

Koduse elu uuring
2024

Täidame kodu rõõmuga



Kokkuvõte:

Rohkem ruumi elu nautimisele

Tänapäeva maailm on pidevas muutumises ja täis arvukaid väljakutseid. Kuidas teha oma kodust rõõmuküllane paik, kuhu ilmakära ei ulatu?

Elu nautimine ehk elust rõõmu tundmine on üks kaheksast vajadusest, mille täitmine teeb koduse elu paremaks. Siiski on nii, et 37% Baltikumi elanikest peab elu nautimist küll oluliseks, kuid nendib, et nende kodu ei võimalda seda piisavalt. Eestis ei naudi oma kodu piisavalt 34% inimestest

IKEA usub, et igaühel on õigus oma kodust rõõmu tunda. Ja meie eesmärk on kodurõõmu suurendada. Lõppude lõpuks näitavad meie uuringud, et need, kellele nende kodu rõõmu valmistab, on tõenäolisemalt eluga rahul ja tuleviku suhtes optimistlikud. Seetõttu keskendume selle aasta koduse elu uuringus elu nautimisele: kuidas seda kodus kogeda, saavutada ja miks see on tähtsam kui kunagi varem.

Kodukülastuste ajal tehtud intervjuudest ja üleilmsest uuringust oleme teada saanud, et kodu võib mängida määravat rolli nii heaolu kui kuuluvustunde saavutamiseks ning pakkuda samas paika mängudeks ja suhtlemiseks. Parem ja rõõmsam kodu on iga päev siinsamas, meie käeulatuses – selleni viivad väikesed, kuid tähendusrikkad hetked ja teod.





„Inimesed külastavad teatud parke, restorane või teisi kohti seetõttu, et need meeldivad neile või näevad Instagramis hea välja. Kuid pandeemia järel oleme aru saanud, et elu nautimise tunnet soovitakse üha rohkem koju kaasa viia ja seal uuesti kogeda.“

**Eesti IKEA
sisekujundusosakonna
juht Brita Mikvere**



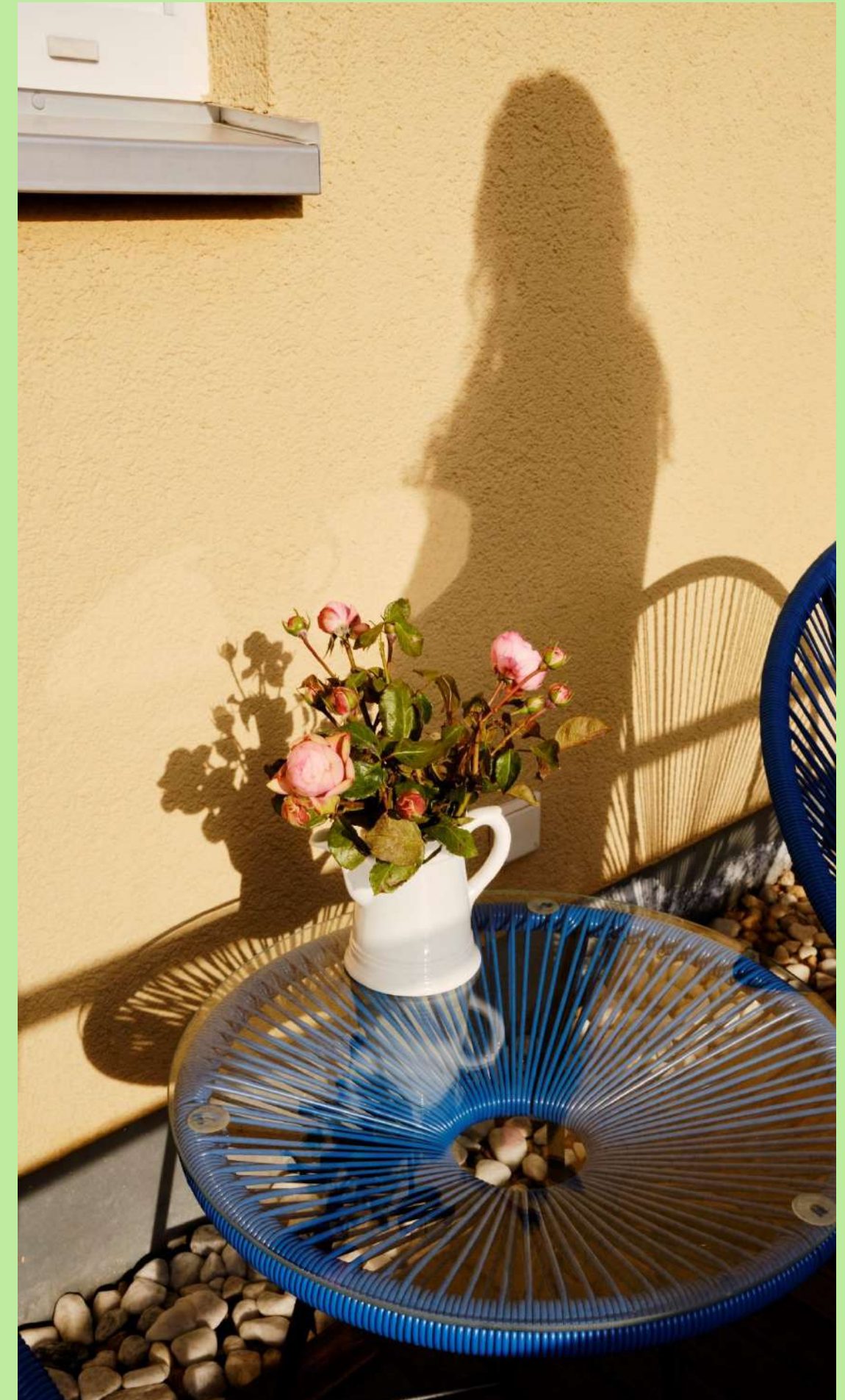
Sisukord

Intro	05
1. Hea olla	15
2. Lõbu	23
3. Õhustik	35
4. Suhted	42
Outro	53
Varamu	55

Intro

„On suur au näha, kuulda ja mõista, mida inimesed kodu juures tähtsaks peavad – avastada Baltimaade elanike päriselu väljakutseid ja unistusi. Et oleme juba aastaid uurinud, mida kodu tähendab ja kuidas seda paremaks teha, saame pakkuda toimivaid lahendusi ja esitada olulisi küsimusi selle kohta, mis mõjuvad kodusele elule tõepoolest hästi.“

**Baltikumi IKEA juht
Inga Filipova**



Hej!

Igal aastal küsib IKEA kogu maailma inimestelt, mida kodune elu õigupoolest tähendab – ja kuidas seda paremaks teha. Just selles IKEA koduse elu uuring seisnebki. Ja see aasta pole mingi erand.

Meie uuring

Selle aasta uuringuülevaate aluseks on kvantitatiivsed, kvalitatiivsed ja trendiuuringud. Kokku küsitlesime 38 630 üle 18-aastast inimest 39 riigist. 3037 vastajat olid pärit Balti riikidest: 1011 Leedust, 1011 Lätist ja 1015 Eestist. Lisaks tegime 3 riigis 24 kodukülastust, 36 digiandmete analüüsi ja 6 jätkukülastust.* Kõige aluseks võtsime 8 kodust vajadust, mille täitmine teeb elu paremaks ja millest saad rohkem lugeda 9. leheküljelt.

Uuringu käigus saime teada palju põnevaid fakte, mille põimisime ülevaatesse ja illustreerisime uuringuga kogutud andmetega. Samuti lisasime väliseid vaatenurki, näiteks ekspertide kommentaare ja uuemate trendide tutvustusi, mis näitavad, kuidas

ja mil määral kultuurilised liikumised meie elu mõjutavad.

Varamu

Uuringuülevaate lõpus ootab lugejat täiesti uus jaotis: varamu, mis sisaldab peatükkides tutvustatud andmete loetelu. Samuti leiab siit tähtsamate terminite seletused ja demograafiliste andmete tausta. Tõsisemate huviliste jaoks tõeline aardelaegas!

Edasine on sinu teha

Kuid aitab taustainfost – kõik oluline on öeldud ja seega kutsume sind selle aasta uuringuülevaatega ise tutvuma. Loodame, et selle uudistamine ja kasutamine pakub sulle sama palju lõbu kui meile selle koostamine.

Head lugemist!

* Sel aastal jõudis uuring esmakordselt Colombiasse. Kodukülastused, digiandmete analüüs ja jätkukülastused leidsid aset Indias, Hispaanias ja USAs. 39 uuritud riigi täieliku nimekirja leiad varamust.

Meie maailm

Kodus elu nautimist uurides on oluline mõista laiemat üleilmset konteksti.

See ei mõjuta mitte ainult meid ümbritsevaid kultuurilisi trende, vaid ka seda, kuidas me iga päev kodus rõõmu kogeme. Selle aasta uuringuülevaadet kujundavad arengusuunad mõjutavad meie heaolu nii kodus kui sellest väljaspool.

Elu ebakindlal ajal

Meie laiemat heaolu kujundavad jätkuvalt maailmas aset leidvad ettearvamatud sündmused, mis mõjutavad ka kodust elu. Poliitiline ebastabiilsus, äärmuslikud ilmastikutingimused, sõda, tehnoloogia tormakas areng ja kiirelt muutuvad olud – see kõik imbub meie isiklikku ruumi ning avaldab otsest ja kaudset mõju nii meie enesetundele kui sellele, kuidas me end tunneme või kodus aega veedame. Ideaalis peaks kodu tekitama kuuluvustunnet, pakkuma rõõmu ja aitama lõõgastuda. Seda kõike arvestades uurime, mida on vaja, et tunda, et su kodu on rahusaareke, mis on tulvil lähedastega jagatud rõõmuhetki ja mis aitab tempoka ja ebakindla reaalsusega toime tulla.



Kuidas hallata rõõmu ja olla õnnelik

Et olla võimalikult õnnelik, on välja kujunemas omaette tegevusala: rõõmuhaldus. Igapäevaelu surve leevendamiseks üritavad inimesed kogeda võimalikult palju rõõmuhetki, eriti kodus. Ja kuna üha rohkemad tunnistavad, et ümbritsev keskkond ja emotsionaalne heaolu on omavahel seotud, toob soov tunda elust võimalikult palju rõõmu – ja kasutada seda rõõmu edusammude tegemiseks – elu nautimise teema eriti teravalt fookusesse.

„Me hoiame muutuste osas pidevalt silmad lahti, sest need mõjutavad nii otseselt kui kaudselt seda, kuidas inimesed oma kodu tajuvad ja kasutavad.“

**Marko Põder,
IKEA Eesti turu juht**



Heaolu ja õnne tähendus on muutumas

Kultuurilised nihked kujundavad praegu ümber meie suhet vaimse heaoluga, samuti heaolu ja õnne tähendust. Notseeboefekti käsitlevates uuringutes tõstetakse esile ohte, mis seostuvad tervise liigse jälgimisega, samas kui nn niisama tiksumine ja teised sarnased nähtused annavad märku igatsusest piiride, puhkuse ja taastumise järele. Need traditsioonilist tootlikkust küsimärgi alla seadvad mõtteviisid peegeldavad laiemat vastuseisu orav-rattas-töötamiskultuurile ja läbipõlemisele. Selles kontekstis saab kodust nii rahulik endaga olemise paik kui ka ruum, kus püüelda rõõmu poole kaasaegses maailmas, mis eeldab inimeselt pidevat tegutsemist.

Kaheksa vajadust

Kaheksa vajaduse mudel kajastab inimeste emotsionaalseid ja funktsionaalseid vajadusi ning selle aluseks on 11 aasta pikkused uuringud, mis aitavad meil mõista, mis teeb koduse elu paremaks.

Kõiki vajadusi mõjutavad neid soodustavad või takistavad tegurid – asjaolud, mis meid kodus selle vajaduse täitmisel aitavad või seda piiravad. Inimestelt õnne või koduse eluga seotud murede kohta küsides peame silmas just seda.

Need vajadused on üksteisega seotud, mitte eraldiseisvad, ja me jälgime pigem eri vajaduste vastastikust mõju. Seetõttu võib uuringuülevaates tihti märgata, et ehkki põhirõhk on nautimisel, viitame korraga rohkem kui ühele vajadusele.



Kaardistame rõõmu

Mis inimestele kodus meelehead teeb? Nagu meie peamiste rõõmuallikate* kaardilt näha, sõltub see suuresti elukohast.

1. Leedu – karukallid

Lisaks hobidega tegelemisele armastavad Leedu elanikud oma lähedasi kallistada – nii ütleb neist 36%, mis ületab maailma keskmist 35%.

2. Läti - huvitegevused

Lätlastele teeb kõige suuremat rõõmu tegelemine hobide ja huvialadega – nii ütleb neist 34%, mis on ka maailma keskmine tulemus.

3. Eesti üksikud hundid

Eesti elanikud eelistavad tihti omaenda seltskonda – üksi olemist naudib neist 43%. Maailma keskmine on 33%.

4. Baltlaste õnne valem

Kui Baltikumi inimeste arvamus kokku liita, naudivad nad kõige rohkem hobidega tegelemist – seda eelistab teistele tegevustele 38%, samas kui maailma keskmine on 33%.

5. Itaalia – koduvärskendused

Itaalia elanikud naudivad tõenäolisemalt oma kodu uuendamist – selle variandi valis 26%, samas kui maailma keskmine on 22%.

6. Šveits - kokkamine

Šveitsi elanikele pakub teistest enam rõõmu kokkamine või küpsetamine. Kui maailma keskmine on 22%, siis siin on see 29%.

7. Madalmaad – omaetteolek

Madalmaade inimesed armastavad omaette olla – seda naudib 48%. Maailma keskmine on 33%.

8. Taani – embused

Taani on riik, mille elanikud naudivad kõige rohkem lähedaste kallistusi – 48% võrreldes üleilmse 35%ga.

9. Norra - ühtekuuluvus

Norra elanikele teeb enim rõõmu võimalus veeta aega teiste seltsis – nii ütles neist 37%, samas kui maailma keskmine on 23%.

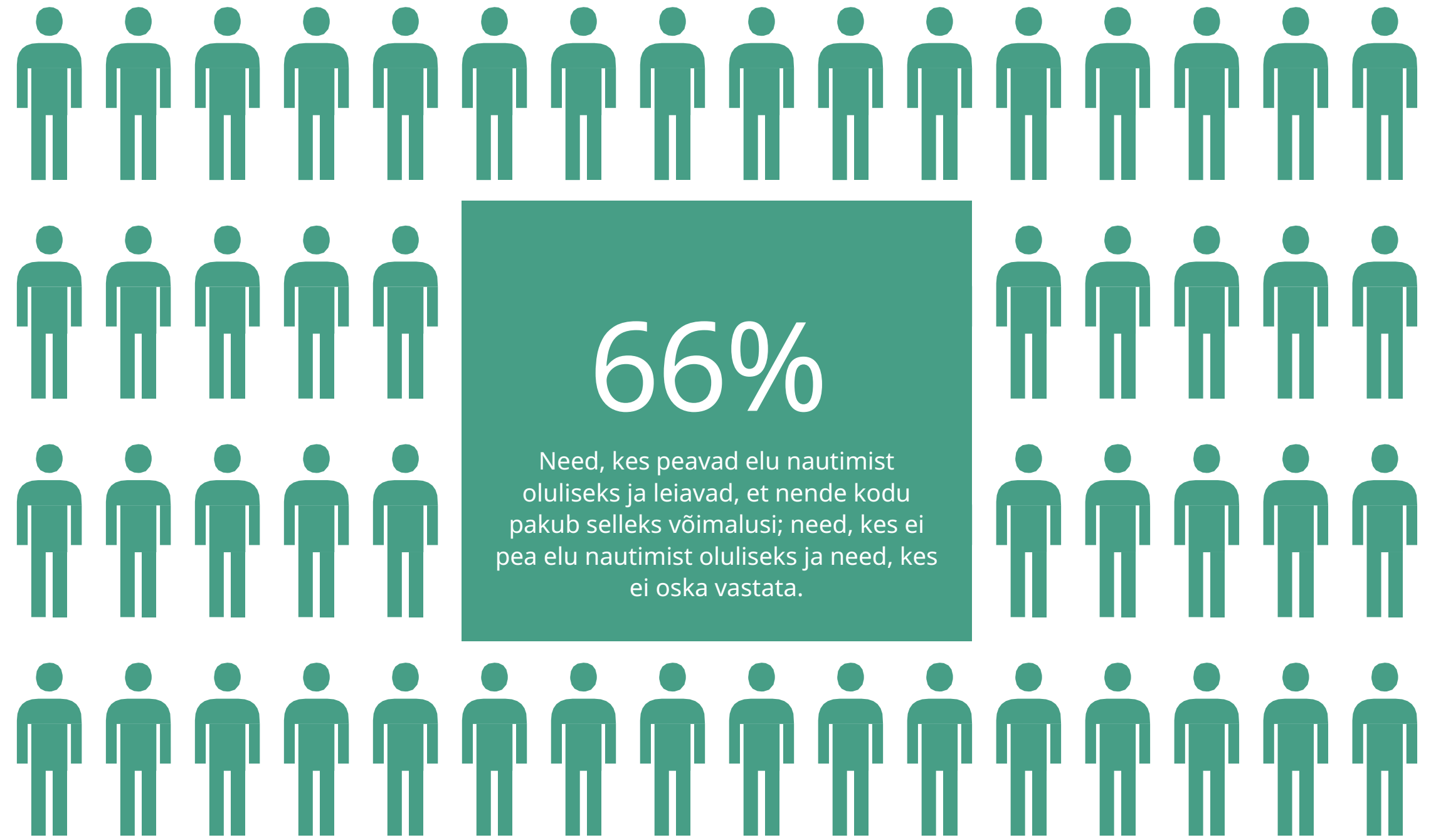
10. Soome – värske voodipesu

Soome on riik, mille elanikele pakub suurimat naudingut puhta voodipesuga voodi – see kehtib neist 33% puhul, samas kui maailma keskmine on 21%.

*Siin näed 10 riigi selle aasta uuringutulemusi. Täielikku, 39 riigist koosnevat loetelu saad lugeda varamust.

Rõõmustamis- võimalused

Enamik inimesi tunneb oma kodust
rõõmu – ja see teeb ka meid rõõmsaks.
Kuid kolmandik vastajatest tunnistab,
et koduse elu nautimine on keeruline.



Me kõik vajame rõõmu

Elu nautimine on üks kaheksast paremat kodust elu toetavast vajadusest. Kuid meie uuringust selgus, et just selle vajaduse täitmine osutub tihti keeruliseks. IKEA eesmärk on pakkuda paremat igapäevaelu paljudele inimestele – ja meil on ülihead võimalused aidata rohkematel inimestel rõõmsamat kodust elu luua, avastada ja kogeda.

Mida me uuringuga välja selgitasime?

Selle aasta andmete kohaselt peab elu nautimist tähtsaks üle kolmandiku inimestest (34%), kuid ei tee seda kodus sageli – sarnane lõhe ootuste ja tegelikkuse vahel ilmnas juba eelmisest koduse elu uuringust. See tõik, mida kinnitavad nii kvantitatiivsed, kvalitatiivsed kui ka trendiuuringud, viitab sellele, et kui midagi ette ei võeta, ei kao probleem kuhugi.

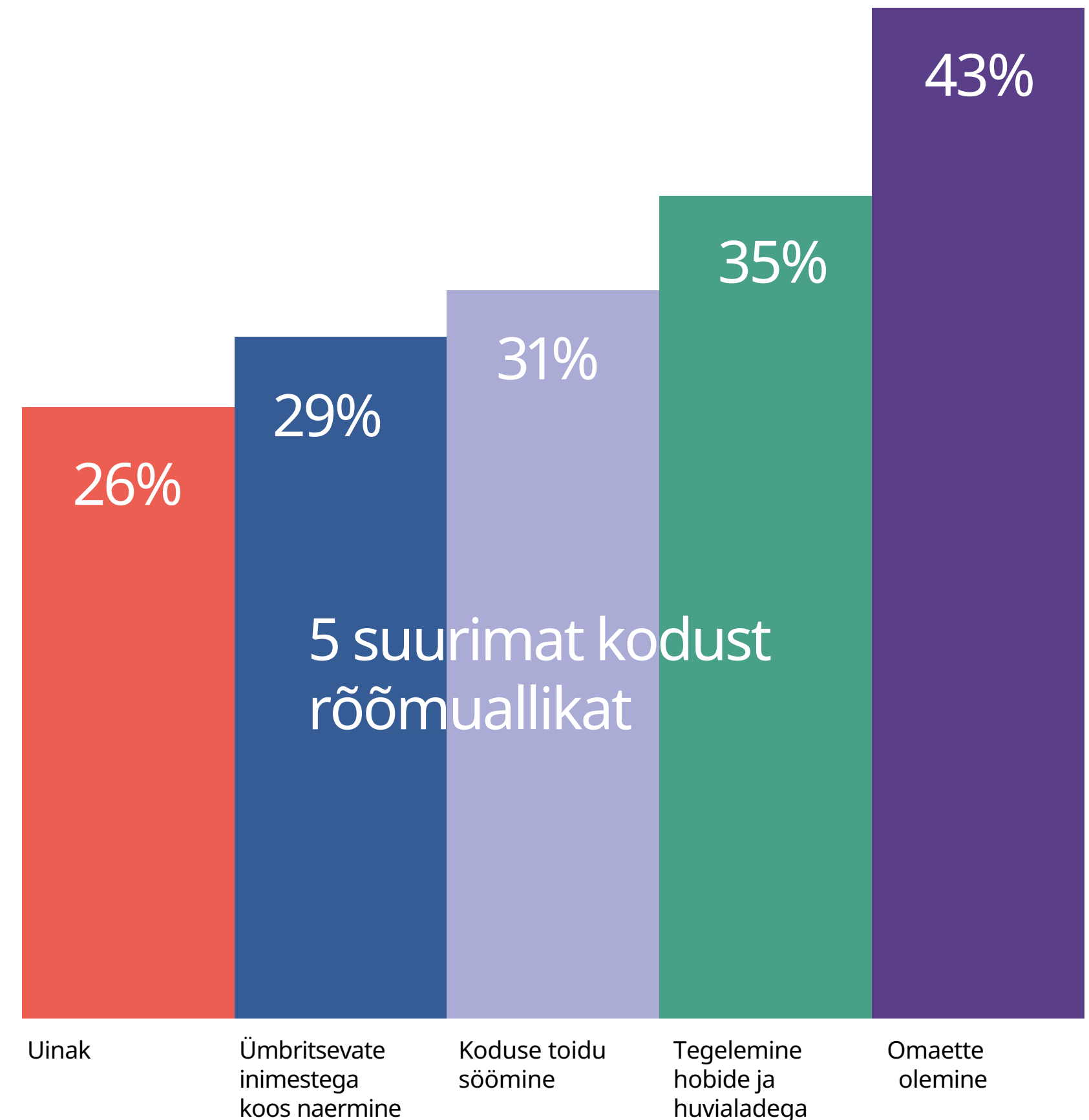
Miks see oluline on?

Võrreldes mõne teise vajaduse, näiteks turvalisuse või mugavusega, võib elu nautimine paista vähem oluline, kuid see avaldab tohutut mõju meie üldisele õnnetasemele. Neist, kes tunnevad kodus elust rõõmu harva või mitte kunagi, on praeguse koduse eluga rahul ainult 35% (Eesti keskmine* on 63%).

Lisaks suhtub neist tulevikku positiivselt ainult 33% (võrreldes üldise 47%ga). Ajal, mil üleilmne ebakindlus ja kultuurilised liikumised meie nägemust kodust pidevalt ümber kujundavad, peavad eluruumid olema rohkem kui lihtsalt funktsionaalsed – nad peavad pakkuma midagi ka hingele.

Kuidas me aidata saame?

Meie eesmärk on mõista, miks inimesed kodust rõõmu ei tunne, ja leida lahendusi, millega seda muuta. Seetõttu pühendasime selle aasta aruande kodu pakutava rõõmu uurimisele – kuidas inimesed seda leiavad ja kogevad; tegurid, mis selle tundmist takistavad ja väikesed, kuid tähendusrikkad tegevused, mis aitavad seda suurendada. Täidame kodu rõõmuga!



*Eesti keskmine – kõikide küsitluses osalenud inimeste vastuste keskmine tulemus. Rohkem terminite selgitusi leiad varamust.

Kaugtöö

72%

inimestest, kes töötavad **kodus**, on oma koduse eluga rohkem rahul kui 64%, mis on riigi keskmine näitaja.

Minu nägu kodu

54%

inimestest, kes **tunnevad suuremat kokkukuuluvust koduga, kus nad saavad end vabalt väljendada**, tunnevad oma kodu üle rohkem rõõmu kui riigi keskmine näitaja, mis on 50%.

Uinakute tähtsus

#1

Kodustest tegevustest suurendab meie heaolu kõige enam **uni** – see toetab meie vaimset (63%) kui ka füüsilist (65%) tervist.

Koos söömine teeb meele rõõmsaks

59%

inimestest, kes peab söömist **sotsiaalseks tegevuseks**, naudib kodust elu tõenäoliselt rohkem. Riigi keskmine on 50%..

Rõõm lemmikutest

Need, kellel on **lemmikloomad**, tunnevad tõenäolisemalt oma kodust **tihti rõõmu**.

56%

lemmikloomaomanikest nõustub sellega, võrreldes riigi keskmisega, mis on 50%.

69%

lemmikloomaomanikest ütleb, et kodu on nende lemmikpaik – riigi keskmine on 57%.

5 peamist kodust rõõmuallikat

1

Aeg iseendale (43%)

2

Tegelemine hobide ja huvialadega (35%)

3

Koduse toidu söömine (31%)

4

Lähedastega koos naermine (29%)

5

Uinaku tegemine (26%)

10 avastust Eesti kohta

Naer on tõeline imerohi

74%

inimestest, kes **armastavad lähedastega koos naerda**, on oma koduse eluga rohkem rahul kui riigi keskmine vastaja (63%).

Popid hobid

60%

Eesti elanikest vaatab vabal ajal **telerit**, mis teeb sellest **kõige levinuma vabaajategevuse**. Teisel kohal on lugemine (43%) ja kolmandal pusled, ristsõnad jms (34%).

Kodu on tõsine asi

8%

vastajatest ütles, et **kodu** peegeldab nende **mängulisemat külge**.

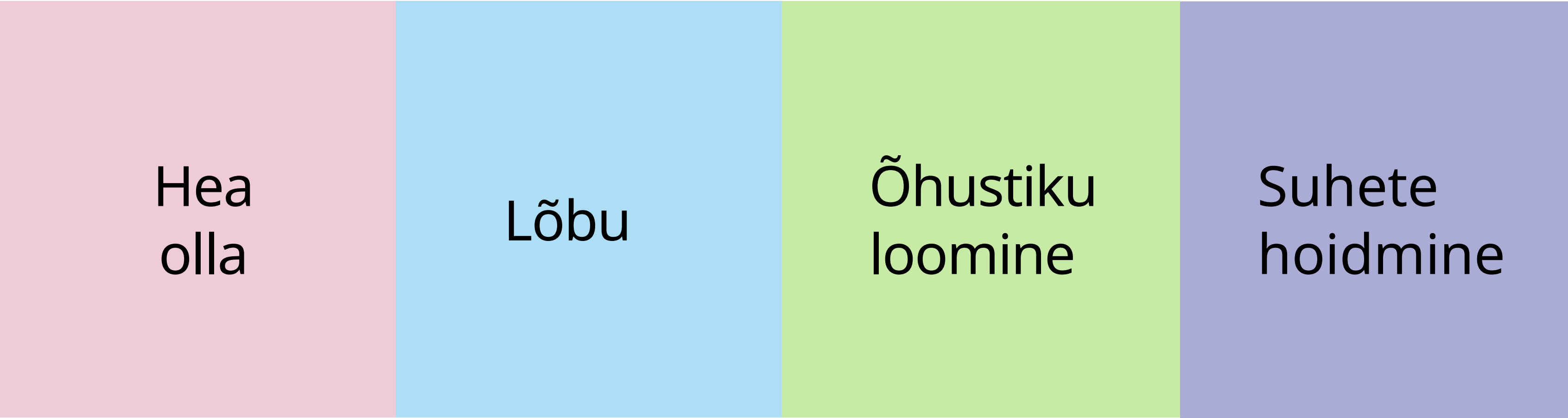
Naudingukäärid

33%

inimestest **hindab** elu nautimist kõrgelt, aga **ei koge** seda kodus tihti.

Rõõmu retsept

Aga kuidas koju rohkem rõõmu tuua?
Meie uuringust joonistus välja neli peamist koduse elu nautimisega seotud valdkonda – ja igaühte soodustavad või takistavad tegurid.



Siin räägime sellest, kui olulist rolli koduse elu nautimise võimalikkuses mängivad harjumused ning suhtumine tervisesse ja kodusesse heaolusse. Ja ka sellest, miks see valdkond ei ole alati prioriteet – eriti madalama sissetulekuga inimeste jaoks.

Siin on juttu sellest, et kodused hobid, loovus ja mängulised hetked suurendavad elu nautimise võimalusi. Aga ka sellest, et leibkonna suurus – ja see, et „tobedust“ tajutakse negatiivsena – võivad neile kulutatud aja pikkust mõjutada.

Siin kirjeldame seda, kuidas sind peegeldava ja isikupärase kodu sisustamine teeb elu rõõmsamaks, aga ka seda, et inimeste jaoks, kes pole oma kodu omanikud, võib see olla paras väljakutse.

Siit saab lugeda sellest, et teistega suhtlemine toob igapäevaellu rõõmuhetki, aga ka sellest, kuidas meie elutingimused – ja side kogukonnaga – elu nautimist mõjutavad.

1. Hea olla



Tervisliku ja õnneliku kodu olemuse ümbermõtestamine

Tänapäeval on õnneliku koduse elu kaks peamist tugisammast vaimne ja füüsiline heaolu. Inimesed soovivad, et kodu pakuks neile rahulolu. Samas liigub traditsiooniline nägemus tervisest holistilisema lähenemise poole, peegeldades üha levinumat arusaama, et tervis on midagi isiklikku, mis muutub pidevalt ja mille aluseks on tihti meie ümbruskond ja igapäevased harjumused, mis pakuvad rõõmu ja tuge.

Peamine soodustav tegur

Kodune toit teeb iga päeva paremaks.

Kodus valmistatud eine söömine (31%) on Eesti elanikele naudingut pakuvate asjade hulgas kolmandal kohal.

Seotud vajadused

Elu nautimine
Kontroll
Saavutused
Heaolu
Turvatunne

Peamised teemad

1. Kodu, heaolu ja ellusuhtumine on seotud
2. Kodusel tervisel on mitu mõõdet
3. Tervis on isiklik nähtus



„Rõõmu tundmine ei ole tahtejõu küsimus, vaid sügavate sisemiste protsesside tulemus. Kodus rõõmu tekitamine ei pea olema suur ja kallis ettevõtmine. Sageli piisab väikestest, aga teadlikest sammudest, mis aitavad luua turvalise, toetava ja mõnusa kodu.”

**Psühholoog
Rita Rätsepp**

Kodusel tervisel on mitu mõõdet

Toetav kodu mõjutab positiivselt nii meie vaimset ja füüsilist tervist kui ka ellusuhtumist ja tulevikuväljavaateid – mis omakorda suurendab heaolu. See vastastikune sõltuvus mängib olulist rolli selles, kui õnneliku või õnnetuna me end kodus tunneme.

„Koduse tervise” idee hõlmab heaolu mitut külge, mida kodud saavad pakkuda – need ulatuvad füüsilisest ja vaimsest tervisest palju kaugemale – et meie kodune elu püsiks tasakaalus. Iga element mängib selles, kuidas me oma eluruumides rõõmu ja rahulolu kogeme, olulist rolli.

Keskkonnaga seotud heaolu

71% inimestest, kes ütlevad, et kodu aitab neil elada kestlikult, kinnitab, et kodu on nende lemmikpaik.\

Vaimne heaolu

Inimesed, kelle elus on koht rituaalidel, näiteks kes palvetavad või mediteerivad, on oma koduse eluga tõenäolisemalt rahul: neid on 76% võrreldes keskmisega, mis on 63%.

Emotsionaalne heaolu

Inimesed, kes muretsevad oma vaimse tervise pärast, on oma koduse eluga tõenäoliselt vähem rahul. Neid on 55% ja keskmine on 63%.

Sotsiaalne heaolu

74% inimestest, kes kogevad tihti kuuluvustunnet, tunnevad tihti ka elust rõõmu.

Tööga seotud heaolu

Inimesed, kes töötavad kodus, on oma koduse eluga tõenäolisemalt rahul. Neid on 72%, samas kui keskmine vastav näitaja on 64%.

Füüsiline heaolu

Inimesed, kes hoolitsevad oma füüsilise heaolu eest, tehes kodus trenni, on tõenäolisemalt rahul ka koduse eluga. See näitaja on 69%, kuid keskmine on 63%.

Finantsheaolu

Sel aastal on meie riigi elanike suurim mure (41%) majanduse olukord, samas kui füüsiline tervis asub teisel kohal (40%).

Ruumiga seotud heaolu

Peaaegu pooled (46%) inimesed usuvad, et korras ja puhas kodu toetab nende vaimset ja füüsilist heaolu.

Tervis on isiklik

Lisaks arusaamale, et kodusel heaolul on mitu tahku, on isiklikumaks muutunud ka tervise mõiste. Inimesed määratlevad tervist üha enam endale sobival viisil, keskendudes vähem tavapärastele mõõdikutele (näiteks igapäevased 10 000 sammu) ja rohkem endale sobivatele rutiinidele ja lähenemisviisidele. Pole vahet, millega tegeletakse – heaolu suurendamiseks on oluline toimida viisil, mida sa ise õigeks pead.

→ Peamised tähelepanekud

Lohutustoit

Kas sulle meeldib rahulikult ja kiirustamata süüa teha? Kui vastus on jah, oled sa kodus tõenäolisemalt õnnelik (69%, samas kui keskmine on 63%).

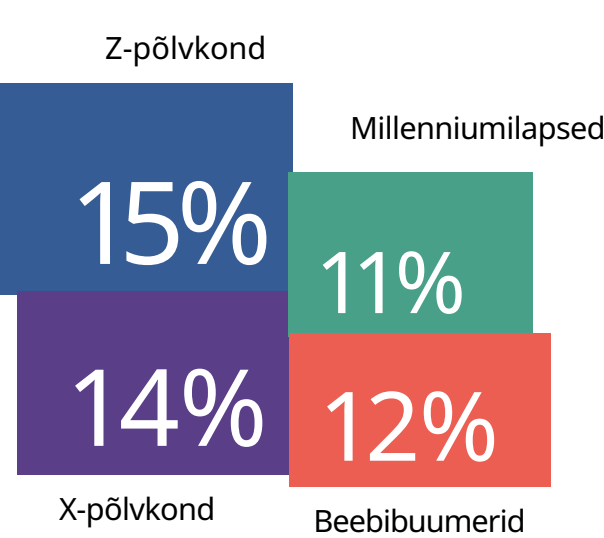
Uinakud on tähtsad

Uni on peamine kodust heaolu suurendav tegevus, mis mõjutab nii füüsilist (65%) kui vaimset heaolu (63%).

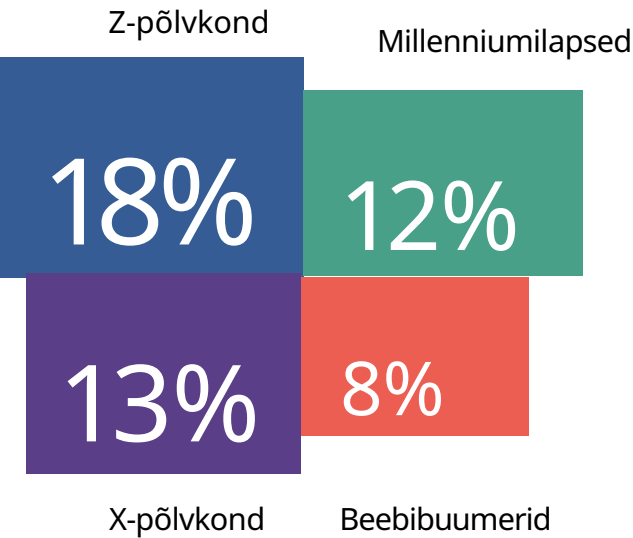


→ Lõõgastumine – mis see on?

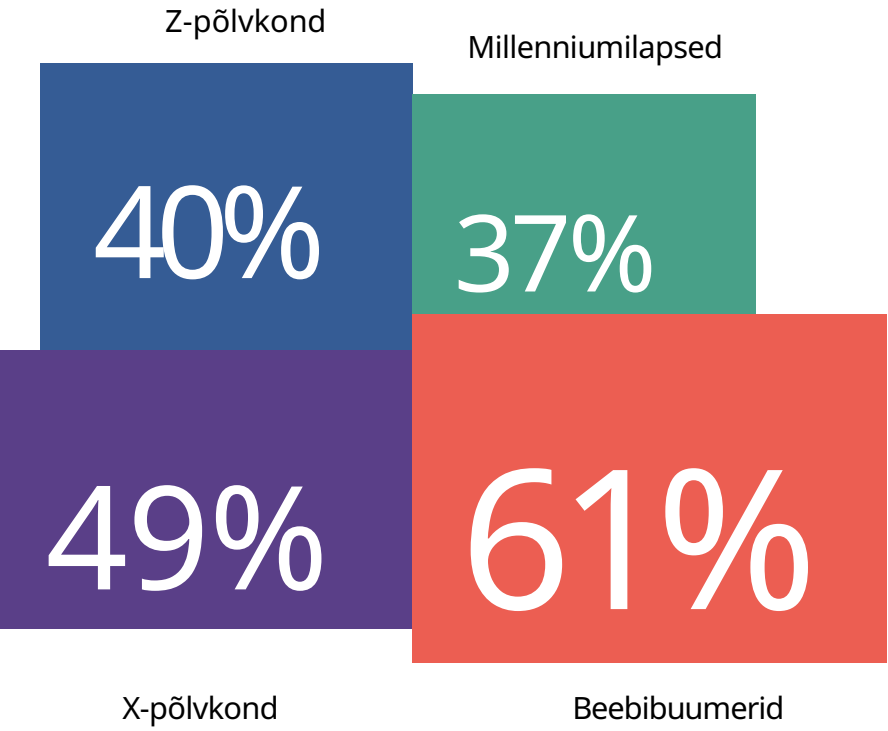
Lõõgastumine on esmatähtis nii füüsilise kui ka vaimse heaolu seisukohalt, kuid eri vanuses inimeste jaoks tähendab see mõiste eri asju. Nooremad põlvkonnad lubavad endale tõenäolisemalt midagi head ja keskenduvad kodus õige õhkkonna loomisele, samas kui vanemad põlvkonnad kalduvad lõõgastuma traditsioonilisematel viisidel või lähevad selleks lihtsalt magama.



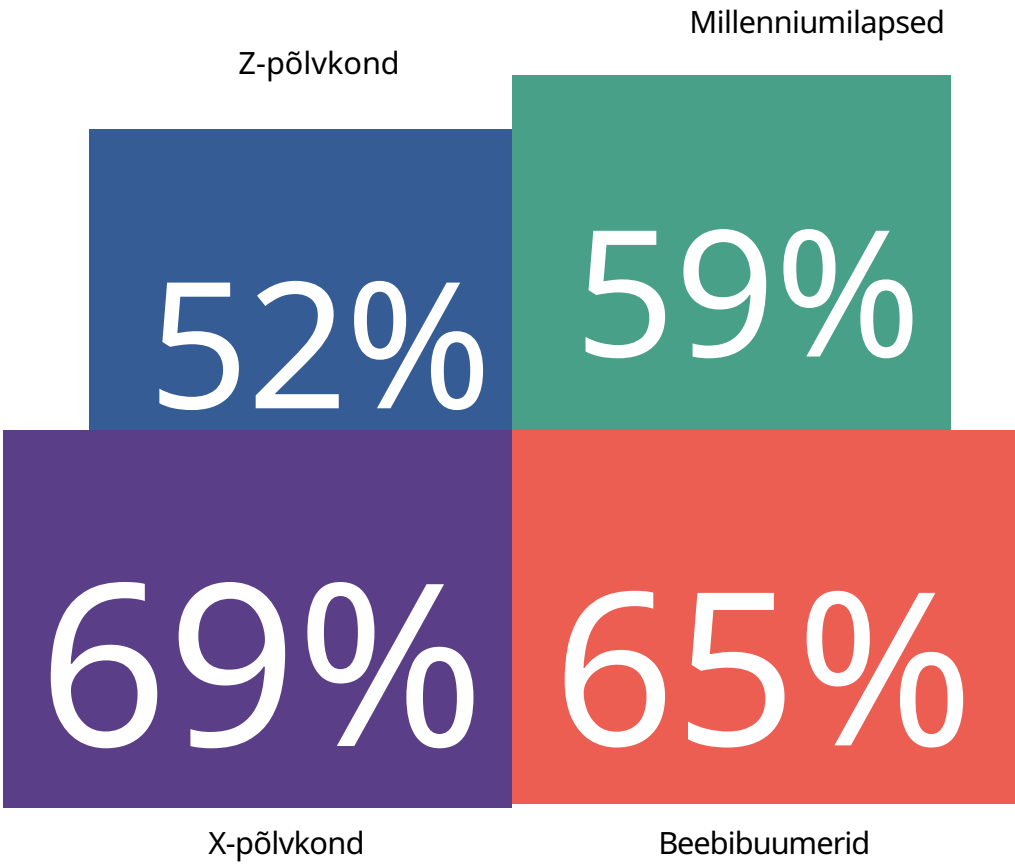
Enda eest hoolitsemine või koduspaa



Kvaliteetne kodukeskkond



Lugemine, muusika kuulamine või teleri vaatamine



Uni

Selgitused, kes millisesse põlvkonda kuuluvad, leiad varamust.

Uus tervisekäsitus

→ Uuemad trendid

Tänapäeval on terve olemine tihti keeruline, sest saadaval on tohutu hulk „ekspertide” nõuandeid ja kalleid seadmeid, mis võivad meid niihästi segadusse ajada kui aidata. Iga tavapärase tervisliku harjumuse kõrvale tekib uus, alternatiivne lähenemine – loomulikult on kõik isikliku valiku küsimus.

Vastukaaluks pidevale **halbade uudiste sirvimisele** (doomscrolling) on areenile astunud **heade uudiste lugemine** (joyscrolling) ja **nende pidev värskendamine** (gleefreshing). Ehkki need tegevused hõlmavad jätkuvalt telefoni kasutamist, pole siiski tegu tuimalt ekraani jõllitamisega. Nende keskmes on teadlik surfamine sotsiaalmeedias eesmärgiga leida positiivset ja inspireerivat sisu. Ilmselt on see parim lahendus, sest 17% inimestest ütles uuringus, et veedavad liiga palju aega sihitult telefonis skrollides.

Sotsiaalmeedias kogub populaarsust **bedrotting**. See tähendab pikemaks ajaks voodisse jäämist – mitte magamiseks, vaid passiivseteks tegevusteks nagu sotsiaalmeedia sirvimine, sarjade ja videote vaatamine või näksimine. Loodetavasti ei käi see kõik hügieeni arvelt – vähemalt nende 14% inimeste puhul, kes ütlesid, et neile meeldib puhas voodipesu.



Meie vaatenurk:

Vaatame tervist värske pilguga

On aeg omaks võtta koduse tervise uuenenud versioon, mille kohaselt pakuvad eluruumid võimalust hoolt kanda sellise heaolu eest, nagu meie seda ette kujutame.

Kodu ja üldise heaolu seost saab tugevdada, kujundades keskkondi, mis toetavad meie individuaalseid vajadusi ja rutiine – kas luues meeldivaid ruume, seades esikohale vaimse tervise või nautides igapäevaseid rituaale.

Rõõmsam igapäevaelu algab teadlikest valikutest, mis annavad meile jõudu ja aitavad end kodus teostada.

Kuidas *sina* tervislikku ja õnnelikku kodu defineerid – ja millised tegevused ja rituaalid tekitavad sul kodus parima enesetunde?

2.

Lõbu



Taasavastame mängulisuse

Mängulistest ja loovatest tegevustest, mida tihti seostatakse lastega, võib kasu olla ka täiskasvanutel – need rikastavad meid, aitavad teha teadlikke valikuid ja edendavad sihipärasemat elu. Aja võtmine armastatud tegevuste jaoks võib mõjutada meie minapilti, tulevikunägemust ja suhteid. Seega – ehkki mõni peab mängu pärast mängimist ilmselt tühiseks, võib igapäevase lapseliku rõõmu taaselustamine olla vastumürk suurele osale täiskasvanuelu survest ja stressist.

Peamine soodustav tegur

Inimesed, kellel on hobi, on rõõmsamad.

Hobide ja huvialadega tegelemine (35%) on Eesti elanikele kodus naudingut pakkuvate tegevuste hulgas teisel kohal.

Seotud vajadused

Elu nautimine
Turvalisus
Heaolu
Püüdlused
Kuuluvus

Peamised teemad

1. Hobid teevad meid õnnelikuks
2. Mängulisust tuleb toetada
3. Lõbu leevendab stressi



„Mäng ei ole ainult meelelahutus – see on üks kõige loomulikumaid ja tõhusamaid viise lapse ja täiskasvanu vahelise sideme loomiseks ja tugevdamiseks. Mängu ajal jagatud rõõm ja naer aitavad vabastada oksütotsiini – hormooni, mis soodustab kiindumust ja usaldust. Kui vanem on lapse mängus päriselt kohal, tunneb laps end armastatu ja väärtustatuna.“

**Loovus-coach ja kirjanik
Eia Uus**

Hobid teevad rõõmsaks

Tegelemine hobide ja huvialadega – ükskõik kui lihtsad või keerulised need ka poleks – võib kodust tuntavat rõõmu kiirelt suurendada, kuid selle mõju võib kesta kaua ja olla palju laiem. Samuti võib see avaldada positiivset mõju meie üldisele heaolule ja kujundada seda, millisena me näeme ennast, oma suhteid ja ümbritsevat maailma.

→ Peamised tähelepanekud

Hobidele pühendumine tuleb kasuks

Inimesed, kes on uhked, et tegelevad kodus mõne hobiga, kalduvad olema tuleviku suhtes optimistlikumad (53% võrreldes keskmisega, mis on 47%).

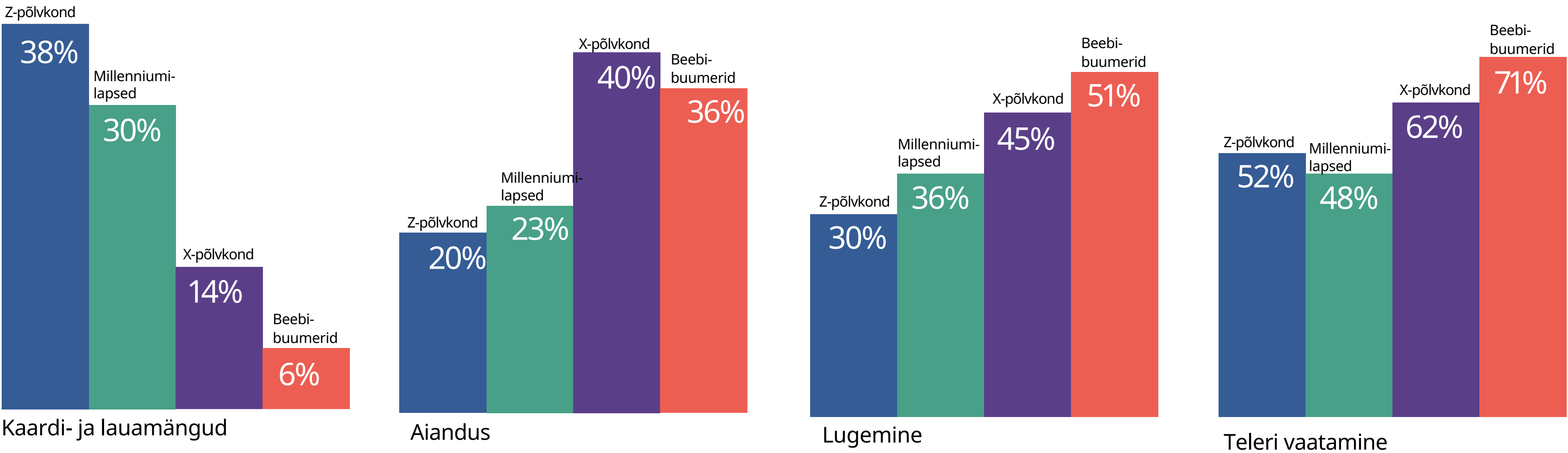
Kõik pilgud telerile

Eesti populaarseim vabaajategevus on teleri vaatamine, mida armastab 60% elanikest. Sellele järgnevad lugemine (43%) ning pusled, ristsõnad jms (35%).



→ Igal põlvkonnal oma mängud

Z-põlvkond ja millenniumilapsed armastavad laua- ja kaardimänge tõenäolisemalt kui beebibuumered ja X-põlvkond – kuid on vähem tõenäoliselt vaimustuses aiatööst, lugemisest või teleri vaatamisest.



Toetame mängulisust

Kas kodu tõstab esile su mängulise külje? Kui vastus on eitav, pole sa üksi. Tegelikult kattub su vastus 39 riigi enamiku täiskasvanute omaga. Miks paljud meist ei pea lõbu koduse elu oluliseks osaks? Meid takistavad tegurid võiksid mõjuda hoopis soodustavalt.

→ Peamine tähelepanek

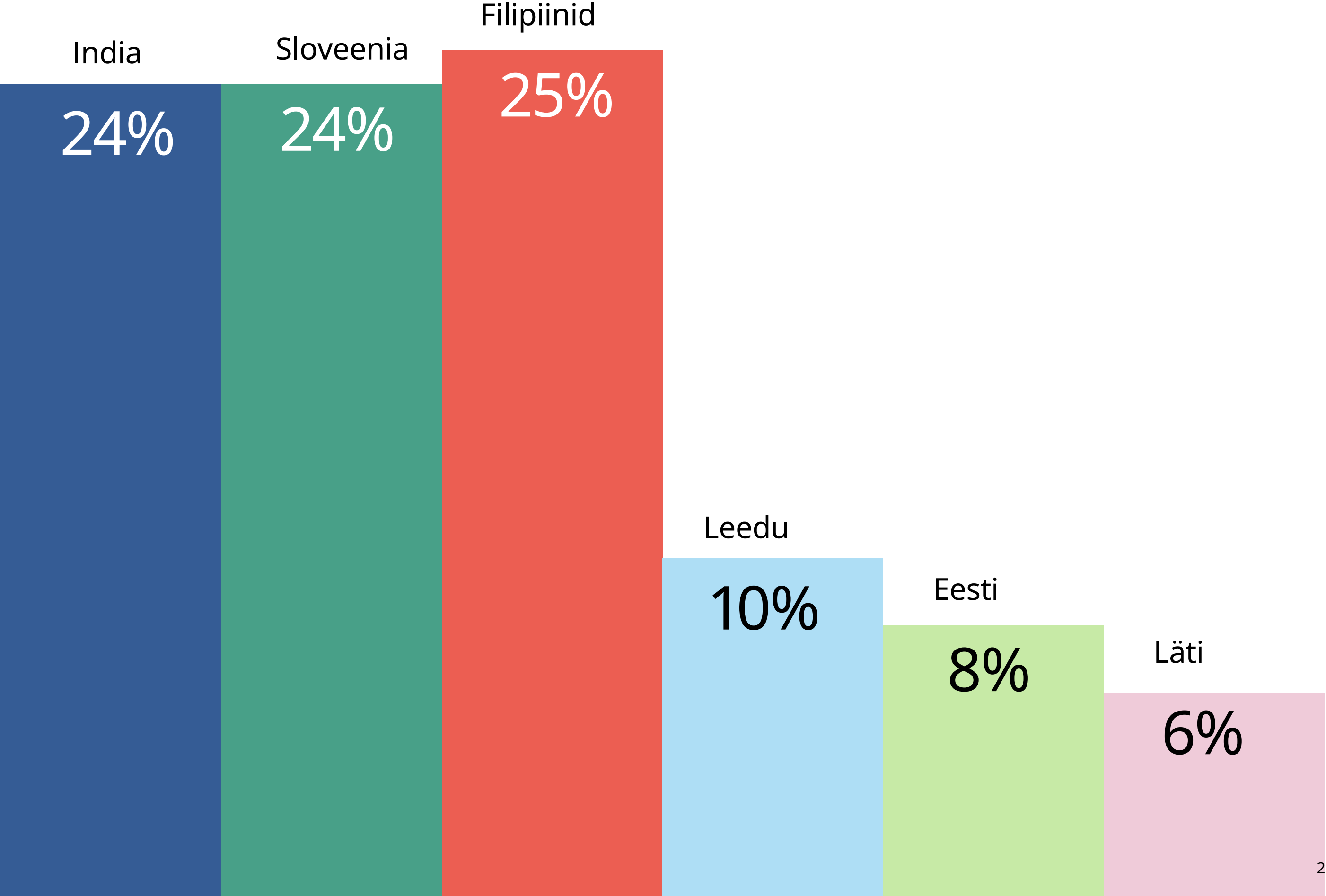
Kodu on tõsine asi

Ainult 8% Eesti elanikest arvab, et kodu toob välja nende mängulisema poole.



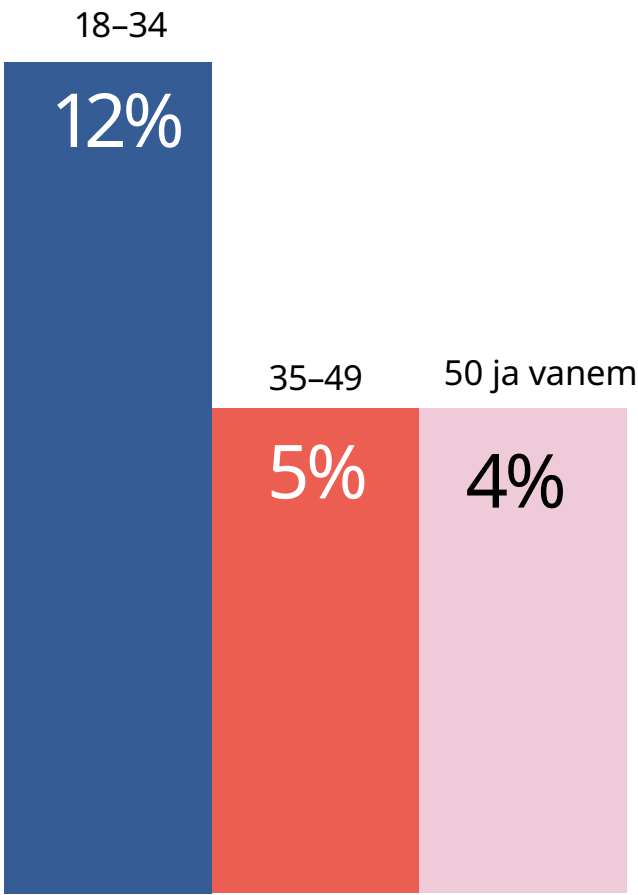
→ **Kellel on kodus kõige lõbusam?**

See, kui palju – või kui vähe – meie kodud võimaldavad oma mängulisemat külge välja tuua, on riigiti erinev.

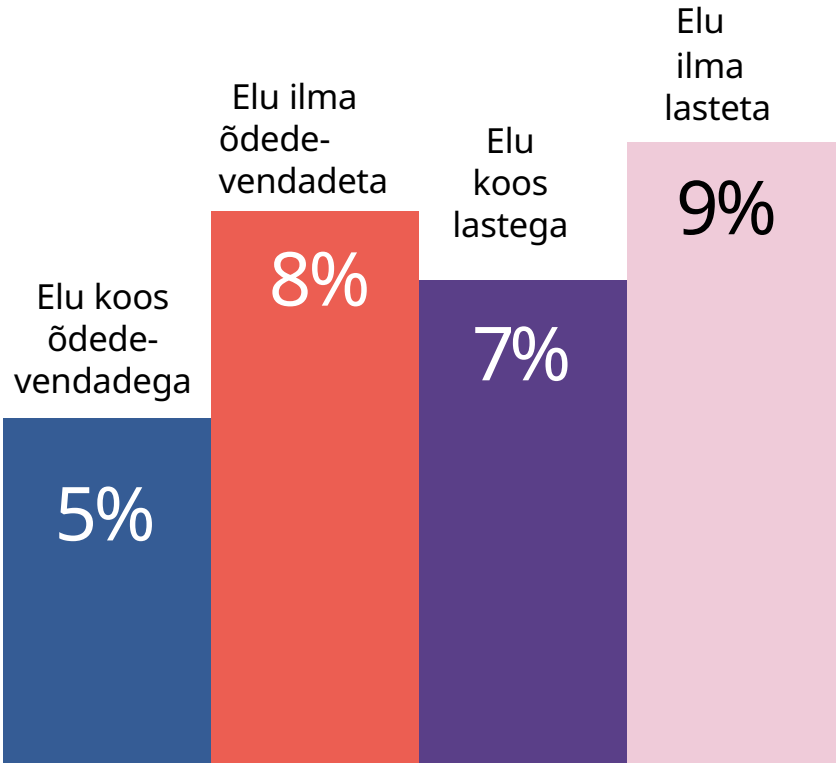


→ Lõbu soodustavad ja takistavad tegurid

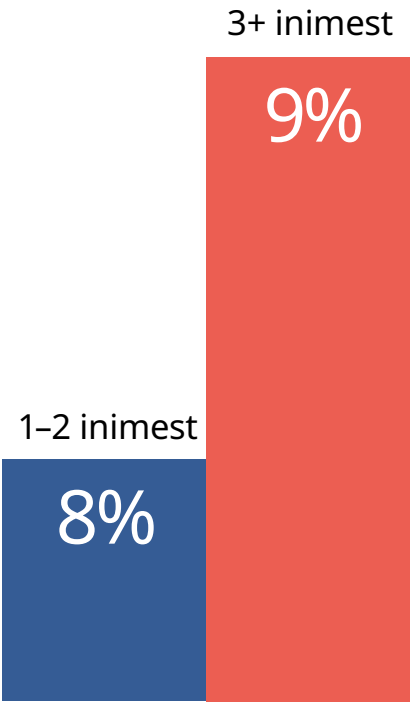
See, kui palju me kodus oma mängulisema poolega kontakti saame, sõltub elutingimustest. Need ei mõjuta mitte ainult mängimist soodustavaid tegureid, vaid ka neid, mis seda takistavad.



Vanus
Mida vanemaks inimene saab, seda vähem tõenäoliselt tajub ta oma kodu mängulisena.



Kodu elanikud
Mängimist tuleb tõenäolisemalt ette siis, kui elatakse koos lastega.



Leibkonna suurus
Mida suurem on koos elavate inimeste arv, seda tõenäolisemalt usutakse, et kodu võimaldab oma mängulisemat külge esile tuua.

Kõik selle slaidi andmed on esitatud võrdluses keskmisega, mis on 8%. Sissetulekutasemete jaotumise leiad varamust.



Lõbu leevendab stressi

Enamik täiskasvanuid võtab igapäevast stressi möödapääsmatu nähtusena. Aga kui paljud on mõelnud seda tõrjuda lõbu, loovuse ja mänguga? Psühholoog Rita Rätsepp ütleb, et nii täiskasvanud kui ka lapsed peavad mängu survest ja stressist vabanemise vahendiks, mis suurendab õnnetunnet ja heaolu. Vähemalt 15 minutit lapse ja vanema ühist kvaliteetaega on hea lapse vaimsele tervisele.

Meie koduse elu uuring on näidanud, et inimesed, kelle kodu toob välja nende mängulise poole, leiavad, et kõik nende kaheksa vajadust on suuremal määral kaetud.

→ Peamised tähelepanekud

Koduste mängude võim

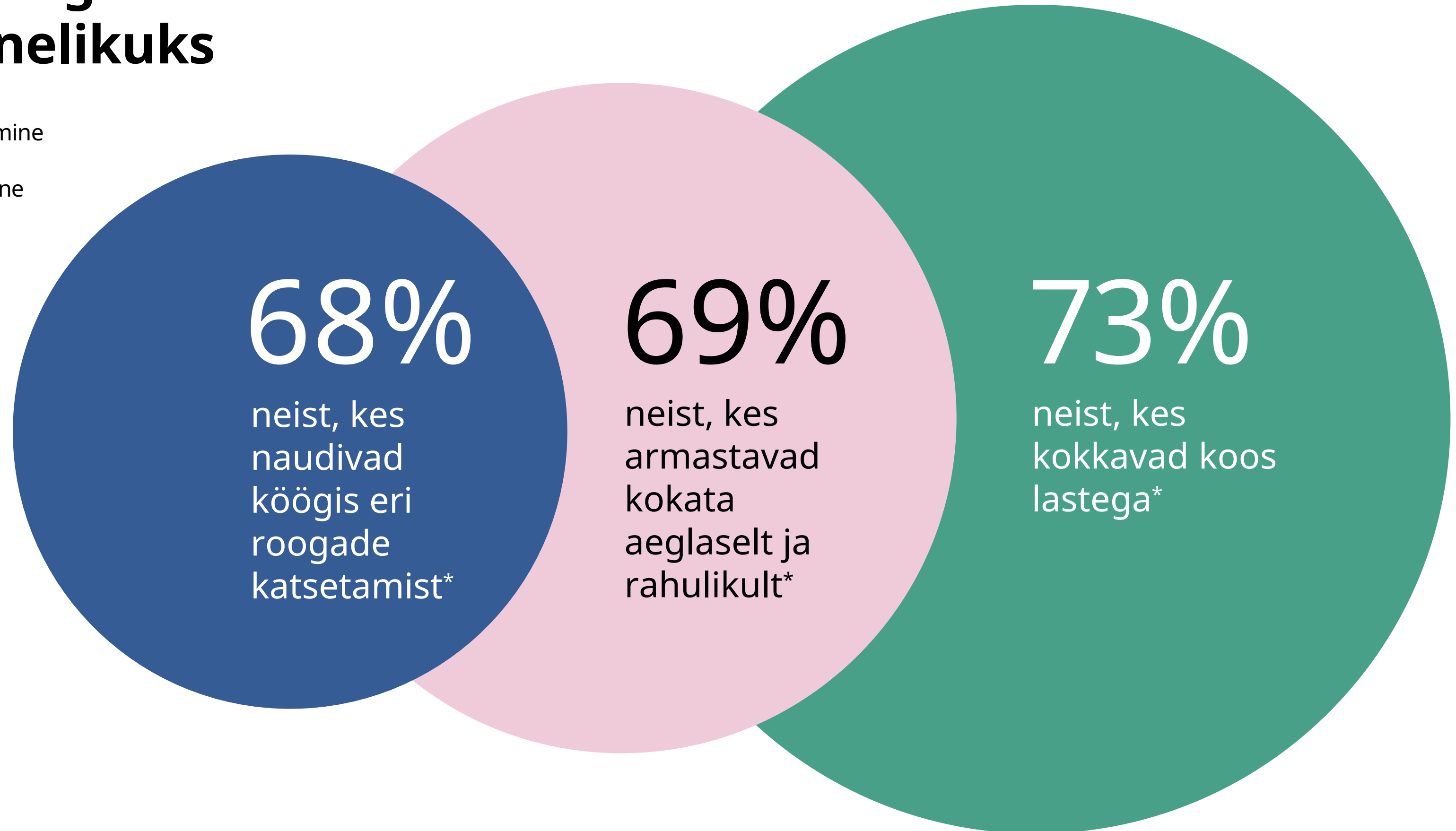
Nendest, kes ütlevad, et kodu aitab nende mängulist külge välja tuua, väidab 63%, et kodu on nende lemmikpaik, ja 58% suhtuvad tulevikku positiivselt (võrreldes vastavate keskmiste tulemustega, mis on 58% ja 47%).

Lastega veedetud kvaliteetaeg

Inimesed, kes veedavad rohkem aega lastega mängides, on koduse eluga ka rohkem rahul (64%, samas kui keskmine on 63%).

→ Lõbusad köögiaskeldused teevad õnnelikuks

Kokkamisest rõõmu tundmine
on keskmisest suurema
koduse õnne retsepti oluline
koostisosa.



*... on oma koduse eluga rahul, võrreldes keskmisega, mis on 63%.

Täiskasvanulik lõbu

Täiskasvanute jaoks on kodus oma mängulise poolega kontakti leidmine selgelt keeruline. Kuid soovijad leiavad selleks üha uusi võimalusi.

→ Uuemad trendid

Hingelt laps olemine (*kidulting*) on kasvav trend, mis väljendub selles, et täiskasvanud harrastavad mängulisi tegevusi, mida traditsiooniliselt seostatakse lastega. Siia kuuluvad näiteks kõigile meelele mõeldud muuseumid, täiskasvanute pallimered, külastajate joonistusi ootavad näitused – selliseid ettevõtmisi on palju ja võimalused näivad lõputud.

Paljud mänguasjatootjad on hakanud tegema **reklaamkampaniaid täiskasvanutele**, laiendades oma toodete sihtgruppi, kelleks seni oli noorem vanuseaste. Kõnealusteks toodeteks võivad olla nii ehitusklotsid, kaisuloomad kui ka kogumiseks mõeldud esemed – täiskasvanud ostavad endale kõiksugu mänguasju, mis muuhulgas aitavad lõõgastuda ja äratavad nostalgiat.

Omaette nähtus on **asjade ümbertegemine**, mis seisneb selles, et inimesed annavad mõnele IKEA tootele isikupärasema välimuse. Näiteks võib tuua nii mööbli värvimise kui meelepäraste katete õmblemise – kõiki neid tegevusi ühendab toodete ümberkujundamine, et anda neile ainulaadne välimus.



Meie vaatenurk:

Päästame oma sisemise lapse valla

Mängulisus võib täita kodu uue energiaga, avada uusi perspektiive ja aidata kujundada positiivsemat ellusuhtumist – nii praegu kui ka tulevikus.

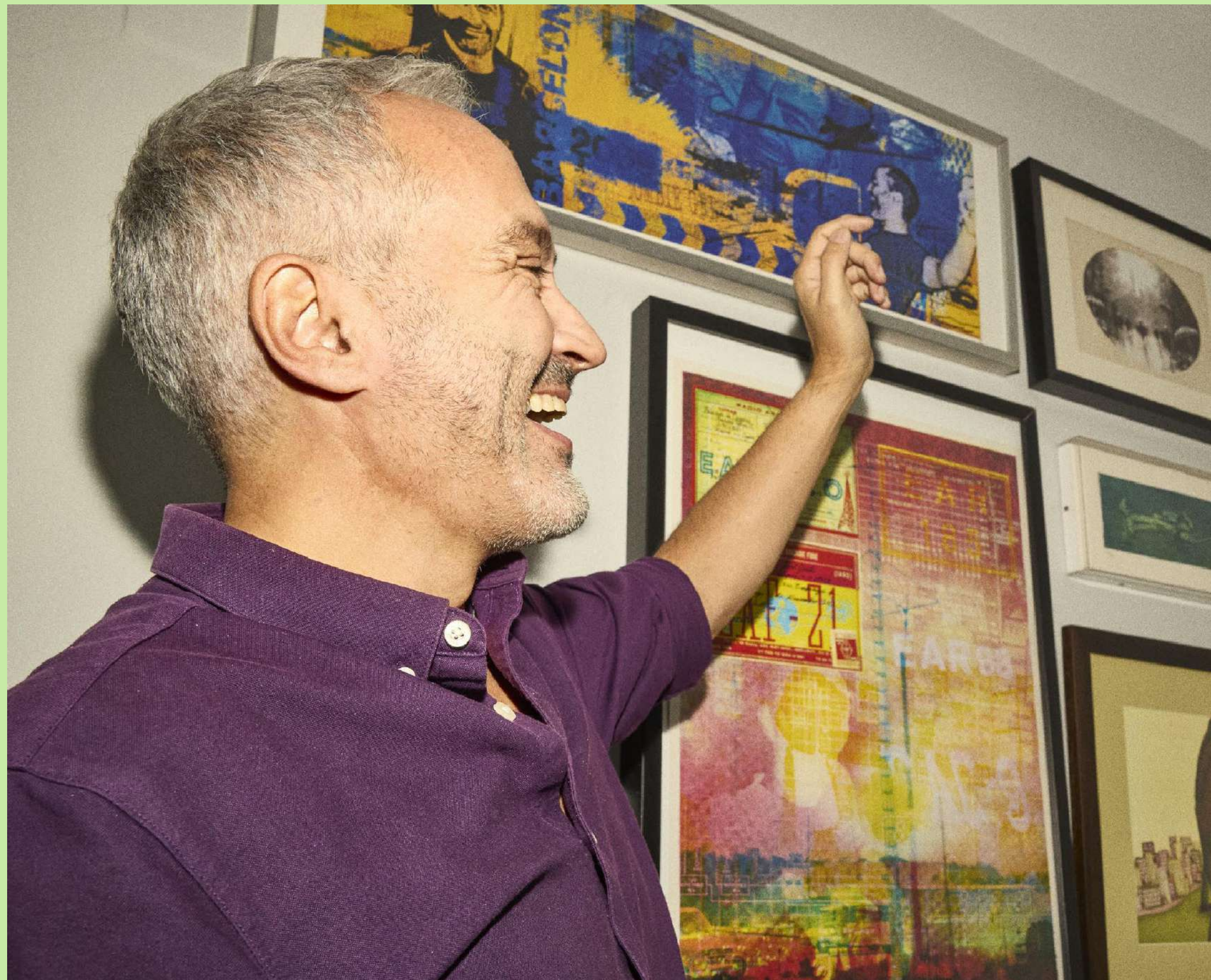
Ükskõik, millega sa tegeled – alates lihtsalt aja viitmisest kuni loova eneseväljenduseni – algab kõik teadlikust otsusest sügavale sisimasse peidetud lapselik rõõm taas üles otsida ja leida jõukohaseid viise selle taaselustamiseks.

Täiskasvanud leiavad alati ettekäandeid seda mitte teha. Kuid kujuta ette alternatiivi. Kujutle muutusi, mida veidi rohkem lõbu, loovust ja mängu võiksid su igapäevaellu süstida. Juba ainuüksi sellele mõtlemine teeb elu rõõmsamaks.

Aga mis siis, kui suureks kasvamine ei tähenda imedesse uskumise lõpetamist, vaid hoopis õppimist, kuidas neid endaga kaasas kanda?

3.

Õhustik



Teeme kodud isikupärasemaks, et need peegeldaksid meie tõelist olemust

Meie uuringust selgus, et kui tunneme ennast ümbritsevas keskkonnas vabalt, pakub see meile suuremat naudingut. Kas tänapäeva ettearvamatus, kulukas ning kõigi ja kõige välisele küljele ja saavutustele keskendunud maailmas võiks kodu olla koht, kus meil on vabadus lihtsalt olla – tähendagu see siis saajaprotsendilist kohalolu, iseendaks olemist või mõlemat. Võimalused oma isikupära avastada ja väljendada on iga inimese, kodu ja eelarve puhul erinevad. Kuid tänapäeva maailmas on selle elluviimiseks palju lahendusi.

Peamine soodustav tegur

Kodu värskendamine
on (tihti) lõbus.

Oma kodu paremaks tegemine
(23%) on Eesti elanikele kodus
rõõmu pakkuvate tegevuste
hulgas üheksandal kohal.

**Seotud
vajadused**
Elu nautimine
Kuuluvus
Püüdlused
Heaolu
Mugavus

Peamised teemad

1. Ainulaadsuse väärtustamine loob kuuluvust
2. Väikestel muudatustel on suur tähtsus



„Inimesed on hakanud aru saama, et tulevik on julgete sisustuslahenduste päralt, ja et kodu värvid võimaldavad rohkem peegeldada meie isiksust. Me keskendume vähem selliste kodude loomisele, mida oleks tulevikus lihtsam müüa, ja rohkem olevikus elamisele ja selle nautimisele.“

***Eesti IKEA sisekujundusosakonna juht
Brita Mikvere***

Ainulaadsuse väärtustamine loob kuuluvust

Tunne, et me kuulume oma elukohta, mängib kodust rõõmu tundmises määravat rolli. Ja oma ainulaadsuse väärtustamine suurendab kuuluvustunnet veelgi. Siin on eriti suur kaal kõigil väikestel asjadel, mis teevad meie jaoks kodust kodu – olgu selleks mõni armas ese, tähendusrikas harjumus või elamine kooskõlas isiklike väärtuste ja eesmärkidega.

→ Peamised tähelepanekud

Kodust tunneb tihti rõõmu:

- **54%** neist, kelle kuuluvustunnet suurendab see, kui nad saavad kodus oma **isiksust väljendada**.
- **65%** neist, kellel on kodus **kristallid**.
- **56%** neist, kes on sisse seadnud **snäkisahtli**.



Väikestel muudatustel on suur tähtsus

Vahel jääb inimestel koduse elu nautimiseks puudu võimalustest, tööriistadest või oskustest. Kuid takistustele vaatamata leiame kodus oma olemuse ja vajaduste peegeldamiseks tihti väikeseid, kuid loovaid võimalusi. Kodust elu saab rikastada ka arvestamine mitme meelega, mis pakub mängulisi võimalusi ruumiga suhestumiseks ilma püsilahendusi muutmata.

→ Peamised tähelepanekud

Panustamine kõikidele meeltele

Paljud soovivad, et kodu pakuks esteetilisi ja mitme meelega tajutavaid kogemusi, mis aitavad lõõgastuda ja end mugavalt tunda. Neile meeldib:

- täita **kodu meeldiva lõhnaga** (15%);
- kasutada kodus meeleolu loomiseks **muusikat** (10%);
- **küünlaid süüdata** (9%).

Kahe aasta plaanid

Paljud mõtlevad kodu värskendamisele ja elutingimuste parandamisele. Nende hulgast, kes kavatsevad kodu järgmise kahe aasta jooksul uuendada, plaanib

- 50% värskendada **seinu**, näiteks neid värvida või tapeetida.
- 35% teha väiksemaid **ümberkorraldusi**, näiteks soetada uued padjad või kardinad.



Sinu näoga kodu koostisosad

Pole vahet, kuidas sa soovid oma kodule isikupärase ilme anda või millist stiili sa eelistad – soovide elluviimiseks leidub kuhjaga nippe, nõuandeid ja võimalusi. Tarvis läheb lihtsalt julget pealehakkamist ja vahel ka mõtteviisi muutmist.

→ Uuemad trendid

Psühholoog Rita Rätsepp ütleb, et inimesed armastavad üha enam koosviibimisi, mille keskmes on ühistegevused, näiteks toiduvalmistamine, lauamängud ja filmide vaatamine. Erinevalt suure osavõtjate arvuga või palju energiat neelavatest üritusest toimuvad sellised kokkusaamised tavaliselt kodus ja tähendavad eelkõige mugavust, ehedust ja isiklikke sidemeid.

Koos **kokkamine** annab koostöökogemuse, mis toetab vestlust ja meeskonnatööd, samas kui **lauamängud** ja **filmid** pakuvad kindla raamiga lõõgastavaid viise suhtlemiseks ja aja maha võtmiseks.

See peegeldab laiemat kultuurilist liikumist lihtsuse, iseotsustamise ja tihedate suhete väärtustamise poole, mille kohaselt kvaliteetaega veedetakse vabas vormis ja igapäevases keskkonnas.



Meie vaatenurk:

Elagu omanäolisus!

Lubades eluruumidel olla sama ainulaadsed kui me isegi, toome oma kodusesse ellu veidi rohkem rõõmu.

Isegi siis, kui kodu pole meie oma, võivad väikesed muudatused, näiteks isikupärased lahendused või oma kiiksude enda kasuks pööramine sellele täiesti teise ilme anda. Selleks saab kasutada näiteks julgeid kaunistusi, nutiseadmeid, sensoorseid detaile või lemmikesemeid – selliste ruumide sisseseadmine, kus tunneme end mõnusalt ja vabalt, võib olla üllatavalt lihtne.

Meie näoga ja lõõgastavalt mõjuv kodu võib ka teha enesekindlamaks, toetada taastumist ja aidata silmitsi seista nii välismaailma kui kõige elus ette tulevaga.

„Kodule oma näo andmine ei pea käima kindla korra järgi. Kui muudad olemasolevat ja avastad samade asjade kasutamiseks uusi viise, areneb sinu vibe sinuga samas rütmis. Näiteks võib tuua padjakatete hooajalise väljavahetamise või nende kasutamise hoopis kunstiteosena.“

Kui *sinul* oleksid piiramatud võimalused, siis mis oleks esimene asi, mida sa oma kodule veelgi isikupärasema ilme andmiseks teeksid?

**Eesti IKEA sisekujundusosakonna juht
Brita Mikvere**

4.

Suhted



Võimalus veeta aega „minu inimestega“

Kontaktid teiste inimestega annavad energiat ja aitavad eluga paremini toime tulla. Kuid üha rohkem killustunud ja polariseerunud ühiskond sunnib meid aina enam sissepoole vaatama, mis tähendab, et suhtlemist jääb üha vähemaks. Kodu – elatagu seal üksi või koos kellegi teisega – võib toimida esimese sammuna avatuma lähenemise poole. Ja seda mitte ainult nelja seina vahel aset leidvate füüsiliste ja virtuaalsete kontaktide näol, vaid ka neist väljaspool, meid ümbritsevates ja toetavates kogukondades.

Peamine soodustav tegur

Kallistuste ja naeru mõju kestab pikalt

Lähedaste kallistamine (25%) ja meid ümbritsevate inimestega koos naermine (29%) on Eesti inimestele rõõmu pakkuvate asjade hulgas vastavalt 6. ja 4. kohal.

Seotud vajadused
Elu nautimine
Kuuluvus
Mugavus
Turvalisus

Peamised teemad

1. Õnn algab kodust
2. Suhteid on mitmesuguseid
3. Kogukond on oluline



*„Positiivsete kogemuste jagamine
võimendab rõõmu. Rõõmsate sündmuste
jagamine teistega suurendab
subjektiivset õnnetunnet. Inimesed
vajavad tunnet, et nad kuuluvad kuhugi,
ning erinevad peresündmused, üritused
ja koosviibimised loovad ja tugevdavad
kuuluvustunnet. Koosolemine tugevdab
suhteid, loob ühiseid mälestusi, lähedust,
usaldust. Pole midagi intiimsemat kui
kutsuda keegi oma koju.“*

**Psühholoog
Rita Rätsepp**

Õnn algab kodust

Meid ümbritsevad inimesed mõjutavad oluliselt meie õnne ja ellusuhtumist. Epideemilise üksilduse käes kannatavas tänapäeva maailmas võib kontaktide hoidmises määravaks saada kinnipidamine igapäevastest rituaalidest – vaatamata sellele, kas elame kellegagi koos või omaette.

→ Peamised tähelepanekud

Füüsiline kontakt on üdini positiivne

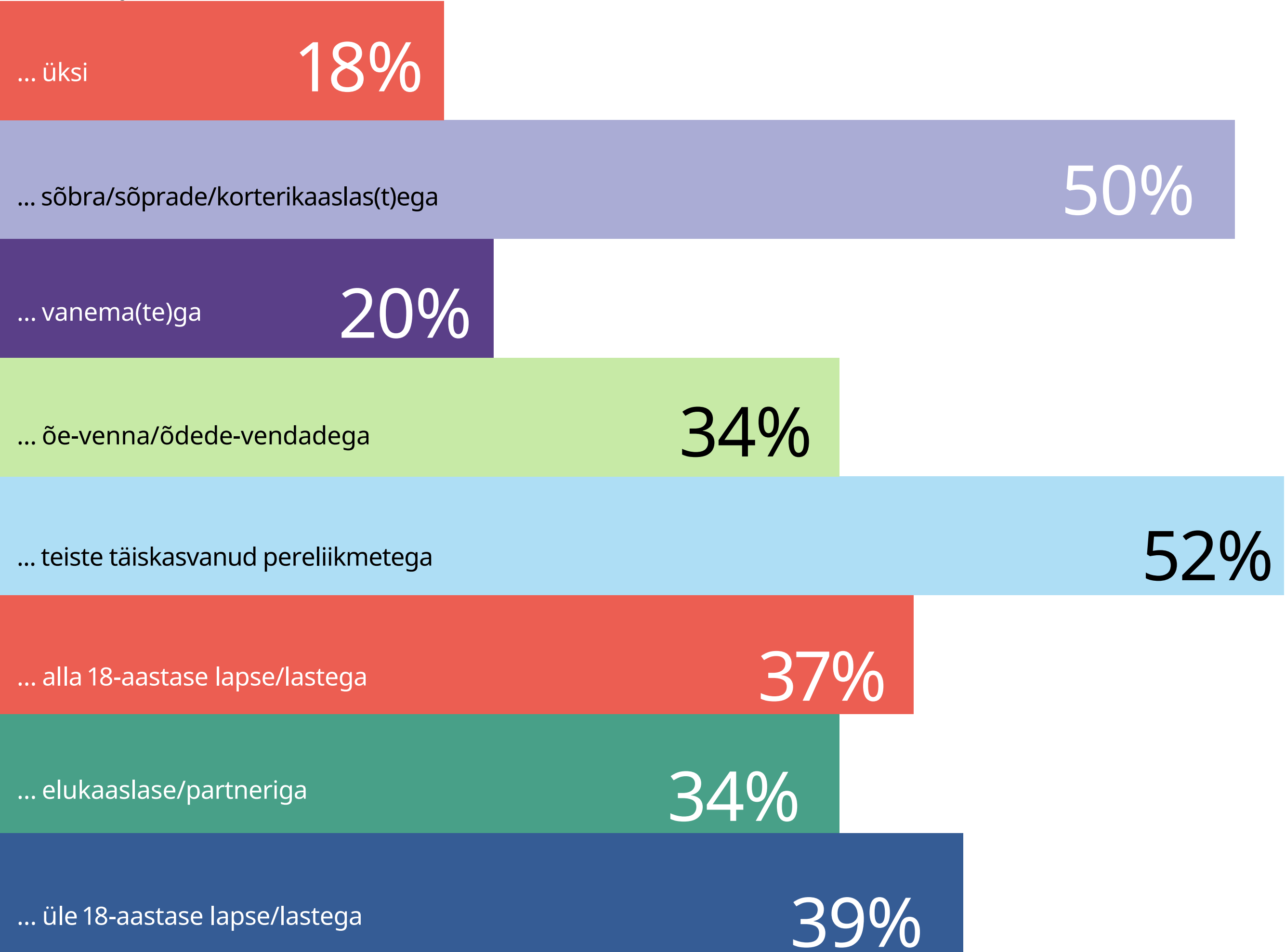
56% inimestest, kellele meeldib oma lähedasi kallistada, suhtub tulevikku positiivselt (keskmine on 47%), samas kui 74% nende hulgast (võrreldes keskmise ehk 63%ga) äratas ka nende kodune elu positiivseid tundeid.

Lemmikud loovad kodutunnet

Neist, kes peavad lemmikloomi, ütleb 56% (keskmine on 50%), et tunneb oma kodust tihti rõõmu, ja 69% (võrreldes keskmise ehk 57%ga) ütleb, et kodu on nende lemmikpaik.



Elamine ja naermine ...



→ Naer on tõeline imerohi

See pole laest võetud arvamus! 74% neist, kes naeravad koos ümbritsevate inimestega, on koduse eluga rahul (keskmine on 63%).

Elutingimuste statistikast on näha, et kõige enam naudivad kodust elu need, kes elavad koos lastega.

Siin näeme vastuste jaotumist elutingimuste kaupa nende hulgas, kes vastasid küsimusele „Mis nendest teeb sulle kodus elus kõige enam rõõmu?“ valikuvariandiga „Mind ümbritsevate inimestega koos naermine“.

→ Koos söömine liidab ühte

See on ilmselt niisamagi selge, aga meie uuring kinnitab, et inimestele meeldib söömiseks kokku tulla. Tegelikult näitavad andmed, et need, kes peavad söömist sotsiaalseks tegevuseks, kogevad kodus kuuluvustunnet (+6 protsendipunkti) ja tunnevad elust rõõmu (+9 protsendipunkti) keskmisest tõenäolisemalt.



„Vaimse tervise uuringud on toonud välja, et ühised söögikorrad on pere liitmisel olulise tähtsusega. See on rutiin, mis tugevdab sotsiaalset sidet. Inimestevahelised sidemed ei sünni lihtsalt ainult ühe laua taga einestades, küll aga taldriku taga omavahel suheldes ja selle suhtluse kvaliteedis.“

**Psühholoog
Rita Rätsepp**

Suhteid on mitmesuguseid

Koduse elu nautimiseks ei pea tingimata kellegagi koos elama. Me võime üksindust kõrgelt hinnata ja oma isiklikku ruumi väärtustada, kasutades suhete loomiseks ja nende hoidmiseks tehnoloogiat ja teisi tööriistu – ja seda ka distantstilt. Kõige olulisem on leida energiat andvate suhete sisseseadmise ja säilitamise isiklik valem.

→ Peamised tähelepanekud

Aiandus ja suhtlemine on seotud

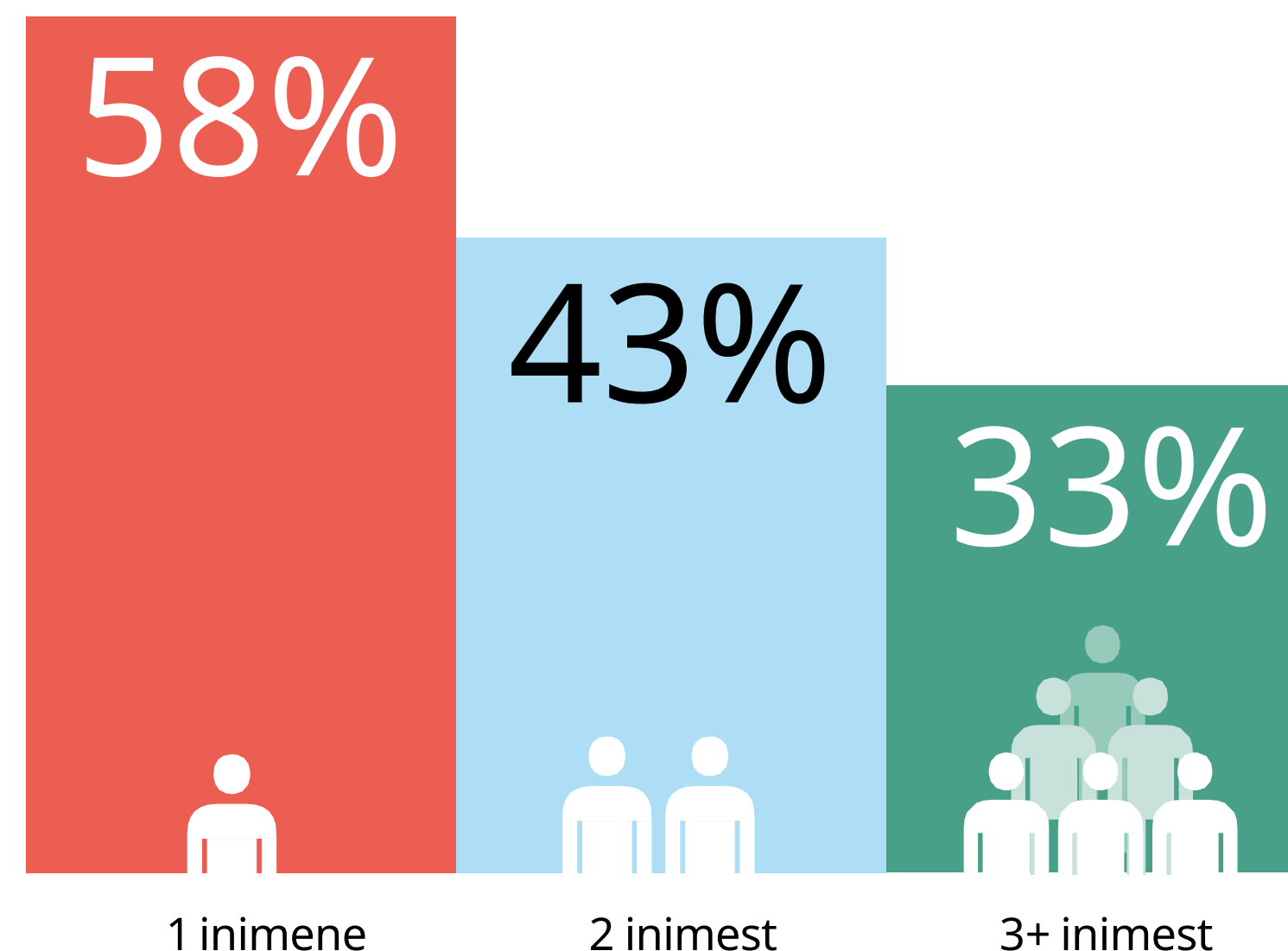
Inimesed, kelle hobiks on aiandus, peavad kodust kuuluvust tähtsamaks suurema tõenäosusega (78%) kui keskmine näitaja (65%), ja kogevad seda kas tihti või vahetevahel (86%. Keskmine on 79%).

Aiatöö toob kodurõõmu

67% inimestest, kes armastavad aias toimetada, ütleb, et kodu on nende lemmikpaik (keskmine on 57%).

→ Üksinda elamise rõõm

Kui rääkida üksiolemise nautimisest, siis teevad seda kõige rohkem need, kelle leibkonnas on ainult üks inimene.



Kogukond on oluline

Kodu mõiste ei piirdu ainult meie eluruume ümbritseva nelja seinaga, vaid laieneb osaliselt ka kogukondlikele kontaktidele, mis pakuvad nähtav olemise, turva- ja kuuluvustunnet. Meie uuringus tõuseb esile kogukondadeks koondumise tähtsus, olgu selle väljundiks kogemuste vahetamine, väljakutsete lahendamine või vaba aja koosveetmine.

→ Peamised tähelepanekud

Aitamisest on abi

62% neist, kes aitavad oma kogukonda, naudivad tihti ka kodust elu (keskmine on 50%).

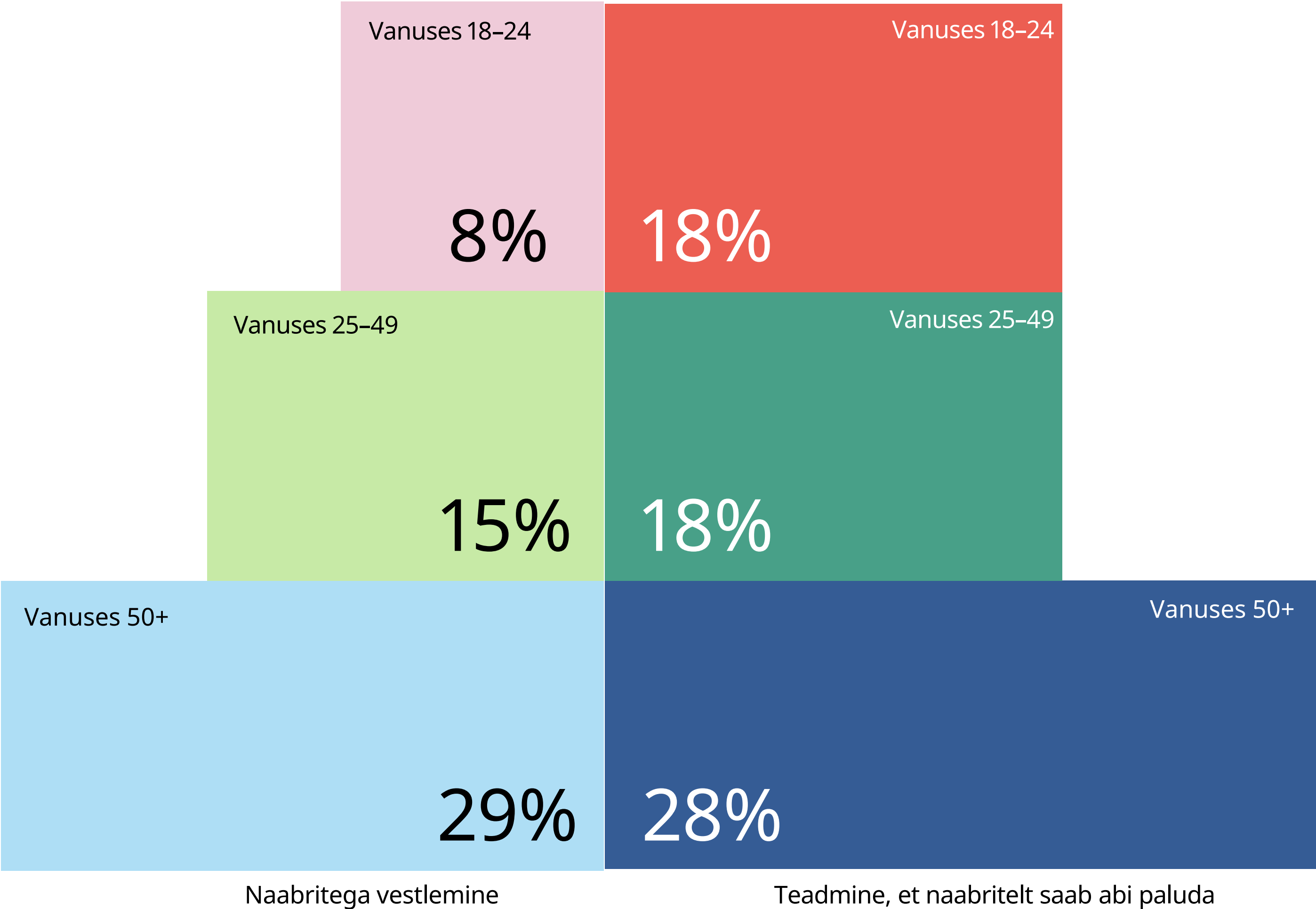
Enda ja teistega samastumine

Inimesed, kes tunnevad end ümbritsevas kogukonnas oma isiksust väljendades suuremat kuuluvust, on oma koduse eluga rohkem rahul (69%). See kehtib ka siis, kui veedetakse aega nendega, kes jagavad nende vaateid ja väärtusi (71%). Mõlema näitaja keskmine on 63%.



→ **Naabritega sõbralikes suhetes**

Vanemaks saades loome tõenäolisemalt suhteid naabritega – ja koduse kuuluvustunde vaatenurgast on see oluline.



Loomesuhteid uutmoodi

Vaatamata ühiskonna killustumisega kaasnevatele probleemidele on tänapäeval kontaktide loomise ja hoidmise võimalused paremad kui kunagi varem. Seda mitte ainult tänu tehnoloogiale, vaid ka inimeste loovusele, algatusvõimele, entusiasmile ja energiale. Määravad pole elutingimused, vaid hoopis see, kellega me tahame kontaktis olla – ning kuidas, kus ja millal.

→ Uuemad trendid

Üleilmne **Big Talk** liikumine väärtustab aja võtmist tähendusrikkateks kõnelusteks sõprade ja perega. Selleks kasutatakse vestluskaarte, mille teemavalik ulatub avalikest ja üldistest kuni intiimseteni, mis sobivad magamistuppa. Liikumise eesmärk on minna pealiskaudselt lobisemisest kaugemale ja anda võimalus ükskõik kellega mõttekas vestlus maha pidada.

GRWM (*get ready with me*) on populaarne sotsiaalmeediatrend, mille järgijatest noored (või hingelt noored) jagavad õpetusi, kuidas meikida või riietuda. Seda saab teha ka sõpradega peetud videokõne vormis.

Üksi vaba aja veetmise võimalused (*single-serve leisure*) on inimestele, kes soovivad midagi üksi ette võtta, kuid kelle teel seisavad takistused, näiteks sotsiaalne stigma või nn „üksikumaks“, sest paljud pakkumised kehtivad ainult gruppidele. Näiteks võib tuua ühele inimesele mõeldud komplektlõunaid.

Heategevuslikes kogukonnaköörides kohtab üha rohkem **toiduga seotud vabatahtlikke algatusi**. Need vähendavad üksildust ja toiduvaesust, kasutades selleks kogukondlikke sidemeid, tuhandeid vabatahtlikke ja üle jäävat toitu.

*Ehkki Z-põlvkonna hulgast peab võrreldes beebibuumiritega veebis meele lahutamist hobiks kaks korda rohkem inimesi, (50% võrreldes 24%), on suur osa sotsiaalmeediatrendidest kättesaadavad igas vanuses inimestele – eriti neile, kes on hingelt noored.



Meie vaatenurk:

Oleme koos

Koosolemine võib koduse elu palju rõõmsamaks teha. Ja ehkki paljud meist nii ei tunne, on enamikul seda vaja.

Lihtsad rituaalid ja kogukondlike sidemete hoidmine annavad kodusele elule palju juurde – olgu nendeks ühised eined, naer või kodus lähedastega suhtlemine. Tehnoloogia abil saame sarnaseid sidemeid hoida ka siis, kui elame armastatud inimestest kaugel.

Igapäevaseks suhtlemiseks aega võttes (nii näost näkku kui virtuaalselt) loome keskkonna, mis toetab heaolu ja õnne ning teeb elu rõõmsamaks.

Kui *sina* saaksid oma igapäevaellu rohkem koosolemist tuua, siis millest sa alustaksid?

Outro

„Meie uuring ei aita mitte ainult mõista, mis on oluline siin ja praegu, vaid võimaldab ka näha pikemat arengut: seda, kuhu asjad liiguvad ja mida see tulevikus võib kaasa tuua.”

***Baltikumi IKEA juht
Inga Filipova***





Meie kokkuvõte:

Toome rõõmu tagasi

Tänu oma uuringule ja kaheksa vajaduse mudelile oleme viimase kümnendi jooksul kogunud palju väärtuslikku teavet selle kohta, mida inimesed paremaks koduseks eluks vajavad. Siiski on see alles algus.

Kui rääkida suhtumise kujundamisest, kodude ja mööbli disainimisest või meid ühendava tehnoloogia loomisest, on meil kõigil meie ühise maailma paremaks tegemises oma roll – ja see maailm algab kodust. Üheskoos saame aidata inimestel kaheksat vajadust paremini täita ja võimaldada veel rohkematel olla õnnelikumad – nii kodus kui igapäevases elus.

Elu nautimise vajaduse täitmine nõuab pingutust ja et see mõjutab tugevalt ka teisi vajadusi, julgustame kõiki seda vajadust esikohale tõstma. Me aitame inimestel oma mõtteviisi muuta ja rõõmu rohkem väärtustada, tehes sellega koduse elu paremaks.

Meie arvates on igapäevased väikesed rõõmud tõhus vastumürk kõige vastu, mida elu meile kaela paiskab.

Nii et käärime käised üles ja toome rõõmu tagasi sinna, kuhu ta kuulub. Koju.

Varamu

→ Selgitused

Kas mõistatad, mida üks või teine sõna või fraas tähendab, või tahaksid rohkem teada saada demograafiliste näitajate jaotumise kohta? Siit leiad selgitused, mis aitavad uuringust paremini aru saada.

Takistavad ja soodustavad tegurid
Takistav tegur on miski, mis ei lase kodust elu nautida, sealhulgas nende elutingimused, kes ei tunne kodusest elust praegu suuremat rõõmu. Ja *soodustav tegur* on miski, mis innustab inimesi oma kodust elu nautima ja teeb selle lihtsamaks.

Riigid
Selle aasta uuring toimus 39 riigis, mis olid:
Austraalia, Austria, Belgia, Colombia, Eesti, Filipiinid, Hiina, Hispaania, Horvaatia, Iirimaa, India, Itaalia, Jaapan, Kanada, Leedu, Lõuna-Korea, Läti, Madalmaad, Malaisia, Norra, Poola, Portugal, Prantsusmaa, Rootsi, Rumeenia, Saksamaa, Serbia, Singapur, Slovakkia, Sloveenia, Soome, Šveits, Taani, Tšehhi Vabariik, Tšiili, Ungari, USA, Uus-Meremaa ja Ühendkuningriik.

Põlvkonnad
Vastajate jaotumine põlvkonniti:
Z-põlvkond vanuses 18–27
Millenniumilapsed vanuses 28–42
X-põlvkond vanuses 43–58
Beebibuumerid vanuses 59–77

Sissetuleku tase
Vastajate jaotumine sissetuleku järgi.
Madal: vähem kui 75% mediaanist*
Keskmine: 75% kuni 200% mediaanist*
Kõrgem sissetulek: suurem kui 200% mediaanist*

**Riigi elanike mediaansissetulek – sissetulekutase, mis jagab riigi elanikud kaheks, nii et poolte sissetulek ületab mediaani ja teise poole oma jääb sellest allapoole.*

Vajadused
Vajadustest rääkides peame silmas IKEA kaheksat vajadust, mille täitmine teeb koduse elu paremaks. Koduse elu kaheksa vajadust on:

Kontroll – voli oma keskkonna üle otsustada – mis sinna kuulub ja kuidas seda kasutatakse.

Mugavus – tagamine, et tunneme end oma keskkonnas mõnusalt ja vabalt.
Turvalisus – endale olulise kaitsmine, mis suurendab muutuvast maailmas meie turvatunnet ja kerksust.
Heaolu – hea kontakt iseendaga ja ning hoolitsemine oma vaimse ja füüsilise heaolu eest.
Kuuluvus – tunne, et ümbritsevate inimeste silmis ja meile olulistes paikades hinnatakse meid sellistena, nagu me oleme.
Elu nautimine – helgete hetkede kogemine, mis tekitavad tunde, et sind hinnatakse ja armastatakse.
Saavutused – uhkus ja rõõm selle üle, et oled eesmärgi saavutanud või tööga lõpule jõudnud.
Püüdlused – positiivne suhtumine ja valmisolek tulevikuks.
Täpsemalt saad lugeda 9. leheküljelt.

Uuring, tähelepanekud ja trendid
Kvantitatiivne ja kvalitatiivne uuring on kaks andmete kogumise ja analüüsi meetodit.
Kvantitatiivsed andmed on seotud arvude ja hulkadega. Need on lihtsalt mõõdetavad ning neid saab matemaatiliselt ja statistiliselt analüüsida.
Kvalitatiivsed andmed pole numbrilised, vaid kirjeldavad ning põhinevad arvamustel ja tunnetel. Neid kasutatakse millegi taga

peituva sügavama tähenduse mõistmiseks.
Tähelepanekud saadakse kvantitatiivse ja kvalitatiivse uuringu andmete ja vaatluste tõlgendamisel ja analüüsil.
Muutuse märk on uuendus, idee või käitumismudel, mis võib mõjutada tulevikku – kas siis aimatav kõrvalekalle või tähelepanek, mis toetab nähtavat trendi.
Trend on mõõdetav muster, mille moodustavaid märke iseloomustavad sarnased omadused ja tunnused. Tihti viitab muutustele.

Statistikaterminid
Üleilmne keskmine viitab kõigi uuritud riikide vastajate kõige levinumale vastusele. Kui teatud tähelepanekut võrreldakse üleilmse keskmisega, tähendab „tõenäolisemalt“ keskmisest suuremat, aga „vähem tõenäoliselt“ keskmisest väiksemat.
Protsendipunktid kirjeldavad aritmeetilist vahet kahe protsendi vahel (näiteks 2% ja 3% vahe on 1 protsendipunkt).
Protsent (%) viitab algväärtuse protsendina väljendatud muutusele (nt 50% tõus 2%lt 3%le).

Tack! Aitäh!

