

SENIORIT JA JUNIORIT TOIMINNALLISESSA
TUOKIOSSA LÄNSI-PORIN SEURAKUNNASSA

Ikäihmisten aktiivisen toimijuuden esiin tuominen sukupol-
vien kohtaamisen avulla

Mona Ahlberg, Jenna Hakala ja Mar-
jaana Ojala

Opinnäytetyö, kevät 2016

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaali-alan koulutusohjelma

Sosionomi (AMK) + diakonin virka-
kelpoisuus

TIIVISTELMÄ

Ahlberg, Mona; Hakala, Jenna & Ojala, Marjaana, Seniorit ja juniorit toiminnallisessa tuokiossa Länsi-Porin seurakunnassa. Ikäihmisten aktiivisen toimijuuden esiin tuominen sukupolvien kohtaamisen avulla. Diak, Pori, kevät 2016, 64 s., 5 liitettä.

Diakonia-ammattikorkeakoulu, Sosiaalialan koulutusohjelma, Diakonisen sosiaalityön suuntautumisvaihtoehto, sosionomi (AMK) + diakonin virkakelpoisuus.

Opinnäytetyön tavoitteena oli osallistaa Länsi-Porin seurakunnan vanhustyön Leskien Kahvilan senioreita seurakunnan toimintaan ja lisätä heidän aktiivisuuttaan sekä toimintakykyään sukupolvien välisen kohtaamisen avulla. Opinnäytetyön tarkoituksena oli toteuttaa toiminnallinen tuokio. Leskien Kahvilan seniorit suunnittelivat ja toteuttivat tuokion opinnäytetyön tekijöiden ohjaamana ja tukevana. Tuokiossa he kohtasivat Länsi-Porin seurakunnan päiväkerhon lapsia.

Opinnäytetyömme on toiminnallinen opinnäytetyö. Toiminnan järjestäminen, ohjeistaminen, opastaminen sekä järjeistämisen kuuluvat toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Työmme toiminnallisuus näkyi seurakunnan senioreiden kanssa järjestetyssä, suunnitellussa ja toteutetussa sukupolvien välisessä kohtaamisessa. Toiminnallisen tuokion jälkeen keräsimme palautteen sukupolvien kohtaamisesta senioreilta ja lapsilta. Kerätyistä palautteista teimme koosteen raporttiin. Toiminnallisen tuokion valmistelun, suunnittelun ja toteutuksen prosessikuvaus on keskeisessä osassa opinnäytetyön raportissa.

Käytämme opinnäytetyössämme monia eri nimityksiä ikäihmisistä. Perusteena tälle ovat kirjallisuudessa moninaiset eri nimitykset ikäihmisistä sekä kohderyhmämme laaja ikäskaala. Leskien Kahvilan osallistujat vastasivat kyselyyn siitä, mitä nimitystä heistä käyttäisimme raportissa ja vastaus oli *seniorit*.

Opinnäytetyön teoreettisessa viitekehyksessä käsittelemme vanhuutta elämänvaiheena, sukupolvien välistä vuorovaikutusta, yhteisöllisyyttä, yhteisöllistä isovanhemmuutta sekä osallisuutta seurakunnan vanhustyöhön. Teoriatausta sisältää näkökulmia vuorovaikutukseen, vapaaehtoistyöhön ja pienryhmätoimintaan.

Toiminnallisen tuokion jälkeen kerätyn palautteen perusteella sukupolvien välistä kohtaamista kannattaa jatkaa tulevaisuudessakin. Seniorit toivoivat uusintaa mahdollisimman pian. Toiminnan jatkuvuus ja juurruttaminen vaatii aktiivisuutta ja innostusta seurakunnan työntekijältä.

Asiasanat: aktivointi, osallistaminen, osallisuus, seurakunta, sukupolvet, sukupolvien kohtaaminen, toiminnallisuus, toimintakyky, yhteisöllisyys

ABSTRACT

Ahlberg, Mona and Hakala, Jenna and Ojala, Marjaana.

Seniors and Juniors together in parish Small Group Work. 64 p., 5 appendices. Language: Finnish. Pori. Spring 2016.

Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Social Service, Option in Diaconal Social Work. Degree: Bachelor of Social Services.

The aim of the study was to increase seniors' activity, functional ability and participation in the area of Länsi-Pori Parish. The seniors of the parish widow group organized activities where the staff and the juniors from the Länsi-Pori Parish daycare clubs participated.

The theoretical framework of this thesis was aging as a phase of life, communality, and communal grand parenting and participatory in parish work for aged. Theory part also included interaction between generations, voluntary work and small group work.

The functionality of the thesis was seen in the used methods; pre-organizing the activity moment, guiding and counselling the seniors. After the activity moment, feedback was gathered using a questionnaire that included simple questions. Children had their own questionnaire with only one question. The report includes compilation of feedbacks. The process of preparation, planning and implementing the functional moment is described in the report.

Conclusions based on the feedback showed that the activity moment, encounters were all positive. Almost all the seniors hoped that this kind of activity could become a regular part of the widow group work. They told that their functional ability increased and they felt happier. Continuing of this kind of method in the parish groups is possible if the worker of the parish is devoted, innovative and reformative.

Key words: ability to function, activation, communality, functionality, generation, generational interaction, parish, participate, participatory

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	6
2 NÄKÖKULMIA VANHUUTEEN.....	8
2.1 Vanhuus elämänvaiheena	8
2.2 Sosiaalinen toimintakyky ja osallisuus vanhuuden ikävaiheessa	8
2.3 Aktiivinen ikääntyminen, vapaaehtoisuus ja osallisuus	11
3 YHTEISÖLLINEN OSALLISTUMINEN VANHUUSIÄSSÄ	15
3.1 Yhteisöllisyys ja yhteisöllinen isovanhemmuus	15
3.2 Yhteisöllisyys ja osallisuus seurakunnan vanhustyössä	18
4 SUKUPOLVIEN VÄLISEN KOHTAAMISEN MAHDOLLISTAMINEN.....	22
4.1 Sukupolvien välinen vuorovaikutus	22
4.2 Yhdessä tekemisen toiminnallinen näkökulma ja pienryhmätoiminnan periaatteita.....	25
5 TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	27
5.1 Länsi-Porin seurakunnan pienryhmätoiminta	27
5.2 Toiminnallisen opinnäytetyön kuvaus	28
5.3 Opinnäytetyön aiheen valintaprosessi ja toteutuksen kuvaus	29
5.4 Toiminnallisen tuokion suunnittelut ja toteutus	32
5.4.1 Opinnäytetyön idean esittely Leskien Kahvilassa	32
5.4.2 Ensimmäinen suunnittelukerta Leskien Kahvilan senioreiden kanssa	33
5.4.3 Toinen suunnittelukerta Leskien Kahvilan senioreiden kanssa	35
5.4.4 Toiminnallisen tuokion toteutus.....	37
6 TOIMINNALLISEN TUOKION TOTEUTUKSEN ARVIOINTI	49
6.1 Palautteiden kerääminen.....	49
6.2 Palautteiden tarkastelu	50
7 POHDINTA	52

LÄHTEET	55
LIITE 1: Kirje Leskien Kahvilan osallistujille	59
LIITE 2: Kirje päiväkerhoryhmän lasten vanhemmille	60
LIITE 3: Toiminnallisen tuokion ohjelma	62
LIITE 4: Palautekysely Leskien Kahvilan osallistujille	63
LIITE 5: Palautekysely lapsille	64

1 JOHDANTO

Usein samassa seurakunnassa on sekä lapsille että vanhuksille tarkoitettua ryhmätoimintaa, mutta kummatkin tarkasti omissa ryhmissään. Vanhustyön ryhmän osallistujat katsovat ihastellen lapsiryhmän ulkoleikkejä kerhotilansa ikkunan takana. Miksi näitä ryhmiä ei voisi yhdistää ja antaa siten mahdollisuus yhteisölliseen isovanhemmuteen ja sukupolvien kohtaamiseen? Opiskelun aikaisista harjoitteluista meille on kertynyt kokemuksia siitä, kuinka esimerkiksi seurakunnan pienryhmätoiminnassa kokoontuvat aktiivisesti vanhusryhmät sekä lapsiryhmät, mutta näille ihmiselle ei juurikaan ole kehitetty yhteistä toimintaa. Tästä heräsi ajatus siitä millainen vanhuksia voimauttava vaikutus näiden ryhmien yhdistämisellä kerran tai kaksi toimintakaudessa voisi olla.

Nykyinen elämänrytmi on hyvin kiireistä ja sen myötä myös sukupolvien kohtaamiset ovat vähentyneet. Ihmisten hyvinvointiin sukupolvien välisellä vuorovaikutuksella on suuri merkitys, johon sisältyy elämän jatkuvuuden kokeminen (Siltala 2013, 130). Vanhuksille myönteisen jatkuvuuden tunteen kokeminen mahdollistuu heidän ollessaan tekemisissä lasten ja nuorten kanssa (Ylikarjula 2011, 16).

Vanhusväestön määrän kasvaessa on tärkeää ottaa huomioon väestöryhmän tarpeet ja tukea heitä myös seurakunnan toiminnassa. Valtioneuvoston kanslian ja Tilastokeskuksen Findikaattori-palvelun (2015) mukaan Suomessa väestö ikääntyy samalla, kun syntyvyys pienenee. Ikärakenne Suomessa on vinoutunut, kuten monissa muissakin kehittyneissä maissa. Huoltosuhte Suomessa tulee kaksinkertaistumaan nopean väestön ikääntymisen vuoksi. Huoltosuhte on ollut erinomainen Suomessa, mutta heikkenee lähitulevaisuudessa. Huoltosuhteella tarkoitetaan työikäisten määrää suhteessa 65 vuotta täyttäneiden määrään. (Metsämäki 2006, 14.) Tukemalla vanhuksia itsenäiseen ja aktiiviseen osallistumiseen ryhmätoiminnassa voidaan lisätä vanhusten toimintakykyisyyttä ja aktiivisuutta (Eloranta & Punkanen 2008, 41).

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli toteuttaa toiminnallinen tuokio, jossa mahdollistettiin sukupolvien kohtaaminen. Toiminnallisen tuokion toteutus tapahtui

Länsi-Porin seurakunnan diakoniatyön säännöllisesti kokoontuvan Leskien Kahvilan vanhusryhmän ja seurakunnan päiväkerhon lapsiryhmän kohtaamisena. Leskien kahvilan senioreita osallistettiin vapaaehtoistoimintaan, jossa he suunnittelivat ohjatusti ohjelmaa toiminnalliseen tuokioon. Opinnäytetyömme kohde-ryhmänä olivat seurakunnan vanhustyön alla toimivaan Leskien Kahvilaan osallistuvat yli 65-vuotiaat seniorit. Länsi-Porin seurakunnan diakoniatyöntekijä, joka vastaa vanhustyöstä, oli yhdyshenkilönä opinnäytetyön suunnittelussa ja toteutuksessa. Seurakunnassa ei ole järjestetty aikaisemmin vastaavanlaista toimintaa, vaan lasten ja vanhusten ryhmät ovat toimineet erikseen. Länsi-Porin seurakunnan diakoniatyöntekijä oli valmis ottamaan tämän tapaista kokeilua omaan vanhusten ryhmäänsä.

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena oli mahdollistaa sukupolvien kohtaaminen seurakunnan vanhustyön pienryhmässä sekä osallistaa ryhmän senioreita seurakunnan toimintaan. Toiminnan avulla pyrittiin lisäämään heidän aktiivisuuttaan ja toimintakykyään toiminnallisen tuokion suunnittelun ja siihen osallistumisen avulla.

Opinnäytetyön alkuosassa tuomme esiin opinnäytetyön teoreettiset lähtökohdat. Opinnäytetyön keskiosassa on toiminnallisen tuokion suunnittelua ja sen toteutusta, ja lopuksi arvioimme työmme tuloksia sekä esitämme johtopäätöksiä.

2 NÄKÖKULMIA VANHUUTEEN

2.1 Vanhuus elämänvaiheena

Vanheneminen on väistämätön biologinen prosessi, ja se voidaan nähdä koko ihmisen elämänkaareissa syntymästä kuolemaan. Vanheneminen on aina kokonaisvaltainen mutta yksilöllinen prosessi, ei pelkästään kehossa tai mielessä tapahtuva asia. Vanhuus määritellään monissa paikoissa eri tavalla; käsitykset siitä, missä iässä nuoruus tai vanhuus alkavat tai minkä ikäiset ovat nuoria, keski-ikäisiä tai vanhoja, ovat vaihtelevia. Ennen eläkkeelle siirtyminen oli merkki siirtymisestä myös vanhukseksi, mutta nykyään kriteerit ovat muuttuneet ja esimerkiksi termi "eläkeläinen" voi nykyään tarkoittaa ryhmää, joilla on toisiinsa nähden ikäeroa yli 40 vuotta. Tänä päivänä suositaan termejä *kolmas ikä*, *neljäs ikä*, *ikäihmiset* ja *seniorit*, jotka kaikki määrittävät vanhuutta hieman eri tavalla. (Nurmi 2006.)

Ikääntyvistä ihmisistä käytetään eri lähteissä monia erilaisia nimityksiä. Käsite ikääntynyt viittaa kolmanteen ikään eli seniori-ikään, joka tarkoittaa työelämän jälkeistä noin 20–30 vuoden mittaista elämänvaihetta. Vanhuus viittaa neljälänteen ikään, joka tarkoittaa elämänvaihetta, jolloin hoidon riippuvuus ja tarve muista ihmisistä lisääntyy esimerkiksi selviytymisongelmien ja sairauksien vuoksi. (Kattainen 2010, 192.) Nurmi (2006) ja Kattainen (2010) ovat määritelleet ikäihmisistä käytettäviä termejä vanhuuden ikävaiheiden mukaan.

2.2 Sosiaalinen toimintakyky ja osallisuus vanhuuden ikävaiheessa

Sosiaalinen toimintakyky kuvaa ihmisen valmiuksia suoriutua yhteiskunnassa muiden ihmisten kanssa. Se on kykyä suoriutua erilaisissa sosiaalisissa rooleissa ja toimia yhteisöjen jäsenenä. Jos sosiaalista toimintakykyä tarkastellaan yksilötasolla, tarkoittaa se sitä, että ihminen oppii tuntemaan omat mahdollisuutensa ja hahmottamaan itsensä suhteessa ympäristöön. Ryhmätasolla tarkasteltuna so-

siaalinen toimintakyky kuvaa ihmisten välisiä suhteita, perhettä, ystäviä sekä sukulaisia. Yhteiskunnallisella tasolla ihminen nähdään sosiaalisissa organisaatioissa. Elämän mielekkyys, suhteet muihin ihmisiin, vastuu läheisistä, suhteiden sujuvuus, harrastukset sekä osallistuminen sisältyvät sosiaaliseen toimintakykyyn. (Eloranta & Punkanen 2008, 16–17.)

Käsitteenä sosiaalinen toimintakyky on laaja ja moniulotteinen, ja se on tiiviisti sidoksissa ympäristöön. Sitä ei voi tarkastella yksinään yksilön ominaisuutena, minkä vuoksi se poikkeaa muista toimintakyvyn osa-alueista. Sosiaaliseen toimintakykyyn sisältyvät yhteisöllinen, yhteiskunnallinen ja ihmisten välinen vuorovaikutus sekä yksilön sisäiset prosessit. Aktuaalisessa sosiaalisessa toimintakyvyssä ihminen toimii yhteiskunnassa, yhteisöissään sekä ihmisten välisissä vuorovaikutussuhteissa. (Tiikkainen 2013, 284.)

Sosiaalinen toimintakyky ilmenee arjessa sosiaalisten taitojen ja ympäristön vuorovaikutuksen kautta. Ikääntymiseen liittyvät muutokset saattavat vaikeuttaa kykyyn toimia sosiaalisissa tilanteissa. Psykkinen, fyysinen ja kognitiivinen toimintakyky vaikuttavat sosiaaliseen toimintakykyyn monella tavalla. Kuulo ja näkö heikkenevät ikääntymisen myötä ja näin vaikeuttavat ihmisten välistä viestintää. Myös puhekyky ja ilmeiden kieli saattavat vanhuksilla heikentää sairauksien vuoksi, jolloin vastapuolella voi olla vaikeuksia ymmärtää sanomaa ja sitä voidaan tulkita väärin. Ihmissuhteissa ja niiden ylläpidossa on tärkeää luottaa toiseen ihmiseen. Suhteissa on tärkeää tuntea olonsa turvalliseksi sekä tietää, että myös itsellä on jotain annettavaa suhteeseen. Siksi viestimistä voi tehdä myös kosketuksen avulla, millä voidaan ilmaista läheisyyttä, välittämistä ja turvallisuutta. (Tiikkainen 2013, 286.)

Pia Nuora (2001) on tehnyt opinnäytetyön Sukupolvet kohtaavat – Ikääntyneiden kokemuksia sukupolvien välisestä yhteistoiminnasta sekä sen merkityksestä heidän toimintakykynsä tukijana ja ylläpitäjänä. Tutkimus toteutettiin teemahaastatteluna. Teemahaastattelun tarkoituksena oli selvittää ikääntyneiden kokemuksia sukupolvien välisestä yhteistoiminnasta sekä siitä, miten he kokivat sen tukeneen ja ylläpitäneen heidän fyysistä, psyykkistä sekä sosiaalista toimintakykyä. Ikääntyneet kokivat yhteistoiminnan lasten ja nuorten kanssa pääasiassa myönteiseksi

ja tärkeäksi. Ainoastaan yksi vastaajista koki yhteistoiminnan selkeästi kielteiseksi. Noin puolet vastaajista kertoi yhteistoiminnan tukeneen fyysistä toimintakykyä, joka havaittiin yleensä kunnon, jaksamisen ja virkeyden lisääntymisenä. Tästä merkinä olivat mielialassa ja pirteudessa tapahtuneet muutokset, joita lapset saivat aikaan elämänhaluisella olemuksellaan. Vastaajista lähes kaikki kokivat saaneensa tukea myös sosiaaliselle toimintakyvyilleen. Vastaajat katsoivat tärkeäksi, ettei eri-ikäisiä karsinotaisi pelkästään omiin ryhmiinsä. Päinvastoin sukupolvien välisiä ennakkoluuloja tulisi ikääntyneiden mielestä pyrkiä poistamaan ja luonnollista kanssakäymistä lisäämään. Oma rooli ja osallisuus yhteistoiminnassa koettiin yleensä luonnolliseksi. (Nuora 2001, 2.)

Osallisuus liittyy yhteisön ja yhteisöllisyyden käsitteeseen ja toteutuu yhteisöön kuulumisen kautta. Osallisuus ja osallistuminen ovat päällekkäisiä ja sidoksissa toistensa kanssa, mutta ne on kuitenkin tarpeellista määritellä toisistaan eroavina. Osallistumisella tarkoitetaan olemista muiden järjestämässä tilanteessa ilman omaa panosta asialle ja myös aloite osallistumiseen tulee osallistujan ulkopuolelta. Osallisuudessa on kyse laajemmasta ja vahvemmassa sitoutumisesta. Osallisuuden avulla kiinnitytään yhteiskuntaan. Tällöin saadaan kokemuksia kuulumisesta johonkin ryhmään sekä mahdollisuuksia vaikuttaa, itse osallistua ja toimia yhteisössä sekä yhteiskunnassa. Osallisuuden avulla ihmisen kokonaisvaltaisuuden tunne, oma kyvykkyys sekä pätevyys vaikuttaa ja toimia yhteiskunnassa lisääntyvät. Osallisuudessa kehittyminen lähtee alhaalta ylöspäin eli ruohonjuuritasolta lähtevänä prosessina, toisin kuin osallistumisessa. Osallisuus vaatii rakentuakseen yhteisen tietämyksen jakamista, sitoutumista yhteistoimintaan ja kykyä vaikuttaa asioihin. Osallisuuden käsitettä voidaan jakaa kansalaisen osallisuuden ja yhteisön jäsenyyden näkökulmasta annettuun jäsenyyteen, osallistuvaan jäsenyyteen sekä koettuun osallisuuteen. Annettu jäsenyys on jäsenyyttä, joka ilmenee oikeutena yhteisön tuottamaan hyvään ja positiiviseen tarjottavaan jäsenilleen, mutta myös velvollisuuksiin joita yhteisön jäseniltä edellytetään. (Thitz 2013, 28–29.)

Seurakuntayhteisön jäsenyys voidaan nähdä kirkkoon kuulumisena, jolloin jäsenyys on ulkoa annettu ja jäsen voi ilman sitoutumista osallistua halutessaan toi-

mintaan. Osallistuvassa jäsenyydessä on selvästi vahvempi sitoutuminen ja mukana oleminen seurakuntayhteisössä. Koetussa osallisuudessa jaetaan yhteiset uskon perusteet, koetaan yhteenkuuluvuutta ja solidaarisuutta jäsenten kesken ja löydetään oma paikka yhteisössä. (Thitz 2013, 30.) Tavalliset ihmiset haluavat yhteistoimintaa, joka edistää lähiyhteisöjen hyvinvointia ja siellä elävien ihmisten hyvää elämää yksilöitymiskehityksestä huolimatta. Kirkon ero muista hyvinvointipalveluja tarjoavista organisaatioista liittyy hengellisyyteen, kirkon arvoperustaan ja eettisiin kysymyksiin sekä siihen, että seurakunnassa on mahdollisuus kohdata ihmiset syvällisellä ja kokonaisvaltaisella tasolla. (Thitz 2013, 42.)

2.3 Aktiivinen ikääntyminen, vapaaehtoisuus ja osallisuus

Turun ammattikorkeakoulussa toimii tutkimusryhmä, joka tutkii aktiivista ikääntymistä. Tutkimusryhmän mukaan aktiivinen ikääntyminen nähdään voimavaralähtöisenä vanhenemisena, osallistumisen oikeuksina sekä ikääntyvien moninaisen työn ja toiminnan näkyväksi tuomisena. Osallistuva kansalaisuus tarkoittaa mahdollisuuksia osallistua sosiaalisena, yhteiskunnallisena sekä poliittisena jäsenenä yhteiskuntaan. (Turun ammattikorkeakoulu 2015.)

Ikääntyvien on todettu tuovan myönteisiä vaikutuksia yhteiskuntaan niin yksilötasolla kuin myös yhteisöllisellä tasolla. Tutkimusryhmän toimintaa ohjaava ajattelu keskittyy tuottavaan osallistumiseen eli vanhemman iän tuotteliaisuuteen liittyvään käsitteeseen. Tärkeää on myös vertaisryhmätoiminta sekä vapaaehtoistoiminta iäkkäiden voimavarojen sekä toimintakyvyn tukemisessa. (Turun ammattikorkeakoulu 2015.)

Vertaisryhmä- ja vapaaehtoistoiminnan tarkoituksena on edistää sekä vahvistaa aktiiviseen ikääntymiseen liittyviä asioita, kuten psyykkistä, fyysistä, sosiaalista, kulttuurista ja henkistä terveyttä, toimintakykyä ja hyvinvointia. Toiminta kiinnittää huomiota myös yksilöllisiin eroavaisuuksiin ja esteisiin, jotka saattavat vähentää mahdollisuuksia toteuttaa aktiivisen ikääntymisen elämänvaihetta. (Turun ammattikorkeakoulu 2015.)

Anne Birgitta Yeung (Haarni 2010) on tutkinut eri-ikäisiä vapaaehtoisia ja heidän syytään osallistua vapaaehtoistoimintaan. Osallistumisen motiiveille löytyi neljä ulottuvuutta. Ensimmäinen on antaminen-saaminen, toinen on läheisyys-etäisyys, kolmas on jatkuvuus-uuden etsintä ja neljäs on toiminta-pohdinta. Antaminen ja saaminen ovat usein muille antamista, jolloin toimitaan yhteisen hyvän nimissä ja huolehditaan muista. Motivoinnin mittarina toimii halu auttaa muita. Toisaalta vapaaehtoinen saa itselleen osallistumisestaan erilaisia asioita: henkilökohtaista hyvinvointia, hyvää mieltä sekä mahdollisuuden toteuttaa itseään. Vapaaehtoisena toimiminen on palkitsevaa. Läheisyydessä ja etäisyydessä vapaaehtoisena toimiminen sisältää useimmiten vuorovaikutusta muiden ihmisten kanssa. Vapaaehtoinen on osa yhteisöä tai ryhmää sekä hän tapaa uusia ihmisiä. Osallistumista voivat motivoida sosiaaliset suhteet. Itse valittu etäisyys muista on joskus tärkeää vapaaehtoistoiminnassa, jolloin motivoivina tekijöinä saattavat olla oman paikan valitseminen ja tekemisen joustavuus. Arjen toimintoihin vapaaehtoistoiminta tarjoaa etäisyyttä. Jatkuvuudessa ja uuden etsinnässä aihepiiriin tuttuus voi toimia monelle vapaaehtoiselle motiivina osallistumiselle. Elämän myötä karttuneet kokemukset tai taito voivat kannustaa mukaan. Oppiminen ja uusiin asioihin tutustuminen toisaalta innostavat nekin vapaaehtoiseksi. Itse toiminta voi houkuttaa, jos sen seuraukset, sisältö tai tavat tuntuvat mielekkäiltä. Toisaalta sen taustalla voi olla elämänkatsomus tai arvoja sekä kokemusten myötä muodostunut tahto toimia. Oman ja muiden ihmisten elämän pohtiminen voi motivoida vapaaehtoisena toimimista. (Haarni 2010, 148–149.)

Seurakuntalaisen osallisuudessa keskeiseksi kehittämisalueeksi on viime vuosina nostettu vapaaehtoistoiminta, jota on kehitetty valtakunnallisen kirkon vapaaehtoistoiminnan kehittämishankkeen avulla. Seurakuntalaisten toteuttama vapaaehtoistoiminta näyttää suurelta osin liittyvän säännöllisen toiminnan järjestämiseen ja yksittäisten tapahtumien organisointiin. Sen sijaan toiminnan kehittämiseen tai uusien toimintamuotojen suunnitteluun osallistuminen on tutkimuksen mukaan vähäisempää. Työntekijöiden kokemukset seurakuntalaisten kanssa suunnitelluista ja toteutetuista toimintamalleista ovat positiivisia ja antavat seurakuntalaisille kokemuksen heidän asiantuntemuksensa sekä työnsä arvostamisesta. (Thitz 2013, 46.)

Yhdysvalloissa tehdyissä eläkeikäisten osallistumisen motivaatiotutkimuksissa nousee esiin eläkkeelle jäämisen merkitys elämänmuutoksena. Työtovereiden välisen vuorovaikutuksen tilalle etsitään muita sosiaalisia suhteita ja työn tilalle etsitään mieluisaa tekemistä. Työn päättymisen jälkeen pyritään muita auttamalla olemaan hyödyllisiä yhteisön jäseniä. Työiän jäätyä taakse vapaaehtoistoiminta tarjoaa merkityksellisiä rooleja elämään. Toisena motivoivana seikkana eläkeikäisille on osallistumisen ilo. Suomessa on saatu tämän tyyppisiä tutkimustuloksia. Eläkeiässä mukaan lähdetään osallistumisen vapaaehtoisuutta korostaen, itselle mieluisassa ja sopivassa tahdissa sekä omien voimavarojen ja mielenkiintojen pohjalta. Tällöin toiminta tuo iloa elämään. Iloa saadaan muiden auttamisesta, olemalla hyödyksi, tapaamalla muita ihmisiä ja toiminnan ollessa mukavaa tai virkistävää. Kolmantena motivoivana seikkana nousee esiin jo aiemmin mainittu oman hyvinvoinnin edistäminen tai ylläpitäminen. Mielenrauhan, terveyden ja kunnon paraneminen sekä aktiivisena pysyminen mainittiin harrastusten anniksi Lapissa tehdyssä tutkimuksessa KaupunkiElvi. (Haarni 2010, 150.)

Hyvän tekeminen ja muiden ihmisten auttaminen kannustivat joitakin eläkeikäisiä voimakkaasti. Useimmille se oli kuitenkin toissijainen kannustin. Vanhusten asema herätti joissakin huolta ja myötätuntoa, joka kannusti auttamaan. Eläkeikäisillä auttamisen halu ja talkoohenki vaihtelivat kuitenkin selvästi. Kolmatta ikää elävät ihmiset osallistuivat vapaaehtoistyöhön omien arvojensa ja valintojensa mukaan. Näin ollen heitä ei voi pitää itsestään selvänä voimavarana vapaaehtoistyössä. (Haarni 2010, 151–152.)

Joillekin saattoi tulla auttamisesta ja vapaaehtoistyöstä elämäntapa. Anne Birgitta Yeungin (Haarni 2010) mukaan halu tehdä hyvää toisille leimasi erään haastateltavan elämää monella tavalla. Hän oli vetänyt jumppaa työpaikoillaan, järjestänyt ja opastanut kulttuuriretkiä sekä toiminut vuosikymmeniä urheiluvallmentajana. Hän oli haastatteluhetkellä menossa mukaan palvelutalon ystävätoimintaan, mutta halusi laajemminkin vaikuttaa vanhusten asioihin. Tarve auttaa oli sydämen asia hänelle. Näin voimakas halu auttaa oli poikkeuksellista haastateltujen ihmisten joukossa. Monelle auttamiseen sisältyi tekemisen, vuorovaikutuksen ja hyödyllisyyden elementtejä. Hyvän tekemisestä tuli hyvä mieli lähestymistavasta riippumatta. Toisen ilon havaitessaan ilahtuu itsekkin. (Haarni 2010, 152.)

Yhdistystoiminta tarjosi mahdollisuuden saada hyvää mieltä aikaan auttamalla ja olemalla hyödyksi vapaaehtoistyön ohella. Järjestötehtävissä toimivien ihmisten kertomuksista käy ilmi vastuun kantamisen palkitsevuus. (Haarni 2010, 153.) Merkittävässä osassa myös seurakunnan kohtaamisissa on vapaaehtoistyö, joka toimii solidaarisuuden ja yhteisöllisyyden edistäjänä. Myös sosiaali- ja terveystieteiden järjestöihin tehtyjen tutkimusten mukaan vapaaehtoistyö on yhteisöllisyyttä edistävä voima ja sillä on laajat vaikutukset aina toimija- ja järjestäjätasolta koko yhteiskuntaan. Vapaaehtoistyö koetaan voimaannuttavana, kansalaisaktiivisuutta lisäävänä ja sosiaalista pääomaa kasvattavana. (Thitz 2013, 42–43.)

3 YHTEISÖLLINEN OSALLISTUMINEN VANHUUSIÄSSÄ

3.1 Yhteisöllisyys ja yhteisöllinen isovanhemmuus

Yhteisöllisyys nostetaan esiin usein suurin odotuksin, mutta sen määrittelyssä on paljon haasteita. Yhteisöllisyys-sana tuo mieleen menneen ajan yhteisöllisyyden, jota ei voi saada samanlaisena takaisin kulttuuristen ja yhteiskunnallisten muutosten vuoksi. Yhteisöihin kuulumisen koetaan kuitenkin edelleen osana ihmisen sosiaalista elämää. Yhteisöllisyys on yhteisöä laajempi käsitys. Yhteisöllisyydessä on mukana kokemuksellisuus ja liittyminen, kun taas yhteisöön voi kuulua ilman omaa aktiivisuutta tai erityistä tietoisuutta siitä. (Thitz 2013, 23–24.) Yhteisöllisyydessä tapahtuu muutoksia, jotka ovat seurausta muuttuvista elämäntavoista. Aikaisemmin alueellinen yhteisöllisyys on siirtymässä teknologiavälitteiseen yhteisöllisyyteen. Yksilöllisyyteen perustuvan elämäntavan vaarana on menettää perusta, jossa yhteisöllisyyden olisi mahdollista toteutua. Tämän päivän yhteisöissä ei välttämättä olla vuorovaikutustilanteessa kasvotusten, vaan median välityksellä tai teknologiavälitteisen kommunikaation kautta. (Thitz 2013, 26–27.)

Elämäkokemusta kunnioitetaan nykyään yhä enemmän ja se tuo tullessaan arvostusta ikäihmisiä kohtaan. Yhteiskuntamme on muuttunut ja erilaisia vuorovaikutussuhteita kaivataan. Aikaisemmin puhuttiin usein vain isovanhemmuudesta, mutta nykyisessä muuttuneessa yhteiskunnassamme usein puhutaan isovanhemmuutta laajemmasta käsitteestä eli yhteisöllisestä isovanhemmuudesta. Yhteisöllisellä isovanhemmuudella tarkoitetaan sukupolvien välistä vuorovaikutusta vanhusten ja lasten välillä. Yhteisöllisen isovanhemmuuden takana ovat ne vapaaehtoiset vanhukset, jotka haluavat antaa aikaansa ja läsnäoloaan lapsille. Hakeutumalla yhteisölliseen isovanhemmuuteen ikäihminen laajentaa lähiverkkoaan ja jakaa osaamistaan, elämäkokemustaan ja kulttuuriperintöään. (Ylikarjula 2011, 140–141.) Isovanhemmuuden ei tarvitse olla biologista, sillä lapsi ja vanhus kaipaavat rinnalleen ihmistä, jonka kanssa voi olla vuorovaikutuksessa. Tärkeää on jakaa elämäkokemusta ja ihmissuhdekokemusta lapsille sekä saada

ylisukupolvisia kontakteja ja luoda uusia ihmissuhteita. Sukupolvien välinen yhteistoiminta antaa kaikille osapuolille elämään sisältöä ja tukee myös lasten perheitä. (Kinnunen 2014, 122.)

Yhteisölliselle isovanhemmuudelle voi lähtökohtana olla se, että biologiset isovanhemmat asuvat kaukana, jopa ulkomailla, ovat jo kuolleet tai muista syistä, kuten esimerkiksi sairauden vuoksi, eivät voi olla yhteydessä lastenlasten kanssa. Perhetilanteet voivat olla sellaiset, että lähisukulaiset eivät voi toimia perheen tukena. Myös nykypäivän kiireellisyys ja isovanhempien jatkaminen vielä työelämässä sekä aktiivinen sosiaalinen elämä harrastuksineen voivat viedä mahdollisuuden biologisilta sukupolvien kohtaamisilta. Yhteisöllisellä isovanhemmuudella on kuitenkin myös hyvät edellytykset onnistua, koska vanhusväestön määrä kasvaa ja eläkkeellä on toimintakykyisiä ihmisiä, jotka haluavat mielekästä tekemistä. Monia eläkkeelle siirtyneitä kiinnostaa sosiaalinen toiminta ja se, että voi olla avuksi toisille. (Reiman-Salminen 2008, 49–50.) Isovanhemmuuteen voi joskus liittyä myös tilanteita, joissa esimerkiksi vanhempien ja lasten välisten riitojen tai avioeron vuoksi välit lapsen perheen ja isovanhempien välillä eivät ole kunnossa ja siksi isovanhemmilta on kielletty kontaktit lastenlasten kanssa (Ylikarjula 2011, 138–139, Rotkirch & Fågel 2010, 36).

Isovanhemmuuden roolia on pidetty arvostettuna perheroolina ja siksi lapsenlapssettomuus voi tuntua vaikealta, jos varsinkin lähipiirin ihmisillä on jo lapsenlapsia. Isovanhemmaksi voi tulla myös ilman omia lapsenlapsia. Aina on lapsia, joille aikuinen voi olla sijaisisovanhempi. (Rotkirch & Fågel 2010, 36.) Yhteisölliseen isovanhemmuuteen osallistuvat ovat halukkaita laajentamaan lähiverkostoaan ja jakamaan erityisosaamistaan, elämän kokemuksiaan ja kulttuuriperintöä tuleville polville (Ylikarjula 2011, 141).

Ikääntymisen myötä myös yksinäisyyden kokeminen lisääntyy. Yksinäisyyden tunteessa korostuvat tekemisen puute ja turvattomuuden tunne. Ihminen kaipaa ihmiskontakteja ja yhteisyyden kokemusta, joka on luonnollista. Heikentynyt fyysinen kunto voi olla syynä siihen, että ystävyys- ja ihmissuhteet jäävät vähemmälle ikääntyessä. Myös puolison kuolema tai läheisten ihmisten vähyys koros-

tavat yksinäisyyden tunnetta. Vanhuksilla on oikeus yhteyteen ja vuorovaikutukseen muiden kanssa. Ikääntyvät tulisikin nähdä voimavarana ja arvokkaina yhteiskunnan jäseninä. (Ylikarjula 2011, 171–175.)

Laura Sarkonsalo (2015) on tehnyt opinnäytetyön, jonka aiheena on sosiaalinen isovanhemmuus ja sen merkitys ikääntyneiden hyvinvoinnin tukemisessa. Sarkonsalo kirjoittaa opinnäytetyössään ikääntyneiden toimintakykyisyydestä ja sen tuomasta mahdollisuudesta osallistua monenlaiseen vapaaehtoistoimintaan, mutta myös siitä, kuinka sosiaaliset verkostot kaventuvat ja yksinäisyys lisääntyy. Sarkonsalon opinnäytetyön tarkoituksena on toteuttaa ikääntyneiden hyvinvointia tukevaa ja ennaltaehkäisevää toimintaa Tampereen osastolle yhteistyössä Suomen Punaisen Ristin Hämeen piirin kanssa käynnistämällä varamummotoiminta. Varamummotoiminnassa ikäihminen on vapaaehtoisesti mukana alaikäisen lapsen ja hänen perheensä elämässä. Toiminnan tarkoitus on vahvistaa sukupolvien välistä yhteisöllisyyttä tukien sosiaalista kanssakäymistä ja vähentäen sekä ehkäisten yksinäisyyttä ja syrjäytymistä. Opinnäytetyö on toteutettu kehittämisprojektina, jonka näkökulmana on ikääntyneet. (Sarkonsalo 2015, 5–7.) Aineisto opinnäytetyöhön on kerätty kyselyillä, haastatteluilla, keskusteluilla, tapahtumilla, havainnoinnilla ja toiminnalla (Sarkonsalo 2015, 35–36). Kehittämisprojekti oli onnistunut ja varamummotoiminta käynnistyi lopulta kolmen vapaaehtoisen voimin, jotka pysyivät toiminnassa mukana koko projektin ajan. Varamummotoiminta herätti mielenkiintoa ja sille todettiin olevan tarvetta Tampereen seudulla. (Sarkonsalo 2015, 59–60.)

Yhteisöllistä toimintaa järjestää myös Mannerheimin Lastensuojeluliitto ja Suomen punainen risti, jotka ovat yhteistyössä Koko Suomi leikkii -hankkeessa. Hanke on kolmivuotinen ja se on toiminnassa vuosina 2014–2016. Koko Suomi leikkii -hankkeen Terhokerhot ovat sukupolvien kohtaamispaikkoja, joiden tavoitteena on innostaa suomalaisia lapsia ja vanhuksia leikkimään yhdessä. Terhokerhoja pyritään perustamaan jokaiseen manner-Suomen kuntaan. Terhokerhot ovat suunnattuja pääasiassa 5-10-vuotiaille lapsille sekä ikääntyneille. Leikkilähetti, eli Terhokerhon aluetyöntekijä toimii apuna ja tukena kerhoissa. (Mannerheimin Lastensuojeluliitto 2014.)

3.2 Yhteisöllisyys ja osallisuus seurakunnan vanhustyössä

Yhteisöllisyyteen kuuluu toisten joukkoon kuuluminen sekä vastaanotetuksi ja hyväksytyksi tuleminen. Thitzin (2013) mukaan seurakunta on yhteisö, jossa rakentuu identiteetti kirkon jäsenestä ja seurakuntalaisesta. Tämä identiteetti ei ole kuitenkaan pysyvä, vaan muuttuu sosiaalisen vuorovaikutuksen ja siihen liittyvien historiallisten ja kulttuuristen ajattelutapojen kautta. (Thitz 2013, 35.) Yhteisöllisyys liittyy kiinteästi kirkon olemukseen. Alkuseurakunnassa olennaista oli yhteys ja osallisuus, joka näkyi suhteessa Jumalaan sekä toisiin ihmisiin. Kirkko voidaan nähdä sekä hengellisenä, että inhimillisenä yhteisönä. Osallisuus hengellisestä elämästä, Raamatun sanasta ja sakramenteista sekä yhdessä kokoontuminen tekevät kirkosta kirkon. Kasteessa ihminen liitetään kirkon yhteyteen ja tätä yhteyttä tukee osallistuminen seurakunnan hengelliseen elämään. (Thitz 2013, 37–38.)

lääkkään väestön kokema keskeisin ongelma-alue on fyysinen tai koettu yksinäisyys. Yksinäisyys koskettaa vähintään 10–20 prosenttia iäkkäiden väestöstä riippuen siitä, minkä asteinen yksinäisyyden kokemus tulkitaan ongelmaksi. Erilaiset keskustelevat pienryhmät voivat tarjota monipuolisia mahdollisuuksia psyykkisen hyvinvoinnin aktivoimiseen. Tällaisia ryhmiä voivat olla esimerkiksi jonkin aikaa sitten leskeytyneiden muodostamat ryhmät, joissa tehdään surutyötä. Näissä pienissä keskusteluryhmissä voidaan käsitellä erilaisia asioita, joita liittyy elämänmuutoksiin ihmisen vanhetessa. Nämä elämänmuutokset ja kriisit toimivat vertaistukena ratkaisujen etsimisessä muille ryhmän jäsenille. (Ruoppila 2002, 144–145.) Vanhuksen kokema yksinäisyyden tai turvattomuuden tunne sekä psyykinen alakuloisuus voivat lisätä sairauden tuntemuksia ja palveluiden tarvetta. Palvelujärjestelmästä saadut hyvät kokemukset auttavat vanhusta hakeutumaan sen piiriin. Huonot kokemukset puolestaan voivat estää vanhusta hakeutumasta palvelujärjestelmään, vaikka siihen olisi tarvetta. Palveluihin hakeutumattomuuden riskiä lisää vanhuksen oma kyvyttömyys ja epävarmuus omien asioiden hoitamisesta. (Helin 2002, 40.)

Saaren teoksessa (2009) yksinäiset ovat yksinäisiä omaa äreyyttään ja joustamattomuuttaan Aristoteleen mukaan. Aristoteles selittää myös yksinäisyyden välisen

kytkennän korostamalla ikääntymisen merkitystä. Onnellisen ihmisen toiminta koostuu muun muassa yhdessä toimimisesta. Aristoteles kertoo myös, miten hyväosaiset eivät tarvitse hyödyllistä vaan miellyttävää seuraa. (Saari 2009, 40–41.)

Sosiaalisten suhteiden puutteesta tai niiden vähentämisestä puhuttaessa puhutaan myös yksinäisyydestä. Yksinäisyydellä tarkoitetaan hyvinvointia vähentävää sosiaalisten suhteiden puutetta. Hyvinvointiteoriassa tätä käsitellään sekä subjektiivisesta eli koetusta näkökulmasta että objektiivisesta eli totuudellisesta näkökulmasta käsin. Saaren (2009) teoksessa subjektiivista hyvinvointiteoriaa käsitellään sitä kehittäneiden Johan Ormelin ja Siegwart Lindenbergin tutkimusten valossa. He ovat esittäneet, että koettu hyvinvointi voidaan jakaa kahteen kategoriaan: sosiaaliseen eli onnellisuuden hyvinvointiin ja fyysiseen eli terveyden hyvinvointiin. (Saari 2009, 42–43.)

Yksinäistymisestä tehdyssä tutkimuksessa monet yksinäisyyttä kokevat kertoivat yksinäisyyden syynä olevan esimerkiksi sairauden tai luonteenpiirteen, kuten mielenterveysongelmat, persoonallisuus, ujous ja sosiaalisten taitojen puute. Monessa tutkimuksen yksinäisyyden syitä kuvaavassa kirjoituksessa nämä kaikki olivat kietoutuneina yhteen ja niitä oli melko mahdotonta erottaa toisistaan. (Saari 2009, 168–169.) Ihminen on luonnostaan sosiaalinen ja kokee usein, että hyvinvointi kytkeytyy johonkin ryhmään tai yhteisöön kuulumisena. Ilman näitä sosiaalisia kontakteja ihminen kokee olevansa yksinäinen. Yksinasuvilla yksinäisyyden tunteminen on lisääntynyttä. (Saari 2009, 9; 106.) Yksinäisyys aiheuttaa tutkimusten mukaan terveyshaittoja, kuten esimerkiksi nostaa verenpainetta, lisää painoa, vähentää liikuntaa, ja lisää uniongelmia passivoiden ja aiheuttaen riskin muihin samankaltaisiin terveysongelmiin. (Saari 2009, 45). Aloitekyky heikkenee yksinäisyyttä kokevilla ja tavanomaisin aloitteellisuuden muoto yksinäisille on passiivisuus. (Saari 2009, 156–157.) Kotiin jääminen ja uuden kokeilemisen innottomuus saavat otteen yksinäisestä ja jättäytymään yhteiskunnan ulkopuolelle.

Kirkon oppiin, toimintaan ja jäsenyyteen liittyminen on heikentynyt 2000-luvulla Suomessa. Kirkosta eroamista harkitaan sen sijaan, että haettaisiin yhteisöllisyyden kokemusta ja jäsenyyttä kirkkoon. Kirkkoon liittyviin valintoihin vaikuttavat

uusien sukupolvien muuttuneet toimintamallit, uskonnollisen kotikasvatuksen muutokset ja vähentyneet kokoontumiset jaettujen uskomusten ääreen. Osa kirkon jäsenistä pysyy kirkon jäsenenä, vaikka he eivät aktiivisesti osallistu kirkon toimintaan. Kirkon tilanne osallistumisen, jäsenyyden ja sitoutumisen näkökulmasta nähdään vakavana, mutta toisaalta nähdään myös mahdollisuuksia positiivisiin tuloksiin panostamalla toimintatapojen uudistamiseen. Näiden lisäksi myös yhteiskunnallisella kehyksellä ja rakenteellisilla muutoksilla on vaikutuksia kirkon ja seurakunnan yhteisöllisyyden mahdollisuuksiin, kuten seurakuntarajojen muutokset, kirkollisverotulojen vähenemisenä ja muutoksina työntekijärakenteessa. Muutoksissa on myös mahdollisuuksia, jolloin voidaan kehittää toimintaa esimerkiksi antamalla seurakuntalaisille enemmän omaehtoisen toiminnan mahdollisuuksia. (Thitz 2013, 40–42.)

Tutkittaessa kirkon yhteisöllisyyttä ja siihen liittyviä muutoksia on luotava yleiskatsaus niihin yhteisöllisten käytäntöjen kehittämissyökimyksiin, joiden kautta on tultu tämän hetkiseen tilanteeseen. Käytännön kehittämissyökimysten lisäksi huomio kohdistuu myös seurakuntien toimintakulttuuriin, millä Päivi Thitz (2013) kuvaa seurakunnan vakiintuneita toimintatapoja sekä erilaisia käytäntöjä, joita toiminnassa esiintyy. Toimintakulttuurin taustalla vaikuttavaan laajempaan yhteisön arvojärjestelmään viitataan organisaatiokulttuuri käsitteellä. Organisaatiokulttuuri käsittää yhteisön vuorovaikutustapoja, yhteistyötä ja toimintaa ohjaavia virallisia ja epävirallisia sääntöjä sekä yhteisön periaatteita, arvoja ja asenteita. Organisaatiokulttuuria ohjataan sanallisesti toimintaohjeilla tai strategioilla, mutta siihen liittyvät myös sellaiset yhteisön jakamat uskomukset ja normit, jotka eivät tule välttämättä esiin kirjoitetuissa ohjeissa tai linjauksissa. Yhteisöllisyyden kehittämisessä ei ole kyse vain yksittäisten käytäntöjen kehittämisestä, vaan myös niiden taustalla olevien yhteisön asenteiden, arvojen ja ajattelutapojen uudistamisesta. (Thitz 2013, 44–45.)

Hengellisyydellä tarkoitetaan kiinnostusta elämän tarkoitukseen, sen perimmäisiin arvoihin sekä oman olemassaolon merkitykseen. Hengellisyys on osa henkisyttä, ja se kuvaa ihmisen sisäistä kiinnostusta jumaluuteen tai korkeampaan voimaan. Uskonnollisuudella tarkoitetaan hengellisyuden ulkoista ilmentymää, jota ihminen toteuttaa yhteisöllisten rituaalien avulla. Usein hengelliset tarpeet

aktivoituvat kriisitilanteen tai sairauden seurauksena. Vanhetessa elämänarvot ja maailmankatsomukset lisäävät merkitystään. Vanheneminen ei suoraan tarkoita uskonnolliseksi tuleamista, vaan usein uskonnollisuus vahvistuu niillä ihmisillä, jotka ovat ennestäänkin tottuneet elämässään turvautumaan uskoon. Joskus kuitenkin vanhetessa kuoleman läheisyys ja omien voimien heikkeneminen voivat olla tekijöitä, jotka saavat ihmisen turvautumaan rukoukseen ja Jumalaan ensimmäistä kertaa elämässään. (Eloranta & Punkanen 2008, 145.)

Julia Forsblom (2012) on tehnyt opinnäytetyön Sukupolvien välinen vuorovaikutus. Kohtaamisia kotikulmilla- hankkeessa opinnäytetyön. Opinnäytetyön tavoitteena oli lisätä sukupolvien välistä vuorovaikutusta Miina Sillanpää Säätiön Kohtaamisia kotikulmilla- hankkeessa. Opinnäytetyön tavoitteena oli luoda alueelle toimivaa mallia ikäihmisten ja lasten välisille kohtaamisille. (Forsblom 2012, 2.) Opinnäytetyön aineistoa kerättiin havainnoimalla ja haastatteleamalla sekä vanhuksia että lapsia. Palautetta kirjattiin toimintahetkien jälkeen muistiin. Forsblomin havainnoinnin perusteella sukupolvien välinen vuorovaikutus oli myönteistä sekä lapsille että senioreille. Yhteistyökumppanit olivat myös innostuneita toiminnasta ja halusivat jatkossakin jatkaa yhteistyötä senioreiden kanssa. Sukupolvien välistä kunnioitusta ja yhteenkuuluvuutta voi kohottaa sukupolvien välisillä kohtaamisilla. Toimintahetkissä oli välillä nähtävissä senioreiden elämänkokemusten siirtymistä heidän kertoessaan omasta lapsuudestaan. Tällä tavoin ikäihmisten hiljainen tieto siirtyi nuoremmillekin sukupolville. Seurakunta sai myös tavalliseen kerhotoimintaan uudenlaista sävyä ja samalla ikäihmisten ja vanhenemisen huomioiminen tuli esiin seurakunnassa. Sukupolvien väliset kohtaamiset voivat parhaimmillaan tarjota rikastuttavia kokemuksia. (Forsblom 2012, 49–50.)

4 SUKUPOLVIEN VÄLISEN KOHTAAMISEN MAHDOLLISTAMINEN

4.1 Sukupolvien välinen vuorovaikutus

Sukupolvitarkasteluissa elämänkulkua ei tarkastella suoranaisesti kronologisen iän näkökulmasta, vaan pikemminkin laajempina peräkkäisinä ikävaihekokonaisuuksina. Sukupolvitarkastelujen käsitteistö on vaihtelevaa, ja eri tutkijoilla samat termit saattavat merkitä eri asioita. Yleisesti monissa merkityksissä sukupolvikäsitteestä puhuttaessa puhutaan ikävaihe- tai ikäryhmäsukupolvista, joilla tarkoitetaan kunakin hetkenä tietyn yhteiskunnan lapsia, nuoria, keski-ikäisiä ja vanhoja riippumatta siitä, ovatko he esimerkiksi sukua keskenään. Sukupolvikäsitettä käytetään myös, kun puhutaan väestöryhmistä, jotka ovat eläneet tietyinä historiallisena aikana ja kokeneet suurin piirtein saman ikäisinä samat historialliset tapahtumat. (Marin 2008, 40–41.) Kulttuurisiin ilmiöihin vaikuttavat sosiaalinen ja historiallinen konteksti, joka muokkaa niitä omanlaisikseen. Sukupolvi on yksi tällainen kulttuurinen ilmiö ja sellainen muodostuu nimenomaan silloin, kun tiettyyn ikäryhmään kuuluvat ihmiset, jotka elävät useimmiten nuoruusvuosiaan, elävät saman historiallisen tapahtuman sekä kokevat sen itselleen merkitykselliseksi. Sukupolvi varsinaisessa, sosiologisessa, mielessä syntyy idustaan vasta, kun samassa sukupolviasemassa oleville yksilöille muodostuu yhteisten kokemusten ja tilannemäärittelyjen varanto. (Alanen 2008, 102–103.)

Lapsille on merkityksellistä saada kuulla vanhemman sukupolven tapahtumista ja sattumuksista, joiden avulla hän liittyy sukupolvien ketjuun ja avaa ikkunoita tulevaan sekä ikääntymisen kokemusmaailmaan. Vanhemman sukupolven ja lapsen välinen yhteinen aika mahdollistaa tiedon ja taidon siirtymisen vanhemmalta sukupolvelta nuoremmalle, ja vastaavasti vanhempi sukupolvi oppii uusia asioita ja saa näkökulmia oman historiansa käsittelyyn. Vanhemman sukupolven kertomukset välittävät elämäkokemuksia, jotka vahvistavat lapsen luottamusta elämässä selviämiseen erilaisissa olosuhteissa. Vuorovaikutustilanteet lasten kanssa mahdollistavat aikuiselle uudelleen kosketuksen lapsuuden mielikuvitukseen ja leikkien maailmaan. Vuorovaikutus lasten kanssa vahvistaa ikääntyvien elämänuskoa ja lisää terveyttä ja hyvinvointia. (Kalliomaa 2008, 44–45.) Tietojen

ja taitojen siirtyminen sukupolvelta toiselle on ennen tapahtunut tiedostamatta. Nykyisin tietojen ja taitojen siirtyminen on muuttunut tietoiseksi toiminnaksi. Sukupolvelta toiselle siirtyvässä tiedossa on kyse hiljaisesta tiedosta. (Toivanen 2009, 9.)

Tuulikki Ukkonen-Mikkola (2011, 152–155) on tehnyt tutkimusta sukupolvien kohtaamisesta, ja tutkimustulokset ovat hyvin positiivisia. Tutkimus on tehty lasten ja vanhusten kohtaamisesta yhteisessä palvelukeskuksessa, jossa eri instituutiot oli yhdistetty. Lapsille ja vanhuksille pystyttiin luomaan mahdollisuuksia spontaaniin kohtaamiseen, mutta pääasiallinen vastuu suunnittelusta ja toiminnan organisoimisesta oli henkilökunnalla. Lasten ja vanhusten välille kehittyi sosiaalisia suhteita sekä sanallista ja sanatonta vuorovaikutusta. Tällainen vuorovaikutus tukee lapsen itsetunnon ja sosiaalisten taitojen kehitystä sekä edistää lapsen kiinnittymistä omaan kulttuuriin. Eri sukupolvien kohtaamiset tuovat vanhusten elämään sisältöä ja iloa. Myös lasten vanhemmat suhtautuivat myönteisesti ja kaikki kokivat toiminnan yhteisöllisenä. Tutkimusaineiston keruussa Ukkonen-Mikkola (2011, 71–74) on käyttänyt pääasiallisina tietolähteinä lasten ja vanhusten havainnointia eri muodoissa sekä lasten, päiväkodin henkilökunnan ja johdon, lasten vanhempien sekä päiväkodin suunnitelleen arkkitehdin kanssa käytyjä keskusteluja ja haastatteluja. Opinnäytetyömme eroaa edellä kuvatusta tutkimuksesta sikäli, että kohderyhmänämme ovat vanhukset, jotka itsenäisesti opiskelijoiden tuella suunnittelivat tuokion lasten kanssa ja myös toteuttivat sen lähes itsenäisesti.

Pauliina Martikainen ja Essi Uusitalo (2006) ovat tehneet opinnäytetyön *Lapset ja vanhukset – sukupolvien rikastuttajina*. Tutkimuksella haettiin vastausta kysymyksiin miten lasten ja vanhusten välinen vuorovaikutus oli toteutunut ja miten lasten ja vanhusten vuorovaikutuksen toivottaisiin toteutuvan. Tutkimuksen tiimoilta lasten vanhemmille tehtiin kysely sekä Auran seurakunnassa järjestettiin myös kokeilu päiväkerhossa lasten ja vanhusten vuorovaikutustilanteesta. (Martikainen & Uusitalo 2006, 22.) Kyselyn perusteella erityisesti toivottiin perinteiden ja arvojen siirtyvän uudelle sukupolvelle sekä molemminpuolinen auttaminen koettiin tärkeäksi. Toivottuja olivat satu-, laulu- ja leikkituokiot. Vastaajista 52 pro-

senttia toivoi ulkopuolisen tahon järjestävän lapsille ja vanhuksille mahdollisuuden tavata toisiaan. Varamummo ja -pappatoimintaa toivoi 44 prosenttia vastanneista. (Martikainen & Uusitalo 2006, 31–32.)

Kertynyt kokemus omasta suhteesta isovanhempiin siirtyy omaan isovanhemmuuden rooliin. Aktiivisen isovanhemmuuden taustalla ovat omat kokemukset omien isovanhempien tuntemuksesta sekä opit heidän elämästään tarinoiden ja valokuvien välityksellä ja näiden kokemusten vaikutuksesta tahdotaan edelleen toimia perinteiden ja taitojen välittäjinä seuraaville sukupolville. (Fågel 2010, 52.) Isovanhemmat toimivat taitojen opastajina, kannustajina ja esikuvina, joiden vaikutukset näkyvät kauas jälkipolviin. Ennen lapset osallistuivat isovanhempien kanssa arjen töihin, mikä kertoo siitä, että sen ajan ajankäyttöön kuului askareiden tekeminen työhön oppimisen ja hyödyllisyyden vuoksi. Nykyisin tekeminen lasten kanssa lähtee siitä, mitä jaksetaan ja halutaan tehdä heidän kanssa. Elämä on paljon muuttunut ja niin myös isovanhemmuus. Fågel (2010, 62) on tiivistänyt sen seuraavasti: ”ihmisillä on nyt vähemmän aikaa ja enemmän tietoa, ennen oli turvaa ja jatkuvuutta, nykyisin on runsaasti kaikkia, leluja, tv-ohjelmia, asumisen mukavuuksia, valmista elämää”. (Fågel 2010, 57–62.)

Miina Sillanpään säätiön (i.a.) hankkeen Kohtaamisia kotikulmilla tausta-ajatteluna on ollut tulevaisuuden tarve yhteisöllisistä toimintamalleista, jotka edistävät senioreiden sosiaalista osallistumista ja hyvää elämänlaatua. Yhteisömallin lähtökohtana olivat asukaslähtöisyys, toiminnan jatkuvuus ja mallin sovellettavuus muille asuinalueille. Kolmivuotisen hankkeen tavoitteena oli tukea asukkaiden toiveista tulevien toimintojen käynnistämistä ja jatkuvuutta. Keskeistä hankkeessa oli sukupolvien välisen vuorovaikutuksen sekä vapaaehtoistoiminnan vahvistaminen. Hankkeen toteutuspaikkana oli kaksi asuinalueita Helsingissä, ja hanketta olivat toteuttamassa yhteistyössä asuinalueiden seniorit, muut asukkaat sekä toimijat. (Miina Sillanpään Säätiö i.a.)

Kohtaamisia kotikulmilla –hankkeen aluksi senioreiden (60–85–v.) toiveita ja tarpeita selvitettiin kotiin lähetettävän kyselyn avulla, ryhmähaastatteluin, haastatteleamalla asukkaita kaduilla sekä järjestämällä asukkaiden ja toimijoiden yhteisiä asukasfoorumeja. Tiedonkeruun perusteella asukkaat kaipaivat muun muassa

ulkoilmatapahtumia, harrasteryhmiä, matalan kynnyksen kohtaamispaikkaa, eri sukupolvien kohtaamista, naapuriapua ja parempaa tiedotusta. Näiden tietojen pohjalta hankkeessa toteutettiin asukkaiden ja toimijoiden yhteistyönä harrasteryhmiä ja tapahtumia. Sukupolvien välisen vuorovaikutuksen lisäämiseksi kannustettiin yksittäisiä asukkaita ja myös päiväkoteja, iltapäiväkerhoja ja kouluja yhteistoimintaan, jonka seurauksena toteutuivat muun muassa senioreiden ja lasten yhteiset teatteriesitykset. Vapaaehtoistoimintaa hankkeessa edistettiin koulutuksien ja rekrytointitapahtuman avulla sekä tiedotuksen osalta parannusta saatiin aikaiseksi verkostoitumisen, alueen uuden lehden ja Facebook-sivujen sekä kaupunginosan omien sivujen kehittämisen avulla. Yhteisöllisyyden lisääntymiseen vaikutti hankkeen asukaslähtöinen yhteistyö, joka osaltaan vahvisti asukkaiden spontaania toimintaa. Toiminta edellytti myös aktiivisesti toimivia yhdyskuntalaisia, resursseja ja tiedottamista eri tavoilla. Asukkaiden osaaminen saatiin esille kannustamalla heitä ja osaaminen osaltaan loi hyvinvointia edistäviä toimintoja. (Miina Sillanpään Säätiö i.a.)

4.2 Yhdessä tekemisen toiminnallinen näkökulma ja pienryhmätoiminnan periaatteita

Kun ryhmä on toimiva, tuntevat sen jäsenet lojaaliutta sekä kiinteyttä ryhmää kohtaan. Toimivassa ja tehokkaassa ryhmässä sen jäsenet myötävaikuttavat omien vahvuksiensa kautta ryhmän toimintaan ja osaavat hyödyntää toistensa osaamista. Myönteinen riippuvuus toisista, yksilöllinen sitoutuminen, vuorovaikutteinen viestintä, sosiaalinen yhdessä tekeminen sekä pohtiminen ja reflektointi ovat toimivan ryhmän tunnusmerkkejä. Toiminnallinen tekeminen ja harjoitukset vahvistavat edellä mainittuja voimavaroja. Sosiaalinen yhdessä tekeminen opettaa antamaan tilaa muille ryhmän jäsenille sekä lisää sallivuuksiä muista kohtaan. Tärkeää on myös pohtia ryhmän toimintaa yhdessä sekä reflektoida sitä. Reflektoinnin avulla ryhmän jäsenet oppivat kehittämään yhteistyötaitojaan ja omaa oppimistaan sekä tarkkailemaan muita ryhmän jäseniä. (Kataja, Jaakkola & Liukkonen 2011, 22–23.)

Pienryhmätoiminnassa tärkeää on jäsenten välinen vuorovaikutus. Vuorovaikutus voi olla kasvokkaista, videoneuvottelua tai muiden elektronisten välineiden, kuten sähköpostin, käyttöön perustuvaa. Keskeistä on, että ryhmän jäsenten välillä on käynnissä merkityksellinen vuorovaikutus. Vuorovaikutuksen ei välttämättä tarvitse olla sanallista. Jokainen ryhmän jäsen on tietoinen muista ryhmän jäsenistä ja siitä, montako heitä on. Tämän lisäksi jokaisen ryhmän jäsenen tulee tietää kuuluvansa juuri tähän ryhmään. Muita ryhmää määritteleviä piirteitä sosiaalipsykologiassa ovat ryhmän yhteiset tavoitteet sekä rakenne. Ryhmän yhteisistä tavoitteista pitäisi vallita jäsenten keskuudessa yksimielisyys. Yleensä oletetaan myös, että tavoitteet ovat paremmin saavutettavissa tai ne voidaan saavuttaa ainoastaan pienryhmän yhteisin voimin, eikä erillisen yksilön voimin. (Pennington 2005, 8–9.)

Sosiaalipsykologit ovat esittäneet, että ryhmä käy läpi viisi kehitysvaihetta. Vaiheiden alkuperäiset englanninkieliset nimet takasivat mallin suosion: forming eli muodostuminen, storming eli kuohunta, norming eli normeista sopiminen, performing eli suoritusvaihe ja adjourning eli päätösvaihe. Osa ryhmistä käy läpi kaikki viisi vaihetta, kun taas joissakin ryhmissä ei edistytä tiettyä vaihetta pidemmälle tai sitten palataan takaisin kertaamaan jo ohitettu vaihe. (Pennington 2005, 72.)

Ryhmän koon on todettu vaikuttavan ryhmäkäyttäytymiseen ja sen yksittäisiin puoliin monin tavoin. Tutkimusten mukaan pienemmät, 3–8-jäseniset ryhmät, saavat tehtävänsä suoritettua loppuun nopeammin kuin suuremmat ryhmät, joissa jäseniä on 12 tai enemmän. Näin ei kuitenkaan aina ole, ja vaihtelu saattaa olla myös kiinni ryhmän tehtävän laadusta. Monitahoinen tehtävä, esimerkiksi faktojen seulominen sekä tiedonkeruu ovat suuremmissa ryhmissä tehokkaammin käsiteltävissä. Tämä johtuu siitä, että tehtävä voidaan jakaa eri osiin sekä rajata tehokkaasti ryhmän eri jäsenille jaettavat tehtävän osat. Vastapainoksi pienemmät ryhmät ovat tehokkaampia käyttämään informaatiota päätöksentekoon. (Pennington 2005, 79.)

5 TOIMINNALLISEN OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

5.1 Länsi-Porin seurakunnan pienryhmätoiminta

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli toteuttaa toiminnallinen tuokio, jossa mahdollistui sukupolvien kohtaaminen. Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena oli mahdollistaa sukupolvien kohtaaminen seurakunnan vanhustyön pienryhmässä, osallistaa ryhmän osallistujia seurakunnan toimintaan ja siten lisätä heidän aktiivisuuttaan ja toimintakykyään toiminnallisen tuokion suunnittelun ja siihen osallistumisen avulla. Toiminnallinen tuokio mahdollisti sukupolvien kohtaamisen.

Länsi-Porin seurakunta on kasvava seurakunta, jossa kaikki ikäryhmät on pyritty huomioimaan seurakunnan toiminnassa. Seurakunta tarjoaa monipuolisia palveluita ja tekee yhteistyötä eri tahojen kanssa. (Länsi-Porin seurakunta 2015.) Länsi-Porin seurakunta on yksi kuudesta Porin seurakuntayhtymän paikallisseurakunnasta. Seurakunta toimii itsenäisesti seurakuntaneuvoston vastatessa hallinnosta. Neuvoston puheenjohtajana toimii kirkkoherra. (Kirkko Porissa-paikalisseurakunnat 2015.)

Länsi-Porin seurakunnassa järjestetään paljon monipuolista pienryhmätoimintaa. Perhekerhot ovat aikuisten ja alle kouluikäisten lasten yhteisiä kerhoja, jotka koontuvat kerran viikossa. Kerhojen ohjelmaan kuuluu hiljentymistä, keskustelua yhdessä muiden kanssa, leikkimistä, laulua ja kahvittelua. Kerhoissa on usein myös eri alojen asiantuntijoita vierailmassa. Vauvklubi tarjoaa vertaistukea alle 1-vuotiaiden esikoisvauvojen vanhemmille vauvojen ehdoilla. (Varhaiskasvatus Länsi-Porin seurakunnassa/perhekerhot ja vauvklubi 2015.) Päiväkerhoissa järjestetään 3-6-vuotiaille lapsille monipuolista toimintaa, kuten laulua, hiljentymistä, liikkumista, askartelua, leikkimistä sekä olla yhdessä muiden kanssa. Kerhot koontuvat kaksi kertaa viikossa kolme tuntia kerrallaan. (Varhaiskasvatus Länsi-Porin seurakunnassa 2015.)

Ryhmätoimintaa on järjestetty myös nuorille aikuisille eli 18–35-vuotiaille. Heille on järjestetty Cafe Huoneella toimintaa, jossa esiintyy erilaisia yhtyeitä. Olotuvalla järjestetään Nappi-klubin kerhotoimintaa pizza- ja peli-iltojen teemalla keskiviikkoisin. Lautapeliturnausta viedään eteenpäin pitkin vuotta osakilpailujen merkeissä Olotuvalla. (Nuoret aikuiset Länsi-Porissa 2015.)

Länsi-Porin seurakunta tarjoaa monipuolisesti toimintaa myös nuorisotyön merkeissä. Kirkon kellarissa järjestetään esimerkiksi toimintaa nuorille, kuten nuorteniltoja, ja iltamessun jälkeen on mahdollisuus ottaa osaa olohuoneiltaan, jossa on toimintaa nuorille. Siellä on mahdollisuus pelata erilaisia pelejä, jutella ja viettää yhteistä aikaa. Raamistoiminnassa tutkitaan Raamattua raamattupiirin merkeissä. Rippikoulun isosten ja nuorten on mahdollista liittyä nuorten lauluryhmään. (Länsi-Porin seurakunnan nuorisotyö 2015.)

Myöskään ikäihmisiä ei ole unohdettu Länsi-Porin seurakunnassa, vaan monenlaisista toimintaa on useina päivinä viikossa ympäri seurakunnan aluetta. Päiväpiireissä on toimintaa varttuneemmalle väelle, palvelupäivä on virikepäivä eläkeläisille, toimintaa on myös työtuvalla ja ohjattua tietotekniikan opettelua tietotuvalla. Leskien Kahvila, jossa opinnäytetyömme toteutus tapahtui, kokoontuu Olotuvalla kerran viikossa. Leskien Kahvila on 65–80-vuotiaille suunnattu paikka, jossa diakoniatyöntekijä tai pappi pitää hartauden. Hartaudesta voidaan yhdessä keskustella, lauletaan toivottuja virsiä sekä keskustellaan vapaasti ajankohtaisista asioista. Leskien Kahvilaan kokoonnutaan joka viikko yhden tunnin ajan. (Keskinen 2015.)

5.2 Toiminnallisen opinnäytetyön kuvaus

Toiminnallinen opinnäytetyö tavoittelee ammatillisessa kentässä käytännön toiminnan järjestämistä, ohjeistamista, opastamista tai järjeistämistä. Se voi olla jonkin tapahtuman toteuttaminen kuten esimerkiksi konferenssin, messuosaston, kansainvälisen kokouksen järjestäminen tai näyttely riippuen koulutusalaista. Toteutustapana voi olla kohderyhmän mukaan kansio, vihko, kirja, cd-rom, opas, portfolio tai tapahtuma. (Vilkka & Airaksinen 2003, 9.)

Työelämälähtöinen opinnäytetyö voi olla projektityyppinen. Se voi olla tällöin yhden tai useamman opiskelijan projekti. Useamman opiskelijan projektissa pitää täsmällisesti sopia työnjaosta ja vastuista. Jokaisen projektin kulmakiviä ovat määritelty työskentelytapa sekä realistinen aikataulutus. Näiden lisäksi tulee suunnitella, miten projektin tulokset esitellään kirjallisesti ja suullisesti. Projekti on tavoitteellinen, tietyn ajan kestävä prosessi. Projekti voi tähdätä tiettyyn rajattuun kerralla tehtävään tulokseen tai se voi olla osa isompaa hanketta. Projektin onnistumiseksi pitää suunnitella, toteuttaa, organisoida, seurata, valvoa ja arvioida tarkasti kaikki asiat. Projektin loppuraportti esitellään joko presentaatio- tai loppuseminaarissa. Siinä selostetaan projektin taustaa sekä tavoitteita, projektin tuloksia ja aikaan saannoksia, johtopäätöksiä ja työn kulun eri vaiheet. Loppuraportti sisältää myös arvioinnin. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 47–49.)

5.3 Opinnäytetyön aiheen valintaprosessi ja toteutuksen kuvaus

Idea opinnäytetyön aiheesta, jossa sukupolvet kohtaavat, esiteltiin ohjaaville opettajille tammikuussa 2015. Aiheen lopullinen valinta varmistui vasta huhtikuun alussa ja päätös oli helppo, sillä pysyimme alkuperäisessä ideassamme eli sukupolvien välisessä kohtaamisessa ja ikäihmisten aktivoinnissa toiminnallisen tuokion avulla. Suunnitelmamme oli esitelty myös Yhteisöpajan palaverissa helmikuussa, jossa ideamme todettiin hyvin Länsi-Porin seurakunnan pienryhmätöiminnan henkeen sopivaksi ja saimme hyviä vinkkejä teoriaosan näkökulmiin. Opinnäytetyömme toteutuspaikaksi valikoitui Länsi-Porin seurakunnan diakoniatyön vanhustyö.

Tapasimme huhtikuussa 2015 diakoniatyöntekijän Länsi-Porin seurakunnan Olotuvalla ja kerroimme hänelle yksityiskohtaisemmin ideastamme sukupolvien välisestä kohtaamisesta. Palaverissa selvisikin, että diakoniatyöntekijän ajatukset olivat olleet toiminnallisen tuokion toteutuksesta jonkin verran erilaiset. Diakoniatyöntekijä oli ajatellut, että me suunnittelemme ja järjestämme lapsille ja Leskien Kahvilan osallistujille toiminnallisen tuokion ohjelman. Palaverin jälkeen kuitenkin

uskoimme, että opinnäytetyön suunnitelmamme oli tullut ymmärretyksi ja lähettimme toukokuussa 2015 vielä koululla hyväksytyyn opinnäytetyön suunnitelmamme Länsi-Porin seurakunnan diakoniatyöntekijälle.

Valitsimme seurakunnan vanhustyön ryhmistä tiistaisin kokoontuvan Leskien Kahvilan ryhmän, koska tässä ryhmässä osallistujat ovat hyväkuntoisia senioreita ja uskoimme heidän jaksavan aktivoitua sukupolvien kohtaamiseen. Sovimme jo aikataulua syksyille 2015 eli toiminnallisen tuokion suunnittelutapaamiset sekä toteutuksen ja myös ajankohdan, johon Länsi-Porin seurakunnan diakoniatyöntekijä yrittäisi saada vastaavan lapsityönohjaajaan tapaamaan meitä.

Toukokuussa 2015 tapasimme Leskien Kahvilan seniorit Olotuvalla ja kerroimme heille opinnäytetyöstämme ja siihen liittyvistä toiminnallisista osuuksista. Kerroimme heille millaisissa rooleissa me opiskelijat tulisimme olemaan ja mitkä ovat toiminnallisten osuuksien tarkoitukset ja tavoitteet Leskien Kahvilan senioreiden osalta. Annoimme heille kirjallisen tiedotteen, josta selvisi myös suunniteltu alustava aikataulu syksyn tapaamisiin toiminnallisten tuokioiden merkeissä. Saman tapaamisen aikana saimme jo sovittua lopulliset ajankohdat toiminnallisen tuokion suunnitteluille ja toteutukselle. Toiminnallisen tuokion toteutuspaikaksi sovittiin Länsi-Porin seurakunnan seurakuntasali, siksi että lapsiryhmän tilat ovat samassa rakennuksessa ja heille saapuminen paikalle olisi helpompaa. Tämän esittelyn myötä Leskien Kahvilan osallistujien keskuudessa syntyi selvästi kiinnostusta ja innostusta sukupolvien kohtaamiseen.

Toukokuun 2015 loppupuolella istuimme Olotuvalla palaverissa vastaavan lapsityönohjaajan ja diakoniatyöntekijän kanssa. Kerroimme lapsityön ohjaajalle suunnitelmamme ja hän ei nähnyt esteitä toiminnallisen tuokion järjestämiselle, kunhan lasten huoltajilta saadaan luvat osallistumiselle. Toiveenamme oli, että olisimme saaneet lapsiryhmän, jossa olisi ollut isompia lapsia toiminnalliseen tuokioon. Lapsiryhmä tulisi kuitenkin valikoitumaan sen mukaan, millainen ryhmä sattuu koostumaan juuri tähän toteutuspäivän eli tiistain 22.9.2015 aamupäiväryhmäksi. Sovimmekin, että otamme yhteyttä vastaavaan lapsityönohjaajaan sitten, kun syksyn uudet lapsiryhmät ovat käynnistyneet. Jätimme diakoniatyöntekijälle opinnäytetyöhön liittyvät sopimukset, jotka hän lupasi toimittaa Länsi-Porin

seurakunnan kirkkoherralle allekirjoitettavaksi, ja johon liitettiin opinnäytetyön suunnitelma.

Kesän 2015 aikana kirjoitimme itsenäisesti teoriaosuuksia raporttiin ja kokoonnuimme työstämään raporttia sekä valmistelemaan toiminnallisen tuokion askarteluosuuteen liittyviä asioita. Kesän aikana teimme muutamia yhteydenottoja puhelimitse Länsi-Porin seurakunnan vastaavalle lapsityön ohjaajalle syksyn toiminnalliseen tuokioon liittyen. Tuokioon osallistuvan lapsiryhmän selvittyä soitimme ryhmän ohjaajalle sopiaksemme tapaamisen syyskuun 2015 alkuun.

Lasten päiväkerhojen alettua pääsimme tapaamaan lapsiryhmän ohjaajia. Lastenohjaajat eivät vielä tienneet opinnäytetyömme toiminnallisesta tuokiosta juuri mitään, joten kerroimme heille idean sekä sen tarkoituksen ja tavoitteet. Saimme heiltä hyviä vinkkejä koskien esimerkiksi lasten ruokailuhetken sijoittamista ohjelmaan sekä tietoja siitä millainen lapsiryhmä olisi kyseessä. Vaikka olimme toivoneet isompien kerholaisten ryhmää, niin tällä hetkellä kerholaiset olivat hyvin nuoria ja suurin osa tämän ryhmän lapsista oli kolmivuotiaita. Ohjaajat neuvoivat, että suunniteltujen ohjelmien olisi hyvä olla lyhyitä ja sisältävän myös liikkumista, koska ryhmän lapset ovat vilkkaita. Vapaa leikkiaika olisi ohjaajien mukaan myös tärkeää juuri tälle ryhmälle. Välitimme lastenohjaajille Leskien Kahvilan senioreiden toiveen siitä, että lapset myös esittäisivät heille jotain. Ohjaajat lupasivat ottaa tapaamisen alkuun joitakin laululeikkejä, joita olivat lasten kanssa jo harjoitelleet. Toiminnallisen tuokion loppuun kerholaiset esittäisivät loppulaulun ja kerhorukouksen. Lastenohjaajilla oli positiivinen suhtautuminen sukupolvien kohtaamiseen ja heidän kanssaan oli antoisaa pohtia käytännön asioita, joita pitäisi ottaa huomioon toiminnallisessa tuokiossa.

Syyskuun puolivälissä 2015 haimme lapsiryhmän ohjaajilta lasten huoltajien palauttamattomat lupalomakkeet. Oli hienoa, että kaikki lapset saivat osallistua toiminnalliseen tuokioon Leskien Kahvilan senioreiden kanssa, ja saimme luvat myös lasten kuvaamiseen ja nimien julkaisemiseen lehdessä. Myös ruoka-aineallergiat oli huomioitu huoltajien lupalomakkeissa ja saimme välittää niistä tiedon diakoniatyöntekijälle, joka oli lupautunut huolehtimaan seurakunnan puolesta toiminnallisen tuokion tarjoiluista. Samalla käynnillä Länsi-Porin seurakunnassa kävimme

tekemässä diakoniatyöntekijän kanssa turvallisuusasiakirjan toiminnalliseen hetkeen. Asiakirjassa huomioitiin mahdolliset riskit ja kuinka näitä riskejä aiottiin ennaltaehkäistä. Asiakirja meni vielä Länsi-Porin seurakunnan kirkkoherralle allekirjoitettavaksi, minkä jälkeen Länsi-Porin seurakunnan diakoniatyöntekijä toimitti sen meille.

5.4 Toiminnallisen tuokion suunnittelut ja toteutus

5.4.1 Opinnäytetyön idean esittely Leskien Kahvilassa

Keväällä 2015 ennen Leskien Kahvilan kesätauon alkua halusimme tavata seniorit, esitellä itsemme ja kertoa heille tulevan opinnäytetyömme ideasta. Annoimme informaatiota toiminnallisesta tuokiosta senioreille kirjeitse muistin tueksi (Liite 1). Kerroimme osallistujille opinnäytetyön tarkoituksesta, tavoitteista ja toteutuksesta. Yritimme olla osallistujia innostavia ja korostimme heidän mahdollisuuttaan tehdä tuokiosta omannäköisensä. Kerroimme myös omasta tukea antavasta ja ohjaavasta roolistamme toiminnallisessa tuokiossa, jotta turha jännitys jäisi osallistujilta pois.

Seniorit ymmärsivät toiminnallisen tuokion idean sukupolvien kohtaamisesta, ja jotkut jopa sanoivat innostuneisuutensa lisääntyneen kun kuulivat tarkemmin ideasta. Leskien Kahvilan seniorit olivat valmiita osallistumaan tuokion suunnitteluun ja toteutukseen. Keskustelua syntyi sukupolvien kohtaamisten tärkeydestä ja siitä mitä se antaa kaikille osallisille. Keskustelu herätti osallistujia jakamaan omia kokemuksiaan isovanhemmuudesta ja lastenlasten tärkeydestä. Tapaaminen tapahtui hyvässä hengessä ja seniorit jäivät innokkaana odottamaan syksyn 2015 tapaamisia sukupolvien kohtaamisen merkeissä.

5.4.2 Ensimmäinen suunnittelukerta Leskien Kahvilan senioreiden kanssa

Syyskuun ensimmäisenä päivänä 2015 kokoontui syyskauden ensimmäinen Leskien Kahvila Länsi-Porin seurakunnan Olotuvalla. Tarkoitus oli päästä sukupolvien kohtaamisen ohjelman suunnittelussa alkuun. Osallistujia oli neljätoista, joista kolme oli miehiä ja loput yksitoista naisia. Paikalla olivat diakoniatyöntekijän mukaan (Keskinen 2015) kaikki vanhat kävijät ja heidän lisäksi yksi uusi osallistuja. Aluksi kertosimme opinnäytetyömme suunnitelman ja tulevat tärkeät päivämäärät. Kerroimme lapsiryhmän ohjaajien terveiset ja tärkeät asiat, jotka pitäisi ottaa suunnittelussa huomioon. Tämän jälkeen ehdotimme, että he voisivat ensin laittaa ajatuksiaan paperille lapsille järjestettävästä ohjelmasta ja sitten voitaisiin yhdessä miettiä niitä. Pyysimme laittamaan ideoita paperille, jotta kaikki uskaltaisivat ilmaista ajatuksiaan. Yksi osallistujista ehdotti, että suunnittelu tapahtuisi isossa ryhmässä pienryhmien sijaan. Ehdottajan mielestä ryhmän jäsenet olivat jo niin tuttuja keskenään, että ryhmätyö onnistuisi paremmin yhtenä isona ryhmänä. Ryhmässä alkoi heti puheensorina ja muutamia ehdotuksia alkoi tulla ilmoille nopeasti. Aikaa oli varattu noin tunti ja sen aikana saatiin todella hyviä ehdotuksia leikeistä, lauluista ja muusta mahdollisesta toiminnasta. Ryhmään seniorit osasivat ottaa huomioon hyvin sen, että lapsiryhmä koostuu pienistä kerholaaisista, jotka eivät jaksakaan pitkään istua paikallaan.

Ensimmäisten ehdotusten joukossa oli elefanttimarssi, jota porukalla alettiin muistella ja laulaa. Toisena ehdotuksena oli huutokilpailu, jota ehdottaja perusteli sillä, että lapset vapautuisivat ja turha jännitys jäisi pois. Ehdotettiin myös tervetuloivotuksen yhteydessä jaettavaksi karkkia, mutta totesimme yksissä tuumin, että tarra voisi olla parempi vaihtoehto. Yhtenä kivana ehdotuksena tuli muistipeli lapsia kiinnostavalla tavalla, eli lelujen avulla. Seniorit lupasivat etsiä ja tuoda kotiaan vanhoja leluja ja niiden avulla käytäisiin muistipeliä. Lelun omistaja voisi myös kertoa lapsille jotain lelusta, esimerkiksi siihen liittyvän kivan tarinan. Loruja ehdotettiin ja päätettiin kokeilla sitä lorupussin muodossa. Mukavana pienenä väliohjelmana lapset ja aikuiset voisivat leikkiä "Osaatko matkia eläimen ääntä" -leikkiä, jossa jokainen, myös ikäihmiset, pääsisivät vuorollaan kokeilemaan eri eläinten ääniä. Liikunnallisena ohjelmana elefanttimarssin kanssa oli harkinnassa piirileikki, jota ei vielä sen tarkemmin päätetty.

Suunnittelu sujui mukavan leppoisasti puheensorinan, naurun, laulujen ja laulu-leikin muisteluiden merkeissä. Tällä kertaa tuntui, että kaikilla oli mukavaa, ja monet senioreista toivat ideoitaan esiin. Annoimme heille tunnustusta aktiivisuudesta ja kerroimme, että suunnittelu jatkuu viikon kuluttua ja silloin vielä voi ehdottaa ohjelmaan sisältöä. Kannustaminen oli tärkeää, jotta senioreiden aktiivinen osallistuminen ja innokkuus säilyisivät. Pyysimme heitä myös miettimään kuka tai ketkä heistä toimisivat juontajan roolissa toiminnallisessa tuokiossa. Juontajan rooli oli mielestämme vastuullinen ja aktiivisuutta vaativa tehtävä ja halusimme, että he saisivat rauhassa miettiä tehtävän vastaanottamista.



KUVA 1. Aktiivista suunnittelua Leskien Kahvilassa

Länsi-Porin seurakunnan diakoniyöntekijän kanssa sovittiin toteutuspäivän aika-aulusta ja esivalmisteluista vielä tarkemmin. Sovimme diakoniyöntekijän kanssa, että menemme täyttämään turvallisuusasiakirjan hänen kanssaan diakoniatuomistoon ja sitä ennen käymme hakemassa lastenohjaajilta huoltajien suostumukset, jotka ovat käyneet hyväksyttävänä lasten vanhemmilla. Vanhemmilta pyysimme suostumusta lapsen osallistumiseen toiminnallisessa tuokiossa, lapsen kuvaamiseen, kuvien sekä nimen käyttöön lehtikirjoituksissa ja opinnäytetyössä. Tiedustelimme myös mahdollisia ruoka-aineallergioita. Kirje päiväkerhoryhmän vanhemmille löytyy tämän opinnäytetyön liitteistä (Liite 2).

5.4.3 Toinen suunnittelukerta Leskien Kahvilan senioreiden kanssa

Toinen suunnittelukerta Leskien Kahvilassa oli viikon päästä ensimmäisestä suunnittelukerrasta eli 8.9.2015. Senioreista oli paikalla kahdeksan naista sekä kolme miestä, eli yhteensä yksitoista osallistujaa. Aluksi kertosimme päivämäärät ja asiat, joista viimeksi oli jo juteltu ja sovittu. Olimme koonneet monisteeseen ylös kaikki senioreiden viimekertaiset ehdotukset leikeistä ja aikataulusta yleisesti. Monisteet jaettiin senioreille, jolloin heille hahmottui ja muistui mieleen suunniteltu ohjelma paremmin. Yksi senioreista kysyikin, olimmeko me opiskelijat suunnitelleet ohjelman. Vastasimme heille, että ihan itse he olivat tämän saaneet aikaan viikkoa aikaisemmin. Vastauksen jälkeen asia konkretisoitui heillekin paremmin ja he olivat ylpeitä saavutuksestaan. Toiminnallisen tuokion ohjelma löytyy tämän opinnäytetyön liitteistä (Liite 3).

Halusimme myös saada selville mikä nimitys heidän ryhmästään opinnäytetyömme raportissa miellyttäisi heitä. Jaoimme heille kyselyn, johon he vastasivat heti. Kysely herätti monenlaisia mielipiteitä, ja monen suusta kuului, että he eivät koe kuuluvansa mihinkään kyselyn vaihtoehtoista. Asia synnytti silti keskustelua hyvässä hengessä senioreiden kesken.

Olimme esivalmistelleet nimilappuaskartelut, jotka oli tarkoitus tehdä lasten kanssa sukupolvien kohtaamisessa. Kerroimme senioreille miten ne askarrelaan. Esittelimme myös tarrat, joista oli edellisellä kerralla jo ollut puhetta. Tarrat olisi tarkoitus antaa lapsille esittelyn yhteydessä sekä tikkarit sitten, kun lapset lähtevät. Eräs seniori alkoi leikata tarroja toisistaan erilleen. Esittelimme tarvikkeita, joita olimme hankkineet loruja varten, ja senioreista yksi oli halukas tuomaan vanhan hattunsa lorupussin tilalle. Halukkaat saivat värikästä paperia kotiin vietäväksi, johon he voivat kirjoittaa loruja. Seniorit ottivat innokkaasti papereita kotiin ja osa alkoi jo saman tien kirjoittaa loruja ylös.

Seuraavaksi pohdittiin ohjelmaa ja sen käynnistymistä. Seniorit sopivat keskenään, että toinen juontajista ottaa lapset ovella vastaan, kätelee ja toinen jakaa tarrat lapsille. Tähän päädyttiin sen vuoksi, että iso määrä vanhoja ihmisiä voi pelottaa pieniä lapsia. Sovittiin, että me hoidamme tervetuloitovotuksen, koska

kukaan senioreista ei sitä halunnut tehdä. Korostimme vielä Leskien Kahvilan senioreille, että kenenkään ei tarvitse tehdä mitään sellaista mitä ei halua. Tervetuloivotuksen jälkeen kerroimme, että lapset mahdollisesti esittävät esimerkiksi lyhyen lauluesityksen ja sen jälkeen askartelevat nimilaput jokaiselle seniorille ja juniorille Leskien Kahvilan senioreiden ohjaamana. Seniorit alkoivat tässä vaiheessa itse ehdottamaan sopivaa järjestystä. Elefanttimarssin jälkeen Leskien Kahvilan seniorit arvelivat, että lasten alkujännitys olisi ohi ja voitaisiin pitää huuhtokilpailu. Näiden jälkeen olisi ruokailu, koska lapsilla varmasti on jo nälkä aikaisen kerhoaamun vuoksi. Lapsilla olisi toiminnallisessa tuokiossa mukana omat eväät sekä seurakunnan tarjoamat keksit, ja Leskien Kahvilan seniorit saivat nauttia seurakunnan tarjoamat kahvit ja kastamiset. Ruuan jälkeiseen toimintaan Leskien Kahvilan seniorit suunnittelivat lapsille rennompaa toimintaa vapaan leikin muodossa ja näin he itse saivat juoda kahvinsa rauhassa loppuun ja lapset saivat tehdä hetken jotain, mihin ei tarvitse keskittyä. Vapaasta leikistä seuraavaksi siirryttäisiin piirileikkiin, jonka jälkeen loruhattuun. Lorujen jälkeen suunniteltiin, että laulettaisiin ja leikittäisiin hämähäkilaulu, ja sitten matkittaisiin eläinten ääniä. Lopuksi olisi vielä muistipeli Leskien Kahvilan seniorien tuomien lelujen avulla, jos jäisi aikaa. Sadun lukeminen jätettiin varalle, ja lupasimme katsoa sen valmiiksi senioreille. Lastenohjaajilta olimme pyytäneet, että he voisivat vielä lopuksi esittää lasten kanssa oman loppulaulun ja kerhorukouksen.

Leskien Kahvilan seniorit merkitsivät ohjelman järjestyksen monisteisiinsa muistin tueksi. Seniorit sopivat vielä kuka tuo mitäkin, esimerkiksi lorupussin/hatun ja vanhoja esineitä. Seniorit ehdottivat meitä juontajiksi, mutta kerroimme vielä että ei ole tarkoitus että me teemme, vaan että he aktivoituisivat ohjelman suunnittelun ja toteutuksen avulla. Ohjelman juontajien löytäminen senioreista tuotti hieinan vaikeuksia. Kaikkien seniorien päät kääntyivät alaspäin, kun kysyimme juontajan rooliin vapaaehtoisia. Korostimme senioreille, että lapsiryhmässä oli kyse kolmevuotiaista lapsista ja että heitä ei tarvinnut jännittää. Myöskään ohjelma ei ole mitenkään sitova, vaan Leskien Kahvilan seniorit voisivat sitä muokata sen mukaan mikä heistä itsestä tuntuu parhaalta. Myös yhdessä olisi mahdollista toimia toisen osallistujan kanssa juontajina, ja lopulta kaksi senioria suostui juontajiksi. Päätökseen varmasti vaikutti myös se, että kerroimme ohjelman tulevan nä-

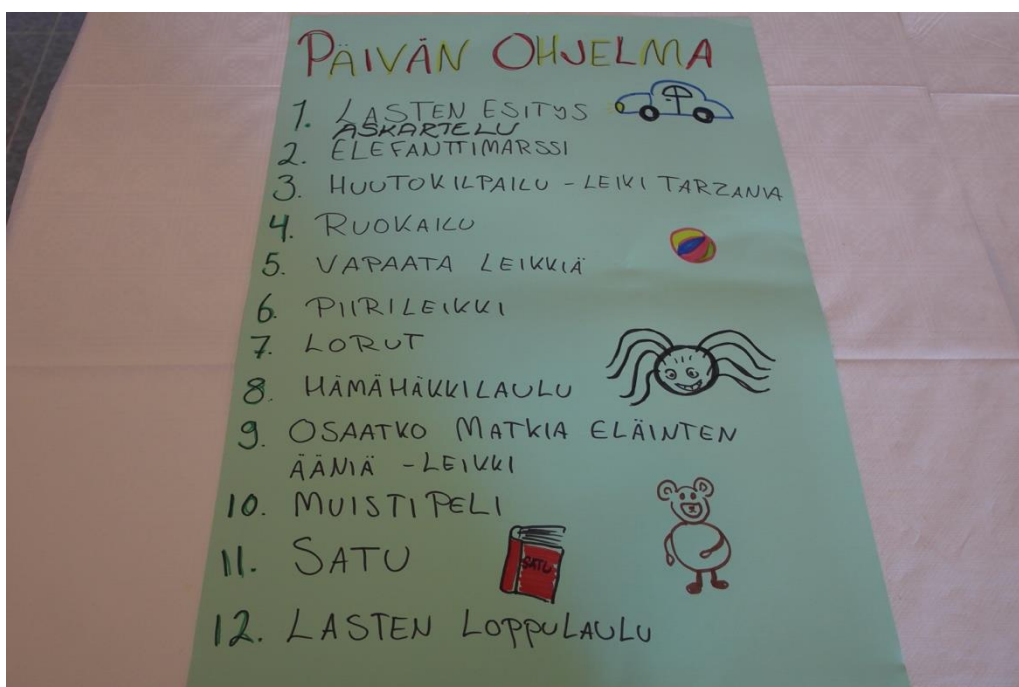
kyville. Ohjelman näkyville laittaminen muistin tueksi ja senioreiden muistuttaminen kyseessä olevan kolmevuotiaiden lasten ryhmästä sai muutaman seniorin aktiiviseksi. Vielä yksi senioreista lupautui varalle juontajaksi, jos pääsisi tulemaan paikalle toiminnalliseen tuokioon. Toisen suunnittelukerran tunnelma oli hieman varautuneempi ja jännittyneempi kuin ensimmäisellä kerralla. Tähän ehkä vaikutti se, että nyt oltiin jo lähellä varsinaista sukupolvien kohtaamisen toteutusta ja tuleva tilanne olisi ryhmälle aivan uusi. Suunnittelun lopuksi annettiin itselle isot aplodit mahtavasta työstä!

5.4.4 Toiminnallisen tuokion toteutus

Toiminnallinen tuokio toteutettiin Länsi-Porin kirkon seurakuntasalissa 22.9.2015. Saavuimme paikalle puolitoista tuntia ennen toiminnallista tuokiota valmistelemaan salia. Laitoimme pöydät valmiiksi askartelua ja ruokailua varten ja osan tuoleista yhteiseen piiriin. Länsi-Porin seurakunnan diakoniatyöntekijä auttoi keittiössä ja laittoi tarjoiluja valmiiksi. Olimme aikaisemmin tehneet ohjelman järjestyksen suurelle kartongille muistin tueksi Leskien Kahvilan senioreille. Elefanttimarssi, hämä-hämähäkkilaulu sekä piirileikki olivat valmiina iPadilla Spotifyyn ladattuna. Ensimmäinen seniori saapui hyvissä ajoin paikalle. Ajoissa paikalle saapui yksitoista senioria, ja myöhässä kesken ohjelman saapui vielä kaksi. Yhteensä heitä oli siis kolmetoista. Lapset saapuivat kello 10 paikalle yhdessä kahden päiväkerho-ohjaajan kanssa. Lapsia oli paikalla yhdeksän, ja suurin osa heistä oli 3-vuotiaita.



KUVA 2. Seurakuntasali valmiina ottamaan seniorit ja juniorit vastaan



KUVA 3. Päivän ohjelma

Juontajat menivät ovelle lapsia vastaan. Heillä oli mukanaan tarrakulho, josta jokainen lapsi sai ottaa mieleisensä tarran. Lapset menivät rohkeasti istumaan pöytiin, jonne juontajat heidät ohjasivat. Alun perin tarkoitus oli istua niin, että lapset

ja Leskien Kahvilan seniorit istuisivat joka toisessa tuolissa, mutta ennen toiminnallisen tuokion alkua seniorit päätyivät siihen, että lapset saivat istua vierekkäin, jotta heitä ei jännittäisi. Kun kaikki toiminnalliseen tuokioon osallistuvat olivat piirissä, toivottiin heidät tervetulleeksi meidän toimesta. Tämän jälkeen muistutimme juontajia siitä, että he olivat sopineet toimivansa juontajina. Yksi juontajista otti roolin heti vastaan ja pyysi lapsia esittämään kerhossa valmisteleman esityksen. Lapset esittivät peikkolaulun, jossa yksi lapsista oli pukeutunut kärpässieneksi ja kaksi peikoiksi. Loput lapset lauloivat ja soittivat marakasseja päiväkerho-ohjaajien avustuksella. Leskien Kahvilan seniorit pitivät esityksestä hyvin paljon ja taputtivat lasten esityksen jälkeen. Kaikkien Leskien Kahvilan seniorien suut olivat aidossa hymyssä ja heistä näki kuinka he nauttivat lasten esityksestä. Leskien Kahvilan seniorit olivat jo suunnittelukertoina tuoneet esiin, että haluaisivat kuulla ja nähdä myös lasten esiintyvän.



KUVA 4. Toiminnallisen tuokion juontajat vastaanottavat lapsia



KUVA 5. Lasten peikkoesitys senioreille

Esityksestä siirryttiin suoraan askartelemaan nimilappuja, joihin olimme tehneet jo aihiot valmiiksi. Askarteluaihiot olivat osittain valmiina, koska toiminnallisen tuokion aika oli rajallinen. Seniorit saivat tehdä itselleen nimilapun sekä auttaa lapsia tekemään samanlaisen myös. Nimilappu oli sydämen muotoinen pahvi, johon olimme tehneet reiät valmiiksi naruja varten. Seniorit auttoivat narun kiinnittämisessä ja lapsen nimen kirjoittamisessa. Kukin lapsi ja seniori sai myös liimata omaan nimilappuunsa kaksi enkelikiiltokuvaa. Nimilapuista tuli hienoja, ja yhdessä tekeminen heti aluksi aktivoi senioreita toimimaan. Askartelussa kaikki pääsivät osallistumaan ja jokaisella seniorilla oli tekemistä.

Seuraavana oli vuorossa elefanttimarssi, jonka juontajana toiminut seniori ohjeisti reippaasti lapsille. Musiikki alkoi soimaan ja lapset sekä aikuiset lauloivat hienosti mukana. Elefanttimarssi menikin perinteisen jonon muodosta rivissä kulkevana ketjuna, jossa vuoronperään haettiin Leskien Kahvilan senioreita ja lapsia mukaan leikkiin. Leikin aikana lapset tarttuivat rohkeasti senioreita kädestä, eikä kukaan heistä osoittanut merkkejä jännityksestä. Elefanttimarssista siirryttiin juontajan ohjaamana huutokilpailuun, johon lapset lähtivät innolla mukaan. Yksi lapsista näytti jopa kuinka Tarzan hyppää liianilla. Kaikilla osallistujilla oli hauskaa ja letkeä ja välitön tunnelma jatkui.



KUVA 6. Nimilappujen askartelua senioreiden avustamana

Huutokilpailun jälkeen juontajana toiminut seniori otti tuomansa käsinuket esille ja alkoi esitellä niitä luontevasti lapsille. Tässä kohtaa poikettiin vähän suunnitelmasta ohjelmasta, mikä saattoi hämmentää muita senioreita. Muut eivät oikein osanneet tulla mukaan käsinukkeleikkiin, vaan seurasivat sivusta. Tässä kohtaa myös lapset innostuivat matkimaan erilaisia eläinten ääniä käsinukkejen avustuksella. Käsinuket saivat seniorit spontaanisti aloittamaan laulun Pupujussikat.



KUVA 7. Juontajana toiminut seniori esittelee käsinukkeaan

Leikkituokion jälkeen ehdotimme, että olisiko nyt hyvä kohta pitää lapsien evästäuko ja seniorit saisivat nauttia kahvinsa. Siirtyminen pöytiin sujui hyvin ja seniorit ja lapset sekoittuivat luontevasti. Lapset jaksoivat hyvin odottaa niin kauan, että kaikki olivat saaneet syömisensä pöytään ja päästiin yhdessä lausumaan ruokarukous lastenohjaajien johdolla. Kahvihetken aikana pöydistä kuului mukavaa puheensorinaa ja seniorit olivat auliisti auttamassa lapsia heti, kun he tarvitsivat apua. Ruokailun aikana myös ujoimmat seniorit uskaltautuivat vihdoinkin haikertumaan aktiivisesti lasten seuraan. Ruokailussa apukäsinä olivat myös lastenohjaajat. Kahvituksesta vastasimme me ja diakoniatyöntekijä, mikä mahdollisti sen, että Leskien Kahvilan seniorit saivat keskittyä lasten kanssa seurusteluun.



KUVA 8. Yhteinen ruokarukous ennen eväitä ja kahvihetkeä

Lasten eväiden syönnin jälkeen lapset saivat lattialle perhekerhon leluja, joilla he saivat leikkiä hetken vapaasti. Seniorit menivät istumaan omille paikoilleen piiriin ja katselivat hetken lasten leikkiä. Vapaan leikin jälkeen varalla ollut juontaja otti ohjat käsiinsä ja sai lapset keräämään lelut lattialta koriin pienen kilpailun avulla. Vapaa leikkihetki oli lapsille hyvä ruokailun jälkeen, jolloin ei tarvinnut istua ja keskittyä, vaan sai tehdä vapaasti mitä halusi. Lapset olivat koko toiminnallisen tuokion hyvin rauhallisia ja juoksentelevia lapsia ei nähty ollenkaan. Seuraavaksi lapset ja seniorit lähtivät kaikille tuttuun Piiri pieni pyörä -leikkiin, johon meillä oli taustamusiikkia. Lapset ja seniorit sekoittuivat piirissä mukavasti ja kaikilla tuntui olevan hyvin hauskaa, kun ”kädet sanoivat lip-lap-lap ja jalat sanoivat kip-kap-kap”. Lastenohjaajilla oli iso rooli laululeikeissä, sillä he osasivat hyvin laulujen koreografiat. Kahden tunnin mittaiseen suunnittelukertaan oli mahdotonta mahduttaa leikkien opettelua, mutta toiminnallisessa tuokiossa kaikki sujui hyvin ja he oppivat toinen toisiltaan. Opettelu olisi varmasti lisännyt paineita senioreille, ja oli mukava nähdä miten leikit palautuivat mieleen muistin sopukoista.



KUVA 9. Vapaata leikkiä ennen ohjelman jatkumista



KUVA 10. Piiri pieni pyörii

Piirileikistä siirryttiin loruihin, jotka olivat Leskien Kahvilan senioreilta. Lorut olivat yhden seniorin tuomassa hatussa, josta lapset vuorollaan saivat hakea yhden lorun ja viedä haluamalleen seniorille luettavaksi. Ehdotus lorujen viemisestä se-

nioreille tuli lastenohjaajilta, jotka olivat piirissä mukana lasten tukena. Koska lapset valitsivat lorujen lukijat itse, pääsivät myös hiljaisimmat ja ujoimmat seniorit ääneen. Lapset eivät jännittäneet myöskään tässä vaiheessa, vaan veivät loruja rohkeasti senioreille. Lapset keskittyivät hyvin ohjeistukseen ja lorujen kuuntelemiseen, vaikka välillä he joutuivat odottamaan senioreiden silmälasien löytymistä laukusta.

Hämähäkkilaulun tueksi meillä oli Spotifyn soittolistalle ladattuna taustalauluna kappale. Lastenohjaajat ottivat roolin laululeikin mallin näyttämisestä ja myös seniorit katsoivat heistä esimerkkiä. Laulu oli kaikille tuttu, vaikka osa säkeistöistä oli uudistuotantoa. Laulu ja leikki sujuivat hienosti improvisoinnista huolimatta. Tässä lastenohjaajat olivat keskeisessä osassa sekä senioreiden että lasten tukemisessa. Hämähäkin kiipeäminen verkolla sormien avulla oli senioreista hauskaa ja kaikki osallistuivat leikkiin sekä lauluun, mutta kaipasivat selvästi lastenohjaajilta ja meiltä tukea sormileikissä.

Juontajana toiminut seniori luki seinällä ollutta ohjelmalista ja totesi Hämähäkkilaulun jälkeen tulevan eläinten äänien matkimisen olleen jo aikaisemmin ja siirtyi sujuvasti seuraavaan ohjelmanumeroon. Seuraavana oli vuorossa muistipeli senioreiden tuomilla vanhoilla leluilla. Tässä kohtaa senioreiden joukosta nousi ylös vähemmän aktiivisessa roolissa ollut seniori, jolla oli mukanaan pienessä pärekorissa vanhoja leluja. Hän vei korissa olleet lelut piirin keskelle lattialle ja selitti kaikille muistipelin säännöt. Seniorin esiintulo oli niin spontaani, että se hämmensi jopa juontajana toimineen seniorin, joka oli varmasti varautunut selittämään myös tämän leikin. Meistä yksi pyydettiin leikkiin mukaan ottamaan yksi leluista pois osallistujien pitäessä silmiään kiinni. Puuttuvan lelun arvaukset tulivat lapsilta, ja oikean vastauksen jälkeen kaikki olivat riemuissaan.



KUVA 11. Tässä käynnistyy muistipeli

Juontaja oli koko ajan pitänyt huolta ajan kulusta ja muistipelin aikana hän huomasi ajan olevan jo loppumaisillaan ja arveli myös lasten olevan jo väsyneitä. Ohjelmassa olisi vielä ollut satu, joka yhteisellä päätöksellä kuitenkin jätettiin välistä ja siirryttiin lasten loppulauluun sekä kerhorukoukseen. Seniorit seurasivat lauluesitystä ja osallistuivat rukoukseen laittamalla kätet ristiin. Kerhorukouksena oli "Pienet suuret ihmiset", joka sopi päivän teemaan. Tämän jälkeen pyysimme senioreita odottamaan sen aikaa, kun lapset täyttivät palautekyselyn. Lapset täyttivät kyselyn yhdessä meidän ja lastenohjaajien kanssa ja saivat sen jälkeen tikkarit kotiin vietäväksi. Lasten lähtiessä seniorit vielä kiittivät heitä yhteisestä tuokiosta. Tämän jälkeen yksi senioreista tokaisi suureen ääneen, että heillä oli ollut todella hauskaa, ja toivoi samanlaista tuokiota jo seuraavaksi tiistaiksi. Myös muut seniorit olivat samaa mieltä ja kommentin sanonut seniori vielä lausui, että "tällaista lisää"!



KUVA 12. Loppulaulusta kerhorukouksen kautta yhteisen hetken päätökseen

Seniorit jäivät vielä täyttämään omaa palautekyselyä, minkä jälkeen yllätimme heidät ruusuilla ja halauksilla. Kiitimme senioreita heidän aktiivisuudestaan ja suuresta roolistaan osana opinnäytetyötämme. Seniorit olivat yhtä hymyä ja lähtivät iloisella mielellä kotiin. He pysyivät meitä tulemaan uudelleen samanlaisen tuokion merkeissä, jolloin vastasimme, että he voivat toivoa uusintaa diakonia-työntekijän tukemana. Muistutimme vielä, että he olivat itse suunnitelleet ja toteuttaneet koko ohjelman.



KUVA 13. Palautteiden täyttäminen

Olisimme kaivanneet palautetta diakoniatyöntekijältä, joka kuitenkin joutui poistumaan kiireisesti jo seuraavan ryhmän kokoontumiseen. Lastenohjaajat kuitenkin antoivat positiivista palautetta. Kun seniorit ja diakoniatyöntekijä olivat poistuneet, jäimme vielä siivoamaan seurakuntasalia ja laittamaan tuoleja ja pöytiä paikoilleen. Olimme kaikki tyytyväisiä toiminnallisen tuokion toteutukseen ja havaintojemme perusteella myös tuokion tavoite tuli täytettyä.

6 TOIMINNALLISEN TUOKION TOTEUTUKSEN ARVIOINTI

6.1 Palautteiden kerääminen

Toiminnallisen tuokion toteutuksen jälkeen keräsimme tietoa palautekyselyllä Leskien Kahvilan senioreilta heidän kokemuksistaan sukupolvien kohtaamisessa ja tästä tiedosta keräsimme opinnäytetyöhön koosteen. Palaute kerättiin heti toiminnallisen tuokion jälkeen, jolloin tapahtuma oli vielä osallistujien muistissa. Keräsimme palautteen yksinkertaisilla palautelomakkeilla, joissa vastausvaihtoehtoina käytettiin hymynaamoja, ja joissa oli vain muutama kysymys. Kysyimme palautekyselyssä muun muassa kokivatko vanhukset aktiivisuutensa lisääntyneen toiminnallisen tuokion suunnittelun ja toteutuksen yhteydessä, kuinka tuokio heidän mielestään oli sujunut sekä kannattaisiko vastaavia toiminnallisia tuokioita järjestää useammin. Palautekyselyn lopussa oli yksi avoin kysymys, jos joku senioreista olisi halukas antamaan enemmän sanallista palautetta (Liite 4). Kohdeyhmän huomioiden nopea ja yksinkertainen palautteenkysely toimi paremmin kuin suullinen kysely tai avoimiin kysymyksiin vastaaminen. Kerätystä palautteesta tehdyn koosteen tarkoituksena on ohjata mahdollisesti jatkossa toteutettavien sukupolvien kohtaamisten suunnittelua ja toteutusta senioreiden toivomaan suuntaan. Opinnäytetyön toteutuksen tavoitteena oli antaa alkusykäys sukupolvien kohtaamiselle Länsi-Porin seurakunnan pienryhmätoiminnassa. Toivottavaa olisi, että sukupolvien kohtaaminen antaisi uutta sisältöä ja voimavaroja osallistujille sekä mahdollisesti johtaisi toiminnan juurtumiseen.

Saimme tuokion jälkeen suullisesti positiivista palautetta lapsityönohjaajilta. Heidän mielestään tuokio oli onnistunut ja sopivan mittainen, eikä lapsille käynyt aika pitkäksi missään vaiheessa. Lapset osallistuivat kaikkeen toimintaan mielellään eikä kukaan heistä vierastanut senioreita. Myös senioreiden palaute oli hyvää ja kannustavaa, ja monet olivat sitä mieltä, että tuokion voisi järjestää uudestaan. Tuokion onnistumista edisti se, että lähes kaikki seniorit olivat toisilleen entuudestaan tuttuja, jolloin heidän oli helppo tehdä yhteistyötä keskenään. Hyvät etukäteisvalmistelut varmistivat sen, että seniorit saivat tulla suoraan tuokioon eikä kenenkään tarvinnut saapua aikaisemmin valmistelemaan.

6.2 Palautteiden tarkastelu

Sovellamme palautekyselyiden tarkastelussa sisällönanalyysia niiltä osin, kuin se soveltuu toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Sisällönanalyysin tarkoitus on käsitellä aineistoa systemaattisesti ja objektiivisesti. Sisällönanalyysin avulla saadaan aineisto järjestetyksi johtopäätösten tekoa varten. Aineiston kvantifiointi on yksi tapa laskea kuinka monta kertaa sama asia esiintyy palautteissa ja kuinka moni ilmaisee saman asian antamassaan palautteessa. (Tuomi & Sarajärvi 2013, 103; 120.) Edellä mainittuihin sisällönanalyysin sovelluksiin olemme perustaneet seuraavassa kappaleessa esitettävän palautekyselyiden koonnin.

Palautekyselyssä otsikkona oli ”Millaiseksi koit sukupolvien välisen kohtaamisen?” Kyselyyn vastanneita oli yhteensä 13 henkilöä. Ensimmäisessä kysymyksessä kysyttiin ”Kokemukset osallisuudesta sukupolvien kohtaamisessa”. Vastaaajista 12 valitsi iloisen hymynaaman ja 1 valitsi neutraalin hymynaaman. Toisessa kysymyksessä kysyttiin toimintakyvyn muutosta, johon vastaajista 6 valitsi iloisen hymynaaman ja 7 valitsi neutraalin hymynaaman. Kolmannessa kohdassa kysyttiin suunnittelun onnistumista, johon vastaajista kaikki valitsivat iloisen hymynaaman. Neljännessä kohdassa kysyttiin toteutuksen onnistumista, johon vastaajista 12 valitsi iloisen hymynaaman ja yksi valitsi neutraalin hymynaaman. Kohdassa viisi kysyttiin sukupolvien välisen kohtaamisen toteutuksesta jatkossa, johon kaikki vastaajat valitsivat iloisen hymynaaman. Avoimena kysymyksenä kohdassa kuusi kysyttiin mitä vastaaja vielä haluaisi kertoa toiminnallisesta hetkestä. Vastauksia olivat: ” No problem. Hieno tilaisuus. Saisko uusinnan”, ”Erinomainen tilaisuus”, ”En muutakuin suuri kiitos ohjaajille”, ”Tosi hauska ja onnistunut”, ”Oli hauska yhdessä olo aika. Voisi olla toistenkin” ja ” Oli mukava kokemus”. Vastauksissa uusintaa toivoi 2 vastaajaa. Kehittämisisidean antoi yksi vastaaja: ” Kerrontaa entisistä ajoista lapsuudessa verrattuna tähän päivään”. Kuusi senioria jätti vastaamatta avoimeen kysymykseen. Huomasimme, että toimintakyvyn muutosta koskevaa kysymystä ei ollut ymmärretty ja siinä kysymyksessä olisivat voineet olla apuna erilaiset esimerkit.

Lasten palautteissa oli kaksi vastausvaihtoehtoa, iloinen hymynaama sekä surullinen hymynaama (Liite 5). Lapsilta kysyttiin, millainen kerhopäivä tänään oli. Lastenohjaajien avustuksella lapset värittivät sopivan vaihtoehdon, ja vastauksia saimme yhteensä 8 kappaletta. Vastaajista 6 oli sitä mieltä, että kerhopäivä oli iloisen hymynaaman arvoinen, ja 2 vastauksista oli epäselviä, sillä lapset olivat värittäneet molemmat hymynaamat.

Forsblomin (2012), Nuoran (2001) ja Sarkonsalon (2015) tutkimustuloksissa todettiin myönteisiä vaikutuksia vuorovaikutuksesta ja toimintakyvyn positiivisesta muutoksesta sukupolvien kohtaamisissa. Ukkonen-Mikkolan (2011) tutkimuksessa todettiin sukupolvien välisen kohtaamisen luovan sanallista ja sanatonta vuorovaikutusta lasten ja vanhusten välille. Toiminnallisen tuokion tulokset ja havainnot olivat samansuuntaisia. Senioreiden aktiivisuus tehdä vapaaehtoistyötä ilmeni innokkuutena osallistua toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen. Turun ammattikorkeakoulun tutkimusryhmän (2015) havaintojen mukaan vapaaehtoistoiminta on tärkeää iäkkäiden voimavarojen ja toimintakyvyn tukemisessa. Osallisuus toiminnalliseen tuokioon koettiin myönteiseksi senioreiden ja lasten osalta. Seniorit olivat innokkaita ja hyväntuulisia koko tuokion ajan. Tyytyväisyys tuokion toteutuksesta näkyi senioreista ja he antoivat sanallista palautetta siitä. Ukkonen-Mikkolan (2011) tutkimuksen mukaan sukupolvien kohtaamiset tuovat vanhusten elämään sisältöä ja iloa.

7 POHDINTA

Opinnäytetyön aihe ja sen toteuttaminen toiminnallisena opinnäytetyönä tuntui mielekkäältä ja innostavalta koko prosessin ajan. Pidimme aihevalintaa sukupolvien kohtaamisesta ja senioreiden aktivoimisesta tärkeänä. Aikaisemmin teoriaosassa kuvaamme sitä, miten yhteiskunta on muuttunut ja biologisen isovanhemmuuden rinnalle on tullut uusi käsite yhteisöllinen isovanhemmuus (Ylikarjula 2011, 140). Yhteisöllinen isovanhemmuus on kaksisuuntaista, sillä on annettavaa yhtälailla sekä lapselle että ikäihmiselle (Kinnunen 2014, 122). Vanhuuden ikävaiheessa toimintakykyyn tulee muutoksia. Teoriaosassa viittaamme Tiikkaiseen (2013), jonka mukaan sosiaalinen toimintakyky on tiiviisti sidoksissa ympäristöön ja ihminen toimii vuorovaikutussuhteessa muiden ihmisten kanssa yhteiskunnassa ja yhteisöissä. Seurakuntayhteisö on tällainen paikka, jossa sosiaalista toimintakykyä ja yhteisöllistä isovanhemmuutta on mahdollista ylläpitää. Pia Nuoran (2001) opinnäytetyön tuloksista selvisi, että monet sukupolvien väliseen yhteistoimintaan osallistuneet kokivat saaneensa tukea sosiaaliselle toimintakyvyilleen. Samansuuntaiset vastaukset saimme omassa palautekyselyssämme. Seurakunta luo hyvät edellytykset yhteisöllisen isovanhemmuuden toteuttamiselle ja ylläpitämiselle. Seurakunnan toiminnassa lasten ja ikäihmisten on helppo kohdata, koska usein kerhot kokoontuvat samassa rakennuksessa ja samoihin aikoihin.

Seurakunnan toimintaan osallistuu paljon ihmisiä ympäri vuoden. Monet heistä ovat fyysiseltä toimintakyvyltään hyvässä kunnossa, mutta saattavat passivoitua ryhmissä, joissa heitä ei osallisteta toimintaan. Tähän me itse kiinnitimme huomiota omissa harjoitteluissamme seurakunnissa. Seurakunnan sisältä on löydettävissä voimavara, jota tulisi käyttää monipuolisesti. Kuten olemme aikaisemmin viitanneet Thitziin (2013) on vapaaehtoistoiminta palkitsevaa ja siihen osallistumiselle on monenlaisia motiiveja, kuten esimerkiksi halu auttaa, sosiaalisten suhteiden luominen ja ylläpitäminen, arjesta irrottautuminen, jatkuvuuden ja uuden etsimisen motiivi tai halu osallistua toimintaan. Näitä kaikkia motiiveita voi tyydyttää toteuttamassamme sukupolvien kohtaamisessa. Saamassamme palautteessa eräs toiminnalliseen tuokioon osallistunut seniori ehdotti kehittämisehdo-

tuksena entisistä ajoista kertomisen lapsille, joka on vapaaehtoistoimintaan osallistumisen motiiveista jatkuvuuteen liittyvää. Sukupolvien välinen kohtaaminen antaa osallistujille mahdollisuuden jakaa omia kokemuksiaan muille osallistujille ja osallistujat voivat saada myös uusia näkökulmia muilta osallistujilta, mikä tyydyttää uuden etsimisen motivaatiota. Iloinen mieli ja mukava yhdessäolo antavat kaikille osallistujille voimavaroja arjessa jaksamiseen ja mahdollisuuden arjesta irrottautumiseen.

Saadun palautteen perusteella voimme todeta, että sukupolvien kohtaaminen oli onnistunut osallistujien mielestä. Monet heistä olivat tottuneet diakonin johtamaan toimintaan, joten aluksi oli hankalaa saada heitä innostumaan ja osallistumaan. Alkujännityksen jälkeen seniorit ottivat mielellään vastuuta ohjelman suunnittelusta ja tuokion kulusta sekä olivat valmiita joustamaan ohjelman rakenteesta tuokion aikana. Thitzin (2013, 46) mukaan yhdessä seurakuntalaisten kanssa suunnitelluista ja toteutetuista toimintamalleista on positiivisia kokemuksia työntekijöillä. Tällaisen yhteistoiminnan avulla seurakuntalaiset saavat kokemuksia omasta asiantuntijuudestaan sekä arvostusta antamalleen työlle.

Jos sukupolvien kohtaamista järjestetään uudelleen, olisi tärkeää että työntekijä olisi innostunut ja innostava sekä antaisi osallistujille mahdollisuuden esittää omia toivomuksia. Monet seniorit toivoivat sekä antamassaan kirjallisessa palautteessa sekä suullisesti tuokion jälkeen, että sukupolvet kohtaisivat pian uudelleen. Seurakunnan ryhmät toimivat lähes aina diakonin tai muun seurakunnan työntekijän johdolla ja ohjelma ryhmissä on valmiiksi suunniteltua. Uudet toimintatavat olisivat tervetulleita, sillä nykyinen tapa järjestää ryhmiä passivoi osallistujia. Ikäihmisten ryhmissä käy paljon virkeitä sekä toimintakykyisiä osallistujia, joten heidän osallistamisensa toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen uudistaisi ryhmien rakennetta. Jotta sukupolvien kohtaaminen voisi juurtua seurakunnan toimintaan, vaatii se työntekijöiltä halua ja motivaatiota muuttaa vanhoja totuttuja tapoja sekä kykyä kuunnella osallistujia ja ottaa heidän toiveensa huomioon.

Sukupolvien kohtaamisen juutuessa Länsi-Porin seurakuntaan ja sitä kautta koko Porin seurakuntayhtymään, olisi sillä mahdollisuudet toimia jatkossa myös

ilman työntekijää. Aktiivisia vapaaehtoisia löytyy joka seurakunnasta, joiden varassa toiminta pystyisi jatkumaan. Yhteistyö seurakunnan lapsiryhmien kanssa hyödyttää molempia osapuolia, sillä sukupolvien kohtaaminen on tärkeää myös lapsille.

Opinnäytetyöprosessin aikana luotiin monia kontakteja seurakunnan työntekijöihin ja koettiin miten uuden toiminnan kokeileminen on monien palaverien ja suunnittelutuntien takana. Opinnäytetyön aikana kertynyt kokemus on lisännyt ammatillista kasvuamme. Prosessin läpivieminen on antanut rohkeutta omiin ideoihimme luottamiseen, uuden toiminnan kokeilemiseen ja lisännyt tietoaamme siitä mitä kaikkea toiminnan järjestämisessä tulee ottaa huomioon. Pitkä prosessi on kehittänyt meitä kestävämmän keskeneräisyyttä. Kolmen opiskelijan yhteinen opinnäytetyö on mahdollistanut uuden kokeilun järjestämisen aivan alkutekijöistä loppuun asti, mutta se on myös vaatinut kaikilta meiltä kolmelta ison ajallisen panostuksen. Yhteinen työ on myös vaatinut aikataulujen yhteensovittamista ja kompromissien tekemistä monissa prosessiin liittyvissä asioissa. Opinnäytetyöprosessi kesti noin vuoden ja sen työstäminen jakautui melko tasaisesti koko tälle ajalle, mikä helpotti ja vähensi paineita. Mielestämme selvisimme hyvin tästä kokonaisuudesta ja koemme opinnäytetyöprosessin olleen antoisaa ja innostavaa aikaa. Olemme lopputulokseen tyytyväisiä ja toivomme siitä olevan iloa jatkossakin seurakunnissa tai muissa yhteisöissä.

LÄHTEET

- Alanen, Leena 2008. Polvesta polveen. Sukupolvi sosiologisena käsitteenä ja tutkimuskohteena. Teoksessa Anne Sankari & Jyrki Jyrkämä (toim.) Lapsuudesta vanhuuteen: iän sosiologiaa. Tampere: Vastapaino, 97–112.
- Eloranta, Tuija & Punkanen, Tiina 2008. Vireään vanhuuteen. Helsinki; Tammi.
- Forsblom, Julia 2012. Sukupolvien välinen vuorovaikutus Kohtaamisia kotikulmilla -hankkeessa. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Diak Etelä, Järvenpää. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. Viitattu 17.4.2015. http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/39534/Forsblom_Julia.pdf?sequence=1.
- Fågel, Stina 2010. Isovanhemmuutta sukupolvien ketjussa - kurkistus suurten ikäluokkien lapsuuteen. Teoksessa Stina Fågel, Anna Rotkirch & Ismo Söderling. Farkkumummoja ja pehmoaareja - uusia ikkunoita isovanhemmuuteen. Helsinki; Väestöliitto, 52–68.
- Haarni, Ilka 2010. Kolmas elämä. Aktiiviset eläkeikäiset kaupungissa. Helsinki; Gaudeamus.
- Helin, Satu 2002. Palvelujärjestelmä iäkkään ihmisen voimavarojen tukijana. Teoksessa Eino Heikkinen & Marjatta Marin (toim.) Vanhuuden voimavarat. Helsinki; Tammi, 35–67.
- Kalliomaa, Milla 2008. Muuttuvat mummolat. Teoksessa Helena Allahwerdi, Pertti Luumi, Liisa Helenius, Heli Saarinen, Anna-Liisa Kurki, Milla Kalliomaa, Kaija Reiman-Salminen, Pekka Leinonen, Kari Valjärvi & Ismo Loivamaa. Lapsi ja isovanhemmat. Puheenvuoroja isovanhemmuudesta. Espoo; Cultura Oy, 42–46.
- Kataja, Jukka; Jaakkola, Timo & Liukkonen, Jarmo 2011. Ryhmä liikkeelle! Toiminnallisia harjoituksia ryhmän kehittämiseksi. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kattainen, Eija 2010. Ikääntyvien elämänlaadun edistäminen - ennakoivat kotikäynnit ikääntyvien terveyden edistämisen työmenetelmänä. Teoksessa A-M. Pietilä (toim.) Terveyden edistäminen. Teorioista toimintaan. Porvoo; WSOYpro, 191–212.

- Keskinen, Kirsi 2015. Diakoniatyöntekijä, Länsi-Porin seurakunta. Keskustelu 12.5.2015.
- Kinnunen, Saara 2014. Isovanhemmuuden aika. Helsinki; Kirjapaja.
- Kirkko Porissa-paikallisseurakunnat 2015. Porin evankelis-luterilainen seurakuntayhtymä. Viitattu 25.8.2015. <https://porievl.fi/seurakunnat>
- Länsi-Porin seurakunta 2015. Porin evankelis-luterilainen seurakuntayhtymä. Viitattu 25.8.2015. <https://porievl.fi/lansi-porin-seurakunta>
- Länsi-Porin seurakunnan nuorisotyö 2015. Porin evankelis-luterilainen seurakuntayhtymä. Viitattu 25.8.2015. <https://porievl.fi/nuorisotyö-l-p>
- Mannerheimin lastensuojeluliitto 2014. Koko Suomi leikkii –hanke. Viitattu 3.5.2015. <http://uudenmaanpiiri.mll.fi/toiminta/sukupolvien-kohtaaminen/terhokerho-koko-suomi-leikkii-ha/>
- Marin, Marjatta 2008. Tarkastelukulmia ikään ja ikääntymiseen. Teoksessa Anne Sankari & Jyrki Jyrkämä (toim.) Lapsuudesta vanhuuteen iän sosiologiaa. Tampere: Vastapaino, 17–46.
- Martikainen, Pauliina & Uusitalo, Essi 2009. Lapset ja vanhukset. Sukupolvien yhteys elämän rikastuttajana. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Diak Länsi, Pori. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. Viitattu 13.3.2015. <http://mantlyharju.mll.fi/@Bin/125763/Lapset+ja+vanhukset,+opinn%C3%A4ytety%C3%B6+2009.pdf>
- Metsämäki, Niina 2006. Vanhusten hoiva Suomessa ja eräissä muissa Euroopan maissa. Topsis-Sosiaalivakuutuksen ammatillinen lisensiaattitutkimus. Sosiaalipolitiikan laitos. Turku. Turun yliopisto.
- Miina Sillanpään säätiö i.a. Kohtaamisia kotikulmilla (2010-2012). Viitattu 24.6.2015. <http://www.miinasillanpaa.fi/hankkeet/koti-ja-ymparisto/kohtaamisia-kotikulmilla-2010-2012/>
- Nuora, Pia 2001. Sukupolvet kohtaavat. Ikääntyneiden kokemuksia sukupolvien välisestä yhteistoiminnasta sekä sen merkityksestä heidän toimintakykynsä tukijana ja ylläpitäjänä. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Pieksämäen yksikkö. Opinnäytetyö. Viitattu 17.4.2015. http://kirjastot.diak.fi/files/diak_lib/Pieksamaki/nuorapiia.pdf
- Nuoret aikuiset Länsi-Porissa 2015. Porin evankelis-luterilainen seurakuntayhtymä. Viitattu 25.8.2015. <https://porievl.fi/nuoret-aikuiset-l-p>

- Nurmi, Merja 2006. Yleistä tietoa vanhenemisestä. Viitattu 29.4.2015.<http://www.nettineuvo.fi/index.asp>
- Pennington, Donald C. 2005. Pienryhmän sosiaalipsykologia. Helsinki; Gaudeamus.
- Reiman-Salminen, Kaija 2008. Sukupolvien ketju kannattelee. Teoksessa Helena Allahwerdi, Pertti Luumi, Liisa Helenius, Heli Saarinen, Anna-Liisa Kurki, Milla Kalliomaa, Kaija Reiman-Salminen, Pekka Leinonen, Kari Valjärvi & Ismo Loivamaa. Lapset ja isovanhemmat. Puheenvuoroja isovanhemmuudesta. Espoo; Cultura Oy, 47–57.
- Rotkirch, Anna & Fågel, Stina 2010. Sukupolvien välistä köydenvetoa. Teoksessa Stina Fågel, Anna Rotkirch & Ismo Söderling. Farkkumummoja ja pehmovaareja - uusia ikkunoita isovanhemmuuteen. Helsinki; Väestöliitto, 30–51.
- Ruoppila, Isto 2002. Psykkisen toimintakyvyn tukeminen. Teoksessa Eino Heikkinen & Marjatta Marin (toim.) Vanhuuden voimavarat. Helsinki; Tammi, 119–150.
- Saari, Juho 2009. Yksinäisten yhteiskunta. Helsinki: Wsoy Pro.
- Sarkonsalo, Laura 2015. Sosiaalinen isovanhemmuus ikääntyneiden voimavarana. Varamummotoiminnan kehittäminen SPR:n Tampereen osastolle. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. Viitattu 22.4.2015.
https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/87457/sarkonsalo_laura.pdf.pdf?sequence=1
- Siltala, Pirkko 2013. Vanhuus. Elämä haluaa tulla eletyksi. Helsinki; Kirjapaja.
- Thitz, Päivi 2013. Seurakunta osallisuuden yhteisönä. A Tutkimuksia 40. Diakonia-ammattikorkeakoulu, Helsinki.
- Tiikkainen, Pirjo 2013. Sosiaalinen toimintakyky. Teoksessa Eino Heikkinen, Jyrki Jyrkämä & Taina Rantanen (toim.) Gerontologia. Helsinki; Duodecim, 284–290.
- Toivanen, Aino 2009. Vanhus kansalaiskasvattajan tehtävissä. Nuorten ja vanhusien mielekästä elämää edistävä kansalaiskasvatusmalli. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö.

- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Turun ammattikorkeakoulu 2015. Aktiivinen ikääntyminen. Viitattu 22.4.2015. <http://www.turkuamk.fi/fi/tutkimus-kehitys-ja-palvelut/tutkimus-kehittaminen-ja-innovaatiot/tutkimusryhmat/aktiivinen-ikaantyminen/>
- Ukkonen-Mikkola, Tuulikki 2011. Sukupolvien kohtaamisia lasten ja vanhusten yhteisessä palvelukeskuksessa. Tampereen yliopisto. Väitöskirja. Viitattu 13.3.2015. <https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/66723/978-951-44-8382-0.pdf?sequence=1>
- Valtioneuvoston kanslia & Tilastokeskus 2015. Väestön ikärakenteen kehitys. Viitattu 1.6.2015. <http://www.findikaattori.fi/fi/81>
- Varhaiskasvatus Länsi-Porin seurakunnassa 2015. Porin evankelis-luterilainen seurakuntayhtymä. Viitattu 25.8.2015. <https://porievl.fi/varhaiskasvatus-l-p>
- Varhaiskasvatus Länsi-Porin seurakunnassa/perhekerhot ja vauvaklubi 2015. Porin evankelis-luterilainen seurakuntayhtymä. Viitattu 25.8.2015. <https://porievl.fi/varhaiskasvatus-l-p/perhekerhot-l-p>
- Vilka, Hanna & Airaksinen, Tiina 2013. Toiminnallinen oppinäytetyö. Helsinki; Tammi.
- Ylikarjula, Simo 2011. Vanheneminen kielletty? Elämänkokemuksen puolustus. Helsinki; Kirjapaja.

LIITE 1: Kirje Leskien Kahvilan osallistujille

Hei Leskien Kahvilan osallistuja!

Olemme Diakonia-ammattikorkeakoulun sosionomi-diakoniopiskelijoita. Teemme opinnäytetyötä sukupolvien kohtaamisesta seurakunnan pienryhmätöiminnassa. Opinnäytetyön työnimenä on tällä hetkellä *Seniorit ja juniorit Länsi-Porin seurakunnan pienryhmätöiminnassa. Ikäihmisten aktivointi sukupolvien kohtaamisen avulla*. Toiminnallisessa tuokiossa leskien kahvilan vieraaksi tulee Länsi-Porin seurakunnan päiväkerhoryhmä. Toiminnallinen sukupolvien kohtaaminen on kestoaltaan noin 1,5 tuntinen yhteinen tuokio.

Toiminnallisen tuokion tarkoitus on:

- mahdollistaa sukupolvien välinen vuorovaikutus seurakunnan ryhmätöiminnassa
- kannustaa leskien kahvilan osallistujia aktivoitumaan toiminnallisen tuokion suunnitteluun
- opiskelijoiden rooli on tukea leskien kahvilan osallistujia ohjelman suunnittelussa

Toiminnallisen tuokion toteutus:

- suunnittelua syyskuun 2015 aikana kaksi kertaa
- toiminnallisen tuokion toteutus lokakuun 2015 alkupuolella
- opiskelijoiden rooli toiminnallisessa tuokiossa on toimia juontajina, tukijoina ja sivusta seuraajina

Toivomme Teidän tuovan mukanaan ideoita ohjelmaan syksyn ensimmäisellä tapaamiskerralla.

Kiitos kun olette mukana meidän opinnäytetyössämme.

Terveisin Mona Ahlberg, Jenna Hakala ja Marjaana Ojala.

LIITE 2: Kirje päiväkerhoryhmän lasten vanhemmille

Hei huoltajat!

Olemme Diakonia-ammattikorkeakoulun sosionomi-diakoniopiskelijoita ja teemme opinnäytetyötä. Opinnäytetyömme on toiminnallinen tuokio, jossa mahdollistuu sukupolvien kohtaaminen seurakunnan pienryhmätoiminnassa. Toiminnallisessa tuokiossa kohtaavat lapsenne päiväkerhoryhmä sekä Leskien Kahvilan ikäihmiset.

Toiminnallinen tuokio järjestetään Länsi-Porin kirkon seurakuntasalissa 22.9.2015 klo 10–11.30. Ohjelmana on ikäihmisten suunnittelemaa yhdessäoloa ja seurakunnan tarjoaman välipalan syömistä. Opinnäytetyömme tarkoitus on aktivoida ikäihmisiä suunnittelemaan sukupolvien kohtaamista. Kohderyhmänämme ovat ikäihmiset, joten lapsiryhmäläiset tulevat ikäihmisten vieraiksi toiminnalliseen tuokioon. Meillä on vaitiolovelvollisuus, lasten nimiä ei mainita missään ja raportointi kohdistuu ikäihmisten toimintaan.

Toiminnallisen tuokion jälkeen sukupolvien kohtaamisesta tehdään pieni lehtikirjoitus, johon pyydämme myös alla lupaa.

Pyydämme teidän lupaa lapsenne osallistumiseen opinnäytetyömme toiminnalliseen tuokioon 22.9.2015, sekä luvan tuokion kuvaamiseen ja kuvien käyttöön opinnäytetyössämme. Opinnäytetyöt ovat julkisia Theseus-tietokannassa.

Ystävällisin terveisin

Mona Ahlberg, Jenna Hakala ja Marjaana Ojala



Palauta tämä alaosa 15.9.2015 mennessä lapsesi päiväkerho-ohjaajalle

Lapsen nimi: _____.

___ Lapseni saa osallistua toiminnalliseen tuokioon

___ Lastani saa valokuvata

___ Lapseni kuva ja nimi saa näkyä tapahtumasta julkaistavassa lehtijutussa
Pyydämme teitä ilmoittamaan meille mahdolliset lapsenne ruoka-aineallergiat

Huoltajan allekirjoitus ja nimenselvennys: _____

LIITE 3: Toiminnallisen tuokion ohjelma

1. Lasten esitys
2. Nihilappujen askartelu
3. Huutokilpailu, leiki Tarzania
4. Ruokailu
5. Vapaata leikkiä
6. Piirileikki
7. Lorut
8. Hämähäkkilaulu
9. Osaatko matkia eläinten ääniä?
10. Muistipeli
11. Satu
12. Lasten loppulaulu ja kerhorukous

LIITE 4: Palautekysely Leskien Kahvilan osallistujille

MILLAISEKSI KOIT SUKUPOLVIEN VÄLISEN KOHTAAMISEN?

1. Kokemukset osallisuudesta sukupolvien kohtaamisessa 😊 😐 😞

2. Toimintakyvyn muutos 😊 😐 😞

3. Suunnittelun onnistuminen 😊 😐 😞

4. Toteutuksen onnistuminen 😊 😐 😞

5. Sukupolvien välisen kohtaamisen toteutus jatkossa 😊 😐 😞

6. Mitä vielä haluaisit kertoa toiminnallisesta tuokiosta

KIITOS!

LIITE 5: Palautekysely lapsille

MILLAINEN KERHOPÄIVÄ TÄNÄÄN OLI?

