

Arki turvalliseksi

Infopaketti itsenäistä asumista
suunnitteleville ja harjoitteleville
kehitysvammaisille

LAHDEN
AMMATTIKORKEAKOULU
Sosiaali- ja terveysala
Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosiaalipedagoginen aikuistyö
Opinnäytetyö
Kevät 2017
Iida Kuukka
Niina Ruti
Hanna Virtanen

Lahden ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysala
Sosiaalialan koulutusohjelma

KUUKKA, IIDA
RUTI, NIINA
VIRTANEN, HANNA:

Arki turvalliseksi
Infopaketti itsenäistä asumista
suunnitteleville ja harjoitteleville
kehitysvammaisille

Sosiaalipedagogisen aikuistyön opinnäytetyö, 65 sivua, 15 liitesivua

Kevät 2017

TIIVISTELMÄ

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli lisätä tietämystä arjen turvallisuuteen koskevista asioista Lahden kaupungin vammaispalveluiden itsenäisesti asuville erityistä tukea tarvitseville kehitysvammaisille.

Tämä työ toteutettiin toiminnallisena opinnäytetyönä ja toteutettujen toimintakertojen sisältö pohjautui ohjausryhmän, eli opinnäyteyöprojektimme osallistuneiden kehitysvammaisten toiveisiin sekä heille ennalta tehtyihin suullisiin haastatteluihin. Tämän lisäksi opinnäytetyön puitteissa on tehty arkiturvallisuutta käsittelevä opas Lahden kaupungin vammaispalveluille (nimi muuttui Päijät-Hämeen hyvinvointiyhtymäksi vuonna 2017). Tätä informatiivista ja tehtäviä sisältävää arkiturvallisuusopasta voidaan hyödyntää osana muuttovalmennusta.

Toiminnallisten toteutuskertojen aikana nousi vahvasti esille se, kuinka keskeisiä asioita ohjaajan läsnäolo ja apu ovat. Ohjaajan tehtävänä on suunnitella toimintakertoja sekä toteuttaa niitä. Lisäksi tämän tulee motivoida osallistujia toimintaan ja mahdollistaa osallisuus.

Opinnäytetyön prosessin aikana selvisi, että vaikka yleistä turvallisuustietämystä oli ohjattavilla jonkin verran, niin heiltä saadussa palautteessa kävi ilmi, kuinka tärkeää olisi saada lisätietoa aiheesta. Lisäksi toimintakertoilla tehtyjen havaintojen perusteella teoretieto oli heillä hallussa mutta käytännön taidot arjen turvallisuutta koskien olivat monin paikoin puutteellisia.

Asiasanat: kehitysvammaisuus, itsenäinen asuminen, ryhmänohjaus, turvallisuus

Lahti University of Applied Sciences
Faculty of Social and Health Care
Degree Programme in Social Services

KUUKKA, IIDA
RUTI, NIINA
VIRTANEN, HANNA:

Live safely everyday
A info package for disabled
people who are planning and
practicing independent living

Bachelor's Thesis in social services 65 pages, 15 pages of appendices

Spring 2017

ABSTRACT

The purpose of this thesis was to increase the knowledge about the safety on weekdays for the disabled people who are living independently but receive help and support from the disability services of the city of Lahti.

This was practice-based thesis and the content was based on the interviews made for the target group and their wishes. Along with the practical part we have also done a booklet about weekday safety for the disabled services of the city of Lahti (name changed to Päijät-Hämeen hyvinvointiyhtymä in 2017). This booklet about weekday safety includes small assignments that can be used as a part of the moving training.

The practical part proved how the importance of the group leader's presence and help was significant. Group leader's task is to plan the tutoring events and fulfill and carry out and lead them. Along with the previously mentioned tasks the group leader also guides and encourages the participants to attend the activities and enable their social engagement.

During the thesis process we found out that the target group had some common knowledge about safety but according to the given feedback it would be important to get more information about this topic because their practical skills were lacking.

key words: intellectual disability, independent living, group guidance, safety

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	TAVOITE JA TARKOITUS	3
2.1	Tarkoitus	3
2.2	Tavoite	3
3	YHTEISTYÖ LAHDEN KAUPUNGIN VAMMAISPALVELUIDEN KANSSA	4
3.1	Toimeksiantaja	4
3.2	Kohderyhmä	5
4	KEHITYSVAMMAISUUDESTA	6
4.1	Kehitysvammaisuuden määritelmä	6
4.2	Kehitysvammaisuus sosiaalisesta näkökulmasta	7
4.3	Kehitysvammaisuus toiminnallisesta näkökulmasta	8
5	ITSENÄISESTÄ ASUMISESTA JA ITSEMÄÄRÄÄMISOIKEUDESTA	10
5.1	Itsemääräämisoikeus	10
5.2	Itsenäinen asuminen yleisesti	11
5.3	Itsenäinen asuminen ja tukipalvelut Lahdessa	12
5.4	Haasteet	13
5.5	Elämänhallinta	14
6	TURVALLISUUDESTA	16
6.1	Turvallisuus	16
6.2	Yleisimmät tapaturmat	17
6.3	Asumiseen liittyvät pelot	18
7	TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ TYÖELÄMÄN KEHITTÄMISTYÖNÄ	19
7.1	Toiminnallinen opinnäytetyö	19
7.2	Turvallisuusoppaan syntyprosessi	21
8	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUKSESTA	25
8.1	Narratiivinen lähestymistapa	25
8.2	Ratkaisukeskeinen lähestymistapa	26
8.3	Ryhmänohjaus ja vuorovaikutus	27
8.4	Ohjaukset	28

8.4.1	Turvassa kotona	30
8.4.2	Vastuullinen rahankäyttö	31
8.4.3	Itsevarmana kaupungilla	32
8.4.4	Kertausta edellisistä ohjauskerroista.	34
9	JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	36
9.1	Etiikka	36
9.2	Palaute	36
9.3	Toiminnallisten ohjauskertojen arviointi	37
9.4	Turvallisuusoppaan arviointi	39
10	JATKOKEHITYSMAHDOLLISUUKSIA	41
	LÄHTEET	42
	LIITTEET	46

1 JOHDANTO

Suomi ratifioi YK:n yleissopimuksen vammaisten ihmisten oikeuksista, joka astuu voimaan 10.6.2016. Tämän sopimuksen tarkoituksena on suojella ja taata vammaisille henkilöille kaikki ihmisoikeudet ja perusvapaudet. Lisäksi se korostaa valtion velvollisuutta toimia oikeuksien edistämiseksi ja syrjinnän poistamiseksi. (YK:n vammaissopimus.) Tämä on tärkeää, koska kehitysvammaisiin suhtaudutaan hyvin eri tavalla riippuen vallitsevasta kulttuurista tai ympäristöstä. Kehitysvammaisuuteen liittyvät ongelmat eivät aina johdu henkilöstä itsestään, vaan siitä minkälaista tukea yhteiskunta tarjoaa kehitysvammaisille. (Seppälä & Rajaniemi, 2013.)

Tunnistamalla kehitysvammaisen tarpeet ja ennakoimalla rajoitteet voidaan kehitysvammaiselle tarjota sopivia tukitoimia ja palveluita. Tämän avulla pystytään lisäämään kehitysvammaisten osallisuutta, edistää itsemääräämisoikeutta, parantaa itsenäistä elämää ja vähentää vammaisuudesta aiheutuvaa haittaa. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2006, 27 – 28.) Yksi eriarvoistava tekijä ja haitta itsenäiselle elämälle ovat turvallisuuden liittyvät tekijät. On todettu, että turvallisuuden liittyvät puutteet ovat vakavia eriarvoistavia tekijöitä, koska monelle kehitysvammaiselle haasteena itsenäisessä asumisessa on puutteelliset tietotaidot turvallisuudesta. (Suominen & Hyvärinen 2013. 9.)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on lisätä Lahdessa asuvien kehitysvammaisten turvallisuuden tunnetta arjessa ja lisätä heidän tietoisuuttaan turvallisuuden liittyvissä asioissa. Lisäksi haluamme lisätä heidän itsenäisyyttään siten, että he uskaltavat liikkua itse kaupungilla eivätkä koe olevansa riippuvaisia saattajasta.

Yksi tapa lisätä turvallisuuden liittyvää tietotaitoa on kehittää nuorten muuttoprosessia enemmän tuetusta itsenäiseen asumiseen. Itsenäisen asumisen ja muuttoon liittyvien pelkotilojen vähentämiseen tarvitaan muuttovalmennusta. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on tehdä

turvallisuusopas, jossa käsitellään tavallisimpia arjen turvallisuuteen liittyviä tekijöitä.

Tämän saavuttaaksemme olemme ottaneet jo itsenäisesti asuvia kehitysvammaisia mukaan opinnäytetyön suunnitteluun ja toteutukseen. He ovat toimineet läpi opinnäytetyön kokemusasiantuntijoina, koska heillä on ensikäden tietoa siitä, minkälaisia tunne- ja pelkotiloja itsenäiseen asumiseen liittyy. Tarve opinnäytetyölle on tullut työelämältä, johon olemme saaneet kontaktin siten, että yksi opinnäytetyön tekijöistä on toiminut vapaaehtoisena työntekijänä tukipiste Moiskulla.

Tämä opinnäytetyön raportti koostuu aihepiiriin keskeisesti liittyvien käsitteiden esittelystä ja avaamisesta sekä tutkimustiedon esittelystä, toiminnallisen osuuden kuvaamisesta ja arvioinnista. Esittelemme myös toiminnallisen osuuden työmenetelmät, joilla on edistetty kehitysvammaisten turvallisuustiedon lisäämistä. Loppuun olemme laittaneet liitteeksi (Liite 1) Arki turvalliseksi - turvallisuusoppaan, joka on arkiturvallisuutta käsittelevä opas muuttavalle tai itsenäisesti asuvalle kehitysvammaiselle ja tämän opinnäytetyön tuotos.

2 TAVOITE JA TARKOITUS

2.1 Tarkoitus

Opinnäytetyön tarkoituksena on lisätä Lahdessa asuvien kehitysvammaisten turvallisuuden tunnetta arjessaan ja lisätä heidän tietoisuuttaan turvallisuuteen liittyvissä asioissa. Toisena tavoitteena on lisätä heidän itsenäisyyttään, jotta he esimerkiksi uskaltaisivat liikkua kaupungilla ilman pelkoa tai tarvetta saattajalle.

2.2 Tavoite

Opinnäytetyön tavoitteena on järjestää neljä toimintakertaa Lahden vammaispalvelun itsenäisen asumisen tuen piirin asiakkaille, sekä luoda arkiturvallisuutta käsittelevä opas Lahden vammaispalveluille, jota he voivat käyttää apuna itsenäistä asumista suunnittelevien nuorten muuttovalmennuksessa.

3 YHTEISTYÖ LAHDEN KAUPUNGIN VAMMAISPALVELUIDEN KANSSA

Tässä kappaleessa kerrotaan tämän opinnäytetyön toimeksiantajasta ja siitä, mistä olemme saaneet aiheen opinnäytetyöllemme. Lisäksi tässä kappaleessa kuvataan opinnäytetyön kohderyhmää, eli niitä henkilöitä, jotka osallistuivat opinnäytetyön toiminnalliseen osuuteen.

3.1 Toimeksiantaja

Opinnäytetyön toimeksiantajana on Lahden vammaispalvelut, joka on osa Lahden kaupungin perhe- ja sosiaalipalveluita (Vaikeavammaisten tuki ja palvelut). Aihe opinnäytetyöhön tuli toimeksiantajan toiveesta.

Arkiturvallisuutta käsittelevää toimintaa ei ole aiemmin toteutettu Lahdessa, ja toimeksiantaja koki kyseisen aiheen niin tärkeäksi, että ehdotti meidän tarttuvan aiheeseen.

Aiheen tärkeys näkyy myös lainsäädännön tasolla. Mikäli henkilö kuuluu erityishuollon piiriin, on hänen hyvinvoinnistaan, terveydestään ja turvallisuudestaan huolehdittava (Laki kehitysvammaisten erityishuollosta annetun lain muuttamisesta 381/2016, 42 §).

Aloittaessamme opinnäytetyön olimme Lahden vammaispalveluiden alaisuudessa, mutta prosessin aikana Lahden vammaispalvelut siirtyivät Hyvinvointikuntayhtymän piiriin 1.1.2017 (Päijät-Hämeen hyvinvointikuntayhtymän valmistelu 2016). Tämä muutos on osa Sote-uudistusta, jossa koko julkinen sosiaali- ja terveydenhuolto uudistetaan. Vastuu palveluiden järjestämisestä on siis siirtynyt kunnalta uudelle maakunnalle. Sote uudistus tulee voimaan koko Suomessa 1.1.2019 alkaen. Sitä tarvitaan, koska halutaan yhdenvertaistaa palveluita maakuntien välillä lisäten siten ihmisten hyvinvointia ja terveyttä. Samalla pyritään karsimaan tehottomia sosiaali- ja terveystaloudellisia palveluita, koska Suomen taloustilanne on vaikea ja julkinen sektori velkaantuu koko ajan enemmän. (Mitä sote-uudistus tarkoittaa minulle?.)

3.2 Kohderyhmä

Opinnäytetyön toiminnallisen osuuden kohderyhmänä olivat vammaispalveluiden itsenäisen ja tuetun asumisen piirissä olevat asiakkaat ja ne, jotka vielä harkitsevat ja harjoittelevat itsenäisempää asumista. Kohderyhmään kuuluneet osallistujat ovat olleet mukana läpi koko opinnäytetyöprosessin, aina suunnittelusta ja toiminnallisten ohjauskertojen toteutuksesta valmiin työn arviointiin. Osallistujien iät vaihtelivat 18 - 60 –vuoden välillä. Suurin osa asui itsenäisesti, mutta mukana oli myös sellaisia, jotka vielä harjoittelivat itsenäisempää asumista jossain tuetummassa yksikössä.

4 KEHITYSVAMMAISUUDESTA

Tähän kappaleeseen on koottu kehitysvammaisuuden määritelmä eri näkökulmista. Kappaleessa keskitytään tarkastelemaan kehitysvammaisuuden käsitettä niin sosiaalisesta kuin toiminnallisesta näkökulmasta.

4.1 Kehitysvammaisuuden määritelmä

AAIDD (The American Association on Intellectual and developmental Disabilities) määrittelee kehitysvammaisuuden huomattavaksi toimintakyvyn rajoitukseksi. AAIDD:n mukaan kehitysvammaisuus ilmenee ennen 18. ikävuotta, ja yksilöllä on kehitysvammastaan johtuen keskimääräistä matalampi älykkyydosamäärä. Samaan aikaan kehitysvammaisuuteen liittyy keskimääräistä heikompi suorituskyky sekä puutteita tai rajoituksia adaptiivisessa käyttäytymisessä. Arkikielessä adaptiivisella käyttäytymisellä tarkoitetaan taitoja, jotka ovat itsenäisen selviytymisen kannalta merkittäviä. Adaptiiviseen käyttäytymiseen sisältyvät seuraavat asiat: käsitteelliset taidot, esimerkiksi kielen- ja ajanhallinta, sekä rahan arvon hahmottaminen, itsestä huolehtiminen, sosiaaliset taidot, eli kommunikaatio ja yhteisössä toimiminen, itsehallinta, toiminnallinen oppimiskyky. (AAIDD 2016.)

Arvion mukaan noin joka toisella kehitysvammaisella on vammaisuutensa taustalla useampi kuin yksi syy. Koska suurin osa kehitysvammoista arvellaan syntyvän ennen syntymää, voi aiheuttajina olla muun muassa varhaisessa vaiheessa syntynyt kromosomihäiriö, toksiset tekijät tai toimintavajaus istukassa. Uusien tutkimusmahdollisuuksien ansiosta ollaan voitu selvittää rakenteellisten vikojen ja perimän osuutta kehitysvammojen syntyyn. (Kaski 2002, 148.)

Kehitysvammaisuuden katsotaan olevan synnynnäistä, tai vamman tulee ilmetä ennen 18:aa ikävuotta, esimerkiksi jonkin sairauden tai onnettomuuden takia. Kehitysvammaisuus on terminä alakäsite vammaisuuden laajassa kirjossa, koska vammaisuuteen kuuluu monia

mutakin vammoja. (Vehmas 2010, 28.) Vammaisuuden perustana on yksilön fyysinen tai psyykinen erilaisuus verrattuna muuhun valtaväestöön. Vammaisuus ei ole sairautta, koska sairauteen liittyy vahvasti eteneminen tai paraneminen. Vammaisuus sen sijaan on pysyvä tila, mutta vamman vaikeusaste tai ilmiasu voi muuttua. Vammaus ei aina merkitse työkyvyttömyyttä, eikä aina estä itsenäistä elämää ja asumista. (Lampinen 2007, 27.)

4.2 Kehitysvammaisuus sosiaalisesta näkökulmasta

Kehitysvammaisiin ja vammaisiin ihmisiin suhtaudutaan eri tavalla eri kulttuureissa. Vamman haitta ei aina johdu henkilöstä itsestään, vaan se voi johtua ympäristöstä ja yhteiskunnasta sekä siitä, minkälaista tukea vammaisille henkilöille tarjotaan. Kehitysvammaisuuden sosiaalisessa näkökulmassa kehitysvammaisuutta tarkastellaan yhteisön suhteena yksilöön ja tuo esille sen, että kehitysvammainen henkilö on riippuvainen muista ihmisistä. Riippuvuutta synnyttävät ennakkoluulot, köyhyys, syrjäytetty asema ja rakenteelliset esteet, jotka usein johtuvat siitä, että yhteiskuntaa ei rakenneta toimimaan kaikille sen jäsenille.

Vammaispoliittisilla keinoilla pyritään vaikuttamaan näihin asioihin. (Seppälä & Rajaniemi, 2013.) Kehitysvammaisen sopeutuminen yhteiskuntaan tulisi olla yhteiskunnan vastuulla, eikä ongelmista saisi syyttää kehitysvammaista itseään. Yksilön muuttamisen sijaan ongelmat tulee ratkoa poliittisin keinoin. (Malm, Matero, Repo & Talvela 2006, 11.)

Kehitysvammaisuuteen ja sen aiheuttamiin vaikeuksiin vaikuttaa myös henkilön oma subjektiivinen kokemus omasta tilanteestaan.

Kehitysvammainen on pohjimmiltaan samanlainen kuin kaikki muutkin ihmiset ja haluaa elää tavallista elämää. Kulttuurin lisäksi aikakausi vaikuttaa siihen, miten kehitysvammaisuuteen suhtaudutaan ja mitä pidetään normaalina tai poikkeavana. Nyky-yhteiskunnassa kehitysvammaisuutta määritellään ennen kaikkea lääketieteen kautta, vaikka kehitysvammaisuus on lääketieteellisestä näkökulmasta hyvin epämääräinen määritelmä. Sama diagnoosi voidaan antaa hyvin erilaisille

ihmisille, ja toisaalta raja sen suhteen, kuka saa kehitysvammadiagnoosin ja kuka ei, on hyvin häilyvä. Diagnoosit sekä niiden merkitykset muuttuvat lääketieteen kehityksen mukana, joten ne eivät aina kuvaa totuudenmukaisesti yksilöä, ja on riskialtista tulkita henkilö ja sen käyttäytymistä diagnoosin kautta. Ihminen on aina enemmän kuin diagnoosi. (Seppälä & Rajaniemi, 2013.)

4.3 Kehitysvammaisuus toiminnallisesta näkökulmasta

Toimintakykyä arvioidessa tarkastellaan yksilön ja ympäristön välistä suhdetta, sillä ihmisen toimintakyky näyttäytyy erilaisena eri ympäristöissä, kuten esimerkiksi kotona, töissä tai vapaa-aikana (Toimintakyvyn näkökulma 2017). Toimintakyvyllä tarkoitetaan ihmisen kykyä toimia jokapäiväisissä tilanteissa. Se koostuu fyysisistä, psyykkisistä ja sosiaalisista taidoista, joita tarvitaan henkilölle merkityksellisissä ja välttämättömissä arkielämän toiminnoissa. Ihmisen suurimpia toimintakykyyn vaikuttavia tekijöitä ovat muuttuva ympäristö, asuin- ja elinympäristöön liittyvät tekijät, lähellä olevat palvelut ja tuen määrä, jota henkilö voi saada, jotta kykenee selviytymään arjestaan. (Toimintakyvyn ulottuvuudet 2015.) Se on kykyä toimia tilanteen ja olosuhteiden vaatimalla tavalla (Toimintakyvyn näkökulma 2017).

Toimintakykyä voidaan kuvata ja määritellä kansainvälisen ICF-luokituksen avulla, jonka avulla voidaan kuvata, kuinka sairaus tai vamma vaikuttaa yksilön elämään. (World Health Organization 2013, 5-6.) ICF-luokitus on nimenomaan toimintakyvyn arviointiin tehty työkalu, joka koostuu kahdesta osasta. Osassa 1 käsitellään yksilön toimintakykyä sekä toimintarajoitteita (ruumiin/kehon toiminnot ja ruumiin rakenne sekä yksilön suoritukset ja osallistuminen, sekä yksilön että yhteiskunnan näkökulmasta). Osa 2 taas käsittelee kontekstuaalisia tekijöitä, joilla tarkoitetaan yksilö- ja ympäristötekijöitä. ICF on rakenteeltaan hierarkkinen. Toisin sanoen tiedon merkitys säilyy siirryttäessä tasolta toiselle. Luokituksessa mentäessä alaspäin voidaan siirtyä yleisestä toimintakyvyn

kuvauksesta paljon yksityiskohtaisempiin toimintakyvyn näkökulmien kuvaamiseen. (ICF-luokituksen rakenne 2016.)

Toimintakykyyn liittyvää määritelmää käytetään erityisesti silloin, kun pohditaan yksilön elämänlaatua ja arjessa selviytymistä. Usein vaikeudet johtuvat siitä, että kehitysvammaisen ihmisen toimintakyky on ristiriidassa tilanteesta nousseiden vaatimusten kanssa. Kun yksilön toimintakyky ei riitä näistä tilanteista selviämiseen, tarvitsee hän auttamista, ohjausta ja hoitoa. Toimintakyky kuvastaa siis yksilön mahdollisuuksia ja edellytyksiä selviytyä arjessa. (Toimintakyvyn näkökulma 2017.)

5 ITSENÄISESTÄ ASUMISESTA JA ITSEMÄÄRÄÄMISOIKEUDESTA

Tässä kappaleessa käsitellään itsenäistä asumista ja siihen liittyviä haasteita. Itsenäistä asumista käsitellään itsemääräämisoikeuden käsitteen kautta. Lisäksi tarkastellaan sitä, kuinka elämänhallinnan taidot vaikuttavat itsenäiseen asumiseen.

5.1 Itsemääräämisoikeus

Itsemääräämisoikeus tarkoittaa sitä, että yksilöllä on oikeus määrätä omasta elämästään ja häntä koskevista asioista (Itsemääräämisoikeus 2016). Itsemäärääminen on sitä, että henkilöllä on mahdollisuus päättää omista asioistaan ilman ulkopuolelta tulevaa ohjaamista ja hän saa tavoitella itse valitsemiaan päämääriä (Tornberg 2012, 120).

Itsemääräämisoikeuden tarkoituksena on varmistaa niiden ihmisten oikeuksia, jotka ovat yhteiskunnassa kaikkein heikoimmassa asemassa sekä niiden, jotka eivät syystä tai toisesta kykene pitämään omia puoliaan (Pahlman 2003, 182). Erityisesti kehitysvammaiset kuuluvat siihen ryhmään, joiden itsemääräämisoikeus ei aina toteudu, sillä kehitysvammaiset ovat usein enemmän tai vähemmän riippuvaisia muista henkilöistä kuten ohjaajistaan tai vanhemmistaan. (Seppälä & Rajaniemi 2013).

Itsemääräämisoikeus näkyy myös Suomen lainsäädännössä. Kun kehitysvammaisille toteutetaan palveluita erityishuollon piirissä, on otettava huomioon henkilön toivomukset, mielipide, etu ja yksilölliset tarpeet sekä taattava mahdollisuus päästä vaikuttamaan omista asioistaan (Laki kehitysvammaisten erityishuollosta 381/2016, 42 §). Ainoastaan silloin voidaan toimia henkilön tahdosta riippumatta, kun voidaan todeta, että hän vaarantaa todennäköisesti joko itsensä tai muiden henkilöiden turvallisuutta tai terveyttä (Laki kehitysvammaisten erityishuollosta 381/2016, 32 §).

5.2 Itsenäinen asuminen yleisesti

Itsemääräämisoikeuden lisäksi aikuisuuteen liittyy vahvasti ajatus itsenäistymisestä ja omaan kotiin muuttamisesta. Mikäli avun tarve ei ole runsasta ja jatkuvaa eikä laitoshoido ole välttämätöntä, niin voidaan sopivat palvelut järjestää myös henkilön omaan kotiin. (Malm ym. 2004, 400-401.) Kaupungin järjestämät palvelut kuuluvat kaikille kuntalaisille, mutta ne rakennetaan usein toimimaan valtaväestön ehdoilla. Jos vammaisen henkilö ei kykene toiminaan näiden palveluiden piirissä, tulee kaupungin taata hänelle selviytymisedellytykset muilla tuki- ja palvelutoimilla. Näitä palveluita ja tukitoimia ovat muun muassa vaikeavammaisten kuljetuspalvelut, saattajapalvelut, palveluasuminen, henkilökohtainen apu, asunnon muutostyöt sekä asuntoon kuuluvat välineet ja laitteet sekä kotipalvelu päivittäisten toimintojen suorittamiseen. Nämä palvelut on tehty edistämään vammaisen henkilön sopeutumista yhteiskuntaan ja sen mahdollisiin muutoksiin. Itsenäisen asumisen palvelut tarjotaan sosiaalihuoltolain (1301/ 2014) mukaan, jossa todetaan, että kaikille tulee turvata yhdenvertaisin perustein tarjottavat sosiaalipalvelut ja näitä on sovellettava sosiaali- ja terveystyöpalveluiden piirissä (Sosiaalihuoltolaki 1301/2014, 1 § - 2 §).

Vammaispalvelulain mukaan asunnon muutostyöt kuuluvat kunnan järjestämisvelvollisuuden piiriin. Muutostöitä voivat olla esimerkiksi ovien leventäminen, kaiteiden asentaminen ja muut muutostyöt, jotka mahdollistavat vammaiselle asumisen omassa kodissa. (Asetus vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista 1987/759, 12 §.) Oman asunnon turvallisuus on vammaiselle ensiarvoisen tärkeää, koska hän viettää siellä suurimman osan vapaa-ajastaan. Vammaiset henkilöt käyttävät harrastuksiin tai ystäviensä kanssa olemiseen kodin ulkopuolella keskimääräisesti vähemmän aikaa verrattuna valtaväestöön, joten tarkoituksenmukaisen asunnon etsimiseen tulee panostaa. (Malm ym. 2004, 401.)

Useimmille ihmisille koti on paikka, jossa he viettävät yli puolet ajastaan. Kuitenkin henkilöt, joilla on sairauden tai vammaisuuden vuoksi erilaisia erityistarpeita, viettävät kotonaan aikaa sitäkin enemmän. Erityisryhmille kodin ja asuinpaikan toimivuuden merkitys on korostunutta fyysisellä ja psyykkisellä tasolla. Kehitysvammaisia aikuisia asuu lapsuudenkodissaan vanhempiensa luona muita enemmän, sillä itsenäistyminen ja irtautuminen on huomattavasti muita ryhmiä haasteellisempaa. Kuntien velvollisuutena on järjestää kehitysvammaisille henkilöille tarpeen mukainen asuminen, mutta useinkaan kehitysvammaisen henkilö ei pääse vaikuttamaan riittävän paljon asumisratkaisuihinsa verrattuna valtaväestöön. Suhteessa henkilön itsemääräämisoikeuteen olisi tärkeää, että kehitysvammaisilla henkilöillä olisi tasavertainen oikeus vaikuttaa omaan asumisratkaisuunsa. (Huotari & Hurtig 2008. 47-48.)

5.3 Itsenäinen asuminen ja tukipalvelut Lahdessa

Lahden kaupungin tavoitteena on taata vammaisille mahdollisuus itsenäiseen asumiseen ja turvattu tarvittavat asumispalvelut. (Lahden kaupungin vammaispoliittinen ohjelma 2011 – 2016, 2011, 10.) Tukea asumiseen voi hakea silloin, kun ei vamman tai pitkäaikaisen sairauden takia pysty asumaan itsenäisesti omassa kodissa. Palveluiden piiriin pääsee lähettämällä ensin hakemuksen, minkä jälkeen tehdään palvelusuunnitelma, jossa kartoitetaan tarvittavat tukitoimet. Henkilön, joka tarvitsee erityistä tukea, on mahdollista asua omassa asunnossa, jolloin on mahdollista saada tuki hänen omaan kotiinsa. (Kehitys- ja vaikeavammaisen asuminen.)

Apua on myös mahdollista saada tukipiste Moiskusta, jossa voi tutustua uusiin ihmisiin, viettää aikaa yhdessä ja kokoontua harrastusten ääreen. Tukipisteellä järjestetään erilaisia kursseja sekä tapahtumia, ja sieltä on mahdollista saada apua ja tukea arkeen koskeviin kysymyksiin ja ongelmiin. Toiminta rakentuu pääosin käyttäjien toiveiden mukaan, ja toiminnan kautta asiakkaat antavat toinen toisilleen vertaistukea vaihtamalla kokemuksia ja näkemyksiä. (Kehitys- ja vaikeavammaisten asuminen.)

Moiskua voidaan siis pitää tietyllä tapaa matalan kynnyksen palveluna, sillä se pyrkii lisäämään Lahtelaisten kehitysvammaisten osallisuutta. Sen toimintaa määrittävät siellä käyvä asiakaskunta sekä toiminnan sisältö, joka pohjautuu heidän omiin toiveisiinsa.

5.4 Haasteet

Suurin osa nuorista toivoo itsenäistyvänsä koulujen jälkeen, mutta usein vanhemmat eivät ole valmiita irtautumaan nuoresta vielä näin varhaisessa vaiheessa. Yhteisötyyppinen asumismuoto on tässä vaiheessa usein se ainut vaihtoehto, jotta kehitysvammaisella nuorella on saatavilla riittävä tuki itsenäiseen asumiseen. Yhteisötyyppisen asumisen haasteina ovat kotikaupungista muutto toiseen kaupunkiin, jolloin kansalaisille kuuluva oikeus asuinkuntansa vapaasta valitsemisesta ei toteudu, ja usein kehitysvammainen nuori haluaisi itsenäisemmän asumismuodon. (Huotari & Hurtig 2008. 47-48.)

Nyky-yhteiskunnassa valinnan vapaus, yksilöllisyys ja riippumattomuus ovat tavoiteltavia arvoja. Yksilön omat valinnat ovat tulleet entistäkin tärkeämmiksi, jolloin suvun, perheen ja naapuruston merkitys on huomattavasti laskenut. Tästä syystä lähiyhteisö ei enää tue yksilöä samalla tavoin kuin ennen. Yksilön itsenäinen pärjääminen on haasteellista erityistä tukea tarvitsevalle henkilölle, esimerkiksi tietotekniikan tuomat haasteet voivat olla hankalia kehitysvammaisille. Ulkopuolisen tukihenkilön tuki on näissä tilanteissa entistäkin tärkeämpää, ja kehitysvammaiselle nuorelle onkin tärkeää, että tukea saadaan myös muualta kuin lähipiiristä. (Huotari & Hurtig 2008.58-60.)

Tietotekniikan tuomia haasteita kehitysvammaiselle henkilölle on esimerkiksi laskujen maksaminen, joka on siirtynyt lähes kokonaan internetiin verkkopankkiin. Yhä useammin rahaa ei enää käsitellä konkreettisesti pankin asiakaspalvelutiskillä, vaan pankkiasiat pitäisi osata hoitaa digitaalisesti verkossa. Koska digitaalisen teknologia yleistynyt viime vuosikymmenien aikana, niin erilaisten asioiden hoitaminen tapahtuu nykyään yhä useammin sähköisesti ilman ihmiskontakteja, jolloin ohjeiden

ja avun saanti voi olla yksilölle haastavaa. Voidaankin pohtia, kuinka itsenäiseen elämään liittyviä arvoja kuten riippumattomuutta, yksilöllisyyttä ja valinnan vapautta tuetaan nyky-yhteiskunnassa, kun kyseessä on erityistukea tarvitseva henkilö. (Huotari & Hurtig 2008.58-60.)

5.5 Elämänhallinta

Fyysinen vamma tai kehitysvammaisuus asettaa haasteita itsenäistymiselle ja aikuistumiselle, ja täten vammaisen nuoren aikuistumisprosessi kestää keskimääräistä kauemmin kuin muiden nuorten. Käytännön ongelmien lisäksi voi kyse olla elämäntaitojen osaamisen puutteesta tai muista elämänhallintaan liittyvistä ongelmista. (Malm ym. 2004, 400.) Elämänhallinnalla tarkoitetaan ihmisen luontaista pyrkimystä muuttaa olosuhteita konkreettisesti itselleen suotuisiksi tai muuttaa omaa tapaansa tulkita asioita. Tähän kuuluu myös omien valintojen tekeminen. Näillä pyritään varmistamaan se, että yksilön voimavarat riittävät haasteista selviämiseen. (Keltikangas-Järvinen 2008, 255.)

Kehitysvammaisille ovat ominaista jokapäiväisen elämänhallinnan rajoitukset, jotka ilmenevät käsitteellisessä, sosiaalisissa ja käytännön taidoissa (Kehitysvammaisen toimintakyvyn arviointi 2015). Nämä haasteet näkyvät siten, että on vaikeaa ymmärtää ja tulkita syy-seuraussuhteita tekojen ja lopputuloksen välillä. Kun ymmärtää tekojensa seuraukset, pystyy tekemään omia valintoja. Valintojen tekeminen harjoittaa yksilön elämänhallinnan taitoja. (Keltikangas-Järvinen 2008, 265.)

Vaikka omien valintojen tekeminen onkin tärkeää, niin yksilölle ei kuitenkaan saa tulla tunnetta siitä, että hänellä on vastuu aivan kaikesta. Kontrollin menettämisen tunne saattaa johtaa siihen, että yksilön on vaikea kestää vastoinkäymisiä tai hän saattaa syyttää kaikesta itseään. Hallinnan tunteen menettäminen saattaa vahingoittaa vakavalla tasolla yksilön itseluottamusta, jolloin hän saattaa kokea, ettei enää uskalla tehdä omia päätöksiä ja että muut ihmiset säätelevät liikaa hänen elämänsä ja

päättävät asioista hänen puolestaan. (Keltikangas-Järvinen 2008, 255 – 257.) Yksilön identiteetti sekä elämänhalu määrittävät pitkälle sen, kuinka hyvin hän kykenee käyttämään nykyisen elämäntilanteen ja sen toimintamahdollisuudet hyväkseen (Lampinen 2007, 136.)

6 TURVALLISUUDESTA

Tässä kappaleessa määritellään se, mitä turvallisuudella tarkoitetaan. Tähän kappaleeseen on myös etsitty tutkimuksia yleisimmistä tapaturmista ja asumiseen liittyvistä peloista.

6.1 Turvallisuus

Turvallisuutta on tunne, joka tukee ihmisen hyvinvointia ja luottavaa suhtautumista tilanteisiin, myös silloin kun niissä tapahtuu muutoksia. Perusturvallisuuden voidaan käsittää sisältävän sekä psyykkisen että fyysisen ulottuvuuden. Kun fyysinen turvallisuus on taattu ei yksilön elinympäristössä ole uhkia. Turvallisuutta voidaan siis pitää tunteena, jossa yksilö ei koe ympäristöään tai oloaan uhkaavaksi. (Aho 1996, 59)

Suomen vammaispoliittisessa ohjelmassa on käsitelty turvallisuuteen liittyviä tavoitteita ja toimenpiteitä. On todettu, että turvallisuuteen liittyvät puutteet ovat vakavia eriarvoistavia tekijöitä yhteiskunnassa.

Kehitysvammaisilla henkilöillä tulisi olla tasavertainen oikeus osallistua turvallisuus- ja pelastuskoulutukseen, aivan kuten muilla kansalaisilla. Lisäksi kehitysvammaisia tulisi kuulla esimerkiksi asuintalojen turvallisuus ratkaisuja suunniteltaessa, jotta voitaisiin tukea omatoimisuutta onnettomuustilanteen sattuessa ja heillä tulisi olla yhdenvertainen oikeus valita missä ja kenen kanssa haluavat asua kuten muilla yhteiskunnan jäsenillä. (Suominen & Hyvärinen 2013, 9.)

Monelle kehitysvammaiselle haasteena itsenäisessä asumisessa on puutteelliset tietotaidot turvallisuudesta. Kehitysvammaisilla henkilöillä on useasti alhaisempi kyky toimia hätä-, kriisi- ja onnettomuustilanteissa, jolloin myös kyky hälytysten tekoon esimerkiksi tulipalo- tai onnettomuustilanteissa on alhaisempi kuin valtaväestöllä keskimäärin. (Suominen & Hyvärinen 2013, 9.) Pelastuslain nojalla, jokainen ihminen on velvoitettu ilmoittamaan onnettomuustilanteesta vaarassa oleville ja tekemään hätäilmoituksen, sekä ryhtyä pelastustoimenpiteisiin kykynsä mukaan (pelastuslaki 379/2011, 3§). Vaikka kehitysvammaisen asuukin

itsenäisesti mutta tuetusti, tulee palvelun järjestäjän huomioida asukkaan heikentynyt toimintakyky. Palvelunjärjestäjä on velvoitettu laatimaan etukäteen selvitys ja suunnitelma niistä toimenpiteistä, joita tarvitaan vaaratilanteiden sattuessa ja huolehdittava sen toimeenpanosta. (Pelastuslaki 379/2011, 18§.)

6.2 Yleisimmät tapaturmat

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen tilastojen mukaan eniten kuolemaan johtavia tapaturmia tapahtuu kotona ja vapaa-ajalla. Tapaturmat ovatkin neljänneksi yleisin kuolinsyy Suomessa. Tapaturmat jaetaan kolmeen eri luokkaan: koti ja vapaa-ajan tapaturmat, liikennetapaturmat ja työtapaturmat. Tapaturmista 89 prosenttia tapahtui kotona ja vapaa-ajalla. Kuolemaan johtavia tapaturmia terveyden ja hyvinvointi laitoksen mukaan on eniten suomessa verrattuna muihin pohjoismaihin ja luku on lähes kaksinkertainen verrattuna EU:n keskiarvoon. Tästä syystä onkin laadittu kansallinen koti ja vapaa-ajan tavoiteohjelma 2014 - 2020 ajalle, jonka avulla pyritään vähentämään tapaturmia 25 prosenttia vuoteen 2025 mennessä. (Tapaturmat Suomessa 2016.)

Koti- ja vapaa-ajan tapaturmat aiheuttavat merkittäviä kansanterveys- ja turvallisuusongelmia, jonka vuoksi on määritelty erityiset toimintakokonaisuudet, jonka kautta saataisiin tapaturmaluvut laskuun. Toimintakokonaisuuksia ovat turvallisuuskulttuurin parantaminen ja turvallisuustyön vahvistaminen, lääkkeiden ja päihteiden käyttöön liittyvien tapaturmien ehkäisy, yhdenvertaisuuden vahvistaminen, haavoittuvien ryhmien turvallisuuden parantaminen sekä kaatumis- ja putoamistapaturmien ehkäisy. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2013, 15.)

Koti- ja vapaa-ajan tapaturmiksi luokitellaan kaikki tapaturmat, jotka eivät tapahdu liikenteessä tai työpaikalla. Yleisimmät tapaturmat jotka johtavat kuolemaan ovat kaatuminen tai putoaminen ja vuonna 2003-2004 lisääntyneet alkoholimyrkytys sekä muut alkoholiin liittyvät tapaturmat. Miehillä joka neljäs tapaturma ja naisilla puolet tapaturmista sattuu kotona. Kaatumis- ja putoamistapaturmien lisäksi miehillä tapaturmia aiheuttivat

erityisesti myös liikennetapaturmat ja äkilliset myrkytystapaturmat, naisilla tapaturmia aiheuttivat myrkytystapaturmat ja laitoshoidossa tapahtuneet kuolemat. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2013. 40 - 41.)

Fyysisiä vammoja tapaturmista saaneita henkilöitä on yli miljoona per vuosi, näitä vammoja aiheuttavat yleisimmin kotitapaturmat (29 prosenttia) ja liikuntatapaturmat (32 prosenttia). Nämä tapaturmat aiheuttavat 110 000 sairaalajaksoa vuodessa ja sairaalajaksot aiheuttavat mittavat kustannukset. Vakavat ja lievemmät tapaturmat aiheuttavat kustannuksia jopa 1,2 - 1,4 miljardia euroa vuodessa. (Tapaturmat Suomessa 2016.)

6.3 Asumiseen liittyvät pelot

Turvallisuuden taitajat projektissa oli tehty eri asumisyksikköjen asiakkaille kysely siitä, mikä asumisessa huolestuttaa. Vahvimmin oli noussut esiin kodin ulkopuolella liikkuminen (23 prosenttia), kiusaaminen (14 prosenttia), asuntoon tuntemattomien ihmisten tuleminen (14 prosenttia) sekä sisäisen maailman pelot (14 prosenttia). Kodin ulkopuolella liikkumisessa eniten pelotti ympäristön esteellisyys liikkumisessa, pelko joutua rikoksen uhriksi ja sairaskohtauksen saaminen. Yksinäisyys luo turvattomuutta, jolloin nousee esiin kiusaamisen pelko ja pelko siitä, että saa esimerkiksi sairaskohtauksen, eikä ketään ole läsnä.

Työntekijöiden vastaukset samassa tutkimuksessa olivat hieman erilaisia, työntekijät olivat puolestaan huolissaan asiakkaiden kotona tapahtuvista onnettomuuksista ja asiakkaan joutumisesta taloudellisesti hyväksikäytetyksi. Arkeen liittyviä huolenaiheita olivat taloudellisten asioiden hoitaminen, päihteiden käyttö sekä asukkaan toimintakyvyn rajoittuneisuus ja sen realistinen ymmärtäminen. (Suominen & Hyvärinen 2013. 12.)

7 TOIMINNALLINEN OPINNÄYTETYÖ TYÖELÄMÄN KEHITTÄMISTYÖNÄ

Tässä kappaleessa selvitetään, mikä on toiminnallinen opinnäytetyö. Lisäksi kappaleessa kuvataan opinnäytetyön toiminnallista osuutta ja opinnäytetyön toteutusta. Lisäksi tässä kuvataan tarkemmin opinnäytetyön tuotoksen eli oppaan syntyprosessia.

7.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallinen opinnäytetyö on työelämästä lähtöisin oleva kehittämistyö. Sen tavoitteena ammatillisessa kentässä on käytännön toiminnan kehittäminen, ohjeistaminen, järjestäminen tai järjeistäminen. (Lumme, Leinonen, Leino, Falenius & Sundqvist 2006.) Opinnäytetyön aiheeksi valitaan yleensä joku koulutusohjelmasta noussut kiinnostava asia tai työelämästä noussut asia, jota lähdetään tutkimaan. Näin pystytään syventämään omia tietoja ja taitoja, jotka voivat mahdollistaa ylläpitämään jo luotuja suhteita työelämään tai löytämään uusia työelämä suhteita. Toiminnallisen opinnäytetyön kannalta onkin usein suositeltavaa löytää toimeksiantaja, jolloin osaamista ja oppimista toteutuu laajemmin ja mahdollisuudet työllistymiseen kasvavat, sillä työprosessi tapahtuu yhteistyössä toimeksiantajan kanssa. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 16.) Tämän toiminnallisen opinnäytetyön aihe nousi vahvasti työelämästä ja työelämässä nousseesta tarpeesta. Toiminnallisessa osuudessa tutkimme sitä, kuinka turvallisuus näyttäytyy ja kuinka sitä voidaan ylläpitää yksilön arjessa. Toiminnallisessa osuudessa saatujen havaintojen pohjalta tuotettiin tehtäviä sisältävä turvallisuusopas aiheeseen liittyen.

Toimeksiannettu opinnäytetyö osoittautuu usein tarkkaan suunnitelluksi ja aikataulutetuksi prosessiksi, joka toteutetaan tiimityöskentelynä. Jotta yhteistyö molemmin puolin onnistuu tulisi prosessiin sitoutua niin opiskelijat kuin toimeksiantaja. Prosessin aikana on hyvä reflektoida omia tietojaan ja taitojaan suhteessa työelämään sekä ratkaista työelämälähtöistä ja käytännönläheistä ongelmaa samalla kehittäen omaa ammattitaitoa. Kuitenkin on tärkeää huomioida, että opinnäytetyön

tekemiseen on ajalliset rajoitteet, jolloin aiheen rajaaminen on erityisen tärkeää. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 17-18.) Turvallisuus aiheena on todella laaja, jolloin lähdimme yhdessä pohtimaan toimeksiantajan kanssa, perusturvallisuuteen liittyviä teemoja. Tästä syystä päädyimme hyvin arkisiin teemoihin ja rajasimme opinnäytetyön sisältämään kolme eri teemaa. Asettamalla rajat teemojen määrälle saatiin luotua raamit työlle, joka taas helpottaa prosessin edistymisessä, sekä tavoitteissa ja tarkoituksessa pysymisessä.

Keskeistä toiminnallisessa opinnäytetyössä on toimintasuunnitelman teko. Toimintasuunnitelma vastaa kysymyksiin, mitä tehdään ja miksi tehdään. Lisäksi se ohjaa johdonmukaiseen päättelyyn tavoitteissa, sekä auttaa sitoutumaan valittuun aiheeseen ja työn edistymiseen.

Toimintasuunnitelman avulla hahmotetaan prosessin kulun eri vaiheet, ideointi-, suunnittelu- ja toteutusvaiheet. Jokaisen vaiheen kohdalla pohditaan, mitkä lähtökohdat toteuttamiselle on ja mitä tietoja eri vaiheiden toteuttamiseen tarvitaan. Toimintasuunnitelmassa on myös hyvä pohtia, kuinka tuotos kustannetaan ja toteutetaan. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 27-28.) Opinnäytetyömme toimintasuunnitelmassa nousi keskeiseksi osaksi toimintakertojen aikataulutus, niiden suunnittelu ja toteutus. Myös toimeksiantajan kanssa sovitut palaverit ovat olleet suuressa roolissa, sillä niiden kautta pääsimme opinnäytetyöprosessiin mukaan ja palavereissa nostettujen asioiden pohjalta pääsimme toteuttamaan työn toiminnallista osuutta.

Hyvän aiheen ja toimintasuunnitelman lisäksi toiminnan kohderyhmään tulee kiinnittää huomiota. Kohderyhmä kannattaa rajata siten, että ongelma jota ratkaistaan koskettaa kohderyhmää. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 39) Tämän opinnäytetyön tapauksessa kyseessä on kehitysvammaisten itsenäinen asuminen ja turvallisuus, jolloin kohderyhmäksi valitsimme kehitysvammaiset nuoret aikuiset ja aikuiset. Heiltä saimme tarvittavaa tietoa, mitä ongelmakohtia turvallisuuteen liittyy, kuinka turvallisuutta ylläpidetään ja kuinka sitä voitaisiin edistää. Kohderyhmän vastauksien avulla osasimme tarttua oikeisiin asioihin, jolloin aihetta saatiin rajattua kohderyhmän tarpeen mukaan.

Toiminnallisen opinnäytetyön tulee aina pohjata ammattiteorialle ja siihen tulee aina sisällyttää teoreettinen viitekehys (Lumme ym. 2006). Teoreettisen viitekehysten avulla tuetaan omia ratkaisuja ja valintoja suhteessa toimintaan. Tietoperusta rakentuu työn kannalta olennaisista tiedoista ja näkökulmista, jolloin saadaan rakennettua viitekehys opinnäytetyön aiheelle. (Vilkkä & Airaksinen 2003. 41-43.) Opinnäytetyölle valittiin aiheeseen liittyvät keskeiset käsitteet, joiden avulla lähdimme rakentamaan viitekehystä työllemme. Opinnäytetyöhön on etsitty ja kerätty tietoa Googlen hakukoneen lisäksi muun muassa Masto-Finna hakupalvelulla.

7.2 Turvallisuusoppaan syntyprosessi

Ammatillisessa kentässä toiminnallinen opinnäytetyö tavoittelee käytännön toiminnan ohjeistamista, opastamista, toiminnan järjestämistä ja järjeistämistä. Työ voi olla ammattialasta riippuen esimerkiksi ammatilliseen käytäntöön suunnattu ohje, ohjeistus tai turvallisuusohjeistus, joiden toteutustapa vaihtelee tarpeen ja tarkoituksen mukaan. Toiminnallisen opinnäytetyön tarkoitus on olla työelämälähtöinen, jossa toteutetaan käytännönläheistä tutkimusta omaan ammattialaan liittyen. (Vilkkä & Airaksinen 2003. 9-10.)

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tuotoksena oli arkiturvallisuutta opas, jonka on tarkoitus olla osa itsenäistyvien kehitysvammaisten muuttovalmennusta. Aivan kuten opinnäytetyön toiminnalliset ohjaukset, myös turvallisuusoppaan sisältö on rakennettu kohderyhmästä koostuneen ohjausryhmän toiveita ja heidän oman elämän asiantuntijuutta kunnioittaen.

Oppaaseen on otettu mallia toimeksiantajan lainaamasta ”Keeping Safe”-oppaasta, joka on englantilaisen Croydon Better Understanding Groupin (BUG) luoma informatiivinen tehtävävihko. Kyseinen teos käsittelee turvallisuutta, pääosin kaupungilla liikkumisen näkökulmasta ja antaa lukijalle hyviä neuvoja siitä, kuinka välttää vaaratilanteita kaupungilla.

Keeping Safe on tehty yhteistyössä paikallisten kehitysvammaisten kanssa ja he ovat esimerkiksi päässeet valokuvattavaksi eri tehtäviä varten.

Vaikka Keeping safe oli hyvin kätevä sisällöllisesti, niin koimme sen ulkonäöllisesti sekavaksi. Esimerkiksi eräässä tehtäväsivuun oli sisällytetty paljon erilaisia kuvia ja laatikoita, sekä pieniä kuvioita. Croydon Better Understanding Groupin tekemän tehtävävihkon asettelu on näyttävä ja herättää varmasti mielenkiintoa, mutta kun visuaalisia ärsykeitä on paljon se voi vaikeuttaa tehtäviin keskittymistä. Selkokeskuksen mukaan huono ja vääränlainen kuvitus vaikeuttaa tekstin ymmärrystä ja pahimmillaan aiheuttaa vääränlaisen tulkinnan. Kuvitukseen tulee panostaa, koska hyvä kuvitus antaa lukijalle tärkeitä ennakkotietoja ja auttaa virittäytymään tekstin lukemiseen. (Selkokuva 2016.)

Opinnäytetyöprosessin alkuvaiheilla tuotosta suunniteltaessa ideana oli se, että oppaan kuvamateriaali koottaisiin kokonaan itse. Kuljimme Lahden kaupungin keskusta-alueella ottamassa havainnollistavia tilannekuvia esimerkiksi turvallisesta pin-koodin näppäilystä ja turvallisista alueista. Totesimme kuitenkin myöhemmässä vaiheessa prosessia, että ohjausryhmän kannalta piirrettyjen kuvien käyttö voisi olla paljon yksinkertaisempaa. Itse tehdyt havainnointikuvat jäivät valmiista oppaasta kokonaan pois, mutta osaa näistä poistetuista kuvista hyödynnettiin myöhemmin ohjauskerroilla. Esimerkiksi liikenneturvallisuudesta tehtyjä ja käsitteleviä videoita käytimme materiaalina ohjauskertana, jolloin teemana oli kaupungilla liikkuminen.

Lopuksi turvallisuusoppaassa päädyttiin käyttämään Papunet.fi-verkkosivuston kuvapankkia, sillä sieltä löytyy yhteensä yli 28 000 kuvaa. Tekijänoikeudellisia haasteita ei ollut opastaa tehdessä, sillä Papunetin kuvapankin materiaali on kaikille vapaassa käytössä. Kuvapankin materiaalia voi muokata ja jakaa vapaasti, kunhan kuvien alkuperäinen lähde on mainittu. Kuvia ei kuitenkaan saa käyttää kaupallisiin tarkoituksiin. (kuvapankki 2017.)

Kun tehdään opetusmateriaalia kehitysvammaisille tai muille erityistä tukea tarvitseville, joilla on vaikeuksia lukea tai ymmärtää kieltä, tulee lopputuloksen olla mahdollisimman helposti ymmärrettävissä. Kielelliset esteet rajoittavat monia toimimasta täysvaltaisena kansalaisena yhteiskunnassa, sillä puhuttu ja kirjoitettu kieli on vaikeasti ymmärrettävää henkilöille, joilla on kielellistä kehitysviivästymää tai jotka tulevat toisesta kulttuurista. Tästä syystä turvallisuusoppaassa on käytetty selkokieltä, joka on yleiskieltä helpompaa suomea. Selkokieli on suomea, mutta sitä on mukautettu sisällöltään, sanastoltaan ja rakenteeltaan helpommin ymmärrettäväksi. (Selkokieli 2015.) Apuna turvallisuusoppaan teossa oli papunet.fi- verkkosivusto, jonka selkokielisivustoihin tutustuessa ja tutkiessa pystyimme hahmottelemaan sen, miltä oppaan kirjallisen sisällön tulisi näyttää, jotta se olisi mahdollisimman miellyttävä lukukokemus selkokielisenä.

Alun perin tarkoituksena oli käyttää verkosta löytynyttä kirjatyökalua Papuria oppaan suunnitteluun ja toteutukseen. Papuri on papunetin ilmainen sovellus, jolla voi tehdä verkkokirjoja. (Papuri-verkkokirjatyökalu 2017.) Papuri ei kuitenkaan soveltunut tämän oppaan tekoon, sillä sen muokkaustoiminnot olivat hyvin rajalliset. Lisäksi kokeilimme oppaan tekoa Microsoft Publisherin avulla, jolla voi esimerkiksi luoda mainoslehtisiä mutta myös tämä ohjelma osoittautui hankalakäyttöiseksi tätä projektia varten. Lopulliseksi työkaluksi turvallisuusvihon luomiseen ja kokoamiseen valikoitui Windowsin Microsoft Word 2016.

Turvallisuusoppaaseen pyrittiin sisällyttämään mahdollisimman paljon tietoa mahdollisimman tiiviissä muodossa. Lisäksi tavoitteena oli saada turvallisuusoppaasta helppolukuinen ja helppokäyttöinen. Informatiivisen tekstin lisäksi oppaaseen on liitetty erilaisia teemaa kertaavia tehtäviä, jotka osallistavat lukijaa pohtimaan arjen turvallisuutta ja kuinka voi omalla toiminnalla vaikuttaa turvallisuuteen omassa arjessa.

Valitsimme oppaaseen samankaltaisia tehtäviä kuin ohjauskerroilla. Oppaan (liite 1.) Kodin turvallisuus- osiossa sijaitseva tehtävä perustuu kertaavalla ohjauskerralla toteutettuun rastitehtävään. On tärkeää, että

itsenäisesti asuvalla kehitysvammaisella on tietoa siitä, kuinka onnettomuustilanteessa tulisi toimia ja siksi hyödynsimme tähän ennalta toimivaksi havaittua tehtävää.

Oppaassa on mukana myös tehtävä, jossa on 8 erilaista väitettä, koskien rahan käyttöä. Lukijan tulee tehtävässä pohtia, ovatko väitteet oikein vai väärin ja valita oikea vastausvaihtoehto. Ohjauskerroilla ei ollut tällaista tehtävää, mutta turvallisuusopasta tehdessä, päädyimme valitsemaan tehtävämuodon sen helppokäyttöisyyden vuoksi. Väitteiden pohjalta kehitysvammaisen henkilön tukena oleva ohjaaja tai vanhempi voi käydä tehtävän asioita yhdessä läpi kehitysvammaisen henkilön kanssa ja auttaa häntä pohtimaan rahan käyttöön liittyviä asioita.

Koska tietovisa oli erittäin pidetty ohjelmanumero eräällä ohjauskerralla, niin päätimme sisällyttää sellaisen myös oppaaseen. Tietovisa kokosi kertaavasti läpikäytyjä aiheita ja kysymyksiä oli tehty jokaisesta oppaassa läpikäydystä teemasta. Tämän lisäksi oppaassa oli tehtävä, jonka tarkoituksena oli toimia samalla eräänlaisena muistilistana. Kyseinen tehtävä tuli toiveena ohjausryhmässä mukana olleilta kohderyhmän jäseniltä.

8 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUKSESTA

Tässä kappaleessa käydään läpi opinnäytetyön toiminnallista osuutta ja avataan tarkemmin toimintakerroilla käytettyjä työmenetelmiä.

Kappaleessa syvennyttään toimintakertojen sisältöön ja kohderyhmän oivalluksiin sekä pohdintoihin liittyen arjen turvallisuuteen.

8.1 Narratiivinen lähestymistapa

Tätä toiminnallista opinnäytetyötä tehdessä toisena vallitsevana työmenetelmänä on ollut tarinallinen, eli narratiivinen lähestymistapa. Narratiivisuuden lähtökohtana on jaetut ja tulkitut tarinat. Tarinoista heijastuu kertojan minuus ja todellisuus ja ne voivat olla joko voimaannuttavia tai puolestaan lamauttavia. Sosiaalipedagogisessa aikuistyössä narratiivia käytetään muun muassa niin, että asiakas kertoo tarinansa ja yhdessä ohjaajan kanssa pohditaan miltä tarina näyttäisi toisen henkilön esimerkiksi perheenjäsenen näkökulmasta. (Vilen 2008, 208-211.) Ohjauskerroilla tarinoita ja kokemuksia on pohdittu yhdessä osallistujien kesken ottaen huomioon sen, että olemme olleet ohjaajina, joten vastuu läpi käydyistä aiheista ja keskustelun kulusta on ollut meillä.

Tarinoita tulkitessa on otettava huomioon se, että juoneen vaikuttavat myös yksilön ulkopuoliset tekijät muun muassa ihmissuhteet sekä yhteiskunta. Lisäksi tulee ottaa huomioon se, ettei yksittäinen tarina voi kertoa aivan kaikkea ihmisen kokemusmaailmasta ja tämän takia tarina sisältää aina ristiriitoja ja epäjohdonmukaisuuksia. (Vilen 2008, 208-211.) Kun asiakas on kertonut kokemuksiaan, olemme yhdessä etsineet niitä ulkopuolisia tekijöitä, jotka ovat vaikuttaneet tähän kokemukseen, koska kaikki tapaturmat eivät ole itsestä riippuvia. Olemme yhdessä pohtineet ulkopuolisten tekijöiden vaikutusta ja sitä, kuinka ne voi ottaa itse huomioon.

Narratiiviselle lähestymistavalle on tyypillistä se, että kaikilla yksilöillä on erilaisia kykyjä ja taitoja sekä sitoumuksia, joiden avulla hän kohtaa haasteet. Ihmistä ei lähestytä leimaavasti vaan yhteistyössä ja yksilöä

pidetään oman elämänsä asiantuntijana. Narratiiviselle työtavalle on myös ominaista, että ei ole olemassa yhtä ainoata suuntaa ja toiselle esitetään kysymyksiä joihin ei etukäteen välttämättä tiedetä vastauksia. (Morgan 2008, 12.)

8.2 Ratkaisukeskeinen lähestymistapa

Toisena työmenetelmänä on käytetty ratkaisukeskeistä lähestymistapaa, jossa syiden etsimisen sijaan vahvistetaan asiakkaan voimavaroja, keskittymällä ongelman ratkaisemiseen. Ratkaisuja etsitään nykyhetkestä ja tulevaisuudesta. Tällöin menetelmä on selkeästi tavoitteellinen, koska menetelmän avulla pyritään muutokseen asiakkaan elämässä.

Ratkaisukeskeisen lähestymistavan pariin voidaan ottaa voimavarakeskeisyys, sillä tässä lähestymistavassa voimavarat ovat suuressa roolissa ratkaisun löytämiseksi. Voidaankin puhua ratkaisu- ja voimavarakeskeisestä ajattelutavasta, sillä menetelmä voidaan nähdä tapana ajatella, katsoa maailmaa ja elää maailmassa sekä tapana olla suhteessa ja vuorovaikutuksessa toisen kanssa. (Vilen, Leppämäki, Ekström 2008. s. 123-124.) Osallistujien kanssa käytiin ongelmien lisäksi onnistumisia läpi ja näiden kokemusten perusteella osoitimme, että osallistujilla on paljon voimavaroja, joka mahdollistaa heidän itsenäisen asumisen. Kohderyhmäläiset, jotka osallistujat toiminnallisiin ohjaukseroihin toimivat tässä opinnäytetyössä kokemusasiantuntijoina.

Ratkaisukeskeisessä lähestymistavassa ei oleteta, että ongelmat olisivat helposti ratkaistavissa. Tärkeää on, että ihminen tulee kuulluksi juuri sellaisena, kuin kokee elämäntilanteensa juuri sillä hetkellä.

Menetelmässä vuorovaikutus toisen ihmisen kanssa on tärkeää, jotta ihminen voi tarkastella tilannetta dialogissa toisen kanssa tai löytää uuden näkökulman omaan tilanteeseensa. Asiakkaan näkemykset ja kokemukset kertovat merkittävän paljon siitä millaisessa maailmankuvassa ja todellisuudessa ihminen elää ja mikä on hänelle totta. Työntekijän tai ohjaajan tehtävänä on muokata todellisuutta yhdessä asiakkaan kanssa, siten, ettei työntekijä anna suoraa keinoa ratkaista tilannetta, vaan asiakas

itse löytäisi voimavarat oman tilanteensa parantamiseksi. (Vilén ym. 2008. s.125 – 127.) Ohjauskerralla toimintaan osallistuville ei annettu suoria vastauksia tehtäviin, vaan ne etsittiin yhdessä.

8.3 Ryhmänohjaus ja vuorovaikutus

Aalto (2014) korostaa yksilön luontaista tarvetta kuulua johonkin ryhmään. Tämä johtuu siitä, että ihmisillä on sosiaalisuuteen liittyviä tarpeita ja halua kuulua sellaiseen ryhmään, jossa hän kokee voivansa ilmaista itseään mahdollisimman avoimesti ja totuudenmukaisesti. On olemassa myös yksilöitä, joilla on rohkeutta olla rehellinen melkein missä tahansa ryhmässä, mutta ryhmän turvallisuuteen voi kuitenkin vaikuttaa kuka tahansa. (Aalto 2014, 17.)

Jotta voidaan rakentaa ryhmä, jossa jokainen voi tuntea olonsa turvalliseksi vaaditaan sen muodostamiseen vuorovaikutustaitoja. Yksi merkittävimpiä tekijöitä turvallisen ryhmän rakentamisessa on ryhmän ja ohjaajan välinen vuorovaikutus. Hyvä vuorovaikutus koostuu monista eri osista. On tärkeää, että vuorovaikutus oman itsensä kanssa on kunnossa, sillä se on samalla perusta muille vuorovaikutustaidoille. Kun ymmärtää itseä ja omia tunnetilojaan on helpompi kommunikoida muiden kanssa (Aalto 2002, 8, 12.)

Erimielisyydet synnyttävät usein kitkaa, sillä ne aiheuttavat usein meissä erilaisia tunteita. On siis erittäin tärkeää, että keskusteluun osallistuvat kykenisivät kuuntelemaan toisiaan tarkasti pohtien sitä mitä toinen osapuoli todella tarkoittaa sanoessaan jotain ja miksi hän niin ajattelee (Aalto 2012, 8.) Kehitysvammaisilla on usein rajoittuneet kommunikaatiotaidot, jolloin erimielisyyksien ja erilaisten vuorovaikutuksellisten ristiriitojen ratkominen voi olla erityisen haasteellista. Toisen asemaan asettuminen tai toisen tunnetilojen ymmärtäminen voi olla hankalaa, kun oma kyky vastaanottaa vuorovaikutuksellisia viestejä on rajoittunut ja omien tunteiden sanoittamisessa on problematiikkaa.

Myös pahaa oloa tulisi pystyä ilmaisemaan siten, että siihen reagoiminen ei aiheuttaisi lisää vaaraa ryhmän sisäiselle dynamiikalle (Aalto 2002, 8). Toisin sanoen negatiivisiin tunteisiin ei tulisi vastata negatiivis-sävytteisillä tunteilla vaan sen sijaan pitäisi pyrkiä löytämään tilanteeseen ratkaisu empaattisin keinoin, joka luo yhteisymmärrystä ryhmäläisten välille.

Hyvä ohjaaja hallitsee kohtaamisen taidon, jonka lähtökohtana on ettei yksilö tiedä aivan kaikkea ja haluaa rikastuttaa itseään kuuntelemalla toisten mielipiteitä sekä näkökulmia (Aalto 2002, 34.) Ohjaajina kohtasimme asiakasryhmän tasavertaisena, kunnioittaen ryhmän kokemuksia ja näkemyksiä. Ohjausta ja näkökulmia annettiin erilaisiin tilanteisiin ja ohjattavien tarinoihin, mutta myös opimme itse tilanteista, joita kohderyhmän henkilöt olivat kokeneet.

Aalto (2002) mainitsee myös erääksi tärkeäksi vuorovaikutuksen osaksi palautteen antamisen ja saamisen. Korjaavan palautteen, eli kielteisen kritiikin vastaanottaminen koetaan usein ikäväksi, sillä usein se mielletään omien heikkouksien esiin nostamiseksi. Ryhmän sisäisen turvallisuuden muodostumisen kannalta olisi kuitenkin tärkeää, että jokaiselle ryhmän jäsenelle löytyisi yksilöllinen tapa käsitellä ja reagoida kielteiseen kritiikkiin, sillä ryhmän jäsenten keskinäinen luottamus lisääntyy kun opitaan antamaan rakentavasti kielteistä kritiikkiä niin, että se parantaa yhteistyötä. (Aalto 2002, 9.)

8.4 Ohjauskerrat

Tätä opinnäytetyötä lähdettiin tekemään asiakkaiden kokemusten ja toiveiden pohjalta. Turvallisuus aiheena on erittäin laaja, joten rajasimme aiheen opinnäytetyön resursseihin sopivaksi. Pohdimme toimeksiantajan ja kohderyhmän kanssa sopivia aiheita ja keskusteluissa nousi vahvasti esille kolme aihealuetta. Opinnäytetyömme päättyi käsittelemään seuraavia teemoja: kodin turvallisuus, rahan käyttö ja ulkona liikkuminen. Syvennyimme näihin aiheisiin ja toteutimme toimintakerrat aihealueittain.

Ennen varsinaisia ohjauskertoja, kävimme Moiskulla mainostamassa toimintakertoja ja kuuntelemassa kohderyhmän kokemuksia ja ajatuksia aiheista, jotka oli valittu opinnäytetyöhön. Tapaamisten tarkoituksena oli myös tutustua Moiskun asiakkaisiin, sekä kartoittaa, kuinka moni Moiskun asiakkaista olisi kiinnostunut tulemaan mukaan ohjauskertoihin. Ennen varsinaisia ohjauskertoja kartoitimme myös, millaisissa asunnoissa asiakkaat asuivat ja asuivatko he yksin vai kumppanin kanssa.

Ohjauskertamme rakentui ennalta suunnitellun materiaalin pohjalle, mutta kuitenkin siten, että kohderyhmän kanssa käytiin avointa keskustelua koko ohjauskerran ajan. Pidimme tärkeänä, että kohderyhmä sai tuoda mahdollisimman paljon esille omia havaintojaan ja kokemuksiaan. Keskusteluiden pohjalta syvennyimme valittuihin aiheisiin erilaisilla osallistavilla työmenetelmillä. Menetelmiä valitessamme otimme huomioon kohderyhmän tason ja toteutimme ohjauskerrat kohderyhmän toimintakyvyn mukaisesti. Kaikki kohderyhmän jäsenet huomioitiin ohjauskerroilla ja pidimme myös huolen siitä, että kaikki osallistujat ymmärsivät käsiteltävän aiheen.

Jokaisella ohjauskerralla oli niin sanottu vastuuhjaaja, jonka vastuulla oli suunnitella oman ohjauskertansa rakenne ja olla vastuussa sen ohjauksesta. Tällä varmistettiin, että työnjako oli tasapuolinen ja kaikki pääsivät ohjaamaan ja toteuttamaan yhden ohjauskerran, muiden ryhmäläisten tuella.

Ohjauskerrat pidettiin Moiskulla tiistaisin ja perjantaisin kahden viikon ajan ja niitä oli yhteensä neljä. Jokaisen ohjauskerran aikataulu rakenne oli sama: ohjauskerran valmistelu, kohderyhmän kanssa kahvittelu ja fiilisrinki, ohjauskerran toiminnallinen ohjaus, palaute kohderyhmältä ja lopetus. Jokaisen ohjauskerran toteutus kesti noin 1,5 tuntia. Jokainen ohjauskerta valmisteltiin hyvin ennen kohderyhmän paikalle saapumista.

Toimintaan jonka tarkoituksena on oppiminen voi osallistujien motivaatio tai valmistautuminen olla heikkoa, joten ryhmänohjaus on syytä aloittaa lämmittelyharjoituksella. Se auttaa osallistujia virittäytymään käsiteltyyn

teemaan ja lisää heidän kiinnostusta. (Aalto 2000, 171.)

Jokainen ohjauskerta aloitettiin pullakahveilla rennon tunnelman luomiseksi. Lisäksi pidimme fiilisringin, jonka ajatuksena oli kuulla osallistujien odotuksia ja tunteita tulevasta ohjauskerrasta. Ohjauskerran toiminnan toteutuksen jälkeen keräsimme palautteen.

8.4.1 Turvassa kotona

Ensimmäisenä aiheena oli kodin turvallisuus, käsitteimme yleisimpiä tapaturmia, joita kodissa voi sattua. Ensiksi kysyttiin ohjaukseen osallistuvilta, minkälaisia asioita heille tulee mieleen kyseisestä aiheesta sekä mahdollisia kokemuksia kodin tapaturmista ja onnettomuuksista. Esiin nousi muun muassa palo- sekä sähköturvallisuus.

Hyödynsimme ohjauskerralla www.kodinturvallisuus.fi- verkkosivuston paloturvallisuutta käsitteleviä videoita, joiden pohjalta herätelimme keskustelua ohjauskerralle osallistuneiden kesken. Videoissa demonstroitiin vaaratilanne ja näytettiin mitä pahimmillaan voi tapahtua, jos on varomaton kotona esimerkiksi sähkölaitteiden kanssa. Osallistujilta kysyttiin, mitkä asiat johtivat vaara- tai tapaturmatilanteeseen ja kuinka niitä voi välttää. Lyhyen keskustelun jälkeen jatkoimme videon katselua, jossa lopuksi näytettiin, mitkä ovat yleisimmät syyt vaaratilanteelle ja kuinka ne voi välttää.

Valitsimme esitettäväksi videoiksi ruuan laiton, kynttilät, kodin sähkölaitteet, toimiminen hätätilanteissa sekä vesivahingot. Verkkosivusto valikoitui työkaluksi siksi, että sivuston videot ovat virallisia koulutusvideoita, jotka on toteutettu ja kuvattu - Turvallisen Rakentamisen ja Asumisen Edistämisen hankkeessa. Kyseisessä hankkeessa oli mukana Pohjois-Savon Pelastusalan Liitto ry sekä Pohjois-Savon Pelastuslaitos. Näillä tahoilla on ensisijaista tietoa siitä, millainen on turvallisen asumisen koti. (Pohjois-Savon Pelastusalan liitto.) Videot näyttivät konkreettisesti sen mitä voi onnettomuuksissa pahimmillaan tapahtua ja niiden pohjalta oli luontevaa jatkaa keskustelua aiheesta ohjausryhmän kanssa.

Ohjauskertaa toteuttaessa kävi ilmi, että monille videoissa esitettävät asiat olivat ennestään tuttuja, mutta jotkut oppivat myös uusia asioita ja kohderyhmä toi tätä esille osallistumisellaan. Keskustelujen pohjalta vahvistui käsitys siitä, kuinka konkreettinen turvallisuustieto oli heikohkoa verrattuna oletuksiin. Vahvasti nousi esiin se, ettei heillä ollut tietoa esimerkiksi sähköpaloista ja siitä, kuinka sähköpalo voi syntyä sekä siitä, kuinka tärkeää on pitää sähköjohdot siistinä pölystä. Toisena ohjausryhmän nostamana aiheena nousi esiin mikroaaltouuni ja sen aiheuttamat vaaratilanteet. Mikroaaltouuni on monelle lähes päivittäin käytettävä kodinkone, mutta kohderyhmälle oli uutta esimerkiksi se, ettei kaikkia ruokailuvälineitä ja astioita saa mikroaaltouuniin laittaa.

8.4.2 Vastuullinen rahankäyttö

Kehitysvammaisen henkilön toimeentulo koostuu työkyvyttömyyseläkkeestä sekä takuueläkkeestä. Lisäksi hän voi saada työstään palkkaa noin 730 euroa kuukaudessa (Hakola M 2017.) Lisäksi suurin osa heistä käy työtoiminnassa tai avotöissä ja ansaitsee hieman enemmän. Toisilla on edunvalvoja, toiset taas ovat lähes täysin vastuussa omasta rahankäytöstä. Haastattelujen perusteella lähes jokaisella ohjausryhmän jäsenellä oli käytössään ns. viikkoraha.

Tämän ohjauskerran osallistavina menetelminä olivat näytelmät ja kuvakortit. Halukkaat pääsivät osallistumaan näytelmiin, joissa esitettiin erilaisia rahankäyttöön liittyviä tilanteita kuten pankkiautomaatin pin-koodin näppäilemistä. Tilanteet oli rakennettu niin, että näytelmässä mukana ollut ohjaaja toimi esitettävissä tarkoituksella väärin. Tämä asettelu oli selitetty etukäteen näytelmässä mukana olevilla ja yhdessä luotiin tilanteita, joiden jälkeen yhdessä ohjausryhmän kanssa pohdittiin sitä, mikä tilanteessa meni väärin ja sitä, kuinka tällaisissa tilanteissa tulisi toimia. Lisäksi oli yhteistä keskustelua siitä, kuinka rahaa käytetään ja kuinka sitä tulisi käyttää.

Lopuksi käytettiin kuvakorttitehtävää, jota ratkottiin pareittain. Tehtävässä tuli järjestää kuvat siten, kuinka he itse ensisijaisesti rahansa käyttäisivät

yhdeksästä annetusta vaihtoehdosta. Tämän tehtävän tarkoituksena oli havainnoida sitä, mihin kehitysvammaisilla rahaa yleensä kuluu ja mihin taas rahaa käytetään paljon harvemmin.

Tältä kerralta on kerätty kirjallista palautetta ja kommenttien perusteella kohderyhmälle oli jäänyt kaikin puolin positiivinen mieli. Näytelmät sujuivat kohderyhmän mielestä hyvin ja herättivät keskustelua. Pareittain tehty kuvakorttitehtävä sujui myös hyvin ja siihen paneuduttiin hartaudella. Kohderyhmä koki kyseisen tehtävän mieluisaksi, kun se tehtiin pareittain eikä yksinään. Kohderyhmällä oli hyvin hallussa se, missä kannattaa säilyttää arvotavarat kaupungilla kuljettaessa, mutta oppaaseen toivottiin silti listaa tavaroista, joita kannattaa olla mukana kun poistuu kotoa. Monille oli epäselvää se, mitä tehdä, jos omaisuutta varastetaan tai jos se katoaa. Palautteesta nousi kuitenkin esiin, että videot ja niiden pohjalta keskusteleminen oli kohderyhmän mielestä mielenkiintoisempi tapa lähestyä opittavaa aihetta.

8.4.3 Itsevarmana kaupungilla

Kolmannella ohjauskerralla käytiin läpi kaupungilla liikkumiseen liittyvää turvattomuutta, uhkia ja vaaratilanteita. Tällä ohjauskerralla työmenetelminä toimi narratiivinen ja ratkaisukeskeinen työote. Käytimme ohjauskerralla apuna itse tehtyä Powerpoint esitystä. Powerpointiin kerätyn materiaaliin liittyvien kysymysten avulla pohdittiin kohderyhmän kanssa muun muassa sitä, mitkä asiat aiheuttavat heidän mielestä turvattomuutta, sekä yleisiä liikenneturvallisuuteen liittyviä asioita kuten heijastimen käyttöä ja liikennesääntöjä.

Powerpoint esityksen tarkoituksena oli herättää kohderyhmässä keskustelua kodin ulkopuolella liikkumisesta ja mitkä tilanteet aiheuttavat turvattomuuden tunnetta kaupungilla. Keskustelua johdatettiin siten, että kohderyhmä itse löytäisi kuvien ja videon avulla ratkaisun tilanteeseen. Kuvien kautta käsiteltiin liikenneturvallisuutta, heijastimen tarpeellisuutta ja muita uhkaavia tekijöitä kaupungilla.

Liikenneturvallisuutta käsiteltiin turvallinenkaupunki.fi verkkosivusta saatavia liikennetilanne kuvilla, joiden kautta pohdittiin jalankulkijan ja autolla kulkevien vastuita ja velvollisuuksia, sekä kuinka välttää onnettomuudet liikenteessä. Käsittelimme tilanteita kahdesta näkökulmasta, kuinka toimia itse oikein liikenteessä, samalla muistaen, että joku toinen voi tehdä virheen, joka voi aiheuttaa onnettomuuden. Heijastimen tarpeellisuudesta puhuttiin myös tilanteita käsiteltäessä. Liikenneturva.fi sivustolta löytyvän animaation avulla (<http://extrat.liikenneturva.fi/heijastin/>) havainnollistimme, kuinka tärkeää heijastimen käyttö on. Animaation avulla pystyi itse säätelemään auton valoja, sekä kävelijän ja autoilijan etäisyyttä toisistaan, jolloin nähtiin, kuinka heijastin käyttäytyy pimeällä ja lisää kävelijän näkyvyyttä.

Ohjaukerralla nousi vahvasti esiin, kuinka kohdata tuntemattomia ihmisiä tai kuinka välttyä tilanteelta, jos joku toinen ihminen vaikuttaa uhkaavalta, on päihtynyt tai alkaa huudella. Kohderyhmä koki päihtyneet ja huutelevat ihmiset epämiellyttäväksi, joka loi turvattomuuden tunnetta. Pohdittu kohderyhmän kesken kuinka välttää tällaisia tilanteita. Kävimme myös läpi videon avulla tilanteen, jossa tuntematon tulee kysymään autokyytiä, kuinka toimia. Ryhmä koki parhaaksi ratkaisuksi, lähteä kaupungilta pois ajoissa, vaihtaa kadun toiselle puolelle uhkaavan henkilön tullessa vastaan, välttää menemästä tuntemattoman kyytiin ja kulkea illalla muulla tavoin kuin kävellen.

Ohjaukerta lopetettiin kahoot.it- sivuston tietovisaan. Kahoot! on norjalaisten kehittämä ilmainen verkkosivu ja sovellus, jonka kautta pystyy itse tekemään erilaisia tietovisoja. Kahoot on luotu pedagogiseksi työkaluksi ja koska se toimii internetin kautta, voi sitä pelata kuka tahansa yli 180 eri maassa. (Kahoot! 2017.) Valitsimme Kahoot !-sivuston yhdeksi toiminnalliseksi menetelmäksi, sillä pohdimme, että helppokäyttöisyytensä vuoksi se soveltuisi hyvin myös ohjausryhmälle. Tämän lisäksi Kahoot! oli meille uusi sovellus, joten arvelimme sen herättävän mielenkiintoa ja intoa osallistua.

Tekemämme Kahoot-visa käsitteli sen kertaisen ohjauskerran teemaa, eli kaupungilla liikkumista. Kysymykset pyrittiin laatimaan monipuolisiksi ja käsittelemään niitä aiheita, joita ohjausryhmä oli nostanut eniten esiin haastatteluissa. Mukana oli kysymyksiä muun muassa siitä, mitä tehdä, jos omaisuutta katoaa tai kuinka toimia, jos kadulla tuntematon tulee kysymään henkilökohtaisia tietoja (KUVIO 1.)

Kahoot! – tietovisaan pystyi osallistumaan jokainen, sillä osallistujat liittyvät peliin kirjautumalla omalla mobiililaitteella verkkosivuille ja syöttämällä sivustolla näkyvä sisäänkirjautumiskoodi, joka näkyy tietovisan luoneen käyttäjän antamassa linkissä. Kysymykset heijastettiin valkokankaalle ja vastaaminen tapahtui niin, että jokainen pelaaja valitsi mobiililaitteellaan sen kuvion, joka annetuista vastausvaihtoehdoista vastasi parhaiten heidän mielipidettään. Oikeista vastauksista sai pisteitä ja tietovisan päätyttyä pelaajat pystyivät tarkistamaan sijoituksensa pistetaulukosta.



KUVIO 1. Näyttökuva ohjauskerralla käytetystä Kahoot!-tietovisasta.

8.4.4 Kertausta edellisistä ohjauskerroista.

Viimeinen ohjauskerta suunniteltiin siten, että siinä kertautuisi edellisten ohjauskertojen teemat. Arkiturvallisuuden teemaa oli koottu pääosin edellisten ohjauskertojen pohjalta. Kuulumisien vaihtamisen jälkeen siirryttiin kolmen pisteen rastirataan. Kohderyhmä jaettiin pieniin tiimeihin, jotka vuorollaan kiersivät rastilta toiselle suorittaen erilaisia

tehtäviä. Ajanhallinnan kannalta oli tärkeää, että jokaisen tehtävän suorittamiseen ja perehtymiseen oli varattu tietty aika, koska oltiin varauduttu siihen, että toiset suoriutuvat nopeammin ja toiset hitaammin. Tiivistettynä rastiradan ideana oli se, että jokaisella pisteellä oli edellisiin ohjaukseroihin liittyvä tehtävä, joita suoritettiin yhteistyön keinoin ja tarvittaessa ohjaajat auttoivat tehtävissä muun muassa vinkkejä antamalla.

Koska koimme suunnitteluvaiheessa tärkeäksi sen, että kohderyhmä osaisi toimia hätätilanteessa, niin järjestimme yhden rastin niin, että heidän tuli rakentaa toimiva tarina koskien onnettomuuspaikalla toimimista. Tällä rastilla hyödynnettiin narratiivista, eli tarinallista ohjausta sekä papunetin kuvapankista tulostettuja kuvia. Tehtävänantona oli laittaa esillä olevat kuvat oikeaan järjestykseen ja tarkoituksena oli niiden avulla havainnollistaa ja muistuttaa mieleen kuinka tulee toimia hätätilanteessa.

Kodin turvallisuuden teema nostettiin esiin toisessa rastissa. Siellä tehtävänä oli etsiä ja ympyröidä tulostetuista kuvista asioita tai esineitä jotka voivat olla vaaratilanteen aiheuttajia kotona. Kolmannella rastilla katsottiin kaupungilla liikkumiseen liittyviä videoita, joissa tilanne oli tarkoituksella rakennettu niin, että asiat meni siinä pieleen. Täten ohjattavien tehtäväksi jäi pohtia, kuinka tilanteessa tulisi toimia oikein.

Tältä toimintakerralta keräsimme myös palautetta kohderyhmäisiltä. Kohderyhmän henkilöt olisivat toivoneet toimintakertoja enemmän, sillä olivat viihtyneet toiminta kerroilla. Kiitimme Moiskulaisia osallistumisesta ja siitä, että olivat suurena apuna, että saimme opinnäytetyömme toteutumaan.

9 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

9.1 Etiikka

Sosiaalialan työtä tehdään monenlaisissa toimintaympäristöissä ja sosiaalialan ammattilainen kohtaa asiakkaita, joilla on erilaisia elämäntilanteita. (Talentia 2013, 5.) Myös tämän opinnäytetyön yhteydessä on toimittu erilaisten asiakkaiden kanssa ja eettisyys on pyritty ottamaan huomioon etenkin toiminnallisen osuuden suunnittelu- ja toteutusvaiheessa.

Ohjaukset suunnitellessa on pyritty ottamaan huomioon asiakkaiden taustat ja heidän omat resurssit, sillä tavoitteena on ollut luoda toimintakerroista kaikille mieluisia ja vaikeusasteeltaan sopivia. Koska itsemääräämisoikeus on tärkeä osa kohderyhmän arkea, on sitä hyvä tarkastella myös opinnäytetyömme ja sen toteutuksen kannalta.

Talentia (2013) painottaa tärkeänä osana ammattietiikkaa sitä, kuinka sosiaalialan ammattilaisen tulisi edistää asiakkaan osallisuutta siinä määrin, että se lisää tämän mahdollisuuksia olla vaikuttamassa hänen omaa elämäänsä koskeviin toimiin sekä päätöksiin (Talentia 2013, 8.) Opinnäytetyössämme osallisuutta on pidetty yhtenä kulmakivenä ja alusta alkaen olemme pitäneet ohjausryhmän osallistumista toiminnallisen osuuden sekä tuotoksen suunnitteluun tärkeänä osana toteutumista. Kun ohjattavilta on saatu kerättyä kommentteja odotuksista ja toiveista koskien ohjaukset niin on ollut helpompaa rakentaa sisältöä toimintakerroille. Käytännössä siis toimintakerrat on räätälöity siten, että ne ovat kunnioittaneet kohderyhmää ja heidän toiveita ja osaamistaan.

9.2 Palaute

Saimme paljon kiitosta ryhmänohjaustuokioista osallistujilta ja he pitivät aihetta erittäin tärkeänä. Osallistujamäärät vaihtelivat kertojen välillä, mukana oli sellaisia, jotka osallistuivat joka kerralla, mutta joka kerralla oli

myös jokunen uusi osallistuja. Aktiivisimmat osallistujat olivat mukana alusta alkaen, jo suunnitteluvaiheesta lähtien.

Osa osallistujista koki voimaantuneensa tämän opinnäytetyön aikana, koska pääsivät vaikuttamaan ohjauksetojen sisältöön ja tuomaan oman mielipiteensä ilmi. Osallistujat olivat mielissään siitä, että Moiskulla oli ohjattua toimintaa, jonka suunnittelussa he saivat itse olla mukana, niin paljon kuin halusivat ja kykenivät.

Voimaantuminen on sekä sisäinen että sosiaalinen prosessi ja se lähtee aina ihmisestä itsestään, eikä voimaa voi antaa toiselle.

Voimaantumisprosessia voidaan kuitenkin tukea. Kehitysvammaisen tärkeää kokea olevansa arvostettu, jotta voi vaikuttaa omaan elämäänsä, asettaa tavoitteita tai tehdä omia päätöksiä ja olemaan osa yhteiskuntaa. (Voimaantuminen 2016.)

9.3 Toiminnallisten ohjauksetojen arviointi

Keskustelu oli hyvin runsasta ja lähes kaikki halusivat sanoa jotain kaikilla ohjauksetoilla sekä tutustumisvierailuilla. Ohjauksen haasteena oli saada heidät pysymään aiheessa ja varmistamaan, että puheenvuorot olivat mahdollisimman tasaiset. Näin pyrittiin varmistamaan, että jokaisella oli mahdollisuus osallistua. Ohjauksetojen rakenne ja sisältö pyrittiin pitämään mahdollisimman mielekkäänä, koska ohjauksetot toteutettiin heidän vapaa-ajallaan.

Tehtävät koettiin hyvinä ja tarpeeksi mielenkiintoisina, kaikki jaksoivat keskittyä aiheeseen koko tunnin ajan. Suurin osa tehtävistä sujui niin kuin olimme suunnitelleet, mutta osallistujat eivät kokeneet fiilisrinkiä omakseen eivätkä halunneet tai osanneet kertoa, mitä odottaa tai millä mielellä osallistuivat ohjauksetotaan. Sen sijaan vapaamuotoisempi kahvittelu osoittautui tärkeäksi tavaksi saada keskusteluyhteys ohjauksetryhmään, sillä keskustelu oli siinä vapautuneempaa verrattuna ajallisesti rajoitettuun fiilisrinkiin. Kahvittelun aikana käytiin jo hieman ohjelmaa läpi, joten pystyimme aloittamaan toiminnanohjauksen heti kahvittelun jälkeen. Hyvä

suunnittelu tuotti tulosta ja pysyimme jokaisella kerralla hyvin aikataulussa, eikä ohjauskerroista yksikään venynyt suunniteltua aikataulua pidemmäksi.

Kuten luvussa 8. mainittiin, niin ohjauskertojen aikana kävi vahvasti ilmi se, että monella oli teoreettinen tieto hallussa mutta käytäntö ei niinkään. Suurimmalle osalle käydyt aiheet olivat ennestään tuttuja ja heillä tuntui olevan paljon tietoa aiheesta. Keskustelujen edetessä kävi kuitenkin ilmi se, että käytännön taidot olivat puutteellisia. Esimerkiksi moni tuntui tiedostavan, että tavaroista tulee pitää huolta ja laukut sekä reput tulee pitää kiinni, mutta silti heillä oli tavarat usein hukassa ja ne olivat jääneet vartioimatta.

Kehitysvammaisuuteen liittyy usein eri tason hankaluuksia vuorovaikutustaidoissa, puheen tuotossa tai ymmärtämisessä. On tärkeää, että myös kehitysvammainen kohdataan kaikissa tilanteissa aitona kommunikaatiokumppanina. Kun viestintä toimii vastavuoroisesti, niin voidaan saada onnistumisen kokemuksia, jotka kannustavat välittämään ja vastaanottamaan viestejä ja osallistumaan dialogiin, eli vuoropuheluun mahdollisista vaikeuksista huolimatta. (kommunikaatio, 2015.) Ohjausryhmä osoittautui aktiiviseksi ja moni osallistujista oli hyvin puheliaita. Ohjauskerroilla käytiin paljon keskustelua, mutta välillä ohjattavat innostuivat puhumaan sellaisista puheenaiheista, jotka eivät ohjaukseen liittyneet. Tästä huolimatta koemme, että ohjauskerrat ovat sujuneet hyvin ja että olemme onnistuneet ryhmäohjauksessa.

Narratiivisuus on ollut suurena osana tätä opinnäytetyötä ja se on ollut toinen kahdesta lähestymistavasta. Narratiivisuus on ollut keskeinen osa opinnäytetyöprosessia, sillä ajatusta asiakkaiden oman elämän asiantuntijuudesta on pidetty tärkeänä aivan alusta asti.

Kokemusasiantuntijoilta kerätty palaute on ollut merkittävässä osassa niin ohjauskertojen kuin turvallisuusoppaan suunnittelua, sillä he osaavat kertoa parhaiten, mitä haluavat tietää turvallisuutta koskevista asioista.

Kohderyhmän kanssa vuorovaikutus on ollut narratiiviselle tavalle tyypillistä, sillä ohjausryhmää ollaan lähestytty siten, ettei heidän ole tarvinnut kokea pelkoa siitä, että he tulisivat leimatuksi. Moisku on matalan palvelun kohtaamispaikka, joten on tärkeää, että ohjattu toiminta noudattaa sitä periaatetta. Ohjauskerroilla pyrittiin välttämään hierarkkisuuutta, joten ohjaajat eivät asettaneet itseään ohjattavien yläpuolelle missään suhteessa, vaan joka kerta Moiskussa vieraillessa pyrittiin pitämään rento ilmapiiri niin, ettei kenenkään tarvitsisi jännittää opiskelijoiden läsnäoloa. Lisäksi tavoitteena oli, että kaikki halukkaat pääsivät osallistumaan ohjattuun toimintaan ja vaikuttamaan, jolloin voidaan sanoa, että opinnäytetyöprosessissa olleille kehitysvammaisille ollaan onnistuttu luomaan kokemuksia osallisuudesta. Kun osallistujille on saatu luotua kokemuksia siitä, että he ovat pystyneet ja pystyvät tulevaisuudessa vaikuttamaan asioihin, voidaan sanoa, että myös eettinen puoli opinnäytetyöprosessissa on toteutunut.

Koska kehitysvammaisilla on haasteita syy-seuraus-suhteiden hahmottamisessa, on tärkeää muistuttaa heitä siitä, että teoilla on seurauksia. Ohjauskerroilla havainnollistettiin paljon niitä asioita, joiden takia tapaturmia etenkin kotiloissa syntyy. Tämän lisäksi keskusteltiin siitä, kuinka omilla valinnoilla pystyy ehkäisemään tapaturmia.

Myös ratkaisukeskeinen lähestymistapa ilmeni monin eri tavoin opinnäytetyöprosessissa. Tavoitteena oli pyrkiä ohjauskertojen avulla muuttamaan ja laajentamaan mukana olleiden kehitysvammaisten käsitystä arjen turvallisuutta koskien.

9.4 Turvallisuusoppaan arviointi

Turvallisuusopas kirjoitettiin selkokielellä, joten arvioimme sivumäärän olevan suhteellisen pieni verrattuna vastaavaan teokseen, joka olisi kirjoitettu virallisella suomen kielellä. Sivumäärästä huolimatta oppaaseen on tiivistetty kaikki oleellisin tieto koskien opinnäytetyömme aihetta.

Selkokieliisyys on ollut yksi merkittävimpiä elementtejä, joka on ohjannut toiminnallisen opinnäytetyömme tuotoksen kehittämisprosessia.

Turvallisuusoppaan sisältö pyrittiin rakentamaan selkokielen perusteiden ja niin, että se olisi lukijalle mahdollisimman helposti ymmärrettävässä muodossa. Ulkoasua suunniteltaessa karsittiin liiallinen kuvitus, sillä kieltä on vaikea ymmärtää, jos visuaalisia ärsykejä on liikaa. Koska selkokieli on virallista suomen kieltä yksinkertaisempaa, voidaan sitä käyttää pienten kirjojen ja oppaiden tekoon.

Itse turvallisuusopasta emme aikataulujen puitteissa ehtineet esitellä kohderyhmälle, joten siitä ei ole saatavilla palautetta ohjattavilta tai toimeksiantajalta. Kuitenkin muun opinnäytetyöprosessia koskevan palautteen perusteella järjestämäämme toimintaan ollaan oltu kaikin puolin positiivista. Ryhmänohjauskerroissa on opittu paljon uutta ja täten olemme onnistuneet ohjaamaan ohjausryhmän jäseniä kohti turvallisempaa arkea.

10 JATKOKEHITYSMAHDOLLISUUKSIA

Tärkeä osa opinnäytetyöprosessia on se, että aiheen tulee olla hyvin rajattu, ottaen huomioon opinnäytetyön laajuuden. Tästä syystä ei ollut mahdollista ottaa mukaan kaikkia niitä aiheita, joita alkuhaastatteluisa tuli ilmi. Valitsimme siksi käsiteltäväksi vain ne kolme, jotka nousivat eniten esille haastatteluiden perusteella.

Muita esiin nostettuja teemoja oli muun muassa pelaaminen ja nettiturvallisuus. Erityisesti nuoret kertoivat olevansa mukana sosiaalisessa mediassa ja käyttävänsä internetiä päivittäin. Haastattelujen perusteella nousi esiin huoli siitä, tietävätkö he mitä kaikkea itsestä kannattaa kertoa netissä ja mille sivustoille tietoja kannattaa antaa. Kukaan ei sanonut tätä suoraan, vaan se tuli ilmi epäsuorasti rivien välistä. Myös netti- ja rahapelaaminen tuli monesti ilmi, joten siinä olisi hyvä aihe opinnäytetyölle.

Lisäksi voimme ehdottaa yhdeksi aiheeksi opinnäytetyömme jatkamista koskien parisuhteen ja seksin sekä niihin liittyvät vaarat ja riskit. Seksuaalisuus on monelle tabu, josta on vaikea puhua ja ennen kaikkea siitä on haastattelujen perusteella hankala löytää luotettavaa ja selkokielistä tietoa. Moni kertoi kaipaavansa kumppania, mutta eivät tienneet mistä ja miten sellaisen voi löytää ja myös parisuhteen pelisäännöt tuntuivat olevan hukassa.

Kuten luvussa 7. mainitaan, toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena on kehittää käytännön toimintaa ja tätä opinnäytetyötä voisi jatkaa monesta eri näkökulmasta.

LÄHTEET

AAIDD 2013 Definition of Intellectual Disability: <http://aidd.org/intellectual-disability/definition#.VvzMy-KLSUk> [viitattu 9.1.2016]

Aalto, M 2000. Ryppäästä ryhmäksi. Ryttylä. My Generation

Aalto, M 2002. Vuorovaikutustaidot. Forssa. Aseman lapset

Aho, S 1996. Lapsen minäkäsitys ja itsetunto. Helsinki: Oy Edita Ab.

Classification of Functioning, Disability and Health (ICF). Exposure draft for comment. October 2013. Geneva: WHO [viitattu 19.1.2017].

Saatavissa <http://www.who.int/classifications/drafticfpracticalmanual.pdf>

Hakola, M. Omat rahat. Kehitysvammaisten tukiliitto ry. [viitattu 15.11.2016]. Saatavissa: <http://www.kvtl.fi/fi/selkosivut/toimeentulo/omat-rahats/>

Huotari, K. & Hurtig, J. 2008. Sosiaalityötä monitoroimassa. Rintamäki Salli. Artikkelit: Kehitysvammaisen nuoren itsenäinen asuminen. Helsinki: Palmenia Helsinki university press

ICF- luokituksen rakenne. 2016. Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos. [viitattu: 18.1.2017]. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/web/toimintakyky/icf-luokitus/icf-luokituksen-rakenne>

Kaski, M. kehitysvammaisuuden kuva [viitattu 30.4.2016] FINNANEST Vol. 35 Nro 2 2002. Saatavissa http://www.finnanest.fi/files/sulat_kaski.pdf

Keltikangas-Järvinen, L. 2008. Temperamentti, stressi ja elämänhallinta. 2008 Juva: WSOY

Kehitys- ja vaikeavammaisen asuminen. Lahti.fi. [viitattu 10.4.2016]. Saatavissa: <https://www.lahti.fi/palvelut/perhe-ja-sosiaalipalvelut/palvelut-asumisen-tukemiseen/kehitys-ja-vaikeavammaisten-asuminen>

Lahden kaupungin vammaispoliittinen. ohjelma 2011 - 2016. 2011.

Lahden kaupungin sosiaali- ja terveystoimi. Ecapaino Oy.

Laki kehitysvammaisten erityishuollosta 1977/519. Annettu Helsingissä 1997

Lampinen, R. 2007 Omat polut - Vammaisesta lapsesta täysvaltaiseksi aikuiseksi. 2007. Helsinki: Edita

Malm, M., Matero, M., Repo, M. & Talvela E. 2006. Esteistä mahdollisuuksiin. Vammaistyön perusteet. Helsinki: Sanoma Pro Oy

Pahlman, I. 2003. Potilaan itsemääräämisoikeus. Helsinki: Edita.

Pelastuslaki 379/2011. Annettu Helsingissä 2011.

Pohjois-Savon Pelastusalan liitto. Turvallisen asumisen koti. [viitattu 15.4.2016]. Saatavissa: <http://www.kodinturvallisuus.fi/>

Päijät-Hämeen hyvinvointikuntayhtymän valmistelu. 2016. [viitattu: 15.1.2017]. Saatavissa: <http://www.phhyky.fi/fi/paijat-hameen-hyvinvointikuntayhtymän-valmistelu/>

Selkokieli 2015. Selkokeskus. [viitattu 2.4.2017]. Saatavissa: <http://selkokeskus.fi/selkokieli/>

Selkokuva 2016. Selkokeskus. [viitattu 2.4.2017]. Saatavissa: <http://selkokeskus.fi/selkokieli/selkojulkaisun-ulkoasu/selkokuvat-2/>

Seppälä, H. & Rajaniemi, M. 2013. Sosiaalinen näkökulma. Vernerinet - kehitysvamma-alan verkkopalvelu [viitattu 26.1.2017]. Saatavissa: <http://verneri.net/yleis/sosiaalinen-nakokulma>

Sosiaalihuoltolaki 1301/2014. Annettu Helsingissä 2014

Sosiaali- ja terveysministeriö 2013. Koti - ja vapaa-ajan tapaturmien ehkäisyn tavoiteohjelma vuosille 2014–2020. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2013:16. Helsinki.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2006. Valtioneuvoston selonteko vammaispolitiikasta 2006. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2006:9. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.

Suominen, P., Hyvärinen, S. 2013. Palovaroitin, parisuhde vai pamppu? Selvitys vammaisten ihmisten ja mielenterveyskuntoutujien turvallisuuden kokemiseen vaikuttavista tekijöistä. [viitattu: 20.1.2017]. Saatavissa: <https://www.aspa.fi/sites/default/files/Palovaroitin%20parisuhde%20vai%20pamppu.pdf>

Talentia 2013. Arki, arvot, elämä, etiikka - Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet. Helsinki [viitattu 1.11.2016] saatavissa: http://www.talentia.fi/files/558/Etiikkaopas_2013_net.pdf

Tapaturmat suomessa. 2016. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos [viitattu 25.3.2017]. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/web/tapaturmat/tapaturmat-suomessa>

Toimintakyvyn näkökulma. 2017. Vernerinet - kehitysvamma-alan verkkopalvelu. [viitattu: 19.1.2017]. Saatavissa: <http://verneri.net/yleis/toimintakyvyn-nakokulma>

Toimintakyvyn ulottuvuudet. 2015. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [viitattu 19.1.2017]. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/web/toimintakyky/mita-toimintakyky-on/toimintakyvyn-ulottuvuudet>

Terveyskirjasto. 2017. Ratkaisukeskeinen ajattelutapa. Viitattu [30.3.2017]. Saatavilla: http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=onn00012&p_teos=onn

Tornberg, J. 2012. Edunvalvonta, itsemääräämisoikeus ja oikeudellinen laatu. Acta Universitatis Lapponiensis. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus

Suomen YK-liitto 2016. YK:n yleissopimus vammaisten henkilöiden oikeuksista ja sopimuksen valinnainen pöytäkirja [viitattu 12.11.2016]. Saatavissa http://www.ykliitto.fi/sites/ykliitto.fi/files/vammaisten_oikeudet_2016_net.pdf

Vaikeavammaisten tuki ja palvelut. Lahti.fi. [viitattu 10.4.2016]. Saatavissa: <https://www.lahti.fi/palvelut/perhe-ja-sosiaalipalvelut/vaikeavammaisten-tuki-ja-palvelut>

Vehmas, S. 2010. Vammaisuuden kokeminen ja kokemisen vammaisuus - Suomen Vammaistutkimuksen Seuran 2. vuosikirja. [Viitattu 7.1.2017]. Saatavissa: http://www.kehitysvammaliitto.fi/wp-content/uploads/kehitysvammaliiton_selvityksia_7.pdf

Vilen, M., Leppämäki, P., Ekström, L. 2008. Vuorovaikutuksellinen tukeminen. Helsinki, WSOY

Vilkka, H., Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki. Tammi

Vänskä K. Laitinen-Väänänen S. Kettunen T. Mäkelä J. 2011. Onnistuuko ohjaus? : sosiaali- ja terveysalan ohjaustyössä kehittyminen. Helsinki : Edita Prima

World Health Organization. How to use the ICF: A practical manual for using the International

YK:n vammaisopimus. Kehitysvammaisten tukiliitto. [viitattu 28.1.2017]. Saatavissa: <http://www.kvtl.fi/fi/lakineuvonta/ykn-vammaissopimus/>

LIITTEET

Liite 1. Turvallisuusopas

Turvallista arkea



Arkiturvallisuusopas muuttavalle tai itsenäisesti asuvalle
kehitysvammaiselle

Turvallista arkea

-

Arkiturvallisuusopas muuttavalle tai
itsenäisesti asuvalle kehitysvammaiselle

Iida Kuukka, Niina Ruti ja Hanna Virtanen
(Lahden ammattikorkeakoulu)

Kuvitus: Papunet-kuvatyoökalu
(<http://papunet.net/materiaalia/kvapankki>)

Sisällysluettelo

Esittely.....	4
Kotona.....	5 -6
Tehtävä: onnettomuustilanne.....	7
Rahan käyttö.....	8-9
Tehtävä: oikein vai väärin?	10
Kaupungissa liikkuminen.....	11-12
Tehtävä: mitä pitää muistaa ottaa mukaan?.....	13
Tehtävä: turvallisuustietovisa.....	14
Lähdeluettelo.....	15

Esittely

Turvallinen arki kuuluu kaikille !



Tämä opas pohjautuu Lahden ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijoiden tekemään toiminnalliseen opinnäytetyöhön.

Opasta ollaan suunniteltu ja kehitetty yhteistyössä Lahden kaupungin vammaispalveluiden kanssa. Opas on luotu muuttovalmennuksen tueksi ja sen tarkoituksena on auttaa kehitysvammaista henkilöä pohtimaan, millaista on turvallinen arki ja kuinka hän voi itse vaikuttaa siihen.

Oppaassa käsitellään kolmea eri arjen turvallisuuden osa- aluetta, kotona asumista, rahan käyttöä sekä kaupungilla liikkumista. Opas sisältää niin asiantietoa kuin myös teoriaa tukevia tehtäviä, joita oppaan lukija voi pohtia joko itsekseen tai yhdessä ohjaajan kanssa.

Tämän oppaan teossa on hyödynnetty papunet.fi- verkkosivun selkokieliä nettisivuja sekä papunetin kuvatyökalua. Mukana oppaan suunnittelussa ovat olleet kokemusasiantuntijat.

Kotona

Yllättävän moni tapaturma sattuu kotona, voit esimerkiksi kaatua rypyssä olevan maton kulmaan tai liukastua kylpyhuoneessa. Siksi on hyvä miettiä etukäteen, millainen koti olisi mukava, mutta myös turvallinen paikka asua.



Sammuta uuni ja liesi aina, kun lopetat ruuanlaiton. Lieden päälle ei saa jättää paperia tai muovia, koska se voi syttyä palamaan.

Älä laita mikroon metallisia esineitä tai folioita, koska siitä syntyy vaarallisia kipinöitä. Mikroa ei saa lämmittää tyhjänä, koska se voi aiheuttaa tulipalon.

Kodista löytyy paljon sähkölaitteita, esimerkiksi televisio ja leivänpaahdin.

Muista pitää sähkölaitteista huolta. Älä jätä sähkölaitetta päälle valvomatta.

Rikkinäisestä sähkölaitteesta tai sähköjohdosta voi saada sähköiskun tai se voi syttyä palamaan. Älä korjaa itse rikkinäistä sähkölaitetta.

Pidä sähköjohdot siistinä pölystä. Pölyiset sähkölaitteet voivat aiheuttaa vaaratilanteen.

Kynttilöitä ei saa pitää liian lähellä verhoja tai muita materiaaleja, koska materiaalit voi syttyä palamaan.

Palohälytin hälyttää, jos asuntoon tulee savua. Palovaroitin pitää tarkistaa säännöllisesti ja kulunut patteri vaihtaa uuteen.

Sammutuspeitteellä voi sammuttaa pienen tulipalon esimerkiksi keittiössä. Sammutuspeite laitetaan palavan tavaran päälle.

Jos joku on saanut sairauskohtauksen tai loukkaantunut, soita hätänumeroon 112. Kerro puhelimesta mitä on tapahtunut ja tarkka olinpaikkasi, eli mistä soitat. On tärkeää, että kuuntelet ohjeet ja lopetat puhelun vasta sitten, kun hätäkeskus antaa luvan.

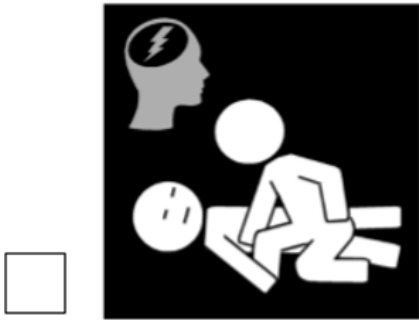
Pidä tavarat järjestyksessä, jos lattialla on liikaa tavaraa, voit kompastua helposti.

Suihkun jälkeen, muista kuivata suihkun lattia, ettet liukastu

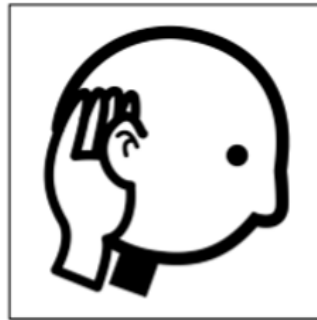
MUISTILISTA KOTIIN

- Muista aina katkaista virta liedestä ja sähkölaitteista kun et käytä niitä.
- Älä koskaan kosketa sähkölaitteita kun kädet on märät.
- Älä korjaa itse rikkiäistä sähkölaitetta.
Rikkiäinen sähkölaitte voi aiheuttaa sähköiskun tai tulipalon.
- Älä polta kynttilöitä huonekalujen tai verhojen lähellä.
- Sammuta kynttilät ennen kuin poistut huoneesta.

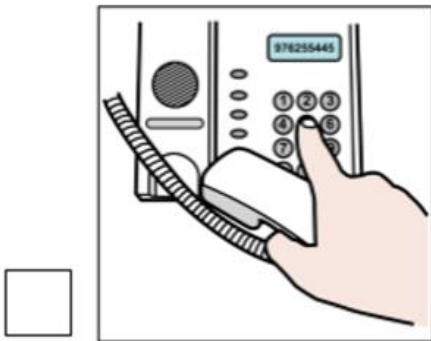
Tehtävä: On tapahtunut onnettomuus, kuinka toimit? Järjestä kuvat oikeaan järjestykseen.



ystävälle on sattunut
sairauskohtaus.



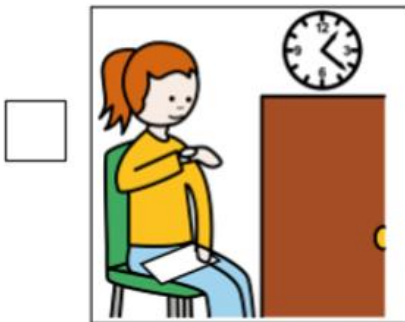
Kuuntele hätäkeskuksen
ohjeet.



Soita hätänumeroon
(112)



Kerro mitä on tapahtunut.



Odota, että apu
saapuu.



Lopeta puhelu kun
saat siihen luvan.

Rahankäyttö

On hyvin tärkeää pitää raha-asiat järjestyksessä. Kannattaa selvittää, mistä ja miten paljon rahaa saat. Selvitä mitä säännöllisiä menoja sinulla on. Muista tarkistaa myös, että saat kaikki sinulle kuuluvat sosiaalietuudet.



Älä koskaan kerro pankkikorttisi pin-koodia tai verkkopankkisi tunnuksia muille. Suojaa pin-koodi kun käytät raha-automaattia tai verkkopankkitunnuksia.

Pankki lähettää kerran kuukaudessa sinulle tiliotteen. Tiliotteesta näet, kuinka paljon sinulla on rahaa. Tiliotteesta on helppo tarkistaa maksu suoritukset.

Muista maksaa laskut ajoissa. Jos maksu myöhästyy, joudut maksamaan laskuttajalle viivästyskorkoa, eli ylimääräisen summan rahaa.

Älä koskaan kerro tuntemattomille paljon sinulla on lompakossa tai tilillä rahaa. Sinun ei ole pakko antaa rahaa, vaikka joku yrittää pyytää sitä.

Jos sinulta katoaa tai varastetaan pankki- tai luottokortti, niin sinun pitää sulkea se heti. Kortti suljetaan soittamalla numeroon 020333

Rahaa voi säästää monin eri tavoin. Esimerkiksi kotona voit pienentää sähkölaskua, kun sammutat sähkölaitteet aina, kun et tarvitse niitä. Myös vesilasku on pienempi, jos et jätä vesihanoja päälle pitkäksi aikaa.

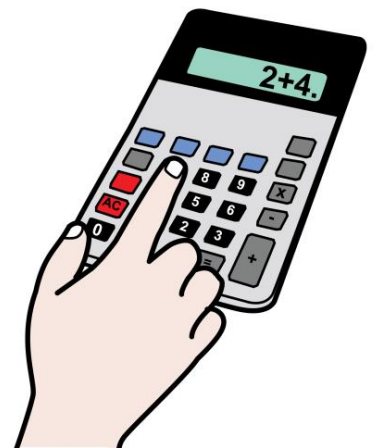
Kirpputorilta voit löytää käytettyjä tavaroita ja vaatteita halvalla. Kirpputorilta ostetut tavarat ovat usein hyväkuntoisia ja halpoja.

Ku käytät puhelinta, niin puhu vain lyhyitä puheluja ja lähetä vähän tekstiviestejä. Palvelunumeroihin soittaminen ja viestin lähettäminen aiheuttaa ylimääräisiä maksuja.

Käytä harkiten tupakkaa ja alkoholia. Tupakkaan ja alkoholiin kuluu paljon rahaa.

Saat rahat riittämään, kun suunnittelet mihin rahaa käytät. Silloin laskut eivät yllätä etkä osta turhia tavaroita.

Jos jokin mietityttää raha-asioissa voit aina kysyä apua sukulaiselta tai oman kunnan sosiaaliasiamieheltä.



Tehtävä: Onko seuraavat väittämät oikein vai väärin? Ympyröi oikea vaihtoehto.

1. Minun kannattaa tarkistaa, että saan kaikki minulle kuuluvat sosiaalietuudet.

oikein väärin

2. Jos haluan säästää rahaa, suunnittelen mihin rahaa käytän.

oikein väärin

3. Tiliote on turha paperi.

oikein väärin

4. Laskut pitää maksaa ajoissa.

oikein väärin

5. Minun kannattaa ostaa kaupasta hyvin säilyviä ruokia, kuten riisiä, pastaa ja säilykkeitä.

oikein väärin

6. Kirpputorilta voin löytää käytettyjä vaatteita ja tavaroita halvalla.

oikein väärin

7. palvelunumeroihin soittaminen ja viestin lähettäminen on halpaa.

oikein väärin

8. Voin jättää huoletta hetkeksi laukkuni minne haluan, esimerkiksi puiston penkille tai kahvilaan.

oikein väärin



Kaupungilla liikkuminen



Kun lähdet kotoa kerro perheelle tai ohjaajallesi, mihin olet menossa ja milloin olet suunnitellut tulevasi takaisin kotiin.

Tarkista ennen kotioven sulkemista, että sinulla on mukana avaimet, rahat ja puhelin.

Jos avaimet unohtuvat kotiin, niin soita taloyhtiölle. Taloyhtiön puhelinnumero löytyy usein asuinrakennuksesi ulko-oven lähellä olevasta ilmoitustaulusta.

Jalankulkijan täytyy liikkua jalkakäytävällä tai kevyen liikenteen väylällä.

Kulje tien reunassa ja ylitä katu vain suojatietä pitkin.

Kun ylität tietä, muista katsoa molempiin suuntiin tuleeko autoja. Ylitä tie, kun liikennevalo palaa vihreällä.

Kaupungilla liikkuu joskus taskuvarkaita, joten pidä omaisuudestasi huolta. Jos sinulla on laukku mukana, älä koskaan jätä sitä vahtimatta.

Yöllä kaupungilla liikkuu epämääräistä porukkaa. Älä kulje yksin yöaikaan, etenkin jos et tunne paikkaa.

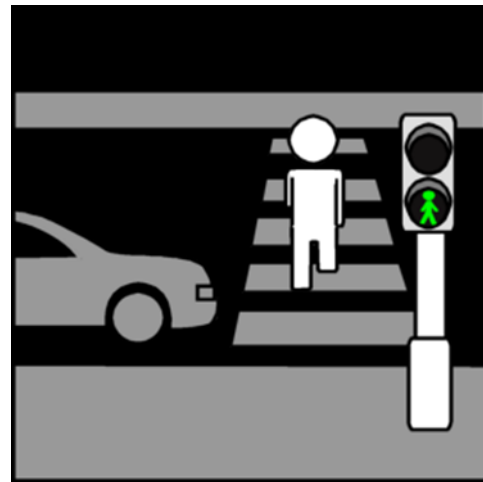
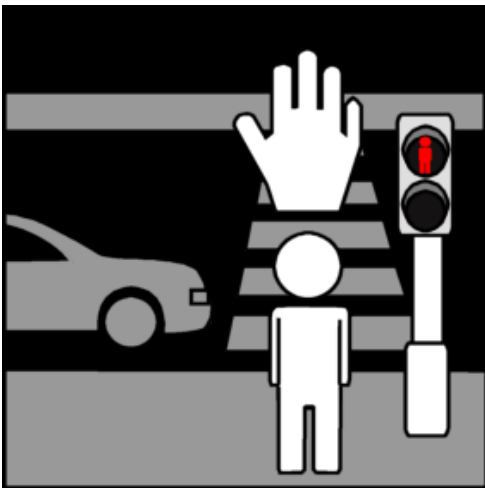
Älä koskaan kerro tuntemattomalle kyselijälle tarkkaa kotiosoitettasi tai pankkikorttisi pin-koodia.

Jos sinusta tuntuu siltä, että joku seuraa sinua, niin sinun kannattaa jatkaa rauhallisesti matkaa ja ylittää tie sopivalla hetkellä.

Syksyllä ja talvella on pimeää ja jalankulkijoita on vaikea nähdä. Kun liikut pimeässä käytä heijastinta tai huomioliiviä.

Kun ajat polkupyörällä käytä aina pyöräilykypärää. Se suojaa päätäsi, jos kaadut tai ajat kolarin. Kypärän pitää olla oikeankokoinen. Se ei saa kiristää liikaa päätäsi, mutta se ei saa olla myöskään liian löysällä.

Jos sinulla on pyörä, niin kannattaa ostaa siihen vaijerilukko. Pidä pyörä lukittuna, kun et käytä sitä. Jos pyöräsi katoaa tai varastetaan, niin siitä kannattaa tehdä rikosilmoitus poliisille.



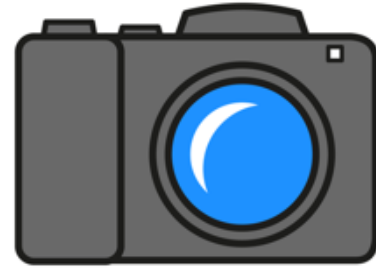
Tehtävä: Merkitse kynällä rasti ruutuun niiden esineiden kohdalle, jotka sinun tulisi ottaa mukaan ennen kuin lähdet kotoa.



Puhelin



Kotiavaimet



Kamera



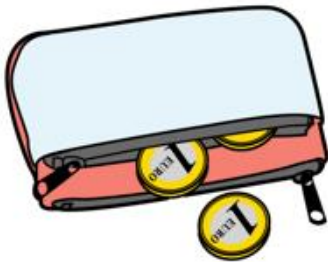
Paistinpannu



Pelit



Paristo



Rahat



Hammasharja



Kirja

Oikea vastaus:
puhelin, kotiavaimet,
rahapussi!

Tehtävä: Testaa tietosi. Vastaa turvallisuusaiheiseen tietovisaan.

Oikeat vastaukset löydät sivun alanurkasta

1. Millä voit sammuttaa pieniä tulipaloja
 - a) sammutuspeitteellä ja vaahtosammuttimella
 - b) pienillä kivillä ja sammaleella
 - c) pieniä tulipaloja ei voi sammuttaa itse

2. Milloin saa lopettaa hätäpuhelun
 - a) silloin, kun apu saapuu perille
 - b) silloin, kun kyllästyn
 - c) silloin, kun hätäkeskus antaa luvan

3. Miten voin säästää rahaa?
 - a) ostan kaikkea mitä löydän kaupasta
 - b) kytken sähkölaitteet pois päältä, jos en tarvitse niitä
 - c) Valutan vettä hanasta niin paljon kuin pystyn

4. Jos lähdet kaupungille tai matkalle, kenelle kerrot siitä?
 - a) työntekijälle tai perheenjäsenelle
 - b) poliisille tai palomiehelle
 - c) ilkeälle naapurille

5. Mitä teen jos minulta varastetaan pankkikortti
 - a) suutun ja heilutan nyrkkiä
 - b) lähden etsimään varasta
 - c) Soitan numeroon 020333 ja pyydän, että korttini suljetaan.

6. Jos tuntematon tarjoaa sinulle autokyydin, mitä teet?
 - a) lähden mukaan
 - b) kävelen pois
 - c) rikon auton renkaat



Lähteet

Sähköiset lähteet.

<http://papunet.net/selko/apua-arkeen/>

Kuvat.

Papunet-materiaalipankki (viitattu alkuperäisiin tekijöihin).

Kuva: Annakaisa Ojanen (s.13)

Kuva: Elina Vanninen (kansikuva)

Kuva: Sclera (s.11, 14)

Kuva: Sclera, muokkaus Ritva Hämäläinen Savas (s. 10)

Kuva: Sclera, muokkaus Maarit Mykkänen, Virpi Puikkonen, Savas ja Mainostoimisto Ad Kiivi (s.2)

Kuva: Paxtoncrafts Charitable Trust (s. 13)

Kuva: Sergio Palao / CATEDU, muokkaus Papunet (s.) avaimet)

Kuva: Sergio Palao/CATEDU (s. 6,7, 8,9, 13)

Edellä mainitut kuvat saatavissa

<http://papunet.net/kuvatyokalu/fi#search>

Teksti ja toteutus: Iida Kuukka, Niina Ruti & Hanna Virtanen
(Lahden ammattikorkeakoulu)