če je vplivalo na vaše duševno stanje. Mislite, da tabori lahko lajšajo duševne stiske ali ne?

»*To pa tud. Mogoče pa ja.*«

Lahko pogledate tudi na celotno obdobje tistega časa? Ste imeli takrat več stisk, manj stisk? Se spomnite, kako ste takrat doživljali vaše vsakdanje življenje? Kaj so vam »dali« te tabori in kaj vam niso?

D8»*Veselje. Tud dobro počutje. Dobr sm se počutu.*«

Bi lahko rekli, da vplivajo tudi na proces okrevanja na področju duševnega zdravja ali ne?

»*Ja, vplivajo. Vsaj pri meni.*«

V kakšnem smislu vplivajo? Omenili ste dobro počutje, družbo, …?

»*To ste dobro rekla zdej nazadnje. Js se takoj ne spomnm, kaj bi želel povedat. To, kar ste zdej nazadnje rekla. Da vpliva …*«

Na proces okrevanja?

»*Ja, to pa. Kadarkol sem šel na izlet, tud če na Kolpo, je to pozitivno vplival name.*«

Na katera področja življenja pa? Rekli ste socialno, psihološko. Kaj pa fizično?

D9»*Fizično zdravje tud tud. Če bi mi vi pomagala, bi lahko marsikej reku.*«

Zanima me vaše mnenje, lahko je pozitivno ali negativno …

»*Ni negativnega.*«

Koliko časa ste pa bili na taboru? Koliko dni ste bili?

D10»*Po en teden, vse skupi sm bil.*«

Je vaša dobra izkušnja s kresa, ki ste ga prej omenili, vplivala na to, da ste se še naprej udeleževali taborov?

D11»*Ja in sm tud šou pol.*«

Zakaj ste se sploh odločili iti prvič na tabor?

D11»*Sprememba okolja, počutje, ..*«

Vam je kdo predlagal, vas spodbudil k temu?

D12»*Ja Mojca pa Urban sta mi rekla, da majo tabore. Pa tud oče mi je reku, da bi blo dobr, da se udeležujem čim več taborov, ker to sam pozitivno vpliva. Človk, kot sm js, mora tud neki počet. Ker če ne, pol je sam še slabš. To mi kr govori, čim več stvari narest, a veste. Oče mi to kr naprej govori.*«

Kako vam je pa bilo prvič, ko ste šli? Vas je bilo morda strah? Kako ste se vključili v skupino?

»*Vredu. Prou vesel sm bil. Prou dobr sm se počutu.*«

Kaj pa družba? Ste morda s kakšnimi ste ohranili stik, ste jih že od prej poznali?

D13»*Ene že poznam iz Altre, ene sm pa tm spoznal, k so pa še iz drugih društev prišli. Sam nismo pa ohranil stikov. S temi iz Altre se pa še dons vidmo.*«

Se vam zdi, da so bili takrat tabori pomemben del vaše prostega časa?

D14»*Kr kr. Ubistvu bi mogu čimveč, tko kot mi oče pravi. To je kr pomemben. Mogoče bom pa šel spet, mogoče pa polet. Če bo vse po sreči s to korono.*«

Ste morda izkoristili turistične bone?

»*Ne, nism. Nism se še nč. Morm se zment z Mojco, da skup. Sam zdej itak ne mormo.*«

Dobro, da so podaljšali …

D15»*Ja. Dobr, da so. Js bi kr šou za ene tri dni kakšn kmečki turizem pa to. Sej na morje bi tud šou, sam za en dan se mi pa ne da. K komi pridš tja, pa se neki skopaš pa poješ, pa že nazaj. Js če grem na morje, morm bit vsaj en teden dol.*«

Na tabore ste tudi rekli, da ste hodili za en teden. Vam je bilo dovolj, ali bi še ostali malo dlje časa?

D15»*En teden se mi zdi lih dost.*«

Zanima me, če se boste spomnili za nazaj, kako se je zaradi teh izkušenj spremenil odnos turističnih delavcev (lastniki apartmajev, natakarji, vozniki najetega avtobusa, itd.) do vas in v čem? Ali ste se počutili bolj ali manj vrednega od drugih?

D16»*Ne, to se mi sploh ne zdi. Gleda so nas nas čist normalno. Kot da ne bi mel nikol izkušenj s kakšno psihiatrijo. Čist normalno, kot do vseh ostalih. Nikol nism začutil.*«

Kako vam je bilo s strani zaposlenih društva Altra, ki so izvedli tabore, v največjo podporo in pomoč in kaj vam morda ni bilo? Se je vaš odnos do teh zaposlenih zaradi skupne udeležbe na izletih/taborih spremenil?

D17»*Dubu sm dost podpore. Tud od Urbana dost.*«

Na kakšen način pa?

D18»*Dobr je vodu, zrihtan program, ti kaj pomagu, če česa nisi vedu. Enostavno je dobr vodu celoten izlet. To je blo dobr organiziran.*«

Kaj pa vam morda ni bilo v podporo in pomoč?

D19»*Tega pa ni blo, kar ne bi hotu. Ni blo tega. So me kr upošteval.*«

Če se zopet vrneva nazaj na tabore v povezavi s kakovostjo življenja. Kaj se vam zdi, da tabori doprinesejo vašemu življenju?

D20»*Nova spoznanja, nova doživetja, prijetno občutje. To vse pozitivno vpliva. Na en način tud zdravljenje tud lahko nas pač uporabnikov.*«

Če bi primerjali program dnevnega centra na primer delavnice in tabore. Kaj je vam bolj pomembno? Kaj vam več da?

D21»*Men so več izleti. Boljš se počutm, več odnesem od izletov. Lahko ti dajo tud kšno življenjsko izkušnjo.* D22 *Kot 12-letni otrok sm bil v Londonu in mi je to dalo eno življenjsko izkušnjo.*«

V Londonu ste bili? Na potovanju?

D23»*Z agencijo, za učenje angleščine. Ampak a veste, to ni blo tako učenje za ocene. To je blo bolj tko skoz igro pa tko. Velik je blo športa pa ogledi. Za tri tedne sm bil, pri eni družini sm bil. Še z enim Špancem. In pol sm hodu*

v tisto šolo, smo mel mal učenja pa tko. In na vse to gledam kot na eno življenjsko izkušnjo. Vse novo, v Sloveniji je čist drugač. Tud hrana drugačna pa vse.«

Ste koga poznali od prej ali ste šli popolnoma sami tja preko agencije?

»*Ne ne nobenga.*«

Ste potrebovali kar precej poguma, da ste šli sami v novo okolje, brez poznanih ljudi.

»*To je blo vse poskrbljen. Turistični vodič.* D24 *Je bil pa izziv, ampak sm pa tm spoznal. Se pa še zdej spomnm enih ljudi tam.*«

Greste potem raje v lastni režiji ali raje vidite, da je organizirano?

»*Men je to vseen.* D25*Zdej mi je skor lažje, da grem z nekom, ki ga poznam. Pri teh mojih problemih. Se lažje znajdem. Boljš se počutim, bolj varnega. Ni me tok strah, da se ne bom kej znajdu al pa da se mi kej zgodi.*«