



**Asukkaiden kehitysideat palvelutalo Seiponrannassa tapahtuvan viriketoiminnan järjestämiseksi**

## **Asukkaiden ryhmämuotoiset teemahaastattelut**

Tyyne Lampinen

Niina Pennanen

Opinnäytetyö, AMK

Maaliskuu 2023

Kuntoutuksen ohjaaja (AMK)

Lampinen Tyyne & Pennanen Niina

**Asukkaiden kehitysideat palvelutalo Seiponrannassa tapahtuvan viriketoiminnan järjestämiseksi. Asukkaiden ryhmämuotoiset teemahaastattelut.**

Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Maaliskuu 2023, 50 sivua.

Kuntoutuksen ohjaaja tutkinto-ohjelma. Opinnäytetyö AMK.

Julkaisun kieli: suomi

Julkaisulupa avoimessa verkossa: kyllä

### **Tiivistelmä**

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää palvelutalo Seiponrannan vakituisten asukkaiden kehitysideoita siellä tapahtuvan viriketoiminnan järjestämiseksi. Opinnäytetyöllä selvitettiin, minkälaista viriketoimintaa palvelutalo Seiponrannassa järjestetään tällä hetkellä, millaiseksi asukkaat kokevat ja kuvaavat tämänhetkisen viriketoiminnan ja minkälaisia kehitysideoita ja toiveita asukkailla on viriketoiminnan kehittämiseksi jatkossa. Tavoitteena oli kehittää palvelutalo Seiponrannassa tapahtuvaa viriketoimintaa asukkaiden kanssa heidän toiveitaan vastaavaksi ja osallistaa asukkaat mukaan tähän kehittämistyöhön. Tarkoituksena oli myös kuvata asukkaiden yksilölliset kokemukset siihen osallistumisesta.

Opinnäytetyö toteutettiin laadullisen tutkimuksen menetelmin. Aineistonkeruu toteutettiin kolmessa palvelutalo Seiponrannan kerroksessa ryhmämuotoisen teemahaastattelun keinoin. Ensimmäinen haastattelu pidettiin neljännessä kerroksessa, jonka jälkeen edettiin kolmanteen ja toiseen kerrokseen. Ryhmämuotoiseen teemahaastatteluun osallistui neljännessä kerroksessa kuusi asukasta, kolmannessa kerroksessa kuusi asukasta ja toisessa kerroksessa neljä asukasta. Osallisuuden kokemuksia mitattiin Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen kehittämällä Osallisuusindikaattorilla, mutta tuloksetta. Aineistoksi saatiin kolme ääninauhaa, jotka analysoitiin aineistolähtöisen sisältöanalyysin keinoin.

Ryhmämuotoisiin teemahaastatteluihin osallistuneet kuvasivat arjen olevan kelloon sidottua ja rakentuvan viiden ruokailun ympärille. Viriketoimintaa ei kuvattu järjestettävän sen suuremmin tai sitä on toistaiseksi ollut hyvin vähän. Viriketoiminnan kehitysideoiksi nostettiin ryhmätoiminta ja yhteinen tekeminen. Viriketoiminnan muodoiksi toivottiin jo olemassa olevia sekä aivan uusia muotoja. Konkreettisten toimintojen lisäksi viriketoiminnan toivottiin jatkossa olevan tavoitteellista ja yksilölle sopivaa sekä viriketoiminnasta vastaavan vastuuhenkilön toteuttamaa. Viriketoiminnan suunnitteluun ei kuvattu olevan osallistuttu. Viriketoiminnan suunnittelun koetaan mahdollistavan oman elämään vaikuttamisen.

Viriketoiminnan osallistumattomuuden syinä ovat tietämättömyys eli viriketoiminnan tiedottamisen puute ja kokemus toiminnan sopimattomuudesta. Tulokset osoittavat, että yhteisöllinen ja tavoitteellinen toiminta vastaavat ikääntyneiden tarpeisiin viriketoiminnasta. Viriketoiminnan suunnitteluun osallistuminen on oman elämän vaikuttamismahdollisuus. Ryhmämuotoisten teemahaastatteluiden aikana asukkaiden kohtaaminen, kuuleminen ja heidän toiveidensa huomioiminen lisäsi heidän osallisuuden kokemuksiaan.

### **Avainsanat (asiasanat)**

Osallisuus, kuntouttava viriketoiminta, minäpystyvyys, ryhmämuotoinen teemahaastattelu

Lampinen, Tyyne & Pennanen, Niina

**Resident's development ideas for the activities in the assisted living building Seiponranta.  
Themed group interviews for residents**

Jyväskylä: JAMK University of Applied Sciences, March 2023, 50 pages.

Degree Programme in Rehabilitation Counselling. Bachelor's thesis.

Permission for open access publication: Yes

Language of publication: Finnish

**Abstract**

The purpose of this thesis was to find out the development ideas of the permanent residents in the assisted living building Seiponranta to organize the activities that take place there. The thesis mapped and heard what kind of activities are currently organized in Seiponranta, how the residents perceive and describe the current activity and what kind of development ideas and wishes would do the residents have for the activities in the future. The goal of thesis was to develop the activities that take place in the assisted living building Seiponranta with the residents to meet their wishes and to involve the permanent residents in this development work. The purpose was also to describe the residents' individual experiences of participating in it.

The thesis was carried out using qualitative research methods. The data collection was done on the three floors of the Seiponranta by means of themed group interviews. Nine women and seven men participated in the themed group interviews on three different floors. Participation experiences were measured with the Osallisuusindikaattori (Finnish institute for Health and Welfare).

Those who participated in the themed group interviews described their everyday life as tied to the clock and built around the five meals. Activities were not described as being organized on a large scale or there have been very few of activities so far. Group activities and doing things together were raised as development ideas for the activities. Both already existing and completely new forms of activity were hoped for. In addition to concrete activities, it was hoped that activities would be goal-oriented and suitable for the individual in the future and implemented by a person who is responsible for activities. The residents described that they have not participated to the planning of activities. It is felt that the planning of activities enables influencing individual's life.

The reasons for non-participation in activities are lack of information on activities and the experience of activities that are not suitable. The results showed that community-based and goal-oriented activities fits for the elderly's needs. Participating in the planning of activities is an opportunity to effect individual's life. Experiences of participation could not be measured reliably by using Osallisuusindikaattori but meeting the residents, listening to them, and taking their wishes into account during themed group interviews increased their experiences of participation.

**Keywords/tags (subjects)**

Involvement, rehabilitative activities, self-efficacy, themed group interviews

## Sisältö

<b>1</b>	<b>Johdanto .....</b>	<b>3</b>
<b>2</b>	<b>Toimintakyky ja sen tukeminen ikääntyessä.....</b>	<b>4</b>
2.1	Ikääntynyt, toimintakyky, gerontologinen kuntoutus ja minäpystyvyys .....	4
2.2	Osallisuus, osallistaminen ja osallistuminen .....	7
2.3	Ikääntyvän kuntouttava viriketoiminta .....	11
2.4	Kuntouttavan viriketoiminnan merkitys ikääntyneiden toimintakyvyn ja osallisuuden tukemisessa.....	13
2.5	Esimerkkejä vastaavista tutkimuksista.....	15
<b>3</b>	<b>Palvelutalo Seiponranta .....</b>	<b>17</b>
<b>4</b>	<b>Opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset.....</b>	<b>18</b>
<b>5</b>	<b>Toteutus .....</b>	<b>19</b>
5.1	Menetelmät.....	19
5.2	Aineiston keruu ja kuvaus .....	21
5.3	Ryhmämuotoisen teemahaastattelurungon laadinta.....	23
5.4	Aineiston analyysi.....	23
<b>6</b>	<b>Tulokset.....</b>	<b>25</b>
6.1	Asukkaiden arki palvelutalo Seiponrannassa .....	26
6.2	Nykyinen viriketoiminta .....	28
6.3	Kehitysideat viriketoimintaan .....	29
6.4	Viriketoiminnan suunnitteluun ja kehittämiseen osallistuminen.....	31
<b>7</b>	<b>Johtopäätökset.....</b>	<b>33</b>
7.1	Kohtaamiset ja keskustelut tuovat sisältöä tasapaksuksi kuvattuun arkeen .....	34
7.2	Tiedottamisen puute heijastuu viriketoiminnan osallistumattomuuteen.....	35
7.3	Viriketoiminnan toteutumisesta vastuu vastuuhenkilölle .....	35
7.4	Viriketoiminnan kehittäminen on oman elämän vaikuttamismahdollisuus.....	36
7.5	Osallisuusindikaattori .....	37
<b>8</b>	<b>Pohdinta.....</b>	<b>38</b>
8.1	Eettisyys ja luotettavuus .....	38
8.2	Jatkotutkimusehdotukset.....	41
8.3	Ammatillinen kasvu opinnäytetyön tutkimuksessa .....	42
8.4	Kehittämissuhteet .....	43

<b>Lähteet</b> .....	<b>44</b>
<b>Liitteet</b> .....	<b>48</b>
Liite 1. Teemahaastattelurunko .....	48
Liite 2. Saatekirje .....	49
Liite 3. Suostumus tutkimukseen osallistumisesta .....	50
<b>Kuviot</b>	
Kuvio 1. Osallisuuden ulottuvuudet.....	8
Kuvio 2. Osallisuuden osa-alueet.....	9
Kuvio 3. Osallisuuden portailla. ....	10
Kuvio 4. Haastateltavien kuvaukset arjen mukavoittamiseksi. ....	27
Kuvio 5. Haastateltavien kehitysideat viriketoiminnan järjestämiseksi .....	30
Kuvio 6. Haastateltavien kokemukset viriketoiminnan suunnitteluun osallistumisesta.....	33

# 1 Johdanto

Ikääntyneen toimintakykyisyyden ja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin säilyttäminen ja ylläpitäminen on yksi vanhustyön keskeinen tavoite. Kun ikääntynyt käyttää psyykkisiä, fyysisiä ja sosiaalisia voimavarojaan, säilyvät ne sitä pidempään. Puolestaan ikääntyneen taidot ja kyvyt säilyvät yllä, kun niitä käytetään. Mikäli ikääntyneen voimavaroja ei huomioida, heijastuu se taitojen ja kykyjen heikentymiseen. Mitä mielekkäämpiä aktiviteetteja ikääntyneen arjessa on, sitä paremmin ne edistävät olemassa olevaa toimintakykyä. (Airila 2002, 5.)

Tässä opinnäytetyössä selvitettiin asukkaiden kehitysideoita palvelutalo Seiponrannassa tapahtuvan viriketoiminnan järjestämiseksi. Tarkoituksena oli kartoittaa ja kuulla, minkälaista viriketoimintaa palvelutalo Seiponrannassa järjestetään tällä hetkellä, millaiseksi asukkaat kokivat ja kuvasivat tämänhetkisen viriketoiminnan ja minkälaisia kehitysideoita ja toiveita asukkailla oli viriketoiminnan kehittämiseksi jatkossa. Tavoitteena oli kehittää palvelutalo Seiponrannassa tapahtuvaa viriketoimintaa asukkaiden kanssa heidän toiveitaan vastaavaksi ja osallistaa asukkaat mukaan tähän kehittämistyöhön. Ilmiö asukkaiden yksilöllisistä kokemuksista viriketoimintaan osallistumisesta ja sen kehittämisestä vaikuttaa opinnäytetyön taustalla.

Olemme kumpikin aiemmalta ammatiltamme lähihoitajia ja olemme työskennelleet ikääntyneiden ihmisten parissa erilaisissa työympäristöissä. Tutkimuksen kehitysidea syntyi kesällä 2022, kun olimme kesätöissä Keuruun kaupungin vanhuspalveluilla vs. palveluohjaajana ja kotiutusohjaajana. Ajatus tehdä opinnäytetyö palvelutalo Seiponrantaan lähti siitä, että olemme molemmat erityisen kiinnostuneita kuulemaan asiakkaita työssämme. Haluamme lähihoitajina ja tulevina kuntoutuksen ohjaajina oman työmme kautta osallistaa asiakkaita päivittäisissä arjentoimissa. Näemme viriketoiminnan merkityksen tärkeäksi heidän toimintakykynsä tukemisessa. Kehitysideasta keskustelimme palvelutalo Seiponrannan lähiesihenkilön sekä vs. vanhustyönjohtaja kanssa elo-syyskuussa 2022. Kehitysidea tällaisesta tutkimuksesta nähtiin positiivisena asiana ja opinnäytetyöllemme myönnettiin alustava lupa alku syksystä 2022.

Opinnäytetyön tutkimus toteutettiin laadullisena tutkimuksena, johon sisältyi kolme ryhmämuotoista teemahaastattelua. Ryhmämuotoinen teemahaastattelu toteutettiin jokaisessa kerroksessa, jossa asuu vakituisia asukkaita. Tutkimuksen kohderyhmäksi oli rajattu vain palvelutalo Seiponran-

nan vakituiset asukkaat. Tutkimuksesta oli poissuljettu lyhytaikaista hoiva-asumista tarvitsevat asukkaat, joiden vaihtuvuus on merkittävän suuri. Lisäksi tutkimuksessa selvitettiin palvelutalo Seiponrannan asukkaiden kokemuksia viriketoiminnan suunnitteluun osallistumisesta Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen kehittämällä Osallisuusindikaattorilla, jonka avulla saataisiin yksilöllisiä osallisuuden kokemuksia. (Osallisuusindikaattori mittaa osallisuuden kokemusta n.d.)

Opinnäytetyössä esiintyvä yhteiskunnallinen näkökulma on ikääntyneiden äänen esille tuominen. Oman äänen esille tuominen mielipitein esimerkiksi viriketoiminnan suunnittelun ja kehittämisen yhteydessä on hyvin merkittävä tekijä ikääntyneen osallisuudenkokemusten karttumiseen. Opin­näytetyön aihe linkittyy vahvasti kuntoutuksen ohjaukseen, sillä kuntoutuksen ohjaajan keskeinen työn sisältö pitää sisällään yksilön osallistamisen ja mukaan ottamisen kuntoutuksensa suunnitteluun, jossa yksilö on aktiivisessa roolissa (Kuntoutuksen ohjaaja (AMK) n.d.). Yksilö tulee kuulluksi ja pääsee vaikuttamaan yksilölliseen elämäänsä suunnitteluun osallistumalla. Yksilölle itselleen mielekkääksi suunniteltu toiminta tukee hänen toimintakykyään. Osallistuminen toiminnan suunnitteluun lisää osallisuuden kokemuksia, joka puolestaan vahvistaa hänen olemassa olevia voimavaroja ja osallisuuden tunnetta. (Kuntoutuksen ohjaaja (AMK) n.d.)

## 2 Toimintakyky ja sen tukeminen ikääntyessä

Mikäli ikääntyneen elämä on liian tapahtumaköyhää ja virikkeetöntä, voi sen seurauksena mieliala ja toimintakyky heikentyä ennenaikaisesti (Airila 2002, 5). Keskeisimmiksi käsitteiksi tässä opin­näytetyössä nousevat ikääntynyt, toimintakyky, gerontologinen kuntoutus ja osallisuus. Lisäksi työssä käsitellään minäpystyvyyden (self-efficacy) -käsitettä (Pikkarainen 2013, 17) ja kuvataan, mikä merkitys kuntouttavalla viriketoiminnalla on ikääntyneen toimintakyvyn ja osallisuuden tukemisessa. Airilan (2002) Vanhusten viriketoiminnan perusteet -opas vanhustyön tekijöille on tiedet­västi ainoa teos ikääntyneiden kuntouttavasta viriketoiminnasta. Tästä syystä tätä teosta hyö­dynnettiin erittäin laajasti ja moniulotteisesti tässä opinnäytetyössä.

### 2.1 Ikääntynyt, toimintakyky, gerontologinen kuntoutus ja minäpystyvyys

Tyypillistä **ikäntynyttä** ihmistä ei ole (Ageing and health 2022). Laki ikääntyneen ihmisen toimin­takyvyn tukemisesta ja iäkkäiden sosiaali- ja terveystalouksista (2012/980, 3 §) määrittelee ikään-

tyneeksi väestöksi vanhuuseläkkeeseen oikeutetun väestön eli 65-vuotiaat. Ikääntymiselle ja vanhuudelle ei ole kaikkien hyväksymää määritelmää, sillä tilastollinen ikääntymiskäsitys ei ole ainoa tulkinta siitä, milloin vanhuus alkaa (Ikääntymisen määrittely 2019). Psykologi Lahti (2019) toteaa, että monet suomalaiset tulkitsevat ikääntyneiksi henkilöiksi 63–65-vuotiaat eläkkeensaajat. Maailman terveysjärjestö (WHO) on nostanut ikääntymisen ikärajaa, jonka sanotaan olevan nykyään 85 vuotta. Lahti (2019) kuvailee 65–85-vuotiaita henkilöitä vanhahkoiksi, jonka jälkeen mainitsee sairaskulujen alkavan nousta ihmisten täytettyä 85 vuotta. Vanhuudesta aletaan puhumaan 85 vuotta täyttäneiden kohdalla, jolloin vanhuuden katsotaan pitävän sisällään ajatuksen siitä, kuinka toimintakykyinen ihminen on ja kuinka ihminen pärjää arjessa. (Lahti 2019.)

Ikääntynyt väestö nähdään monesti sairauksien ja toimintakyvyn heikentymisen varjostamana ryhmänä, joka tuottaa yhteiskunnalle negatiivissävytteisesti kustannuksia (Fried, Heimonen & Jokinen 2013, 5). Tämän opinnäytetyön tutkimukseen osallistuu eri-ikäisiä palvelutalo Seiponrannan asukkaita, joille on myönnetty yhteisöllisen asumisen (ent. palveluasuminen) palvelut. Tällaisille henkilöille kotihoidon palvelut eivät ole enää riittäviä ja ympärivuorokautinen hoito (ent. tehostettu palveluasuminen) ei ole vielä ajankohtaista. Keski-Suomen hyvinvointialue määrittelee palvelutalo Seiponrannan asukkaat ikääntyneiksi, joten määrittely ikääntyvä on valittu tähän tutkimukseen tästä syystä. (Ikääntyneiden palvelut n.d.)

Monilla 80-vuotiailla voi olla samanlaisia fyysisiä ja psyykkisiä kykyjä, kuin monilla 30-vuotiailla. Väestön ikääntyminen on paljon nopeampaa, kuin aikaisemmin ja siksi jokaisessa maailman maassa on kasvussa sekä ikääntyneiden määrä että osuus väestöstä. (Ageing and health 2022.) Väestön ikääntymistä voidaan ajatella yhteiskunnallisena ilmiönä ja sitä voidaan verrata yhteiskunnassamme vallitsevaan megatrendiin; ilmastonmuutokseen (Honkanen Vartiainen 2021).

Länsimaissa vanhuuden alkamisen ja etenemisen käsitys perustuu usein lääketieteelliseen ja biologiseen näkökulmaan, joka korostaa ongelmallisesti ikääntymisen ja toimintakyvyn laskun välistä suhdetta, jolloin vanhuus nähdään yhtä kuin sairautena (Ikääntymisen määrittely 2019.) Tätä kuvataan ns. tautilähtöisenä viitekehyksenä, jonka tarkastelussa on toiminnanvajauksien kehittämisprosessit. Tämän viitekehyksen vastakohtaksi kuvataan terveyslähtöistä viitekehystä, joka korostaa vanhuusiässä toimintakyvyn kehittämisen mahdollisuutta. Toimintakykyä tämän mukaan



kehittämällä voidaan välttää monia ikääntymiseen liittyviä toiminnanvajavuuksia. Lisäksi terveyslähtöinen viitekehys kannustaa kaikissa elämänvaiheissa kuntouttavaan ja toimintakykyä ylläpitävään toimintaan. (Ikääntymisen määrittely 2019.)

**Toimintakyky** on moniulotteinen kokonaisuus, joka tarkoittaa ihmisen edellytyksiä selviytyä välttämättömistä ja itselleen merkityksellisistä päivittäisistä arjen toiminnoista siinä ympäristössä, jossa hän elää omaa elämäänsä. Toimintakyky jaetaan neljään eri ulottuvuuteen, jotka ovat fyysinen, psyykkinen, sosiaalinen ja kognitiivinen. (Mitä toimintakyky on? 2022.) Fyysinen toimintakyky pitää sisällään ihmisen fyysiset edellytykset, joilla hän selviytyy itselleen merkittävistä arjen toiminnoista. Psyykkinen toimintakyky pitää sisällään ihmisen voimavarat, joiden avulla hän kykenee selviytymään elämän kriisitilanteista ja haasteista. Puolestaan yksilön, sosiaalisen verkoston, ympäristö, yhteisön ja yhteiskunnan välisissä vuorovaikutussuhteissa muodostuu sosiaalisen toimintakyvyn kokonaisuus. Tiedonkäsittelyn eri osa-alueiden yhteistoiminta on kognitiivista toimintakykyä. Tämä mahdollistaa ihmisen arjessa suoriutumisen esimerkiksi tarkkaavuudessa, oppimisessa, muistamisessa ja toiminnan ohjauksessa. Ihmisen kokonaisvaltaisen toimintakyvyn ulottuvuudet kytkeytyvät toisiinsa, mutta sen lisäksi yksilön terveydentilaan, ympäristön edellytyksiin ja vaatimuksiin sekä muihin henkilökohtaisiin ominaisuuksiin. (Mitä toimintakyky on? 2022.)

Hyvä toimintakyky on yksi hyvinvoinnin keskeinen tekijä ikääntyessä. Toimintakyky tarkoittaa, että ikääntynyt selviytyy arkielämän päivittäisistä toiminnoista omassa ympäristössään ja hänellä on mahdollisuus elää täysipainoista elämää ja toteuttaa toiveitaan ja tavoitteitaan. (Airila 2002, 6.) Ikääntyneen toimintakykyä voidaan edistää muun muassa sairauksien ehkäisyllä ja hyvällä hoidolla, monipuolisella ravitsemuksella ja aktiivisuuden tukemisella sekä toimintakykyongelmien varhaisella tunnistamisella ja tukemisella sekä ikääntyneen elinympäristön muokkaamisella yksilölliseen tarpeeseen sopivaksi (Toimintakyvyn ylläpitäminen 2022).

**Gerontologinen kuntoutus** pitää sisällään geriatrisen kuntoutuksen eli lääketieteellisen kuntoutuksen lisäksi arjen- ja elämänhallintaa, voimaantumisen kokemukset ja inhimilliset kasvun- ja oppimisen prosessit (Pikkarainen 2013, 17). Ikääntyneiden kuntoutus nähdään usein erillisinä palveluina, joilla ikääntyneen sen hetkinen terveyden tarve voidaan tyydyttää. Gerontologisen kuntoutuksen teoria pohjaa siihen, että ikääntyneen tilannetta pitäisi tarkastella kokonaisvaltai-

sesti ja samanaikaisesti huomioitaisi hänen elinympäristönsä ja siihen vaikuttavat tekijät. Ikääntyneen ajattelu- ja toimintatapoihin sekä ympäristön rajoittaviin ja mahdollistaviin piirteisiin voidaan mahdollisesti vaikuttaa kuntouttavilla väliintuloilla (viriketoiminta). (Kallanranta, Rissanen & Suikkanen 2008, 555.) Gerontologisessa kuntoutuksessa on tapana ajatella erilaisuuden ja monimuotoisuuden pikemminkin lisääntyvän kuin vähenevän ikääntyneillä. Esimerkiksi muistisairaiden kuntoutuksella voidaan ylläpitää niitä yksilön valmiuksia, jotka ovat tärkeitä hänen arkielämänsä ja sosiaalisten suhteidensa kannalta kotihoidossa, palveluasumisessa että laitoshoidossa. Laitoksessa asuvien kuntoutuksella on suoraan merkittäviä vaikutuksia toimintakyvyn näkökulmasta. (Kallanranta ym. 2008, 555.)

**Minäpystyvyyden**-käsitteeseen liittyy vahvasti ikääntyneiden kokemus olla vaikuttamassa omaa elämää koskeviin asioihin ja päätöksiin. Minäpystyvyyden tunnetta on ikääntyneiden onnistumisen ja pystyvyyden kokemukset etenkin omaa elämää koskevissa asioissa. (Pikkarainen 2013, 17). Pystyvyyden tunne on siis keskeinen toimintaan ja motivaatioon vaikuttava tekijä. Ikääntyneen pitää uskoa omaan pystyvyyteen, jotta hän pysyy aktiivisena toimijana omien tavoitteiden saavuttamiseksi. Kuntoutuksen ammattilaisten on tärkeä tiedostaa, että kuntoutuksessa voidaan vaikuttaa pystyvyyden tunteeseen ja aloittaa prosessi siten, että etsitään sellaisia tavoitteita, jotka voidaan saavuttaa nopeasti ja, jonka myötä yksilö saisi onnistumisen kokemuksia. (Autti-Rämö, Rajavaara, Salminen & Ylinen 2016, 77–78.) Ikääntyneillä pystyvyyden on todettu liittyvän parantuneeseen unenlaatuun, lisääntyneeseen energiaan, vähentyneeseen kipuun sekä sen on yhdistetty lisäävän yleisesti tyytyväisyyttä elämässä. Ikääntyneiden pystyvyyden tukeminen ja parantaminen on tärkeä tavoite, koska pystyvyyden tunne vahvistaa ikääntyneen elinvoimaisuutta, joka ehkäisee masennuksen kehittymistä ja se on yhdistetty myös parempaan yleiseen terveyteen. (Denninger, Haime, Jacquart, Mehta, Moscowitz, Scult, Takahashi & Webster 2015.)

## 2.2 Osallisuus, osallistaminen ja osallistuminen

Särkelä-Kukko (2014, 34) kuvaa osallisuuden käsitettä moninaiseksi ja vaikeasti rajattavaksi. Osallisuuden käsite saa useita eri merkityksiä puhujan, käyttötarkoituksen ja -paikan mukaan. Osallisuus, osallistaminen ja osallistuminen käsitteillä on selkeitä sisältöeroja. **Osallisuus** käsite kuvastaa kuulemisen ja mukana olemisen tunnetta. Lisäksi osallisuus pitää sisällään moninaisen tuntemisen, tekemisen ja kuulumisen kokonaisuuden. Puolestaan Autti-Rämö, Salminen, Rajavaara ja Ylinen

kuvaavat Kuntoutuminen-kirjassaan (2016, 230) osallisuuden olevan kuntoutujalle itselleen mahdollisuus ilmaista itseään, tuoda esille hänelle tärkeitä asioita, tehdä itsenäisiä päätöksiä sekä ottaa vastuuta omasta toiminnastaan. (Särkelä-Kukko 2014, 34; Autti-Rämö ym. 2016, 230.) Kuulaksi ja huomioiduksi tuleminen, kohtaamiset, keskustelut, sosiaaliset suhteet, omista asioista päättäminen ja omaan elämään liittyviin asioihin vaikuttaminen rakentavat ikääntyneillä heidän osallisuuden kokemuksiaan. Yksilön osallisuutta ja osallisuuden kokemuksen rakentumista voidaan tarkastella osallisuuden ulottuvuuksien avulla (kuvio 1). (Särkelä-Kukko 2014, 34; Autti-Rämö ym. 2016, 230.)



Kuvio 1. Osallisuuden ulottuvuudet. (Särkelä-Kukko 2014. s. 38)

**Osallistaminen** on keino, jonka avulla yksilö otetaan mukaan erilaisiin toimintoihin, joissa osallisuus syntyy aktivoinnin ja kannustamisen keinoin. Osallistaminen toimii motivaation synnyttäjänä osallistujalle itselleen, jolloin halu osallisuuteen syntyy muualla kuin yksilössä itsessään. **Osallistuminen** voi olla konkreettista osallistumista toimintaan ja toimintoihin esimerkiksi erilaisiin tapahtumiin, vapaa-ajantoimintaan, kansalaistoimintaa tai päätöksentekoon. Osallistuminen voi olla tavoitteellista ja pitkäjänteistä osallistumista, jonka päämääränä on saavuttaa jokin tavoite. Toisin sanoen ikääntyneen osallistuminen voi olla kuntouttavaan viriketoimintaan osallistumista esimerkiksi yksilö- tai ryhmätoimintaan osallistumista, kuntouttavan viriketoiminnan suunnitteluun ja kehittämiseen osallistumista tai muuhun virikkeelliseen toimintaan osallistumista. (Särkelä-Kukko 2014, 34–35.) Osallistuminen oman henkilökohtaisen ja yksilöllisen elämän elämiseen ja siihen vai-

kuttamiseen, on jokaisen ihmisen oikeus ja sen mahdollistaminen yhteiskunnan velvollisuus. Osallinen ihminen tulee kuulluksi itsenään ja vaikuttaa yhteisiin asioihin kuin oman elämän kulkuunsa. (Osallisuuden osa-alueet ja osallisuuden edistämisen periaatteet 2022.)

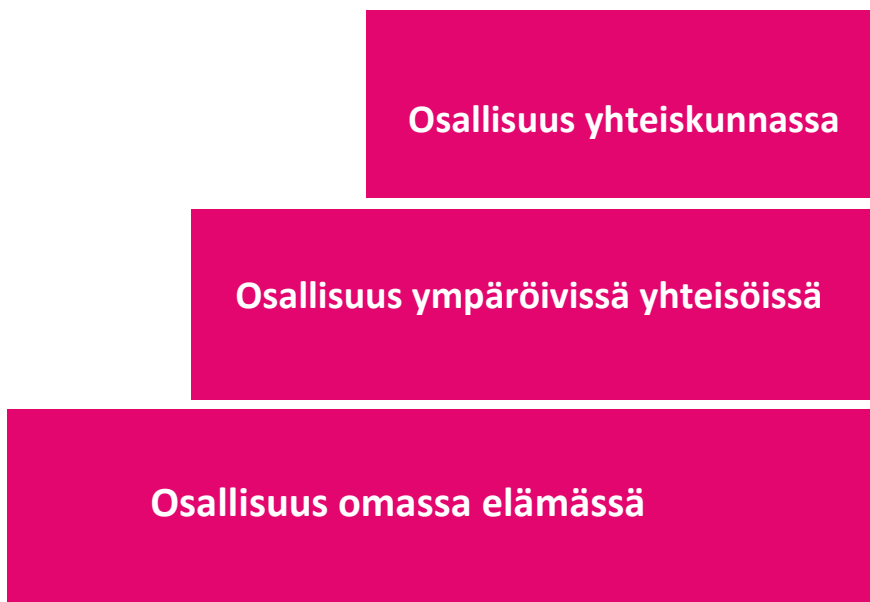
Isola, Kaartinen, Keto-Tokoi, Leemann, Lääperi, Schneider ja Valtari (2017, 23–38) kuvaavat osallisuuden hahmotettavan kolmena eri kehänä (kuvio 2), jotka aaltoilevat ja kulkevat sisäkkäin. Kehät muodostuvat 1) osallisuudesta omaan elämään 2) osallisuudesta vaikuttamisprosesseihin palveluissa, lähipiirissä, elinympäristössä ja yhteiskunnassa ja 3) paikallisesta osallisuudesta. Osallisuutta omassa elämässä on, että ihminen voi elää nähtynä, kuultuna, ymmärrettynä ja merkityksellisenä osana erilaisia sosiaalisia kanssakäymisiä esimerkiksi suhteita, ryhmiä ja/tai yhteisöjä. Osallisuus on vaikuttamisprosesseissa sitä, että ihminen on saanut sanottua jotain, jota ei välttämättä osaa sanoilla kertoa esimerkiksi graffitein. Osallisuutta voidaan tukea helpoiten paikallisesti luomalla tilanteita ja toimintaa, jossa ihmisillä on mahdollisuus toimia ja vaikuttaa itseensä tai yhteiseen hyvään. (Isola ym. 2017, 23–38.)



Kuvio 2. Osallisuuden osa-alueet. Sisin, vihreä kehä: Osallisuus omassa elämässä. Keskimmäinen, sininen kehä: Vaikuttaminen ja vaikuttuminen. Uloin, violetti kehä: Paikallinen osallisuus. (Isola ym. 2017. s. 24).

Osallisuus on kuvattu moninaisena kolmiportaisena käsitteenä, joka on yksilöllistä tunnetta tai kokemusta kuulumisesta yhteisöön ja yhteiskuntaan. Nämä kolme porrasta ovat osallisuus omassa elämässä, osallisuus ympäröivissä yhteisöissä ja osallisuus yhteiskunnassa. Osallisuus voidaan katsoa ikään kuin portaikoksi, jonka alimmalla portaalla esiintyy ihmisen oman elämän osallisuus ja

osallisuuden kokemukset ja portaita noustessa saavutetaan osallisuus yhteisötasolla ja yhteiskunnassakin. (Jämsén & Pyykkönen 2014, 9.)



Kuvio 3. Osallisuuden portailla. (Jämsén & Pyykkönen 2014, s. 9, muokattu)

Osallisuus omassa elämässä portaalla osallisuuteen katsotaan kuuluvan voimaantumisen (empowerment), yksilön identiteetin ja elämänhallintavalmiudet. Suuressa roolissa on yksilön kyky päästä vaikuttamaan omaa elämää koskeviin asioihin ja sitoutua niihin omaehtoisesti. Yksilön osallisuus ja osallisuuden kokemukset ovat liitoksissa hänen yksilölliseen ihmiskäsitykseensä ja omaan kokemukseen jo eletystä ja tulevasta elämästä. Se siis tarkoittaa, että ikääntyneillä osallisuus omassa elämässä rakentuu niistä osallisuuden kokemuksista ja koetuista vaikuttamismahdollisuuksista, joita he kokevat päivittäin omassa arjessaan ja ympäristössään esimerkiksi palvelutalossa asuvan valinta siitä mitä hän haluaa syödä tai juoda. Olennaisesti tämä vaikuttaa ikääntyneen omaan kokemukseen osallisuudesta. (Jämsén & Pyykkönen 2014, 9.)

Osallisuus ympäröivissä yhteisöissä -portaassa ajatellaan olevan kyse yksilön kuulumisesta ja kiinnittymisestä ympärillä oleviin ja ilmeneviin yhteisöihin esimerkiksi perheeseen, ystäviin, samassa naapurustossa asuviin ja paikkakuntalaisiin. Kiinnittymisen tunne voi syntyä myös yhteenkuuluvuuden ja turvallisuuden tunteesta tai oikeudenmukaisuudesta. Tällöin ikääntyneiden kohdalla osallisuus ympäröivissä yhteisöissä rakentuu ympärillä olevista yhteisöistä esimerkiksi palvelutalon

asukkaista, läheisistä tai ystävistä. Mikäli palvelutalossa asuvalla ikääntyneellä ei ole läheisiä tai ystäviä, on tällöin huomioitava ja annettava ikääntyneelle mahdollisuus halutessaan muodostaa kiinnittymisen tunne palvelutalon yhteisöön. (Soveltaen Jämsén & Pyykkönen 2014, 9.)

Osallisuus yhteiskunnassa -portaalla tarkoitetaan yksilön vaikuttamismahdollisuuksia yhteiskuntatasolla. Keskeisessä roolissa on mahdollisuus osallistua päätöksentekoprosessiin esimerkiksi demokraattisella tasolla vaaleissa äänestämiseen. Ikääntyneellä osallisuus yhteiskuntatasolla tarkoittaa mahdollisuutta päästä äänestämään demokratiasta toimintakyvystä tai iästä riippumatta, tällöin äänestämismahdollisuus tuodaan ikääntyneen luo esimerkiksi palvelutaloon. (Jämsén & Pyykkönen 2014, 9.)

### **2.3 Ikääntyvän kuntouttava viriketoiminta**

Viriketoiminnan avulla voidaan tyydyttää ikääntyneen henkisiä tarpeita sekä ylläpitää vireyttä ja toimintakykyä (Airila 2002, 5). Viriketoiminnassa otetaan huomioon ikääntyneen voimavarat ja annetaan mahdollisuus erilaisten virikkeiden toteuttamiseen esimerkiksi sosiaalisten toimintojen, joita voivat olla yhteisöllinen toiminta ja keskustelu. Viriketoiminta on osa ikääntyneen kokonaisuhoitoa, jolla turvataan hänen kokonaisvaltainen hyvinvointinsa. (Airila 2002, 5.)

Kuntouttavalla viriketoiminnalla tuetaan ikääntyneen psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä. Lisäksi sillä on mielialaa kohottavia vaikutuksia, jotka ylläpitävät ikääntyneen henkistä vireyttä. (Kalliolähde 2015, 6–15; viitattu Airila 2002, 11.) Sen tarkoituksiin lukeutuu ikääntyneen omien voimavarojen säilyminen, toimintakyvyn ennenaikaisen heikentymisen, apaattisuuden ja masentuneisuuden ehkäisy. Tukemisen ja ennaltaehkäisyn keinot tapahtuvat kuntouttavan viriketoiminnan ympäristön vaikuttamisen keinojen, toimintojen ja työmuotojen avulla. Viriketoiminta on sellaista toimintaa, mikä aktivoi yksilöä ja tuottaa virikettä sekä sisältää näiden ikääntyneiden elämiin. Viriketoiminta parantaa ja tukee toimintakykyä, vahvistaa yksilön hyvinvointia ja kohottaa mielialaa. Toimiminen yksilön omilla ehdoilla voimavarat ja toimintakyky huomioiden tulisi olla viriketoiminnan lähtökohtana. Virikkeiden ei tule olla ainoastaan ajankulua, vaan sen tulisi olla yksilölle mieleistä ja onnistumisia tarjoavaa toimintaa. (Kalliolähde 2015, 6–15; viitattu Airila 2002, 11.)

Sekä Kähäri-Wiik, Niemi ja Rantanen (2008, 150–151) että Kalliolähde (2015, 6–15) ja Airila (2002, 11) toteavat kuntoutumista tukevan viriketoiminnan peruseriaatteena olevan tapa toimia jokaisen ikääntyneen yksilöllisillä ehdoilla. Toiminnan tulee tarjota onnistumisen tunteita ja kokemuksia, jännitystä ja sen tulee olla mieleistä (Kähäri-Wiik ym. 2008, 150–151). Vapaa-ajan aktiviteetit ovat toimintoja, joiden on väitetty olevan erittäin hyödyllisiä ikääntyneille. Näiden toimintojen harjoittamisen on oletettu auttavan ikääntyneitä säilyttämään fyysiset ja kognitiiviset toimintonsa ja mielenterveytensä ja siten näiden vaikutukset edistävät onnistunutta ikääntymistä. (Arai, Gobet, Gondo, Ikebe, Inagaki, Ishioka, Ishizaki, Jopp, Kamide, Masui, Nakagawa, Ogawa, Sala & Yasumoto 2019, 1.) Arai ym. (2019, 10) ovat tutkineet aktiivisten vapaa-ajan toimintojen ja kognitiivisen toimintakyvyn välistä suhdetta. Tulokseksi tutkimuksesta on saatu, että aktiivisiin vapaa-ajan toimintoihin sitoutumisella ja kognitiivisen toimintakyvyn ylläpitämisellä on yhteys. Samankaltaisia tutkimustuloksia on saatu liittyen fyysiseen toimintaan ja mielenterveyteen. Tutkimuksessa on myös saatu selville, että kaikki ikääntyneet kulttuurista riippumatta hyötyvät aktiivisista vapaa-ajan toiminnoista ja niihin sitoutumisesta. (Arai ym. 2019, 10.)

Kähäri-Wiik ym. (2008, 150–151) kuvaavat viriketoiminnan helposti liitettäväksi ikääntyneen normaaliin päivärytmiin ja arkeen. Kaikissa ikääntymisen vaiheissa on tärkeää ylläpitää ja harjoittaa ikääntyneiden psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä. Ulkopuolisten tahojen ja henkilöiden antamia virikkeitä tarvitsevat ne yksilöt, jotka ovat toimintakyvyltään huonokuntoisempia. Täten varmistetaan, että kaikki yksilöt saisivat tasavertaisesti virikkeitä aktiivisten toimintojen saavuttamiseksi. Viriketoiminnan tulee painottua yksilöllisesti jokaisen erikuntoisen ikääntyneen tarpeeseen nähden. (Kähäri-Wiik ym. 2008, 150–151).

Kuntouttava viriketoiminta vireiden ja itsenäisten ikääntyneiden kohdalla painottuu heidän olemassa olevien taitojen, tietojen ja kykyjen hyödyntämiseen ja aktiiviseen käyttöön (Airila 2002, 18–19). Vielä vireiden ja itsenäisten ikääntyneiden edellä mainittujen voimavarojen hyödyntäminen tässä varhaisessa vaiheessa tukee ja ennaltaehkäisee toimintakyvyn heikkenemistä myöhemmässä vaiheessa. Palvelutalossa asuvien apua tarvitsevien ikääntyneiden kohdalla on tärkeää tukea heidän yksilöllisiä elämäntapojansa, harrastuksia ja mielekkäitä arjen toimintoja niin yksilölle itse tai ryhmissä toteutettuna. Uusien innostavien toimintojen ja kontaktien mahdollistaminen ja niiden löytyminen ikääntyneiden elämiin on tärkeää. (Airila 2002, 18–19.) Monillakaan kuntoutustyöntekijöillä ei ole samanlaista elämäkokemusta pitkästä eletystä elämästä kuin ikääntyneillä, sillä

moni heistä on asiakkaitaan nuorempia. Kuntouttavaa viriketoimintaa järjestettäessä on tärkeää luoda ymmärrystä eri sukupolvien kohtaamiselle ja vuorovaikutteinen suhde, joka antaa asiakaslähtöisen pohjan yhteiselle työskentelylle. (Autti-Rämö ym. 2016, 178.)

Ne ikääntyneet, jotka eivät kykene terveystensä tai toimintakykynsä heikentymisen vuoksi enää osallistumaan yhteiseen viriketoimintaan tarvitsevat yksilöllistä tukea myönteisten ja miellyttävien elämysten saavuttamiseksi. Toimintoja voivat olla läsnäolo, musiikin ja kirkollisten toimituksien kuuntelu. Tärkeämpää on vastata siihen, mitä ikääntynyt itse haluaa. Dementoituneiden ikääntyneiden kohdalla on tärkeää kartoittaa ja selvittää jäljellä olevat kyvyt ja hyvin säilyneet toimintakyvyn osa-alueet. Näiden osa-alueiden tukeminen kuntouttavan viriketoiminnan keinoin tuo dementoituneelle ikääntyneelle onnistumisen ja pystyvyyden kokemuksia, jotka ovat erityisen merkityksellisiä dementoituneelle ikääntyneelle itselleen. (Airila 2002, 18–19.)

Airila (2002, 10) kuvaa kuntouttavalla viriketoiminnalla olevan niin psyykkisiä, sosiaalisia kuin fyysisiä tavoitteita. Tavoitteita on myös tunnealueella esimerkiksi itsetunnon tukemisessa sekä onnistumisissa ja pystyvyyden kokemuksissa (Airila 2002, 10). Gerontologisen kuntoutuksen ja kuntouttavan viriketoiminnan teorit nivoutuvat yhteen, sillä minäpystyvyyden-käsitettä eli ikääntyneen onnistumisten ja pystyvyyden kokemuksia voidaan tukea kuntouttavan viriketoiminnan keinoin sekä osallisuudella (Pikkarainen 2013, 17–19; Airila 2002, 18–19).

## **2.4 Kuntouttavan viriketoiminnan merkitys ikääntyneiden toimintakyvyn ja osallisuuden tukemisessa**

Ikääntyneen heikentyneen toimintakyvyn tai osallisuuden puutteen taustalla voi usein esiintyä mielekkään toiminnan puute, itsemääräämisoikeuden puute, virikkeetön ympäristö, sosiaalinen eristäytyminen, mielialaongelmat, liikuntakyvyn ongelmat ja terveydentilan ja aistien muutokset. Edellä mainitut syyt voivat ikääntyneellä johtaa noidankehämäiseen tilanteeseen, jossa toiminnan puute heikentää toimintakykyä, puolestaan toimintakyvyn heikkeneminen johtaa mielialan laskuun ja masentuneisuuteen ja tätä kautta ikääntyneen on entistä vaikeampi tarttua virikkeisiin. (Airila 2002, 8.)



Sekä Cvecka, Hamar, Kern, Mayr, Sedliak ja Tirpakova (2015) että Airila (2002, 9) esittävät, että kaikella virikkeellisellä toiminnalla ja siihen osallistumisella on positiivisia vaikutuksia ikääntyneen toimintakykyyn ja hyvinvointiin kuin kokonaan virikkeettömällä elämällä. Airila (2002, 9) painottaa, että mikäli toimintakyvyn heikkeneminen johtuu toiminnan puutteesta ja virikkeettömyydestä, voi ikääntynyt harjoittaa unohtuneita taitoja ja toimintoja vielä myöhemmästä iästä huolimatta kuntouttavan viriketoiminnan keinoin. Airila (2002, 9) esittelee kuntouttavan viriketoiminnan keinoiksi mielekkään toiminnan, sosiaalisen osallistumisen, elämykset ja kokemukset, älylliset harrastukset, uuden oppimisen, henkisten toimintojen ja kaikkien aistien jatkuvan käytön. Cvecka ym. (2015) mukaan ikääntyneet hyötyvät virikkeistä ja aktiivisesta toiminnasta, vaikka he olisivat olleet siihen asti suurimman osan elämästään toimeentuloa ja hyvin vähäistä aktiivisuutta harrastavia. Toisin sanoen kuntouttavalla viriketoiminnalla on positiivinen merkitys ikääntyneen toimintakykyyn sen tasosta huolimatta (Cvecka ym. 2015; Airila 2002, 9).

Yksilöllisesti suunnattujen virikkeiden avulla voidaan ehkäistä sekä parantaa mielekkään toiminnan ja aististimulaation puutteesta aiheutuvia vaikutuksia ikääntyneeseen. Kuntouttavan viriketoiminnan avulla ikääntynyttä voidaan auttaa pääsemään irti ahdistavasta ajatuskehästä, mikä taas vaikuttaa psyykelääkkeiden tarpeen vähenemiseen. (Ryhmän ohjaaminen n.d.) Viriketoiminnan toiminnallisuuden seurauksena luonnollinen väsymys vaikuttaa unettomuuteen positiivisesti eli unettomuus voi vähentyä. Kun ikääntyneen psykososiaaliseen tarpeeseen vastataan, käytösoireetkin, kuten esimerkiksi muistisairaana vaeltelu voivat vähentyä. Oikein kohdistettu viriketoiminta antaa tukea stressaavassa elämäntilanteessa ja se voi osaltaan olla yhtenä tekijänä osana mukavaa arkea. Kun taas ärsykeeton eli virikkeeton aika alkaa vaikuttaa aivoihin negatiivisesti, muistaminen ja keskittyminen heikentyvät ja taidot alkavat kadota, minkä myötä mahdollisesti lonkan koloitus ja kaihin eteneminen ovat elämän ainoa sisältö. Toisin sanoen kuntouttavalla viriketoiminnalla voidaan ehkäistä monipuolisesti toimintakyvyn heikkenemistä ja tukea olemassa olevaa toimintakykyä. (Ryhmän ohjaaminen n.d.) Muistisairauden ehkäisymahdollisuuksia on tutkittu ja tuloksiksi on saatu, että kognitiivisella harjoittelulla on vaikutusta kognition osa-alueisiin ja ihmisen toimintakykyyn. Lisäksi lupaavia tuloksia on saatu fyysisen aktiivisuuden vaikutuksista muistisairauden suhteen, mutta varsinaisia tuloksia muistisairauden estymisestä sen avulla ei ole toistaiseksi saatu. (Muistisairaudet: Käypähoito -suositus 2021.)

Perusolettamuksensa kuuluisi olla, että ikääntyneen vaikutusmahdollisuudet ovat välttämättömiä hänen osallisuuden tunteensa rakentumiselle (Särkelä-Kukko 2014, 41). Tämä tarkoittaa sitä, kuinka ikääntynyt kokee voivansa vaikuttaa yhteisöidensä ja yhteiskunnan eri asioihin. Ikääntyneen osallisuuden kokemukset on mahdollisesti aiemmin saavutettu suomalaisessa yhteiskunnassa työn merkeissä, jossa työnteko on ollut merkittävässä roolissa osallisuuden tunteen rakentamisessa. Työn kautta on aiemmin rakennettu ihmissuhteita, ja työ on näkynyt myös vapaa-ajalla, sillä usein sosiaalisissa kanssa käymisissä työ nousee keskusteluun esimerkiksi mitä teet työkseesi, opiskelijalta kysytään, milloin valmistut, vanhempainvapaalla olevalta kysytään, milloin palaat töihin ja työttömältä kysytään, milloin haet töitä. Työ on yksi itsensä toteuttamisen ja tekemisen tapa, joka tukee niiden osallisuutta, joilla töitä on. (Särkelä-Kukko 2014, 41.) Ikääntyneellä virikkeetön ja passiivinen elämä ei rakenna osallisuuden kokemuksia, samoin tavoin kuin mahdollisesti entinen työelämä. Voidaan siis ajatella, että viriketoiminta ja virikkeellinen arki korvaa ikääntyneellä entisen työelämän aukkoa ja tuo arkeen rutiineja, jolloin voidaan myös ajatella viriketoiminnan tuovan työn tavoin ikääntyneelle osallisuuden tunteen kokemuksia. (Särkelä-Kukko 2014, 41.)

Kuntouttava viriketoiminta on siis tärkeä keino ikääntyneen toimintakyvyn ja osallisuuden tukemisessa. Kuntouttavalla viriketoiminnalla ja siihen suunnitteluun osallistumalla tuetaan niin ikääntyneen kokonaisvaltaista toimintakykyä kuin myös annetaan hänelle mahdollisuus tulla kuulluksi ja osallistua itseään ja yhteisöään koskevaan toimintaan ja päätöksentekoon. Jokainen tarvitsee virikkeitä arkeen, sillä jokainen meistä on lapsesta asti tottunut työn, koulun ja harrastuksien sanelemaan arkielämää. Jotta meidän jokaisen toimintakyky pysyisi mahdollisimman pitkään hyvänä, pitäisi meidän jokaisen käyttää olemassa oleviamme voimavaroja ja kykyjä arjessa suoriutumiseen. (Airila 2002, 9; Särkelä-Kukko 2014, 40–42.)

## **2.5 Esimerkkejä vastaavista tutkimuksista**

Viriketoiminnasta ja sen järjestämisestä palvelutaloissa löytyy jonkin verran aiemmin tehtyjä tutkimuksia. Viriketoiminnasta ei kuitenkaan aiemmin ole tehty tutkimusta Keuruun kaupungin vanhuspalveluilla. Kalliolähteen (2015, 32) opinnäytetyössä Palvelukoti Kottilan asukkaat kokivat viriketoiminnan mieleiseksi ajanvietoksi, mutta matala osallistumisprosentti kieli siitä, että järjestetty viriketoimintaa ei ollut koettu sopivaksi tai mieluisaksi juuri itselleen. Osasyinä osallistumattomuuden taustalla rajoittavina tekijöinä olivat sairaudet, fyysisen toimintakyvyn haasteet, huono kuulo

ja kivut. Viriketoiminta oli myös koettu asukkaiden näkökulmasta jonkinlaiseksi suoritukseksi. (Kalliolähde 2015, 32.)

Kalliolähde (2015, 6–15) peilasi opinnäytetyönsä tuloksia viriketoiminnan teoriaan. Viriketoiminta on sellaista toimintaa, mikä aktivoi yksilöä ja tuottaa virikettä ja sisältöä näiden elämään. Viriketoiminta parantaa ja tukee toimintakykyä, vahvistaa yksilöiden hyvinvointia ja kohottaa mielialaa. Toiminnan taustalla pitäisi olla tapa, jonka mukaan toimitaan yksilön omilla ehdoilla voimavarat ja toimintakyky huomioiden. Virikkeiden ei tule myöskään olla ainoastaan ajankulua, vaan sen pitäisi tarjota yksilölle onnistumisen kokemuksia. Opinnäytetyön teoriassa viriketoimintaa tarkasteltiin kolmessa osassa, jotka ovat toiminnallinen, keskustelupohjainen viriketoiminta ja virkistystoiminta. Tuloksia Kalliolähde (2015, 6–15, 31) peilasi teoriatietoon ja aiemmin tehtyihin tutkimuksiin aiheesta. (Kalliolähde 2015, 6–15, 31.)

Opinnäytetyön tuloksista selvisi tutkimukseen osallistuneiden haastateltavien esittämistä muutosehdotuksista yksi. Muutosehdotuksessa esitettiin toive siitä, että palvelutalo Kottilassa tapahtuvassa viriketoiminnassa huomioitaisiin asukkaita enemmän yksilötasolla ja näin jokaiselle järjestettäisiin jotain. Viriketoiminnan järjestäminen olisi tarkoituksen mukaista asukkaiden mielipiteitä kartoittavan tiedonkeruun avulla. Lisäksi jokaiselle asukkaalle voisi taata mieluisaksi koettua virikettä sekä siitä kerätyn tiedon avulla järjestää monipuolista viriketoimintaa asukastoiveiden mukaisesti. (Kalliolähde 2015, 37.)

Muissa vastaavissa opinnäytetyön tutkimuksissa Nokka (2012, 37) tutki viriketoimintaa Abelin palvelutalossa. Tutkimuksen aikana oli suunniteltu ja järjestetty viriketuokioita palvelutalo Abelin parempikuntoisille ikääntyneille asukkaille. Viriketuokioiden suunnittelua oli koettu haastavaksi, mutta lopulta palkitsevaksi. Johtopäätöksistä ilmeni myös sen, että asukkaiden toiveiden ja mielenkiinnonkohteiden selvittämiseen olisi tarvittu enemmän aikaa, jotta viriketuokiosta olisi tullut vielä enemmän osallistujien näköisiä. (Nokka, 2012, 37.)

Lindholm (2019, 2, 6–11) selvitti tutkimuksessaan hoitokoti Iltalan asukkaiden kokemuksia viriketoiminnasta ja asukkaiden ehdotuksia sen kehittämiseksi. Tuloksia oli peilattu ikäihmisten toimintakyvyn (ikäihmisten & toimintakyky) ja ikäihmisten viriketoiminnan (gerontologinen hoitotyö & viriketoiminta) teoriatietoon. (Lindholm 2019, 2, 6–11.) Kvantitatiivisen tutkimusmenetelmän ja

aineistonkeruuseen tarkoitetun kyselyn toteuttamisesta seuranneista johtopäätöksistä selvisi, että Iltalan asukkaista hieman alle 5 % koki, ettei järjestetty viriketoiminta vastannut heidän tarpeisiinsa lainkaan. Asukkaista neljäsosa oli sitä mieltä, että viriketoiminta oli joskus heidän tarpeisiinsa vastaavaa. Alle kymmenesosa vastanneista ei osannut sanoa, mutta puolet osallistuneista vastasivat kokevansa viriketoiminnan vastaavan heidän tarpeitaan aina tai usein. (Lindholm 2019, 19.) Lindholm (2019, 24) selvitti tutkimuksessaan myös sen, että hoitokoti Iltalan asukkaiden toiveissa, minkälaista viriketoimintaa olisi hyvä järjestää asukkaiden mielestä vielä enemmän, nousi esille asioita, joita siellä jo järjestetään viriketoimintana esimerkiksi käsitöitä, hyviä laulajia, yhdessä oloa ja keskustelua. (Lindholm 2019, 24.)

### **3 Palvelutalo Seiponranta**

Palvelutalo Seiponranta on kerrostalo, jossa on 55 liikuntaesteisille suunnattua vuokra-asuntoa, jotka ovat neljässä eri kerroksessa. Ensimmäisessä kerroksessa käy lyhytaikaisen hoivan tarvitsevia asiakkaita. Puolestaan toisessa, kolmannessa ja neljännessä kerroksessa asuu vakituksia asukkaita. Asuntoja on yksiöitä ja kaksioita. Palvelutalo Seiponrannassa tuotettu asumispalvelu on yhteisöllistä asumista (ent. palveluasumista), jolla tarkoitetaan esteettömän asumismuodon lisäksi hoivan ja hoidon palveluita, tukipalveluita sekä ympärivuorokautisesti saatavilla olevaa turvapalvelua. Palvelutalo Seiponrannassa asuu ikääntyneitä, jotka tarvitsevat päivittäistä huolenpitoa asumisturvallisuuden ja toimintakykynsä vuoksi eivätkä enää kykene asumaan itsenäisesti omassa kodissa kotihoidon turvin. (Palvelutalo Seiponrannan omavalvontasuunnitelma 2021, 5).

Palvelutalo Seiponranta sijaitsee Keuruun vanhushpalveluiden Lehtiniemen päiväkeskuksen ja terveyskeskuksen välittömässä läheisyydessä ja sisätiloista on kulku edellä mainittuihin paikkoihin. (Palvelutalo Seiponrannan omavalvontasuunnitelma 2021, 5). Asunnon lisäksi jokaisessa kerroksessa on yleiset ruokailu- ja oleskelutilat, josta pääsee parvekkeelle ja alakerrassa on koko talon yhteiset saunatilat ja kuntosali (Palvelutalo Seiponrannan omavalvontasuunnitelma 2021, 23).

Keuruun vanhushpalvelut tekevät yhteistyötä palvelutalo Seiponrannan kanssa ja moniammatillinen työryhmä tukee asukkaan asioissa. Tähän työryhmään kuuluu hoiva-avustajia, lähi- ja sairaanhoitajia, muistikoordinaattori, palveluohjaajia, asukasvastaava, fysioterapeutteja ja toimitilahuoltajia. Lisäksi tarvittaessa voidaan tehdä yhteistyötä muiden ammattilaisten kanssa kuten sosiaalityöntekijän. (Palvelutalo Seiponrannan omavalvontasuunnitelma 2021, 21.) Ikääntyneiden palveluiden

henkilöstön (ent. vanhuspalvelut) kanssa tehdään myös muuta yhteistyötä ja asukkaille järjestetään musiikkiesityksiä, hartauksia tai muuta virikkeellistä toimintaa. Tätä toimintaa järjestävät myös Keuruulla toimivat eri järjestöt esimerkiksi Eläkeläisliiton vapaaehtoiset, jotka tulevat asukkaiden luokse ja vievät heitä muun muassa ulkoilemaan ja osallistuvat asukkaiden seurana erilasiin grillaustapahtumiin. Itse palvelutalo Seiponrannassa järjestetystä viriketoiminnasta vastaavat hoitajat.

#### **4 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset**

Tutkimuksella on aina oltava jokin tarkoitus, mutta tarkoituksia voi olla useampiakin kuin yksi ja tarkoitus voi myös muuttua tutkimuksen edetessä (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 137–138). Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää palvelutalo Seiponrannan vakituisten asukkaiden kehitysideoita siellä tapahtuvan viriketoiminnan järjestämiseksi. Opinnäytetyöllä selvitettiin, minkälaista viriketoimintaa palvelutalo Seiponrannassa järjestetään tällä hetkellä, millaiseksi asukkaat kokivat ja kuvasivat tämänhetkisen viriketoiminnan ja minkälaisia kehitysideoita ja toiveita asukkailla oli viriketoiminnan kehittämiseksi jatkossa. Tavoitteena oli kehittää palvelutalo Seiponrannassa tapahtuvaa viriketoimintaa asukkaiden kanssa heidän toiveitaan vastaavaksi ja osallistaa asukkaat mukaan tähän kehittämistyöhön.

Opinnäytetyön kohteena oli osallistaa asukkaat viriketoimintaan ja sen kehittämiseen. Tarkoituksena on myös kuvata asukkaiden yksilölliset kokemukset siihen osallistumisesta. Tätä pyrittiin ymmärtämään kohteena olevien palvelutalo Seiponrannan vakituisten asukkaiden kautta laadullisen tutkimuksen menetelmin. Opinnäytetyössä ollaan kiinnostuneita vakituisten asukkaiden koetuista kokemuksista, tunteista ja ajatuksista, jotka liittyvät tutkittavan olevaan aiheeseen ja ilmiöön eli viriketoimintaan ja sen kehittämiseen. (Soveltaen Juuti & Puusa 2020.)

Tutkimuskysymykset:

1. Minkälaisia kokemuksia palvelutalo Seiponrannan asukkaat kuvaavat siellä mahdollisesti järjestettävästä viriketoiminnasta ja siihen osallistumisesta?
2. Millaisia kehitysideoita palvelutalo Seiponrannan asukkailla on viriketoiminnan kehittämiseksi?

3. Miten palvelutalo Seiponrannan asukkaat kuvaavat viriketoiminnan suunnitteluun ja kehittämiseen osallistumistaan ja sen vaikutuksia elämänlaatuun?

## 5 Toteutus

Opinnäytetyön kohteena olivat Keuruun kaupungin vanhuspalveluiden asumispalveluiden Palvelutalo Seiponrannan yhteisöllisen asumisen (ent.palveluasuminen) vakituiset asukkaat. Kohteena olevat asukkaat olivat pääosin yli 65-vuotiaita. Vakituiseksi asukkaiksi palvelutalo Seiponrantaan on valittu sellaisia ikääntyneitä, jotka eivät enää pärjää kotona kotihoidon turvin sekä, joiden toimintakyky ja asumisturvallisuus edellyttää jatkuvaa päivittäistä huolenpitoa (Palvelutalo Seiponrannan omavalvontasuunnitelma 2021, 5.) Kohteena olevien asukkaiden toimintakyky ja terveys on hyvin yksilöllistä.

Tutkimukseen osallistuvien asukkaiden alustava osallistujamäärä oli arviolta n. 15–20 henkilöä. Osallistuvia asukkaita asui kolmessa eri palvelutalo Seiponrannan kerroksessa. Opinnäytetyöhön osallistuvia asukkaita kartoitettiin yhdessä palvelutalo Seiponrannan henkilökunnan kanssa. Opinnäytetyön luotettavuuden ja toteutumisen näkökulmasta on tärkeää, että siihen osallistuvat olivat kykeneviä tiedostamaan ja ymmärtämään tutkimuksen tavoitteen ja tutkimuskysymykset sekä olivat kykeneviä osallistumaan opinnäytetyön tutkimukseen. Osa asukkaista ei kyennyt henkilökunnan arvion mukaan osallistumaan heikentyneen toimintakykynsä vuoksi. Heikentynyt puheen tuottaminen, kykenemättömyys ymmärtää tutkimusprosessia tai heikentyneet kommunikaatiotaidot olivat osan asukkaiden syitä tutkimukseen osallistumattomuudelle. Tästä syystä opinnäytetyöhön osallistuvien asukkaiden osallistujamäärä oli pienempi kuin siellä n. 55:n vakituisesti asuvien asukkaiden määrä.

### 5.1 Menetelmät

Tämän kuntoutuksen ohjauksen opinnäytetyön tutkimusmenetelmäksi valittiin kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus, koska sen avulla pyritään tyypillisesti ymmärtämään tarkasteltua ilmiötä tutkimuksen kohteena olevien henkilöiden eli palvelutalo Seiponrannan asukkaiden kautta (Juuti & Puusa 2020). Valintaa perustellaan sillä, että tutkittavaa ilmiötä ei voida yksinkertaisesti mitata määrällisesti, koska tutkittavana ilmiönä on palvelutalo Seiponrannan asukkaiden yksilölliset kokemukset viriketoiminnasta ja sen suunnitteluun ja kehittämiseen osallistumisesta. Lähtökohtaisesti

laadullisessa tutkimuksessa ollaan kiinnostuneita tutkittavana olevien asukkaiden kokemuksista, tunteista ja ajatuksista, jotka kohdistuvat tutkittavaan asiaan. Lisäksi laadullista tutkimusmenetelmää käyttäessä ollaan kiinnostuneita erilaisista merkityksistä, joita tutkittava kohde antaa tutkittavana olevan tutkimukselle eli mitä asioita palvelutalo Seiponrannan asukkaat toivat ilmi aineistonkeruussa viriketoiminnan kehittämiseksi ja mitä asioita he kokevat tärkeiksi. (Juuti ym. 2020; Hirsjärvi ym. 2009, 160–164.)

Aineistonkeruumenetelmäksi valittiin ryhmämuotoinen teemahaastattelu, koska se mahdollistaa tutkittavan ilmiön uskottavien päätelmien tekemisen ja sen avulla pääsemme kiinni tutkimuksen kohteen olevien palvelutalo Seiponrannan asukkaiden mieltymyksiin, ajatuksiin, odotuksiin, mielihaluihin ja kokemuksiin. Ryhmämuotoinen teemahaastattelu on melko luotettava laadullisen tutkimuksen aineistonkeruumenetelmä, sillä laadullisessa tutkimuksessa suositaan metodeja, jotka tuovat ryhmämuotoisen teemahaastattelun keinoin tutkittavien äänen ja näkökulmat esille, joka on samalla laadullisen tutkimuksen lähtökohta. (Puusa 2020; Hirsjärvi ym. 2009, 164.) Teemahaastattelussa osa sen sisällöstä on päätetty ennalta ja näin haastattelun kulkua kyetään ohjaamaan ilman, että sitä kontrolloidaan kokonaan. Etukäteen valitut teemat ja tarkentavat kysymykset sisältyvät teemahaastatteluun, mutta silti aineistonkeruumenetelmänä se on joustava ja vapaamuotoinen. (Puusa 2020.)

Ryhmämuotoisella teemahaastattelulla haluttiin vahvistaa myös osallistujien eli asukkaiden sosiaalisia suhteita, vahvistetaan vuorovaikutustaitoja ja lisätään osallisuutta (Ryhmätoiminta ja toiminnalliset menetelmät 2020). Asukkaat saavat vertaistukea toisistaan kokemuksia ja ajatuksia jakamalla ja haastattelutilanne ei mahdollisesti tunnu kuulustelulta, kun haastattelutilanne käydään tutussa ympäristössä muiden asukkaiden kanssa eikä huoneessa yksittäin. Nämä edellä mainitut toiminnan kuvaukset ovat myös ryhmämuotoisen kuntoutuksen tavoitteita, jolloin tutkimuksen aineistonkeruusta luodaan kuntouttavan toimintatuokion. (Ryhmätoiminta ja toiminnalliset menetelmät 2020.)

Vaikka ryhmämuotoisen teemahaastattelun oli tarkoitus kerätä kohderyhmän eli asukkaiden subjektiivisia mieltymyksiä, ajatuksia ja kokemuksia tutkittavasta aiheesta ja ilmiöstä, niin siltikään tämän aineistonkeruumenetelmän avulla ei kyetty täysin kuvaamaan ja tulkitsemaan näitä subjektiivisia mieltymyksiä, ajatuksia ja kokemuksia. Syynä tähän oli, että tutkijat tekivät näistä tulkinnan

omasta näkökulmastaan eri henkilönä kuin tutkittavana oleva kohderyhmä. (Juuti ym. 2020). Silti ryhmämuotoisen teemahaastattelun avulla päästiin lähelle tutkittavana olevaa kohderyhmää eli asukkaita ja päästiin ymmärtämään näitä asukkaiden subjektiivisia mieltymyksiä, ajatuksia ja kokemuksia.

Opinnäytetyössä selvitettiin palvelutalo Seiponrannan asukkaiden osallisuuden kokemusta Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen kehittämällä Osallisuusindikaattorilla, joka muodostuu kymmenestä väittämästä, joiden pohjalta muodostuu käsitys siitä, kuinka ihminen voi vaikuttaa oman elämänsä kulkuun ja yhteisiin asioihin. Osallisuusindikaattorilla saadaan tieto yksilöiden osallisuuden kokemuksesta. Mikäli yksilön osallisuuden kokemuksen mittauskertoja on useampi kuin yksi, voidaan vastanneiden kokemuksen muutosta tarkastella. Edeltävästi Osallisuusindikaattori-lomakkeen täyttämistä haastateltaville luettiin pääkysymys. Haastateltavien tuli täyttää Osallisuusindikaattori-lomake ja vastata 10 väittämään itsenäisesti ilman opinnäytetyön tekijöiden apua luotettavuuden varmistamiseksi ja takaamiseksi. (Osallisuusindikaattori mittaa osallisuuden kokemusta n.d.)

Osallisuusindikaattorin tarkoituksena oli mitata osallisuuden kokemusta tutkimuksen aineistonkeruun eli teemahaastattelun aikana. Osallisuusindikaattorin täyttämällä ennen ja jälkeen teemahaastattelun, kerättiin aineistoa siitä, miten teemahaastattelun nähtiin vaikuttavan haastateltavien osallisuuden kokemuksiin, kun teemahaastattelun keskiössä oli haastateltavien subjektiiviset kokemukset ja kehitysideat viriketoiminnan järjestämiseksi. Lisäksi mikäli tarkastelussa on yhtä aikaa useiden ihmisten vastauksia, voidaan osallisuuden kokemusta arvioida eri ryhmien keskiarvoja. (Osallisuusindikaattori mittaa osallisuuden kokemusta n.d.) Osallisuusindikaattoria hyödynnettiin ennen tutkimusaineiston keräystä ja tutkimusaineiston keräyksen jälkeen. Näin mahdollisesti saatiin vertailtavat aineistot keskenään siitä, tulivatko palvelutalo Seiponrannan asukkaiden osallisuuden kokemukset muuttumaan aineistonkeruun ja haastattelun aikana ja mihin suuntaan.

## **5.2 Aineiston keruu ja kuvaus**

Ennen opinnäytetyön aineiston keruuta tutkimuslupaa anottiin kohdeorganisaatiolta Jyväskylän ammattikorkeakoulun laatimalla tutkimuslupa-lomakkeella. Hyväksytty tutkimuslupa toimii edellytyksenä opinnäytetyön aineistonkeruulle (Hyvä tieteellinen käytäntö, tietosuoja ja tutkimuslupa n.d.) Tälle opinnäytetyölle on annettu myönteinen tutkimuslupa Keuruulla 1.12.2022 vs. perusturvajohtaja Mari Kolun toimesta.



Tutkimuksen lähtökohtana oli ihmisarvon kunnioittaminen, ihmisten ollessa tutkimuksen kohteena. Yksilöiden itsemääräämisoikeutta kunnioitetaan ja heille annetaan mahdollisuus päättää siitä haluavatko he osallistua tutkimukseen. Tutkijoiden on pohdittava, miten mahdollisesti tutkimukseen osallistuvien suostumus hankitaan ja millaista tietoa mahdolliset osallistujat tarvitsevat tutkimukseen liittyen. Päätös tutkimukseen osallistumisesta tulee olla tehty perehtyneesti ja tutkijoiden on annettava mahdollisille osallistujille tarkat tiedot siitä, mitä tutkimuksen aikana tulee ja saattaa tapahtua. Mahdollisten osallistujien päätös tutkimukseen osallistumisesta tulee aina olla vapaaehtoista, päätökseen ei saa vaikuttaa muiden pakottaminen, suostuttelu tai manipulointi. Tutkimukseen osallistuvien on ymmärrettävä tämä kaikki edellä mainittu informaatio. (Hirsjärvi ym. 2009, 25.)

Ennen aineiston keruuta eli ryhmämuotoisten teemahaastatteluiden aloittamista palvelutalo Seiponrannan asukkaita lähestyttiin henkilökunnan kanssa ja heille toimitettiin saatekirjeet (LIITE 2) ja suostumus tutkimukseen osallistumisesta-lomakkeet (LIITE 3). Hyvien tieteellisten käytäntöjen tavoin saatekirjeessä oli maininta siitä, että tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista, ryhmämuotoiset teemahaastattelut nauhoitetaan, aineisto kerätään ja analysoidaan anonymisti eli osallistujia ei voi tunnistaa. Lisäksi mainintana oli, että tutkimusaineisto säilytetään luottamuksellisesti kahden tutkijan hallussa ja tutkimuksen päätyttyä tutkimusaineisto hävitetään. (Hirsjärvi 2009, 24.) Saatekirje (LIITE 2) ja suostumus tutkimukseen osallistumisesta -lomake (LIITE 3) suurennettiin alkuperäisestä mallista asukkaille luettaviksi. Tällä tavoin mahdollistettiin, että kaikki mahdolliset tutkimukseen osallistuvat palvelutalo Seiponrannan asukkaat kykenevät lukemaan nämä edellä mainitut liitteet mahdollisen heikentyneen näön vuoksi.

Palvelutalo Seiponrannan henkilökunnan kanssa arvioitiin myös mahdollisten osallistujien kykyä ymmärtää tutkimukseen liittyvää informaatiota ja samalla jouduttiin poissulkemaan osa asukkaista heikentyneen toimintakyvyn esimerkiksi puheen tuottamisen ja heikentyneiden kommunikaatio-taitojen vuoksi. Osan asukkaiden poissulkeminen ei olisi merkittävästi vääristänyt tutkimusaineistoa, sillä laadullinen tutkimus tutkii asukkaiden subjektiivisia ajatuksia ja kokemuksia viriketoiminnasta. Osan asukkaiden poissulkemista perustellaan sillä, etteivät he henkilökunnan arvioiden mukaan olleet kykeneviä ymmärtämään tutkimusprosessiamme ja siihen liittyvää informaatiota.

Tutkimusaineisto kerättiin kolmen ryhmämuotoisen teemahaastattelun keinoin. Teemahaastattelut pidettiin kolmessa eri kerroksessa, jossa asuu vakituisia asukkaita. Haastattelut nauhoitettiin kunkin kerroksen teemahaastattelun yhteydessä. Haastatteluihin osallistuivat ne palvelutalo Seiponrannan asukkaat, jotka halusivat osallistua tutkimukseen ja olivat siihen kykeneväisiä, sekä kykeneviä ymmärtämään tutkimuksen käytänteet ja prosessin.

### **5.3 Ryhmämuotoisen teemahaastattelurungon laadinta**

Ryhmämuotoisen teemahaastattelun rungoksi on laadittu kolme eri teemaa, joiden alle on muodostettu apukysymyksiä. Teemahaastattelun ollessa lomake- ja avoimen haastattelun välimuoto, tarkoittaa se, ettei teemahaastatteluun ole laadittu tarkkoja ja järjestystä vaativia kysymyksiä, vaan aineiston keruussa on joustavuutta ja vapautta keskustella ko. teemoista (Hirsjärvi ym. 2009, 208). Opinnäytetyön teemahaastattelurungon (LIITE 1) laatimisessa on hyödynnetty aiempia tutkimuksia. Käytettyjä aineistoja ovat Kalliolähteen (2015) opinnäytetyö Viriketoiminta vanhusten palvelukodin asukkaiden näkökulmasta, Nokan (2012) opinnäytetyö Viriketoimintaa Abelin palvelutalossa ja Lindholmin (2019) opinnäytetyö Hoitokoti Iltalan asukkaiden kokemuksia viriketoiminnasta. Teemahaastattelun kolme teemaa hakevat vastausta kolmeen aiemmin määriteltyyn tutkimuskysymykseen.

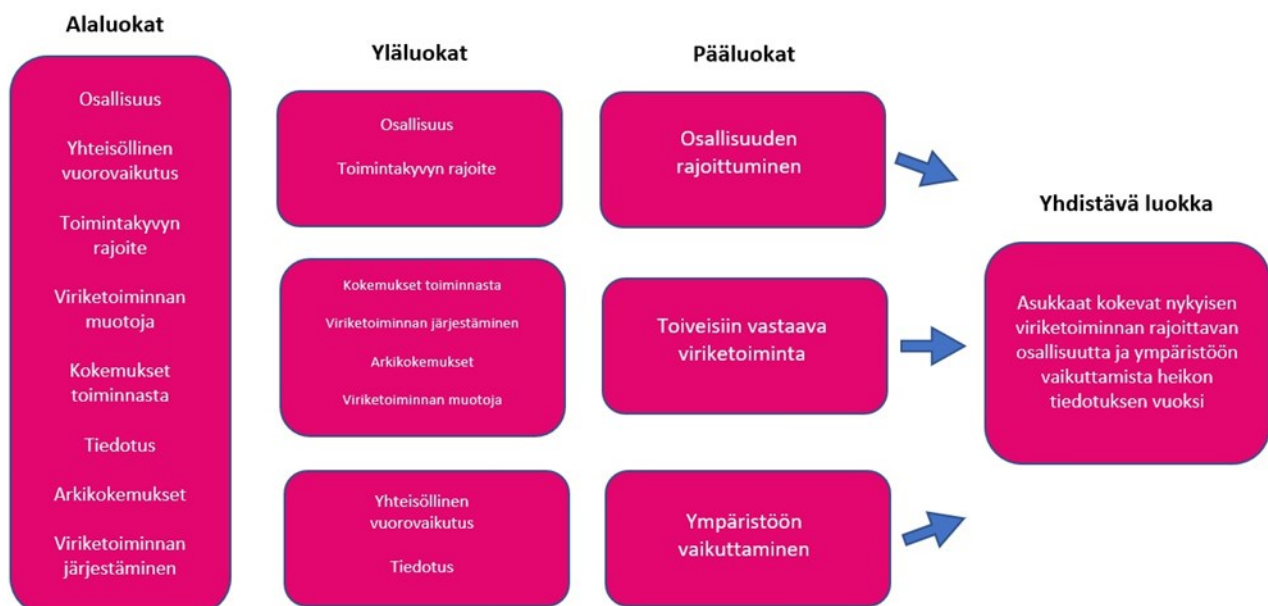
### **5.4 Aineiston analyysi**

Aineistolähtöinen sisältöanalyysi eli induktiivinen sisältöanalyysi on kuvattu kolmivaiheiseksi prosessiksi, jossa keskeisinä vaiheina ovat aineiston pelkistäminen (reduointi), aineiston ryhmittely (klusterointi) ja teoreettisten käsitteiden luominen (abstrahointi). Induktiivisen sisältöanalyysin kaikissa vaiheissa pyritään ymmärtämään tutkittavana olevien henkilöiden omia näkökulmia. Aiemmillä tiedoilla ja havainnoilla ei induktiivisen sisältöanalyysin tekemisen kannalta ole merkitystä, sillä analyysi pohjautuu kerättyyn aineistoon. (Sarajärvi & Tuomi 2017.)

Aineisto analysointiin sen keräämisen jälkeen laadullisen tutkimuksen sisältöanalyysin keinoin. Tavoitteena sisältöanalyysissä on aluksi järjestää aineisto tiiviiseen ja selkeään muotoon ja olla samalla kadottamatta tietoaineista, jonka se pitää sisällään (Juuti & Puusa. 2020.) Ryhmämuotoisista teemahaastatteluista saatiin kolme eri ääninauhaa. Neljännen kerroksen haastattelun ääninauhan

pituus oli 31 minuuttia ja 37 sekuntia. Kolmannen kerroksen oli 35 minuuttia ja 44 sekuntia ja toisen kerroksen oli 32 minuuttia ja 46 sekuntia. Tämän jälkeen aineisto litterointiin eli jokaisen nauhoitetun ryhmämuotoisen teemahaastattelun ääninauhat kirjoitettiin puhtaaksi tekstiksi. Neljännen kerroksen litteroidun tekstin pituus oli 15 sivua, kolmannen kerroksen 17 sivua ja toisen kerroksen 12 sivua. Litteroitujen tekstien pituus vaihteli eri pituisten puheenvuorojen ja nauhoituksen kokonaisuuden mukaan. Litteroinnin jälkeen tekstistä poimittiin tutkimukselle olennainen ja keskeinen data, joka puolestaan voi vaikuttaa tutkimuksen luotettavuuteen, sillä osa datasta valikoidaan ennalta päätettyjen teemojen mukaisesti ja osa datasta saattaa jäädä huomioimatta. (Puusniikka & Saarinen-Kauppinen 2006.)

Litteroitua tekstiä alettiin teemoittelemaan ja tekstistä poimittiin aineistoa kolmen eri teeman mukaisesti. Ensimmäiseksi litteroidusta tekstistä poimittiin 1 teeman eli asukkaiden kokemuksia nykyisestä viriketoiminnasta ja siihen osallistumisesta, joka maalattiin dokumenttiin keltaisella värillä. Toiseksi aineistosta poimittiin dataa, joka kuvasi asukkaiden kehitysideoita viriketoiminnan kehittämiseksi. Tämä data merkittiin dokumenttiin turkoosilla värillä. Viimeiseksi aineistosta poimittiin kolmatta teemaa eli viriketoiminnan suunnitteluun osallistumista kuvaavaa dataa. Kolmatta teemaa vastaava data maalattiin vihreällä värillä. Tämän vaiheen jälkeen tekstistä oli poimittu tutkimuksen tekijöiden mielestä opinnäytetyölle oleva olennainen data. Tämän jälkeen aineistoa lähdettiin teemoittelemaan kolmeen eri aineistolähtöiseen sisältöanalyysiin. Seuraavaksi alla esimerkki nykyisen viriketoiminnan aineistolähtöisestä sisältöanalyysistä (kuvio 4).



#### Kuvio 4. Nykyisen viriketoiminnan aineistolähtöinen sisältöanalyysi

Analyysivaiheen edetessä aineistoa pelkistettiin (reduointi) eli siitä poistettiin kaikki opinnäytetyölle oleva epäolennainen. Jäljelle jäi olennainen data tiivistetyssä muodossa. Aineistoa ryhmiteltiin (klusterointi) tämän jälkeen ala- ja yläluokkiin. Aineistosta ryhmiteltiin kaikki esimerkiksi tiedottamiseen ja yhteisölliseen vuorovaikutukseen liittyvä data ja tätä lähdettiin ryhmittelemään lisää ala- ja yläluokkiin, josta saatiin teoreettisten käsitteiden luomisen (abstrahointi) jälkeen, kommunikointi tulee osallisuutta -käsite. Kaikkien kolmen sisältöanalyysin jälkeen saatiin luotua kaikille sisältöanalyysille viimeinen yhdistävä luokka. Nykyistä viriketoimintaa kuvaavan sisältöanalyysin yhdistäväksi luokaksi muodostui virke, joka on *asukkaat kokevat nykyisen viriketoiminnan rajoittavan osallisuutta ja ympäristöön vaikuttamista heikon tiedottamisen vuoksi*. Kaksi muuta sisältöanalyysiä toteutettiin vastaavasti edellä mainittujen ohjeiden mukaisesti. Asukkaiden kehitysideoita kuvaavan sisältöanalyysin yhdistäväksi luokaksi muodostui virke, joka on *asukkaat haluavat viriketoiminnasta vastaavan jonkun vastuuhenkilön ja, että toiminta olisi yksilöllistä ja iästä huolimatta olisi mahdollista oppia uutta*. Viimeisen viriketoiminnan suunnitteluun osallistumista kuvaavan sisältöanalyysin yhdistäväksi luokaksi muodostui virke, joka on *asukkaiden viriketoiminnan suunnitteluun, osallistuminen tukee osallisuutta ja mahdollistaa heidän omiin elämiinsä vaikuttamisen*. Tällä aineistonkäsittely tavalla saatiin opinnäytetyön kannalta merkityksellinen aineisto käsittelyyn ja aineistolle annettiin merkityksiä esimerkiksi, mitkä asiat tekevät palvelutalo Seiponrannan asukkaiden arjesta mukavan ja miten viriketoiminnan suunnitteluun osallistuminen tukee heidän elämänlaatuaan. Merkityksiä suhteutettiin myöhemmin teoreettiseen tietoon ja aiempiin tutkimuksiin (Alasuutari 2011, 7). Aineistolähtöisen sisältöanalyysin vaiheita kuvattu visuaalisesti tarkemmin sivulla

## 6 Tulokset

Opinnäytetyön tutkimuksessa haastateltiin palvelutalo Seiponrannan asukkaita kolmessa eri kerroksessa joulukuussa 2022. Ensimmäinen haastattelu pidettiin neljännessä kerroksessa, jonka jälkeen edettiin kolmanteen ja toiseen kerrokseen. Ryhmämuotoiseen teemahaastatteluun osallistui neljännessä kerroksessa kuusi asukasta, kolmannessa kerroksessa kuusi asukasta ja toisessa kerroksessa neljä asukasta. Yhteensä haastateltavista yhdeksän oli naisia ja seitsemän miehiä.

## 6.1 Asukkaiden arki palvelutalo Seiponrannassa

Ryhmämuotoisen teemahaastattelun ensimmäisessä teemassa käsiteltiin haastateltavien arkea ja mitä he kuvaavat siinä tapahtuvan. Haastateltavilta kysyttiin, mitä haastateltavat tekevät päivisin asuessaan palvelutalo Seiponrannassa. Teemaa täydennettiin kysymällä apukysymyksiä, joiden avulla selvitettiin, mikä haastateltavien päivissä on parasta ja onko heidän päivissään jotain huonoa. Lisäksi apukysymyksien avulla selvitettiin, onko haastateltavien päivien sisältö heidän mukaansa mielekästä. Teemaa yksi täydennettiin kysymällä myös, mitä sisältöä haastateltavat haluaisivat päiviinsä, jotta he kokisivat olonsa mukavaksi arjessa.

Yksi neljännen kerroksen haastateltavista kertoi päivien menevän syömisessä. Yksi kolmannen kerroksen haastateltavista kertoi puolestaan päivien rungon rakentuvan viiden ruokailun ympärille. Jokaisessa kerroksessa osa haastateltavista toi esiin arjen olevan kelloon sidottua. Yksi kolmannen kerroksen haastateltavista korosti kuntosalin olevan tärkeä osa ohjelmaa päivissä. Yksi toisen kerroksen haastateltavista kuvaili käyttävänsä tietokonetta lukemiseen ja tekevänsä käsitöitä omassa asunnossaan päivisin. Yksi neljännen kerroksen haastateltavista kertoi ajan kuluvan päivisin hyvin, mutta kertoi iltojen olevan pitkiä. Syiksi haastateltava kertoi, ettei mielenkiintoista tekemistä ole lukemisen ja television katsomisen lisäksi.

Kaksi kolmannen kerroksen haastateltavista nosti päivän parhaaksi asiaksi ruokapöydän ympärille kerääntymisen. Haastateltavat kuvasivat sen parhaaksi hetkeksi päivässä, koska silloin he pääsevät yhdessä kokontumaan sekä keskustelemaan. Yksi kolmannen kerroksen haastateltavista korosti, ettei keskustelun aiheella ole väliä, kunhan he pääsevät keskustelemaan. Yksi toisen kerroksen haastateltavista kuvasi iltapalan olevan parasta päivissä, johon osa saman kerroksen haastateltavista yhtyivät. Huonoksi päivässä kolmannen kerroksen yksi haastateltavasti totesi liiallisen syömisensä. Saman kerroksen toinen haastateltava koki, ettei näin voi sanoa. Pääasiassa kaikkien kerroksen haastateltavat totesivat, ettei päivissä ole useimmiten mitään huonoa.

Kysyttäessä haastateltavien päivien sisällön mielekkyydestä toisen kerroksen haastateltavat kertoivat, etteivät ole tunteneet, etteivätkö päivät olisivat olleet mielekkäitä. Kolmannen kerroksen haastateltavat olivat epävarmoja päivien mielekkyydestä, eivätkä vastanneet päivien joko olevan

mielekkäitä tai ei. Yksi neljännen kerroksen haastateltavista totesi, ettei ilta ole mielekäs ja virikkeellinen. Ulkoilu ja omasta kerroksesta poispääsy nousi esille päivien mielekkyydestä keskusteltaessa.

Teemaa yksi käsitellessä haastateltavilta kysyttiin lisäksi, mitä he toivoisivat päivässään olevan, mikä saisi heidän olonsa mukavaksi arjessa (kuvio 5). Yksi neljännen kerroksen haastateltavista totesi kysymyksen esittämisen jälkeen, ettei tämä ymmärtänyt kysymystä. Kysyttäessä uudelleen haastateltava kertoi tekevänsä mielellään **ristikoita** arjen ja päivien mukavoittamiseksi. Puolestaan yksi neljännen kerroksen haastateltavista toivoi **sisältöä**. Haastateltava lisäsi vielä, että on vaikea keksiä asioista, jotka mukavoittaisivat arjen. Toisen kerroksen yksi haastateltavista toivoi yhteisiin tiloihin luettavaksi **paikallisia sanomalehtiä** mukavan arjen luomiseksi. **Syömään kokoontumiset, syöminen, perheentuntu ja yhtenäinen yhteisö** nostettiin esille kolmannen kerroksen haastateltavien kesken. Yksi kolmannen kerroksen haastateltava arvio näkevänsä kerroksen asukkaat yhteisönä, joka toimii perheen tavoin. Kolmannen kerroksen haastattelusta nousi esille, että **asuminen palvelutalo Seiponrannassa** yksin tai pariskuntana on tällä hetkellä mukavampaa kuin asuminen aiemmassa kodissa. Yksiöiden tai kaksiöiden pienistä neliöistä huolimatta palvelutalossa asumisen kerrottiin olevan yhteisöllisempää asumista kuin koskaan aiemmin.



Kuvio 5. Ryhmähaastatteluihin osallistuneiden kuvauksia, jotka tekevät arjen mukavaksi.

## 6.2 Nykyinen viriketoiminta

Ryhmämuotoisen teemahaastattelun toisessa teemassa selvitettiin kysymällä haasteltavilta kolmessa eri kerroksessa, millaista viriketoimintaa palvelutalo Seiponrannassa järjestetään. Teemaa täydennettiin apukysymyksillä, joissa esitettiin ovatko haastateltavat osallistuneet viriketoimintaan ja miksi tai miksi eivät. Apukysymyksillä selvitettiin, onko toiminta ollut mukavaa ja mistä toiminnasta haastateltavat eivät ole pitäneet. Toista teemaa täydennettiin myös kysymällä, onko toiminta haastateltavien toiveisiin ja onko haastateltavien toiveita aiemmin kuultu ja miten toiveita on kuultu. Apukysymyksenä esitettiin myös, onko haastateltavista tuntunut, ettei heitä ole kuultu.

Haastateltavilta kysyttiin, millaista viriketoimintaa palvelutalo Seiponrannassa järjestetään. Yksi neljännen kerroksen haasteltavista totesi, ettei viriketoimintaa järjestetä sen suuremmin. Toinen neljännen kerroksen haastateltavista kuvasi järjestetyksi viriketoiminnaksi pelien pelaamisen muissa kerroksissa. Lisäksi haastateltava arvioi viriketoimintaa olleen toistaiseksi hyvin vähän. Television katselu kuvattiin viriketoiminnaksi kolmannessa kerroksessa. Osa haastateltavista kuvasi, etteivät osaa kertoa, sillä he olivat asuneet palvelutalo Seiponrannassa vasta kovin vähän aikaa. Järjestetyksi viriketoiminnaksi kuvattiin haastatteluiden aikana askartelua, pelejä ja kilpailuja, leipomista, yhteiset lauluhetket palvelutalossa ja Lehtiniemen juhlasalissa.

Kysyttäessä ovatko haastateltavat osallistuneet viriketoimintaan, saatiin vastaukseksi useimmiten kaikissa kerroksissa se, että he ovat osallistuneet, jos ovat vain tienneet viriketoiminnan järjestämisestä. Yksi neljännen kerroksen haastateltavista kertoi, ettei ole osallistunut toimintaan. Useimmat haastateltavat arvioivat oman osallistumattomuuden syyksi vähäisen tiedotuksen viriketoiminnasta ja sen järjestämisestä. Yksi neljännen kerroksen haastateltavista totesi, että on osallistunut viriketoimintaan ainakin silloin, kun on haettu.

Kysyttäessä viriketoiminnan mukavuudesta, saatiin tulokseksi eriäviä vastauksia. Yksi kolmannen kerroksen haastateltavista kertoi, ettei viriketoiminta ole ollut mukavaa ja lisäsi vielä, ettei toiminnasta ole ilmoitettu. Kaksi toisen kerroksen haastateltavista kertoivat viriketoiminnan olleen ihan mukavaa. Haastateltavat arvioivat jatkoksi, että viriketoiminta ja muualla käyminen tuovat vaihtelua jokapäiväiseen rytmiin. Viriketoiminta miellettiin mukavaksi neljännen kerroksen haastateltavien kesken, sillä se tuo muutosta arkeen.

Haastateltavilta kysyttiin lisäksi, mistä toiminnasta he eivät ole pitäneet. Neljännen kerroksen haastateltavat totesivat yhteisesti, etteivät osaa sanoa. Yksi neljännen kerroksen haastateltavista totesi lisäten, ettei viitsi sanoa mitään, sillä hän on asunut vasta vähän aikaa. Kolmannen kerroksen haastateltavat eivät osanneet vastata, onko jotain toimintaa ollut, mistä he eivät olisi pitäneet. Toisessa kerroksessa yksi haastateltavista kertoi, että askartelu on koettu vaikeaksi, sillä haastateltava ei ole kyennyt askartelemaan huonon näön vuoksi. Vastaukset siitä, onko jotain toimintaa ollut, mistä haastateltavat eivät ole pitäneet, jäivät suppeiksi.

Teemaa kaksi lisää selvittäessä kysyttiin haastateltavilta, onko järjestetty toiminta vastannut heidän toiveisiinsa. Yksi kolmannen kerroksen haastateltavista totesi ei. Neljännen kerroksen haastateltavat arvoivat yhteisesti, ettei toiminta ole aina vastannut toiveisiin ja on hyvin vaikea arvioida, sillä toimintaa ei ole ollut. Yksi toisen kerroksen haastateltavista ilmaisi, että hän on pitänyt toiminnasta ja toiminta on tätä kautta vastannut toiveisiin, sillä toiminta tuo vaihtelua jokapäiväiseen elämään. Vähäisten vastauksien perusteella haastateltavilta kysyttiin apukysymyksen avulla, onko heidän toiveitaan aiemmin kuultu. Vastaukseksi tähän saatiin pääasiassa kaikista kerroksista se, ettei ole kysytty. Yksi toisen kerroksen haastateltavista muisteli kuitenkin, että pari vuotta sitten toiveita kuultiin, kun viriketoiminnasta vastasi joku työntekijä, joka kyseli toiveita lomakkeille. Haastateltavilta kysyttiin kokemusta siitä, onko heistä tuntunut, ettei heitä ole kuultu. Kolmannen kerroksen haastateltavat nostivat esille, että heillä ei ole tunnetta siitä, etteikö heitä kuultaisi. Haastateltavat kolmannesta kerroksesta kertoivat, että mikäli olisi valittamisen aihetta, he voisivat olla varmoja, että heitä tultaisi kuulemaan. Toisen ja neljännen kerroksen haastateltavilta ei saatu vastausta tähän kysymykseen.

### **6.3 Kehitysideat viriketoimintaan**

Ryhmämuotoisen teemahaastattelun kolmannessa teemassa selvitettiin haastateltavien kehitysideoita viriketoiminnan järjestämiseksi. Tarkoituksena tässä teemassa olisi selvittää, mitä juuri haastateltavat haluavat. Apukysymyksinä kolmannen teeman selvittämiseksi käytettiin, mitä haastateltavat haluaisivat tehdä palvelutalo Seiponrannassa, ja haluaisivatko haastateltavat tehdä jotain, mitä he eivät ole aiemmin tehneet.

Haastateltavat nostivat kehitysideoiksi erilaisten pelien pelaamisen, yhteiset leipomis- ja ruoanlaittohetket, hengellisen toiminnan, musiikin ja musiikkiesitykset, tietokilpailut, ulkoilun, kuntosalilla



käymisen, juhlasalin tapahtumat sekä leikkimieliset kilpailut. Kehitysideoiksi haastateltavat nostivat myös ryhmätoiminnan ja yhteisen tekemisen, sillä he kuvasivat toiminnan muuttuvan mielenkiintoisemmaksi, mitä enemmän on osallistujia. Kuitenkin haastateltavat kaikista kerroksista kokivat viriketoimintaan osallistujien määrän epävarmaksi ja epävarmuutta siitä, onko pelikaveria. Yksi neljännen kerroksen haastateltavista kertoi toivovansa liikunnallisia pelejä, joita on aikoinaan samaan tapaan pelattu koulussa. Toisessa ja neljännessä kerroksessa nostettiin esille erilaisten tietokilpailuiden järjestäminen, joissa kysymykset olisivat haastateltaville suunnattuja ja aihe voisi koskettaa osallistujia. Yksi kolmannen kerroksen haastateltavista kertoi hengellisen musiikin ja hartaushetkien olevan tärkeitä. Yksi toisen kerroksen haastateltavista toivoi Keuruun jumalanpalveluksen näkyviin palvelutalo Seiponrannan televisioihin aina sunnuntaisin. Toisessa kerroksessa toivottiin miehiä huomioitavan enemmän viriketoiminnan järjestämisen yhteydessä, koska sitä ei ole tähän mennessä otettu ollenkaan huomioon, makkaranpaistoreissuja lukuun ottamatta.



Kuvio 6. Ryhmähaastatteluihin osallistuneiden kehitysideat viriketoiminnan järjestämiseksi

Kolmannessa teemassa haastateltavilta kysyttiin viriketoiminnan kehitysideoista. Aluksi haastateltavat eivät osanneet vastata ja he jäivät pohtimaan vastauksia. Kuitenkin hyvin pian useimmat haastateltavat alkoivat kuvailemaan erilaisia kehitysideoita viriketoiminnan järjestämiseksi. Kaikkien kerroksien viriketoiminnan kehitysideoissa nousi esille samankaltaisuuksia. Kehitysideat koskivat pääasiassa suoraa toimintaa ja tekemistä, mutta lisäksi yksi toisen ja yksi kolmannen kerroksen haastateltavista kuvasivat, millaista viriketoiminnan tulisi olla heidän mielestään.

*Se olis tavotteellista ja siinä olis joku jollain vastuu siitä elikkä se niinkun hoitas sitä asiaa ja se että siihen vois antaa mielipiteitä et se olis niinkun eri tilanteissa oleville ihmisille niinkun sopivaa...ottaen huomioon miehet...omanlaista toimintaa...naisilla on varmasti omanlaista toimintaa mutta ennen kaikkea et se olis niinkun järjestelmällistä ja ohjattua...se olis minusta se kaikista tärkein. (Haastateltava 1, krs 2)*

*Tasapuolisesti mahdollisimman monelle sopivaa koska täällähän pitää ottaa jokaisen yksilön tilanne huomioon. (Haastateltava 2, krs 3)*

Viriketoiminnan kehittämiseksi useimmat haastateltavat toivoivat kaikissa kerroksissa, että tiedotusta viriketoiminnasta parannettaisiin ja siitä voitaisiin jatkossa ilmoittaa jokaisen kerroksen ilmoitustaululla. Yksi toisen kerroksen haastateltavista nosti esille, etteivät kaikki välttämättä näe lukea ja voi osallistua, mikäli tiedotus viriketoiminnasta tapahtuisi vain ilmoitustaululle kirjoittamalla. Yksi kolmannen kerroksen haastateltavista toivoi toiminnasta ilmoittamisen tapahtuvan hyvässä ajoin, sillä toiminnasta ilmoittaminen viime hetkellä tekee viriketoimintaan osallistumisesta pakonomaista. Tiedotuksen lisäksi toivottiin eräänlaista vastuuhenkilö vastaamaan viriketoiminnan järjestämisestä ja tiedottamisesta. Vastuuhenkilön kuvattiin voivan olla esimerkiksi joku henkilökunnasta tai joku asukkaista. Yksi neljännen kerroksen haastateltavista arvioi vastuuhenkilön tuovan ideoita nyt suppeasti järjestettyyn toimintaan.

Kysyttäessä haluaisivatko haastateltavat tehdä jotain mitä eivät ole aiemmin tehneet, saatiin vastauksiksi epävarmoja toteamuksia. Yksi kolmannen kerroksen haastateltavista totesi hetken mietittyään, että sellaista toimintaa olisi varmasti hyvin vähän, mitä hän ei olisi jo tehnyt elämässään. Useimmat neljännen kerroksen haastateltavista ilmaisevat kiinnostuksensa uudelle toiminnalle ja uuden oppimiselle. Yksi toisen kerroksen haastateltavista ilmaisi olevansa kiinnostunut tietotekniisten laitteiden käytöstä ja niiden käytön opettelusta.

#### **6.4 Viriketoiminnan suunnitteluun ja kehittämiseen osallistuminen**

Ryhmämuotoisen teemahaastattelun kolmannessa teemassa selvitettiin lisäksi, ovatko haastateltavat aiemmin päässeet osallistumaan viriketoiminnan suunnitteluun ja kehittämiseen. Apukysymyksien avulla selvitettiin lisäksi, haluaisivatko haastateltavat osallistua viriketoiminnan suunnitteluun ja kehittämiseen ja miksi he haluaisivat. Ryhmämuotoisen teemahaastattelun lopulla kysyttiin haastateltavilta, millaiseksi he kokisivat viriketoiminnan suunnitteluun ja kehittämiseen osallistumisen.

Vastaukseksi useimmat haastateltavat osasivat kuvata, etteivät ole päässeet osallistumaan viriketoiminnan suunnitteluun. Haastateltavilta kysyttäessä, miksi he eivät ole päässeet osallistumaan viriketoiminnan suunnitteluun, he kertoivat, ettei heitä ole kysytty osallistumaan viriketoiminnan suunnitteluun. Yksi toisen kerroksen haastateltavista kuvasi osallistuneensa viriketoiminnan suunnitteluun aiemmin, kun viriketoiminnasta vastannut työntekijä kysyi heiltä paperilomakkeiden avulla mieltymyksiä ja toiveita. Yksi neljännen kerroksen haastateltavista totesi, ettei muista osallistuneensa aiemmin viriketoiminnan suunnitteluun.

Yksi toisen kerroksen haastateltavista totesi ilman muuta osallistuvansa viriketoiminnan suunnitteluun. Yhteisesti kaikista kerroksista saatiin hieman epäroivia, mutta puoltavia vastauksia viriketoiminnan suunnitteluun osallistumisesta. Viriketoiminnan suunnitteluun osallistuminen toisi haastateltavien mielestä yhteisöllisyyttä, suunnittelu olisi yhdessäoloa ja suunnittelussa kuultaisii mielipiteitä. Yksi toisen kerroksen haastateltavista kertoisi osallistuvansa viriketoiminnan suunnitteluun, jos se olisi mahdollista, sillä omaan elämään vaikuttaminen on aina mielekästä. Lisäksi yksi neljännen kerroksen haastateltavista kertoi, ettei haluaisi osallistua suunnitteluun, mutta osallistuisi mielellään suoraan toimintaan.

Ryhmämuotoisen teemahaastattelun päätteeksi haastateltavilta kysyttiin, millaiseksi he kokisivat viriketoiminnan suunnitteluun osallistumisen. Yksi toisen kerroksen haastateltavista kuvaili mahdollisen osallistumisen mielekkääksi. Kaikissa kerroksissa useimmat haastateltavat arvioivat suunnitteluun osallistumisen olevan vaikeaa, kun ei ole aiempaa kokemusta ja ideoita. Yksi kolmannen kerroksen haastateltavista totesi kuitenkin viriketoiminnan kehittämisen olevan aina hyvä asia. Viriketoiminnan suunnitteluun osallistuminen koettiin vaikeaksi asiaksi, joka kuitenkin miellettiin useimpien haastateltavien kesken positiiviseksi vaikuttamismahdollisuudeksi.



Kuvio 7. Ryhmähaastatteluihin osallistuneiden kokemukset viriketoiminnan suunnitteluun osallistumisesta

## 7 Johtopäätökset

Opinnäytetyön tuloksilla vastattiin kolmeen eri tutkimuskysymykseen. Minkälaisia kokemuksia palvelutalo Seiponrannan asukkaat kuvaavat siellä mahdollisesti järjestettävästä viriketoiminnasta ja siihen osallistumisesta, millaisia kehitysideoita palvelutalo Seiponrannan asukkailla on viriketoiminnan kehittämiseksi ja miten palvelutalo Seiponrannan asukkaat kuvaavat viriketoiminnan suunnitteluun ja kehittämiseen osallistumistaan ja sen vaikutuksia elämänlaatuun.

Tulokset ovat osittain yhteneväisiä aiemmin tehtyjen opinnäytetöiden tuloksien kanssa. Kalliolähteen (2015, 21–31) opinnäytetyön tuloksista selviää, että suurin osa haastateltavista osallistuisi viriketoimintaan, sillä se on hyvää ajankulua. Lisäksi tuloksista selviää, että toiveissa olisi, että viriketoimintaa järjestettäisiin yksilötasolla enemmän. (Kalliolähde 2015, 21–31.) Puolestaan Lindholmin (2019) opinnäytetyön tuloksista selviää, että toiveista nousee esiin sellaisia viriketoiminnan muotoja, joita siellä jo järjestetään. Viriketoiminta nähdään hyvänä ajankuluna, toimintana, joka luo yhteenkuuluvuuden tunnetta ja se tuo vaihtelua päivittäisiin arjentoimintoihin. (Lindholm 2019, 19–25.)

Keskeisiksi johtopäätöksiksi saatiin, että asukkaat kokevat arjen palvelutalo Seiponrannassa olevan tasapaksua ja virikkeöntä. Johtopäätökseksi muodostui, että asukkaat haluavat kuulua johonkin

yhteisöön ja yhteiseen toimintaan osana arkeaan. Viriketoiminnan osallistumattomuuden taustalla vaikutti toiminnasta tiedottamisen puute. Askartelu viriketoimintana ei ole jokaiselle yksilölle so-piva, sillä siinä ei ole huomioitu aiemmin osallistujensa toimintakykyä. Viriketoiminnan vastuuhenkilön rooli mahdollistaisi asukkaiden oman äänen kuulluksi tulemisen ja tavoitteellisen viriketoiminnan järjestämisen. Viriketoiminnan suunnittelu ja kehittäminen toimisi asukkaiden oman elämän vaikuttamismahdollisuutena.

## **7.1 Kohtaamiset ja keskustelut tuovat sisältöä tasapaksuksi kuvattuun arkeen**

Kysyttäessä arjesta ja päivien sisällöstä, vastaukseksi toimintaan ja tekemiseen saatiin hyvin erilaisia vastauksia ja näkemyksiä. Tämä vahvistaa, että jokainen palvelutalo Seiponrannan asukas on yksilö, joka omaa yksilölliset mieltymykset ja kokemukset omasta arjestaan. Arjeksi ei voida kuvata tiettyä strukturoitua aikataulua ja sisältöä, mutta pääteltävissä on, että kohtaamiset ja keskustelut yhteisesti ilman tärkeää keskustelun aihetta on tärkeä osa päivän sisältöä. Kuten ikääntyvän osallisuuden kokemukset kuvataan rakentuvan sosiaalisista suhteista, kohtaamisista ja keskusteluista, voidaan tuloksista päätellä asukkaiden kuvaamien tärkeimpien arjen hetkien lisäävän heidän osallisuuden kokemuksiaan (Särkelä-Kukko 2014, 34; Autti-Rämö ym. 2016, 230).

Kuntosalin voidaan päätellä olevan päivän tärkein ohjelma muiden yksittäisten arjen toimintojen keskellä. Toistuviin arkirutiineihin tyydytään eikä osata ajatella arkeen vaihtelevaa tai uutta sisältöä. Epävarmat vastaukset päivien mielekkyydestä peilaavat siihen, että päivien sisältöön on tyydytty sellaisenaan. Tuloksista voidaan päätellä, että arkea pyritään muovaamaan itselleen mieleiseksi koettujen toimintojen ja tekemisten avulla. Tuloksista nähdään, että asukkailla on tarve kuulua yhteisöön ja yhteiseen toimintaan, joka lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta. Tulokset tarpeesta kuulua johonkin yhteisöön ja yhteisölliseen tekemiseen ovat yhteneväisiä Jämsénin ja Pyykkösen (2014, 9) Osallisuuden portaikon kanssa. Tässä osallisuus ympäröivissä yhteisöissä -portaassa, yksilö kiinnittyy ympärillä oleviin yhteisöihin kuulluksi tulemisen ja yhteisöllisydentunteen tarpeen vuoksi, joka osaltaan lisää yksilön osallisuutta. (Jämsén & Pyykkönen 2014, 9.) Kuten Särkelä-Kukko (2014, 34) kuvaa osallisuuden olevan mukana olemisen tunnetta, voidaan päätellä asukkaiden pyrkivän hakeutumaan yhteisölliseen toimintaan ja tekemiseen itsenäisesti osallisuuden kokemusten saamiseksi.

## 7.2 Tiedottamisen puute heijastuu viriketoiminnan osallistumattomuuteen

Kysyttäessä, millaista viriketoimintaa palvelutalo Seiponrannassa järjestetään, saatiin melko yhtenäinen vastaus siitä, että viriketoimintaa on ollut toistaiseksi melko vähän. Tietämättömyys viriketoiminnasta on syynä osallistumattomuudelle. Tietämys järjestetystä viriketoimista toisi vapautta ja vaikuttamismahdollisuuden kokemuksia, joka osaltaan vahvistaa osallisuutta näillä asukkailla. (Osallisuuden osa-alueet ja osallisuuden edistämisen periaatteet 2022.) Tulokset peilaavat siihen, että tiedottamisella ja itsenäisen osallistumisen mahdollistamisella vahvistettaisiin minäpystyvyyden tunnetta ja kokemusta olla vaikuttamassa omaa elämäänsä koskeviin asioihin. Tämä edellä mainittu vahvistaa ikääntyvän elinvoimaisuutta, ehkäisee masennuksen kehittymistä ja pitää ikääntyvän aktiivisena toimijana hänen oman toimintakykynsä tukemisen keskiössä, jonka vuoksi tuen tarve arjessa vähenee. (Pikkairainen 2013, 17; Autti-Rämö 2016, 77–78; Denninger ym. 2015.)

Nykyisen viriketoiminnan järjestämisessä ei koeta huomioitavan toimintakykyyn vaikuttavia tekijöitä esimerkiksi näkövammaisuutta. Tämä vaikuttaa osallistumattomuuteen sekä yksilön omaan motivaatioon osallistua. Vaihtoehtoisia toimintoja ei kuvattu olevan käytössä osallistumisen mahdollistamiseksi. Vastauksista käy ilmi, että motivaatio osallistumiseen laskee, kun viriketoiminnan ei koeta vastaavan omiin tarpeisiin ja toiveisiin. Tämä laskee motivaatiota ja halua osallistua, joka puolestaan heikentää osallisuutta ja sen kokemuksia. (Särkelä-Kukko 2014, 34–35.) Tuloksista voidaan päätellä, että toiminnan mielekkyyden kokemiseen vaikuttaa se, että onko viriketoiminta koettu itselle sopivaksi. Nykyinen viriketoiminta on koettu pakonomaiseksi tiedottamisen puutteen ja oman kykenemättömyyden vuoksi. Pääteltävissä on, että askartelu viriketoiminnan muotona koetaan epämieluisana, sillä siihen ei kyetä osallistumaan heikentyneen toimintakyvyn vuoksi tai sitä ei olla koskaan aiemmassa elämässä harrastettu tai siitä ei vain yksinkertaisesti pidetä. Viriketoiminta koetaan mielekkääksi, kun se vastaa omiin odotuksiin ja mielihaluihin, tuo vaihtelua arkeen sekä siihen on mahdollista osallistua oman toimintakyvyn rajoissa.

## 7.3 Viriketoiminnan toteutumisesta vastuu vastuuhenkilölle

Kehitysideoiksi kuvataan toimintoja, joita järjestetään entuudestaan tai täysin uusia asioita. Tuloksista voidaan päätellä, että aiemmin järjestetty viriketoiminta on vastannut toiveisiin ja mielihaluihin, sillä se on edelleen osan toiveissa. Leipomisen ja pelien pelaamisen mielletään vastaavan asukkaiden lapsuutta ja tuovan elämään samoja tunteita ja elämäkokemuksia kuin aiemmassa

elämässä, ennen palvelutalo Seiponrannassa asumista. Tuloksista voidaan päätellä, että toiminnan muodolla ei ole niin paljon painoarvoa, kun yhteisellä tekemisellä ja yhdessäololla tässä yhteisössä.

Kehitysideoiksi nostetaan lisäksi uusien asioiden oppiminen esimerkiksi tietoteknisten laitteiden käytön opettelu. Tästä voidaan päätellä, että uuden oppimisen halu ei häviä ikääntyessä, vaan jokaisella tulee olla mahdollisuus tähän iästä riippumatta. Uuden oppiminen ja sen mahdollistaminen kuntouttavana viriketoimintana lisää ikääntyvien aktiivisuutta heidän omissa elämässään ja tukee toimintakykyä positiivisesti sen tasoon katsomatta (Cvecka ym. 2015; Airila 2002, 9). Tuloksista voidaan päätellä, että uutta ja erilaista toimintaa ei olla kiinnostuneita kokeilemaan. Uusien asioiden nähdään pelottavan asukkaita ja luovan epävarmuutta tekemiselle eikä tällöin haluta mennä oman mukavuusalueen ulkopuolelle.

Tuloksista selviää, että viriketoiminnan tavoitteellisuus varmistetaan asukkaiden omien mielipiteiden kuulemisella ja viriketoiminnan kehittämisellä niiden avulla. Miehillä yksilöllisesti vastaavaa ja suunniteltua viriketoimintaa ei ole koettu olevan. Tästä voidaan päätellä, että eri sukupuolille tasa-arvoisesti suunniteltua toimintaa ei ole huomioitu nykyistä viriketoimintaa järjestettäessä. Lisäksi viriketoiminnan toivotaan olevan muutakin kuin paperien leikkaamista. Tästä ilmenee, että viriketoiminnan halutaan olevan virikkeellisyyden lisäksi tarkoituksellisempaa.

Tuloksista voidaan päätellä, että viriketoiminnan taustalle toivotaan vastuuhenkilöä, joka pystyy vastaamaan viriketoiminnan tavoitteellisuuden ja säännöllisyyden toteutumisesta. Vastuuhenkilön roolia kaivataan, sillä mielipiteitä ei olla osattu entiseen tapaan kertoa muulle henkilökunnalle ja viriketoimintaan ei täten olla pystytty vaikuttamaan. Tuloksista nähdään vastuuhenkilön roolin tärkeys, kun se on koettu luotettavaksi ja helposti lähestyttäväksi henkilöksi, jonka avulla mielipiteitä on saanut tuoda ilmi ja omaan elämään on pystynyt siltä osin vaikuttamaan. Tuloksista pääteltynä vastuuhenkilö on osa kuntouttavan viriketoiminnan järjestämistä sekä tukee ja mahdollistaa asukkaiden äänen kuulluksi tulemisen ja sitä kautta heidän osallisuuden kokemuksien vahvistumisen. (Särkelä-Kukko 2014, 34; Autti-Rämö 2016, 230.)

#### **7.4 Viriketoiminnan kehittäminen on oman elämän vaikuttamismahdollisuus**

Viriketoiminnan suunnitteluun ei olla aiemmin osallistuttu. Tästä voidaan päätellä, että suunnitteluun osallistumisenhalukkuutta ei olla välttämättä tuotu ilmi, jotta halukkuudesta oltaisiin tietoisia

henkilökunnan toimesta. Tuloksista nousee esiin, että suunnitteluun ja siihen osallistumiseen tarvitaan tukea henkilökunnalta. Ristiriitaisuutta aiheuttaa, että vastauksissa ei haluta ja halutaan osallistua viriketoiminnan suunnitteluun. Tuloksista ilmenee, että viriketoimintaan kuitenkin halutaan osallistua ilman, että suunnitteluun osallistutaan. Lisäksi tuloksista voidaan päätellä, että vaikeus viriketoiminnan kehitysideoiden keksimisessä heijastuu suunnitteluun osallistumisen halukkuudessa, kun suunnitteluun koetaan tarvitsevan konkreettisia kehitysideoita suunnittelun toteuttamiseksi.

Viriketoiminnan suunnittelu tuodaan esiin hyvänä asiana ja kehittäminen ylipäätänsä. Tuloksista voidaan päätellä, että suunnittelu itsessään käsitteenä ja prosessina koetaan vaikeaksi ja epävarmaksi, sillä siihen koetaan tarvitsevan paljon kehitysideoita, jotta sitä voidaan tehdä. Kuitenkin suunnittelu mielletään toiminnaksi, jossa pääsee keskustelemaan ja vaikuttamaan omaa elämää koskevaan sisältöön. Tuloksista ilmenee, että aiemmin viriketoiminnasta vastanneen vastuuhenkilön rooli on ollut merkittävä osa viriketoiminnan suunnittelua ja asukkaiden äänen kuulluksi tulemistä. Omaan elämään vaikuttamisen kuvataan aina olevan mielekästä ja haluttua. Tästä voidaan päätellä, että asukkailla on tarve tulla kuulluksi ja vaikuttaa omiin elämiin sekä saada tätä kautta osallisuuden kokemuksia asuessaan palvelutalossa esimerkiksi vaikuttamalla viriketoiminnan sisältöön kyselylomakkeen avulla (Jämsén & Pyykkönen 2014, 9).

Viriketoiminnan suunnittelun ei kuvata suoranaisesti vaikuttavan elämänlaatuun, mutta tuloksista vahvasti nousee esille, että suunnitteluun osallistuminen mielletään vaikuttamismahdollisuutena, jossa oma ääni ja mielipiteet saadaan kuulluksi. Tämä lisää minäpystyvyyden kokemuksia, sillä koetaan pystyvän vaikuttamaan omaa elämää koskeviin asioihin ja saadaan onnistumisen kokemuksia omassa elämässä. Puolestaan aktiivisena toimijana toimiminen tukee ja ylläpitää olemassa olevaa toimintakykyä ja vahvistaa yksilön osallisuuden kokemuksia. Nämä edellä mainitut ovat merkittävässä osassa vaikuttamassa ikääntyvän elämänlaatuun ja elinvoimaisen arjen toteutumiseen. (Pikkairainen 2013, 17; Autti-Rämö 2016, 77–78; Denninger ym. 2015.)

## 7.5 Osallisuusindikaattori

Luotettavaa tutkimusaineistoa osallisuuden kokemuksista ei saatu Osallisuusindikaattoria käyttämällä (Osallisuusindikaattori mittaa osallisuuden kokemusta n.d.). Valitulla kohderyhmällä ei saatu sellaisia tuloksia, joista voisi vetää johtopäätöksiä. Tuloksista näkee, että toimintakyky vaikuttaa



olennaisesti Osallisuusindikaattorin käyttöön ja Osallisuusindikaattori ei sovellu käyttöön niille, joilla toimintakyky on heikentynyt esimerkiksi näkö. Vaikka kohderyhmä osaa kuvata asioita suullisesti, niin siltikään Osallisuusindikaattoria ei pystytä täyttämään luotettavasti Terveys- ja hyvinvoinninlaitoksen ohjeiden mukaisesti. Osallisuusindikaattorin kehittämiseksi ehdotetaan, että sen käyttöä sovellettaisi eri asiakasryhmille sopivaksi.

## 8 Pohdinta

### 8.1 Eettisyys ja luotettavuus

Tutkimuksen tekevillä tutkijoilla on aina vastuu oman tutkimuksensa eettisyydestä (Kohonen, Kuula-Luumi & Spoofo 2019, 16). Palvelutalo Seiponrannan asukkaita lähestyttiin saatekirjeen (LIITE 2) avulla, jolla varmistettiin osittain eettisyyden toteutuminen opinnäytetyömme tutkimuksessa. Saatekirjeessä ei avattu teemahaastattelua aineistonkeruun menetelmänä, sillä asukkaita haluttiin lähestyä ihmisläheisemmin. Saatekirje avasi tutkimuksen sisällön ja käytänteet selkeällä ja ymmärrettävällä asiatyylillä, tutkimusteoria asiatyylin sijasta. Lisäksi se esitteli asiakkaille opinnäytetyöntekijöiden taustoja.

Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen keskeisenä eettisenä periaatteena on osallistua tutkimukseen tietoon perustuvan suostumuksen avulla (Kohonen ym. 2019, 10). Lisäksi tutkimukseen osallistuvien ymmärrystä tutkimukseen osallistumisesta haluttiin varmistaa suostumus tutkimukseen osallistumisesta -lomakkeella (LIITE 3). Allekirjoittamalla suostumuslomakkeen tutkimukseen osallistumisesta, osallistujat vahvistivat olevansa tietoisia tutkimuksesta ja sen sisällöstä. Suostumus tutkimukseen osallistumisesta -lomake (LIITE 3) suurennettiin alkuperäisestä mallista asukkaille luettaviksi. Tällä tavoin mahdollistettiin, että kaikki mahdolliset tutkimukseen osallistuvat palvelutalo Seiponrannan asukkaat kykenevät lukemaan nämä edellä mainitut liitteet mahdollisen heikentyneen näön vuoksi. Suostumuslomakkeessa painotettiin uudelleen tutkimukseen osallistumisen olevan vapaaehtoista ja sen, että tutkimukseen osallistumisen voi perua, missä tahansa tutkimuksen vaiheessa. Se, että mahdollisille osallistujille annettiin mahdollisuus ymmärtää tutkimuksen sisältö ja käytänteet ihmisläheisemmällä asiatyylillä, toimi lähtökohta tutkimuksen luotettavuudelle.

Tutkimuksen laadun varmistamiseksi käytettiin yksinkertaista sanastoa, virallisen asiatekstin sijasta. Tästä huolimatta haastateltavat eivät kuitenkaan ymmärtäneet täysin haastattelussa käytettyä sanastoa ja se sai osan haastateltavista hämmentyneiksi. Osa haastateltavista pyysi toistamaan kysymyksiä ja avaamaan niitä tarkemmin. Luotettavuutta ei pystytty täysin takaamaan, sillä haastateltavat eivät täysin ymmärtäneet teemahaastattelun apukysymyksiä, vaikka tutkimuksen teemahaastattelun runko oli tehty selkeämmäksi ja ymmärrettävämmäksi muihin vastaaviin tutkimuksiin nähden. Luotettavuuden varmistamiseksi teemahaastattelurunkoa olisi voitu testata kohderyhmällä ennen varsinaista tutkimuksen aineiston keruuta. Luotettavuuden näkökulmasta kaikkia haastateltavia ei tunnettu ja eikä heidän tapojaan. Kuitenkin opinnäytetyössä haluttiin selvittää haastateltavien subjektiivisia kokemuksia, joita saatiin tuntemattakaan haastateltavia.

Palvelutalo Seiponrannan henkilökunnan kanssa rajattiin ne asukkaat pois opinnäytetyöstä, joiden toimintakyky, puheen tuottaminen ja kommunikaatiotaidot olivat heikentyneet sekä, jotka olivat kykenemättömiä ymmärtämään tutkimusprosessia. Vaihtoehtoisesti aineistonkeruuseen olisi voitu ottaa mukaan vaihtoehtoisia kommunikointimenetelmiä ja antaa niille asukkaille mahdollisuus ilmaista subjektiivisia kokemuksiaan. Vaihtoehtoisia kommunikointimenetelmiä ei kuitenkaan hyödynnetty sen liiallisen laajenemisen vuoksi aikatauluun nähden. Lisäksi näillä asukkailla oli myös muita toimintakykyyn vaikuttavia tekijöitä, eikä varmuutta ollut, olisiko tutkimuksen aineistonkeruuta vaihtoehtoisia kommunikointimenetelmiä käyttämälläkään saatu tehtyä luotettavasti.

Kaikille haastateltaville jaettiin Osallisuusindikaattori-lomake täytettäväksi. Neljännessä kerroksessa yksi haastateltavista kieltäytyi täyttämästä Osallisuusindikaattoria. Loput viisi haastateltavaa kokivat sen täyttämisen haastavaksi. Syiksi kerrottiin kysymyksiä ymmärtämisen vaikeus ja näkökyvyn heikentyminen. Osa haastateltavista ei kyennyt täyttämään Osallisuusindikaattori toimintakyvyn heikentymisen vuoksi. Ennen teemahaastattelua neljännessä kerroksessa kaksi haastateltavaa kykeni täyttämään Osallisuusindikaattorin annettujen ohjeiden mukaisesti. Nämä kaksi haastateltavaa olivat ainoita, jotka täyttivät Osallisuusindikaattorin myös teemahaastattelun jälkeen. Kolmannessa kerroksessa neljä kuudesta haastateltavasta täyttivät Osallisuusindikaattorin annettujen ohjeiden mukaisesti ennen ja jälkeen teemahaastattelun. Haastateltavat nostivat esille, että väittämät ja vastaukset ovat vaikeita ymmärtää. Toisessa kerroksessa yksi neljästä haastateltavasta ei kyennyt osallistumaan Osallisuusindikaattorin täyttämiseen näkövammaisuuden vuoksi, vaikka

haastateltava ilmaisi halukkuutensa. Toisessa kerroksessa Osallisuusindikaattori-lomakkeen saivat täytettyä annettujen ohjeiden mukaisesti kaksi neljästä haastateltavasta.

Osallisuusindikaattorilla saatiin vähemmän tuloksia haastateltavien osallisuuden kokemuksista osallistujamäärään nähden. Osallisuusindikaattorilla ei saatu riittävästi ohjeiden mukaisesti täytettyjä lomakkeita, joilla olisi voitu mitata haastateltavien osallisuuden kokemusta ja mahdollista muutosta. Suurin osa Osallisuusindikaattori-lomakkeista jäi haastateltavilta täyttämättä tai he eivät täyttäneet sitä lainkaan. Ohjeiden mukaisesti täytettyjen lomakkeiden vastauksista voitiin havaita osallisuuden kokemuksen muuttuneen sekä positiiviseen että negatiiviseen suuntaan.

Osallisuusindikaattoria ei pystytty käyttämään luotettavasti sen haastavaksi koettujen väittämien ja vastausvaihtoehtojen vuoksi. Aineistonkeruun aikana ei saatu luotettavasti ja oikein täytettyjä Osallisuusindikaattori-lomakkeita, jotka olisivat täyttäneet Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen määrittelemät ohjeet ja kriteerit. Osallisuusindikaattoria ja sen väittämiä ei voitu muokata, sillä niiden muokkaaminen vaikuttaa luotettavuuteen ja se ei ole Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen sallimaa. Vaikka luotettavia tuloksia ei saatu, niin tuloksia saatiin kuitenkin siitä, miten hankalaksi ikääntyvä kohderyhmä koki sen täyttämisen ja väittämien ymmärtämisen. Nämä tulokset kuitenkin auttaisivat kehittämään Osallisuusindikaattoria jatkossa jokaiselle kohderyhmälle vastaavaksi.

Luotettavuus ei aina toteudu täysin laadullisessa tutkimuksessa, mutta tekijöinä oltiin aidosti kiinnostuneita tutkimuksen aiheesta ja tällöin pystyttiin vastamaan asetettuihin tutkimuskysymyksiin hankitun aineiston avulla, joka toi luotettavuutta opinnäytetyölle. Opinnäytetyössä hyödynnettiin laajasti ja moniulotteisesti Airilan (2002) Vanhusten viriketoiminnan perusteet, opas vanhustyön tekijöille -teosta. Kyseinen teos oli tiedettävästi ainoa, joka kertoi ikääntyneiden kuntouttavasta viriketoiminnasta. Tästä huolimatta täysin luotettavaa ja ajantasaista lähdeaineistosta tästä teoksesta ei voitu saada, sillä teos oli valmistunut vuonna 2002.

Opinnäytetyössä eettisyyttä on huomioitu sillä, että sen aihe linkittyy vahvasti ikääntyneiden oman äänen esille tuomiseen ja oman elämän vaikuttamiseen. Opinnäytetyö on toiminut palvelutalo Seiponrannan asukkaiden vaikuttamismahdollisuutena. Asukkaat on kohdattu, heitä on kuultu, heille on annettu tilaisuus tuoda omia näkemyksiään esille, ja he ovat päässeet vaikuttamaan viriketoiminnan kehittämisen kautta heidän yksilöllisiin elämiinsä haluamallaan tavalla.

Opinnäytetyön eettisyyttä olisi lisännyt se, että opinnäytetyön tutkimuksen aikana viriketoimintaa olisi konkreettisesti kehitetty asukkaiden kehitysideoiden avulla eikä, että kehittäminen jäi nyt opinnäytetyön tutkimuksen ulkopuolelle palvelutalo Seiponrannan henkilökunnan vastuulle.

Opinnäytetyön tekijöiden rooli vaikutti eettisyyden toteutumiseen. Opinnäytetyön tutkimus kohdistui aiheeltaan ikääntyneiden arkeen, henkilökohtaiseen elämään ja asuinpaikkaan. Eettisyyden toteutumiseksi tekijöiden tuli kohdata jokainen tutkimukseen osallistuja tasavertaisesti ja arvokkaasti. Opinnäytetyön tekijät loivat avoimen ja luottamuksellisen ilmapiriin jo ennen haastatteluiden alkua juttelemalla ja keskustelemalla asukkaiden kanssa päivän kuulumisista. Tällä osoitettiin olevan kiinnostuneita heistä yksilöinä. Opinnäytetyön aihe linkittyi kuntoutuksen ohjaukseen asiakkaan kuulemisen ja toimintakyvyn tukemisen näkökulmasta. Asukkaiden kuuleminen, heidän osallistamisensa ja heidän kanssaan yksilöllisten palveluiden suunnittelu, tässä tapauksessa viriketoiminnan suunnittelu, ovat keskeisintä kuntoutuksen ohjaajan ydinosaamista. Eettisyyden toteutumista mietittäessä on tärkeää, että palvelutalo Seiponrannan henkilökunta hyödyntää jatkossa opinnäytetyön tutkimusta ja sen tuloksia viriketoiminnan kehittämisessä.

## **8.2 Jatkotutkimusehdotukset**

Ehdotuksena jatkotutkimukseksi voisi olla tutkimus, jossa selvitetään hoitajien ja muun henkilökunnan ajatuksia viriketoiminnasta ja sen järjestämisestä osana palvelutalon arkea. Siinä voitaisi selvittää myös, miten hoitajat ja henkilökunta kokevat viriketoiminnan osana omaa ammatillista työtä vai kokevatko he viriketoiminnan järjestämisen ylimääräisenä työtehtävänä oman työnsä ohella. Lisäksi voitaisi selvittää mitä merkityksiä sekä vaikutuksia hoitajat, ja henkilökunta näkevät viriketoiminnalla olevan asukkaiden arkeen, toimintakykyyn ja elämänlaatuun. Toisena jatkotutkimuksena voitaisi selvittää, miten asukkaiden säännölliseen viriketoiminnan suunnitteluun ja järjestämiseen osallistuminen vaikuttaa asukkaiden elämänlaatuun ja osallisuuteen. Vielä viimeisenä ehdotuksena jatkotutkimukseksi voitaisi selvittää, minkälaisia vaikutuksia asukkaiden viriketoimintaan tulee, kun suunnitteluun ja järjestämiseen otetaan mukaan apulainen/vastaava, joka tukee ja ohjaa viriketoiminnan toteutumista säännöllisesti ja järjestelmällisesti.

### 8.3 Ammatillinen kasvu opinnäytetyön tutkimuksessa

Tämän opinnäytetyön aikana olemme oppineet ymmärtämään tutkimusprosessia ja sen eri vaiheita. Osana opinnäytetyön tutkimusprosessia kävimme tutkimus- ja kehittämistoiminnan opintojakson, jonka myötä opitut asiat alkoivat hahmottumaan paremmin, kun aloitimme oman tutkimuksemme teon. Tutkimusprosessin aikana olemme oppineet käyttämään tutkimustietoa ja lähteitä lähdekriittisemmin. Vaikka emme ole tutkijoita, olemme tehneet opinnäytetyömme tutkimuksellisella otteella. Olemme kriittisyyden lisäksi oppineet kyseenalaistamaan aiemmin tehtyjä opinnäytetöitä karttuneen tutkimusteorian avulla, joka on auttanut meitä kyseenalaistamaan aiempia tutkimusmenetelmiä ja huomioimaan niissä tehtyjä mahdollisia olettamuksia, joita kuitenkin tutkimuksen tekijä ei suotaisi tehtävän. Lisäksi olemme havainnoineet sen, vaikka käytimme tutkimuksessamme osittain samaa teoria- ja tutkimusmateriaalia, että jokainen tarkastelee ja tulkitsee nämä aineistot eri tavalla.

Kuntoutuksen ohjaajina vastamaamme pääasiassa asiakkaiden kuntoutuksen suunnittelusta, ohjaamisesta ja koordinoimisesta. Olemme tutkimuksemme aikana mahdollistaneet palvelutalo Seiponrannan asukkaiden kuulluksi tulemisen sekä olemme tutkimuksellamme edistäneet asukkaiden osallisuuden kokemuksia. Olemme yhdessä asukkaiden kanssa suunnitelleet viriketoiminnan kehittämistä. Miellämme viriketoiminnan ja sen kehittämisen yhdeksi kuntoutuksen muodoksi, jolla tuetaan ikääntyneiden toimintakykyä. Tutkimuksemme aineiston keruu toimi osakseen kuntouttavana toimintana, jossa osallistimme asukkaat suunnittelemaan heidän elämäänsä koskevaa sisältöä. Lisäksi tuimme asukkaiden pystyvyyden kokemuksia antamalla heille mahdollisuuden vaikuttaa ja suunnitella omaa elämää heille mieluisaksi.

Tutkimuksemme toi meille lisänäyttöä, siitä kuinka tärkeää asukkaiden kuuleminen on. Vaikka tutkimuksemme kohteena olivat ikääntyneet ihmiset, pätee tämä sama asia kaikissa asiakas- ja ikäryhmissä, joiden kanssa tulemme mahdollisesti työskentelemään tulevaisuudessa kuntoutuksen ohjaajina. Samalla olemme saaneet näkemystä siitä, kuinka erilaisia näkökulmia ja mieltymyksiä asiakkailta voi olla. Asiakkaan kuulluksi tuleminen vahvistaa hänen osallisuuden kokemuksiansa, joka on kytköksissä toimintakyvyn tukemiseen ja edistämiseen. Kokonaisuudessaan opinnäytetyömme tutkimusprosessi vahvasti asiantuntijuuttamme toimia kuntoutuksen ohjaajan ammatissa. Lisäksi tutkimuksenprosessi kehitti kaiken kaikkiaan tutkimuksellista työtettämme, jonka avulla voimme jatkossa toimia erilaisten kehittämis- ja tutkimustehtävien parissa.

## 8.4 Kehittämisehdotukset

Viriketoiminnan kehittämiseksi ehdotetaan mallia, jossa viriketoiminnan tavoitteellisuudesta ja sen järjestelmällisestä toimivuudesta vastaisi vastuuhenkilö(itä). Vastuuhenkilönä voisi toimia palvelutalo Seiponrannan henkilökunnasta nimetty työntekijä(t). Viriketoiminnan järjestämisestä ja suunnittelusta voisi vastata yhdessä työntekijän kanssa palvelutalo Seiponrannan asukas tai asukkaista. Asukas tai asukkaat voisivat toimia vertaisohjaajina muille palvelutalo Seiponrannassa asuville. Vertaisohjaajana toimiminen vahvistaa ikääntyvän roolia toimia aktiivisena toimijana. Lisäksi se tukisi ikääntyvän minäpystyvyyden ja osallisuuden kokemuksia, jotka puolestaan vahvistavat ja ylläpitävät olemassa olevaa toimintakykyä. Opinnäytetyön tuloksiin peilaten tämä malli ylläpitäisi palvelutalo Seiponrannan asukkaiden yhteisöllisyyttä ja yhdessäoloa, kun viriketoiminnan järjestämisestä vastaisi kanssa asujat. Tällä mallilla pystyttäisiin tukemaan viriketoiminnan järjestämistä ilman suurempia resursseja. Jotta viriketoimintaa järjestettäisiin tavoitteellisesti, ehdotetaan opinnäytetyön perusteella viriketoiminnan tavoitteiden asettamisen huomioon otavan asukkaiden hoito- ja palvelusuunnitelmien teossa. Tavoitteiden ollessa viriketoiminnan suunnittelu yksilölle sopivaksi on helpompaa. Lisäksi tällöin viriketoiminnasta saadaan yksilön tarpeisiin sopivampaa.

## Lähteet

Ageing and health. 2022. World Health Organization. Viitattu 29.11.2022. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>.

Airila, A. 2002. Vanhusten viriketoiminnan perusteet. Opas vanhustyön tekijöille. Helsinki: Kuntokallio.

Alasuutari, P. 2011. Sisällönanalyysin vaiheet. Jyväskylän yliopiston laadullisten menetelmien pienryhmätyössä. Viitattu 9.2.2023. <https://koppa.jyu.fi/kurssit/215677/harjoitusryhma/laadullisten-menetelmien-pienryhma/pienryhma-14-2-18.pdf>.

Arai, Y., Gobet, F., Gondo, Y., Ikebe, K., Inagaki, H., Ishioka, Y., Ishizaki, T., Jopp, D., Kamide, K., Masui, Y., Nakagawa, T., Ogawa, M., Sala G. & Yasumoto, S. 2019. The impact of leisure activities on older adults' cognitive function, physical function, and mental health. National library of medicine. Viitattu 15.12.2022. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6839878/>.

Autti-Rämö, I., Rajavaara, M., Salminen, A. & Ylinen, A. 2016. Kuntoutuminen. Helsinki: Kustannus Duodecim.

Cvecka, J., Hamar, D., Kern, H., Mayr, W., Sedliak, M. & Tirpakova, V. 2015. Physical activity in elderly. National library of medicine. Viitattu 9.1.2023. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4748979><https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4748979/>.

Denninger, J., Haime, V., Jacquart, J., Mehta, D., Moscovitz, B., Scult, M., Takahashi, J. & Webster, A. 2015. Healthy aging programme for older adults: effects on self-efficacy and morale. National library of medicine. Viitattu 30.11.2022. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4437657/>.

Fried, S., Heimonen, S. & Jokinen, P. 2013. Ikääntyminen ja mielen hyvinvointi. Katsaus kirjallisuuteen. Oraita 2013/1. Ikäinstituutti. Viitattu 15.12.2022. [http://www.ikainstituutti.fi/content/uploads/2016/08/Oraita\\_1-2013-PDF-1.pdf](http://www.ikainstituutti.fi/content/uploads/2016/08/Oraita_1-2013-PDF-1.pdf).

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. uud.p. Hämeenlinna: Kariston kirjapaino.

Honkanen Vartiainen, H. 2021. Ikääntyminen ja elämän tarkoituksellisuus. Gerontologia 2, 186–192. Viitattu 16.1.2023. <https://journal.fi/gerontologia/article/view/95628/64027>.

Hyvä tieteellinen käytäntö, tietosuoja ja tutkimuslupa. N.d. Jyväskylän ammattikorkeakoulun oppimateriaalit. Viitattu 23.2.2022 [https://oppimateriaalit.jamk.fi/opinnaytetyo/projektisuunnitelma-aikataulu/htk\\_tietosuoja/](https://oppimateriaalit.jamk.fi/opinnaytetyo/projektisuunnitelma-<u>aikataulu/htk_tietosuoja/</u).

Ikääntymisen määrittely. 2019. Koska vanhuus alkaa? Verkkopalvelu kehitysvammaisuudesta. Verneri.net. Verkkopalvelu kehitysvammaisuudesta. Viitattu 29.11.2022. <https://verneri.net/yleis/ikaantymisen-maarittely>.

Ikääntyneiden palvelut. N.d. Ikääntyneiden palvelut Keski-Suomen hyvinvointialueella. Viitattu 10.1.2023. <https://hyvaks.fi/palvelumme/ikaantyneiden-palvelut>.

Isola, A-M., Kaartinen, H., Keto-Tokoi, A., Leemann, L., Lääperi, R., Schneider, T. & Valtari, S. 2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Helsinki: Juvenes Print. Viitattu 28.11.2022. [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135356/URN\\_ISBN\\_978-952-302-917-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135356/URN_ISBN_978-952-302-917-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Juuti, P. & Puusa, A. 2020. Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki: Gaudeap

Jämsén, A. & Pyykkönen, A. 2014. Osallisuuden jäljillä. Saarijärvi: Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry, 34–36. Viitattu 10.1.2023. <https://www.pksotu.fi/pksotu/wp-content/uploads/2018/02/osallisuuden-ja-jaljilla-verkkoversio-pakattuna-16052014.pdf>.

Kallanranta, T., Rissanen, P. & Suikkanen, A. 2008. Kuntoutus. Helsinki: Duodecim.

Kalliolähde, N. 2015. Viriketoiminta vanhusten palvelukodin asukkaiden näkökulmasta. Opinnäytetyö, AMK. Satakunnan ammattikorkeakoulu, hoitotyön koulutusohjelma. Degree Programme in Nursing. Viitattu 15.12.2022. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/103990/Kalliolahde\\_Noora.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/103990/Kalliolahde_Noora.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Kohonen, I., Kuula-Luumi, A. & Spoof, S-K. 2019. Ihmiseen kohdistuvan tutkimuksen eettiset periaatteet ja ihmistieteiden eettinen ennakoarviointi Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2019. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 3/2019. Helsinki: TENK. Viitattu 21.10.2022. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/tutkimusetiikka/tutkimusetiikka-ihmistieteissa/>.

Kuntoutuksen ohjaaja (AMK). N.d. AMK-tutkintokoulutus alkaen vuodesta 2020 (syksy). Opetussuunnitelmat. Opinto-opas. Viitattu 8.3.2023. <https://opetussuunnitelmat.peppi.jamk.fi/fi/48/fi/5262>.

Kähäri-Wiik, K., Niemi, A. & Rantanen, A. 2008. Kuntoutuksella toimintakykyä. 5.–6. painos. Helsinki: WSOY.

L 980/2012. Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista. Viitattu 29.11.2022. <https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2012/20120980>

Lahti, P. 2019. Kuka on ikääntynyt ja mikä on vanhuus. Video. Osa Mielenterveystalon videosta. Sivulla Ikääntynyt, iäkäs vai vanha. Lataaja Terveyskylä. Viitattu 10.1.2023. <https://www.terveyskyla.fi/ikatalo/ik%C3%A4%C3%A4ntyneelle/ik%C3%A4-ja-arki/ik%C3%A4%C3%A4ntynyt-ik%C3%A4k%C3%A4s-vai-vanha>.

Lindholm, K. 2019. Hoitokoti Iltalan asukkaiden kokemuksia viriketoiminnasta. Opinnäytetyö, AMK. Diakonia-ammattikorkeakoulu, terveysalan koulutusohjelma. Degree Programme in Health care. Viitattu 16.1.2023. <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/163647/valmisoppari-kristalindholm.pdf?sequence=2&isAllowed=y>.



Mitä toimintakyky on? 2022. Toimintakyky. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 29.11.2022. <https://thl.fi/fi/web/toimintakyky/mita-toimintakyky-on>.

Muistisairaudet. Käypä hoito -suositus. Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin, Societas Gerontologica Fennican, Suomen Geriatriit -yhdistyksen, Suomen Neurologisen Yhdistyksen, Suomen Psykogeriatrisen Yhdistyksen ja Suomen Yleislääketieteen yhdistyksen asettama työryhmä. Helsinki: Suomalainen Lääkäriseura Duodecim, 2020 (viitattu 8.3.2023). Saatavilla internetissä: [www.kaypa-hoito.fi](http://www.kaypa-hoito.fi)

Nokka, S. 2012. Viriketoimintaa Abelin palvelutalossa. Opinnäytetyö, AMK. Diakonia-ammattikorkeakoulu, sosiaalialan koulutusohjelma. Degree Programme in Social Services. Viitattu 16.1.2023. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/48598/Nokka\\_Sanna.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/48598/Nokka_Sanna.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Osallisuuden osa-alueet ja osallisuuden edistämisen periaatteet. 2022. Osallisuus. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 28.11.2022. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asetmassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-osa-alueet-ja-osallisuuden-edistamisen-periaatteet>.

Osallisuusindikaattori mittaa osallisuuden kokemusta. N.d. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen johtaminen. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 11.1.2023. [https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asetmassa-olevien-osallisuus/tutkimus/osallisuusindikaattori-mittaa-osallisuuden-kokemusta#Osallisuusindikaattorin\\_k%C3%A4ytt%C3%B6nC3%B6n\\_liittyv%C3%A4t\\_ohjeet,\\_pisteytys\\_ja\\_summapisteen\\_laskeminen](https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asetmassa-olevien-osallisuus/tutkimus/osallisuusindikaattori-mittaa-osallisuuden-kokemusta#Osallisuusindikaattorin_k%C3%A4ytt%C3%B6nC3%B6n_liittyv%C3%A4t_ohjeet,_pisteytys_ja_summapisteen_laskeminen).

Palvelutalo Seiponrannan omavalvontasuunnitelma. 2021. Keuruun kaupungin vanhuspalvelut. Löydettävissä Keuruun kaupungin verkkosivuilta vanhuspalvelut-välilehdeltä. Viitattu 11.1.2023. [https://www.keuruu.fi/images/vanhuspalvelut/lomakkeet/Palvelutalo\\_Seiponrannan\\_omavalvontasuunnitelma.PDF](https://www.keuruu.fi/images/vanhuspalvelut/lomakkeet/Palvelutalo_Seiponrannan_omavalvontasuunnitelma.PDF).

Pikkarainen, A. 2013. Gerontologisen kuntoutuksen käsikirja -osa 1. Jyväskylän ammattikorkeakoulu. Tampere: Juvenus Print. Viitattu 28.11.2022. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/64864/JAMKJULKAISUJA1592013\\_web.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/64864/JAMKJULKAISUJA1592013_web.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Puusa, A. 2020. Haastattelutyypit ja niiden metodiset ominaisuudet. Teoksessa Juuti, P. & Puusa, A. (toim.) 2020. Laadullisen tutkimuksen näkökulmat ja menetelmät. Helsinki: Gaudeamus. Viitattu 13.1.2023. <https://www.bookbeat.fi/>.

Ryhmätoiminta ja toiminnalliset menetelmät. 2020. Tutkimus- ja kehittäminen. Terveiden- ja hyvinvoinninlaitos. Viitattu 13.1.2023. <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimuksetoo-ja-hankkeet/sosku/sosiaalisen-kuntoutuksen-opas/palvelun-sisallot/ryhmatoiminta-ja-toiminnalliset-menetelmat>.

Ryhmän ohjaaminen. N.d. Vahvike-ryhmä ja viriketoiminnan aineistopankki. Vanhustyönkeskusliitto ry. Viitattu 9.1.2023. <https://www.vahvike.fi/fi/ryhman-ohjaaminen>.

Puusniekka, A. & Saaranen-Kauppinen, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto verkkojulkaisu. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 9.2.2023.  
[https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L7\\_2\\_1.html](https://www.fsd.tuni.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_2_1.html).

Sarajärvi, A & Tuomi, J. 2017. Laadullisen tutkimuksen sisältöanalyysi. Helsinki: Tammi. Viitattu 23.2.2023. <https://www.bookbeat.fi/>.Saa

Särkelä-Kukko, M. 2014. Osallisuuden eriarvoisuus ja eri arvoistuminen. Teoksessa Jämsén, A. & Pyykönen, A. (toim.) 2014. Osallisuuden jäljillä. Saarijärvi: Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry, 34–36. Viitattu 9.1.2023. <https://www.pksotu.fi/pksotu/wp-content/uploads/2018/02/osallisuuden-j%C3%A4ljill%C3%A4-verkkoversio-pakattuna-16052014.pdf>.

Toimintakyvyn ylläpitäminen. 2022. Terveystieteiden tutkimuskeskus. Viitattu 29.11.2022.  
<https://thl.fi/fi/web/ikaantyminen/hyvinvointia-vanhuuteen/toimintakyvyn-yllapitaminen>.

## **Liitteet**

### **Liite 1. Teemahaastattelurunko**

#### **Teemahaastattelurunko**

##### **Teema 1 Asukkaiden arki Palvelukoti Seiponrannassa heidän kuvaamana**

- Millaisia ovat teidän päivänne? Mitä teette päivän aikana?
- Mikä on parasta päivässänne?
- Onko päivässänne jotain huonoa?
- Onko päivienne sisältö mielestänne mielekäästä? Miksi ei ole mielekäästä?
- Mitä toivoisitte päivässänne olevan, mikä saisi olonne mukavaksi arjessa?

##### **Teema 2 Viriketoiminta nykyisin**

- Millaista viriketoimintaa täällä järjestetään?
- Oletteko osallistuneet tähän toimintaan? Miksi? Miksi ette?
- Onko toiminta ollut mukavaa? Miksi?
- Mistä toiminnasta ette ole pitäneet? Miksi?
- Onko toiminta vastannut teidän toiveisiinne?
- Onko teidän toiveitanne aiemmin kuultu? Miten?
- Onko teistä tuntunut, ettei teitä ole kuultu? Miten?

##### **Teema 3 Asukkaiden kuvaus viriketoiminnan kehittämideoista**

- Mitä haluaisitte tehdä palvelutalo Seiponrannassa?
- Haluaisitteko tehdä jotain, mitä ette ole aiemmin tehneet?
- Oletteko aiemmin päässeet osallistumaan viriketoiminnan suunnitteluun? Miksi? Miksi ette?
- Haluaisitteko osallistua viriketoiminnan suunnitteluun? Miksi? Miksi ette?
- Millaiseksi koette viriketoiminnan suunnitteluun osallistumisen?

## Liite 2. Saatekirje

Hei, arvoisa palvelutalo Seiponrannan asukas.

Olemme kuntoutuksen ohjaajaopiskelijat Niina Pennanen ja Tyyne Lampinen Jyväskylän ammattikorkeakoulusta. Olemme opintojen loppuvaiheessa ja teemme opinnäytetyömme Keuruun kaupungin vanhuspalveluiden palvelutalo Seiponrantaan. Olemme hakeneet tutkimuslupaa Keuruun kaupungin vanhuspalveluiden vs.vanhustyönjohtajalta Riikka Kimmeliltä 24.11.2022 ja saaneet sen 30.11.2022.

Opinnäytetyöhömmme sisältyy tutkimus, jonka tarkoituksena on selvittää, millaisia kokemuksia Teillä asukkailla on tällä hetkellä siellä järjestettävästä viriketoiminnasta. Opinnäytetyössä selvitetään myös, millaisia kehitysideoita Teillä asukkailla on viriketoiminnan järjestämiseksi. Tutkimuksen tavoitteena on tuottaa tietoa palvelutalo Seiponrannan asukkaiden kehitysideoista koskien siellä järjestettyä viriketoimintaa sekä kehittää viriketoimintaa asukkaiden toiveita vastaavaksi. Haluamme osallistaa Teidät asukkaat tutkimukseemme eli viriketoiminnan suunnitteluun ja kehittämiseen.

Ennen varsinaista tutkimusta tulemme käyttämään teidän osallisuuden kokemuksen mittaamiseen Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen kehittämää Osallisuusindikaattoria. Osallisuusindikaattori pitää sisällään 10 väittämää lyhyine vastausvaihtoehtoineen. Tutkimuksen loputtua tulemme käyttämään Osallisuusindikaattoria uudelleen teidän osallisuuden kokemuksen uudelleen arvioimiseksi.

Opinnäytetyömme tiedonkeruun toteutamme tekemällä ryhmähaastatteluita palvelutalo Seiponrannan eri kerroksissa. Haastatteluaineistoa kerätään haastattelulomakkeille ja ääninauhoille. Haastattelun ajankohdasta Teille tullaan ilmoittamaan etukäteen. Arvioitu ajankohta joulukuussa 2022. Ryhmähaastatteluihin osallistuminen on vapaaehtoista, mutta toivomme Teidän osallistumistanne, sillä Teidän mielipiteenne ja ideanne ovat tärkeitä. Tutkimukseen osallistumisen voi perua ja/tai keskeyttää, missä tahansa tutkimuksen vaiheessa.

Haastattelusta kerätty aineisto tullaan käsittelemään anonyymisti eli jokaisen haastatteluun osallistuvan henkilötietoja ei kerätä ja aineistosta ei voi Teitä tunnistaa. Tutkimukseen kerätty aineisto on vain opinnäytetyöntekijöiden hallussa. Tutkimuksen päätyttyä aineisto hävitetään ja poistetaan sekä lopullinen opinnäytetyö tullaan julkaisemaan Theseus-tietokannassa. Keuruun kaupungin vanhuspalvelut ja palvelutalo Seiponranta tulevat saamaan siitä paperiset versiot.

Mikäli Teillä on tutkimukseemme liittyen kysyttävää, olkaa hyvät ja olkaa yhteydessä meihin. Vastaamme kysymyksiinne mielellämme.

Ystävällisin terveisin:

Niina Pennanen

\*osoite poistettu\*

puh. \*numero poistettu\*

\*s-posti poistettu\*

Tyyne Lampinen

\*osoite poistettu\*

puh. \*numero poistettu\*

\*s-posti poistettu\*

### Liite 3. Suostumus tutkimukseen osallistumisesta

#### SUOSTUMUSLOMAKE TUTKIMUKSEEN OSALLISTUMISESTA

Annan suostumukseni ja haluan osallistua Niina Pennasen ja Tyyne Lampisen opinnäytetyöhön ”Asukkaiden kehitysideat palvelutalo Seiponrannassa tapahtuvan viriketoiminnan järjestämiseksi”. Minulle on selvää, että tutkimuksen tavoitteena on tuottaa tietoa palvelutalo Seiponrannan asukkaiden kehitysideoista koskien siellä järjestettyä viriketoimintaa sekä kehittää viriketoimintaa asukkaiden toiveita vastaavaksi.

Olen tietoinen, että ennen ja jälkeen tutkimuksen osallisuuden kokemuksiamme tullaan mittaamaan ja arvioimaan Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen kehittämällä Osallisuusindikaattorilla sekä, että tutkimuksen aineisto tullaan keräämään ryhmähaastatteluna ja haastattelun aineisto tullaan keräämään haastattelulomakkeille ja ääninauhoille. Tiedostan, että aineistoa käsitellään luottamuksellisesti ja siinä ei käsitellä henkilötietoja. Tiedostan henkilöllisyyteni jäävän vain opinnäytetyön tutkijoiden ja palvelutalo Seiponrannan henkilökunnan tietoon. Tiedostan lisäksi, että osallistuminen on vapaaehtoista ja voin perua osallistumiseni kesken tutkimuksen. Minulle on selvää, että tutkimusaineisto hävitetään tutkimuksen päätyttyä. Minulle on myös selvää, että valmis opinnäytetyö julkaistaan Theseus- tietokannassa.

Mainitaksemme opinnäytetyömme tutkimukseen osallistuminen EI vaikuta teidän saamiinne palveluihin palvelutalo Seiponrannassa.

Suostun haastateltavaksi tutkimukseenne, lisäksi siihen, että se nauhoitetaan ja minua koskevaa haastatteluaineistoa hyödynnetään tutkimuksessa.

Päivämäärä: **30.11.2022**

Osallistujan allekirjoitus ja nimenselvennys

---

Tutkijoiden allekirjoitukset ja nimenselvennykset:

*Tyyne Lampinen*

---

*Niina Pennanen*

---