

---

**SOSIAALISTA TOIMINTAKYKYÄ TUKEMASSA  
IKÄIHMISTEN ASUMISPALVELUYKSIKÖN ARJESSA**



Ammattikorkeakoulun opinnäytetyö

Sosiaalialan koulutusohjelma

Hämeenlinna, kevät 2013

Saija Lamminpää

Maria Vainiomäki



HÄMEENLINNA  
Sosiaalialan koulutusohjelma

---

<b>Tekijät</b>	Maria Vainiomäki ja Saija Lamminpää	<b>Vuosi</b> 2013
<b>Työn nimi</b>	Sosiaalista toimintakykyä tukemassa ikäihmisten asumispalveluyksikön arjessa	

---

## TIIVISTELMÄ


Tämän opinnäytetyön aiheena oli sosiaalisen toimintakyvyn tukeminen hämeenlinnalaisessa tehostetun palveluasumisen yksikössä. Opinnäytetyön tavoitteena oli etsiä toimivia ratkaisuja asukkaiden yhteisöllisyyden tukemiseksi ja arjen rikastuttamiseksi. Aihe rajattiin käsittelemään asukkaiden näkemyksiä. Tarkoituksena oli tuoda esiin erilaisia näkökulmia siitä, miten toimintaa voitaisiin jatkossa kehittää asukkaiden mielipiteet huomioiden. Tutkimuksen kohderyhmäksi valittiin joukko ikäihmisiä, jotka ovat toimintakyvyltään itenäisiä.

Tutkimuksen teoreettisena viitekehyksenä käytettiin sosiaalisen toimintakyvyn määrittelyä, kuntouttavaa työtettä, sosiokulttuurista innostamista sekä yhteisöllisyyttä. Opinnäytetyössä huomioitiin ikäihmisten fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen toimintakyky. Asumispalveluyksikössä asuvien ikäihmisten sosiokulttuurisen todellisuuden kuvaaminen oli keskeinen osa tutkimusta. Tutkimus toteutettiin asiakaslähtöisesti.

Opinnäytetyö oli laadullinen tutkimus. Siinä tutkittiin asukkaiden osallisuutta yhteisten toimintakertojen avulla. Aineistonkeruumenetelminä olivat osallistuva havainnointi ja ryhmäteemahaastattelu. Aineistonkäsittely tapahtui aineistolähtöisen sisällönanalyysin avulla. Analyysimenetelmänä käytettiin teemoittelua. Tutkimustulosten perusteella osallisuuden ja toiminnallisuuden merkitys ikäihmisten arjessa voidaan todeta merkittäväksi. Asukkaat pitivät toimintaa antoisana ja kokivat toiminnan edistäneen ryhmän yhteisöllisyyttä. Toiminnan säännöllisyyden voitiin todeta olevan tärkeää asukkaiden sosiaalisen toimintakyvyn ylläpitämisen ja arjen rikastuttamisen kannalta. Jatkotutkimuksissa voitaisiin tutkia työntekijöiden näkemyksiä arjen rikastuttamisesta säännöllisen toiminnan avulla.

**Avainsanat** Ikäihminen, sosiaalinen toimintakyky, palveluasuminen, sosiokulttuurinen innostaminen, yhteisöllisyys

**Sivut** 38 s. + liitteet 1 s.



HÄMEENLINNA

Degree Programme in Social Services

---

<b>Author</b>	Maria Vainiomäki and Saija Lamminpää	<b>Year</b> 2013
<b>Subject of Bachelor's thesis</b>	Supporting the residents' social functioning in the everyday life of an intensified service housing unit for the elderly	

---

ABSTRACT

The subject of this thesis was about supporting the social functioning of the residents' in an intensified service housing unit located in Hämeenlinna. The main objective in this study was to find functional solutions that enhance communality and help enrich the everyday life of the residents. The aim of this thesis was to present the residents' own views. The target group consisted of elderly residents who still have the ability to cope independently.

The theoretical context used in this thesis consists of the definition of social functioning, rehabilitative approach, sociocultural animation as well as communality. The thesis also discusses the physical, mental and social functioning ability of the elderly. The main focus is on illustrating the socio-cultural reality of elderly residents living in a service housing unit. The thesis was conducted as a client-oriented research.

This thesis was a qualitative research. The participation of the residents was observed during communal activities. The methods of collecting material were participant observation and thematic group interviews. The material was processed with content analysis using thematization. According to the results of the research, the importance of participation and activity in the lives of the elderly is crucial. The residents thought that the activities were rewarding and helped to promote the communality of the group. Regular activities were considered important to preserving the social functioning and enriching the everyday life of the residents. For further research, the views of the staff on how to enrich the residents' everyday life with regular activities could be studied.

**Keywords** elderly person, social functioning, service housing, sociocultural animation, communality

**Pages** 38 p. + appendices 1 p.

---

# SISÄLLYS

1	JOHDANTO .....	1
2	OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT JA TAVOITTEET.....	3
2.1	Työelämäyhteys .....	3
2.2	Asuminen asumispalveluyksikössä.....	4
2.3	Asumispalveluyksikön kuvaus.....	5
3	TEOREETTINEN VIITEKEHYS.....	6
3.1	Sosiaalinen toimintakyky .....	6
3.2	Arjen rikastuttaminen asumispalveluyksikössä .....	9
3.3	Sosiokulttuurinen innostaminen.....	10
3.4	Yhteisöllisyys .....	11
4	AIEMMAT TUTKIMUKSET.....	12
5	TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA TUTKIMUSKYSYMYKSET .....	13
6	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	15
6.1	Osallistuva havainnointi.....	15
6.2	Alkukartoitukset.....	16
6.3	Toimintakertojen toteutus .....	17
6.4	Ryhmäteemahaastattelu.....	18
6.5	Aineiston analyysi.....	19
7	TULOKSET .....	21
7.1	Toimintakerrat.....	21
7.2	Ryhmäteemahaastattelu.....	23
7.2.1	Avoimuus .....	24
7.2.2	Dialogisuus .....	25
7.2.3	Integraatio.....	26
8	TUTKIMUKSEN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS.....	29
9	JOHTOPÄÄTÖKSET .....	30
10	POHDINTA JA ARVIOINTI.....	33
10.1	Tutkimuksen arviointi .....	33
10.2	Oman toiminnan arviointi .....	34
	LÄHTEET .....	36

---

Liite 1 Ryhmäteemahaastattelun kysymykset

## 1 JOHDANTO

Keskustelua väestön ikääntymisestä ja sen seurauksista käydään päivittäin erilaisissa medioissa. Keskustelu on tärkeää, jotta voitaisiin varautua tulevaisuudessa tapahtuviin muutoksiin Suomen väestön rakenteessa. Pelkkä keskustelu ei riitä, vaan on ryhdyttävä myös toimenpiteisiin, jotta yhteiskunta selviää tästä muutoksesta. Sen lisäksi, että täytyy ratkaista kuka tekee eläkkeelle jäävän ikäluokan työt, on oleellista miettiä, kuinka toteutetaan laadukasta ikäihmisten palvelua. Hallitus antoi eduskunnalle 8.11.2012 lakiesityksen ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta ja iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvveluista ja esitti kumottavaksi terveydenhuoltolain 20§:n. Kyseessä on niin sanottu vanhuspalvelulaki. Laki vahvistettiin 28.12.2012 ja se astuu voimaan 1.7.2012. Samalla on kumottu myös terveydenhuoltolain 20§:n. Näillä pyritään saavuttamaan muutos parempaan.

Ikäihmisten palvelujen järjestämisestä vastaa kunta. Kunnan toimintaa palvelujen järjestämisessä ohjaa ikäpoliittinen strategia. Hämeenlinnan kaupungin ikäpoliittinen strategia ulottuu vuoteen 2013 ja strategian lähtökohtana on asiakaslähtöisyys. Strategia huomioi kaupungin ikärakenteen muutoksen tulevaisuudessa. Siihen on kirjattu Hämeenlinnan kaupungin pyrkimys järjestää hoiva terveyskeskuksen sijaan erilaisissa hoivaympäristöissä, kuten esimerkiksi tehostetun palvelun yksiköissä. Tuoreen selvityksen (Ydin-Häme laitostui liikaa Hämeen Sanomat 18.11.2012, 5) mukaan Ydin-Häme ei ole päässyt Sosiaali- ja terveysministeriön laatusuosituksen mukaiseen tavoitteeseen tehostetun palveluasumisen asukasmäärissä. Sosiaali- ja terveysministeriön tavoite on, että tehostetussa palveluasumisessa asuisi Hämeenlinnassa 70 asukasta.

Edellä mainitut asiat eli väestön ikääntyminen sekä ikäihmisten laadukkaan hoidon järjestäminen tulevaisuudessa ovat olleet innoittajina tässä tutkimuksessa. Tutkimuksen avulla pyritään saamaan esille asioita, joilla voidaan vaikuttaa ikäihmisten hyvään arkeen tehostetun palveluasumisen yksikössä nyt ja tulevaisuudessa.

Tämä tutkimus on osa sosionomi (AMK) opintoja ja siihen liittyvän opinnäytetyön tekemistä. Aihe valittiin tutkijoiden yhteisestä mielenkiinnosta ikäihmisiä kohtaan ja kontakti työelämään löytyi helposti. Opinnäytetyön yhteistyökumppanina on Hämeenlinnassa sijaitseva ikäihmisille tarkoitettu tehostetun palveluasumisen yksikkö.

Opinnäytetyön tavoitteena on saada selville tehostetun palveluasumisen yksikössä asuvien asukkaiden mielipiteitä rikkaasta ja hyvästä arjesta. Asiakaslähtöisen ja toiminnallisen prosessin avulla tutkimuksessa pyritään saamaan vastaus siihen, miten asiakaslähtöinen, suunnitelmallinen ja kuntouttava toiminta rikastuttaa asumispalveluyksikön arkea. Yhteisöllisyyden tukeminen ja toiminnan pysyvyyden tutkiminen ovat myös tutkimuksen tärkeitä tavoitteita.

Tutkimus oli laadullinen ja se toteutettiin toiminnallisena. Tutkimus eteni prosessina, jonka vaiheet ovat alkukartoitukset, toimintakerrat sekä tutkimustulosten yhteen kokoaminen. Tutkimusaineistoa syntyi koko prosessin ajan osallistuvan havainnoinnin sekä ryhmähaastattelun avulla. Aineistoa käsiteltiin koko prosessin ajan. Aineistoa analysoimalla saatiin tulokset siitä, mikä on asumispalveluyksikössä asuville ikäihmisille mieleistä toimintaa ja miten se rikastuttaa heidän arkeaan.

Tehostetun palveluasumisen yksikössä asuminen on kuvattu raportin alkuosassa. Tämä on tärkeää, jotta lukija saa kattavan kuvan tutkimukseen osallistuneiden ikäihmisten sosiokulttuurisesta todellisuudesta. Teoreettisena viitekehysenä on käytetty sosiaalisen toimintakyvyn määrittelyä, sosiokulttuurista innostamista sekä yhteisöllisyyttä. Tässä tutkimuksessa käsitellään myös yksilön subjektiivista kokemusta omasta sosiaalisesta toimintakyvystä (Laukanen 2008, 261–262) ja sitä pyritään korostamaan.

Tärkeä teoria tutkimuksen taustalla on Kurjen (2000) sosiokulttuurinen innostaminen. Tutkimuksen tavoitteena on saada asukkaat löytämään tiedostamattomia voimavarojaan ja sitä kautta osallistaa heitä arjen suunnitteluun. Tämä on juuri sosiokulttuurisen innostamisen ydin.

Yhteisöllisyys ja sen tukeminen näkyy vahvasti tutkimuksen toimintakerroilla ja lisäksi teoriaa yhteisöllisyydestä on käytetty kattavasti tulosten analysoinnissa. Aineiston hankinnan ja analyysin perustana on Kurjen (2000, 130) teoria yhteisöllisestä suhteesta, jonka tunnusmerkkejä ovat dialogi, solidaarisuus, uudistuminen, avoimuus, integraatio ja pysyvyys. Edellä mainituista kolme teemaa, avoimuus, integraatio sekä dialogi ovat tämän tutkimuksen tärkeimmät. Ne toimivat muun muassa ryhmäteemahaastattelun runkona.

Raportin lopussa esitellään tutkimuksesta saadut tulokset sekä johtopäätökset niistä. Myös tutkimuksen eettisyyttä ja luotettavuutta käsitellään. Pohdintasuudessa tutkijat arvioivat koko prosessin onnistumista sekä omaa toimintaansa prosessin aikana.

## 2 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT JA TAVOITTEET

Opinnäytetyön aiheen valintaa ohjasi kiinnostus ikäihmisten kanssa tehtävää työtä kohtaan. Työelämäyhteyden valitseminen oli luontevaa, sillä tutkijoilla oli jo ennestään kontakti paikkaan. Kyseinen asumispalveluyksikkö on jo aiemmin tehnyt yhteistyötä Hämeen ammattikorkeakoulun kanssa, mutta opinnäytetyön edetessä käynnistyi myös uusia yhteistyökuvioita. Tässä kappaleessa esitellään yhteistyökumppani ja kerrotaan tutkimuksen lähtökohdista. Lisäksi määritellään asuminen asumispalveluyksikössä.

### 2.1 Työelämäyhteys

Yhteisen mielenkiinnon kohteen löydyttyä päätettiin toteuttaa toimintatutkimuksellisella otteella toteutettava opinnäytetyö. Ajatus toiminnallisesta opinnäytetyöstä syntyi, kun tutkijat pohtivat omia vahvuuksiaan sosiaalialan ammattilaisina ja työntekijöinä. Sosionomi (AMK) opinnoista saatua ammatillista osaamista ja asiantuntijuutta haluttiin hyödyntää opinnäytetyön toteutuksessa. Valitun toteutustavan uskottiin tuottavan toivottuja tuloksia ja palvelevan tutkijoiden ja yhteistyökumppanin tavoitteita.

Ajatus yhteistyöstä tutkimuksen kohteena olevan asumispalveluyksikön kanssa syntyi tutkijoiden aloitteesta ja yhteistyötaho lähti mukaan suurella mielenkiinnolla. Ensimmäisessä tapaamisessa vuoden 2012 alussa ideoita syntyi runsaasti ja opinnäytetyöprosessi saatiin käyntiin. Alusta alkaen sovittiin, että opinnäytetyö etenee maltillisella aikataululla.

Kohderyhmäksi tutkimukseen valittiin 5-8 hengen ryhmä toimintakyvyltään itsenäisempiä asukkaita. Tämä perusteltiin sillä, että kyseinen ryhmä on jo ennen tutkimusta kokoontunut yhteen muutaman kerran kuukaudessa yhteisen toiminnan merkeissä. Näin ollen ryhmä oli jo ennestään tuttu toisilleen, joten yhteisön rakentuminen oli jo lähtenyt käyntiin. Tutkijat kokivat tämän asian tutkimuksen kannalta hyväksi, koska osallistujien ryhmäprosessi oli jo käynnistynyt. Toisaalta ennalta toisilleen tuntemattomat henkilöt olisivat muodostaneet myös mielenkiintoisen tutkimusryhmän.

Tutkimukseen osallistuneet henkilöt olivat jo ennestään melko aktiivisia omassa yhteisössään. Sosiokulttuurisen innostamisen prosessin kautta tutkijat halusivat osallistaa heitä vielä tiiviimmäksi osaksi talon toimintaa. Koko asumispalveluyksikön työyhteisö oli sitä mieltä, että tutkimukseen valittu kohderyhmä oli juuri potentiaalisin ryhmä vaikuttamaan talon ja sitä kautta myös koko yhteisön arkeen. He kaipaavat vain aktivointia ja vahvistusta siihen, että uskaltavat sanoa mielipiteensä ääneen.

Opinnäytetyön yhtenä merkittävänä tavoitteena oli tutkia, kuinka toiminnasta saataisiin pysyvä osa asumispalveluyksikön arkea ja minkälaisia jatkotutki-



muksia aiheesta voisi kehittää. Toiminnan pysyvyyttä tarkasteltiin asukkaiden näkökulmasta kuulemalla heidän näkemyksiään siitä, kuinka toimintaa tulisi jatkaa. Jo ensimmäisillä tapaamisilla oli selvää, että tutkimus tulisi olemaan asiakaslähtöinen. Asiakaslähtöisyys haluttiin nostaa tärkeään osaan, jotta asiakkaiden ääni saataisiin kuuluviin alusta alkaen.

## 2.2 Asuminen asumispalveluyksikössä

Tämän tutkimuksen kohderyhmänä olivat tehostetun palveluasumisen yksikössä asuvat ikäihmiset. Sen sijaan, että tässä opinnäytetyössä määriteltäisiin käsitteenä vanhuus tai ikäihminen, haluttiin ennemminkin määritellä asuminen palvelutalossa. Palvelutalossa asumisen määrittely vastaa paremmin tutkimuksen tarkoitusta, eikä tutkittavien iällä loppujen lopuksi ole niin suurta merkitystä. Asukkaat olivat ikäihmisiä, mutta tässä tutkimuksessa ikää ei nähdä esimerkiksi rajoitteena vaan osana yksilön persoonaa. Tärkeämmän merkityksen antaa se, että kaikki tutkimukseen osallistuneet jakavat yhteisen sosiokulttuurisen todellisuuden asumalla ympärivuorokautista hoivaa tarjoavassa asumispalveluyksikössä.

Sosiaali- ja terveydenhuolto tuottaa ikäihmisille lukuisan määrän erilaisia palveluita. Palveluiden laatua määrittelee Sosiaali- ja terveysministeriön, Suomen Kuntaliiton sekä Stakesin yhteistyön tuloksena syntynyt Ikäihmisten palvelujen laatusuositus (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008,). Ikäihmisille suunnattuja palvelumuotoja ovat kotihoito, kotihoidon erilaiset tukipalvelut, terveys- ja sairaanhoitopalvelut, omaishoidon tuki sekä laitoshoido ja palveluasuminen.

Ikäihmisten sosiaali- ja terveystalvelujen järjestämisestä vastaa kunta. Palvelut voivat olla kunnan itsensä tuottamia tai vaihtoehtoisesti kunta voi ostaa palveluja yksityiseltä palveluntuottajalta. Myös yhteistyö muiden kuntien kanssa on mahdollista. Ikäihmisten palvelujen laatusuosituksessa sanotaan, että tuottaakseen mahdollisimman laadukasta ja ikäihmisten tarpeet kattavasti huomioon ottavaa palvelua, tarvitsee kunta ajantasaisen vanhuspoliittisen strategian (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008, 16). Laadukkaalla palvelulla tarkoitetaan tässä sellaista palvelua, joka pyrkii turvaamaan ikäihmisten hyvinvoinnin ja edistämään heidän elämänlaatuaan (Ihalainen & Kettunen 2009, 201). Sosiaali- ja terveydenhuoltolait ohjaavat myös ikäihmisten palvelujen laatutyötä (Koskinen, Aalto, Hakonen & Päivärinta 1998).

Hämeenlinnan kaupungin ikäpoliittinen strategia ulottuu vuoteen 2013. Strategian mukaan palveluiden järjestämisen lähtökohtana on asiakaslähtöisyys. Se ottaa huomioon myös Hämeenlinnan, ja koko valtakunnan, ikärakenteen muutoksen ja haluaa toteuttaa tarvittavat rakennemuutokset etupainotteisesti. Vuonna 2015 hämeenlinnalaisia yli 75-vuotiaita arvioidaan olevan 7059 ja vuoteen 2030 mennessä luku kaksinkertaistuu, joten palvelurakenteeseen onkin syytä kiinnittää erityistä huomiota. Ympärivuorokautista hoivaa tarvitsevien ikäihmisten asemaan strategia ottaa kantaa siten, että sen mukaan pyri-

tään luomaan erilaisten asiakasryhmien tarpeisiin soveltuvia hoivayksiköitä. Myös se, että hoiva pyritään järjestämään terveyskeskuksen sijaan erilaisissa hoivaympäristöissä, kuten juuri tehostetussa palveluasumisyksikössä, demen-tia- tai vanhushoivayksiköissä, on kirjattu strategiaan. (IKLA 18.1.2010.)

Tutkimukseen osallistuneita yhdistää yhteinen elinympäristö tehostetun palve-luasumisen yksikössä. Siirtyminen omasta kodista palvelukotiin on suuri elä-mänmuutos ikäihmiselle, minkä vuoksi tähän siirtymävaiheeseen on kiinnitet-tävä huomiota. Asumispalveluyksikössä on tärkeää, että asukkaiden elämässä on mukana läheisiä ihmisiä, jotka voivat ajaa omaisiensa etua ja auttaa heitä saamaan äänensä kuuluviin. Palvelut suunnitellaan yhdessä asukkaan ja hänen läheisiensä kanssa. (Kurki 2008, 101.)

Seuraavassa kuvataan muun muassa siirtymistä palveluasumisen asiakkaaksi sekä tehostetun palveluasumisen erityispiirteitä. Päätöksen palvelutaloon pää-semisestä tekee kunta. Hämeenlinnan kaupunki on määritellyt kriteerit pitkä-aikaiseen ympärivuorokautiseen hoivaan pääsystä. Kriteerit jakavat asiakkaat kolmeen pääryhmään, jotka ovat: 1. fyysisesti huonokuntoiset ja monisaira-at, joilla ei ole haittaavaa muistiongelmia, 2. vaeltavat tai karkailevat muistisai-raat ja 3. muistisaira-at, jotka eivät karkaile. (IKLA 15.6.2011 § 55.)

Tehostettu palveluasuminen tarkoittaa asumista paikassa, jossa on tarjolla palveluja ympäri vuorokauden. Peruspalveluihin kuuluu yleensä ateria-, hy-gienia, siivous- sekä turvapalveluita. Ero tavalliseen palveluasumiseen on yö-päivystyksen lisäksi siinä, että asukas tarvitsee peruspalveluiden lisäksi tukea päivittäisiin toimintoihinsa. (Ihalainen & Kettunen 2009, 216.) Ikäihmisten palvelujen laatusuositus (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008, 41–42) määritte-lee tehostetulle palveluasumiselle tarkat kriteerit, joissa huomioidaan niin yk-sikön fyysiset tilat, kuin myös tarjottu palvelu. Laatusuositus ohjeistaa kuntia ja yksityisiä palveluntuottajia luomaan yksiköistä turvallisia, viihtyisiä ja esteettömiä. Myös sosiaaliseen esteettömyyteen tulee panostaa, jotta ikäihmisen itsemääräämisoikeus, yksityisyys sekä osallisuus toteutuvat. Ikäihmisten pal-velujen laatusuositus korostaa psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tärkeyt-tä kehottamalla järjestämään virikkeellistä toimintaa kodinomaisessa ympäris-tössä.

### 2.3 Asumispalveluyksikön kuvaus

Tutkimus toteutettiin Hämeenlinnassa sijaitsevassa asumispalveluyksikössä. Talo on ympärivuorokautista hoivaa tarjoava tehostetun palveluasumisen yk-sikkö, jossa on 43 esteetöntä yksiötä. Asukkaita on yhteensä 44. Omien asun-tojen lisäksi asukkailla on käytössään yhteinen ruokasali leivinuuneineen sekä saunatilat. Lisäksi jokaisessa kerroksessa on oma päiväsalin sekä tilava lasitettu parveke. Talo on erityisesti muistisairaille tai muusta syystä ympärivuoro-kautista hoivaa tarvitseville ikäihmisille suunniteltu yksikkö, ja se on tarkoi-tettu pitkäaikaiseen asumiseen. Asumispalveluyksikössä on valmiudet myös saattohoitoon.

Yksikön fyysisten tilojen osalta toteutuu kattavasti edellä kuvatut ikäihmisten palvelujen laatusuositukset. Koska talo on melko uusi, on se rakennettu noudattaen uusia asumispalveluyksiköiden koskevia kriteereitä. Kullakin asukkaalla on oma tilava huone, jossa on toimivat hygieniatilat. Huoneet on osittain kalustettu asukkaan omilla tavaroilla ja henkilökohtaiset esineet, kuten taulut, valokuvat ja kasvit luovat kodinomaisuuden tuntua. Asukkaiden yksityisyys sekä omaisten osallistuminen arkeen pystytään turvaamaan, kun asukkaalla on oma henkilökohtainen huone kotinaan (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2008, 42).

Tutkimuksen kohteena olevalla yksiköllä on tavoite tukea ikäihmisiä selviämään arjessa mahdollisimman itsenäisesti. Ympäristöstä on luotu mahdollisimman kodinomainen, jossa ammattitaitoisen henkilökunnan avulla ikäihmisten on turvallista elää. Kaikki toiminta perustuu ehkäisevään, aktiiviseen ja kuntouttavaan työotteeseen. Päivittäin järjestetään erilaista virikkeellistä toimintaa sekä ulkoilua.

Yhteisöllisyydellä on suuri merkitys asumispalveluyksikön arjessa. Esimerkiksi yhteiset ruokailut ja kahvihetket edistävät asukkaiden sosiaalista elämää ja sitä kautta ehkäisevät yksinäisyyttä. Arki rikastuu yhdessä tekemällä. Edellä mainittu virikkeellinen toiminta on nimenomaan yhteisöllistä ja kuntouttavaa tekemistä, kuten muun muassa muistelua, lukemista, askartelua ja laulamista.

Vaikka yhteisöllisyyttä korostetaan, halutaan toiminnassa kuitenkin huomioida myös asukkaiden yksilölliset tarpeet mahdollisimman hyvin. Kodinomaisuus, lämminhenkisyys ja aito välittäminen ovat tässä tärkeässä roolissa. Yksikössä on käytössä myös omahoitajajärjestelmä, jolloin ikäihmisen on helppo turvata tuttuun henkilöön ja luoda luottamuksellisia ihmissuhteita.

### 3 TEOREETTINEN VIITEKEHYS

Tässä luvussa käsitellään tutkimuksen teoriataustaa. Kuntouttava työote ja sosiaalinen toimintakyky ovat aina ajankohtaisia käsitteitä ikäihmisten palveluista puhuttaessa. Sosiokulttuurinen innostaminen luo viitekehysten toiminnan kehittämiseksi auttaen tarkastelemaan ikäihmisen sosiokulttuurista todellisuutta. Innostamisen kautta tutkimuksessa tarkastellaan myös ryhmän yhteisöllisyyttä ja sen vaikutuksia ikäihmisen elämään.

#### 3.1 Sosiaalinen toimintakyky

Toimintakyvyn määrittäminen on haastavaa ja sitä on vaikea tutkimuksen avulla mitata. Erityisesti henkilön psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn mittaamiseen on haasteellista löytää keinoja, toisin kuin fyysisen toimintakyvyn mittaamiseen, mihin on kehitelty erilaisia mittareita. Toimintakykyä ja

muutoksia siinä määrittää enimmäkseen henkilö itse, eli se on hyvinkin subjektiivinen kokemus. Kokemukseen vaikuttavat henkilön oma identiteetti, ympäristö sekä kulttuuri, jossa hän elää ja on elänyt. Toimintakyvyn käsitteeseen liittyy vahvasti vertailu esimerkiksi omaan itseen nuorempana tai saman ikäisiin tovereihin. (Laukkanen 2008, 261–262.)

Päivittäisistä toiminnoista selviytyminen on keino, jolla voidaan arvioida ikäihmisen toimintakykyä. Menetelmä voidaan jakaa fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn. Fyysiseen toimintakykyyn lasketaan kuuluvaksi muun muassa päivittäiset perustoiminnot, kuten esimerkiksi hygieniasta huolehtiminen, liikkuminen ulkona ja sisällä sekä syöminen. Psyykkinen ja sosiaalinen toimintakyky limittyvät enemmän yhteen. Sosiaaliseen ja yhtä lailla myös psyykkiseen toimintakykyyn lasketaan myös osallistuminen erilaiseen sosiaaliseen toimintaan. (Laukkanen 2008, 263–265.)

Huolimatta siitä, että toimintakyvyn määrittelemisen lähtee hyvin pitkälle henkilöstä itsestään, on sen mittaamiseen kehitelty paljon erilaisia menetelmiä. Tällaisia mittareita ovat esimerkiksi perustoimintoja arvioiva ADL (Activities of Daily Living) sekä asioiden hoitamista arvioiva IADL (Instrumental Activities of Daily Living). Edellä mainitun ADL-toiminnon taustalla vaikuttaa 1960-luvulla kehitetyt Barthelin indeksi ja Katzin mittari. Näistä Barthelin indeksi on hieman laajempi. ADL- ja IADL-mittareita voidaan myös yhdistää, jolloin toimintakyvyn mittauksesta tulee kattavampi. Näiden kahden mittarin lisäksi toimintakykyä voidaan tutkia myös Rava-indeksin avulla, mikä sisältää 12 toimintakykyä ja päivittäistä avun tarvetta arvioivaa toimintoa. Rava-indeksin tulos vaikuttaa siihen, minkälaista apua henkilön arvioidaan tarvitsevan eli esimerkiksi henkilön mahdollisuudesta saada palvelutalo- tai muu laitoshoitopaikka. (Ihalainen & Kettunen 2009, 196–197.)

Kuten jo aikaisemmin todettiin, sosiaalisen toimintakyvyn käsite on tässä tutkimuksessa keskeinen. Ihalainen ja Kettunen (2009, 198) laajentavat sosiaalisen toimintakyvyn käsitettä psykososiaaliseen toimintakykyyn. Heidän mukaansa käsitys ikäihmisen toimintakyvystä muuttuu merkittäväksi, kun siihen lisätään tämä määritelmä.

On selvää, että psykososiaalista toimintakykyä ei voida mitata esimerkiksi edellä mainituilla mittareilla, vaan siinä korostuu henkilön subjektiivinen kokemus. Psykososiaalisen toimintakyvyn ydin on elämän tarkoituksellisuuden tunteessa (Ihalainen & Kettunen 2009, 198). Se tunne, että kokee oman elämänsä tarkoitukselliseksi, on tärkeää meille kaikille, mutta ikäihmisistä puhuttaessa elämän tarkoituksellisuus saa uusia ulottuvuuksia. Iän mukanaan tuomat muutokset, kuten aistien heikentyminen, tasapaino-ongelmat ja liikkumisen vaikeutuminen, tuovat haasteita arkeen.

Elämän tarkoituksellisuuteen liittyy kokemus omasta terveydestä, toimintakyvystä, elämänhallinnasta ja itsetunnosta (Ihalainen & Kettunen 2009, 198). Näihin asioihin tulee väistämättäkin muutoksia, kun ihminen vanhenee. Elämän ilon säilyttäminen vaatii sitä, että hyväksyy muutokset ja oppii käsittele-

mään tunteita ja muistoja. Ihalaisen ja Kettusen kertomana (2009, 198) elämän tarkoituksellisuutta edistävät esimerkiksi itselle mieluisat harrastukset, tärkeät ihmissuhteet, muistelu, pohdiskelu, toiveikkaus, huumori sekä luovuus ja joustavuus. Näitä asioita tukemalla ja vahvistamalla voidaan vaikuttaa positiivisesti henkilön sosiaaliseen toimintakykyyn. Jotta voitaisiin paremmin ymmärtää keinoja tukea sosiaalista toimintakykyä, on syytä määritellä myös käsite sosiaalinen kuntoutus.

Vanha ihminen tarvitsee sosiaalista kuntoutusta vahvistamaan selviytymistä arjesta. Kuntoutuksella pyritään luomaan mahdollisuuksia sosiaaliseen vuorovaikutukseen ja voimavaroja tukemalla parantamaan elämänhallintaa (Koskinen, Aalto, Hakonen & Päivärinta 1998, 76). Sosiaalinen kuntoutus on siis keino vaikuttaa kuntoutettavan henkilön arjen sujuvuuteen. Sen avulla pyritään vaikuttamaan erityisesti niihin tekijöihin, jotka rajoittavat ja haittaavat kuntoutujan päivittäistä elämää (Ihalainen & Kettunen 2009, 149).

Toimiva ja hyvin suunniteltu kuntoutus saattaa parantaa ikääntyneen ihmisen toimintakykyä. Ikäihmisten toimintakyky ei siis ainoastaan laske ikääntymisen seurauksena. Tässä yksilöiden välillä on suuria eroja, ja koska toimintakyky voidaan käsittää subjektiiviseksi kokemukseksi, saattaa se hyvinkin parantua. Toimintakyky voi parantua esimerkiksi silloin, jos jokin päivittäiseen selviytymiseen vaikuttanut sairaus tai vamma paranee. Myös henkilön oma kokemus saattaa muuttua, jolloin hän sopeutuu omaan tilanteeseensa. Kuten jo edellä on mainittu, on myös ympäristöllä merkitystä koettuun toimintakykyyn, jolloin esimerkiksi elinympäristön muutos saattaa vaikuttaa toimintakykyyn parantavasti. (Laukkanen 2008, 267.)

Kuntoutuminen ei tapahdu itsestään. Se vaatii kuntoutujalta halua muutokseen eli motivaation (Ihalainen & Kettunen 2006, 133). Ikäihmisistä puhuttaessa kuntoutuminen on lähinnä ylläpitävää toimintaa. Toimintakykyä rajoittavia tekijöitä pyritään poistamaan ja toimintakykyä ylläpidetään mahdollisimman kauan. On tärkeää, että ikäihminen on valmis tekemään ponnisteluja pitääkseen yllä omaa toimintakykyään. Tähän tarvitaan usein avuksi ammattilaisen apua ja kannustusta sekä pitkäjänteinen ja säännöllinen suunnitelma (Helin 2008, 432). Toteuttamalla kuntoutumista tukevaa työtettä päästään yhteiseen tavoitteeseen eli toimintakyvyn ylläpitämiseen ja jopa parantumiseen.

Tässä vaiheessa on hyvä käydä läpi, mitä tarkoittaa kuntouttava työote. Se on syytä määritellä myös siksi, että se on keskeinen käsite tutkimuksen kohteena olevassa yksikössä. Lisäksi kuntouttava työote on mainittu yhtenä lähtökohtana palveluiden järjestämiselle myös Hämeenlinnan kaupungin ikääntymispoliittisessa strategiassa (IKLA 18.1.2010, 5). Tutkimuksen yksikössä pyritään monipuolisesti tukemaan ikäihmisten itsenäistä selviytymistä palveluasumisympäristössä. Toiminta perustuu ehkäisevän, kuntouttavan ja aktiivisen työotteen periaatteisiin. Tällä kaikella pyritään pitämään yllä asukkaiden fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä mahdollisimman kauan.

Ikäihmisten parissa toteutettava kuntouttava työote tarkoittaa käytännön työssä sitä, että sosiaali- ja terveystieteiden ammattilainen pyrkii tukemaan vanhaa ihmistä selviytymään arjesta mahdollisimman itsenäisesti. Ikäihmisten voimavaroja tuetaan ja itsemääräämistä korostetaan. Hoitaja ei tee asioita vanhan ihmisen puolesta ja kannustaa häntä tekemään itsenäisiä päätöksiä oman elämänsä kulkuun liittyen. Kuntouttavassa työotteessa korostetaan jo edellä läpikäytyjä toimintakyvyn osa-alueita eli fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä. (Kähäri-Wiik, Niemi & Rantanen 2006, 18–19.)

### 3.2 Arjen rikastuttaminen asumispalveluyksikössä

Asumispalveluyksikön rikas arki muodostuu siitä, että ikäihmiset kokevat elämänsä ja asumisensa mielekkääksi. Aukkaiden tarpeet ja toiveet vastaavat kotona asuvien ikäihmisten tarpeita (Ihalainen & Kettunen 2006, 217). Tämä vaikuttaa siihen, miten arki pyritään rakentamaan. Asumispalveluyksikkö tuntuu kodilta ja siellä on mukava viettää aikaa. Arkea rikastuttaa erilainen toiminta, jota järjestetään tai jota asukkaat itseohjautuvasti voivat järjestää. Kaiken kaikkiaan onnellinen arki syntyy pienistä asioista, mutta siihen liittyy silti laajoja kokonaisuuksia, joita ammattilaisten tulee toiminnassaan huomioida. On tärkeää ymmärtää, että esimerkiksi osallistuminen järjestettyihin toimintatuokioihin on mahdollista vain, jos ikäihmisen toimintakyky antaa sille mahdollisuuden.

Hyvä fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen toimintakyky vaikuttavat ikäihmisen elämänlaatuun positiivisesti. Toimintakyvyn heikkeneminen on kuitenkin yleistä ja siksi kuntoutus onkin erityisen tärkeää hyvän ja rikkaan arjen takaamisessa. Aiemmin työssä määritelty kuntouttava työote vaatii tekijältään motivaatiota sekä paljon tietoa ja taitoa. Se vaatii muun muassa laajaa ymmärrystä kuntoutettavan henkilön toimintakyvystä (Ihalainen & Kettunen 2009, 136). Tämän tutkimuksen kannalta on tärkeää tarkastella erityisesti sosiaalisen toimintakyvyn tukemista asumispalveluyksikössä. Yksinkertaisesti ajateltuna jo pelkkä sosiaalisen toimintakyvyn tukeminen rikastuttaa arkea.

Tutkijoiden määritelmän mukaan rikas arki on yhteisöllisyyttä, turvallisuutta, mielekästä tekemistä sekä riittävää hoivaa ja huolenpitoa arjessa pärjäämiseen. Ennen kaikkea arjen rikastuttaminen on yksinäisyyden tunteen ehkäisemistä tai poistamista mielekkäällä toiminnalla. Myös tämän tutkimuksen asumispalveluyksikön asukkaat määrittelevät rikasta arkea samalla tavalla. Heidän sanoissaan korostuu vahvimmin yksinäisyyden tunteen poistuminen yhteisellä tekemisellä.

Arjen rikastuttajia eivät ole vain asumispalveluyksikön työntekijät. Asukkailla itsellään on suuri rooli siinä, minkälaiseksi heidän oma arkensa muodostuu. Sosiokulttuurisen innostamisen avulla asukkaat voidaan saada osallisiksi oman arjen suunnitteluun ja toteutukseen (Kurki 2000, 23).

### 3.3 Sosiokulttuurinen innostaminen

Sosiokulttuurisen innostamisen ammatillisen toiminnan perusedellytys on saada ihmiset motivoitumaan, herkistymään ja lähtemään liikkeelle, jotta sosiaalista liikettä ja dialogia voisi tapahtua (Kurki 2000, 24). Innostamisen tavoitteet määrittyvät yksilöiden tai ryhmien tarpeiden, toiveiden tai ongelmien perusteella. Innostajan tehtävä on auttaa yksilöitä löytämään erilaisia yhteisen ymmärryksen ja vuorovaikutuksen kanavia. Innostamisella pyritään sellaisiin tasa-arvoisiin ihmissuhteisiin, joissa kunnioitetaan jokaista ja hyväksytään jokaisen arvot ja tausta. Sosiaalipedagogiikan määrittelyn mukaan arjen tulisi olla ihmisten luonnollisen elämäntavan ja luonnollisten sosiaalisten suhteiden, arjen autonomian, kunnioittamista. (Hämäläinen & Kurki 1997, 126, 205.)

Palvelutalossa asuvien ihmisten sosiaalinen toimintakyky on usein heikentynyt ja uusien suhteiden luominen vaatii ulkopuolista tukea. Iän myötä tapahtuu sosiaalista vanhenemista, joka aiheuttaa riskin syrjäytyä yhteiskunnasta (Kurki 2008, 9). Sosiaalipedagogiikan yleisenä tehtävänä on auttaa yksilöä kasvamaan yhteiskuntaan ja elämään yhdessä toisten ihmisten kanssa. Toisaalta sen tehtävänä on tukea syrjäytyneitä ihmisiä auttaen heitä kehittämään omaa sekä yhteisönsä elämää inhimillisemmäksi ja täydemmäksi. (Kurki & Nivala 2006, 12.)

Sosiokulttuurinen innostaminen painottaa asiakkaan osallistamista toimintaan ja sen suunnitteluun. Innostaminen on yhteistä kokemista, joka heijastuu yhteisen toiminnan kautta. Tavoitteena on auttaa asiakasta löytämään niitä kykyjä ja voimavaroja, jotka ovat jo olemassa, mutta ovat tiedostamattomia tai heikkoja. Ammatillisesta toiminnasta innostaminen etenee ihmisten omaan aloitteellisuuteen perustuvaan toimintaan. (Kurki 2000, 23.) On tärkeää saada ihminen kiinnostuneeksi oman arkensa suunnittelusta.

Ihmisille syntyy elämänkaaren edetessä yksilöllisiä tapoja tehdä ratkaisuja ja päätöksiä sekä taitoja selviytyä vaihtelevista elämäntilanteista. Tämä tarkoittaa mahdollisuutta tehdä omaa elämää koskevia ratkaisuja ja kykyä hallita erilaisia sosiaalisia rooleja, joita yhteiskunnassa asetetaan. Tätä kautta ikäihmisille on rakentunut yksilöllisiä selviytymisvoimavaroja. Näiden kautta muodostuu käsitys siitä missä määrin ja millä tavoin he voivat itse vaikuttaa oman elämänsä muotoutumiseen ja säädellä omaa elämäänsä. (Mikkola 2005, 122.)

Yhtenä tavoitteena vuorovaikutuksellisessa tukemisessa on ihmisen voimaannuttaminen. Kun ihminen voimaantuu ja valtaistuu, hän tiedostaa tilanteensa ja ymmärtää omat vaikutusmahdollisuutensa elämäänsä. Se syntyy ihmisen omien oivallusten ja kokemusten kautta. Vasta silloin hän voi aloittaa toiminnan kohti muutosta. (Vilén, Leppämäki & Ekström 2005, 26.)

Sosiokulttuurisen innostamisen tulisi näkyä ikäihmisten valtaistamisena, eli vallan antamisena heille itselleen. On tärkeää, että heille itselleen annetaan vastuu päättää omasta elämästään. Ikäihmisiä täytyisi auttaa saavuttamaan elämäänsä autonomiaa ja antaa heille kokemuksia siitä, että heillä on mahdol-

lisuuksia vaikuttaa elämäänsä enemmän, kuin heillä tuntuu olevan. (Kurki 2008, 57.)

Innostamisen prosessissa toimijat saavat aktiivisen roolin ja voivat kokea olevansa vaikutusvaltaisia ja muutokseen kykeneviä (Kurki 2000, 134). On kuitenkin hyvä muistaa, että toiminnan luonne on aina avoin ja vapaaehtoinen. Jokaisen osallistujan kulttuurista autonomiaa kunnioitetaan ja kulttuurinen moniarvoisuus, niin ideologinen, uskonnollinen, kuin poliittinenkin, hyväksytään. (Kurki 2006, 152.)

Innostajan roolina on pitää huolta siitä, että ihmiset kehittelevät omia vaihtoehtojaan ja ratkaisumallejaan tarpeisiinsa. Erilaisten aktiivisten, luovien ja kokemuksellisten metodien merkitys on aina yhteydessä ihmisen kulloiseenkin elämäntilanteeseen. Toiminnassa suositaan pysyviä, jatkuvia ja suuntaavia prosesseja, jotta toiminta olisi tavoitteellisempaa. Toiminta, sen reflektio ja uusi toiminta ovat sosiokulttuurisen innostamisen ydin. (Kurki 2000, 26.)

Innostaminen auttaa sosiaalisten transformaatioiden eli muutosten luomista, joka mahdollistaa ihmisten elämänlaadun parantumisen myös yhteisöjen ja yhteiskunnan tasolla. Tarkoituksena on herättää ihmisten tietoisuus omasta roolistaan ja omien toimien vaikutuksista yhteiskunnalliseen ja yhteisölliseen toimintaan. Innostaminen auttaa ihmisiä toimimaan aktiivisemmin omisissa yhteisöissään. (Kurki 2000, 19–20.) Tutkimuksen tavoitteena on lisätä vuorovaikutusta asukkaiden välillä ja edistää sosiaalista kommunikaatiota. Sosiokulttuurinen innostaminen käsittää kaiken sen mitä asumispalveluyksikössä tehdään ja mitä asukkaiden arjessa tapahtuu.

### 3.4 Yhteisöllisyys

Yhteisön kehityksen tukeminen etenkin asumispalveluyksikössä asuvien ikäihmisten kanssa on työn perusehtoja. Aito yhteisö vaatii syntyäkseen kasvun prosessin, joka vaatii sitoutumista. Sosiaalisuus syntyy ja kasvaa minän ja toisen välisessä tapahtuvassa vuorovaikutuksessa, jonka kautta ihminen omaksuu itselleen erilaisia asenteita ja rooleja. Näiden avulla hän vastaa sosiaalisiin suhteisiinsa ja täten yhteisö kehittyy. Aidossa yhteisössä persoonan yksilöllinen, ympäristön paineista huolimatta säilyvä, sisäinen asennoituminen on tärkeä asia. (Kurki 2008, 40–41.)

Sosiokulttuurisen innostamisen onnistumisen perusedellytys on aidon yhteisön rakentuminen. Aidon yhteisön rakentumiseksi on löydettävä yhteinen olemisen, elämisen ja jakamisen muoto – yhteisöllinen suhde. Yhteisöllisen suhteen tunnusmerkkejä ovat dialogi, solidaarisuus, uudistuminen, avoimuus, integraatio ja pysyvyys. Tämän tutkimuksen aineistonhankinnan ja analyysin pohjaksi valittiin näistä kolme teemaa: avoimuus, dialogisuus ja integraatio (Kurki 2000, 130.)



Yhteisöksi voidaan kutsua sosiaalisen suhteen muotoa, jota ohjaamassa ovat yhteiset intressit ja arvot. Yhteisön jäsenet liittyvät yhteen tavoitellakseen yhteistä päämäärää, saavuttaen inhimillisen ja oikeudenmukaisen yhteisön syntymisen. (Kurki 2000, 130.)

Yhteisöllisen suhteen yhteydessä avoimuudella tarkoitetaan avoimuutta yhteisön jäseniä, toisia yhteisöjä ja yhteiskuntaa kohtaan. Avoimuus voi toimia välineenä sellaisen suhteen luomisessa, jossa on mahdollisuus molemminpuolisen kasvun "antamiseen ja vastaanottamiseen". Integraatiolla tarkoitetaan, että yhteisön jäsenet tuntevat toisensa ja suhteita muodostetaan yhteisten arvojen pohjalta. Dialogisuus korostaa sitä, että jokaisella ryhmän jäsenellä on tärkeää sanottavaa ja jokaista tulisi kuunnella. Dialogin kautta voi myös tulkita ja ilmaista ryhmän toiveita ja odotuksia. (Kurki 2002, 51.)

Yhteisöllisyyden tukeminen palvelutaloissa on työn perusehtoja. Ikäihmiset ovat herkästi syrjäytymisvaarassa heikentyneen toimintakyvyn ja sosiaalisten suhteiden vähentymisen vuoksi. Tämän vuoksi on tärkeää tuoda ihmisiä yhteen yhteisiin tiloihin luomaan yhteisiä muistoja ja uusia kokemuksia.

Tutkimuksen kohteena olevassa asumispalveluyksikössä kokoontuu yhteisökokous kerran kuukaudessa. Yhteisökokous on yhteisön kommunikaation perusta, oppimisen kanava sekä vaikuttamisen väline. Sitä kautta asukkaat saavat helposti jaettua toisilleen arkista tietoa ja pääsevät keskustelemaan jokapäiväiseen elämään kuuluvista asioista. Yhteisökokous vahvistaa yhteisöllisyyttä ja sitä kautta luo asukkaille tunteen siitä, että he kuuluvat yhteisöön sen tasa-arvoisena jäsenenä. (Murto 1997, 221.)

Yhteisöllisyyttä rakennettaessa tavoitteena on vahvistaa ryhmäidentiteettiä sekä ryhmään kuulumista. Innostajan toiminta perustuu erilaisten ryhmätyön menetelmien tuntemukseen ja kykyyn käyttää niitä luovasti ja rohkeasti. Innostajan täytyy lopulta onnistua tekemään itsestään tarpeeton, jotta ryhmä voisi ilman ammatillista apua jatkaa tavoitteellista toimintaansa itsenäisesti ja omaehtoisesti. (Kurki 2000, 25.)

#### 4 AIEMMAT TUTKIMUKSET

Ikäihmisten arkeen ja toiminnallisuuteen liittyviä opinnäytetöitä on tehty paljon. Tässä opinnäytetyössä keskityttiin tarkastelemaan Hämeen ammattikorkeakoulussa tehtyä Kulttuurimentorointimallin edistäminen Kanta-Hämeessä -hankkeeseen liittyvää opinnäytetyötä. Tutkimuksen ovat toteuttaneet kaksi Hämeen ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijaa. Hankkeessa oli kyse palvelukodeissa asuvien ihmisten hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä kulttuurisin keinoin. Opinnäytetyössä on tutkittu hankkeen vaikutuksia kahdessa hämeenlinnalaisessa palvelukodissa, joissa asiakaskunta koostuu ikäihmisistä. (Hietarinta & Tenkanen 2011.)

Hietarinnan ja Tenkasen teoreettisena viitekehyksenä oli sosiokulttuurinen innostaminen ja yhteisöllisyys. Molemmat opinnäytetyöt on toteutettu asiakaslähtöisesti ja osallistavasti. Yhteisöllisyydellä on ollut tärkeä rooli ja sen edistymistä on tutkittu opinnäytetöissä. Myös sosiokulttuurinen innostaminen ja sosiaalipedagogiikka ovat tärkeässä osassa kummassakin.

Tutkimusten toteutuksissa on paljon yhtäläisyyksiä, niin toiminnallisissa osuuksissa kuin myös aineiston käsittelyssä. Tutkimusten aineistonhankintamenetelmät ovat yhtäläisiä osallistuvan havainnoinnin ja ryhmäteemahaastattelun osalta. Tutkimuksissa käytettiin aineistonanalyysimenetelminä aineistolähtöistä sisällönanalyysia sekä teemoittelua.

Opinnäytetöissä tutkittiin samankaltaisia aiheita, mutta eri näkökulmista. Hankkeeseen tehdyssä opinnäytetyössä tutkittiin kulttuurimentorimallia, sen toteutumista ja käyttöönottoa. Tässä tutkimuksessa pyrittiin osallistamaan asukkaita kehittämään omaa arkeaan ja tutkimaan sitä, millainen toiminta on heille arvokasta.

Kulttuurimentorointi -hankkeesta tehdyssä opinnäytetyössä todetaan, että tutkittu hanke antaa hyvän toimintamallin palveluyksiköihin. Toimintamallin avulla palveluyksiköt voivat suunnitella ja kehittää toimintaansa (Hietarinta & Tenkanen 2011). Hietarinnan ja Tenkasen opinnäytetyö innoitti myös tämän tutkimuksen tekijät suunnittelemaan omaa tutkimustaan.

Mielenkiintoisena johtopäätöksenä Hietarinta ja Tenkanen esittävät myös vanhuksiin ja vanhojen ihmisten kanssa tehtävään työhön liittyvät asenteet. He ovat sitä mieltä, että ikäihmiset nähdään yhä passiivisina hoivan vastaanottajina. Ikäihminen tulisi nähdä aktiivisena ja omaa elämäänsä hallitsevana henkilönä.

## 5 TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tutkimus päätettiin toteuttaa laadullisena, koska sen avulla haluttiin nostaa esille erityisesti kohderyhmän ääni. Lisäksi haluttiin korostaa sitä, että yksittäisilläkin tapauksilla on merkitystä lopullisiin lopputuloksiin. Tutkimuksessa on myös elementtejä toimintatutkimuksesta. Seuraavassa kappaleessa kerrotaan laadullisesta tutkimusmenetelmästä.

Laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus pyrkii saamaan tutkittavasta asiasta mahdollisimman kokonaisvaltaisen kuvan. Lähtökohtana on todellisen elämän kuvaaminen ja sen monipuolinen ymmärtäminen. Sen sijaan, että jo olemassa olevia väittämiä pyrittäisiin vahvistamaan, laadullisessa tutkimuksessa pyritään löytämään uusia faktoja. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2000, 152.)

Kuten tässäkin tutkimuksessa, laadulliselle tutkimukselle on ominaista, että tutkimussuunnitelma muuttuu ja tarkentuu tutkimuksen aikana. Eskolan ja Suorannan (2000, 16) mukaan tämä on merkki siitä, että aineistonkeruu, analysointi, tulkinta ja raportointi ovat vahvasti yhteydessä toisiinsa. On myös täysin normaalia, että tutkija joutuu pohtimaan tutkimusongelmaa prosessin eri vaiheissa.

Tutkijan lähtökohdat tutkimuksen aloittamiselle ovat keskeisessä asemassa laadullisessa tutkimuksessa. Lähtökohdilla tarkoitetaan sitä, onko tutkijalla jo valmiiksi ennako-olettamuksia tai määritelmiä tutkittavasta aiheesta. Laadullisessa tutkimuksessa käytetään yleisesti aineistolähtöistä analyysiä, mikä tarkoittaa juuri sitä, että teoria muodostetaan saadusta aineistosta käsin. Tutkijan ongelmaksi saattaa tällöin muodostua aineiston loputon määrä. (Eskola & Suoranta 2000, 19.)

Opinnäytetyön tavoitteena oli tutkia, miten asiakkaita osallistava ja kuntouttava toiminta saataisiin toteutettua siten, että asukas kokisi sen elämää rikastuttavaksi asumispalveluyksikön arjessa. Tavoitteena oli suunnitella yhdessä asukkaiden kanssa heidän lähtökohdistaan rakennettua kuntouttavaa, sosiaalista toimintakykyä tukevaa ja lisäävää toimintaa. Avainasemassa oli asiakaslähtöisyys.

Tutkimustehtävänä oli selvittää, miten asiakaslähtöinen, suunnitelmallinen ja kuntouttava toiminta rikastuttaa palvelukodin arkea. Tutkimus oli laadullinen ja se toteutettiin toimintatutkimuksellisella otteella. Tutkimuskysymyksinä oli:

1. Mikä on asukkaille mieleistä toimintaa ja mitä he toivoisivat toiminnan olevan?
2. Miten asukkaiden osallistuminen vahvistuu asiakaslähtöisen ja osallistavan prosessin aikana?
3. Miten toiminta saataisiin pysyväksi osaksi asukkaiden ja asumispalveluyksikön arkea?

## 6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Opinnäytetyö eteni prosessina. Ensimmäisenä vaiheena oli alkukartoitusten pitäminen. Alkukartoituksia pidettiin kaksi ja ne toteutettiin avoimena keskusteluna, joiden tarkoituksena oli kerätä asukkaiden toiveita ja ideoita tulevasta toiminnasta. Alkukartoituksessa asukkaille myös tiedotettiin opinnäytetyön etenemisestä. Tutkimuksesta tiedottamisen tutkijat kokivat eettisesti oikeaksi ratkaisuksi. Alkukartoituksen tavoitteena oli lisäksi saada selville, millaista toimintaa asumispalveluyksikössä on jo olemassa ja ovatko asukkaat tyytyväisiä siihen. Keskustelun tämänhetkisistä viriketuokioista oli myös tarkoitus herättää ja nostaa pinnalle niitä asioita, joita asukkaat arkeensa kaipaavat. Alkukartoituksen tulosten perusteella siirryttiin prosessin seuraavaan vaiheeseen.

Toisessa vaiheessa toteutettiin asukkaiden toiveita ja yhdessä tekemällä pyrittiin luomaan sellainen toimintakulttuuri, joka palvelee asukkaita. Toiminta suunniteltiin huolella. Jokaisella toimintakerralla pyrittiin keräämään palautetta ja uusia toiveita, joiden avulla seuraavaa kertaa rakennettiin asiakaslähtöisesti. Toiminta suunniteltiin joustavaksi, jotta sillä oli mahdollisuus muuttua asukkaiden näköiseksi toiminnan aikana. Prosessin toisessa vaiheessa kerättiin toiminnasta tutkimusaineistoa havainnoimalla ja lisäksi haastattelemalla.

Prosessin viimeisessä vaiheessa koottiin yhteen tutkimustulokset, joita toiminnan toteutuksen aikana sekä haastattelun kautta oli syntynyt. Johtopäätösten perusteella pyritään saamaan aikaan kattava kuva siitä, mikä on asumispalveluyksikössä asuville asukkaille mieleistä toimintaa ja miten se rikastuttaa heidän arkeaan.

### 6.1 Osallistuva havainnointi

Havainnointi on laadullisen tutkimuksen aineistonkeruumenetelmänä yleinen ja haastava. Sitä käytetäänkin usein rinnakkain jonkin toisen menetelmän, esimerkiksi haastattelun kanssa. Havainnoinnin muotoja aineistonkeruumenetelmänä on neljä: piilohavainnointi, ilman osallistumista tapahtuva havainnointi, osallistuva havainnointi sekä osallistava havainnointi (Tuomi & Sarajärvi 2011, 81). Tässä tutkimuksessa käytettiin osallistuvaa havainnointia. Osallistuva havainnointi valittiin tutkimusmenetelmäksi, koska sen avulla tutkijoilla on apuvälineinään kaikki aistit sekä tunteet (Grönfors 2007, 158).

Osallistuvalla tutkijalla on tutkimusta tehdessään niin sanottu kaksoisrooli. Hänellä on ihmisen rooli sekä tutkijan rooli. Tällaisessa asetelmassa tutkija ottaa tutkittavassa ryhmässä oman paikkansa ja pyrkii roolinsa avulla tekemään havaintoja tutkimastaan asiasta. Tutkijan ja tutkittavien vuorovaikutuksella on tällaisessa tilanteessa suuri merkitys. Myös tutkimuksen kohteena oleva yhteisö itsessään antaa tärkeitä merkityksiä havainnoille. Vaikka tutki-

jalla on rooli ryhmässä, saattavat tutkittavat silti kokea hänen omaavan tutkijan roolin. (Grönfors 2007, 151–152.)

Osallistuva havainnointi tarkoittaa, että tutkija on vuorovaikutuksessa tutkittavien henkilöiden kanssa tutkimushetkellä. Tutkija voi omalla toiminnallaan vaikuttaa tai toisaalta olla vaikuttamatta tapahtumien kulkuun. Tutkijan rooli määräytyy sen mukaisesti, minkälaista tutkimusta hän on tekemässä. (Tuomi & Sarajärvi 2011, 82.)

Tämä tutkimus oli dialogista tutkimustyötä. Tässä tutkija osallistuu aktiivisesti keskusteluun ja siinä halutaan painottaa tutkijan kykyä kuunnella. Tämän menetelmän luonteeseen kuuluu, että sitä ei voi suunnitella etukäteen ja dialoginen kokemus on ennalta määräämätön. (Tuomi & Sarajärvi 2011, 79.)

Tutkimuksen tekoon tarvitaan aina tutkittavien luvat. Tässä tutkimuksessa lupa pyydettiin yksikön johtajalta, mutta tärkeää oli myös saada lupa ryhmältä, jossa osallistuvaa havainnointia toteutettiin. Tutkijat pitivät tärkeänä, että tutkittava ryhmä on tietoinen tutkimuksesta ja siitä, että he ovat havainnoinnin kohteena. Kohderyhmälle kerrottiin jo alkukartoituksessa, että tutkimukseen tullaan keräämään aineistoa havainnoimalla. Tätä pidettiin tärkeänä muun muassa siksi, että tutkijat tekivät toiminnan aikana muistiinpanoja. On selvää, että muistiinpanojen tekeminen saattaa vaikuttaa tapahtumien kulkuun (Grönfors 2007, 161), mutta tässä tutkimuksessa asiaa helpotti se, että tutkijoita oli kaksi. Toiminnan aikana kirjattiin kuitenkin ylös vain tärkeimpiä huomioita ja heti tuokion päätyttyä havainnot kirjattiin kattavammin. Näin tutkijat pystyivät olemaan aktiivisesti mukana yhteisissä tuokioissa korostamatta liikaa toiminnan tutkimusluonnetta.

## 6.2 Alkukartoitukset

Ennen varsinaista toimintaa pidettiin kaksi alkukartoitusta, joiden tarkoituksena oli tutkimuksesta kertomisen lisäksi saada tietoa siitä, mikä on ikäihmisille mielekästä toimintaa. Myös jo olemassa olevasta toiminnasta haluttiin saada tietoa. Näiden pohjalta haluttiin myös kartoittaa tulevan ryhmän jäsenistöä ja suuruutta. Alkukartoitusten pohjalta oli tarkoitus lähteä suunnittelemaan asiakaslähtöistä, kuntouttavaa ja osallistavaa toimintakertojen kokonaisuutta.

Ensimmäinen alkukartoitus pidettiin aivan opinnäytetyöprosessin alkuvaiheessa, jolloin tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset olivat vielä luonnosvaiheessa. Tämän alkukartoituksen merkitys oli suuri, sillä se antoi tutkijoille tärkeää tietoa siitä, mitä asukkaat kaipaavat arkeensa. Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset muotoutuivat ensimmäisen alkukartoituksen perusteella. Kartoitusten yhteydessä päätettiin myös siitä, kuinka usein ryhmä tulisi koontumaan ja kuinka kauan toiminta jatkuisi. Tässä vaiheessa asumispalveluyksikön työntekijät toimivat tärkeässä roolissa auttaen tutkijoita muodostamaan tutkimuksen kohderyhmän.

Alkukartoitusten kautta oli tarkoitus saada asukkaita osallistettua toimintaan ja saada heidät osaksi prosessia. Ikäihmisen luovuutta on tärkeää herkistää ja motivoida säännöllisesti. Tätä kautta ihminen osaa arvostaa itseään ainutlaatuisena persoonana ja hänen itsearvostuksensa säilyy. (Kurki 2008, 102.) Yhteisen kartoituksen kautta asukkaat ovat olleet alusta alkaen mukana tutkimuksessa ja saaneet käyttää omaa luovuuttaan toiminnan suunnittelussa.

Opinnäytetyön onnistumisen kannalta oli tärkeää pitää toinen alkukartoitus, koska toiminnan aloittaminen venyi aiottua pidemmälle. Tutkijat halusivat saada varmuuden siitä, että toiminnasta tulisi mahdollisimman asiakaslähtöistä ja siksi järjestivät vielä toisen kartoituksen. Tämä kartoitus pidettiin asukaskokouksen yhteydessä, jossa käydään muutenkin läpi asukkaiden toiveita ja heidän huomaamia mahdollisia epäkohtia talon toiminnassa. Toinen kartoitus vahvisti tutkijoiden jo luomia käsityksiä siitä, mitä asukkaat toivoisivat toiminnalta. Kahden alkukartoituksen tulokset koottiin yhteen ja ensimmäinen toimintakerta päästiin toteuttamaan melko pian toisen kartoituksen jälkeen.

### 6.3 Toimintakertojen toteutus

Toimintakertoja toteutettiin yhteensä neljä kappaletta. Tutkimuksen kohde-ryhmään kuului 5–8 henkilöä. Ryhmän kokoa perusteltiin sillä, että tutkijat halusivat toteuttaa toiminnan mahdollisimman asiakaslähtöisesti ryhmäläisiä kuunnellen. Pieni ryhmä mahdollistaa juuri sen, että jäsenet voivat aktiivisesti tuoda esille omia mielipiteitään ja lisäksi toisiin tutustuminen on helpompaa (Laine, Ruishalme, Salervo, Sivén & Välimäki 2009, 228). Tutkimuksen aikana ryhmäkoko vaihteli kuitenkin jonkin verran.

Heti ensimmäisillä kerroilla asukkaille kerrottiin, minkä puitteissa toimintaa toteutetaan ja pyrittiin luomaan selkeä käsitys siitä, että tutkijoiden järjestämä toiminta tulee jatkumaan vain yhdessä määritetyn ajanjakson ajan. Näin ryhmän jäsenet tiesivät alusta alkaen yhteisestä tavoitteesta, mikä helpotti motivoitumista toimintakerroille osallistumiseen. Yhteisen päämäärän tavoittelu on hyvä lähtökohta ryhmätyöskentelylle ja auttaa saavuttamaan tuloksia (Niemistö 1999, 37). Toiminta pyrittiin toteuttamaan niin, ettei tutkimusta korosteta kuitenkaan liikaa, jotta se ei vaikuttaisi toiminnan luontevuuteen. Tarkoituksena oli luoda mahdollisimman rento ja avoin ilmapiiri ryhmään, jotta kaikkien olisi helppo osallistua.

Toimintakerrat alkoivat tutkijoiden esittelyllä, nimikierroksella sekä kertomalla tulevasta ohjelmasta. Jokaisen kerran alussa kyseltiin myös kuulumisia ja millä mielellä kukin on tullut mukaan toimintaan. Suunnitteluvaiheessa pidettiin huoli siitä, että asukkaat saavat itse vaikuttaa siihen, millaista toimintaa tullaan järjestämään. Toiminta pyrittiin toteuttamaan mahdollisimman asiakaslähtöisesti ja asukkaiden toiveita kuunnellen. Jokaisella toimintakerralla kysyttiin osallistuneilta, mikä olisi heille mieluista tekemistä ja mitä he toivoisivat tulevina kertoina toteutettavan.

Ensimmäisen toimintakerran tavoitteena oli tehdä tutkimuksen aloittamisesta mahdollisimman helppoa asukkaille ja saada kohderyhmän jäsenet ensimmäistä kertaa kokoontumaan yhteen tutkimuksen tiimoilta. Järjestetty toiminta suunniteltiin siten, että toimintaan osallistuminen olisi alusta alkaen asukkaille mieluisaa ja tekeminen heidän toiveidensa mukaista. Näin pyrittiin varmistamaan, että heillä riittää mielenkiintoa osallistua myös tuleville toimintakerralle.

Jokaiselle kerralle tutkijat suunnittelivat teeman ja siihen sopivaa monipuolista ohjelmaa. Teemat päätettiin asukkaiden toiveiden pohjalta, mutta tarkoituksena oli tuoda myös jotain täysin uutta, jotta toiminta ei kävisi yksitoikkoiseksi. Asukkaiden usein mainitsema toive oli aivojumppa ja sitä pyrittiinkin ottamaan mukaan jokaiselle toimintakerralle. Tutkijat pitivät tärkeänä sen järjestämistä, sillä tutkimus toteutettiin asiakaslähtöisesti.

Aivojumpan avulla pyritään ylläpitämään ikäihmisten toimintakykyä, sillä sen heikentyessä toiminnallisuuden ja elämyksellisyyden kokeminen vähenee. Ikäihmisten kanssa toteutettavissa luovissa ja osallistavissa työmenetelmissä toteutuu sosiaalipedagoginen ajattelu hyvinvoinnin edistämisestä pedagogisin keinoin. Tällaisessa työskentelyssä tulee huomioida ikäihmisen eletty elämä ja tukea hänen yksilöllisyyttään. Tätä kautta pyritään parantamaan ikäihmisen sisäistä elämänhallintaa ja kykyä sopeutua muutoksiin. (Andreev & Salomaa 2005, 169.) Aivojumppa toimi ikään kuin runkona toiminnan järjestämiselle.

Tutkijat päättivät käyttää ryhmätyöskentelyn tukena luovia menetelmiä, sillä niiden avulla pyritään parantamaan arjessa jaksamista sekä vahvistamaan ihmisen sisäistä maailmaa ja henkisiä toimintoja. Toiminnallisten välineiden hyödyntäminen työskentelyssä voi antaa uutta sisältöä ihmisen elämään ja herättää positiivisia tunteita. Nämä tunteet voivat saada aikaan osallisuutta ja aktiivisuutta. (Nietosvuori 2008, 141.)

Ikäihmisten kanssa työskennellessä toiminnallisuus saattaa rohkaista osallistumaan omana itsenään ilman vaatimuksia. Se voi auttaa irrottautumaan menneestä ja keventää elämän taakkaa. Yksinkertainenkin tekeminen auttaa hetkeksi irtautumaan arjesta ja heittäytymään mukaan mukavaan hetkeen. Samassa elämäntilanteessa olevat ikäihmiset jakavat kokemustaan yhteisen tekemisen välityksellä. (Andreev & Salomaa 2005, 171.)

#### 6.4 Ryhmäteemahaastattelu

Haastattelu valitaan tutkimusmenetelmäksi usein silloin, kun halutaan korostaa haastateltavien subjektiivista ja sitä, että haastateltavat ovat tutkimuksen kannalta merkityksiä luovia ja aktiivisia osapuolia. Haastattelu on monipuolinen tiedonkeruun tapa, jota käytetään yleisesti erilaisissa kvalitatiivisissa tutkimuksissa. (Hirsjärvi & Hurme 2009, 35.) Haastattelun muotoja on erilaisia. Tässä tutkimuksessa on käytetty teemahaastattelua, joka toteutettiin ryhmä-

teemahaastatteluna. Haastattelu toteutettiin viikon kuluttua yhteisten toimintakertojen päättymisestä.

Haastattelu koettiin parhaaksi vaihtoehdoksi aineistonkeräämiseen, sillä ikäihmisten kanssa tutkimusta tehtäessä ajateltiin haastattelun antavan eniten aineistoa. Ikäihmisten toimintakyky on usein heikentynyt ja se tuo omat haasteensa heitä tutkittaessa. Ikäihmisillä saattaa olla aineistonhankintaan vaikuttavia erityisominaisuuksia, esimerkiksi huono kuulo tai näkö. Haastateltavat eivät välttämättä myöskään aina tuo omia rajoituksiaan esille, jolloin heiltä saattaa mennä jotain ohi haastattelutilanteessa (Hirsjärvi & Hurme 2009, 134). Haastattelutilanteessa pidettiin huoli siitä, että jokainen paikalla ollut pääsi osallistumaan tilanteeseen tasapuolisesti. Ryhmän jäsenet olivat myös päässeet tutustumaan ohjaajiin toiminnan aikana, joten edellytykset haastatteluun olivat hyvät.

Puolistrukturoitua haastattelua kutsutaan Hirsjärven ja Hurmeen (2009, 47) teoksessa teemahaastatteluksi. Teoksen teoria teemahaastattelusta perustuu Mertonin, Fiskin ja Kendallin (1956, 3–4) kirjaan *The Focused Interview*. Edellä mainitusta teoksesta on julkaistu uusi painos vuonna 1990. Kirjoittajien mukaan teemahaastattelun erityispiirteet ovat:

1. haastateltavat ovat kokeneet tietyn tilanteen
2. yhteiskuntatieteilijä on tietoinen tutkittavan ilmiön tärkeistä osista, rakenteista, prosesseista ja kokonaisuudesta
3. tutkija muodostaa tulkintansa perusteella haastattelurungon
4. haastattelu keskittyy haastateltavien subjektiiviseen kokemukseen

Teemahaastattelun ydin on siinä, että se etenee ennalta valittujen, tutkimuksen kannalta keskeisten teemojen mukaisesti. Menetelmän etuna on, että tutkittavien ääni saadaan näkyvästi esille ja tutkijan omat näkökulmat jäävät taka-alalle. Tutkittaville annetaan tilaa luoda merkityksiä asioille. Haastattelukertojen määrällä ei ole merkitystä eikä myöskään sillä, onko tutkimus kvalitatiivinen vai kvantitatiivinen. Teemahaastattelu on tutkimusmenetelmänä monipuolinen, sillä sen avulla voidaan tutkia kattavasti yksilöiden tunteita, kokemuksia, ajatuksia ja uskomuksia. (Hirsjärvi & Hurme 2009, 47–48.)

## 6.5 Aineiston analyysi

Tutkimuksen sisällönanalyysi on aineistolähtöistä. Milesin ja Hubermanin (1994) näkemys induktiivisen aineiston analyysistä on kolmivaiheinen prosessi: 1) redusointi eli aineiston pelkistäminen, 2) klusterointi eli aineiston ryhmittely ja 3) abstrahointi eli teoreettisten käsitteiden luominen. (Tuomi & Sarajärvi 2011, 108).

Aineistoa pelkistettäessä kirjoitetaan auki tutkimuksen aikana kerätyt havainnot ja haastatteluaineisto, jonka jälkeen aineistosta karsitaan pois kaikki tut-



kimukselle epäolennainen. Tätä ohjaa tutkimustehtävä- ja kysymykset, joiden avulla voidaan alleviivata tutkimuksen kannalta tärkeimpiä asioita. (Tuomi & Sarajärvi 2011, 109.) Tässä vaiheessa tutkijat keskustelivat kerätyistä havainnoista alkukartoitusten ja toimintakertojen osalta. Havaintojen perusteella jatkettiin vielä tulevien toimintakertojen ja ryhmäteemahaastattelun suunnittelua. Aineiston redusointi on siis aloitettu jo tutkimuksen ollessa vielä vaiheessa.

Klusterointivaiheessa aineistosta etsitään samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia kuvaavia käsitteitä. Tämän avulla luodaan pohja tutkimukselle sekä alustavia kuvauksia tutkittavasta aiheesta. (Tuomi & Sarajärvi 2011, 110.) Tutkimuksen edetessä havaintojen kautta on pyritty valitsemaan erilaisia käsitteitä, jotka olisivat mahdollisimman kuvaavia ryhmän toiminnan kannalta. Käsitteiden muodostamiseen on vaikuttanut siihen mennessä muodostunut teoriapohja. Tutkimuksen edetessä tutkimuksen luonnetta kuvaavat käsitteet ovat vaikuttaneet myös teoriapohjan lopulliseen muotoon.

Abstrahointivaiheessa muodostetaan teoreettisia käsitteitä valikoidun tiedon perusteella ja erotetaan tutkimuksen kannalta oleellinen tieto. Siinä edetään alkuperäisaineistossa käytetyistä kielellisistä kuvauksista teoreettisiin käsitteisiin ja johtopäätöksiin. Aineistolähtöisessä analyysissä pyritään löytämään vastaus tutkimustehtävään käsitteitä yhdistelemällä. (Tuomi & Sarajärvi 2011, 111–112.) Klusterointia ja abstrahointia on siis myös toteutettu jo tutkimuksen alkuvaiheissa.

Tässä tutkimuksessa alustavat teoreettiset käsitteet muodostuivat ennen ryhmäteemahaastattelua siihen mennessä saadun tutkimusaineiston perusteella. Tässä vaiheessa tutkimukselle oli jo muodostettu teoreettinen viitekehys, jonka pohjalta muodostettiin alustavat teemat ryhmäteemahaastatteluun. Ryhmäteemahaastattelussa jätettiin mahdollisuus sille, että asukkailta itseltään nousisi esiin uusia teemoja.

Tässä tutkimuksessa empiirinen aineisto liitettiin teoreettisiin käsitteisiin ja alkuperäisaineistoa verrataan johtopäätöksiin. Johtopäätöksiä tehtäessä olisi tärkeää, että tutkija ymmärtäisi asioiden merkitystä tutkittaville. (Tuomi & Sarajärvi 2011, 112–113.) Kaikissa analyysin vaiheissa pyrittiin ymmärtämään tutkittavia heidän näkökulmastaan.

Tuomen ja Sarajärven (2011, 93) mukaan teemoittelu, tarkoittaa saadun aineiston pilkkomista ja jaottelua osiin eri aihepiirien alle. Aihepiirejä voi kutsua teemoiksi. Tätä menetelmää käytettäessä ei ole oleellista, kuinka monta kertaa kukin asia esiintyy, vaan tärkeämpää on, miten asia aineistossa esiintyy. Teemoittelua helpottaa aineiston ryhmitteleminen esimerkiksi haastattelujen sukupuolen mukaisesti, jonka jälkeen varsinaisten teemojen etsiminen saattaa olla yksinkertaisempaa. Mikäli aineisto on jo valmiiksi kerätty teemojen mukaisesti, esimerkiksi teemahaastattelulla, on vastausten teemoittelu vielä helpompaa.

Tässä tutkimuksessa aineiston käsittelyä helpotti se, että haastatteluun oli suunniteltu valmiiksi teemat, joiden mukaan aineisto kerättiin. Haastattelua tehdessään tutkijat jättivät kuitenkin mahdollisuuden sille, että haastateltavilta nousee esiin jokin tutkimuksen kannalta merkittävä teema. Koska tutkijoilla oli valmiina teemat ja aineistoa teemoiteltiin tutkijoiden omien kysymysten avulla, keskeiseen asemaan nousi tutkittavien antamat merkitykset, joita kunkin teeman kohdalle saatiin. Jos kaikki teemat olisivat nousseet esille saadusta aineistosta, olisi kyseessä ollut aineistolähtöinen lähestymistapa. (Moilanen & Rähä 2007, 55.)

## 7 TULOKSET

Tässä kappaleessa kuvataan tutkimuksen keskeisimpiä tuloksia. Tulokset kerrotaan toimintakerroilta ja ryhmäteemahaastattelusta saatujen aineistojen mukaisesti. Toimintakertojen onnistuneisuutta ja asukkaiden osallistumista pohditaan teorian avulla. Ryhmäteemahaastattelua avataan ennalta suunniteltujen teemojen eli avoimuuden, dialogisuuden ja integraation kautta. Ryhmäteemahaastattelun tuloksia on kuvattu asukkaiden kertoman ja tutkijoiden päätelmien mukaisesti.

### 7.1 Toimintakerrat

Tutkimukseen osallistuvan ryhmän oli tarkoitus olla melko pieni eli noin 5-8 henkilöä. Ensimmäiselle toimintakerralle osallistuneita oli lähes kaksinkertaisesti. Ryhmässä oli myös muistisairaita henkilöitä, mutta suunniteltu toiminta osoittautui kuitenkin kaikkia palvelevaksi. Syynä muuttuneeseen ryhmäkoko-oon oli tietokatkos ja seuraavalla kerralla varmistettiin, että kaikki työntekijät ovat tietoisia siitä kenelle toiminta on pääasiassa suunnattu. Suunnitelman joustavuus kuitenkin pelasti tutkijat suuremmilta ongelmilta, ja toteutus oli kaikin puolin onnistunut.

Monella osallistuneella oli heikentynyt kuulo ja välillä kävikin niin, että kaikki eivät aina kyenneet osallistumaan. Tilassa saattoi olla pientä yleistä hälinää, jolloin esimerkiksi aivojumpan aikana kysytyt kysymykset menivät heiltä ohi. Tämä saattoi aiheuttaa heille myös hieman mielenkiinnon lopahtamista, jolloin yritettiin keksiä erilaisia keinoja saada heidät paremmin mukaan, esimerkiksi kysymysten kirjoittaminen paperille. Seuraaville toimintakerroille yritettiin varautua paremmin ja järjestää esimerkiksi istumapaikat niin, että osallistuminen olisi helpompaa. Ohjaajalla on tuokiossa suuri rooli, sillä hänen tehtävänä on luoda turvallinen ilmapiiri ja varmistaa, että kaikki voivat osallistua toimintaan tasavertaisesti.

Toiminnassa tuotiin esille myös muistelua ja sen tärkeyttä ikäihmisen sosiaalisen, henkisen ja psyykkisen toimintakyvyn ylläpitämiseen. Muistelun tarkoituksena on tukea ikäihmisen identiteettiä ja itsearvostusta, joka antaa edellytykset oman elämän hallitsemiseen. Se ylläpitää ikäihmisen voimavaroja ja it-

semääräämisoikeutta tuoden hänen oman äänensä kuuluviin. Yleensä muistelu on mieluisaa, mutta muistelun täytyy tapahtua luontevasti ja ikäihmisen omilla ehdoilla. (Hakonen & Marin 2003, 131–132.)

Tutkijat järjestivät ryhmälle yhteistä toimintaa, minkä avulla muisteleminen oli osallistujille luontevampaa. Ryhmässä kaikki saivat vapauden jakaa omia muistojaan. Osalle muisteleminen oli luontevampaa, osa taas nautti enemmän siitä, että saivat kuunnella muiden muistoja.

Jokaisella vanhuksella on menneisyys, joka kulkee mukana ja jota toistuvasti saatetaan muistella. Kun uusi paikka alkaa muodostua tutummaksi, ikäihmiselle muodostuu uusia mukavia muistoja, joita jälkikäteen muistelee yksin tai uuden yhteisönsä kanssa. Tätä kautta hänen olemassaolonsa muodostuu kokonaisvaltaiseksi menneisyyden ja nykyisyyden ollessa sopusoinnussa. (Näslindh-Ylispangar 2005, 147–148.)

Tutkijat halusivat yhteisen toiminnan innostavan osallistuneita muistelemaan yhdessä ja rohkaisevan heitä jakamaan muistoja yhdessä ryhmän kanssa. Tutkijoiden toiveena oli, että ryhmän kanssa muisteleminen onnistuisi luomaan osallistuneille yhteisen muiston. Tätä kautta voidaan saada yhteisöä vahvistamaan entisestään. Aidon yhteisön syntyminen ei tapahdu itsestään, vaan se vaatii pohjakseen kasvun prosessin. Palvelutalossa asuvien ikäihmisten kanssa tehtävässä työssä on ensisijaista tukea yhteisön kehitystä. (Kurki 2008, 40.)

Ryhmäläiset aktivoituivat yhteisessä muistelutyössä. On tärkeää, että toiminta lähtee etenemään luontevasti, jolloin kaikki ryhmäläiset löytävät rohkeutta osallistua muisteluun. Kaikki osallistuivat yhteiseen keskusteluun ja tekivät osallistumisen toisilleen helpoksi. Oli mukavaa huomata, kuinka ryhmäläiset olivat kiinnostuneita toistensa elämästä ja tarinoista.

Tällaisen toiminnan kautta osallistujien yksilöllisyyden huomiointi helpottuu ja ryhmän jäsenet voivat jakaa omia elämäntarinoitaan. Luovat menetelmät auttavat ihmisiä oman tarinansa hahmottamisessa, kun he pääsevät kertomaan elämänsä tarinaa siitä kiinnostuneille uudenlaisissa tilanteissa. Tämä nostaa ihmisen itsetuntoa ja vahvistaa hänen olemassaoloaan yhteisönsä jäsenenä. (Nietosvuori 2008, 136.)

Tarinoiden yhteinen jakaminen auttaa jäseniä muodostamaan tiiviimmän yhteisön. Käymällä muistoja läpi ja kertomalla niitä eteenpäin ikäihmiset pyrkivät löytämään myönteisiä näkökulmia elettyyn elämään. Keskustelun aikana mieleen saattaa palautua hyviä hetkiä, joiden on luultu jo unohtuneen. Kertomusten kuuntelu ja myönteisten muistojen vahvistaminen on osa vanhustyötä ja ikäihmisen toivon tukemista. Yhdessä muisteleminen antaa merkityksen omalle historialle. (Gothóni 2005, 99.)

Tutkijat huomasivat, että toimintakertojen aluksi asukkaat empivät osallistumista luovaan toimintaan, mutta toiminnan edetessä rohkaistuivat. Tämä johdettiin osittain asukkaiden keskinäisestä kannustamisesta sekä tutkijoiden innostavasta työotteesta.

Alussa osa ryhmäläisistä siis suhtautui luovaan toimintaan epäilevästi. He huomasivat kuitenkin pian, että tekemisen tulos ei ollut merkittävää. Ohjaajan on tärkeää luoda tunne siitä, että heittäytymällä yhteiseen toimintaan ei mene mitään. Jos ohjaaja itse on avoin ja spontaani pystyvät ryhmäläisetkin helposti samaistumaan tähän. On tärkeää muistaa korostaa sitä, että ei ole väliä millainen lopputulos on, sillä tärkeintä on itse tekeminen. Myös positiivinen palaute on tärkeää, jotta kaikki saavat onnistumisen kokemuksia. (Hohental-Antin 2009, 140–141.) Ryhmän toisiltaan saama tuki ja kannustus rohkaisivat osallistujia mukaan toimintaan.

Luovien ja toiminnallisten menetelmien avulla ikäihmistä innostetaan käyttämään mielikuvitustaan. Sitä kautta voidaan houkutella esiin ikäihmisen ajatuksia, tunteita ja mielikuvia sekä rohkaista tuomaan esille omaa luovuuttaan. Kokemuksellisuuden ja elämyksellisyyden kautta ikäihminen voi löytää itseltään uusia puolia ja se voi auttaa madaltamaan kynnystä osallistumaan erilaisiin ryhmätuokioihin. Erilaisten menetelmien toteuttaminen auttaa ikäihmistä selviämään arjesta, ja onnistunut ryhmätoiminta voi ehkäistä yksin jäämistä ja syrjäytymistä. (Andreev & Salomaa 2005, 178.)

Luovien menetelmien käyttäminen osana toimintakertoja osoittautui hyväksi valinnaksi, sillä kaikki asukkaat uskalsivat heittäytyä mukaan toimintaan. Luovissa menetelmissä jokainen saa osallistua toimintaan omalla panoksellaan. Osallistujat olivat toimintakertojen päätyttyä tyytyväisiä, että olivat uskaltaneet osallistua toimintaan.

## 7.2 Ryhmäteemahaastattelu

Ryhmäteemahaastattelun teemoina olivat dialogisuus, avoimuus ja integraatio. Kurjen (2000, 130) mukaan yhteisöllisen suhteen tunnusmerkkejä ovat dialogi, avoimuus, integraatio, solidaarisuus, uudistuminen ja pysyvyys. Tutkimuksen kannalta tärkeiksi teemoiksi on valittu kolme ensiksi mainittua. Valitut teemat kuvaavat parhaiten tutkittavaa prosessia ja antavat tutkimuksen kannalta tarkoituksenmukaisimpia vastauksia. Mielenkiintoisen teeman olisi voinut luoda myös esimerkiksi pysyvyydestä, mutta näkökulma on kuitenkin tutkimuksen rajaamisen vuoksi jätetty pois. Kolmen valitun teeman lisäksi tutkimuskysymykset toimivat runkona haastattelussa. Tulokset esitellään edellä mainittujen teemojen mukaan jaoteltuna.

“Teemahaastattelun avoimuudesta riippuen teemojen sisältämien kysymysten suhde tutkimuksen viitekehyksessä esitettyyn kuitenkin vaihtelee intuitiivisten ja kokemuseräisten havaintojen sallimisesta varsin tiukasti vain etukäteen tiedetyissä kysymyksissä pitäytymiseen.” (Tuomi & Sarajarvi 2011, 75).

Haastattelun pohjalle luotiin kysymysrunko (liite 1), jossa jokainen tärkeä teema oli huomioitu. Haastattelutilanne eteni kysymysten pohjalta, mutta tutkijat pitivät huolen, että asukkaiden olisi ollut mahdollista nostaa esiin myös uusia, heidän mielestä toiminnan kannalta tärkeitä, teemoja. Ennalta suunnitellut kysymykset ohjasivat tilannetta eteenpäin eikä asukkailta noussut uusia teemoja tutkimukseen liittyen.

Ryhmäteemahaastattelu toteutettiin viikon kuluttua viimeisestä toimintakerasta. Osallistujille oli tiedotettu tulevasta haastattelusta. Haastatteluun osallistui viisi henkilöä. Tutkijat olivat korostaneet haastattelun merkitystä ja tärkeyttä opinnäytetyössään, jotta osallistujat saataisiin motivoitua paremmin haastatteluun. Tutkijoilla oli oletus, että haastattelu ei tunnu osallistujille niin mielekkäältä, kuin toiminnalliset tuokiot ja osallistujien määrä saattaisi siksi olla vähäinen.

Kaikki teemahaastatteluun osallistuneet olivat hyvin orientoituneita. He olivat selvästi pohtineet jo etukäteen haastattelutilannetta ja valmistautuneet pohtimalla edellisiä toimintakertoja. Heidän roolinsa haastattelun aikana oli erittäin aktiivinen. Ryhmäteemahaastattelu eteni luontevasti ja kaikki teemat käytiin kattavasti läpi. Varsinaisia uusia teemoja ei haastateltavilta noussut, mutta keskustelu laajeni ajoittain teemojen ulkopuolelle. Teemojen lisäksi osallistujat antoivat järjestetystä toiminnasta kattavasti palautetta, joka oli pääasiassa positiivista.

Ryhmäteemahaastattelun jälkeen tutkijat aloittivat aineiston analysoinnin heti seuraavana päivänä. Koska haastattelutilannetta ei nauhoitettu, oli aineiston käsittely mahdollisimman pian välttämätöntä. Tutkijoita oli haastattelutilanteessa kaksi, joten oli myös tärkeää koota yhteen molempien saamat aineistot.

Analyysivaiheessa tutkijat kokosivat aineiston teemojen alle ja tämän jälkeen lähtivät etsimään tarkempia merkityksiä. Teemoittelun analyysivaiheessa tarkastellaan sellaisia aineistosta esiin nousevia piirteitä, jotka ovat yhteisiä haastateltaville. Nämä saattavat pohjautua teemahaastattelun teemoihin ja ainakin lähtökohtateemat nousevat esiin. Lisäksi saattaa esiintyä lukuisia muita teemoja, jotka ovat usein lähtöteemoja mielenkiintoisempia. Analyysivaiheessa esiin nousevat teemat pohjautuvat tutkijan tulkintoihin haastateltavien sanomisista. (Hirsjärvi & Hurme 2009, 173.)

### 7.2.1 Avoimuus

Käsitteenä avoimuudella tarkoitetaan avoimuutta yhteisön jäseniä, toisia yhteisöjä ja yhteiskuntaa kohtaan. Sen avulla voidaan laajentaa omaa vuorovaikutuksen kenttää ja luoda uusia suhteita, joihin avoimuus antaa molemminpuolisen kasvun mahdollisuuden. (Kurki 2002, 51.) Tässä tutkimuksessa avoimuutta tutkitaan asukkaiden osallisuuden ja ryhmän yhteistoiminnan näkökulmasta.

Asukkaiden kokemuksen mukaan ryhmään osallistuminen on ollut vaivatonta. Toimintakertoja on odotettu innokkaasti joka kerta. Asukkaat olivat haastattelun mukaan hyvin yllättyneitä siitä, kuinka se on toiminut niin hyvin ja miten helppoa ryhmään oli lähteä mukaan. He kokivat, että muut ryhmäläiset ottivat aina toisensa hyvin vastaan.

Avoimuuden teemaan liittyen osallistuneiden yhteinen näkökanta oli, että muut ryhmäläiset ovat tehneet toimintaan osallistumisen helpoksi. Ryhmän jäsenet ovat kohdelleet toisiaan tasa-arvoisesti ja onnistuneet luomaan avoimen ilmapiirin. Vaikka kohderyhmä pyrittiin rajaamaan tiettyihin henkilöihin, pystyi toimintaan osallistumaan myös yksittäisiä henkilöitä, jotka eivät kuuluneet talon itsenäisempiin asukkaisiin. Osallistuneet olivat tyytyväisiä siihen, että ryhmä on pysynyt pääpiirteittäin samana koko toiminnan ajan. Joillain kerroilla ryhmäkoot hieman vaihtelivat, mutta kohderyhmäksi suunnitellut henkilöt ovat aina osallistuneet toimintaan.

Asukkaiden asennoituminen tutkimukseen on ollut avointa ja myönteistä. Tutkimuksen liiallista korostamista vältettiin, jotta se ei vaikuttaisi toiminnan luontevuuteen. Kohderyhmä onnistuikin toimintatuokioissa keskittymään toimintaan ja toistensa huomioimiseen ilman, että he olisivat antaneet ajatuksen tutkimuksen tekemisestä häiritä heidän osallistumistaan. Avoimuuden teema toteutui toiminnassa myös siten, että asukkaat saattoivat toiminnan aikana keskustella myös aiheista, jotka eivät liittyneet mitenkään siihen hetkeen. Tämä ei haitannut toimintaa, vaan todisti sen, että tutkijat olivat onnistuneet luomaan rennon ilmapiirin, jota osallistuneet eivät kokeneet vaivaantuttavana. Avoimuuden teeman kannalta toiminta näyttäytyi onnistuneena ja kaikki osallistujat kokivat ryhmän yhteisen toiminnan mukavaksi.

Asukkaat kokivat myös ohjaajien roolin positiivisesti. He kokivat mieluisaksi sen, että heihin on uhrattu aikaa suunnittelemalla heidän näköistään mielekäs-tä tekemistä. Toiminnan monipuolisuus sai myös kiitosta.

Seuraavassa on lainauksia asukkailta:

Olen kyllä tykännyt ja yllätynyt, että näinkin mukavaa on ollut.

Olen pitänyt ja helppoakin ollut.

Olen odottanut, olishan tää voinut olla vaikka jo eilen.

## 7.2.2 Dialogisuus

Dialogisuuden kautta ymmärretään, että jokaisella ryhmän jäsenellä on tärkeää sanottavaa ja jokaista tulisi kuunnella tasapuolisesti. Ryhmän toiveet ja odotukset tulkitaan ja ilmaistaan dialogin kautta. (Kurki 2002, 51.) Dialogissa tarkoituksena olisi syntyä uudenlainen ymmärrys kahden ihmisen välille. Dialogin onnistuessa molemmat osapuolet saavat siitä itselleen jotain, oppivat

toisiltaan tai löytävät vuorovaikutuksestaan vastavuoroisuuden. (Arnkil & Seikkula 2009, 56.)

Ryhmän välinen vuorovaikutus oli aktiivista ja monipuolista. Vuorovaikutus kasvoi tutkijoiden havaintojen mukaan toimintakertojen edetessä ja vuorovaikutukseen tuli erilaisia ulottuvuuksia. Asukkaiden mukaan vuorovaikutus on sujunut hyvin alkuvaiheen jälkeen. Koska vuorovaikutusta vaikeuttavat asukkaiden erityisominaisuudet, oli mielenkiintoista havaita kuinka ryhmä on sopeutunut niihin. Näistä erityisominaisuuksista mainittakoon esimerkkeinä erittäin heikko kuulo sekä sokeus.

Haastattelun aikana asukkaat korostivat erityisesti sitä, kuinka hyvin erityisominaisuudet eli heidän omien sanojensa mukaan ”viat” huomioidaan ryhmässä hyvin. He kokivat, että on helppoa olla yhdessä, kun kaikki ovat samassa asemassa.

Vuorovaikutus ryhmässä on ollut asukkaiden kertomana monipuolista ja tasa-arvoista. Jäsenet huomioivat toisensa ja tuntevat, että heillä kaikilla on tärkeä rooli ryhmässä. Asukkaat kokevat, että kaikki ovat saaneet sanoa sanottavansa ja kaikkia on kuunneltu tasapuolisesti. Osa koki olleensa välillä liiankin paljon äänessä, ja pelkäsivät että ovat vieneet toisilta suun vuoron. Ylipäättään ryhmän jäsenet kokivat saaneensa tarpeeksi huomiota toiminnan aikana.

Monipuolisesta vuorovaikutuksesta ja dialogista kertoo myös se, että asukkaat saivat haastattelun aikana tukea toisiltaan, jos mielipiteen ilmaisussa oli vaikeuksia. Asukkaat kuuntelivat aktiivisesti toisiaan ja täydensivät mielipiteitään, joten dialogi oli hyvin monipuolista.

Lainaukset kertovat asukkaiden kokemuksia vuorovaikutuksen toteutumisesta ryhmäläisten välillä toimintakerroilla:

Alkuun kun on päästy, niin kaikkien ääni on kuultu ja toiveet toteutettu.

Kaikki on huomioitu, vaikka meitä on tällaisia huomioitaviakin, kun on huonoa näköä ja kuuloa.

Kaikkea kivaa ollaan tehty yhdessä.

### 7.2.3 Integraatio

Haastattelun perusteella integraatio nousi eniten keskustelua herättäneeksi teemaksi. Asukkaat analysoivat erittäin monipuolisesti ryhmää ja sen toimintaa sekä pohtivat aktiivisesti ryhmän tulevaisuutta. Ryhmästä keskusteltaessa haastattelijoiden rooli oli pienempi, koska haastateltavat keskustelivat aktiivisesti keskenään.

Kaikki haastattelussa mukana olleet kokivat, että ryhmä tuntuu heille omalta ja sopivalta. Vaikka asukkaat olivat jo pidemmän aikaa asuneet samassa talossa, ryhmä on tuonut heidät lähemmäs toisiaan. Heidän mukaansa on ollut mukava tutustua ja vaihtaa kuulumisia toiminnan lomassa. Ryhmä on tiivistynyt toimintakertojen edetessä ja tutkijoiden havaintojen perusteella voidaan sanoa, että ryhmäytymistä on selvästi tapahtunut.

Haastattelussa kävi ilmi, että toiminnallisella ja tutulla toiminnalla on tärkeä rooli asukkaiden arjessa. Ryhmäkokoontumiset toivat vaihtelua arkeen. Yksinäisyyden tunne ei ollut niin vahva, koska asukkaat kokivat kuuluvansa ryhmään. Myös ryhmän säännöllisyyden koettiin poistavan yksinäisyyttä. Säännöllisyyden tärkeyttä kuvastaa myös se, että asukkaat kertoivat, kuinka mukava on muistella edellistä kertaa ja sitten alkaa jo odottaa seuraavaa.

Haastattelussa esiin tulleet asiat ovat yhteydessä tämän tutkimuksen teoriaosuudessa käsiteltyyn sosiaaliseen toimintakykyyn ja sen tukemisen tärkeyteen. Sosiaalisen toimintakyvyn on todettu olevan hyvinkin subjektiivinen kokemus ja haastattelun perusteella voidaan päätellä, että ryhmäläisten subjektiivinen kokemus omasta sosiaalisesta toimintakyvystä on parantunut yhteisen tekemisen kautta. Tätä on edesauttanut asukkaiden ryhmäytyminen.

Ryhmän kokoontuminen on tuonut myös konkreettista apua arkeen. Se on antanut elämään vaihtelua ja moninaisuutta. Erityisesti aivojumppa, yhdessä keskustelu ja muistelu koettiin arkea rikastuttaviksi asioiksi. Edellä mainitut asiat kiinnittävät asukkaat paremmin ympäristöön ja yhteiskuntaan. Seuraavat lainaukset kuvaavat tätä ilmiötä asukkaiden kertomana:

Vanhemmille ihmisille aivojumppa on oikein erityistä, saa tähän olemiseen ja henkiseen elämään apua, pysyy ajan tasalla, kun tulee mukaan.

Arkeen tulee piristystä kun aina odottaa ja sitten muistelee entistä.

...mutta esimerkiksi sanomalehtien luku voi olla tärkeää, vaikka ei sitä aina ajattele, maailmassa pysyy mukana.

Sosiaalipedagogisen työtteen mukaisesti tutkijat onnistuivat edistämään asukkaiden integroitumista yhteisönsä. Yhteisöllä voidaan tässä tarkoittaa toimintaan osallistuneiden henkilöiden muodostanutta ryhmää tai koko asumispalveluyksikköä. Ikäihmisen uteliaisuutta ympäristöstään on pidettävä yllä ja pohdittava, mitkä ovat hänen kiinnostuksen kohteitaan. (Kurki 2008, 96.) Asukas itse on vastuussa siitä, millä tavoin hän osallistuu yhteisönsä toimintaan, mutta työntekijöillä on tärkeä rooli heidän aktivoimisessaan.



Asukkaat osallistuivat aktiivisesti keskusteluun ryhmän tulevaisuudesta. Toiminnan suunnittelu ja toiveiden esittäminen tulevaisuutta ajatellen oli innovatiivista. Asukkaat olivat toiveikkaita siitä, että ryhmä voisi jatkossakin kokoontua. Ajatuksia mahdollisista toimintakerroista heräsi paljon ja asukkaat onnistuivat innostamaan myös toisiaan toiminnan ideoimiseen. Lainauksista on havaittavissa selvää innokkuutta yhteistä tekemistä kohtaan:

No kyllähän sitä voisi kokoontua, mutta tarvitseehan se sellaisen nokkamiehen.

Ryhmää olisi kiva jatkaa, voisi olla ainakin viisi henkilöä.

Voisi myöhemmin kokoontua ja voisi tulla myös muita jäseniä, ei sellaista suljettua ryhmää, mutta talon sisäinen silti.

Leikkilauluja, eikö ne olisikin aika mukavia, niitä mitä silloin lapsena oli.

Asukkaat kertoivat tarkasti, minkälainen ryhmä heidän mielestään toimisi parhaiten ja päätyivät yhdessä siihen tulokseen, että ryhmä tarvitsisi toimiakseen ohjaajan. Hoitajien kiireen vuoksi säännöllinen kokoontuminen ja toiminnan suunnitelmallisuus eivät välttämättä olisi mahdollisia. Toivottiin, että joku suunnittelisi ja ohjaisi toimintaa, sekä keräisi osallistujat paikalle. Asukkaiden mielestä ratkaisuja tähän voisi olla esimerkiksi uudet kouluprojektit tai työntekijän palkkaaminen työhön. Esiin nousi ajatus myös siitä, että ryhmään voisi tulla muitakin jäseniä talon sisältä. Ryhmäkoosta puhuttaessa asukkaat tulivat siihen tulokseen, että ryhmässä olisi hyvä olla osallistujia viidestä kahdeksaan.

Haastattelussa keskusteltiin myös asukkaiden ja tutkijoiden välisestä vuorovaikutuksesta. Asukkaat kokivat ohjaajien toiminnan positiiviseksi ja kiittivät siitä, että jokainen on osattu ottaa huomioon. Tutkijoilla oli haasteena kommunikointi kuulo- ja näkövammaisten kanssa, mutta haastattelun perusteella he onnistuivat siinä kiitettävästi. Haastattelussa nousi esille myös se, että asukkaat kokevat tutkijat myös saavina osapuolina. Heidän mukaansa toiminnasta on hyötyä heidän itsensä lisäksi myös tutkijoille ja he tulevat onnellisiksi siitä, jos tutkijat saavat toiminnasta myös itselleen jotain.

Seuraavat lainaukset ovat asukkaiden kuvauksia tutkijoista ryhmän ohjaajina:

Jos ohjaajille jää jotain olen onnellinen.

...oppia teille sinne kouluun...

Oikein ovat onnistuneet monipuolisesti.

Integraatio käsitteen kautta oli tarkoituksena tarkastella ryhmän osallisuuden parantumista ja ryhmän jäsenten integroitumista yhteisöön sosiokulttuurisen innostamisen ja yhteisöllisyyden teorioiden pohjalta. Koska varsinaisia toimintakertoja oli vain neljä, ryhmäprosessi ei edennyt kovin pitkälle eikä aitoa yhteisöä ehtinyt syntyä. Selkeää yhteisöllisyyttä oli jo kuitenkin havaittavissa osallistuneiden keskuudessa. Asukkaiden mukaan toimintakertoja olisi tarvittu vielä lisää, jotta voitaisiin puhua kunnolla ryhmäytymisestä.

Aidon yhteisön rakentaminen lähtee yksilöiden ja heidän elämäntarinoidensa huomioimisesta. Yhteisön jäsenet tulee nähdä ainutlaatuisina persoonina, joiden väliset suhteet ja kokemukset täytyy huomioida. Yhdessä yhteisön jäsenet muodostavat itselleen pohjan, johon jokaisen henkilökohtaiset tarinat heijastuvat. (Kurki 2002, 46.) Tämän ryhmän kohdalla pohjatyö aidon yhteisön muodostamiseksi on jo tehty. Tutkimuksen kohteena olevassa tehostetun palveluasumisen yksikössä tuetaan asukkaiden yhteisöllisyyttä ja aidon yhteisön saavuttaminen on mahdollista säännöllisen yhteistoiminnan avulla.

## 8 TUTKIMUKSEN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Opinnäytetyötä varten hankittiin kaikki tarvittavat luvat niin opinnäytetyön ohjaajalta kuin asumispalveluyksikön johtajalta. Tutkimusluvat olivat kunnossa ennen varsinaisen toiminnan aloittamista. Prosessin edetessä asumispalveluyksikön johtajaa tiedotettiin tutkimuksen etenemisestä ja hän sai luettavakseen tutkimussuunnitelman.

Tutkimuksen kohteena olevasta yksiköstä käytetään nimeä hämeenlinnalainen ikäihmisten tehostetun palveluasumisen yksikkö. Tämä määritelmä on työelämälähtöinen eli yksikön johtajan päätöksellä tutkimuksessa ei mainita yksikön nimeä. Myös asukkaiden pysyminen anonyymeinä on tutkimuksen eettisyyden kannalta olennaista. Asukkaiden nimiä, ikiä, sukupuoliä tai muita henkilötietoja ei tutkimuksessa ole näkyvissä, koska nämä tiedot eivät tutkimuksen tuloksen kannalta ole merkityksiä antavia. Eettisyyttä tässä tutkimuksessa vahvistettiin myös sillä, että asukkaita tiedotettiin tutkimuksen kulusta. Heille kerrottiin, että he toimivat tutkimuksen tutkimusjoukkona ja saadut tulokset julkaistaan opinnäytetyön raportissa. Tutkijat pitivät tärkeänä sitä, että kohderyhmäläiset tiesivät, mistä tutkimuksessa on kyse.

Tutkimusaineisto kerättiin tutkijoiden järjestämällä kuntouttavalla ja sosiaalista toimintakykyä tukevalla ja lisäävällä toiminnalla sekä ryhmäteemahaastattelulla. Osallistujat olivat vapaaehtoisuudesta tietoisia ja heillä oli myös mahdollisuus keskeyttää toiminta, jos se tuntui tarpeelliselta. Toimintaan osallistuminen sivusta seuraamalla oli myös mahdollista. Tutkijat kokivat, että vapaaehtoisuuden ja asioista itse päättämisen korostaminen myös toimintaan osallistujille on tärkeää. Tätä tuotiin esille käyttämällä lausevalinnoissa esimerkiksi ”Jos haluat, voit...” tai ”Saat itse päättää...”.

Tämä tutkimus on toteutettu asiakaslähtöisesti ja tutkittavien näkemyksiä on pyritty kirjaamaan siinä muodossa, kuin ne ovat nousseet tutkimusaineistosta. Aineistoa kirjattiin ja käsiteltiin heti toimintakertojen ja ryhmäteemahaastattelun jälkeen. Aineistonanalyysivaiheessa tutkijoiden omien havaintojen kirjaamisessa on pyritty välttämään yleistämistä. Luotettavuutta pohdittaessa aiheeseen liittyy tiiviisti objektiivisuus ja sen tuomat ongelmat. Haasteena on erottaa totuus ja objektiivinen tieto. Sen lisäksi on syytä erottaa toisistaan havaintojen puolueettomuus ja luotettavuus. Aineiston analysointia ja raportointia on toteutettu pitkän prosessin, jotta kirjatut tulokset olisivat mahdollisimman luotettavia. (Tuomi & Sarajärvi 2011, 134–135.)

Toisella tutkijoista oli ennen opinnäytetyön toteuttamista kontakti tutkimuksen kohteena olevaan asumispalveluyksikköön. Tutkijat miettivät, kuinka paljon tämä vaikuttaa tutkimustuloksiin. Toiminnallisten toteutusten aikana asukkaiden osallistuminen on saattanut helpottaa, sillä ohjaamassa on ollut jo ennalta tuttu henkilö. Tutkimustulosten kannalta tämä on kuitenkin ollut eduksi esimerkiksi aineistonkeruussa, sillä tutkijoiden havainnoivat kohdistuvat helposti eri asioihin, jolloin tulokset ovat monipuolisempia. Tutkijan oma persoona on väistämättäkin mukana laadullisessa tutkimuksessa, mutta pitää ajatella, miten paljon se vaikuttaa siihen mitä kuulee ja havainnoi tutkimuksen aikana. Luotettavuutta tutkittaessa täytyy huomioida tutkijan puolueettomuusnäkökulma. (Tuomi & Sarajärvi 2011, 136.)

## 9 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tässä luvussa pyritään luomaan kattava kuva siitä, mikä on asumispalveluyksikössä asuville ikäihmisille mielekästä toimintaa ja millaisia vaikutuksia sillä on heidän arkeensa. Näitä asioita tarkastellaan tutkimustehtävän ja tutkimuskysymyksen kautta. Saatuja tuloksia pohditaan myös teorian kautta. Johtopäätöksissä pohditaan myös mahdollisuuksia jatkotutkimuksiin.

Tutkimustehtävänä oli selvittää, miten asiakaslähtöinen, suunnitelmallinen ja sosiaalista toimintakykyä tukeva ja lisäävä toiminta rikastuttaa palvelukodin arkea. Tutkimuksen toteutuksessa pyrittiin kuulemaan asukkaita mahdollisimman hyvin ja nostamaan heidän näkemyksensä etusijalle. Toimintakertojen suunnittelussa oltiin huolellisia ja huomioitiin asukkaiden esittämät toiveet. Toimintakerroille luotujen teemojen pohjalta toiminnasta muodostui taivoitteellista.

Ensimmäisenä tutkimuskysymyksenä on: "Mikä on asukkaille mieleistä toimintaa ja mitä he toivoisivat toiminnan olevan?". Alkukartoituksissa kartoitettiin sitä, millaista toimintaa tulotaisiin järjestämään. Asukkaiden esittämiä toiveita alkukartoituksissa olivat esimerkiksi ulkopelit, ryhmäulkoilu, aivojumpa, lukeminen sekä musiikin kuuntelu. Tutkimuksen toiminnallinen osuus päädyttiin kuitenkin toteuttamaan vasta syksyllä, joten erilaiset ulkopelit sekä ulkoileminen jäivät tästä syystä toteuttamatta. Yhdessä ulkoilemiseen olisi tarvittu myös paljon apua, koska ohjaajia oli vain kaksi.

Toimintakertojen aikana asukkailta nousseita toiveita olivat aivojumppa sekä erilaiset pelit. Tästä syystä aivojumppa lisättiin osaksi jokaista toimintakertaa, sillä sen koettiin olevan asukkaille tärkeintä. Asukkaat pitivät siitä, että järjestetty toiminta oli suunniteltu heidän toiveensa ja tarpeensa huomioiden. Toiminnan ei haluttu olevan liian yksinkertaista tai lapsellista, mutta ei myöskään liian haastavaa. Tutkijat onnistuivat järjestämään monimuotoista toimintaa, joka otti huomioon ryhmän erityispiirteet ja täytti asukkaiden toivomukset.

Mielenkiintoisena johtopäätöksenä voidaan huomata, että ryhmään osallistuneiden toiveet vastasivat kattavasti Ihalaisen ja Kettusen (2009, 198) määritelmää siitä, mitkä asiat edistävät elämän tarkoituksellisuutta. Näitä asioita on käsitelty laajemmin tutkimuksen teoria osuudessa, mutta esimerkkeinä mainittakoon pohdiskelu ja muistelu. Tutkimuksen aikana järjestetty toiminta on näin ollen tukenut osallistujien sosiaalista toimintakykyä ja saattanut parantaa ryhmäläisten tuntemuksia siitä, että juuri heidän elämällään on tarkoitus ja merkitys.

Toisena tutkimuskysymyksenä on: "Miten asukkaiden osallistuminen vahvistuu asiakaslähtöisen ja osallistavan prosessin aikana?". Opinnäytetyön kohderyhmän jäsenet olivat tuttuja toisilleen jo ennen tutkimuksen alkamista, mutta eivät välttämättä olleet tutustuneet sen enempää. Prosessin aikana joka viikkoittaisen kokoontumisen myötä asukkaat tulivat toinen toisilleen paremmin tutuiksi ja tätä kautta myös osallistuminen helpottui. Kuten luvussa 7.2.3 kerrottiin, ryhmä lähentyi toiminnan myötä, mutta aitoa yhteisöä ei ehtinyt syntyään. Asukkaat kuitenkin aktivoituivat yhdessä toimimalla ja heidän keskinäinen vuorovaikutuksensa lisääntyi toimintakerroilla. Yhteisöllisyyden tukemisen kannalta olisi tärkeää, että toiminta olisi säännöllistä ja asukkaita osallistavaa.

Kohderyhmän yhteisöllisyyttä ajateltaessa oleellista on heidän jakama yhteinen ymmärrys toiminnasta ja sen tavoitteista. Tutkimukseen he osallistuivat vastuullisesti ja sitoutuivat solidaarisuuteen. Tätä kautta yhteisön jäsenet toimivat oman ympäristönsä muuttajina. Dialogin, yhteisöllisen osallistumisen ja sosiaalisen toiminnan kautta on mahdollista lähteä rakentamaan uutta yhteisöä. (Kurki 2002, 50.)

Toiminnan avulla asukkaat saatiin pohtimaan enemmän omaa arkeaan ja sitä miten sitä voitaisiin rikastuttaa. Asukkaat osaavat tutkimuksen myötä tiedostaa paremmin asioita, mitä haluaisivat arkeensa lisätä. He innostuivat itse ideoimaan uusia toiminnan muotoja, jotka auttaisivat ylläpitämään sosiaalista toimintakykyä.

Positiivisena johtopäätöksenä voidaan siis päätellä, että asukkaiden sosiaalinen toimintakyky parantui jo tutkimuksen toimintakertojen aikana. Aiemmin on todettu, että jo pelkkä sosiaalisen toimintakyvyn tukeminen rikastuttaa arkea. Tässä tutkimuksessa on toteutettu sosiaalista kuntoutusta järjestämällä toimintaa, joka on antanut osallistujille mahdollisuuden vuorovaikutukseen.

Toiminta on myös tukenut osallistujien voimavaroja ja vahvistanut heidän itsetuntoaan. Voidaan olettaa, että itsetunto on vahvistunut, kun on saanut olla vaikuttamassa toiminnan sisältöön ja saanut tukea sekä kannustusta niin ryhmäläisiltä kuin tutkijoiltakin.

Osallistujat olivat sitä mieltä, että säännöllinen ryhmä on tuonut järjestystä ja rytmiä arkeen, eli tehnyt arjesta sujuvampaa. Osallistumisen muuttumisen näkökulmasta tämä oli nähtävissä myös siten, että jokaista toimintakertaa odotettiin aina entistä innokkaammin. Hoitajilta osallistujat olivat kyselleet, että milloin ”ne tytöt” taas tulevat. Sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmasta toiminta oli onnistunutta, nimittäin sosiaalisen kuntoutuksen yksi pyrkimys on vaikuttaa kuntoutettavan arjen sujuvuuteen (Ihalainen & Kettunen 2009, 149). Tutkimuksen luomat puitteet sosiaaliselle vuorovaikutukselle ovat oletettavasti rikastaneet osallistujien arkea.

Kolmantena tutkimuskysymyksenä on: ”Miten toiminta saataisiin pysyväksi osaksi asukkaiden ja palvelukodin arkea?”. Tutkitusta aiheesta saisi paljon erilaisia jatkotutkimuksia. Asukkaat olisivat kiinnostuneita jatkossakin ottamaan osaa erilaisiin toiminnallisiin prosesseihin, sillä heidän mielestään on tärkeää, että he saavat olla mukana kehittämässä omaa arkeaan. Tämä olisikin heidän mielestään yksi mahdollisuus jatkaa toimintaa. Asukkaat ehdottivat myös työntekijän palkkaamista kyseiseen työhön. He olivat sitä mieltä, että tutkimuksen tekijät ulkopuolisina toimijoina olivat sopivia tähän työhön. Asukkaat tiedostavat tämän hetkisillä työntekijöillä olevan paljon työtä, jolloin yhteisen toiminnan järjestämiseen ei jää kunnolla aikaa.

Sosiaalisen toimintakyvyn näkökulmasta tutkimus on nostanut esiin, että asumispalveluyksikössä järjestetty toiminta tehdään liian usein soveltuvaksi kaikille asukkaille. Tutkimustulosten perusteella voidaan todeta, että tutkimukseen osallistunut ryhmä kaipasi toiminnalta paljon enemmän. Asumispalveluyksikössä yleisesti järjestetty toiminta ei vastaa heidän toiveitaan ja tarpeitaan, koska se on suunnattu muun muassa muistisairaille ihmisille. Ryhmäläisten omien sanojen mukaan he kaipaavat enemmän haastetta. Tämä on merkki siitä, että heidän sosiaalinen toimintakykynsä on parempi, kuin esimerkiksi muistisairailla. Tutkimukseen osallistuneet kokevat siis subjektiivisesti oman sosiaalisen toimintakykynsä hyväksi, jolloin heille pitäisi tarjota myös toimintakykyä vastaavia aktiviteetteja.

Tämän opinnäytetyön kautta on tuotu kohderyhmän, talon itsenäisempien asukkaiden, ääni esiin ja heidän toivomuksensa toiminnan jatkumisesta. Asumispalveluyksikössä asuu toimintakyvyltään erilaisia ihmisiä, jolloin tutkimuksen toteuttaminen olisi tuottanut hyvin erilaisia tuloksia esimerkiksi muistisairaille toteutettuna. Johtopäätöksenä voidaan kuitenkin todeta, että toiminnallisuuden lisääminen asumispalveluyksikön arkeen, parantaa asukkaiden viihtyvyyttä ja edistää yhteisöllisyyden muodostumista. Jatkotutkimuksia ajatellen voisi huomioida myös työntekijöiden näkökulman ja heidän ajatuksiaan toiminnan järjestämisen mahdollisuuksista.

## 10 POHDINTA JA ARVIOINTI

Tässä kappaleessa arvioidaan tutkijoiden työskentelyä sekä tutkimuksen onnistumista. Kappaleessa käsitellään myös tutkimuksen toteutusta ja pohditaan parannusehdotuksia tutkimuksen uudelleen tekemiseen. Ensin arvioidaan itse tutkimuksen onnistuminen ja lopuksi tutkijoiden oma toiminta.

### 10.1 Tutkimuksen arviointi

Tutkimus oli kaikin puolin antoisa kokemus ja opetti paljon aloitteleville tutkijoille. Sosionomi (AMK) opinnot ovat antaneet tutkijoille hyvät valmiudet työelämän ja asiakkaiden kuulemiseen sekä erilaisia toiminnallisia työvälineitä. Tutkimustulosten uskotaan olevan tarpeellisia työelämäyhteistyökumppanille ja antavan heille vinkkejä rikkaamman arjen toteuttamiseen. Tutkijat ovat myös tyytyväisiä siihen, että Hämeen ammattikorkeakoulun ja tutkimuksen kohteena olleen asumispalveluyksikön välillä on käynnistynyt uusia yhteistyön muotoja. Tämä mahdollistaa myös sen, että aiheesta voidaan tehdä jatkotutkimuksia.

Tutkimuksessa pyrittiin nostamaan asukkaiden oma osallistuminen keskeiseksi osaksi. Tästä syystä tutkimuksessa haluttiin nostaa esiin innostamisen teoriaa, sillä sitä kautta ihminen suuntautuu kohti sosiaalista ja yhteisöllistä tietoisuuden heräämistä. Innostaminen on tässä mielessä ensisijaisesti osallistumista, sillä vain osallistuessaan ihmiset voivat rakentaa arkipäiväänsä. Ihminen itse on keskeinen toimija omien tarpeidensa määrittelyssä, todellisuutensa tutkimisessa, toiminnan suunnittelussa ja toiminnan jatkuvassa arvioinnissa. (Kurki 2006, 153.) Tutkijoiden mielestä tässä onnistuttiin hyvin, sillä tutkimuksen myötä asukkaat aktivoituivat oman päivittäisen arkensa suunnittelussa. Tästä esimerkkinä voidaan mainita osallistuneiden aktivoituminen toimintakerroilla ja heidän toiveensa lisätä arkeen toiminnallisuutta.

Aineistonhankinta toteutettiin toimintakertojen yhteydessä havaintoja keräten sekä ryhmäteemahaastattelulla. Jokaisella toimintakerralla asukkailta kyseltiin ajatuksia ja mielipiteitä toiminnan järjestämisestä. Tutkijat halusivat tietää, millaisena he kokivat toimintakertojen sisällön sekä onnistuneisuuden. Näin saatiin myös lisää tietoa siitä, millainen toiminta on heille mielekästä ja mitä he toivoisivat tulevilta toimintakerroilta. Näin jokainen kohderyhmään kuullut sai äänensä kuuluviin. Aineistoa olisi kuitenkin voitu kerätä toimintakertojen aikana järjestelmällisemmin. Toiminnan aikana kerätyt havainnot pohjautuivat tutkijoiden muistiin, sillä tekemisen aikana pyrittiin välttämään liiallista kirjaamista.

Ryhmäteemahaastattelun toteuttamisajankohtaa olisi voinut harkita vielä tarkemmin ennen toteutusta, sillä haastattelu toteutettiin vain viikon kuluttua toimintakertojen päättymisestä. Aineiston keräämistä olisi voinut hajauttaa enemmän, jotta asukkaat olisivat ehtineet huomata arjessaan muutoksia tut-

kimuksen toteutuksen jälkeen. Ryhmäteemahaastattelun olisi voinut esimerkiksi toteuttaa uudestaan muutaman viikon kuluttua toiminnan päättymisestä.

Tutkimus voitaisiin toistaa samankaltaisena, mutta on huomioitava, että kohderyhmä on vaikuttanut erittäin vahvasti teorian muodostumiseen sekä toimintakertojen sisältöön. Tätä voidaan pitää onnistuneena asiana siinä mielessä, että tutkimus on toteutettu hyvin asiakaslähtöisesti. Jos tutkimus tehtäisiin tässä muodossa toiselle kohderyhmälle, sen toteutus tulisi olemaan hyvin erilainen.

## 10.2 Oman toiminnan arviointi

Tutkijoiden keskinäinen toiminta prosessin aikana on ollut onnistunutta. Molemmilla on omat vahvuutensa ja se on näkynyt myös erilaisissa työskentelytavoissa. Erilaisuudet ovat tässä tapauksessa täydentäneet toisiaan ja auttaneet luomaan yhteisestä prosessista mahdollisimman monipuolisen. Tämä on näkynyt niin lopullisen raportin kirjoittamisessa kuin toiminnan suunnittelussakin. Tutkimusprosessin aikana tutkijat ovat tehneet työnjakoja aikataulullisista syistä, mutta pitäneet huolen siitä, että vastuualueita on jaettu tasapuolisesti.

Aikataulujen järjestäminen on ollut välillä haastavaa ja opinnäytetyö on siksi viivästynyt. Tästä syystä tutkijat kärsivät myös ajoittaisesta motivaation puutteesta. Motivaation puutteeseen tutkijat ovat saaneet tukea myös muilta opiskelijoilta, jotka ovat samassa vaiheessa omia opintojaan. Yhdessä tekeminen ja toisten kannustaminen ovat auttaneet etenemään prosessissa. Jatkoa ajatellen tutkijat ajattelevat, että etukäteen olisi tärkeää luoda täsmällinen aikataulu ja etsiä keinoja siinä pysymiseen.

Aikataulujen yhteensovittaminen myös ohjaavan opettajan kanssa on ollut ajoittain hankalaa. Yhteiset tapaamiset ja opettajalta saatu ammatillinen tuki on kuitenkin ollut korvaamaton apu tutkijoille. Tärkeässä asemassa tutkimuksessa on ollut myös joustava työelämän kumppani. Yhteistyökumppanin edustajat eli asumispalveluyksikön johtaja ja muu henkilökunta ovat antaneet tutkijoille vapaat kädet aikatauluttaa toimintakerrat ja tarvittaessa tukeneet järjestelyissä.

Jo ennen opinnäytetyöprosessia tutkijoilla oli kokemusta ikäihmisten kanssa tehtävästä työstä ja tämä auttoi suunnittelussa. Tutkijat osasivat huomioida asukkaiden toiveet ja toteuttaa sellaista toimintaa, mikä olisi sopivaa tällaiselle asiakasryhmälle. Suunnittelutyössä huomioitiin myös tutkimuksen teoriausta, jotta toiminta olisi tavoitteellista. Toimintakerroille valitut menetelmät tukivat asukkaiden sosiaalista toimintakykyä sekä edistivät ryhmän yhteisöllisyyttä. Tästä syystä luovat ja osallistavat haluttiin ottaa osaksi toimintakertaa.

Molemmilla tutkijoilla oli kokemusta myös luovien ja osallistavien menetelmien ohjaamisesta, joten niiden valinta opinnäytetyön toteutustavaksi oli luontevaa. Toimintakertojen suunnittelussa päästiin soveltamaan jo opittuja menetelmiä ja muokkaamaan niistä sopivia tutkimuksen kohderyhmälle. Toiminnassa pyrittiin hyödyntämään erityyppisiä menetelmiä, jotta toiminta ei kävisi liian yksitoikkoiseksi.

Luovien ja toiminnallisten menetelmien käyttö on antanut tutkijoille itselleen paljon. Niiden käyttäminen työmenetelminä vaatii jatkuvaa pohdintaa ja kehittymistä, sillä toimintaa täytyy myös reflektoida (Nietosvuori 2008, 141). Molemmat tutkijat ovat reflektoineet oppimiaan ja havainnoimiaan asioita pitkin prosessia. Reflektointia on tapahtunut yksin sekä yhdessä. Prosessin aikana tutkijat ovat oppineet paljon omasta toiminnastaan sekä kehittyneet tutkijoina.



## LÄHTEET

- Andreev, T. & Salomaa, V. 2005. Kokemista ja kuvitusta - luovat ja osallistavat menetelmät vanhustyössä. Teoksessa Noppari, E. & Koistinen, P. (toim.) Laatia vanhustyöhön. Tampere: Tammer-Paino Oy, 161–183.
- Arnkil, T. & Seikkula, J. 2005. Dialoginen verkostotyö. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Gothóni, R. 2005. Näkökulmia uskonnolliseen ja arvoja etsivään vanhukseen. Teoksessa Noppari, E. & Koistinen, P. (toim.) Laatia vanhustyöhön. Tampere: Tammer-Paino Oy, 92–108.
- Grönfors, M. 2007. Havaintojen teko aineistonkeräyksen menetelmänä. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1 – metodin valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS-kustannus, 151–167.
- Hakonen, S. & Marin, M. 2003. Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Helsinki: Ws Bookwell Oy.
- Helin, S. 2008. Palvelujärjestelmä toimintakykyisyyden ja selviytymisen edistäjänä. Teoksessa Heikkinen, E. & Rantanen, T. (toim.) Gerontologia. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 416–435.
- Hietarinta, A. & Tenkanen, T. 2011. Kokemuksia kulttuurimentoroinnista vanhusten palveluasumisyksiköissä. Hämeen ammattikorkeakoulun Hyvinvoinnin koulutus- ja tutkimuskeskuksen Kulttuuritoimikuntatoiminnan mentoointi hyvinvointialalla – hankkeeseen liittyvä selvitys. Hämeen ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2009. Tutkimushaastattelu – Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaydeamus Helsinki University Press.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2000. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Hohenthal-Antin, L. 2009. Muistot näkyviksi. Muistelutyön menetelmiä ja merkityksiä. Helsinki: PS-kustannus.
- Ihalainen, J. & Kettunen, T. 2006. Turvaverkko vai trampoliini – sosiaaliturvan mahdollisuudet. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.
- Ihalainen, J. & Kettunen, T. 2009. Turvaverkko vai trampoliini – sosiaaliturvan mahdollisuudet. Helsinki: WSOY pro Oy.

- IKLA 18.1.2010. Tilaajan palvelusuunnitelma 2010–2013. Viitattu 15.11.2012.  
[http://www.hameenlinna.fi/pages/388553/Palvelusuunnitelmat%202010%202013/IKLA%20palvelusuunnitelma%202010\\_2013.pdf](http://www.hameenlinna.fi/pages/388553/Palvelusuunnitelmat%202010%202013/IKLA%20palvelusuunnitelma%202010_2013.pdf)
- IKLA 15.6.2011 § 55. Pitkäaikaiseen ympärivuorokautiseen hoivaan pääsyn kriteerit Hämeenlinnassa. Viitattu 14.11.2012.  
[http://www.hameenlinna.fi/ikaihminen\\_palvelut/Asuminen/](http://www.hameenlinna.fi/ikaihminen_palvelut/Asuminen/)
- Koskinen, S., Aalto, L., Hakonen, S. & Päivärinta, E. 1998. Vanhustyö. Helsinki: Vanhustyön keskusliitto.
- Kurki, L. 2000. Sosiokulttuurinen innostaminen. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Kurki, L. 2002. Persoona ja yhteisö. Personalistinen sosiaalipedagogiikka. Jyväskylä: Paino Kopijyvä Oy
- Kurki, L. & Nivala, E. 2006. Johdanto. Teoksessa Kurki, L. & Nivala, E. (toim.) Hyvä ihminen ja kunnan kansalainen. Johdatus kansalaisuuden sosiaalipedagogiikkaan. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy – Juvenes Print, 11–23.
- Kurki, L. 2008. Innostava vanhuus. Helsinki: FINN LECTURA Ab
- Kähäri-Wiik, K., Niemi, A. & Rantanen, A. 2006. Kuntoutuksella toimintakykyä. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.
- Laine, A., Ruishalme, O., Salervo, P., Sivén, T. & Välimäki, P. 2009. Opi ja ohjaa sosiaali- ja terveystalalla. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.
- Laukkanen, P. 2008. Toimintakyky ja ikääntyminen – käsitteestä ja viitekehystä päivittäistoiminnoista selviytymisen arviointiin. Teoksessa Heikkinen, E. & Rantanen, T. (toim.) Gerontologia. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 261–272.
- Mikkola, A. 2005. Ympäristö vanhuksen hoitajana. Teoksessa Noppari, E. & Koistinen, P. (toim.) Laatu vanhustyöhön. Tampere: Tammer-Paino Oy, 113–125.
- Moilanen, P. & Rähkä, P. 2007. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikäkunoita tutkimusmetodeihin 2 – näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-kustannus, 46–69.
- Murto, K. 1997. Yhteisöhoidon suuntauksia. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Niemistö, R. 1999. Ryhmän luovuus ja kehityshehdot. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Nietosvuori, L. 2008. Luovat ja toiminnalliset menetelmät sosionomin työssä. Teoksessa Viinamäki, L. (toim.) 14 puheenvuoroa sosionomien (AMK) asemasta Suomen hyvinvointiasiantuntijajärjestelmässä. Anjalankoski: SOLVER palvelut Oy, 135–140.

Näslindh-Ylispaangar, A. 2005. Vanhuksen olemassaolon kokemuksen vahvistaminen yhteisössä. Teoksessa Noppari, E. & Koistinen, P. (toim.) Laatu vanhustyöhön. Tampere: Tammer-Paino Oy, 147–158.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2008. Ikäihmisten palvelujen laatusuositus. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2008:3. Viitattu 13.11.2012. [http://www.stm.fi/julkaisut/nayta/-/\\_julkaisu/1063089#fi](http://www.stm.fi/julkaisut/nayta/-/_julkaisu/1063089#fi)

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2011. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Vilén, M., Leppämäki, P. & Ekström, L. 2005. Vuorovaikutuksellinen tukeminen sosiaali- ja terveystalalla. Helsinki: WSOY.

Ydin-Häme laitostui liikaa. Hämeen Sanomat 18.11.2012, 5.

## RYHMÄTEEMAHAASTattelun kysymykset

### Avoimuus

Kuinka helppoa on ollut olla mukana ryhmässä?  
Onko ollut kiva lähteä mukaan ryhmään?  
Millaisena koet ohjaajien roolin ryhmässä?  
Miten ohjaajat ovat onnistuneet toiminnassaan?

### Dialogisuus

Miten olet kokenut ryhmän välisen vuorovaikutuksen, oletko kokenut että olet saanut aina puheenvuoron ja äänesi kuuluville?  
Tuntuuko sinusta, että ryhmää on kohdeltu tasavertaisesti?  
Koetko, että ohjaajat ovat osanneet järjestää sellaista toimintaa mitä olet toivonut/kaiwannut?  
Mitä uskoisit ryhmän ja toiminnan antaneen ohjaajille?

### Integraatio

Koetko tämän ryhmän omaksesi?  
Oletteko lähentyneet toiminnan aikana?  
Mitä tämä ryhmä merkitsee sinulle?  
Onko ryhmä auttanut sinua arjessa? Oletko saanut iloa ryhmässä toimimisesta?  
Tuntuuko, että ryhmä voisi toimia/ kokoontua ilman ohjaajia?  
Tulevaisuutta ajatellen, mitä voisitte yhdessä tehdä?  
Tarvitseeko ryhmä apua tai tukea yhdessä toimimiseen?

Mikä on jäänyt erityisenä mieleen ja mikä on ollut kivointa?  
Haluatko jakaa ryhmän kesken vielä jotain erityistä?