

KOTONA ITSENÄISESTI ASUVIEN IKÄÄNTYNEIDEN
TEKNOLOGIAMYÖNTEISYYS JA -KYVYKKYYS
KESKI-SATAKUNNASSA

Eliisa Mannila

Opinnäytetyö
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala
Digitaalisten terveyspalveluiden ja hyvinvointiteknologian asiantuntija
Sairaanhoitaja YAMK

2021

Digitaalisten terveystalveluiden ja
hyvinvointiteknologian asiantuntija
Sairaanhaitaja YAMK

Tekijä	Eliisa Mannila	Vuosi	2021
Ohjaaja(t)	Satu Elo		
Toimeksiantaja	Keski-Satakunnan sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymä		
Työn nimi	Kotona itsenäisesti asuvien ikääntyneiden teknologiamyönteisyys ja -kyvykkyys		
Sivu- ja liitesivumäärä	44 + 18		

Väestön ikärakenteen muutosten myötä ikääntyneiden kotiin annettavien palveluiden tarve kasvaa. Suurin osa ikääntyneistä haluaa asua kotonaan mahdollisimman pitkään. Samaan aikaan sosiaali- ja terveydenhuolto kärsii resursointihaasteista. Teknologian avulla voidaan palvelujärjestelmän taakkaa keventää myös kotiin vietävien palvelujen osalta. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää ja kuvata kotona itsenäisesti asuvien ikääntyneiden teknologiamyönteisyyttä sekä teknologiakyvykkyyttä Keski-Satakunnassa. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa sekä Keski-Satakunnan sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymälle että eläkejärjestöille tietoa siitä, millä tasolla ikääntyvien teknologiamyönteisyys ja -kyvykkyys ovat.

Opinnäytetyössä yhdistyivät sekä laadullinen että määrällinen tutkimus. Laadullisen opinnäytetyön aineiston muodostivat 4 kotihoidon asiakkaan haastattelut. Määrällistä tutkimusta edustivat sähköiset kyselyt 71 kotona itsenäisesti asuville ikääntyneille sekä 34 kotihoidon työntekijälle. Laadullisessa tutkimuksessa käytettiin menetelmänä sisällön analyysiä ja määrällisessä tutkimuksessa tilastollista analyysiä. Kotihoidon asiakkaiden haastattelujen vastaukset muodostivat teemat, joiden pohjalta rakennettiin sähköiset kyselylomakkeet sekä kotona itsenäisesti asuville ikääntyneille, että kotihoidon henkilökunnalle.

Kotihoidon asiakkaiden haastattelujen perusteella teknologiaa arvostettiin arjen helpottajana, kuten esimerkiksi turvapalveluissa ja muistin, liikkumisen sekä sosiaalisten suhteiden tukena. Sähköisen kyselyn tulokset viittasivat siihen, että ikääntyneillä ja kotihoidon henkilökunnalla ovat erilaiset näkemykset siitä, miten paljon ikääntyneet osaavat ja haluavat käyttää teknologiaa. Kotona itsenäisesti asuvat ikääntyneet arvioivat käyttävänsä nykyteknologiaa hyvin ja se on tärkeä osa heidän arkeaan. Kotihoidon työntekijöiden mukaan taas nykyteknologia ei ole ikääntyneille kovin tarpeellista ja heidän osaamisensa on heikkoa.

Avainsanat teknologiamyönteisyys, teknologiakyvykkyys,
ikääntyneet, kotihoito, ikääntyneiden teknologia

Digital Health Services and
Wellness Technology
Master of Health Care

Author	Eliisa Mannila	Year	2021
Supervisor	Satu Elo		
Commissioned by	Keski-Satakunnan sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymä		
Subject of thesis	Technology Acceptance and Skills in Elderly People Living Independently at Home in Keski-Satakunta		
Number of pages	44 +18		

The number of elderly people is growing in Finland. Therefore, there is an increasing need for home-care services. Most of the elderly want to live in their own homes as long as possible. At the same time social- and health care services lack resources. The healthcare system and home care of the elderly can be helped with modern technology. The purpose of this thesis was to find out about the attitude and skills of elderly people who live at home towards technology. The aim of this thesis is to produce information to Kessote (Keski-Satakunnan sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymä) and retiree organizations about the capability of elderly people living at home in using modern technology.

A qualitative and quantitative research are combined in this thesis. The first part was qualitative, and interviews were conducted for 4 elderly customers from home care. The second part was quantitative, an enquiry of 71 elderly, who lived at home, and 34 home-care professionals. The data was analyzed by using qualitative content analysis and quantitative descriptive statistical analysis. The interviews of the elderly who had home care visits were thematized into a questionnaire for the elderly who lived at home independently and home care home-care professionals.

Technology was appreciated as everyday support by the customers of home care for example in terms of security services, support of memory, mobility, and social relationships. The results of the enquiry reveal that the elderly living at home and the home-care professionals have a different vision about the capability and willingness of the elderly to use modern technology. On the one hand, the elderly themselves evaluated that they were able to use modern technology and that it was an important thing in their everyday life. Home-care professionals, on the other hand, thought that the elderly used modern technology poorly and that it was not important for them.

Key words acceptance of technology, elderly, home-care

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	6
2	IKÄÄNTYNEET JA SÄHKÖISET PALVELUT	8
2.1	Teknologian hyväksyttävyys	8
2.2	Teknologiakyvykkyys	9
2.3	Kotona itsenäisesti asuvien ikääntyneiden teknologian käyttö.....	12
2.4	Kotihoidon järjestäminen.....	13
2.5	Teknologia osana kotihoidon toimintaa.....	14
2.6	Keski-Satakunnan sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymä	16
3	TEKNOLOGIA IKÄÄNTYNEIDEN TOIMINTAKYVYN TUKENA.....	18
3.1	Teknologia ikääntyneiden liikkumisen tukena	18
3.2	Teknologia muistin tukena	19
3.3	Teknologialla turvallisuuden tunnetta.....	20
3.4	Teknologia sosiaalisten suhteiden tukena	21
4	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	23
4.1	Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset	23
4.2	Lähestymistavan kuvaus.....	23
4.3	Kohderyhmä ja sen valinta.....	24
4.4	Kyselylomakkeen kehittäminen.....	25
4.5	Aineistonkeruu	26
4.6	Aineiston analysointi	26
5	TULOKSET.....	28
5.1	Vastaajien taustatiedot.....	28
5.2	Teknologia ikääntyneen arjessa	28
5.3	Ikääntyneiden teknologiamyönteisyys ja -kyvykkyys	31
5.4	Sähköisten palvelujen käyttö	32
5.5	Ikääntyneiden teknologian käytön haasteet ja mahdollisuudet	33
5.6	Tulosten vertailu vähemmän teknologiaa käyttäviin ikääntyneisiin	38

6 POHDINTA	40
6.1 Tulosten tarkastelu ja johtopäätökset	40
6.2 Eettiset lähtökohdat	42
6.3 Luotettavuuden tarkastelu.....	43
6.4 Jatkotutkimusaiheet	43
LÄHTEET	45
LIITTEET	49

Taulukot

Taulukko 1.	Kotihoidon asiakasmäärät ja ikäryhmät Kessotessa
Taulukko 2.	Esimerkki tiedon pelkistämisestä
Taulukko 3.	Kuinka usein ikääntyneet käyttävät teknologiaa
Taulukko 4.	Ikääntyneiden arvio omasta teknologiaosaamisestaan
Taulukko 5.	Kotihoidon työntekijöiden arvio ikääntyneiden teknologian käytöstä
Taulukko 6.	Ikääntyneiden suhtautuminen teknologiaan
Taulukko 7.	Sähköiset palvelut, joita ikääntyneet voisivat ajatella käyttävänsä

1 JOHDANTO

Teknologian alue on kehittyvä ja mielenkiintoinen (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2017). Uudet teknologiat tuovat uusia mahdollisuuksia sekä hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen että vaihtoehtoja palveluiden toteuttamiseen. Toimiviksi osoitettujen ratkaisujen hyödyntäminen voi parantaa ikääntyneiden ihmisten hyvinvointia sekä voimistaa palvelujärjestelmän toimintaa. Teknologia voi esimerkiksi lisätä turvallisuuden tunnetta tai se voi tukea itsenäistä kotona asumista. Teknologian avulla voidaan saada tukea esimerkiksi sairauksien hoitoon. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2020, 30.) Teknologian käyttöön liittyy myös oikeudenmukaisuuskysymyksiä, kuten palvelujärjestelmän hajanaisuus, eriytyneet palvelut ja käyttäjien sosioekonominen asema (Sosiaali- ja terveysministeriö 2010, 15).

Keskustelu ikääntyneiden hyvinvoinnista on usein ongelmalähtöistä ja keskittyy siihen, kuinka paljon palvelujen järjestäminen maksaa. Väestön ikärakenteen muutos lisää palveluiden tarvetta sekä kustannuksia. Palveluita voidaan tehostaa muun muassa muuttamalla palveluprosesseja sekä hyödyntämällä uutta teknologiaa. (Kaasalainen, Ruohonen & Neittaanmäki 2019, 89.) Palvelutuotannon tehostamiseksi tarvitaan toimintatapojen uudistamista sekä teknologian käyttöönottoa (Kaasalainen ym. 2019, 77). Sähköiset palvelut haastavat niin palveluiden kehittäjät, niiden tarjoajat kuin ikääntyneetkin (Rasi & Taipale 2020). Olennaista on löytää teknologian luomat mahdollisuudet ja riskit (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2017). Teknologia ei korvaa ihmiskontaktien merkitystä, mutta se on hyvä apuväline. Ikääntyneiden ongelmat saattavat olla niin moninaisia, että avustava teknologia ei yksin riitä. Arkea tukevat teknologiset palvelut tulee räätälöidä yksilöllisesti. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2018b.)

Sosiaali- ja terveysministeriö on käynnistänyt *Hyvinvoinnin tekoäly ja robotiikka* (Hyteairo) -ohjelman. Ohjelman tavoitteena on nostaa robotiikan ja tekoälyn kehityksen tavoitteita hyvinvointialalla. Uuden teknologian on tarkoitus parantaa ihmisten hyvinvointia ja tehostaa palvelujärjestelmän toimintaa. Osana Hyteairo-ohjelmaa on toteutettu esiselvityshanke *Teknologiatuetun kotona asumisen kansallinen toimintamalli ja tietojärjestelmät* (KATI). Esiselvityshanke, KATI, tuotti kansallisen toimintamallin ja tietojärjestelmäkuvausten kotona asumisen ja koti-

hoidon tueksi. (Lähteenmäki ym. 2020, 3–9.) Myös Satakunta on saanut rahoituksen KATI-mallin toteuttamiseksi. Satakati-hankkeen kaksi mittavinta tavoitetta on sote-ammattilaisten muutostuki esimerkiksi etähoivan kehittämisessä sekä etäteknologiaratkaisujen käyttöönotto kotihoidossa. (Innokylä.) Opinnäytetyön toivotaan antavan hankkeelle hyödyllistä taustatietoa Keski-Satakunnan kotona itsenäisesti asuvien ikääntyneiden teknologiamyönteisyydestä ja -kyvykkyydestä.

Sana teknologia kattaa laajan kirjon erilaisia laitteita, apuvälineitä ja järjestelmiä. Tässä opinnäytetyössä teknologia tarkoittaa välineitä ja ohjelmistoja, joissa on internet, eli matkapuhelinta, tablettitietokonetta tai tietokonetta. Opinnäytetyössä käytetään myös termejä nykyteknologia, sähköinen asiointi ja digitaalisuus, jotka tarkoittavat asioiden hoitamista tietojärjestelmiä ja sähköisiä kanavia hyväksi käyttäen eli edellä mainittuja laitteita ja niiden käyttöympäristöä. Opinnäytetyön kohderyhmänä on yli 65-vuotiaat kotona itsenäisesti asuvat ikääntyneet. Valtaosa kyselyyn vastanneista ovat aktiivisia eläkeläisiä, jotka osaavat ja haluavat käyttää teknologiaa. Opinnäytetyössä tiedostetaan kuitenkin, että kaikki ikääntyneet eivät ole hyväkuntoisia internetin käyttäjiä. Opinnäytetyön tietopohjassa avataan ikääntyneiden teknologian käyttöön ja toimintakykyyn liittyviä käsitteitä. Opinnäytetyö ei kuvaile yksityiskohtaisesti erilaisia tekniikoita, vaan keskittyy siihen, miten hyvin ja kuinka paljon ikääntyneet käyttävät nykyteknologiaa. Opinnäytetyössä tuodaan esille myös kotona itsenäisesti asuvien ikääntyneiden sekä kotihoidon työntekijöiden arviot ja eroavaisuudet ikääntyneiden teknologian käytöstä.

2 IKÄÄNTYNEET JA SÄHKÖISET PALVELUT

2.1 Teknologian hyväksyttävyys

Englanninkielinen termi "Technology acceptance" (teknologian hyväksyntä) on yleisesti käytetty termi tutkittaessa teknologian käyttöä. Teknologian hyväksyntä -termiin liitetään yleensä myös teknologian torjunta. (Aranha, James, Deasy & Heavin, 2021.) Fred Davis esitteli 1980-luvulla teknologian hyväksymismallin (The technology acceptance model, TAM). Se kuvaillaan nykylaitteita ja sovelluksia hyväksyvänä mallina. TAM pohjautuu käyttäytymisen malleihin, jotka kehitettiin aluksi työikäisille. Myöhemmin huomattiin, että se soveltuu myös ikääntyneiden teknologian käyttöön liittyviin tutkimuksiin. (Chen & Chan 2011; Jokisch M.R. 2020.)

TAM:n mukaan kaksi tärkeintä teknologian käytettävyyden hyväksyntää selittävää tekijää ovat sen hyödyllisyys ja käytettävyys. Jotta teknologia hyväksytään, sen oletetaan parantavan suoritettavaa tehtävää eikä siitä ole ylimääräistä vaikeaa. Lukuisat tieteelliset tutkimukset osoittavat, että TAM on hyvä malli selittämään teknologista käyttäytymistä. (Chen & Chan 2011; Holden & Karsh 2011.) Rosenlundin (2018) kirjallisuuskatsauksen mukaan teknologian käytettävyyden kokemukset ovat yksilön subjektiivisia kokemuksia, joten niitä kokemuksia ei voi yleistää. Käytettävyyttä voidaan kuitenkin tarkastella teknologian hyväksymismallin kautta, jossa teknologian hyväksyntä ja käyttö ovat riippuvaisia sen helpoudesta sekä koetun hyödyn saamisesta.

Kansalaisilta odotetaan taitoa, halua ja kykyä käyttää sähköisiä palveluita. Digi-tuen jatkuva saatavuus on varmistettava, jotta ikääntynekin pärjää sähköisen asioinnin kokonaisuudessa itsenäisesti. (Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö 2020, 31; Rasi ym. 2020.) Ikääntyneiden teknologian käyttämättömyyttä selittää sekä yksilölliset että väestötieteelliset syyt (Rasi ym. 2020). Esimerkiksi ikääntyneen toimintakyky, teknologian käyttötaidot, kognitiiviset kyvyt, sosioekonominen asema sekä motivaatio vaikuttavat mahdollisuuksiin käyttää teknologiaa. Teknologian

helppokäyttöisyys ja helposti saatavilla oleva tuki lisäävät todennäköisyyttä onnistuneelle käyttökokemukselle. Ikä ei itsessään ole este teknologian käytölle. Teknologian käyttö edellyttää käyttäjän motivaatiota ja hyväksyntää ottaa teknologia osaksi arkea. (Kaasalainen ym. 2019, 82–84.)

Ikääntyneet käyttävät nykyteknologiaa yhä enemmän, mutta heillä esiintyy enemmän vaikeuksia teknologian käytössä kuin nuorilla tai työikäisillä. Teknologian käytön haasteet liitetään usein laitteiden malliin ja käytettävyyteen. Todennäköisimmin ikääntyneet hyväksyvät teknologian, jonka on helppokäyttöinen ja ulkomuodoltaan yksinkertainen. (Chen & Chan 2011.) Jokaisen suhde teknologiaan on yksilöllinen, niin myös ikääntyneillä. Suhde voi muuttua ja jokaisessa elämänvaiheessa teknologian merkitys on erilainen. (Niemi 2017, 100.) Useat ikääntyneet ajattelevat teknologiamyönteisesti, mutta he eivät ole niin kiinnostuneita uudesta teknologiasta kuin nuoret ja työikäiset. Nykyteknologian erilaisista laitevaihtoehdoista ikääntyneet käyttävät pääosin matkapuhelinta, jossa on internet. (Chen & Chan 2011.)

Ikääntyneiden oma arvio kyvyistään käyttää sähköisiä laitteita ja palveluja saattaa olla ajoittain haasteellista. Ikääntyneiltä odotetaan digitaalista loikkaa, mutta samaan aikaan heitä kuvataan mediassa taitamattomina teknologian käyttäjinä. (Rasi ym. 2020.) Ikääntyneen teknologian käytön yrittämisen todennäköisyys ja siinä onnistuminen kasvaa, kun lähellä on ihmisiä kannustamassa ja auttamassa ongelmatilanteissa. Eli juuri yksinäiset ihmiset, joiden arkea teknologian käyttö voisi parantaa, eivät todennäköisesti pysty hankkimaan ja ottamaan käyttöön tarvittavia laitteita ja ohjelmistoja. (Päykkönen 2017, 128.)

2.2 Teknologiakyvykkyys

”Teknologia” ja ”kyvykkyys” -käsitteiden määrittelyyn löytyy erilaisia tulkintoja, mutta erikseen määritelmät eivät täysin kuvasta sitä, mitä tässä opinnäytetyössä teknologiakyvykkyydellä tarkoitetaan. Tässä opinnäytetyössä teknologiakyvykkyydellä tarkoitetaan tietoja, taitoja, osaamista sekä aiempaa kokemusta, jota

teknologian käyttämisessä tarvitaan. (Syrjä 2021, 50). Turjan (2019) tekemän tutkimuksen mukaan käyttökokemus tai koulutus ei pelkästään selitä teknologiakyvykkyyttä vaan siihen liittyy myös minäpystyvyyden tunne. Silloin kun teknologian käyttäminen koetaan haasteelliseksi, sitä vältellään käyttämästä (Aranha ym. 2021). Pystyvyykokemus perustuu tuotteen käytön osaamiseen ja hallintaan. Teknologisia tuotteita kokeillaan uudelleen, kun käyttäjäkokemus on positiivinen. Positiivisen käyttäjäkokemuksen myötä voidaan teknologiaa ottaa paremmin haltuun ja arvioida sitä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2010, 27.)

Teknologia tulisi nähdä työkaluna ja teknologiaa tulisi hyödyntää myös ikääntyneiden palveluissa. Tulevaisuudessa tulisi tunnistaa ne käyttäjäryhmät, jotka ovat kykeneväisiä käyttämään esimerkiksi virtuaalihoitoa perinteisten palvelujen sijaan, kuten vaikka sairaalasta kotiin pääsevät kuntoutujat. (Lähteenmäki ym. 2020, 51.) Ikääntyneen kyvykkyyttä käyttää teknologiaa tulee seurata ja sopeuttaa ikääntyneen tarpeisiin. (Lähteenmäki ym. 2020, 51; Niemi 2017, 104.) Käyttäjäkokemusten tulisi ohjata digitaalisten sovellusten kehittämistä (Tammelin, Taipale & Hirvonen, 2018).

Tutkimusten mukaan ikääntyneiden teknologian käyttö on vähäistä, mutta heidän aktiivisuutensa lisääntyy yhteiskunnan muutosten myötä samoin kuin muillakin ikäryhmillä. Yhä enemmän kiinnitetään huomiota ikääntyneiden tieto- ja viestintäteknologisten ratkaisujen kehittämiseen. Näitä ovat esimerkiksi sosiaalisen hyvinvoinnin ratkaisut, kuten vuorovaikutukseen, viihtymiseen, oppimiseen sekä käytettävyyteen ja teknologian hyväksymiseen liittyvät näkökulmat. Ikääntyneet jakautuvat kuitenkin niihin, joilla on varaa ja rakenteelliset resurssit ottaa käyttöön teknologiaa sekä niihin, joilla on matala koulutustaso ja alhaiset tulot. Teknologian saavutettavuuden lisäksi isoja eroja ikääntyneiden kesken on osaamisessa ja taidoissa. Myös perhesuhteiden välityksellä saadaan tukea, joka koetaan tärkeäksi positiiviseksi tekijäksi. (Niemi 2017, 98; Rosenlund 2018.)

Rosenlundin (2018) kirjallisuuskatsauksen mukaan ikääntyneiden sähköisten palveluiden ja teknologian käyttö vaihtelee suuresti. Käytön edistäviä ja estäviä taitoja on laajasti ja niiden vaikutus on yksilöllinen, mutta joitakin yleisiä pääpir-

teitä kirjallisuuskatsauksesta voi nostaa. Estävistä tekijöistä voidaan mainita esimerkiksi matala koulutustaso, matala taloudellinen asema tai etniseen vähemmistöön kuuluminen. Sähköisten palveluiden käyttöä niin estävästi kuin edistävistäkin vaikuttavista tekijöistä olivat muun muassa yksityisyyteen ja tietoturvaan liittyvät asiat, käytön tarpeellisuus ja hyöty, sosiaaliset suhteet sekä toimintakyky. Myös elämäntyylit ja henkilökohtainen historia vaikuttavat teknologian omaksumiseen (Niemi 2017, 100). Ikääntyneillä voi olla myös ristiriitaisia tunteita nykyteknologiaa kohtaan. Ikääntyneet ymmärtävät, että nykyteknologiasta on hyötyä, mutta toisaalta he epäilevät kyvykkyyttään käyttää teknologiaa. (Chen & Chan 2011.) Kokemukset itsenäisyyden ja riippumattomuuden tunteiden säilyttämisestä sekä turvallisuudentunteen lisääntymisestä ovat tekijöitä, jotka edistävät teknologian käyttöä. Monille on myös tärkeää, että avustava teknologia on huomaamaton, eikä leimaa ketään. (Kaasalainen ym. 2019, 87.)

Nykyteknologia vaatii uuden opettelua, kuten paikannusta, kirjautumista, muokkaamista ja tiedon käsittelyä. Teknologian käyttö vaatii usein myös asian nopeaa käsittelyä. Kognitiivisten kykyjen heiketessä, ikääntyneet tarvitsevat enemmän apua ja harjoitusta käytettäessä sähköisiä palveluja. (Chen & Chan 2011.) Teknologian käyttöönottomahdollisuudet voivat asettaa ikääntyneet eriarvoiseen asemaan (Hietanen 2020). Teknologian muuttuva luonne vaatii koko ajan uuden oppimista. Nopean kehityksen vuoksi kaikenikäisten yhteiskunnalliseksi haasteeksi nouseekin teknologian käytön ja oppimisen haasteet. (Niemi 2017, 100.) Haasteet liittyvät usein järjestelmien ja sovellusten käytettävyyteen kuten sivustojen ja sovellusten ulkoasuun, liian pieniin fontteihin tai painikkeisiin (Rosenlund 2018). Sosiaali- ja terveysministeriön rahoittaman KATI-toimintamallissa kehoitetaan seuraamaan ja arvioimaan asiakkaan kyvykkyyttä käyttää teknologiaa. Kyvykkyyttä voidaan arvioida esimerkiksi palvelutarpeen arvioinnin yhteydessä. (Lähteenmäki ym. 2020, 51–54.)

Ikääntymisen myötä huomaamme haasteita muun muassa kognitiivisissa, liikkumisessa sekä psykososiaalisissa asioissa. Nämä haasteet vaikuttavat teknologian käyttämiseen. (Chen & Chan 2011; Aranha ym. 2021.) Oppimisen haasteisiin liitetään myös usein biologiset muutokset, kuten näköaistin, kuuloaistin sekä kärsien motoriikan muutokset. Pelon ja turhautumisen kokemukset estävät oppi-

mista ja vaikeuttavat muistamista ja keskittymistä. (Niemi 2017, 100.) Myös esimerkiksi ikä, sukupolvi ja elinympäristö vaikuttavat teknologian käyttöön (Sosiaali- ja terveysministeriö 2010, 26). Erään teorian mukaan eri sukupolvet muuttavat yhteiskunnallisten odotusten myötä ja jokainen sukupolvi sosiaalistuu tietynlaiseen teknologiaan. Oman teknologian käyttötapaan vaikuttaa mm. se, millaista teknologia on ollut, kun sitä on ensimmäistä kertaa opetellut käyttämään. (Niemi 2017, 99.)

2.3 Kotona itsenäisesti asuvien ikääntyneiden teknologian käyttö

Ikääntyminen määrittyy monien erilaisten tekijöiden, kuten kronologisen iän, roolin, toimijuuden ja sosiokulttuuristen tekijöiden välillä (Niemi 2017, 99), esimerkiksi mediatutkimuksessa ikääntyneet määritellään yleensä yli 65-vuotiaiksi (Rasi & Taipale 2020). Eläköityessä luovutaan työpaikasta ja työn tuomasta asemasta. Talous heikkenee ja terveys saattaa aiheuttaa haasteita. Tästä syystä ikääntyneet voivat kokea elämänhallinnan menettämistä. (Chen & Chan 2011.) Nykypäivän eläkkeelle jäävät henkilöt ovat kuitenkin pääosin hyväkuntoisia. Ikääntyneet ovat tulevaisuudessa yhä suurempi yhteiskunnallinen voimavara sekä merkittävä ryhmä taloudellisesti, että yhteiskunnallisena vaikuttajana, varsinkin 65–79-vuotiaat eläkeläiset. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2020, 21, 27.) Esimerkiksi vapaaehtoistoiminta tarjoaa mahdollisuuden kokea ja edistää osallisuutta ja edistää terveyttä sekä hyvinvointia. Se tarjoaa merkityksellistä sisältöä elämään sekä mahdollisuuksia elinikäiseen oppimiseen. Järjestöjen tekemä vanhustyö ja erilaiset kohtaamispaikat ovat merkittäviä etenkin elämän erilaisissa taitekohdissa (Sosiaali- ja terveysministeriö 2020, 21, 27).

Terveyden- ja hyvinvoinnin laitoksen teettämän tutkimuksen mukaan yli puolet 70 vuotta täyttäneistä käyttää itsenäisesti internetiä. Kolmannes ei käytä ollenkaan internetiä. Tilastokeskuksen mukaan vuonna 2019 65–74-vuotiaista 66 prosenttia käytti päivittäin tai lähes päivittäin internetiä. Ikääntyneiden sähköisten palveluiden käyttö on usein riippuvainen myös koulutustaustasta. Korkeammin koulutetut käyttävät todennäköisemmin itsenäisemmin teknologiaa kuin perusasteen

koulutuksen saaneet henkilöt. Heikentynyt muisti tai riittämättömyyden tunne se-
littävät sitä, etteivät ikääntyneet asioi sähköisesti. (Terveiden ja hyvinvoinnin lai-
toksen internetsivut.) Toisin kuin muu väestö, ikääntyneet ovat koulutusjärjestel-
män sekä työpaikkakoulutusten ulkopuolella. Tämän vuoksi laaja-alaisen tekno-
logiatuen antamisen vastuu siirtyy esimerkiksi julkiselle ja kolmannelle sektorille
sekä ikääntyneen lähipiirille. Tyypillisesti teknologiaan liittyvä apu saadaan lähei-
siltä, kuten esimerkiksi lapsilta. Läheiset tuntevat ikääntyneen tavan oppia ja pu-
hua teknologiasta. Paras mahdollinen ohjaus ja tuki ikääntyneelle saavutetaan
eri tahojen yhteistyöllä. (Rasi ym. 2020.)

Internetin käytön opettelu kannattaa ikääntyneenäkin. Ikääntyneiden internetin
käytön on todettu parantavan mm. sosiaalisia suhteita vaikuttaen positiivisesti yk-
silön henkiseen hyvinvointiin (Päykkönen 2017, 127). Sähköisiä palveluja käyttä-
mällä ikääntyneet voivat tuottaa muun muassa omaa terveyttään koskevaa tietoa
sekä itselleen, että ammattilaisten hyödynnettäväksi (Rosenlund 2018). Henkilön
omahoidolla on entistä suurempi merkitys, sillä voidaan edistää hyvinvointia mer-
kittävästi. Omahoitoa voidaan tukea muun muassa etämonitorointilaitteilla, lää-
keannostelijoilla tai sähköisillä neuvonta- ja asiointipalveluilla. Omahoitopalvelui-
hin lukeutuvat myös esimerkiksi sähköiset oirearviot ja hyvinvointivalmennukset.
(Kaasalainen ym. 2019, 82.)

Ikääntyneille on tyypillistä, että he ovat epävarmoja omien taitojen ja oppimisky-
vyn suhteen teknologioiden käyttöönotossa (Päykkönen 2017, 127). Teknologian
käyttöä edistää helppous ja tuttuus (Kaasalainen ym. 2019, 91). Tulevaisuudessa
ikääntyvä väestö on entistä tottuneempi käyttämään teknologiaa. Tämä mahdol-
listaa uusien teknologioiden laajemman käytön. (Kaasalainen ym. 2019, 72.)
Ikääntyneille on tärkeää, että käytettävä teknologia on helppokäyttöistä. (Chen &
Chan 2011.)

2.4 Kotihoidon järjestäminen

Sosiaali- ja terveydenhuollolle on ominaista lainsäädännön runsaus, kunnallinen
pääöksenteko sekä toimijoiden ja erityisosaamisalueiden laaja kirjo (Markkanen

& Tuomisoja 2014, 9). Sosiaali- ja terveyspalveluiden järjestämisestä vastaa kunta ja kunta voi tuottaa palvelut itse tai yhdessä naapurikuntien kanssa (Sosiaali- ja terveysministeriö 2010, 16).

Ikääntyneiden osuus väestörakenteesta on kasvussa suurten ikäluokkien eläköitymisen, kuolleisuuden alenemisen sekä toisaalta lasten ja työikäisten osuuden vähenemisen seurauksena. Vanhemmista ikäluokista tulee entistä huomattavampi sosiaali- ja terveydenhuollon käyttäjäryhmä. Vuonna 2023 lähes jokaisessa kunnassa vähintään joka neljäs asukas on 75 vuotta täyttänyt tai vanhempi. Samalla kun työikäinen väestö vähenee, myös työurat pitenevät. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2020, 14–15, Rosenlund 2018.) Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen vuonna 2018 tekemän tutkimuksen mukaan ikääntyneiden pitkäaikaispalveluissa, kotihoidossa ja ympärivuorokautisessa hoidossa työskentelee yhteensä noin 45 000 työntekijää. Tästä määrästä kolmannes työskentelee kotihoidossa. Koulutukseltaan pääosa henkilöstöstä on lähihoitajia. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2018a.) Teknologia on lisääntymässä myös hoiva-alalla. Vaikka teknologian hyödyistä ja riskeistä tiedetään, työntekijöiden keskuudessa kaikki ei ole valmiita muutokseen. Muutosvalmius johtuu yksilön tai organisaatiosta johtuvista tekijöistä. Yleisesti voidaan sanoa, että korkeasti koulutetut sekä miehet ovat valmiimpia muutokseen. (Turja & Oksanen 2019.)

2.5 Teknologia osana kotihoidon toimintaa

Suomen kaikista 75-vuotta täyttäneistä ikääntyneistä 93 prosenttia asuu kotona. Heistä noin 11 prosenttia on säännöllisen kotihoidon piirissä (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2018c). Asiakkaiden palvelujen tarve on viime vuosina kasvanut kotihoidossa. Asiakas tarvitsee myös usein miten enemmän apua kuin aiempina vuosina. Asiakkaat sairastavat useita yhtäaikaista sairauksia ja he tarvitsevat monenlaista apua ja tukea. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2018a.) Kotona asuminen sekä itsenäisen elämän mahdollistamista tukee asunnon ja asuinolojen toimivuuden ja turvallisuuden arviointi hyvissä ajoin ennen vanhuusvuosia. Monen

ikäntyneen toive on turvallinen asuminen omassa kodissa. Säännöllisten palveluiden tarve vähenee, kun arkitoimet sujuvat. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2020, 37.) Kotihoidon asiakkailta on vielä paljon toimintakykyä jäljellä, mutta arjen vaikeudet ovat välillisissä toiminnoissa, kuten liikkumisessa kodin ulkopuolella (Sosiaali- ja terveysministeriö 2020, 19).

Ikääntyneiden kotona asumisen tukena on jo pidempään hyödynnetty teknologiaa. Teknologiasta on tullut osa iäkkäiden arkea sekä kotihoidon toimintaa. Teknologialla voidaan tukea asiakkaan itsenäistä suoriutumista ja lisätä hyvinvointia. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2018b.) Kotihoidossa käytetään erilaisia hyvinvointia ja omatoimisuutta lisääviä teknologisia laitteita, mutta esimerkiksi videopuhelinyhteyksiä hyödynnetään vielä vähän, vaikka teknologia ja sähköiset palvelut antavat yhden ratkaisun sosiaali- ja terveydenhuollon resurssointi ongelmaan. (Hammar, Vainio & Sarivaara 2017; Rosenlund 2018) Parhaimmillaan teknologia keventää kotihoidon työntekijöiden työtä ja antaa aikaa välittömälle asiakastyölle. Teknologian avulla voidaan tasapainottaa asiakkaan toimintakyvyn vaajasta ja auttaa häntä elämään lähes täyttä elämää. (Hammar ym. 2017.)

Teknologian avulla pyritään sekä ohjaamaan työntekijöiden toimintaa että vapauttamaan välitöntä työaika kotihoidon asiakkaille, mutta myös parantamaan ikääntyneiden kotona asumisen mahdollisuuksia. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2018b.) Osa kotihoidon käynneistä voidaan toteuttaa ns. etähoitokäynteinä kaksisuuntaisesti. Etäkäynteinä voidaan tehdä esimerkiksi lääkkeenoton muistutusta asiakkaan voinnin tarkastusta tai vaikka liikkumisen harjoittelua. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2020, 34.) Etähoitokäynnit antavat uudenlaisia mahdollisuuksia myös yhteydenpitoon ja viestintään läheisten kanssa (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2018b). Työntekijät kokevat olevansa melko kyvykkäitä käyttämään sähköisiä palveluja, mutta asiakkaiden kyvykkyyttä epäillään jonkin verran (Salmela & Mämmi-Laukka 2017, 166).

Digitaalisten palvelujen ja teknologioiden käyttöönotto vaatii työntekijöiden ja ikääntyneiden osaamisen vahvistamista, työtapojen muutosta ja työyhteisössä teknistä tukea (Sosiaali- ja terveysministeriö 2020, 32). Digitaalisten pal-

veluiden tarjoaman lain, §1 mukaan jokaisella ihmisellä tuleekin olla mahdollisuus käyttää digitaalisia palveluita yhdenvertaisesti (Laki digitaalisten palveluiden tarjoamisesta 306/2019). Myös teknologian soveltuvuus käyttäjälle on aina syytä varmistaa, jolloin työntekijän ammattitaito ja tietämys muun muassa muis-tisairauksien mukanaan tuomista rajoitteista, on merkittävässä asemassa. Tutus-tuminen erilaisiin teknologisiin ratkaisuihin ennakolta voi myöhemmin helpottaa niiden käyttöönottoa arjessa. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2020, 32.) Teknolo-gia ei korvaa aitoa ihmisen läsnäoloa. Teknologia voi kuitenkin parhaimmillaan antaa aikaa läsnäoloon ja vahvistaa ikääntyneen tunnetta oman elämän hallinnasta sekä terveydentilasta paikasta ja ajasta riippumatta. (Rosenlund 2018.)

2.6 Keski-Satakunnan sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymä

Keski-Satakunnassa terveyspalvelut on vuosia tuottanut Keski-Satakunnan ter-veydenhuollon kuntayhtymä. Kuntayhtymään on kuulunut Eurajoen, Harjavallan sekä Kokemäen kaupungit sekä Nakkilan kunta. Sosiaalipalvelut tuotettiin jokai- sessa kunnassa itsenäisesti. Vuoden 2021 alussa myös kaikkien edellä mainittu- jen kuntien sosiaalipalvelut siirrettiin osaksi kuntayhtymän toimintaa ja näin syntyi Keski-Satakunnan sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymä (Kessote).

Kessoten kotihoidossa on käytössä Mukana toiminnanohjausjärjestelmä, joka ohjaa työntekijän työpäivää. Kessoten kotihoidon asiakkailla on mahdollisuus eri- laisiin turvapalveluihin ja yhdessä kotihoidon työntekijän kanssa voidaan tilata ruokaa kauppakassipalvelusta. Satakati-hankkeen myötä Kessotessa tullaan ot- tamaan käyttöön uutta hyvinvointiteknologiaa kotihoidon asiakkaille, kuten esi- merkiksi etähoivaa, arkea havainnoivat anturit sekä etämittausslaitteet.

Kuten koko Suomessa, väestö ikääntyy myös Satakunnassa. Ikääntyessä myös säännöllisen kotihoidon tarpeen mahdollisuus tulee lisääntymään (Taulukko 1). Asiakasmäärillä mitattaessa, suuri osa vanhuspalvelujen kaikista asiakkaista on kotihoidon palvelujen piirissä. Ikääntyneiden määrän lisääntyessä kotihoidossa,

myös kotihoidon työntekijöiden määrää on lisätty. (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2018a). Kessotessa kotihoidon henkilöstöä on neljällä alueella, yhteensä työntekijöitä on 105. Kotihoidon tiimien koot vaihtelevat. Nakkilassa työntekijöitä on vähiten, yhteensä 15 työntekijää ja Eurajoen tiimi on suurin, yhteensä 34 työntekijää. Kokemäen kotihoidon tiimissä on 31 työntekijää ja Harjavallassa työntekijöitä on 25.

Taulukko 1. Kotihoidon asiakasmäärät ja ikäryhmät Kessotessa

	Eurajoki	Nakkila	Harjavalta	Kokemäki	yht.	%
18–64	5	0	4	0	9	2
65–74	10	0	15	15	40	11
75–79	14	6	19	18	57	15
80–84	28	7	23	28	86	23
85-	50	27	30	56	163	44
	107	40	91	117	355	

3 TEKNOLOGIA IKÄÄNTYNEIDEN TOIMINTAKYVYN TUKENA

3.1 Teknologia ikääntyneiden liikkumisen tukena

Ikääntyneiden terveystottumukset ovat parantuneet viimeisten vuosikymmenien aikana. Liikunnan harrastaminen on lisääntynyt ja ruokailutottumukset ovat kehittyneet terveellisempään suuntaan. Yhteiskunnan tavoitteena on, että jokainen ikääntynyt voisi asua mahdollisimman pitkään kotona. Jos koti ja sen asuinympäristö eivät palvele ikääntynyttä, sitä voidaan muokata esimerkiksi teknologian avustuksella. Avustava teknologia voi tuoda turvallisuuden tunnetta ja se saattaa motivoida liikkumaan ja kommunikoidaan sekä kodissa, että sen ulkopuolella. Toimintakyvyn heikkeneminen saattavat olla ehkäistävässä hyvin pienillä arjen aktiivisuutta lisäävillä toimilla. Teknologian hyödyntäminen on yksi tapa edistää hyvinvointia monien käyttömahdollisuuksien vuoksi. (Niemi 2017, 105; Kaasalainen ym. 2019, 72–78.)

Ikääntymisen myötä tasapaino heikentyy ja kaatumisriski kasvaa. Liikkeet hidastuvat ja niiden hallinta heikkenee. Lihassoiman ja koordinaation heikkeneminen sekä reaktioajan pidentyminen voivat vaikuttaa erilaisten laitteiden käyttöön, kuten esimerkiksi hiiren liikuttamiseen. (Chen & Chan 2011.) Näyttöä on jo saatu, että etäkuntoutuksesta on todellista hyötyä ikääntyneille. Etäkuntoutus sopii hyvin osaksi esimerkiksi sydäntautipotilaan tai nivelrikon hoitoa. Videotallenteiden ja virtuaalisten työkalujen avulla kuntoutuksen saaminen ei ole aikaan tai paikkaan sidottua. Hyvinvointia edistävästä teknologioista voidaan mainita esimerkiksi liikuntapelit. Tutkimusten mukaan liikuntapeliin hyötyinä mainitaan muun muassa parantunut liikuntakyky ja tasapaino sekä yläraajojen liikkuvuus. Fyysisen toimintakyvyn paranemisen lisäksi liikuntapeleillä on todettu olevan myönteisiä vaikutuksia psyykkisen hyvinvoinnin kohenemiseen. (Kaasalainen ym. 2019, 80–81.)

3.2 Teknologia muistin tukena

Vuosittain noin 14 500 henkilöä sairastuu muistisairauksiin (Käypähoitosuositus 2017). Arvioiden mukaan muistisairaudet aiheuttavat sosiaali- ja terveystalvulle vuosittain noin 300 miljoonan euron kustannukset. (Kaasalainen ym. 2019, 86.) Kuten muullakin väestöllä, muistisairaidenkin tarpeet ovat yksilöllisiä. Jokainen sairaus on eri vaiheessa ja heidän taustansa ja toimintakykynsä ovat erilaisia. (Riikonen 2018, 21–22.) Kognitiivisista taidoista muisti ja abstrakti ajattelu vaikuttavat eniten teknologian käyttöön. Näitä ovat esimerkiksi muistamattomuus, hämmennys, heikentynyt arvostelukyky, ilmaisukyvyn heikentyminen sekä orientaation heikentyminen. (Iancu & Iancu 2017.) Muistisairaahan arkea voidaan parantaa teknologian avulla. Teknologian avulla muistisairas saa esimerkiksi lisää vapautta. Teknologia myös aktivoi, rauhoittaa, vähentää levottomuutta ja tukee muistisairaahan orientaatiota. (Riikonen 2018, 19.)

Etenevät muistisairaudet ovat merkittävä valtakunnallinen haaste, johon varautumista sekä ennaltaehkäisyä voidaan parantaa. Noin puolella kotihoidon asiakkaista on jonkin asteinen muistioire. Korkea ikä on tärkeä muistisairauden riskitekijä, muistisairautta sairastavien kokonaismäärä nousee vuosittain. Yhteiskunnalliseen ajatteluun onkin pyrittävä vaikuttamaan siten, että muistisairaat voivat elää mielekästä elämää ja saada ajoissa tarvitsemaansa tukea ja palvelua. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2020, 19, 22.) Muistisairaiden käyttöön sovellettava teknologia tulee olla helppokäyttöistä. Muistisairas hyötyy eniten sellaisista laitteista, jota eivät vaadi muistisairaahan aktiivisuutta. Erityisesti teknologiasta on muistisairaalle hyötyä silloin, kun se on osana muuta sosiaalista turvaverkkoa. (Riikonen 2018, 50.)

Kadotettuja tai heikentyneitä taitoja korvaamaan on kehitetty erilaisia teknologioita. Esimerkiksi vuode- ja oviturvalaitteiden kohdalla laite lähettää automaattisia hälytyksiä. Muistisairailta ei vaadita omatoimisuutta laitteen käyttämisen suhteen vaan ne toimivat automaattisesti taustalla. (Riikonen 2018, 19.) Teknologiapalveluita suunniteltaessa ikääntyneille, on tunnistettava ja huomioitava erilaiset toimintakykyrajoitteet. Erityisesti muistisairaudet ja aistitoimintojen heikentyminen

rajoittavat teknologiapohjaisten palveluiden käyttöä, joten on suositeltavaa tutustua avustavan teknologian käyttöön ennen kuin sairaus on edennyt pitkälle. Uudet laitteet voivat aiheuttaa muistisairaalle pelkoa ja ahdistusta. Esimerkkejä muistiongelmallisille suunnitelluista teknologioista ovat puettavat sensorit, kamerat, älylasit sekä paikkatietoa hyödyntävät sovellukset. (Kaasalainen ym. 2019, 80–87.)

3.3 Teknologialla turvallisuuden tunnetta

Tapaturmia ikääntyneille tapahtuu yleisemmin omassa kodissa. Kotona asuvien ikääntyneiden lisääntyessä, voidaan olettaa myös kotona tapahtuvien tapaturmien lisääntyvän. Turvallisuustyö olisikin suunnattava kotona asuviin. (Hietanen 2020.) Turvallisuuteen ja turvallisuuden tunteeseen liittyviä ratkaisuja ovat esimerkiksi liikkumisen paikantamiseen ja hälyttämisen teknologioita. Näillä paitsi lisätään asiakkaan ja omaisen kokemaa turvallisuuden tunnetta, myös tuetaan toimintakykyä sekä päivittäistä itsenäistä suoriutumista. (Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus 2010, 8; 2020, 33; Terveystieteiden tutkimuskeskus 2018b.) Turvallisuutta lisäävistä teknologioista turvaranneke on vakiinnuttanut asemaansa kotihoidon asiakkaiden keskuudessa. (Hammar ym. 2017). Muita turvallisuuden tunnetta sekä kodinturvaa tarjoavia järjestelmiä ovat muun muassa älykkäät palovaroittimet ja sammutusjärjestelmät, palo- ja liesivahdit sekä henkilöpaikantimet. Ulkona liikkumisella ja elinpiirin laajuudella on merkittäviä hyvinvointivaikutuksia. (Kaasalainen ym. 2019, 80–87.)

Seurantateknologian on todettu helpottavan omaisen stressiä ja parantaa ikääntyneen liikkumismahdollisuuksia (Riikonen 2018, 20). GPS-paikannuslaitteiden avulla voidaan tukea muistisairaalla kotona asumista ja lievittää omaisten huolta, kun laitteella pystyy tarvittaessa paikantamaan sijainnin. Suomen hallituksen Kehitetään ikäihmisten kotihoitoa ja vahvistetaan kaiken ikäisten omaishoitoa (I&O) kärkihankkeen selvityksen mukaan Satakunnassa käytetään paikannukseen liittyvää teknologiaa hyvin vähän. (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2018b.)

Ikääntyneiden turvattomuuden tunnetta ovat selittäneet esimerkiksi vähäinen luottamus ihmissuhteisiin, läheisten puuttuminen tai koettu ikäsyrjintä. Kotihoidon säännölliset käynnit tuovat ikääntyneille turvallisuutta, mutta jos joku kävisi ikääntyneiden luona ilman velvoitetta tai erityistä tehtävää, ikääntyneet voisivat tuntea olonsa turvallisemmaksi. Ikääntyneet pitävät kotihoidon henkilökunnan vaihtumista huonona asiana. Hoivan lisäksi ikääntyneet toivoivat lisää aikaa yhdessä olemiseen. Ympäristön turvallisuudella, esimerkiksi huolletuilla jalankulkureiteillä on havaittu olevan positiivinen yhteys liikkuvuuteen ja sosiaalisten suhteiden ylläpitämiseen. Myös esimerkiksi terveys, palveluiden saatavuus sekä taloudellinen ja sosiaalinen tilanne vaikuttavat ikääntyneiden kotona asumiseen sekä turvallisuuden tunteeseen. Tutkimuksissa on todettu, että ikääntyneet voivat asua kotonaan, vaikka kuolemaan saakka, jos he kokevat olonsa turvalliseksi. (Hieta-nen 2020.)

3.4 Teknologia sosiaalisten suhteiden tukena

Kotona asuva ikääntynyt voi kokea yksinäisyyttä ja ulkopuolelle jäämisen tunnetta. Koti voi eristää ja syrjäyttää ikääntyneen, jos hänen oikeuksistaan ympäristöön, omien asioiden hoitamiseen tai ulkopuolisiin suhteisiin huolehdita. (Rii-konen 2018, 18; Aranha ym. 2021.) Kommunikaation parantamiseksi ja sosiaali-sen eristäytymisen ehkäisemiseksi sosiaalista verkostoa kannattaa ylläpitää (Chen & Chan 2011). Yksi keskeisimmistä motivaattoreista ottaa nykyteknologia käyttöön myöhemmällä iällä on mahdollisuus huolehtia tärkeiksi koettuja sosiaa-lisia suhteita (Rasi ym. 2020).

Ikääntyneiden yksinäisyyttä on tutkittu laajasti monesta eri näkökulmasta viime aikoina. Epidemiologisten tutkimusten mukaan eri kulttuureissa ja maissa 4–36 prosenttia ikääntyvistä ihmisistä tuntee jatkuvaa yksinäisyyden tunnetta (Pitkälä & Routasalo 2012). Tilastokeskuksen vuoden 2018 elinolotutkimuksen mukaan yksinäisempiä olivat 75 vuotta täyttäneet, joista 7,3 prosenttia oli jatkuvasti tai

suurimman osan ajasta yksinäinen. Vähintään joskus yksinäisiä oli noin 28,7 prosenttia. Itsensä useammin yksinäisiksi kokivat yksinasujat. (Tilastokeskus 2018.)

Ikääntyneiden sosiaalista vuorovaikutusta varten on suunniteltu muun muassa kuvapuhelimia sekä helppokäyttöisiä tietokoneita. Myös palvelutelevisioiden on koettu vähentävän yksinäisyyden tunnetta. (Kaasalainen ym. 2019, 79.) Teknologia ei voikaan kokonaan poistaa yksinäisyyttä, mutta se voi olla lievittämässä yksinäisyyden tunnetta luomalla mahdollisuuksia sosiaaliseen kanssakäymiseen.

Teknologialla on negatiivisia ja myönteisiä vaikutuksia ikääntyneisiin. Teknologia voi parantaa mielenterveyttä ja ikääntyneet voivat tuntea itsensä itsevarmemmaksi ja vähemmän yksinäiseksi. Myönteiset kokemukset lisäävät sosiaalisia kanssakäymisiä. Nykytekniikka tuntuu käyttäjäystävällisemmältä ja kognitiiviset taidot säilyvät. (Blažun 2013, 41)

4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

4.1 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää ja kuvata kotona itsenäisesti asuvien ikääntyvien teknologiamyönteisyys ja -kyvykkyys Keski-Satakunnassa. Opinnäytetyössä selvitetään sekä kotona itsenäisesti asuvien ikääntyneiden että kotihoidon henkilöstön näkemykset asiasta. Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa sekä Keski-Satakunnan sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymälle, että eläkejärjestöille tietoa siitä, millä tasolla ikääntyvien teknologiamyönteisyys, ja -kyvykkyys ovat. Tämän opinnäytetyön tutkimuskysymykset ovat:

1. Kuinka teknologiamyönteisiä Keski-Satakunnan itsenäisesti kotona asuvat ikääntyneet ovat?
2. Kuinka teknologiakyvykkäitä Keski-Satakunnan itsenäisesti kotona asuvat ikääntyneet ovat?
3. Millaiseksi kotihoidon henkilöstö kuvaa ikääntyneiden teknologiamyönteisyyden?
4. Millaiseksi kotihoidon henkilöstö kuvaa ikääntyneiden teknologiakyvykkyyden?

4.2 Lähestymistavan kuvaus

Opinnäytetyössä yhdistyvät sekä laadullinen että määrällinen tutkimus. Laadullista tutkimusta opinnäytetyössä edustaa kotihoidon asiakkaille tehty haastattelut ja määrällistä tutkimusta kotona itsenäisesti asuvien ikääntyneiden sekä kotihoidon työntekijöiden kyselyt. Opinnäytetyön tekeminen aloitettiin taustatyöllä, perehtymällä aiheeseen liittyviin kirjallisuuteen ja tutkimuksiin. Tutkimussuunnitelma loi hyvän pohjan varsinaiselle työlle. Opinnäytetyön teoriapohja rakentui pääosin kotihoidon asiakkaiden haastattelujen tuloksena.

Laadullisen tutkimusmenetelmän tavoitteena ei ole löytää totuutta aiheesta, vaan kokemusten ja käsitysten avulla tehdään tulkintoja. Tulkintojen avulla tehdään malleja ja kuvauksia aiheesta (Vilkkä 2021, 94). Laadullista tutkimusta opinnäytetyössä edustaa kotihoidon asiakkaille tehdyt haastattelut. Haastattelukysymykset tai -teemat muodostettiin kirjallisuudesta nousseiden aihealueiden avulla. Kysymyksiä ei esitetty aina samassa muodossa, vaan keskustelulle annettiin tilaa, jolloin vastaaja sai vastaamisen vapauden ja oikeuden. (Hyvärinen, Suoninen & Vuori).

Määrällisessä tutkimusmenetelmässä tietoa tarkastellaan numeroiden avulla. Numerotieto tulkitaan ja selitetään sanallisesti. (Vilkkä 2014, 14.) Määrällisessä kyselytutkimuksessa vastaaja perehtyy itse kysymyksiin, jonka jälkeen hän myös itsenäisesti vastaa niihin kirjallisesti. Toteutustavaltaan tämä on hyvä silloin, kun vastaajamäärät ovat suuria ja kohdejoukko on hajallaan. Suurimpana riskinä tässä tavassa on, että vastausprosentti jää alhaiseksi. (Vilkkä 2021, 76.)

4.3 Kohderyhmä ja sen valinta

Opinnäytetyön kohderyhmää edustavat kotona itsenäisesti asuvat ikääntyneet, jotka on valittu Keski-Satakunnan alueen eläkeläisjärjestöjen kautta. Ikääntyneiden kyselyn sähköpostilinkki välitettiin kuntien vanhusneuvoston sihteerien kautta eläkeläisjärjestöjen jäsenille, jotka välittivät sähköpostilinkkiä yhdistyksessään eteenpäin. Muokattu versio ikääntyneiden kyselylomakkeesta lähetettiin kotihoidon esihenkilöiden kautta kotihoidon työntekijöille. Työntekijöiltä kysyttiin arviota siitä, miten ikääntyneet käyttävät ja kokevat teknologian käytön.

Opinnäytetyön toimeksiantajaa sekä yhteistyökumppania edustavat Keski-Satakunnan sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymän (Kessote) kotiin annettavien palveluiden kokonaisuudesta vastaavat viranhaltijat, avopalvelupäällikkö sekä palvelualuejohtaja. Käytännön yhteistyö tehtiin kotihoidon esihenkilöiden sekä Kessoten alueen kuntien vanhusneuvostojen sihteerien kanssa.

4.4 Kyselylomakkeen kehittäminen

Kessoten alueen kotihoidon asiakkaista haastateltiin neljä. Haastateltavien yhteystietoja oli viisi, mutta yksi useista eri yhteydenotoista huolimatta ei vastannut puheluihin. Asiakkaiden valinnan suoritti Nakkilan kotihoidon esihenkilö ja haastattelut toteutettiin elokuussa 2021. Yhdellä asiakkaalla oli käytössään etähoiva-tekniologiaa. Ja yhdellä asiakkaalla oli tietokone. Kaikilla haastateltavilla oli matkapuhelin, jossa oli näppäimet. Yhdellä asiakkaalla oli paikantava turvaranneke. Haastattelut tapahtuivat kasvotusten asiakkaiden luona. Haastateltavilta pyydettiin suostumus haastatteluun allekirjoituksen muodossa. Haastattelut tallennettiin myöhempää käsittelyä varten ja ne hävitetään opinnäytetyön valmistuttua. Kotihoidon asiakkaiden haastattelujen vastaukset toimivat pohjana teorialle sekä kyselyille, jotka muodostettiin kotona itsenäisesti asuville ikääntyneille sekä kotihoidon työntekijöille.

Määrällisessä tutkimuksessa tärkeintä on kyselylomakkeen suunnittelu (Vilka 2021, 84). Kyselylomakkeen muodoksi valittiin sähköinen kyselylomake, joka koostettiin strukturoiduksi (suljetut vastausvaihtoehdot) kyselytutkimukseksi. Strukturoidussa kyselytutkimuksessa kysymykset ovat samassa muodossa ja vastausvaihtoehdot ovat rajattuja. Tavoitteena on saada objektiivisiä ja mittavia tuloksia. (Hyvärinen, Suoninen & Vuori.) Kyselytutkimuksessa vastaaja lukee ja täyttää esitäytetyt kysymykset itsenäisesti. Tämä tapa sopii suurelle ja hajallaan olevalle kohdejoukolle. (Vilka 21, 76). Kyselyssä oli kaksikymmentäneljä (24) kysymystä. Seitsemässä monivalintakysymyksessä oli mukana myös avoin vaihtoehto vastauksille, jos oikeaa vastausvaihtoehtoa löytynyt. Kysely sisälsi ainoastaan yhden avoimen kysymyksen eikä siihen ollut pakko vastata. Kyselyt testattiin ennen kohderyhmille lähettämistä alueella asuvan ikääntyneen sekä Kessoten vanhuuspalveluiden työntekijän avustuksella. Kyselylomakkeet löytyvät liitteistä 3 ja 4.

4.5 Aineistonkeruu

Kyselylomake lähetettiin melko kattavalle määrälle vastaajia. Kotihoidon henkilöstöä on Kessotessa neljällä alueella, yhteensä 105. Vanhusneuvostoja Kessoten alueella on neljä. Jokaisessa vanhusneuvostossa on 3–4 eläkeläisjärjestön jäsentä, jotka kukin edustavat omaa yhdistystään. Jäsenmäärät yhdistyksissä vaihtelevat paljon, mutta kunnan asukaslukuun suhteutettuna suurin yhdistys alueella lienee Nakkilan Kansalliset Seniorit, jossa oli lokakuussa 2021 yhteensä 209 jäsentä.

Kyselylomakkeet lähetettiin sähköpostin välityksellä. Ikääntyneiden kyselyn sähköpostilinkki välitettiin kuntien vanhusneuvoston sihteerien kautta eläkeläisjärjestöjen jäsenille, jotka välittivät sähköpostilinkkiä yhdistyksessään eteenpäin. Kotihoidon työntekijöiden kyselylomake lähetettiin kotihoidon esihenkilöille, jotka välittivät kyselyn kotihoidon työntekijöille. Kyselylinkki oli avoinna kaksi viikkoa 27.9.-10.10.2021. Muistutusviestit lähetettiin puolessa välissä ajanjaksoa. Lopulta vastauksia saatiin ikääntyneiltä 71 ja kotihoidon työntekijöiltä 34. Parhaiten sähköpostilla lähetetty kysely toimii silloin kun perusjoukko on riittävän suuri ja voidaan varmistaa vastaajien yhtäläiset mahdollisuudet vastata kyselyyn (Vilka 2021, 76). Ikääntyneiden kohdalla ei voida taata samanlaisia mahdollisuuksia kyselyyn vastaamiseen, mutta kotihoidon työntekijöillä vastausmahdollisuudet ovat kaikilla samat.

4.6 Aineiston analysointi

Opinnäytetyön tutkimuksellinen osuus aloitettiin haastattelemalla neljä kotihoidon asiakasta. Haastattelut edustavat laadullista (kvalitatiivista) tutkimusta. Opinnäytetyöhön valittiin laadullisen tutkimusmenetelmän metodeista sisällön analyysi (Vilka 2021, 132). Analyysimenetelmä tarkoittaa tapaa, jolla aineistoa käsitellään eli analysoidaan (Günther, Hasanen & Juhila). Sisällön analyysin avulla aineistosta pyrittiin löytämään toiminnan logiikka ja tyypillinen kertomus aiheesta (Vilka 2021, 132) lukemalla, katsomalla ja kuuntelemalla (Günther, Hasanen &

Juhila). Tämän jälkeen tieto pelkistettiin tutkimusongelmien kannalta tärkeäksi ja aineisto tiivistettiin sekä pilkottiin osiin (Taulukko 2.). Tuloksena syntyi luokitte-
luja, jotka auttavat ymmärtämään kokonaisuutta. (Vilka 2021, 132.)

Taulukko 2. Esimerkki tiedon pelkistämisestä

Haastattelukysymys	Ei mielenkiin- toa	Kiinnostaa vähän	Kiinnostaa paljon
Millaisia valmiuksia näette itsellänne olevan digitaalisten palvelujen käyttäjänä?	Nykytekniikka on hepreaa	Ei ole vasten- mielistä	Pärjään

Taulukko mukailtu Elo & Kyngäs 2008

Sähköinen kysely edustaa määrällistä (kvantitatiivista) tutkimusta. Sähköisen ky-
selytutkimuksen tuloksena syntyi lukuarvoja sisältävä aineisto, jota analysoitiin
tilastollisin analyysimenetelmin. Tässä opinnäytetyössä se tehtiin Webropolin
omalla analytics-työkalulla. Työkalu kerää ja teemoittaa vastaukset, jolloin tulok-
sista pystytään heti tekemään johtopäätöksiä. Tietoja tarkasteltiin käyttämällä
keskiarvoja, prosentteja sekä lukumääriä. Vastauksista tehtiin johtopäätöksiä
aiemmista tutkimustuloksista ja suhteutettiin se laajempaan keskusteluun ikään-
tyvien teknologiamyönteisyydestä ja -kyvykkyydestä. (Elo 2021.)

5 TULOKSET

5.1 Vastaajien taustatiedot

Kyselyihin vastasi 71 kotona itsenäisesti asuvaa ikääntynyttä (jatkossa ikääntyneet) sekä 34 kotihoidon työntekijää. Ikääntyneiden vastausprosentti 54 muodostettiin kyselyn nettilinkin avanneista henkilöistä (n=131). Kotihoidon työntekijöitä on Kessoten alueella vastaushetkellä 105, joten vastausprosentiksi muodostui 36 prosenttia.

Kotona itsenäisesti asuvien ikääntyneiden keski-ikäksi muodostui 73 vuotta. Vastaajat olivat iältään 62–86-vuotiaita. Vastaajista naisia oli 67 prosenttia (n=46) ja nakkilalaisia oli 61 prosenttia (n=42). Ikääntyneiden koulutustaso oli opisto- tai ammattikorkeakoulutasoinen 37 prosentilla (n=26) ja noin kolmasosalla oli koulutustaustanaan yliopisto (30 %, n=21). Kotihoidon työntekijöiden keski-ikäksi muodostui 45 vuotta ja vastaajia oli eniten Eurajoen kotihoidosta (41 %, n=14). Kaikki vastaajat olivat naisia. Kotihoidon työntekijöiden koulutustausta oli pääosin perus- tai lähihoitaja (73 %, n=25).

5.2 Teknologia ikääntyneen arjessa

Ikääntyneet omistavat nykyajan teknologiaa hyvin ja sitä käytetään paljon. Lähes kaikki vastaajat omistivat kosketusnäytöllisen matkapuhelimen (96 %, n=66), valtaosa omisti myös kannettavan tietokoneen (90 %, n=56) ja suurella osalla oli käytössään myös Tablet-tietokone (81 %, n=56). Suuri osa vastaajista kertoi käyttävänsä matkapuhelinta ja neljäsosa Tablet-tietokonetta useita kertoja päivässä. Vastaajista päivittäin käytti kannettavaa tietokonetta 34 prosenttia (n=21).

Taulukko 3. Kuinka usein ikääntyneet käyttävät teknologiaa

	En käytä	Silloin tällöin	Kuukausittain	Monta kertaa viikossa	Päivittäin	Useasti päivässä
Kosketusnäytöllistä kännykkää	n=3	n=1	n=0	n=0	n=14	n=52
	4,3 %	1,4 %	0,0 %	0,0 %	20,0 %	74,3 %
Kännykkää, jossa on näppäimet	n=30	n=1	n=0	n=3	n=3	n=5
	71,4 %	2,4 %	0,0 %	7,2 %	7,1 %	11,9 %
Tablettitietokonetta	n=13	n=10	n=2	n=8	n=11	n=15
	22,0 %	17,0 %	3,4 %	13,6 %	18,6 %	25,4 %
Kannettavaa tietokonetta	n=6	n=10	n=3	n=9	n=21	n=12
	9,8 %	16,4 %	4,9 %	14,8 %	34,4 %	19,7 %
Pöytäkoneita	n=26	n=11	n=0	n=3	n=9	n=6
	47,3 %	20,0 %	0,0 %	5,4 %	16,4 %	10,9 %

Ikääntyneiden arviot teknologian käytöstä on kuvattu taulukossa 3. Valtaosa ikääntyneistä kertoi osaavansa käyttää nykypäivän teknologiaan kohtalaisesti tai hyvin. Parhaiten osattiin käyttää kosketusnäytöllistä matkapuhelinta. Ikääntyneet arvioivat käyttävänsä kosketusnäytöllistä matkapuhelinta hyvin. Ikääntyneet vastaajat osaavat käyttää myös kyselyssä mainittuja Tablet-, kannettavaa- sekä pöytä-tietokoneita hyvin (Taulukko 4).

Taulukko 4. Ikääntyneiden arvio omasta teknologiaosaamisestaan

	En lainkaan	Huonosti	Kohtalaisesti	Hyvin	Erinomaisesti
Kosketusnäytöllisen kännykän käytön	n=4	n=0	n=23	n=38	n=6
	5,6 %	0,0 %	32,4 %	53,5 %	8,5 %
Kännykän käytön, jossa on näppäimet	n=7	n=2	n=12	n=11	n=5
	18,9 %	5,4 %	32,5 %	29,7 %	13,5 %
Tablettitietokoneen käytön	n=10	n=3	n=17	n=26	n=3
	16,9 %	5,1 %	28,8 %	44,1 %	5,1 %
Kannettavan tietokoneen käytön	n=5	n=0	n=22	n=28	n=6
	8,2 %	0,0 %	36,1 %	45,9 %	9,8 %
Pöytäkoneen käytön	n=7	n=1	n=14	n=24	n=4
	14,0 %	2,0 %	28,0 %	48,0 %	8,0 %

Kotihoidon työntekijöiden arviot ikääntyneiden teknologian käytöstä ovat yhteneväisiä ikääntyneiden vastausten kanssa vain näppäimellisen matkapuhelimen käytössä, jota molemmat arvioivat käytettävän kohtalaisesti. Muuten arviot menivät vastausjoukoilla päinvastaisesti. Taulukossa 5 nähdään kotihoidon työntekijöiden arviot ikääntyneiden teknologian käytöstä.

Taulukko 5. Kotihoidon työntekijöiden arvio ikääntyneiden teknologian käytöstä

	Ei lainkaan	Huonosti	Kohtalaisesti	Hyvin	Erinomaisesti
Kosketusnäytöllisen kännykän käytön	n=7	n=18	n=9	n=0	n=0
	20,6 %	52,9 %	26,5 %	0,0 %	0,0 %
Kännykän käytön, jossa on näppäimet	n=0	n=4	n=20	n=9	n=1
	0,0 %	11,8 %	58,8 %	26,5 %	2,9 %
Tablettitietokoneen käytön	n=9	n=19	n=6	n=0	n=0
	26,5 %	55,9 %	17,6 %	0,0 %	0,0 %
Kannettavan tietokoneen käytön	n=11	n=17	n=6	n=0	n=0
	32,4 %	50,0 %	17,6 %	0,0 %	0,0 %
Pöytäkoneen käytön	n=7	n=21	n=5	n=1	n=0
	20,6 %	61,8 %	14,7 %	2,9 %	0,0 %

Ikääntyneet saavat apua teknologian käytössä yleensä lapsilta (76 %, n=54) ja lapsilta saama apu arvioitiin myös riittäväksi (91 %, n=61). Silloin kun apua tarvitaan, se liittyy esimerkiksi tietokoneen tai matkapuhelin päivittämiseen, pilvipalveluiden käyttöön tai huijausten tunnistamiseen. Yleisesti ottaen kodissa ei ole sellaista tekniikkaa, mitä ei osattaisi käyttää, ikääntyneet hallitsevat hyvin kotinsa teknologian (87 %, n=59). Kodin teknologisiin laitteisiin liittyvien haasteiden kerrottiin olevan muun muassa kopioinnissa ja värikasettien vaihdossa. Myös televisioiden monet käyttömahdollisuudet olivat joillakin jääneet käyttämättä.

Kotihoidon työntekijät olivat lähes kaikki samaa mieltä ikääntyneiden kanssa siinä, että apua yleisemmin saadaan lapsilta (94 %, n=30). Suuri osa kotihoidon työntekijöistä 82 % (n=27) oli sitä mieltä, että ikääntyneet eivät saa riittävää apua teknologian suhteen. Ohjausta tarvittaisiin nykyteknologian käyttöön ja samalla

toivotaan, että opastamiseen voitaisiin käyttää riittävästi aikaa. Opastusta tarvitaan myös erilaisten kodinkoneiden käytössä. Kotihoidon työntekijät mainitsivat myös, että monet ikääntyneet kaipaavat asennemuutosta teknologian suhteen.

5.3 Ikääntyneiden teknologiamyönteisyys ja -kyvykkyys

Opinnäytetyöllä haluttiin selvittää, mitkä asiat vaikuttavat ikääntyneiden halukkuuteen käyttää teknologiaa. Vastauksissa oli suuri hajonta, mutta erittäin paljon teknologian käytön halukkuuteen vaikuttaa sen käytännöllisyys (33 %, n=23) sekä asioinnin helppous (38 %, n=26). Nykyteknologia oli valtaosalle ikääntyneistä hyvin tarpeellinen osa arkea. Kyselyyn määritellyllä asteikolla 0–10, teknologian käytön tarpeellisuuden keskiarvoksi muotoutui 8,7. Lähes samoille lukemille arvioitiin halukkuus käyttää teknologiaa (ka. 8,5). Suhtautuminen uuteen teknologiaan oli myös ikääntyneillä hyvää (ka. 7,7). Pandemia-aika oli jonkin verran lisännyt teknologian parissa kuluvaa aikaa. Kotihoidon työntekijöiden arvioiden mukaan nykyteknologia ei ole niin tarpeellinen osa ikääntyneiden arkea (ka. 5,6). Ikääntyneiden teknologian käyttämisen halukkuus arvioitiin vielä heikommaksi (ka. 2,7). Suhtautumisen uuteen teknologiaan sekä pandemia-ajan ajankäytön internetissä arvioitiin olevan heikot (ka. 2,9).

Ikääntyneet arvioivat, että näön, kuulon, muistin tai käsien motoriikan heikentyminen ei vaikuta teknologian käyttöön ollenkaan. Uuden oppiminen oli vaikeutunut hieman (39 %, n=26) ja muistin heikentymisestä aiheutuvia haasteita oli noin neljäsosalla vastaajista (24 %, n=16). Kotihoidon työntekijät arvioivat, että terveydentilan haasteet vaikuttavat melko paljon teknologian käyttöön (ka. 6,9).

Ikääntyneet suhtautuvat nykyteknologiaan pääosin hyvin suopeasti ja teknologian käyttö on vastaajille ikääntyneille mielekästä (ka. 8,2). Teknologian koettiin olevan käytännöllinen ja arjen helpottaja. Kahden ikääntyneen vastaajan mielestä teknologia on vaikeaa ja 11 vastaajaa koki teknologian olevan pakollinen paha. Kotihoidon arvion mukaan ikääntyneet eivät koe teknologian käyttöä mielekkäänä (ka. 2,4) ja teknologian arveltiin olevan ikääntyneille vaikeaa ja se aiheuttaa epäluuloja (Taulukko 6).

Taulukko 6. Ikääntyneiden suhtautuminen teknologiaan

	Ikääntyneiden arvio		Kotihoidon työntekijöiden arvio	
	n=		n=	
Arjen helpotus	54	76,1 %	8	23,5 %
Arjen nopeuttaja	36	50,7 %	1	2,9 %
Käytännöllisyys	55	77,5 %	7	20,6 %
Turvallinen	16	22,5 %	3	8,8 %
Turvaton	5	7,0 %	2	5,9 %
Pelko	1	1,4 %	13	38,2 %
Epäluulo	7	9,9 %	19	55,9 %
Helppo	21	29,6 %	1	2,9 %
Vaikea	2	2,8 %	24	70,6 %
Elämänlaadun parantaja	36	50,7 %	2	5,9 %
Pakollinen paha	11	15,5 %	10	29,4 %
Haaste	15	21,1 %	15	44,1 %

5.4 Sähköisten palvelujen käyttö

Kyselyssä haluttiin tietää myös siitä, millaisia sähköisiä palveluja itsenäisesti kotona asuvat ikääntyneet käyttävät. Vastauksista kävi ilmi, että ikääntyneet seuraavat erilaisia medioita, käyttävät internetiä aikojen varaamiseen. Sähköisiä pankkipalveluja käyttivät lähes kaikki vastaajat (97 %, n=69). Internetistä etsitään myös paljon tietoa ja luetaan sähköpostia. Ikääntyneet mainitsivat käyttävänsä internetiä valmiiden vastausvaihtoehtojen lisäksi mm. Teams-tapaamisiin, verkko-opintoihin, musiikin kuunteluun sekä verkkosivujen päivittämiseen. Lähes puolet kotihoidon työntekijöistä arvioi, että ikääntyneet käyttävät eniten internetiä pankkiasioiden hoitamiseen ja medioiden seuraamiseen (44 %, n=15). Tämän jälkeen kotihoidon työntekijät arvioivat ikääntyneiden käyttävän internetiä kaupakassipalveluun (35 %, n=12) ja pelien pelaamiseen (32 %, n=11).

Tutkimuksessa haluttiin selvittää myös, kuinka paljon ikääntyneet seuraavat kuntien toimintaa sähköisissä palveluissa. Terveyspalvelut kiinnostavat valtaosaa

ikäntyneistä (86 %, n=61). Myös kulttuuripalveluista oltiin kiinnostuneita (68 %, n=48). Vastauksista erottuvat myös liikuntapalvelut sekä kunnallinen päätöksenteko (54 %, n=38). Vastajat olivat myös sitä mieltä, että kunnan näkyvyys sosiaalisessa mediassa (some) on tärkeää (ka. 8, Md 9). Kotihoidon työntekijöiden arvion mukaan ikääntyneet eivät seuraa kunnallisia palveluja internetistä. Tätä mieltä oli selvästi yli puolet vastaajista (64 %, n=21). Kolmasosa oli kuitenkin sitä mieltä, että ikääntyneet seuraavat internetistä terveystalveluita (33 %, n=11).

Ikääntyneiltä kysyttäessä, millaisia hyvinvointiin liittyviä palveluita he voisivat kuvitella käyttävänsä sähköisesti, vastaukset hajaantuivat yhdeksän eri vaihtoehdon välillä (Taulukko 7). Eniten kiinnosti etäjumppa (55 %, n=34). Lisäksi kiinnostivat videopuhelut (53 %, n=33) sekä GPS-paikantimet (47 %, n=29). Valmiiden vaihtoehtojen lisäksi vastaajia kiinnostivat esimerkiksi virtuaalimatkat ja verkkopinnot. Sosiaali- ja terveystalveluista toivottiin myös ”mitä kuuluu -puhelinsoittoja” erityisesti yksinasuville ikääntyneille.

Taulukko 7. Sähköiset palvelut, joita ikääntyneet voisivat ajatella käyttävänsä

	n	Prosentti
Etäjumppa	34	54,8 %
Lääkkeenoton muistuttajat	11	17,7 %
Digikerho tai -päivätoiminta	13	21,0 %
Yhteinen ruokailuhetki digitaalisesti	1	1,6 %
Videopuhelut	33	53,2 %
GPS paikannin sijaintini löytämiseksi	29	46,8 %
Muistuttaja	22	35,5 %
Kotihoidon käynnit digitaalisesti	6	9,7 %
Muu, mikä	5	8,1 %

5.5 Ikääntyneiden teknologian käytön haasteet ja mahdollisuudet

Kyselyn viimeisessä kohdassa vastaajilla oli mahdollisuus vielä kommentoida vapaasti aiheeseen liittyen, näin teki lähes puolet vastaajista. Ikääntyneiden kom-

mentteja oli 30 ja kotihoidon työntekijöiltä kommentteja tuli 15. Vastaukset jaoteltiin samankaltaisiin teemoihin lukemisen helpottamiseksi. Viisi ensimmäistä teemaa pohjautuvat ikääntyneiden kyselyjen vastauksiin ja kolme viimeistä kotihoidon työntekijöiden kommentteihin. Ikääntyneiden teknologian käytön haasteiden pääteemat olivat teknologiaan liittyvät ongelmakohdat sekä avun tarve teknologian käytössä. Mahdollisuudet liittyivät työelämän mukanaan tuomaan teknologiaosaamiseen, positiiviseen asenteeseen sekä ikätovereiden kannustamiseen teknologian pariin. Kotihoidon työntekijöiden vastaukset on jaoteltu kolmeen teemaan, etäkäynteihin, huoleen ikääntyneiden teknologian käytön osaamattomuudesta sekä ikääntyneiden ennakkoluuloista teknologiaa kohtaan.

Teknologia aiheuttaa joillekin haasteita ja pelkoja. Ikääntyneiden vastaajien mielestä teknologia sitouttaa ja siihen ”pakotetaan”. Haasteita arkeen luo myös toimimattomat yhteydet ja tietoturvallisuuden rikkoutumisen uhka.

”Liika digitalisaatio sitoo liiaksi paikoilleen = kotonaoloa Teams ym.etäkokoukset, toiminnot ovat pitkästyttäviä, mutta ikävä kyllä melko tarpeellisia.”

”Haluaisin tehdä verkko-ostoksia, vaatetus ja tori.fi, mutta en uskalla maksaa luottokortilla tietovuodon takia.”

”Ei pysy mielessä kaikki hienot asiat. Pitää kysyä lapsilta ja lapsenlapsilta usein samoja asioita.”

”Toistaiseksi olen pysynyt mukana, mutta kyllähän ajan mittaan täytynee ottaa uusia apuja ja toimintoja käyttöön, myös digitaalisesti.”

”Uusien palvelujen käyttöönottoa vaikeuttaa nykyisin paljon liikkeellä olevat erilaiset huijaukset.”

Vaikka nykyteknologiaa käytetään paljon, apuakin tarvitaan monessa asiassa. Läheiset onneksi auttavat monia teknologian käytössä. Toisaalta omiin taitoihin ei ehkä aina luoteta tai sähköisiä palveluita pidetään monimutkaisina tai turhina. teknologian nähdään vievän myös turhaa aikaa.

”Lisää oppia pitäisi saada. Mahdollisuus saada tukea ja neuvoja arkeen.”

”Koska taitoni eivät riitä, pelottaa kaikkien palveluiden siirtyminen verkkoon.”

”Ilman nuoremman polven aktiivisuutta/ hankkimista olisin ”ulkona”. Turvaa ja uskallusta tuo tieto avun/opastuksen välittömästä saamisesta.”

”Kun on sitä muutakin tekemistä, ei ole aikaa kuin välttämättömien tehtävien hoitamiseen. Ikinä en ole nettipelejä pelannut.”

Työelämä on ollut monen syy siihen, että vielä eläkeiässäkin käyttää nykyteknologiaa. Teknologiasta on tullut tärkeä osa arkea. Ikääntynyt voi vielä eläkkeelläkin käydä tekemässä ajoittain sijaisuuksia ja tarvita digiosaamista. Digitaidot mahdollistavat myös sosiaalisen yhteydenpidon läheisiin ihmisiin.

”Tietokoneen käyttö ja alkeiden opetteleminen alkoivat työelämässäni 1980- ja 1990-lukujen vaihteessa. Olin niistä erittäin kiinnostunut, joten opiskelin ja käytin tietotekniikkaa siitä lähtien koko lopputyöurani ajan. Sama tahti on jatkunut eläkkeellä ollessa; on mielenkiintoista yrittää pysyä edes jotenkin ajan tasalla.”

”Myönteinen suhtautuminen johtuu varmaan siitä, että jo työelämässä opin tietotekniikan käytön perusteet.”

”Käyn edelleen työssä tekemässä sijaisuuksia, ja siellähän sitä edelleen tarvitaan, kuten työvuosinakin.”

Monet ikääntyneet olivat ylpeitä siitä, että osaavat ja haluavat käyttää sähköisiä palveluita. Myös vaikuttaminen yhteisiin asioihin oli tärkeää.

”Vaikka mennään hitaasti alamäkeä, ilman toimintaa vireys sammuu.”

”Se on tätä päivää, mukava huomata, että vielä oppii uutta.”

”Teknologia helpottaa ja tekee mahdolliseksi vaikuttamisen tärkeisiin elinympäristöä koskeviin epäkohtiin. Olen siinä aktiivinen”

Ikääntyneet haluavat myös kannustaa ikätovereitaan suhtautumaan positiivisesti nykuteknologiaan. Teknologiassa nähdään mahdollisuus parempaan elämään. Osalla on myös halu oppia uusia asioita.

”Haluan kannustaa ikätovereitani ennakkoluulottomasti uuden teknologian pariin. Se helpottaa elämää. Ei kukaan ole nörtti syntyessään, kaikki tämä vaatii pientä opettelua, mutta on vaivan arvoista.”

”Haluaisin oppia kuvien siirtäjäksi. Olisi hyvä oppia välineiden käytöstä lisää.”

Keski-Satakunnan sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymässä on aloitettu ensimmäiset virtuaaliset kotikäynnit vain muutama kuukausi sitten. Kotihoidon työntekijöille käynnit ovat uusi asia ja mielipiteet niistä ovat varmasti monenlaisia.

”Teknologiset ratkaisut eivät korvaa fyysistä käyntiä eivätkä riittävästi poista yksinäisyyden tunnetta. Teknologialla korvatut fyysiset käynnit koetaan vielä vähän kylmäksi kontaktiksi. Laitteiden käytön heikko osaaminen voi aiheuttaa ahdistusta ja mielialan laskua.”

”Ei moni kotona itsenäisesti asuva halua käyttää teknologiaa, koska ei ole ennen käyttänyt eikä halua opetella sitä. Moni kotona asuva haluaa olla ilman teknologiaa ja jos esim. käynnit korvattaisiin videopuhelulla niin harmittelevat sitä koska voi olla, että kotihoidon työntekijä on päivässä ainoa, kenen kanssa saavat jutella niin se on heille tärkeä asia.”

Kotihoidon työntekijät taas ilmaisevat huolensa ikääntyneiden osaamattomuudesta käyttää teknologiaa. Apua tarvitaan enemmän, mitä sitä on saatavilla. Läheisten apu olisi monelle tarpeen. On myös huomattu, että asiakkaan tausta vaikuttaa teknologiaan suhtautumiseen.

”Kiinnostusta teknologian käyttöön tulisi lisätä. Ja niiden käytön helppoutta muokata ikäihmisille.”

”Kykyä ja haluja, sekä kiinnostusta olisi, mutta monella ei ole ketään, joka opastaisi näiden käyttöön.”

”Vähemmän koulutetut 80–90 v ei ole paljonkaan mielenkiintoa teknologiaa kohtaan. Ent. opettajat, pankkivirkailijat jne. ottavat asian enemmän positiivisesti vastaan.”

Ennakkoluulot ovat tässäkin kehitystä estävä asia. Läheiset ovat saattaneet ehdottaa ikääntyneille erilaisia teknisiä apuvälineitä, mutta omiin taitoihin ei luoteta. Kotihoidossa asiakkaiden ikä on usein korkea ja terveydentila on jo heikentynyt, ehkä niiden syiden vuoksi teknologia on heillä vielä melko harvinaista. Myös Mobiili toiminnanohjausjärjestelmä, Mukana, saattaa herättää asiakkaissa negatiivisia tunnetiloja.

”Monelle omaiset saattaneet ehdottaa jotain mutta ikäihminen heti kieltäytynyt, kun ei usko, että osaisi käyttää.”

”Asiakkaat ovat pääosin vielä sitä sukupolvea, jotka eivät ole tottuneet teknologiaan. Eikä heitä siihen voi enää opettaa. Muutaman vuoden päästä asiakas-kunta pikkuhiljaa alkaa olemaan teknologiamyönteisempää ja ovat tottuneet sen käyttöön jo perus arjessa ja työssä.”

”En ole vielä tavannut ikäihmisiä, jotka haluaisivat edes tutustua teknologiaan. Kokevat, ettei enää edes kannata. Jo meidän Mukana-käyttö aiheuttaa surua ja tympääntymistä.”

”Kotona asuu yhä enemmän avun tarpeessa olevia ikääntyneitä. Vielä ei ole näkynyt asiakkailla juurikaan mitään älylaitteita. Ehkä sitten seuraavalla sukupolvella enemmän.”

”Ei ole halua tämän päivän asioihin, muistisairaudet estävät oppimasta ja ymmärtämästä.”

5.6 Tulosten vertailu vähemmän teknologiaa käyttäviin ikääntyneisiin

Kokemäen vanhusneuvoston puheenjohtaja tarjosi apuaan ja hän haastatteli neljää (n=4) ikääntynyttä, jotka eivät ennakko-oletusten mukaan käytä nykYTEknologiaa. Tällä tavalla saadaan tehtyä pientä vertailua ikääntyneiden vastausten välillä. Kysely oli sama, mitä käytettiin kotona itsenäisesti asuville ikääntyneille sähköpostikyselynä. Kokemäen vanhusneuvoston puheenjohtaja haastatteli ikääntyneitä paperilomakkeilla, jotka myöhemmin syötettiin Webropol-työkaluun. Vastaajien keski-ikä oli 93 vuotta. Vastaajista yksi oli mies ja neljä naista. Kaikki vastaajat asuivat Kokemäellä ja kaikilla vastaajilla koulutustaustana oli kansakoulu tai oppikoulu.

Kukaan vastaajista ei omistanut kosketusnäytöllistä kännykkää ja kahdella vastaajalla oli näppäimellinen matkapuhelin. Yhdellä vastaajalla oli vielä käytössään lankapuhelin. Yksi vastaaja käytti kannettavaa tietokonetta ja yksi pöytätietokonetta. Laitteita ei käytetä kovinkaan usein. Vain yksi kertoi käyttävänsä matkapuhelinta useasti päivässä ja yksi kertoi käyttävänsä kannettavaa tietokonetta päivittäin. Ikääntyneet eivät myöskään kokeneet hallitsevansa teknologiaa kovin hyvin. Yksi koki hallitsevansa matkapuhelimen käytön kohtalaisesti. Sama tulos oli myös kannettavan tietokoneen sekä pöytäkoneen kohdalla.

Kyselyssä haluttiin tietää mitkä asiat vaikuttavat halukkuuteen käyttää teknologiaa. Karkeasti teknologian käyttöä arvioitaessa vastaajilta ei löydy teknologiahalukkuutta (ka. 2,0) tai -myönteisyyttä (ka. 4,0). Yksi vastaajista kokee, että laitteiden heikko hallinta vaikuttaa erittäin paljon halukkuuteen käyttää teknologiaa. Yhden vastaajan mielestä asioinnin helppous vaikuttaa erittäin paljon halukkuuteen käyttää teknologiaa. Melko kielteisistä teknologiaan liittyvistä ajatuksista huolimatta teknologia arvioidaan kuitenkin melko tärkeäksi (ka. 5,5). Pandemia-aikaan ei ole lisännyt teknologian parissa vietettyä aikaa.

Yksi neljästä käytti internetiä pankkiasioiden hoitamiseen, sähköpostiin sekä pelaamiseen. Kolme neljäsosaa ei käyttänyt internetiä ollenkaan. Apua teknologian käytössä saatiin omalta lapselta (50 %, n=2) ja sen koettiin olevan riittävää (100 %, n=4). Kaikki vastaajat osasivat käyttää kotona sijaitsevaa teknologiaa. Terveydellisiä haittoja, jotka vaikuttaisivat teknologian käyttöön, ei juuri ollut. Vastaajista kaksi mainitsi uuden oppimisen heikentymisen vaikuttavan teknologian käyttöön.

Kukaan vastaajista ei seuraa julkisia palveluita internetistä, eikä kukaan kokenut kunnan toiminnan näkymisen sosiaalisessa mediassa (somessa) olevan tärkeää. Kukaan ei myöskään ollut kiinnostunut mistään digitaalisesti tarjottavasta hyvinvointiin liittyvästä palvelusta. Nykyteknologiasta puhuttaessa aihe herättää vastaajissa pääosin pelkoa (75 %, n=3) sekä epäluuloa (75 %, n=3). Vain yksi vastaaja ilmoittaa teknologian olevan käytännöllistä ja se on arjen helpottaja sekä nopeuttaja.

Kokemäen vanhusneuvoston puheenjohtajan haastattelemat iäkkäät arvioivat teknologiamyönteisyytensä sekä -kyvykkyytensä hyvin alhaiseksi verrattuna opinnäytetyön kohderyhmänä olleisiin ikääntyneisiin. Vastaajien keski-ikä oli eroa tasan kaksikymmentä (20) vuotta. Pelkästään iän perusteella voidaan todeta, että kolmekymmentä vuotta sitten, kun tämä pieni joukko on päässyt eläkkeelle, työelämässä ei ollut kovinkaan paljon tietotekniikkaa vielä käytössä.

6 POHDINTA

6.1 Tulosten tarkastelu ja johtopäätökset

Ikääntyneiltä edellytetään halukkuutta käyttää sähköisiä palveluita ja sisältöjä (Rasi ym. 2020). Mutta ikääntyneiden sähköisten palveluiden tulee olla helppo-käyttöisiä sekä selkeitä. Tulevina vuosikymmeninä uuden teknologian käyttöönotto ei ole niin suuri haaste kuin tällä hetkellä, koska nykyiset työkäiset ovat jo tottuneet käyttämään työssään sähköisiä työkaluja. Ikääntyneiden, niin kuin muidenkin ihmisten elämäntilanteet sekä valmiudet käyttää digitalisaatioon liittyviä erilaisia palveluita vaihtelevat. Keskeistä on ymmärtää, mitkä asiat vaikuttavat ikääntyneen teknologian käyttöön, jotta teknologiaa voidaan kehittää käyttäjäystävällisemmäksi. Parhaimmillaan teknologia auttaa kotona asuvia ikääntyneitä elämään pitkään itsenäistä elämää. Huomionarvoista on mainita, että kotihoidon piirissä on vain pieni osa ikääntyneistä ihmisistä (Hietanen 2020).

Tässä opinnäytetyössä selvitettiin Keski-Satakunnan alueen kotona itsenäisesti asuvien ikääntyneiden teknologiamyönteisyyttä ja -kyvykkyyttä. Ikääntyneiden vastausten perusteella välittyy paljon positiivisempi kuva ikääntyneiden teknologian käytöstä, mitä kotihoidon työntekijöiden vastauksista ilmenee. Kyselyyn vastanneet ikääntyneet omistavat erilaisia nykyteknologian välineitä ja niitä käytetään monipuolisesti ja usein. Teknologiaan liittyviin haasteisiin saadaan myös hyvin apua.

Kyselyyn vastanneet ikääntyneet käyttävät monipuolisesti sähköisiä palveluja. Arjen asioiden hoitaminen, kuten pankkiasiat, onnistuvat internetin kautta. Sähköpostia käytetään, kuten esimerkiksi kyselyyn vastaaminen osoittaa. Internetistä seurataan uutispalveluita ja suoritetaan verkko-opintoja. Vastauksista voidaan päätellä, että nämä ikääntyneet eivät pelkäävät ole hyväksyneet teknologiaa vaan se on muodostunut heille jo hyvin tarpeelliseksi osaksi arkea. Kaikille nykyteknologia ei kuitenkaan ole mielekäs tapa hoitaa asioita, mutta valtaosa kuitenkin ymmärtää sen käytännöllisyyden ja monipuoliset mahdollisuudet. Kotihoidon työntekijöiden vastauksista huomaa selkeästi sen toisen ääripään ikääntyneistä, jotka eivät ole halukkaita tai eivät omaa voimavaroja teknologian käyttämiseen.

Vastausten perusteella kotona itsenäisesti asuvilla ikääntyneillä ja kotihoidon työntekijöillä on erilainen näkemys ikääntyneiden teknologian käytöstä. Ikääntyneiden vastauksia tarkasteltaessa välittyi positiivinen suhtautuminen nykyteknologiaan. Teknologia koetaan välttämättömänä arjen asioiden hoitamisessa. Kotihoidon työntekijöiden vastauksista taas välittyi huoli siitä, että ikääntyneet eivät osaa käyttää teknologiaa, eivätkä he saa riittävästi tukea ja apua teknologian käytössä. Molemmista vastaajaryhmistä muodostettiin kyselyiden pohjalta profiilit, jotka löytyvät liitteistä 1 ja 2. Vertailuryhmän vastaukset taas tukevat kotihoidon työntekijöiden ajatuksia ikääntyneiden teknologiamyönteisyydestä ja -kyvykkydestä. Teknologia ei ole enää niin tärkeä yli 90-vuotiaalle.

Tämän opinnäytetyön tulosten pohjalta voidaan todeta, että ikääntyneiden teknologian käytöstä keskusteltaessa ikääntyneiden osaamista ja kiinnostusta teknologiaa kohtaan aliarvioidaan. Ikääntyneet jätetään usein huomiotta teknologiasta keskusteltaessa, keskustelut suunnataan nuorille ja työikäisille (Chen & Chan 2011), vaikka monet ikääntyneet ovat aktiivisia toimijoita, jotka käyttävät nykyteknologiaa monipuolisesti lähes joka päivä. Teknologia saattaa loukata käyttäjän yksityisyyttä, mutta se voi myös mahdollistaa oman näköisen elämän (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2018b).

Opinnäytetyön teoriapohja luotiin ikääntyneiden sähköisistä palveluista ja miten ne voivat tukea ikääntyneen toimintakykyä. Teknologia on tullut lisääntyvässä määrin osaksi ikääntyneiden arkea ja tämä suuntaus tulee edelleen kasvamaan. Teknologiaa voidaan käyttää turvana, tukena tai muistina. Teknologia ei pelkääntään tue ikääntynyttä, vaan se keventää myös kotihoidon työtä. Kotona itsenäisesti asuvien ikääntyneiden ja haastateltujen kotihoidon asiakkaiden halu ja tarve käyttää teknologiaa olivat hyvin erilaiset. Kyselyyn vastanneet ikääntyneet ovat aktiivisia ja ympäristöstään kiinnostuneita, he käyttävät sähköisiä palveluja helpottaakseen arkeaan. Ikääntyneet eivät koe tarvitsevansa teknologiaa vielä muistin tueksi tai liikkumisen helpottamiseksi. Sähköisiä palveluja käytetään päivittäisten arjen asioiden hoitamiseen, kuten esimerkiksi pankkiasiointiin, sosiaaliseen kanssakäymiseen ja ajankohtaisten asioiden seuraamiseen.

Opinnäytetyö auttaa Kessotea tarvittaessa reagoimaan tarkoituksenmukaisella tavalla. Voidaan järjestää esimerkiksi koulutuksia, työpajoja tai tukihenkilötoimintaa ikääntyvien teknologiamyönteisyyden tai -kyvykkyyden parantamiseksi. Myös eläkeläisjärjestöt voivat halutessaan tarttua tutkimustulokseen ja tukea tarvittaessa jäseniään esimerkiksi erilaisella ohjaus- ja tukihenkilötoiminnalla. Tutkimustulos kannustaa parhaimmillaan sekä Kessotea, että kolmatta sektoria toimimaan yhdessä ikääntyneiden teknologiamyönteisyyden ja -kyvykkyyden kehittämiseksi. Opinnäytetyö tullaan raportoimaan toimeksiantajalle sekä tarvittaessa vanhusneuvostoille tai eläkeläisjärjestöille esim. PowerPoint -esityksenä yhteisesti sovittuna aikana.

6.2 Eettiset lähtökohdat

Opinnäytetyössä on noudatettu yleisiä eettisiä periaatteita, kuten haastateltavien ihmisarvoa, yksityisyyttä ja itsemääräämisoikeutta. Vastaajia kohdeltiin tasa-arvoisesti ja kyselyihin osallistuminen perustui vapaaehtoisuuteen. Opinnäytetyötä tehdessä on pyritty rehellisyyteen, huolellisuuteen sekä tarkkuuteen kaikissa tutkimuksen eri vaiheissa. (Vuori.) Aineisto on myös käsitelty ja analysoitu hyvää tutkimusetiikkaa ja tietoturvallisuutta noudattaen.

Opinnäytetyöhön liittyvät eettiset kysymykset ovat pitkälti samankaltaisia, kuin minkä tahansa tutkimustyön, mutta opinnäytetyön aiheeseen liittyviä eettisiä kysymyksiä pohdittaessa voidaan nostaa nykYTEknologiaan liittyvät kysymykset. Kuten Niemi (2017) toteaa julkaisussaan, ikääntynyt ei aina välttämättä hallitse teknologiaa, jota hänen kotiinsa asennetaan, esimerkiksi seuranta- ja valvontateknologia. Ikääntynyt voi menettää yksityisyytensä tai sosiaaliseen kanssakäymiseen tarkoitettu teknologia voi johtaa vahingolliseen vuorovaikutukseen. Teknologia mahdollistaa myös uudenlaisen ikääntyneen hyväksikäytön.

6.3 Luotettavuuden tarkastelu

Tutkimuksen luotettavuus voidaan ymmärtää myös tulosten tarkkuutena (Vilka 2021, 153). Kysymyslomake pyrittiin tekemään helpoksi ja nopeaksi vastata, siksi valittiin sähköisesti toteutettava strukturoitu kyselylomake. Strukturoidun kyselylomakkeen haasteena kuitenkin on, että opinnäytetyön tekijällä ei ole tietoa siitä, miten haastateltavat ovat ymmärtäneet kysymykset ja millä tavalla ovat ajatelleet vastaavansa (Hyvärinen, Suoninen & Vuori).

Tämän opinnäytetyön kyselyyn ovat vastanneet ne ikääntyneet, jotka osaavat jonkin verran käyttää internetiä, koska kysymykset on lähetetty sähköpostitse. Tuloksiin vaikuttaa ilman muuta se, että kyselyyn vastanneilla oli vähintään kohtuulliset teknologian käyttötaidot. Tulokset olisivat varmasti erilaisia, jos kyselyt olisivat tehty pelkästään haastattelemalla tai kyselyyn vastanneiden keski-ikä olisi korkeampi. Opinnäytetyön tutkimusjoukko oli kohtuullinen, mutta valtaosa vastaajista oli naisia, joten vertailua esimerkiksi sukupuolten välillä ei pystytty tekemään. Ikääntyneiden kommentteista poistettiin kaksi henkilökohtaista viestiä opinnäytetyön tekijälle. Henkilökohtaiset viestit opinnäytetyön tekijälle ja kommentit, josta voi tunnistaa vastaajan esimerkiksi terveydentilan tai työnkuvan kerroksella, karsittiin pois.

6.4 Jatkotutkimusaiheet

Kyselyn vastauksia analysoitaessa jäin pohtimaan, että olisi kiinnostavaa tietää alueen kotihoidon asiakkaiden keski-ikä. Kotihoidon työntekijöiden mukaan ikääntyneet eivät ole kiinnostuneita nykyteknologian käytöstä, joten mikä mahtaa olla vastausten taustalla? Ehkä kotihoidon asiakkaiden korkea ikä tai ehkä sosio-ekonominen tausta? Kuten taulukossa 1 todettiin, Kessoten alueen kotihoidon asiakkaista 65–84-vuotiaita on 49 % (n=183). Kyselyyn vastanneiden ikääntyneiden keski-ikä oli 73 vuotta. Karkeana päätelmänä voisi todeta, että ikä ei ole selitys teknologian käyttämiselle tai käyttämättä jättämiselle, vaan syy löytyy joltain muulta osa-alueelta. Näitä osa-alueita voisi kartoittaa tarkemmin jatkotutkimuksessa.

Kotihoidon työntekijöiden teknologiaosaamista voisi myös tutkia tarkemmin. Kotihoidon asiakkaiden teknologia tulee lisääntymään vuosi vuodelta, jolloin ikääntyneiden avun tarpeet taas laajenevat. Teknologiaan panostaminen on järkevää, koska sen ansiosta ikääntyneen palveluasumiseen siirtyminen voi tapahtua myöhemmin (Lähteenmäki ym. 2020, 46).

LÄHTEET

Alasoini T. 2015. Teoksessa Työpoliittinen aikakauskirja 2/2015. Työ- ja elinkeinoministeriö. Viitattu 15.9.2021 <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74854/tak22015.pdf>

Aranha M., James K., Deasy C. & Heavin C. 2021. Exploring the barriers and facilitators which influence mHealth adoption among older adults: A literature review. Viitattu 27.10.2021 <https://journal.gerontechnology.org/currentIssueContent.aspx?aid=3040>

Blažun H. 2013. Elderly People's Quality of Life with Information and Communication Technology (ICT): Toward a Model of Adaptation to ICT in Old Age. University of Eastern Finland. Viitattu 27.10.2021 eRepo - Elderly people's quality of life with information and communication technology (ICT): toward a model of adaptation to ICT in old age (uef.fi)

Chen K. & Chan A. 2011. A review of technology acceptance by older adults. Hong Kong. Viitattu 27.10.2021 <https://journal.gerontechnology.org/currentIssueContent.aspx?aid=1381>

Elo S. & Kyngäs H. 2008. The qualitative content analysis process. Journal of Advanced Nursing 62(1), 107–115. Viitattu 10.11.2021 <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2007.04569.x>

Elo S. 2021. Tutkimussuunnitelma. Teams keskustelu. Kirjattu 29.4.2021. satu.elo@lapinamk.fi.

Finlex. Laki digitaalisten palveluiden tarjoamisesta. Viitattu 13.9.2021 Laki digitaalisten palvelujen tarjoamisesta 306/2019 - Säädökset alkuperäisinä - FINLEX®

Günther K., Hasanen K. & Juhila K. Analyysi ja tulkinta. Teoksessa Jaana Vuori (toim.) Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 5.11.2021 <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelma-opetus/>

Hammar T., Vainio S. & Sarivaara S. 2017. Kotihoidossa käytettävän teknologian kirjo on laaja, mutta kaikkia mahdollisuuksia ei vielä hyödynnetä. Tutkimuksesta tiiviisti 27. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, Helsinki. Viitattu 15.9.2021 https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135240/URN_ISBN_978-952-302-912-5.pdf?sequence=1

Hietanen A. 2020. Ikääntyneiden kotona asumisen turvallisuusnäkökulmia. Gerontologia 2/2020. Viitattu 21.10.2021 <https://journal.fi/gerontologia/article/view/88130>

Holden R. & Karsh B. 2010. The technology Acceptance Model: Its past and its future in health care. *Journal of Biomedical Informatics* 43. Methodological Review. USA. Viitattu 27.10.2021 <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1532046409000963>

Hyvärinen M., Suoninen E. & Vuori J. Haastattelut. Teoksessa Jaana Vuori (toim.) Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoaarkisto. Viitattu 5.11.2021 <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelma-opetus/>

Iancu I. & Iancu B. 2017. Elderly in the Digital Era. Theoretical Perspectives on Assistive Technologies. Romania. Viitattu 27.10.2021 <https://www.mdpi.com/2227-7080/5/3/60>

Innokylä nettisivut. 2021. Satakati-hanke Viitattu 16.11.2021 <https://innokyla.fi/fi/kokonaisuus/satakati-hanke>

Jokisch M. 2020. The technology acceptance model in older age: New directions and perspectives. *Gerontechnology* 19. Viitattu 27.10.2021 <https://journal.gerontechnology.org/currentIssueContent.aspx?aid=2940>

Kaasalainen K., Ruohonen T. & Neittaanmäki P. 2019. Interventiot ja tekoäly terveydenhuollossa. Loppuraportti Vol. 3. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 6.10.2021 https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/63326/Interventiot_Vol3FINAL.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Käypä hoito -suositus. Viitattu 27.10.2021 <https://www.kaypahoito.fi/suositukset>

Lähteenmäki J., Niemelä M., Hammar T., Alastalo H., Noro A., Pylsy A., Arajärvi M. Forsius P., Pulli K. & Anttila H. 2020. Kotona asumista tukeva teknologia - kansallinen toimintamalli ja tietojärjestelmät (KATI-malli). VTT Technical Research Centre of Finland. VTT Technology No. 373. Viitattu 31.10.2021 <https://www.vttresearch.com/sites/default/files/pdf/technology/2020/T373.pdf>

Markkanen K. & Tuomisoja A. 2014. Johtaminen sosiaali- ja terveydenhuollossa. Selvitys tehyläisten johtajien ja esimiesten näkemyksistä. Tehyn julkaisusarja 1/14. Viitattu 6.10.2021 https://www.tehy.fi/fi/system/files/mfiles/julkaisu/2014/510880_johtaminen_sosiaali_ ja_ terveydenhuollossa_nettti_id_14099.pdf

Niemi M. 2017. Ikääntyminen ja teknologia – Gerontologisen sosiaalityön näkökulmia. Teoksessa Kivistö M. & Pyykkönen K. Sosiaalityö digitalisaatiossa. Lapin yliopiston yhteiskuntatieteellisiä julkaisuja C. Työpapereita 58. Rovaniemi 2017. Viitattu 13.9.2021 <https://lauda.ulapland.fi/handle/10024/63035>

Pitkälä, K. & Routasalo, P. 2012. Ikääntyneet hyötyvät tavoitteellisesta ja osallistavasta sosiaalisesta toiminnasta. Lääketieteellinen aikakauskirja *Duodecim*. Julkaisuja 2012; 128 (12):1215–6. Viitattu 13.9.2021 <https://www.duodecimlehti.fi/duo10334>

Päykkönen K. 2017. Sosiaalinen media ikääntyneiden kotona asumisen tukemisessa. Teoksessa Kivistö M. & Päykkönen K. Sosiaalityö digitalisaatiossa. Lapin yliopiston yhteiskuntatieteellisiä julkaisuja C. Työpapereita 58. Rovaniemi 2017. Viitattu 13.9.2021 <https://lauda.ulapland.fi/handle/10024/63035>

Rasi P. & Taipale S. 2020. Tuki, ohjaus ja koulutus – ikääntyneet digitalisoituvassa mediayhteiskunnassa. Gerontologia, 34(4), 328–332. Viitattu 26.10.2021 <https://journal.fi/gerontologia/article/view/99601>

Riikonen M. 2018. Muistisairaana ihmisen kokemukset teknologiasta osana arkea – turvaa vai tunkeilevuutta. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 21.10.2021 <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/59785>

Rosenlund, M. 2018. Ikäihmisten kokemukset terveydenhuollon sähköisten palvelujen käytöstä ja kokemusten hyödyntäminen palvelujen kehittämisessä. Itä-Suomen yliopisto. Kuopio. Viitattu 15.9.2021 <https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/6764/1533811257921560393.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Salmela M. & Mämmi-Laukka L. 2017. Kuinka voin auttaa? – Kokemuksia sosiaalityössä hyödynnettävistä digipalveluista. Teoksessa Kivistö M. & Päykkönen K. Sosiaalityö digitalisaatiossa. Lapin yliopiston yhteiskuntatieteellisiä julkaisuja C. Työpapereita 58. Rovaniemi 2017. Viitattu 13.9.2021 <https://lauda.ulapland.fi/handle/10024/63035>

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2010. Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta ETENE 2010. Teknologia ja etiikka sosiaali- ja terveysalan hoidossa ja hoivassa. ETENE julkaisuja 30. Yliopistopaino, Helsinki 2010. Viitattu 14.9.2021. <https://etene.fi/julkaisut>

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2020. Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi 2020–2023. Julkaisuja 2020:29. Viitattu 14.9.2021 https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162455/STM_2020_29_J.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Syrjä M. 2021. Teknologia- ja tietojärjestelmien onnistumistekijät yksilön näkökulmasta. Lappeenrannan-Lahden teknillinen yliopisto. Viitattu 24.11.2021 <https://lutpub.lut.fi/bitstream/handle/10024/163020/PRO%20GRADU%20Mari%20Syrj%c3%a4.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Tammelin M., Taipale S. & Hirvonen H. 2018. Vanhustyön digitalisaatio: työntekijät teknologian kehittäjiksi. Vanhustyö, 2018 (4), 8–9. Viitattu 10.11.2021 <http://rightsstatements.org/page/InC/1.0/?language=en>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2018a. Kolmasosa vanhuspalvelujen henkilöstöstä työskentelee kotihoidossa - asiakkaista kotihoidossa on yli puolet. Tutkimuksesta tiiviisti 39. Viitattu 16.9.2021 <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-232-1>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2018b. Teknologia tukee kotihoidon asiakkaan omatoimisuutta ja turvallisuutta – eroja käyttöäotossa maakuntien välillä. Tutkimuksesta tiiviisti 44. Viitattu 14.9.2021 https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/137291/URN_ISBN_978-952-343-252-9.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2018c. Sosiaali- ja terveysalan tilastollinen vuosikirja 2018. Viitattu 21.10.2021 <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-219-2>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen internetsivut. Korkea ikä, muistin ongelmat ja heikot nettitaidot voivat syrjäyttää ihmisen palveluista – digiosallisuus tukee yhdenvertaisuutta. Viitattu 21.10.2021 <https://thl.fi/fi/-/korkea-ika-muistin-ongelmat-ja-heikot-nettitaidot-voivat-syrjayttaa-ihmisen-palveluista-digiosallisuus-tukee-yhdenvertaisuutta>

Tilastokeskus. 2018. Elinolon tilasto. Viitattu 14.9.2021. https://www.stat.fi/til/eot/2017/eot_2017_2019-05-24_tie_001_fi.html

Tilastokeskus. Internetin käyttö medioiden seuraamiseen ja viestintään lisääntynyt. Viitattu 26.10.2021 <https://www.stat.fi/til/sutivi/index.html>

Turja T. 2019. Accepting Robots as Assistans. A Social, Personal, and Pincipled Matter. Tampere University. Viitattu 27.10.2021 <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/118030/978-952-03-1351-7.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Turja T. & Oksanen A. 2019. Robot Acceptance at Work: A Multilevel Analysis Based on 27 EU Countries. International Journal of Social Robotics (2019) 11:679–689. Viitattu 27.10.2021 <https://link.springer.com/article/10.1007/s12369-019-00526-x>

Vilka H. 2014. Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet. Viitattu 16.11.2021 <http://hanna.vilka.fi/wp-content/uploads/2014/02/Tutki-ja-mittaa.pdf>

Vilka H. 2021. Tutki ja Kehitä. Jyväskylä. E-kirja. Viitattu 14.5.2021 <https://www.ellibslibrary.com/book/9789523701731>

LIITTEET

- Liite 1. Ikääntyneen profiili
- Liite 2. Kotihoidon työntekijän profiili
- Liite 3. Kysely kotona itsenäisesti asuville ikääntyneille
- Liite 4. Kysely kotihoidon työntekijöille

Aili Laitinen

73 vuotta
Asuu Nakkilassa
Avoliitossa
Entinen palkanlaskija
Kaksi lasta, kolme lastenlasta

Taustaa teknologian käytölle

- Omistaa älykännykän ja tablet-tietokoneen, käyttää niitä päivittäin
- Kädessä aktiiviranneke
- Lukee sähköpostit päivittäin
- Pankkiasiat hoitaa pääosin netissä
- Käyttää nettiä mm. ajanvarauksiin, Facebookiin ja WhatsApp –viesteihin
- Aililla ei ole sairauksia, jotka haittaisivat teknologian käyttöä.

Kiinnostuksen kohteet

- Kunnassa tapahtuvat asiat, erityisesti terveys-, kulttuuri- ja liikuntapalvelut
- Etäjumppa.

Haasteelliset asiat

- Teknologian haasteissa apua saa
- lapsilta ja lapsenlapsilta
- Hankalaksi kokee kopioimisen sekä tulostimen värikasettien vaihdon
- Uuden oppimisen kokee hieman haasteelliseksi.

Ailin ajatuksia teknologiasta

- Toimiminen onnistuu, kun teknologia on käytännöllistä sekä asiointi helppoa
- Teknologia on minulle käytännöllinen arjen helpottaja
- En ole huippuosaaja, mutta jos olet monessa mukana, on pysyttävä ajan hermolla. Mielenkiintoista ja avartavaa
- Haluaisin oppia enemmän kuvien käyttämisestä ja siirtämisestä. Olisi myös hyvä oppia välineiden käytöstä lisää.



Salla Mäkinen

45 vuotta

Työskentelee Eurajoella

Avioliitossa

Lähihoitaja

Yksi lapsi

Mitä Salla ajattelee ikääntyneiden teknologian käytöstä

- Kännykkää, jossa on näppäimet, ja sitä osataan käyttää kohtuullisesti
- Tietokonetta osataan käyttää huonosti
- Ikääntyneet tarvitsevat teknologiaa kohtalaisesti
- Ikääntyneillä ei ole halukkuutta tai myönteisyyttä käyttää teknologiaa
- Lapset ja lapsenlapset auttavat tarvittaessa
- Ikääntyneet eivät seuraa kunnallisia palveluita
- Teknologia on ikääntyneille vaikeaa, haasteellista ja siihen suhteudutaan epäluuloisesti
- Teknologian käyttö ei ole mielekästä

Ikääntyneiden kiinnostuksen kohteet

- Uutiset
- Pankkipalvelut
- Pelaaminen

Ikääntyneiden haasteelliset asiat

- Terveydelliset haasteet vaikuttavat teknologian käyttöön
- Tarvitsevat apua paljon teknologian käytössä
- Television käyttö
- Hipaisunäppäimellä oleva lieden käyttö
- Suoratoistopalveluiden ja pankkipalveluiden käyttö

Vapaa sana

- Kotona olevat vanhukset jo niin huonoja ettei koneitten käyttö onnistu itsenäisesti
- Todella harvalla näitä laitteita
- Kykyä ja haluja, sekä kiinnostusta olisi, mutta monella ei ole ketään, joka opastaisi näiden käyttöön





Itsenäisesti kotona asuvien ikääntyneiden teknologiamyönteisyys ja -kyvykkyys

1. Ikä?

Merkitse numeroina

2. Sukupuoli?

- Nainen
- Mies

3. Kotikunta?

- Eurajoki
- Harjavalta
- Kokemäki
- Nakkila

4. Koulutustaso?

- Kansakoulu, oppikoulu tai peruskoulu
- Lyhyt ammatillinen koulutus (kurssi tai vastaava)
- Ammattikoulu
- Opisto- tai ammattikorkeakoulu

- Yliopisto
- Joku muu, mikä

5. Omistatko?

	Kyllä	En
Kosketusnäytöllisen matkapuhelimen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tavallisen matkapuhelimen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tablettitietokoneen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kannettavan tietokoneen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pöytäkoneen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

6. Kuinka usein käytät?

	En käytä	Silloin tällöin	Kuukausittain	Monta kertaa viikossa	Päivittäin	Useasti päivässä
Kosketusnäytöllistä kännykkää	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kännykkää, jossa on näppäimet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tablettitietokonetta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kannettavaa tietokonetta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pöytäkoneetta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

7. Kuinka hyvin koet hallitsevasi?

	En lainkaan	Huonosti	Kohtalaisesti	Hyvin	Erinomaisesti
Kosketusnäytöllisen kännykän käytön	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kännykän käytön, jossa on näppäimet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tablettitietokoneen käytön	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kannettavan tietokoneen käytön	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	En lainkaan	Huonosti	Kohtalaisesti	Hyvin	Erinomaisesti
Pöytäkoneen käytön	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

8. Miten seuraavat asiat vaikuttavat halukkuuteesi käyttää teknologiaa (teknologialla tässä kyselyssä tarkoitetaan esim. kännykkää ja tietokonetta)?

	Ei vaikuta	Vaikuttaa hieman	Vaikuttaa kohtalaisesti	Vaikuttaa jonkin verran	Vaikuttaa erittäin paljon
Korkeat laitekustannukset	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Yksityisyyteen liittyvät asiat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lasten kuormittaminen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Käytännöllisyys	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Laitteiden (heikko) hallinta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Terveydentilani	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Läheisten mielipide	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Aikaisemmat kokemukset	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Asioinnin helppous	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Muu, mikä <input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

9. Kuinka tarpeellinen nykyteknologia on sinulle? Arvioi asteikolla 0-10.



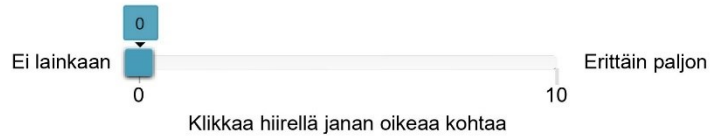
10. Kuinka halukas olet käyttämään nykyteknologiaa? Arvioi asteikolla 0-10.



11. Kuinka myönteisesti suhtaudut uusiin teknologiaratkaisuihin? Arvioi asteikolla 0-10.



12. Onko pandemia-aika lisännyt käyttämäsi aikaa internetissä?



13. Millaisia palveluja käytät internetissä? Voit valita useamman vaihtoehdon.

- Medioiden seuraaminen (verkkolehdet ja televisiokanavien uutissivut)
- Ruokaostokset / kauppakassipalvelu
- Kodin laitteiden ohjaaminen (esim. pesukone, sähkökiuas)
- Ajanvaraukset
- Pankkipalvelut
- Älykello (aktiivisuuden ja unen mittaaja)
- Verkkokaupat
- Viestintä/ Sosiaalinen media (esim. WhatsApp, Facebook, Instagram, keskustelupalstat)
- Internetpuhelimet
- Tiedon etsintä

- Sähköposti
- Pelaaminen
- Äänikirjojen kuuntelu
- Suoratoistopalvelut (esim. Netflix, Areena, C-more)
- Jotain muuta, mitä
- En mitään

**14. Keneltä saat varmimmin apua teknologian käytössä?
Voit valita useamman vaihtoehdon.**

- Oma lapsi
- Puoliso
- Lapsenlapsi
- Ystävä tai muu läheinen
- Ammattihenkilö
- Joku muu, kuka
- En keneltäkään

15. Onko saamasi teknologiaan liittyvä apu riittävää?

- Kyllä
- Ei. Kirjoita tekstikenttään millaista apua tarvitsisit lisää

16. Onko kotonasi teknisiä laitteita tai ohjelmia, joita sinun on vaikea käyttää?

- Ei
- Kyllä. Kuvatkaa millaisia vaikeuksia

17. Onko sinulla jokin terveydellinen haitta, joka vaikuttaa teknologian käyttöön?

	Ei vaikuta	Vaikuttaa hieman	Vaikuttaa kohtalaisesti	Vaikuttaa jonkin verran	Vaikuttaa paljon
Heikentynyt näkö	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Heikentynyt kuulo	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Heikentynyt käsien motoriikka	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Muistin heikentyminen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Uuden oppimisen vaikeutuminen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

18. Kuinka paljon terveydelliset haasteesi vaikuttavat teknologian käyttöä heikentävästi? Arvioi asteikolla 0-10.



**19. Mitä kunnallisia/julkisia palveluja seuraat/käytät internetissä?
Voit valita useamman vaihtoehdon.**

- Terveyspalvelut
- Sosiaalipalvelut
- Rakennusvalvonta
- Liikuntapalvelut
- Kulttuuripalvelut
- Sivistyspalvelut
- Kunnallinen päätöksenteko
- Vanhusneuvoston toiminta
- En mitään edellisistä

20. Kuinka tärkeäksi koet kunnan toiminnan näkymisen sosiaalisessa mediassa (some)? Arvioi asteikolla 0-10.



21. Millaisia hyvinvointiin liittyviä palveluita voisit ajatella käyttäväsi digitaalisesti?

Voit valita useamman vaihtoehdon.

- Etäjumppa
- Lääkkeenoton muistuttajat
- Digikerho tai -päivätoiminta
- Yhteinen ruokailuhetki digitaalisesti
- Videopuhelut
- GPS paikannin sijaintini löytämiseksi

- Muistuttaja
- Kotihoidon käynnit digitaalisesti
- Muu, mikä

**22. Mitkä sanat kuvaavat suhtautumistasi digitalisaatiota kohtaan?
Voit valita useamman vaihtoehdon.**

- Arjen helpotus
- Arjen nopeuttaja
- Käytännöllisyys
- Turvallinen
- Turvaton
- Pelko
- Epäluulo
- Helppo
- Vaikea
- Elämänlaadun parantaja
- Pakollinen paha
- Haaste

23. Kuinka mielekästä sinulle on teknologian käyttö? Arvioi asteikolla 0-10.



**24. Mitä muuta haluaisit kertoa kyvystäsi tai halustasi käyttää teknologiaa?
Kirjoita se tähän!**



Itsenäisesti kotona asuvien ikääntyneiden teknologiamyönteisyys ja -kyvykkyys - kotihoidon henkilökunnan näkemys

1. Ikäsi?

Kirjoita numeroina

2. Sukupuolesi?

- Nainen
- Mies
- Muu

3. Alue, jolla työskentelet?

- Eurajoki
- Harjavalta
- Kokemäki
- Nakkila

4. Koulutustasosi?

- Ei ammatillista koulutusta
- Kodinhoitaja tai vastaava

- Perus- tai lähihoitaja
- Sairaanhoitaja
- Terveystenhoitaja
- Joku muu, mikä
- Geronomi tai sosionomi
- Opiskelija

5. Kuinka hyvin mielestäsi kotona asuvat ikääntyneet hallitsevat seuraavat laitteet?

	Ei lainkaan	Huonosti	Kohtalaisesti	Hyvin	Erinomaisesti
Kosketusnäytöllisen kännykän käytön	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kännykän käytön, jossa on näppäimet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Tablettitietokoneen käytön	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kannettavan tietokoneen käytön	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pöytäkoneen käytön	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

6. Miten seuraavat asiat mielestäsi vaikuttavat kotona itsenäisesti asuvien ikääntyneiden halukkuuteen käyttää teknologiaa?

	Ei vaikuta	Vaikuttaa hieman	Vaikuttaa kohtalaisesti	Vaikuttaa jonkin verran	Vaikuttaa erittäin paljon
Korkeat laitekustannukset	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Yksityisyyteen liittyvät asiat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lasten kuormittaminen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Käytännöllisyys	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Laitteiden (heikko) hallinta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Terveystila	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Läheisten mielipide	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	Ei vaikuta	Vaikuttaa hieman	Vaikuttaa kohtalaisesti	Vaikuttaa jonkin verran	Vaikuttaa erittäin paljon
Aikaisemmat kokemukset	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Asiointin helppous	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Muu, mikä <input type="text"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

7. Kuinka tarpeellinen mielestäsi nykyteknologia on kotona itsenäisesti asuville ikääntyneille? Arvioi asteikolla 0-10.



8. Kuinka halukkaita mielestäsi kotona itsenäisesti asuvat ikääntyneet ovat käyttämään nykyteknologiaa? Arvioi asteikolla 0-10.



9. Kuinka myönteisesti mielestäsi kotona itsenäisesti asuvat ikääntyneet suhtautuvat uusiin teknologiaratkaisuihin? Arvioi asteikolla 0-10.



10. Onko pandemia-aika mielestäsi lisännyt kotona itsenäisesti asuvien ikääntyneiden käyttämää aikaa internetissä?



11. Millaisia palveluja kokemuksesi mukaan kotona itsenäisesti asuvat ikääntyneet käyttävät internetissä? Voit valita useamman vaihtoehdon.

- Medioiden seuraaminen (verkkolehdet ja televisiokanavien uutissivut)
- Ruokaostokset / kauppakassipalvelu
- Kodin laitteiden ohjaaminen (esim. pesukone, sähkökiuas)
- Ajanvaraukset
- Pankkipalvelut
- Älykello (aktiivisuuden ja unen mittaaja)
- Verko-ostokset
- Viestintä/ Sosiaalinen media (esim. WhatsApp, Facebook, Instagram, keskustelupalstat)
- Internetpuhelut
- Tiedon etsintä
- Sähköposti
- Pelaaminen
- Äänikirjojen kuuntelu
- Suoratoistopalvelut (esim. Netflix, Areena, C-more)
- Jotain muuta, mitä
- En mitään

12. Keneltä mielestäsi itsenäisesti kotona asuvat ikääntyneet saavat varmimmin apua teknologian käytössä? Voit valita useamman vaihtoehdon.

- Oma lapsi
- Puoliso
- Lapsenlapsi
- Ystävä tai muu läheinen

- Ammattihenkilö
- Joku muu, kuka
- Ei keneltäkään

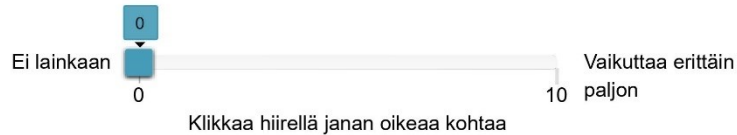
13. Onko mielestäsi kotona itsenäisesti asuvien ikääntyneiden samaa teknologiaan liittyvä apu riittävää?

- Kyllä
- Ei. Kirjoita tekstikenttään millaista apua he tarvitsisivat lisää

14. Onko mielestäsi itsenäisesti kotona asuvien kodissa teknisiä laitteita tai ohjelmia, joita heidän on vaikea käyttää?

- Ei
- Kyllä. Kuvaa millaisia vaikeuksia

15. Kuinka paljon mielestäsi kotona itsenäisesti asuvien terveydelliset haasteet vaikuttavat teknologian käyttöä heikentävästi? Arvioi asteikolla 0-10.



16. Mitä kunnallisia/julkisia palveluja kokemuksesi mukaan kotona asuvat ikääntyneet seuraavat/käyttävät internetissä? Voit valita useamman vaihtoehdon.

- Terveyspalvelut
- Sosiaalipalvelut
- Rakennusvalvonta

- Liikuntapalvelut
- Kulttuuripalvelut
- Sivistyspalvelut
- Kunnallinen päätöksenteko
- Vanhusneuvoston toiminta
- En mitään edellisistä

17. Mitkä sanat kuvaavat mielestäsi kotona itsenäisesti asuvien suhtautumista digitalisaatiota kohtaan? Voit valita useamman vaihtoehdon.

- Arjen helpotus
- Arjen nopeuttaja
- Käytännöllisyys
- Turvallinen
- Turvaton
- Pelko
- Epäluulo
- Helppo
- Vaikea
- Elämänlaadun parantaja
- Pakollinen paha
- Haaste

18. Kuinka mielekkääksi mielestäsi kotona itsenäisesti asuvat ikääntyneet kokevat teknologian käytön? Arvioi asteikolla 0-10.



19. Mitä muuta haluaisit kertoa itsenäisesti kotona asuvien kyvystä tai halusta käyttää teknologiaa? Kirjoita se tähän!
