

Mari Mäntylä

OPPIA JA ELÄMYKSIÄ IKÄÄN KATSOMATTA  
-Päiväkoti TuohiKontin ja Jyllin Kodin yhteistoimintaa

Sosiaalialan koulutusohjelma

2013

## OPPIA JA ELÄMYKSIÄ IKÄÄN KATSOMATTA – Päiväkoti TuohiKontin ja Jyllin Kodin yhteistoimintaa

Mäntylä, Mari  
Satakunnan ammattikorkeakoulu  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Marraskuu 2013  
Ohjaaja: Manni, Merja  
Sivumäärä: 70  
Liitteitä: 1

Asiasanat: sosiokulttuurinen innostaminen, osallisuus, moniaistillisuus

---

Opinnäytetyöni tarkoituksena oli luoda osallisuutta ja elämyksellisyyttä korostava toimintasuunnitelmavihko multisensorisia eli moniaistillisiä kokemuksia tarjoavista, osallistavista toimintahetkistä, jotka antavat vinkkejä lasten ja ikäihmisten yhteistoiminnan toteuttamiseen. Toimintasuunnitelmavihkon idea syntyi käytännön tarpeesta ja sen on tarkoitus mahdollistaa toiminnan jatkuminen ja mahdollisesti myös lisääminen sekä helpottaa eri kotien työntekijöiden osallistumista toimintaan. Osallisuus ja elämyksellisyys ovat lasten ja ikäihmisten yhteisen toiminnan lähtökohtana.

Opinnäytetyöni on toiminnallinen kehittämistyö, jossa osallistuvan tutkimuksen kautta kehitin lasten ja ikäihmisten yhteistoimintaa suunnitelmallisemmaksi ja elämyksiä tarjoavaksi. Teoriapohjaa työlleni hain sosiokulttuurisesta innostamisesta, multisensorisuudesta ja osallisuudesta sekä taide- ja kulttuurilähtöisistä menetelmistä, joiden kautta arvioin osallisuuden ja elämyksellisyyden toteutumista pitämässäni toimintahetkissä.

Opinnäytetyösuunnitelmaani varten tutustuin lasten ja ikäihmisten yhteistoiminnasta tehtyihin tutkimuksiin, joissa todettiin toiminnan olevan antoisaa niin lapsille kuin ikäihmisillekin. Itse arvostan virikkeellisyyttä ja näen ikäihmisten ja lasten yhteistoiminnan sukupolvia yhdistävänä ja uudenlaisia näkökulmia tarjoavana työmuotona. Toiminnan tuomista moninaisista mahdollisuuksista olin kokemuksen kautta vakuuttunut ja siksi halusin toiminnallisen osallistumisen avulla tehdä kehittämistyötä toiminnan edelleen kehittämiseksi, vakiinnuttamiseksi ja mahdollisesti myös lisäämiseksi.

Työkokemukseni kautta olen nähnyt mielialan vaikutuksen ihmisen hyvinvointiin. Siksi koen tärkeäksi ikäihmisen toimintakyvyn tukemisen ja sen, että hänelle tarjotaan mahdollisuuksia osallistua, kokea ja tehdä asioita voimavarojensa mukaan. Yhteiskuntamme on muuttunut viimeisten vuosikymmenien aikana todella paljon ja tämän toimintamallin avulla lapsilla on mahdollisuus saada elämyksellisellä tavalla perinnetietoutta ja tutustua ikäihmisiin. Kaikkien aistien huomioimisen kautta toiminta tarjoaa oppia ja elämyksiä niin lapsille kuin ikäihmisille.

## LEARNING AND EXPERIENCES WITHOUT AGE RESTRICTIONS

– cooperation of TuohiKontti and Jyllin Kodit

Mäntylä, Mari

Satakunnan ammattikorkeakoulu, Satakunta University of Applied Sciences

Degree Programme in Social services

November 2013

Supervisor: Manni, Merja

Number of pages: 70

Appendices:1

Keywords: sociocultural animation, inclusion and multisensory

---

The purpose of my thesis was to create a inclusion and experience highlighting plan booklet, about functional moments that enable multisensory and part-tacking including experiences that give hints about realization of cooperation between elderly and children. The idea of a plan booklet was born of practical need and its purpose is to enable continuation of activity and possibly to add and make it easier for workers to take part in action. Involvement and joyfulness are the basis of action between children and the elderly.

My thesis is a functional development work, in which through the participating research I developed the cooperation of children and the elderly to be more systematical and experience offering. I searched theoretical basis for my work from sociocultural animation, multisensorship, involvement and from art- and culture oriented methods, through which I estimated the fulfillment of involvement and experience in moments of action I held.

For my thesis I familiarized myself with the studies made of cooperation of the children and the elderly, in which the action was seen to be giving to both the children and the elderly. I myself value stimulus and I see cooperation of the elderly and the children as a uniting and new views offering form of work. Through experience I was assured of the possibilities the action would bring and because of that I wanted, through functional involvement, execute development work to evolve, establish and possibly to increase the action.

Through my work experience I have seen the effect that mood has on a individuals well-being. That's why I feel it important to support the functionality of an elder, and that he/she is offered chances to take part, experience and do things that he/she's resources allow. Our society has changed a lot during the last decades and with this operation model the children have a chance to gain hereditary information and meet elder people in a memorable way. Through noticing all senses the activity offers learning and experiences for children and the elderly alike.

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	KESKEISET KÄSITTEET .....	8
2.1	Sosiokulttuurinen innostaminen.....	8
2.1.1	Dialogisuus .....	11
2.1.2	Innostajana toimiminen .....	12
2.2	Osallisuus.....	14
2.3	Multisensorisuus .....	18
2.3.1	Aistit .....	19
2.3.2	Snozelen .....	21
3	AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET JA HANKKEET.....	22
3.1	Aistien-hanke .....	23
3.1.1	Aistien- hankkeen osallistujat.....	24
3.1.2	Aistien- tila .....	24
4	TOIMINNALLA OSALLISUUTTA .....	26
4.1	Musiikki .....	27
4.2	Liikunta .....	29
4.3	Kädentaidot ja kuvallinen ilmaisu .....	32
4.4	Perinnetietous.....	34
4.5	Muistelu .....	36
4.6	Kosketus.....	36
5	OPINNÄYTETYÖPROSESSI.....	37
5.1	Tutkimusote .....	37
5.2	Aihevalinnan taustaa .....	39
5.3	Yhteistyökumppanit.....	39
5.3.1	Jyllin Kodit .....	39
5.3.2	Päiväkoti TuohiKontti .....	40
5.4	Toiminnan taustaa.....	41
5.4.1	Tavoitteen selkiytyminen .....	41
6	TOIMINTAHETKISSÄ HUOMIOITAVIA ASIOITA.....	42
6.1	Struktuurin merkitys .....	44
6.2	Säännöllisyyden merkitys .....	45
6.3	Turvallisuuden huomioiminen .....	46
7	OPPIA JA ELÄMYKSIÄ JYLLIN KODEILLA.....	46
7.1	Toimintahetkien arviointia.....	47

7.1.1 Laskiaistapahtuma .....	48
7.1.2 Villan huovutus .....	49
7.1.3 Istutus .....	50
7.1.4 Päiväkodin kevätjuhla .....	51
7.1.5 Kesäiset lauluhetket.....	52
7.1.6 Kesän muistot .....	52
7.1.7 Syksyn värit- maalaus.....	55
7.1.8 Syksyn tuulet .....	56
8 MONIAISTISUUS TOIMINNAN RIKASTUTTAJANA .....	57
8.1 Moniaistillisuus toimintahetkissä.....	57
8.2 Moniaistisuuden hyödyt.....	58
8.3 Työn tuloksena Oppia ja elämyksiä- toimintasuunnitelma.....	60
9 POHDINTA.....	61
LÄHTEET .....	68
LIITTEET	Oppia ja elämyksiä toimintasuunnitelmavihko

## 1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni tarkoituksena on osallisuutta ja elämyksellisyyttä korostavan toimintasuunnitelmavihkon tekeminen, jossa on multisensorisia eli moniaistillisia kokemuksia tarjoavia, osallistavia toimintasuunnitelmia, jotka antavat vinkkejä lasten ja ikäihmisten yhteistoiminnan toteuttamiseen mm. päiväkodeissa, toimintakeskuksissa, palvelutaloissa ja vanhainkodeissa. Olen saanut työssäni Jyllin Kodin asumis- ja palvelukeskuksessa toimia erilaisissa työtehtävissä, joista rakkain osa-alue on ollut virikevastaavuus. Olen nähnyt mielialan merkityksen ihmisen vointiin. Jos mieli on virkeä ja iloinen, muukin jaksaminen on parempaa. Pikkuvaivat eivät häiritse ja ihminen voi ja jaksaa paremmin. Siksi haluan tuoda virikkeellisyyden mahdollisuuksia esiin ja saada ymmärrystä sen tärkeydelle.

Olen saanut työni kautta olla mukana vetämässä ikäihmisten ja lasten yhteistoimintaa ja sitä halusin opinnäytetyössäni kehittää edelleen yhä antoisampaan ja kaikille osapuolille merkityksellisempään ja erilaisia elämyksiä tarjoavaan suuntaan. Yhteistyökumppaneinani ovat Jyllin Kodin asumis- ja palvelukeskus ja Päiväkoti TuohiKontti. Opinnäytetyöni aihevalinta syntyi käytännön tarpeesta, koska monet työntekijät kokivat epävarmuutta lasten ja ikäihmisten yhteistoiminnan ohjaamisessa. Opinnäytetyöni lopputuloksen on tarkoitus mahdollistaa toiminnan jatkuminen ja helpottaa eri kotien työntekijöiden osallistumista toimintaan, kun suunnitelmassa on valmiit mallit toteutukselle. Suunnitelmissa huomioin resurssien rajallisuuden, toiminnan aikataulutuksen ja sen, että toiminta tapahtuu aamupäivisin Jyllin Kodin yhteisökotien tupa-keittiössä. Jyllin Kodin asukkaista lähes kaikilla on jonkin asteinen muistihäiriö ja paljon toimintarajoitteita, jotka myös otan huomioon suunnitelmissa.

Sosiaalialan työn voi nähdä myös kulttuurityönä. Taide- ja kulttuuritoiminta vaatii sosiokulttuurista näkemystä sekä ammatillisen työn tietoperustasta että käytännön toiminnasta. (Lundahl, Hakonen & Suomi 2007, 253.) Psykososiaaliseen hyvinvointiin tähtäävällä viriketoiminnalla halutaan tarjota tilaisuuksia

mielekkääseen toimintaan sekä ryhmään kuulumisen tunteen kokemista. Lasten kanssa yhdessä tekeminen tarjoaa ikäihmisille hyödyllisyyden, lohdun ja toiveikkuuden kokemuksia ja voi osaltaan myös ehkäistä syrjäytymistä. Lapsille toiminta tarjoaa uudenlaisen oppimisympäristön, elämyksellisiä oppimistilanteita, mahdollisuuden tutustua ikäihmisiin ja saada heiltä arvokasta perinnetietoutta. Lasten kohdalla toiminta voisi vaikuttaa myös kiusaamista ehkäisevästi, koska toiminnan kautta erilaisuuden hyväksyminen tulee konkreettisesti esille. Erilaisuuden hyväksyminen lähtee erilaisuuteen tutustumisesta. Meidän aikakautenamme sukupolvien luonnollinen yhteiselo ei toteudu enää samalla tavalla kuin aikaisemmin. Kun päiväkotikiikaiset tottuvat toimimaan eri-ikäisten ihmisten kanssa, voidaan ehkä laajemminkin vaikuttaa yhteiskuntaan ja siihen miten toisiimme täällä suhtaudumme. Jokainen ikään katsomatta on yhtä arvokas ja ainutlaatuinen.

Toimintasuunnitelmavihko sisältää tuokioita koko vuoden ajalle ja tarjoaa valmiita ideoita 30–45 minuuttia kestäviin säännöllisesti toteutettaviin yhteishetkiin. Toimintasuunnitelmiin on kirjattu selkeät tavoitteet niin, että toiminta on riittävän vaihtelevaa sisältäen musiikkia, kädentaitoja ja liikuntaa, kaikki aistit huomioiden. Päättävöitteena kaikissa toimintasuunnitelmissa on se, että toiminta innostaa yhdessä tekemiseen ja olemiseen sekä madaltaa sukupolvien välistä kuilua ja antaa mahdollisuuden yhdessä oppimiseen ja osallisuuden kokemiseen eri aistien keinoin. Osallisuus ja elämyksellisyys ovat koko toiminnan lähtökohtana.

Jyllin Kodin ja TuohiKontin yhteistyö sijoittuu sosiokulttuurisen innostamisen kenttään, sillä toiminnalla on mahdollisuus vaikuttaa niin lasten kuin ikäihmistenkkin asenteisiin. Sosiaali- ja terveysministeriön laatusuosituksen mukaan tutkimuksissa iäkkäiden ihmisten hyvää elämää vaikeuttavat muun muassa osallistavan ja mielekkään tekemisen puute sekä yhteiskuntaan syvään juurtunut kielteinen asenneilmapiiri vanhenemista kohtaan. Vanhenemisen myötä koetaan syrjäytymistä, turvattomuutta ja yksinäisyyttä. (Laatusuositus 2013, 19.) Ikäihminen voi kokea itsensä syrjäytyneeksi omassa yhteisössä ja yhteiskunnassa, jossa hän elää. Hän voi kokea erilaisuutta, joka eristää hänet ympärillä olevista ihmisistä. Ulkopuolisuuden tunteesta ja syrjäytymisestä voi syntyä tunne, ettei elämällä ole enää tarkoitusta. (Heikkinen 1998, 23.)

Lasten ja ikäihmisten yhteistyöllä halutaan parantaa ikäihmisten ja muistisairaiden hyvinvointia ja toimintakykyisyyttä ja tarjota lapsille erilainen, elämyksellinen oppimisympäristö sekä aitoa, kiinnostavaa perinnetietoutta. Samalla toivon, että toiminnan kautta asennemuutosta saadaan aikaan niin ikäihmisten ja heidän omaistensa kuin myös lasten ja heidän omaistensa keskuudessa. Ikäihmiset ja lapset ovatkin aktiivisia toimijoita yhdessä, yhteisen toiminnan välityksellä. Vaikka toiminta on ennalta suunniteltua, siinä huomioidaan vaikuttamismahdollisuus sekä dialogisuus. Aikaa jää myös vapaalle keskustelulle ja kaikki otetaan voimavarojensa mukaan osallisiksi.

Opinnäytetyössäni aistielämykset ovat mukana jokaisessa toimintakerrassa ja toimintasuunnitelmat antavat vinkkejä siitä, miten eri aisteja pystytään hyödyntämään lasten ja ikäihmisten kohtaamisissa. Myös luonnon mukaan tuominen ja perinnetietouden välittäminen sisältyy toimintasuunnitelmiin. Opinnäytetyössäni tavoitteeni on moniaistillisuuden huomioimisen avulla rikastuttaa toimintaa entisestään ja sitä kautta tarjota elämyksiä niin lapsille kuin ikäihmisillekin sekä mahdollistaa osallisuuden toteutumista.

Keskeiset käsitteet ovat sosiokulttuurinen innostaminen, osallisuus ja multisensorisuus eli moniaistillisuus.

## 2 KESKEISET KÄSITTEET

### 2.1 Sosiokulttuurinen innostaminen

Sosiokulttuurinen innostaminen on sosiaalipedagogiikan osa, jota voidaan soveltaa monin eri tavoin. Sosiokulttuurisen innostamisen juuret ovat vapaaehtoistyössä ja se on syntynyt sekä käsitteenä että toimintana Ranskassa toisen maailmansodan jälkeen. Innostamisesta on erilaisia variaatioita, mutta pohjimmiltaan kyse on aina ollut pedagogisesta tiedostamisen, luovuuden ja osallistumisen toiminnasta. (Kurki 2000,11.)



Sosiokulttuurisen innostamiseen tähtäävän toiminnan perustavoitteena on ihmisten sellainen osallistuminen, jossa jokainen on todellinen toimija ja arkielämänsä ja kulttuurinsa tuottaja. Innostamista voidaan käyttää monilla eri elämän aloilla. (Kurki 2000, 14.) Lähes kaikkien erilaisten ihmisiä yhdistävien toimintojen voidaan ajatella olevan sosiokulttuurista toimintaa, koska ihminen on aina osa yhteisöään ja kulttuuriaan. Innostamisen piiriin kuuluva toiminta voi olla uuden toiminnan tai projektin aloittamista tai myös olemassa olevan toiminnan kehittämistä sosiokulttuurisesti. Varsinaista sosiokulttuurista innostamista toiminta on silloin, kun toiminta lähtee liikkeelle ihmisen tarpeista käsin. (Kinnunen ym. 2003, 17.) Keskeisiä käsitteitä sosiokulttuurisessa innostamisessa ovat yhteisöllisyys, osallistuminen, herkistyminen, dialogi, toimintaan sitoutuminen ja luovuus (Kurki 2000, 14).

Sosiokulttuurinen innostaminen on pohjimmiltaan elämän ja hengen antamista. Sen tavoitteena on herättää elämää siellä, missä toivo on menetetty ja saada ihmiset uudelleen unelmoimaan ja uskomaan unelmiinsa. Siellä missä on ihmisiä, on myös elämää ja missä on elämää, siellä on myös unelmia. Innostaminen on keino herättää ihmisten herkistymisen ja itsensä toteuttamisen prosessia, lisätä tietoisuutta, organisoida toimintaa ja saada ihmiset liikkeelle. Innostamisen avulla halutaan parantaa elämän laatua ja saada ihmiset tietoisiksi historiallisesta roolistaan yhteisössä ja yhteiskunnassa. (Kurki 2000,19-20.)

Sosiokulttuuriseen innostamiseen pohjautuvan toiminnan lähtökohtana on ihmisen arkipäivän kulttuuri, jossa toimitaan tässä ja nyt. Toiminta tapahtuu siellä, missä ihmiset elävät ja ovat ja mennään ihmistä lähelle. Toiminta viedään ihmisen saataville eli kaduille, toreille, laitoksiin, päiväkoteihin tai palvelukeskuksiin eikä jäädä toimistojen tai kulttuurilaitosten sisään. Toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen ja sen luonne on avoin. Jokaisen osallistujan kulttuurista itsemääräämisoikeutta kunnioitetaan ja innostamisen avulla autetaan kulttuurisen identiteetin vahvistamista. Innostamista ei voi sellaisenaan suoraan siirtää projektista toiseen, vaan jokainen yhteisö on erilainen ja ainutlaatuinen ja tarvitsee siksi omat sopivat sovelluksensa toimintaansa. (Kurki 2007, 74.)

Leena Kurki on kiteyttänyt sosiokulttuurisen innostamisen toiminnan kahdeksan eri piirrettä Merinoa (1997) mukaillen seuraavasti:

1. *Innostaminen on sellaista sosiaalista toimintaa, jonka avulla pyritään sosiaalisen liikkeen aikaansaamiseen ja sosiaalisen muutoksen luomiseen ja vahvistamiseen.*
2. *Innostaminen on sellaista kasvatusta, joka juurtuu aktiiviseen ja osallistavaan pedagogiikkaan sekä siitä nousevaan metodologiaan.*
3. *Innostamisen tavoitteena on kulttuurinen demokratisaatio ja kulttuurinen demokratia.*
4. *Innostaminen luo ja vahvistaa sekä autonomisten sosiaalisten ryhmien että toimivien ryhmäprosessien syntymistä.*
5. *Innostaminen koostuu sellaisista sosiaalisista käytännöistä, jotka saavat aikaan aloitteellisuutta, osallistumista sekä toiminnan ja sen merkityksen pohdinnan vuorovaikutusta.*
6. *Innostaminen on sosiaalisen intervention teknologiaa.*
7. *Innostaminen on sellaisten resurssien etsintää, jotka mahdollistavat yksilöiden ja ryhmien identiteetin ja pääosan vahvistamisen omassa kulttuurisessa ja sosiaalisessa kehityksessään oman yhteisönsä ja alueensa sisällä*
8. *Innostaminen on yksilöllisen ja ryhmien välisen kommunikaation järjestelmä.*

(Kurki 2000, 24-28)

Sosiokulttuurisen innostamisen toiminnalle tyypillistä on se, että toiminta käynnistyy, suunnitellaan ja toteutetaan ihmisten tarpeiden mukaan. Sosiokulttuurisen toiminnan pääasia on innostaa ihmisiä toimimaan erityisesti silloin, kun heidän omat voimavaransa eivät riitä. Sosiokulttuurinen innostaminen pyrkii motivoimaan, vahvistamaan ja tuomaan esiin jokaisen yksilölliset voimavarat, sekä osallistamaan yksilöä sosiaaliseen ja kulttuuriseen toimintaan. Ihminen rohkaistuu innostamisesta ja alkaa toimia itsenäisesti tavoitteiden saavuttamiseksi. (Kinnunen ym. 2003, 17-18.)

Sosiokulttuurisen innostamisen avulla voidaan tukea ihmisen integroitumista niin yhteisöön kuin yhteiskuntaankin. Sosiokulttuuriseen innostamiseen pohjautuvan työn tärkeä osa on löytää uuden ja vanhan kulttuurin yhtymäkohdat ja toimia niiden pohjalta. Yhteisöllisyyden tunteen lisääminen ja yhteisöllisyyteen kasvaminen tapahtuu, kun ihmiset toimivat yhteisesti luotujen tavoitteiden saavuttamiseksi. (Räty, Sivonen,

Saarela & Laurikainen 2013, 6.) Sosiokulttuurisen innostamisen tutkimisessa metodologinen lähtökohta on jokaisen oma osallistuminen. Innostaminen on osallistuvaa tai osallistavaa tutkimusta ja toimintatutkimusta, jonka avulla ihmiset toimivat vuorovaikutuksessa yhteisen päämäärän suuntaan. Innostamisen avulla ihmiset rakentavat tietoisuuttaan siitä, että he itse voivat olla muutoksen aikaansaajia. Tietoisuuden lisääntymisen perusehto on luoda vaikuttavia keinoja, jotka mahdollistavat osallistumisen ja ihmisten välisen vuorovaikutuksen. Innostamisen tavoitteena on yhteisen toiminnan kautta saada aikaan muutoksia yhteiskunnassa. (Kurki 2000, 88-89.)

Leena Kurki kiteyttää sosiokulttuurisen innostamisen niin, että innostamisen perustavoitteena on se, että yksilöt ja yhteisöt pystyisivät ottamaan mahdollisuuksiensa mukaan pääroolin toimijoina omassa elämässään ja kehityksessään. Tavoitteena on innostamisen avulla saada aikaan osallistumista, luoda monipuolisen kommunikaation mahdollistavia tilanteita niin yksilöiden kuin ryhmien välille sekä stimuloida erilaisia sosiaalisen ja kulttuurisen kehityksen prosesseja. Sosiokulttuurisen innostamisen avulla tuetaan ihmisen kykyä, jotta ihminen voi toteuttaa itseään persoonana. Innostamisen avulla ihmisiä kannustetaan ottamaan osaa yhteisölliseen elämään ja sitä kautta integroitumaan ja osallistumaan yhteiskuntaan mielekkäällä tavalla. Jokaisen ääntä kuullaan ja jokaista arvostetaan. (Kurki 2007, 83.)

### 2.1.1 Dialogisuus

Dialogisuus on yksi sosiokulttuurisen työn keskeisimmistä käsitteistä. Siinä on ennen kaikkea kysymys ihmisten välisestä toimivasta vuorovaikutuksesta. Tärkeää on sekä kuunnella että tulla kuulluksi. Innostamisessa on kyse kyvystä uskaltautua tasavertaiseen vuorovaikutussuhteeseen muiden toimijoiden kanssa. (Kinnunen 2003, 19.) Dialoginen työskentely vaatii tunteiden tunnistamista ja aitoa lähestymistä. Aidon dialogisen Minä – Sinä - suhteen luominen vaatii kykyä kuunnella ja kuulla sekä aitoa läsnäoloa ja omista ainoista oikeista mielipiteistä luopumista. Toinen ihminen kohdataan aidosti ja vertailematta, koko olemuksella. Se vaatii avoimuutta, suoruutta, tasa-puolisuutta ja aitoa läsnäoloa. (Kurki 2000,131.)

Ihminen on dialoginen ja avoin olento, joka elää dialogisessa vuorovaikutuksessa

toisten ihmisten ja ympäristönsä kanssa. Ihminen muuttuu dialogin avulla objektista subjektiksi eli toiminnan kohteesta osallistujaksi. Ihminen tarvitsee dialogia ja se on luonteeltaan aina yhteisöllistä. Dialogisessa kohtaamisessa osapuolet eivät ole täysin tietämättömiä tai kaikkietäviä, vaan he yhdessä etsivät laajempaa tietämystä ja ymmärrystä. Dialogisuuteen kuuluu rakkaus, usko, toivo ja kriittinen ajattelu. Dialogisessa kohtaamisessa ihmiset kasvavat yhdessä, yhteisen maailmansa välityksellä. (Kurki 2007, 47.)

Dialogisuus, eli kehittävä ja rikastava vuoropuhelu, vaatii hyvää vuorovaikutusta. Dialoginen ilmaisutyyli on neuvottelevaa, tutkivaa ja ehdottelevaa. Toisten ajatuksia kuunnellaan ja kuullaan sekä tarkastellaan hyödyllisinä ja kiinnostavina. Dialogisessa keskustelussa kaikilla on omat ajatukset, jotka voivat avartua, muuttua ja kehittyä, kun niitä kuunnellaan ja yhdessä hedelmällisesti pohditaan. Dialogisuuden myötä oppiminen ja avoimuus mahdollistuvat ja se antaa keinon saada tietoisuuteen erilaisia näkemyksiä ja ajatuksia. Dialogissa on hyötyä kyvystä asettua toisen asemaan ja ymmärtää toisen näkökulmia. Aktiivisen kuuntelun avulla osoitetaan kiinnostusta ja empatiaa ja mahdollistetaan dialogisuus. (Repo & Nuutinen 2003,31-32.)

Aito dialoginen keskustelutaito asiakastyössä vaatii hyvää ammattitaitoa ja aitoa kiinnostusta ihmiseen. Dialogisuus avaa uusia näkökulmia ja auttaa selkiyttämään omia ja toisen ajatuksia. Dialogisessa keskustelussa pitää muistaa avoimet tai tarkentavat kysymykset, jotka auttavat asiaa eteenpäin. Dialogisuus vaatii luottamusta, avoimuutta ja kykyä nähdä asia toisesta näkökulmasta. Dialogisessa keskustelussa on mahdollisuus tasavertaisiin mielipiteisiin, näkökulmiin ja sitä kautta myös uuden oppimiseen.

### 2.1.2 Innostajana toimiminen

Innostajan tavoitteena on saada ihmiset toimimaan ja motivoitumaan yhteisen tavoitteen saavuttamiseksi ja toiminnan edistämiseksi. Innostajan tulee rohkaista yksilöitä vuorovaikutukseen ja avoimeen dialogiin. (Kinnunen ym. 2003, 27.) Innostajan tulee itse olla innostunut asiasta, johon hän innostaa. Innostaja on ryhmänjohtaja, esimerkiksi, kasvattaja ja suunnannäyttäjä. Innostajalla pitää olla selkeä näkemys, vastuulli-

suutta, tutkimuksellisuutta, kykyä itsekritiikkiin sekä luovuutta. Hänen tulee olla spontaani, persoonallinen, dynaaminen, organisointitaitoinen, omata herkkyyttä ja kykyä johtaa johtamatta. (Kurki 2000,81-83.)

Innostajalla tulee olla kykyä ihmisten herkistämiseen, herättelemiseen ja motivointiin. Innostajalla tulee myös olla riittävästi tietoutta kulttuurista, yhteiskunnasta ja ihmistieteistä, joiden avulla hän kykenee ymmärtämään nyky maailman problematiikkaa. Hänellä tulee olla tietotaitoa ryhmätöiden, suullisen ilmaisun ja sosiaalisen kommunikaation ohjaamisesta sekä kykyä organisoida ja ohjelmoida projekteja. Saltilivan ja innostavan ilmapiirin luominen on innostajan tärkein tehtävä. Innostaja edistää ihmisten organisoitumista ja sosiokulttuurisia aktiviteettejä, joiden avulla opitaan ja luodaan uutta - tekemällä ja kokemalla. (Kurki 2000, 133-136.)

Innostajan roolin näen sosionomin työnkuvaan luontaisesti kuuluvana. Innostaja on eräänlainen rinnallakulkija. Rinnallakulkeminen vaatii asennoitumista siihen, että me kaikki ihmiset olemme samanarvoisia. Rinnallakulkijalta vaaditaan kykyä kuulla ja kuunnella sekä mahdollistaa voimavarojen löytyminen. Hänen tulisi pystyä arvioimaan asiakkaan tilannetta monipuolisesti, kyetä hahmottamaan kokonaisuus ja nähdä asiakas aktiivisena toimijana omassa toimintaympäristössään.

Erityisesti tärkeää on kyetä vetämään raja puolesta tekemisen ja asiakkaan oman muutosprosessin tukemisen välille, koska muutosprosessin pitää lähteä ihmisestä itsestään. Tärkeää on vuorovaikutteinen ja asiakasta osallistava näkökulma. Muutosprosessin syntymisen ja onnistumisen mahdollistaa se, että asiakas toimii omista lähtökohdistaan käsin valitsijana, vaikuttajana ja vastuunkantajana siinä omassa arjessaan ja suhteessa läheisiinsä ja yhteiskuntaan. Pienistä askeleista edeten pyritään asiakkaan voimaantumiseen tai valtaistumiseen (empowerment), niin että asiakas saisi koko oman elämänsä haltuunsa. Asiakkaalla on päärooli muutoksen aikaansaamisessa ja innostaja on siinä rinnallakulkijana. (Koljonen 2008,56.)

Leena Kurki kritisoi voimaantumisen ja valtaistumisen (empowerment) ihannoitua siitä, miten valtaistumista määritellään ja kuka sitä määrittää. Valtaistumisen ajattelussa ihminen nähdään kohteena, jolle valtaa omaava työntekijä jakaa sopivaksi halujensa mukaan valtaa. Todellinen valta on kuitenkin työntekijällä. Valtaistumista on

vaikea mitata ja se jää usein epäselväksi. Kurjen mukaan olennaisempaa on ajattelun ja toiminnan jatkuva vuorovaikutus, joiden avulla ihmiset vapautuvat toteuttamaan omaa elämäänsä ja olemaan luovia, aktiivisia ja tuottavia. (Kurki 2007, 57-59.)

Asiakkaan rinnalla kulkeminen on kuuntelemista ja kuulemista, osittain jopa rivienvälistä lukemista. Työssä tarvittavaa tietotaitoa ja osaamista rakennetaan dialogisessa vuorovaikutuksessa ja työ edellyttää jatkuvaa suunnan tarkistamista ja uusien työmenetelmien opiskelua, jotta voi aidosti kyetä kulkemaan asiakkaan rinnalla. Ammatillisen ja asiakasta osallistavan vuorovaikutussuhteen luominen onnistuu vain molempuolisen arvostuksen ja kunnioituksen kautta.

## 2.2 Osallisuus

Osallisuus on tärkeä asia sosiaalialan eri työkentillä. Jokaisella on oikeus olla osallinen omaa elämäänsä koskevissa asioissa. Niin lasten kuin ikäihmistenkkin oikeus on tulla kuulluksi ja osalliseksi yhteiskunnan eri palveluissa. Osallisuus ja yhteisöllisyys liittyvät tiiviisti yhteen ja se tarkoittaa että osallistuja on aktiivinen ja tasavertainen vaikuttaja ja toimija. Osallisuudella ei tarkoiteta vain osalliseksi pääsemistä ja eri aktiviteetteihin osallistumista, vaan kuulluksi tulemistä, asioihin vaikuttamista, suunnitteluun osallistumista ja vastuun ottamista. (Turja 2011, 46-47.)

Suomessa on perustuslaissa (731/1999) määritelty jokaisen kansalaisen perusoikeudet ja velvollisuudet. Lisäksi on tehty selventäviä lakeja tietyille kohderyhmille, koska on haluttu tähdentää lain käytännön sovellutuksia niiden ryhmien kohdalla, jotka eivät itse kykene oikeuksiaan puolustamaan. Perustuslaissa on määritelty jokaisen kansalaisen yhdenvertaisuus, jonka mukaan kaikki ovat lain edessä yhdenvertaisia. Lain mukaan ketään ei saa asettaa eri asemaan sukupuolen, iän, alkuperän, kielen, uskonnon, vakaumuksen, mielipiteen, terveydentilan, vammaisuuden tai muun henkilöön liittyvän syyn perusteella ilman hyväksyttävää perustetta. Lisäksi on erikseen mainittu, että lapsia on kohdeltava tasa-arvoisesti yksilöinä, ja heidän tulee saada vaikuttaa itseään koskeviin asioihin kehitystään vastaavasti. (Perustuslaki 2§)

YK:n kansainvälisessä lasten oikeuksien yleissopimuksessa mainitaan myös lapsen oikeus mielipiteen ilmaisuun kaikissa häntä koskevissa asioissa. Hänen mielipiteensä on otettava huomioon iän ja kehitystason mukaan. Lapsella on oikeus vapaasti ilmaista itseään ja hakea, vastaanottaa ja levittää tietoa ja ajatuksia, kunhan ei loukkaa toisten oikeuksia. (Lapsen oikeudet §12 & §13.)

Lapsen osallisuudessa on kyse siitä, että hän voi olla mukana määrittämässä, toteuttamassa ja arvioimassa hänen etunsa turvaamiseksi tehtävää työtä. Se, että lapsella on mahdollisuus olla osallisena ja mukana asioiden käsittelyssä hänen elämäänsä koskettavissa yhteisöissä ja asioissa, on ratkaisevaa ihmisen identiteetin kehittymisen kannalta. Osallisuuden toteutuminen on yksi kasvun ja kehityksen perusedellytyksestä. Osallistumisen kautta opitaan olemaan ja elämään yhdessä eri yhteisöissä. (Lastensuojelun käsikirja 2013.)

Pelastakaa lapset ry. on julkaissut Lapsen ääni-lehden, jossa lapsen osallisuutta on ilmennetty käytännön keinoin arkeen sovellettuina. Osallisuutta korostavassa yhteisössä tulee olla eettinen toimintatapa, jossa korostuu avoimuus, rehellisyys ja vastuullisuus. Lapsilla on mahdollisuus vaikuttaa ja lapsen näkemyksiin suhtaudutaan kunnioittavasti. Osallisuuden pitää olla merkityksellistä ja vapaaehtoista. Osallisuuden toteutumisen mahdollistavat lapsiystävällinen, myönteinen ja kannustava ympäristö. Osallistavilla menetelmillä vahvistetaan itseluottamusta ja toimintatapoja muokataan yhdessä lasten kanssa. Kaikilla on tasa-arvoiset mahdollisuudet, eikä ketään saa syrjiä. Lasten kanssa työskentelevien tehtävänä on edistää lasten turvallisuutta ja suojelua. Lasten kasvua tukevat aikuiset ovat osaavia ja luotettavia edistääkseen osallisuuden toteutumista. Lapsen kuulemista ja osallisuutta edistetään positiivisella palautteella ja kannustamisella. Aikuiset arvioivat ja seuraavat osallisuuden toteutumista ja miettivät yhdessä lasten kanssa keinoja sen lisäämiseen. (Lapsen ääni 2011, 78-84.)

Osallisuus on yhteistä ideointia, dialogisuutta ja yhdessä uuden luomisesta. Se on hedelmällistä toimintaa, jossa jokainen on yhtä tärkeä. Se vaatii toimimista yhteisön jäsenenä. Osallisuus tuo oppimiseen iloa, kun oppiminen tapahtuu vuorovaikutuksessa ympäristön ja yhteisön sekä yksilön omien kokemusten kautta. Vuorovaikutukselliseen oppimiseen liittyvät kielelliset, kulttuuris-historialliset- ja

tunnekokemukset. Osallisuuden avulla puheenvuoron saavat myös ne, jotka perinteisessä toimintakulttuurissa jäävät ulkopuolelle, toiminnan kohteiksi, kuten lapset, vammaiset, vanhukset tai syrjäytyneet. (Lapsen ääni 2011, 8-11.)

Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvveluista (980/2012), eli niin sanottu vanhuspalvelulaki, astui voimaan 1.7.2013. Vanhuspalvelulaki täydentää perustuslakia ja sillä halutaan korostaa ja selventää ikääntyneen väestön oikeuksia. Suomessa ikääntyneen väestön osuus kasvaa koko ajan ja yleiseen tietoisuuteen on noussut ikääntyneen väestön eriarvoiset olosuhteet. Laissa halutaan korostaa myös ikäihmisten oikeutta osallisuuteen. Lain tarkoituksena on parantaa ikääntyneen hyvinvointia, toimintakykyä ja itsenäistä suoriutumista ja tehdä tietoiseksi hänen mahdollisuuksiaan osallistua elinoloihinsa vaikuttavien päätösten valmisteluun ja palveluiden kehittämiseen kunnassa. (Vanhuspalvelulaki 2013.)

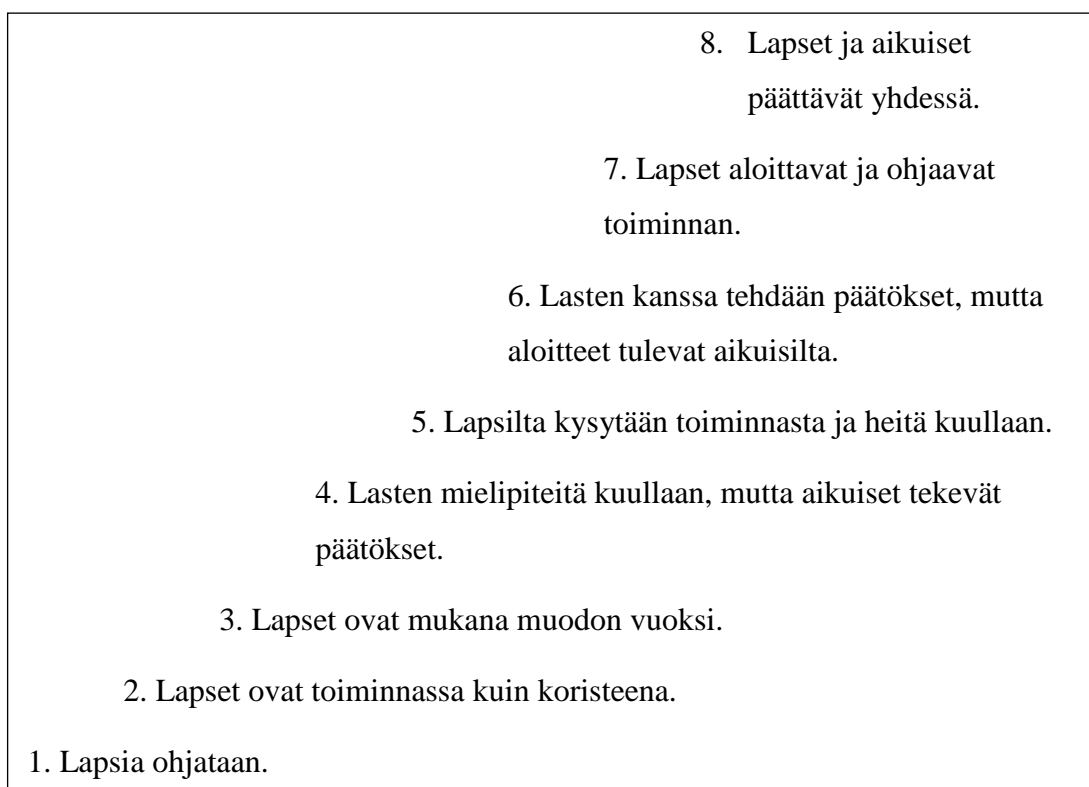
Laissa ikääntyneellä väestöllä tarkoitetaan vanhuuseläkkeeseen oikeuttavassa iässä olevia kansalaisia ja iäkkäällä henkilöllä sellaista ikääntynyttä kansalaista, jonka fyysinen, psyykkinen, kognitiivinen tai sosiaalinen toimintakyky on merkittävästi heikentynyt ikääntymisen myötä alkaneiden, lisääntyneiden tai pahentuneiden sairauksien vuoksi tai ikääntymiseen liittyvän rappeutumisen johdosta. Lailla halutaan selventää iäkkään henkilön mahdollisuutta saada tarpeitaan vastaavia tukea ja palveluita, jos toimintakyky on heikentynyt ja palveluille on tarvetta. Lailla halutaan vahvistaa iäkkään henkilön mahdollisuutta vaikuttaa palveluidensa sisältöön ja hänelle halutaan turvata oikeus tehdä niihin liittyviä valintoja. (Vanhuspalvelulaki 2013.)

Myös Sosiaali- ja terveysministeriön ikäihmisiä koskevan laatusuosituksen läpileikkaavana ajatuksena on ihmisen oikeus osallisuuteen ja toimijuuteen. Ihmisen tulee saada ja voida vaikuttaa häntä koskeviin asioihin ja päätöksentekoon. Laatusuosituksen mukaan iäkkäällä henkilöllä on oltava mahdollisuus osallistua yhteisönsä toimintaan hänen toimintakykynsä mukaan. Iäkkäällä henkilöllä on oikeus saada osallistumiseensa tarvittavaa tukea, eli erilaisia apuvälineitä toimintakyvyn, sosiaalisten suhteiden ja kommunikoinnin tueksi. Myös esteettömyys on laatusuosituksissa mainittu, eli esteettömyyden avulla halutaan turvata osallistumisen



mahdollisuuksia eri palvelujen käyttämiseen. Ikä ei saa olla osallistumisen este, vaan iäkkäällä henkilöllä on oltava mahdollisuus vaikuttaa myös omien palvelujensa suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin. Hänellä on oikeus tehdä valintoja ja hänen osallisuuttaan on tuettava erityisesti silloin, jos hänen toimintakykynsä on heikentynyt. (Laatusuositus 2013, 20.)

Osallisuus pitää näkyä sosiaalialan työtä tekevien toimintatavoissa. Se ei ole vain yksilön tai yhteisön tunne osallisuudesta, vaan sen tulee näkyä konkreettisina tekoina. Osallisuus on yhteistä dialogista keskustelua, suunnittelua, yhteistä toimintaa ja yhdessäoloa. Osallisuuden kuvaamisesta on olemassa erilaisia malleja, joiden avulla kuvataan osallisuuden eri elementtejä ja sen rakentumista. Mallien avulla kasvattaja voi peilata omaa työskentelyään ja asennoitumistaan. Rogert Hart (1992) on luonut mallin, jossa osallisuuden astetta voidaan kuvata tikapuina, joissa osallisuus lisääntyy alhaalta ylöspäin noustessa. Varsinaisesta osallisuudesta voidaan puhua silloin, kun päästään neljännelle askelmalle. Tikapuumallia on kritisoitu siitä, ettei se huomioi osallistujien yksittäisiä subjektiivisia kokemuksia, vaan siinä oletetaan osallisuuden lisääntyvän kaikilla vallan ja vaikutusmahdollisuuksien lisääntyessä. (Eskel ja Marttila 2013, 76-80.)



(Eskel ja Marttila 2013, Hartia(1999) mukaillen, 80)

### 2.3 Multisensorisuus

Multisensorisuus eli moniaistillisuus pohjautuu kaikkien aistien hyödyntämiseen toiminnassa, eli toiminnasta saadaan yhtäaikaisesti monen aistin kautta aistikokemus. Ihminen on kokonaisuus ja hahmottaa ympäristöään eri aistien välityksellä. Multisensorista työtä sosiaalialan työkentällä on hyödynnetty paljon mm. vammaistyössä, jossa tehdään eri aisteihin ja elämyksiin pohjautuvaa kuntoutus-, opetus- ja terapiatyötä. Musiikki, tanssi, draama ja muistelumenetelmät kuuluvat multisensorisen työn menetelmiin.

Marja Sirkkolan mukaan multisensorinen työ on sateenvarjotermi, joka viittaa kaikkiin toiminnallisiin ja luoviin hyvinvointialan, opetuksen ja kulttuurin työmenetelmiin, joissa hyödynnetään ihmisen kaikkia eri aisteja kokemusmaailman ja ympäristön suhteen. Aistit tai niiden vajavaisuudet tuovat haasteita merkityksellisen elämän kokemiselle. Moniaistisen työn avulla voidaan luoda ja kehittää riittävän esteetön ympäristö sekä erilaisia apuvälineitä että työmenetelmiä, jotka auttavat ihmistä selviytymään parhaalla mahdollisella tavalla. Multisensorisen työn avulla päästään lähemmäksi ihmistä ja sitä voidaan käyttää hyödyksi kaikessa toiminnassa. (Sirkkola 2013.)

Multisensorinen työ on tieteellisesti tutkittua, monialaista, esteettistä ja innovoivaa toimintaa. Sen taustalla ovat Hollannissa 1980-luvulla kehitetty snoezelenmenetelmä ja englantilaisen Paul Paglianon luoma multisensorinen ympäristö sekä niihin yhdistetyt eri taide- ja kulttuurilähtöiset menetelmät, joissa huomioidaan eri aistien mukanaolo sekä kehotietoisuus. Multisensoristen ympäristöjen ja niissä tapahtuva vuorovaikutuksellisuuden on todettu vähentävän sosiaalista arkuutta, parantavan mielialaa, tukevan asioiden muistiin palauttamista ja auttavan rentoutumisessa. Lisäksi multisensoriset ympäristöt kannustavat vuorovaikutussuhteisiin ja auttavat huomiokyvyn tai keskittymisen ongelmissa. (Sirkkola 2013.)

### 2.3.1 Aistit

Aistit ovat sielumme ikkunoita, sitä mieltä olivat jo antiikin filosofit. Aistit ovat välttämättömiä vuorovaikutukselle, tiedonsaannille ja oppimisille. Samalla kun silmät näkevät, korvat kuulevat, nenä haistaa, suu maistaa ja iho tuntee, tulemme tietoiseksi ympäristöstämme, saamme tuntemuksia, näkemyksiä ja kokemuksia. Aistien avulla alamme pala palalta rakentaa käsitystämme ympäröivästä maailmasta ja pääsemme vuorovaikutukseen sen kanssa. Erilaiset aisti-impulssit kulkevat omille aivoalueilleen ja saavat merkityksensä käsittelyn jälkeen. Aistihavainnot sijoittuvat ihmismielessä omille paikoilleen ja asiayhteyksiinsä. Aistien toiminta on yksilöllistä ja ihmiset aistivat yksilöllisesti. Kokonaisuuden hahmottamisen kannalta aistit valikoivat ympäristöstä olennaisimmat aistimukset ja täydentävät ihmisen aiempaa kokemusmaailmaa uusilla havainnoilla. (Nurminen ja Saar 2000, 5-6.)

Aistit, tajunta ja toiminta muodostavat tiiviin kolmiyhteyden. Toisaalta aisteilla on keskeinen osuus tajunnan ja toiminnan kehityksessä, kun taas toisaalta ihmisen oma toiminta eli vuorovaikutus ympäristön kanssa, on aistimisen ja tajunnan kehityksen mahdollistaja. Tuntoaisti liittyy selvimmin ihmisen omaan toimintaan. Tuntoaistin avulla pystymme havaitsemaan esineen ominaisuuksia, eli kokoa, muotoa, koostumusta ja vertailemaan niitä keskenään. Tunnustella voi sitä, onko esine lämmin vai kylmä, pehmeä vai kova. Konkreettinen koskettelu on lapselle ensimmäinen, luontainen tapa tutustua ympäristöön. Iho erottaa ihmisen sisäisen ja ulkoisen ympäristön. Ihon aistit voidaan jakaa kosketus-, kipu-, lämpö- ja kylmäaistiin. (Lehtinen, Haapala & Dahlström 1993, 10-12.)

Hajuaisti välittää ihmiselle tietoa hengitettävän ilman tai syötävän ruuan laadusta. Hajuaistimukset vetoavat ihmisen tunteisiin, ja hajut tai tuoksut koetaan yksilöllisesti joko miellyttävinä tai epämiellyttävinä. Makuu-aisti liittyy läheisesti hajuaistiin, eikä ihminen kykene erottamaan eri makuja tarkasti ilman hajuaistia. Ihminen voi erottaa makean, suolaisen, happaman ja karvaan maun. Samoin kuin hajuun liittyvät aistimukset myös makuu-aistimukset voivat antaa hyvin voimakkaita tunne-elämyksiä. (Lehtinen, ym. 1993, 12-13.)

Kuuloaistia ihminen tarvitsee puhekielellä kommunikointiin ja sen avulla ihminen pystyy vastaanottamaan ja erottamaan erilaisia ääniä. Ääni saa ilman värähtelemään ja muodostamaan ääniaaltoja. Näköaistin avulla saamme tarkkaa tietoa ympäristöstämme. Valtaosa ihmisen kehon aistireseptoreista keskittyy silmiin. Näköhavainnoilla on keskeinen merkitys tajunnan ja toiminnan kehittymiselle. Näkö kontrolloi myös asentojamme ja liikkeitämme. Kinesteettinen aisti eli liike- tai lihasaisti antaa tietoa kehon asennosta ja myös vartalon ja raajojen liikkeistä. Aistinsoluja on ihmisellä lähes kaikissa lihaksissa. Asennon ja liikkeen havainnointi kehittyy yhdessä kehontuntemusta tukevan kosketusaistin ja motorisen kehityksen kanssa. Myös tasapainoaisti eli vestibulaariaisti antaa tietoa kehon tilasta ja liikkeistä. (Lehtinen, ym. 1993, 13-14.)

Aistiemme avulla teemme tietoisesti tai tiedostamatta havaintoja ympäristöstämme ja reagoimme asioihin, esineisiin, ihmisiin ja luontoon. Ympäröivä maailmamme on sekoitus valoja, ääniä, tuoksua ja makuja sekä kosketeltavia aistimuksia. Tutut ja turvalliseksi kokemamme asiat pystymme sijoittamaan kokemusten piiriin, mutta uusiin, tuntemattomiin ärsykkeisiin, suhtaudumme varovaisesti. Ilman aistejamme emme voisi toimia, koska niiden kautta teemme havainnoiteja ja jäsenämme asioita ja ympäristöämme. (Lehtinen, Tammisto, Toikka 2005, 27.) Ikääntyminen vaikuttaa aistitoimintoihimme. Kosketustunto, tasapainoaisti, kuulo-, näkö-, haju- ja makuaisti heikkenevät ja tuovat omat haasteensa päivittäisistä toiminnoista selviytymiseen. Näön heikkenemistä voidaan kompensoida riittävällä valaistuksella ja kuulemista voidaan helpottaa vähentämällä turhia taustääniä. (Koskinen, Aalto Hakonen & Päivärinta 1998, 93.)

Aistit tuottavat meille tietoa ja kokemuksia sekä myös mielihyvää tai -paha. Uudessa ympäristössä ja eri ilmastossa kuulemme erilaisia ääniä ja voimme aistia uutta ympäristöä koko kehollamme, ihastella, nauttia, tuntea ja kokea. Aisteja voi herätellä ja sallia niiden aistia ja vaikuttaa. Kiireisessä elämänmenossa aistit jäävät taka-alalle, mutta rentoutuneena ja havainnoidessamme ympäristöämme, mahdollistamme kaikkien aistien aktivoitumisen ja saamme mahdollisuuden elää kokonaisvaltaisesti tässä ja nyt. Aistia, elää ja tuntea joka solullamme. (Lidell1987, 72.)

### 2.3.2 Snoezelen

Snoezelen tulee sanoista nuuhkia ja torkkua, joka kuvaa hyvin aistillisuuden tilaa. Snoezelen- termi tarkoittaa kokemusta, jossa halutaan saavuttaa toiminnan ja rentoutumisen tasapaino, eli sisäisen kokemuksen kautta tavoitetaan oppimiselle suotuisa vireystila. Sisäisen kokemuksen kuvaamisen lisäksi snoezelen- termi tarkoittaa menetelmää, jossa valittuja aistiärsyksiä tarjotaan monipuolisesti stimuloivassa ympäristössä. Menetelmää on käytetty erilaisissa hoidoissa apuna sekä vain rikastuttamaan ihmisen arkea. (Lehtinen, Haapala & Dahlström. 1993, 122.)

Snoezelenissa tärkeänä pidetään multisensorisuuden avulla luotua kokonaisvaltaista tunnelmaa, elämyksellisyyttä sekä elämän rikastuttamista. Ympäristön rikastuttaminen snoezelenin avulla lisää hyvinvointia ja vuorovaikutusta, kun multisensorisuuden keinoin ihmiselle tarjotaan miellyttäviä aistielämyksiä. Multisensorinen ympäristöterapia on kehitetty stimuloimaan ihmisen kaikkia aisteja systemaattisesti. Multisensorisen ympäristöterapian alkuperäisiä kehittäjiä ovat hollantilaiset Hulsengge ja Verheul. (Palen 2004, 52.)

Multisensorisia ympäristöjä on kehittänyt myös englantilainen Paul Pagliano, jonka mukaan *multisensorinen ympäristö on tietoisesti valittu ympäristö, joka on tarkoitettu rentoutumiseen ja/tai aktiiviseen toimintaan, jossa stimulaatioita voidaan kontrolloida, muunnella, vahvistaa, heikentää, käyttää erikseen tai yhdistelminä, suunnitella aktiivisen tai passiivisen vuorovaikutuksen tarpeisiin ja tilapäisesti muuntaa yksilössä havaitun motivaation, kiinnostuksen, harrastuksen, rentoutuksen, terapian ja/tai oppimisen tarpeisiin. Multisensorinen ympäristö voi olla luonteeltaan fyysinen, psykologinen ja/tai sosiaalinen.* (Pagliano 1999, suom. Sirkkola 2004.)

Snoezelen- menetelmässä tarjotaan järjestettyjä multisensorisia aistiärsyksiä. Menetelmän avulla eri aistikanavien kautta saatavien miellyttävien aistikokemusten kautta voidaan saavuttaa toiminnan ja rentoutumisen tasapaino, joka mahdollistaa suotuisan vireystilan mielikuvituksen, luovuuden, tunteiden, vuorovaikutuksen ja itsetunnon kehittymiselle sekä edistää oppimista. Menetelmän avulla myös stressi ja uupumus voivat vähentyä. (Aejmelaeus, Kan, Katajisto & Pohjola 2008, 242.)

### 3 AIKAISEMMAT TUTKIMUKSET JA HANKKEET

Lasten ja ikäihmisten yhteistoiminnan mahdollisuuksiin on viime vuosina alettu kiinnittää huomiota ja näin annettu arvoa aidon kulttuuriperinteen siirrolle. Laurea ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelija on tehnyt opinnäytetyön vuonna 2009 ”Iso ja pieni on yhdessä kaksi, kaksi voi yhdessä leikkiä – lasten ja vanhusten yhteistyö luovilla menetelmillä”, jonka tarkoituksena oli kehittää palvelukeskuksen ja päiväkodin yhteistoimintaa. Toiminta toteutettiin lyhytkestoisesti, sisältäen kuusi yhteishetkeä, joiden toiminta oli lapsikeskeistä. Vaikka ikäihmiset olivat toiminnassa lähinnä katselijoina ja kuuntelijoina, työn tuloksena hän silti toteaa toiminnan olevan antoisaa niin lapsille kuin ikäihmisillekin. Toiminta nähtiin iloa ja energiaa tuovana ja tärkeänä lisänä niin lapsille kuin ikäihmisillekin. (Lehtilä 2009.)

Toimintakykyä ja hyvinvointia halutaan tukea erilaisilla hankkeilla, joihin kuuluvat LYSTI- (luovaa toimintaa sosiaali- ja terveysalalla) ja Kuulto-hankkeet. Hankkeissa käytetään eri taidemuotoja asiakaslähtöisesti hoito- ja hoivapalveluissa. Osallistuin syksyllä 2011 Kaste-ohjelman Kulttuurikaari- koulutusseminaariin, jossa esitettiin Tampereen seudun taidelähtöisiä projekteja, joilla haluttiin madaltaa kynnyksiä kulttuurista nauttimiseen. Kaste-ohjelma on sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämisohjelma, jonka tavoitteena on kaventaa kansalaisten hyvinvointi- ja terveyseroja sekä organisoida sosiaali- ja terveydenhuollon palvelut kansalaisia kuunnellen. Kulttuurikaari-hankeeseen sisältyi ihmisen osallisuuteen tähtääviä ja kulttuuria tarjoavia toimintoja ikäsirkuksesta kirjastopalveluihin.

Aikaisempia tutkimuksia multisensorisesta työstä Suomessa löytyy etenkin projektiomaisesti toteutetuista opinnäytetöistä, joihin tutustuin. Uusimmassa tutkimuksessa Laurea ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijat Paula Pennanen ja Pauliina Rytölä ovat tehneet Aistien-hankkeen pilottityönä Burmalaisuutta aistien - burmalaisen äitien oman kulttuurin tukemista ja välittämistä lapsille - opinnäytetyön. Siinä Aistien- menetelmän avulla toteutettiin multisensorisen tilan rakentamisprosessi, jossa tarkoituksena oli burmalaisen kulttuuritietouden välittäminen lapsille. Multisensorinen työ Aistien-menetelmää käyttäen oli hyvä keino kulttuuritietouden jakamiseksi ja kulttuuriperinteen esiin tuomiseksi.

Hämeenlinnan ammattikorkeakoulun sosiaali-alan koulutusohjelmassa on tutkittu ja kehitetty multisensorista työtä yhtenä sosiaali-alan menetelmänä. HAMK on julkaissut tammikuussa 2006 opiskelijoiden opinnäytetöitä sisältävän julkaisun *Sosiokulttuurinen multisensorinen työ - kokemuksia vammaistyöstä*. Julkaisu tehtiin käytännön tarpeeseen, koska suomenkielistä multisensorista työtä koskevaa kirjallisuutta on niin vähän. Julkaisussa on opiskelijoiden toteuttamia multisensorisia projekteja sekä teoretietoa sosiokulttuurisesta innostamisesta että snoezelenmenetelmästä. Julkaisu on suunnattu käytännön työtä tekeville hyvinvointialan ammattilaisille sekä muille multisensorisuudesta kiinnostuneille. (Sirkkola & Ala-opas 2006, 5.)

### 3.1 Aistien-hanke

Aistien-hankkeen tavoitteena on kehittää Aistien-menetelmää, joka pohjautuu multisensoriseen työhön sekä sosiokulttuuriseen innostamiseen. Menetelmää kehittämään on perustettu ESR-rahoitteinen Aistien-avoimia oppimisympäristöjä kehittämässä-hanke vuosina 2011-2013. Laurea-ammattikorkeakoulussa on vuodesta 2008 kehitetty elämyksellistä ja kohtaamista edistävää tilankäyttöä niin opetuksessa kuin myös yhtenä sosiaali-alan työmenetelmänä. Hankkeen myötä toimintaa on kehitetty valtakunnallisesti eri toimijoiden kesken. (Räty, Sivonen, Saarela & Laurikainen 2013, 2.)

Aistien-menetelmään kuuluu sekä multisensorinen toiminta että sosiokulttuurinen innostaminen, jossa tärkeänä osana on sekä eri aisteja stimuloivan tilan käyttö että yhteinen prosessi, jossa tilaa rakennetaan. Menetelmää halutaan kehittää niin, että se soveltuu erilaisiin käyttötarkoituksiin ja erilaisille toimijaryhmille. Aistien-menetelmässä eri aistien kautta tulevia elämyksiä hyödynnetään oppimisen ja hyvinvoinnin tukena. Toimijat itse voivat määrittellä omat tavoitteensa ja toteutuksena. Multisensorisuudella voidaan tukea oppimista ja kuntoutusta sekä rikastaa arkea. Multisensorisesta työstä on kirjoittanut mm. Paul Pagliano (1999), jonka mukaan ihmisen arjen tulisi olla rikas, elämyksellinen ja innostava.

### 3.1.1 Aistien- hankkeen osallistujat

Hankkeessa on mukana kuusi eri pilottihanketta, jotka käyttävät moniaistista tilaa erilaisissa ympäristöissä ja eri tarkoituksiin. Laurea-ammattikorkeakoulu käyttää aistitilaa monikulttuurisuuskasvatuksen ympäristönä opiskelijoille. Monikulttuurisuus-opinnoissaan opiskelijat voivat rakentaa tilaa kulttuurienvälisen vuorovaikutuksen tilaksi sekä käyttää menetelmää sosiokulttuurisen innostamisen välineenä. Vantaan kaupungin Lumo- kirjastossa aistitilaa käytetään esimerkiksi vähemmistökulttuurin tai lähihistorian näkyväksi tekemiseen tai myös satumaailman elävöittämiseen. Heinolan kansalaisopistossa tilaa käytetään elämyksellisenä oppimisympäristössä ja sitä hyödynnetään eri kielten, historian, liikunnan ja käsitöiden opetuksessa. Lapin maakuntamuseo ja Päivälehdän museo käyttävät Aistien-menetelmää hyväksi viemällä paikallishistoriaa asiakkaiden luo liikuteltavan aistitilan avulla. Hämeen Kylät ry hyödyntää menetelmää kylien yhteisöllisyyden edistämiseen, paikallishistorian keräämiseen sekä tulevaisuuden kyläsuunnitteluun.

### 3.1.2 Aistien- tila

Aistien-tila ei ole museo, näyttely tai virtuaalitila, vaan se on helposti muokattavissa oleva, tunteita herättävä, kohtaamista edistävä, kaikkia aisteja hyödyntävä ja elämyksiä tuottava sosiokulttuuriseen innostamiseen pohjautuva, yhdessä rakennettu tila. Tilaa rakennetaan yhdessä, yhteisten tavoitteiden mukaan. Samalla tekemisen kautta opitaan uutta sekä pohditaan omia arvoja ja identiteettiä. Aistien-hankkeessa moniaistisen tilan tekemisessä on tarkoitus luoda uudenlainen toimintamalli uuden teknologian hyödyntämisestä. NykYTEknologian avulla tilan ääni- ja kuvamaailmaa on helppo muokata tarpeisiin sopivaksi. Tilan voi tehdä kiinteisiin tiloihin, erilliseksi aistihuoneeksi tai liikuteltavaksi tilaksi esimerkiksi teltan avulla. Moniaistisessa tilassa on eri aisteja stimuloivia asioita, eli nähtävää, kuultavaa, tunnusteltavaa, haisteltavaa ja maisteltavaa. Moniaistisuuden keinoin tunnelma auttaa vuorovaikutuksen synnyssä ja muistojen heräämisessä. Moniaistisen tilan tarkoitus ei ole kopio oikeasta ympäristöstä, vaan viitteellinen kokonaisuus, joka syntyy kuvilla, äänillä, valoilla ja pienellä sisustuksella. Aistien-tilassa osallistujien yksilölliset



kokemukset ja elämäntarinat kohtaavat yhteisesti jaetun kulttuurin ja historian. (Räty, Sivonen, Saarela & Laurikainen 2013.)

Aistienvankkeesta löytyy paljon tietoa ja materiaalia Laurea - ammattikorkeakoulun internetsivuilta, josta löytyy ajankohtaista tietoa vankkeesta ja eri toimijoista. Sivuilla on myös kuvia ja blogeja eri osavankkeiden vaiheista. Vankkeen sivuilla on myös suorilla linkeillä eri toimijoiden sivuille, joista löytyy kuvamateriaalia ja ideoita sosiokulttuurisesta multisensorisesta työstä.



*Kuva 1. Kuvassa on Lumo- kirjaston satutila, jossa satu pääsee eläväksi ja elämys on kokonaisvaltainen.*

Laurea- ammattikorkeakoulussa ja Hämeenlinnan ammattikorkeakoulussa on erilaisia multisensorisia tiloja (kuva 1). Sosionomiopiskelijoiden monikulttuurisuus-kurssiin Laureassa kuuluu osana aistitilojen rakentaminen yhdessä esimerkiksi maahanmuuttajien kanssa. Tilan rakentamisprosessin avulla vieraasta kulttuurista muuttanut maahanmuuttaja pääsee osallistumaan ja kertomaan omasta maastaan ja kulttuuristaan. Samalla maahanmuuttaja saa pienen palan kotimaastaan hetkeksi takaisin kuvien, äänien, tuoksujen, makujen ja esineiden avulla. Toiminta on

sosiokulttuurista innostamista, jossa halutaan saada aikaan asennemuutoksia ja rikkoa ennakkoluuloja. Valmis tila toimii oppimisen ja kohtaamisen ympäristönä.

Laureassa pääsin tutustumaan myös kielten opetuksessa käytettävään tilaan, jossa moniaistisesta tilasta oli rakennettu ranskalainen kahvila. Luokkaan oli kahden videotykin avulla heijastettu seinille kuvia Ranskasta ja ranskalaisesta kahvilasta. Luokkaan oli tehty kahvilaa muistuttava tila, jossa oli tyylikkääät verhot, pienet pöydät, kahvikupit ja hinnasto. Pöydällä oli ranskalaista suklaata, joista sai tuoksu- ja makuelämyksen. Aistielämyksen täydensi taustalla soiva ranskalainen musiikki. Tunnelma oli houkuttava ja varmasti mahdollistaa paremman motivoitumisen kielen opetteluun. Tilassa oli mahdollisuus harjoitella käytännössä kahvilassa asiointia.

#### 4 TOIMINNALLA OSALLISUUTTA

Muistot ovat ihmisten sisäisiä kokonaisvaltaisia havaintoja, aisti-, kokemus- ja kuvavarastoja, joita voidaan ilmaista ja palauttaa mieleen erilaisilla taiteellisilla toimintatavoilla (Lundahl, Hakonen & Suomi 2007, 255). Lasten ja ikäihmisten yhteistoiminnan tärkeänä tavoitteena on saada sukupolvet yhteen eri toimintamuodoin ja mahdollistaa erilaisen yhteenkuuluvuuden tunteen syntymistä. Henkilökohtaisten kontaktien kautta arvostus, tietoisuus ja ymmärrys kasvavat eri ihmisryhmien välillä ja sitä kautta rakennetaan myös välittämisen kulttuuria. (Hohenthal-Antin 2009, 101.) Antoisien kontaktien mahdollistamiseksi toiminnassa pitää olla tilaa myös vapaalle keskustelulle sekä ajatusten että toiveiden ilmaisulle.

Lapsen oppiminen tapahtuu hitaasti pala palalta, tekemällä ja kokemalla, oman työn kautta. Lapsen tiedollinen oppiminen tapahtuu mielikuvien kautta, elämyksistä. (Hellström 2010, 257.) Oppia ja elämyksiä ikään katsomatta- toimintasuunnitelmissa korostuu erityisesti musiikki, koska minä ja osa Jyllin kodin henkilökunnasta on käynyt ”Musiikin käyttö terapeutisesti”- koulutuksen ja mielestäni musiikin, laulujen ja laululeikkien keinoin on helppo saada myös ikäihmiset mukaan toimintaan. Myös liikuntaa pidän tärkeänä osana, koska olen työssäni toiminut kuntoutuksen ohjaajana ja olen sisäistänyt toimintakykyä tukevan työotteen

tärkeyden ja merkityksen. Liikunta sopii niin lapsille kuin ikäihmisillekin ja tukee ikäihmisten toimintakyvyn säilymistä.

#### 4.1 Musiikki

Musiikkikasvatuksen tavoitteena on ohjata nauttimaan hiljaisuudesta ja musiikista. Musiikkia voidaan muiden taideaineiden tavoin käyttää kasvatuksessa välineenä, joka avautuu kuuntelemisen, havaitsemisen, tekemisen, tuntemisen sekä myös kuvittelun ja intuition avulla. Tunto- ja kuuloaisti ovat yhteydessä ajatteluun, tunteisiin ja muistiin. Lapsen oma musisointi liittyy kokonaisvaltaisesti puheen, mielikuvien, luovuuden ja mielikuvituksen kehittymiseen. Siksi on tärkeää kannustaa ja rohkaista lasta laulamaan, tanssimaan, loruilemaan ja liikkumaan musiikin mukana. (Ruokonen 2011, 123-127.)

Musiikkikasvatuksen avulla edistetään matemaattisia valmiuksia, käsitteen muodostusta sekä loogista päättelykykyä. Musiikissa äänen eri ominaisuuksien avulla voidaan havainnoinnin avulla harjoittaa vertailua, luokittelua ja löytää tiettyjä säännönmukaisuuksia. (Ruokonen 2009,26-27.) Musiikki alkaa hiljaisuudesta ja päättyy hiljaisuuteen. Musiikki vaikuttaa ihmiseen niin fyysisesti kuin psyykkisestikin ja on myös hyvä sosiaalisten suhteiden luomisen keino. Musiikki rikastuttaa ja on luonnollinen osa ihmisen elämää.

Opintovapaalla ollessani sain mahdollisuuden osallistua Jyllin Kodeilla pidettyyn Musiikin käyttö terapeuttisesti- koulutukseen, joka lisäsi ennestään intoani musiikin käyttöön niin hoitotyössä kuin muutenkin. Musiikki on helppo ja monikäyttöinen työväline sosiaalialan työssä. Musiikki vaikuttaa eri ihmisiin eri tavoin, mutta musiikki on joka tapauksessa tunteita, mielikuvia ja elämyksiä tarjoava taidemuoto. Musiikki ei vaadi erityisosaamista, vaan musiikkia on mahdollisuus kaikkien kokea ja tehdä. Tärkeintä on osallistuminen ja toiminta, ei musikaalisuus. Musiikin löytäminen omasta itsestään antaa mahdollisuuksia musiikilliselle ilmaisulle ja vuorovaikutukselle. Musiikki on helppo ja käyttökelpoinen väline, jolla voi parantaa elämänlaatua ja sitä voi helposti käyttää mukana myös hoitotyössä. (Koskinen, Aalto, Hakonen & Päivärinta 1998,200.)

Musiikin monipuolista käyttöä mahdollistaa sen helppo saavutettavuus. Musiikilliseen kokemukseen liittyy aina jokin tunne ja musiikki aktivoi aivojamme. Jopa tajuttomana ihminen voi kuulla ääniä ja hänen oloaan voidaan helpottaa rauhoittavalla musiikilla tai laululla. Musiikissa on rytmi, tempo, dynamiikka, harmonia ja erilaisia sointivärejä jne., jotka kaikki vaikuttavat ihmiseen eri tavoin. Musiikin avulla voidaan palauttaa mieleen asioita ja tunteita menneisyydestä ja sen avulla voidaan löytää merkityksiä asioille ja kokemuksille. Musiikki herättää mielikuvia ja mahdollistaa uusien näkökulmien löytämisen koetuille asioille. Musiikki on tunteiden tulkki ja sielun ruokaa. Musiikin avulla ihminen voi käydä läpi tunteitaan, mielikuviaan ja kokemuksiaan. (Jukkola 2003, 174.)

Rytmi on olennainen osa musiikkia. Tutkimusten mukaan tietynlaisen rytmien kokeminen on melko samantapaista eri kuulijoilla. Nopeutuva ja kiihtyvä rytmi koetaan usein pelottavaksi tai jännittäväksi, kun taas hidastuva rytmi rauhoittaa ja rentouttaa. Rytmillä voi saada aikaan myös iloa, intoa, energiaa, rentoutumista ja rohkeutta. (Ahonen 1993, 43-44.) Rytmi ikään kuin tempaa mukaansa ja saa jalan vipattamaan. Rytmiharjoitukset ovat hyvä keino yhdessä musisoinnille. Tuttua laulua voi säestää rytmisä taputtaen, kehorytmein tai soittimin. Musiikin tekeminen kehittää aivotoimintaa, tietotaitoa ja tukee sosiaalisuutta. (Hyypä 2013, 49-50.)

Harmonian on todettu vaikuttavan tunteisiin ja melodian ajatuksiin (Ahonen 1993,44). Musiikkia voidaan käyttää kasvatuksessa monitahoisesti eli sen avulla voidaan harjoittaa ilmaisua, tietoa ja myös kasvaa ihmisenä. Musiikkia voidaan harjoittaa toiminnallisuuden ja elämyksellisyyden kautta laulaen, soittaen, liikkuen ja aktiivisesti musiikkia kuunnellen. Musiikin avulla voidaan opetella havaitsemista, kuuntelemista, tuntemista, luoda uutta ja myös kehittää mielikuvitusta. Musiikillisten kokemusten kautta voidaan tukea myös empatian kykyä ja harjoittaa itsetuntemusta. (Ruokonen 2011, 123.)

Musiikkia voi käyttää monipuolisesti tuottamaan iloa tai mielihyvän tunnetta ja myös tavoitteellisemmin ja systemaattisemmin, eli terapeuttisesti (Jukkola 2003,173). Musiikkiterapiassa käytetään hyödyksi musiikin eri mahdollisuuksia. Musiikkia voidaan kuunnella, soittaa soittimin tai kehosoittimin, tehdä itse,

improvisoida, tanssia tai laulaa. Musiikin kuunteleminen on eri asia kuin kuuleminen. Kuuleminen on passiivinen tapahtuma ja kuunteleminen taas aktiivista toimintaa. Luovassa kuuntelemisessa ilmaistaan musiikin herättämiä tunteita liikkuen, piirtäen tai kertoen ja keskittyneessä kuuntelemisessa voidaan tarkkailla musiikin eri elementtejä.

Aktiivisessa kuuntelutilanteessa kuuntelulle asetetaan jokin tavoite, jonka perustella siihen valitaan sopiva musiikki (Ahonen 1993, 180-181). Monille suosittu levyraatikin on oivallinen tapa käydä läpi musiikin herättämiä tunteita ja tuntemuksia, kun levyraati pidetään tavoitteellisesti. Musiikkimaku on ihmisillä erilainen, eikä ole siis yleispätevää ohjetta siihen, millainen musiikki on oikeaa. Eri musiikki vaikuttaa ihmisiin eri tavoin ja musiikkiin liittyvät muistot ja kokemukset vaikuttavat siihen, miten musiikin koemme. (Jukkola 2003, 173.)

Musiikki auttaa ja tukee ihmisen kasvua omana itsenään, antaa energiaa ja voimaannuttaa. Musiikin kuuntelu voi auttaa keskittymään ja saamaan ajatukset kasaan. Joskus jostakin musiikista tulee hyvä olo ja toinen taas saattaa itkettää. Musiikilla voidaan tietyissä tilanteissa nostattaa yhteishenkeä ja lisätä yhteenkuuluvuuden tunnetta, josta hyvänä esimerkkinä on Maamme-laulu tai Porilaisten marssi. (Jukkola 2003, 176.) Musiikki voi muodostua erittäin symboliseksi ja merkittäväksi, joka kuuluu tiettyyn tilanteeseen. Suvivirsi sai suomalaisen, jähmeän kansan ilmaisemaan mielipiteensä, kun sen käyttö aiottiin kieltää koulujen päätöstilaisuudessa. Tiedyt sävelet kuuluvat luonnollisena osana elämään ja ne osaa heti ensi hetkestä asti yhdistää esimerkiksi jouluun.

## 4.2 Liikunta

Ihmisellä on oikeus liikkua. Vuonna 1999 on tullut voimaan liikuntalaki, jonka tarkoituksena on edistää kansalaisten liikuntaa, hyvinvointia ja terveyttä sekä myös tasa-arvoa ja suvaitsevaisuutta. Ihmisen toimintakykyyn ja terveyteen kuuluu fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen ulottuvuus. Liikunnalla voidaan vaikuttaa näihin kaikkiin kolmeen osa-alueeseen. Liikunta parantaa niin fyysistä jaksamista kuin mielialaa ja on parhaimmillaan antoisa sosiaalinen tapahtuma, jossa luodaan

sosiaalisia suhteita. Liikunnan avulla tasapaino kehittyy, lihasvoima lisääntyy, hengitys tehostuu ja paino pysyy hallinnassa. Liikunnasta voidaan saada iloa ja onnistumisen elämyksiä sekä lisätä toisaalta niin vuorovaikutusta kuin myös itsenäisyyttä. (Aejmelaeus, Kan, Katajisto & Pohjola 2008, 152-153.)

Liikunta vähentää epämiellyttäviä kehontuntemuksia ja tuottaa mielihyvätunnetta. Liikunta virkistää, rentouttaa ja vaikuttaa elimistöömme positiivisesti. Ihminen on luotu liikkumaan ja siksi siihen tulisi antaa mahdollisuuksia, rohkaista ja kannustaa. Liike ja liikunta ovat ainoa mahdollisuus vaikuttaa niveliin, lihaksiin ja rustojen ja luiden rakenteisiin. Liikuntaharrastuksen vaikutus säilyy muutamia tunteja liikkumisen jälkeenkin ja säännöllisellä harjoittelulla saadaan näkyviä tuloksia aikaan nopeasti. (Kari, Niskanen, Lehtonen & Arslanoski 2013, 208-209.)

Liikunta ja liikkuminen ovat iloa ja virkeyttä tuovia asioita. ”Terve sielu terveessä ruumiissa” kuvaa hyvin liikunnan merkitystä. Liikunta vähentää stressiä ja lisää niin psyykkistä kuin fyysistä toimintakykyä sekä henkistä hyvinvointia että jaksamista. Liikuntaa voi olla monenlaista ja sen merkitys ihmiselle eri elämänvaiheissa on erilainen ja yksilöllinen. Osa harrastaa liikuntaa aktiivisesti ja se on monille luonnollinen, tärkeä osa elämää. Toiset liikkuvat enemmän ja toiset vähemmän. Liikunnan tärkeydestä puhutaan paljon ja sen merkitys ikääntyessä korostuu toimintakykyisyyden säilymisen vuoksi. (Koskinen, Aalto, Hakonen & Päivärinta 1998, 194.)

Varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksen tavoitteet perustuvat tietoon liikunnan tärkeydestä ja merkityksestä lapsen kasvulle ja kehitykselle. Varhaiskasvatuksen liikuntakasvatuksen tulisi osaltaan tukea lapsen suotuisaa kehitystä. Liikuntakasvatuksen avulla lasta autetaan muodostamaan myönteinen suhde omaan kehoonsa sekä samalla tuetaan myönteisen käsityksen muodostumista itsestä liikkujana. (Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset, 2005.)

3-4- vuotiaana lapsi osaa hahmottaa jo aika hyvin omaa kehoaan ja tunnistaa pääpiirteittäin kehon eri osia. Oman kehon hahmottuminen mahdollistaa motoristen perustaitojen harjoittelun. Siksi lapsen pitäisi saada tässä ikävaiheessa tutustua

liikkumiseen erilaisissa ympäristöissä, eri vuodenaikoina ja erilaisilla liikkumisvälineillä. (Hujala ja Turja 2011,139.) 5-6-vuotiailla oman kehon tunteminen ja hahmottaminen on edennyt pidemmälle ja siinä iässä lapsella on edellytyksiä tunnistaa kehon eri puolia, kuten etu- ja takapuoli, oikea ja vasen puoli, ja lapsi pystyy liikuttamaan itseään paremmin annettujen ohjeiden mukaan. Motoriset perustaidot vakiintuvat ja se mahdollistaa eri liikuntamuotojen, kuten pyöräilyn, hiihdon ja luistelun, perustaitojen opetteluun. 5-6-vuotiaille on tärkeää käden karkeamotoristen taitojen harjoittelun monipuolisilla pallonkäsittelytehtävillä, sillä se mahdollistaa osaltaan hienomotorista taitoa vaativan kynäkäytön oppimisen. (Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset, 2005.)

Motoriset perustaidot ovat niitä taitoja, joita ihminen tarvitsee koko elämänsä ajan selviytyäkseen itsenäisestä elämästä. Perustaitoihin kuuluu esimerkiksi kävely, juoksu, hyppääminen, heittäminen ja kiinniottaminen. Motoriset taidot voivat kehittyä sitä mukaa, kun fyysiset edellytykset, hermostollinen kehittyminen ja havaintotoiminnot sen mahdollistavat. Lisäksi lapsen tulee saada liikkua monipuolisesti, jotta suotuisa kehitys on mahdollista. Lapsen karkeamotoristen taitojen hallinta mahdollistaa myös hienomotoristen taitojen kehittymisen. (Pönkkö & Sääkslahti 2011, 137.)

Liikunta on yksi luonnollisista tavoista ilmaista itseään. Motoriikka ja kehonkieli ovat tärkeitä vuorovaikutuksessa ja käyttäytymisessä. Kehonkieli kertoo paljon ja sen avulla voidaan ilmaista sanatonta viestintää. Liikkumista voidaan myös käyttää oppimisen apuvälineenä. Liikuntakasvatukseen kuuluvien leikkien ja pelien avulla vuorovaikutus toisen kanssa tapahtuu luonnollisesti ja toiminnallisuuden avulla tutustuminen tapahtuu helposti. (Kataja, Jaakkola ja Liukkonen 2011, 33.) Hyviä välineitä ovat pallot, koska ne motivoivat hyvin niin lapsia kuin aikuisiakin ja kiinniottaminen ja heittäminen sekä työntämisen ja potkaisemisen harjoittelu ovat tärkeitä perustaitoja (Pönkkö & Sääkslahti 2011, 139.) Myös musiikkiliikunta soveltuu mielestäni hyvin sekä lapsille että ikäihmisille.

### 4.3 Kädentaidot ja kuvallinen ilmaisu

Aikoinaan Aristoteles on korostanut sitä, ettei taitoja harjoiteta niiden itsensä tai tekemisprosessin vuoksi, vaan ne antavat välineitä hyvän inhimillisen elämäkäytännön kannalta. Itse näen tärkeäksi nimenomaan tekemisprosessin ja sen avulla kädentaidoissa voidaan myös kokea ja harjoittaa tekemällä asioita, joiden avulla tuetaan hyvää inhimillistä elämää. Toiminnalla kehitetään kädentaitoja, motorisia taitoja, saadaan oivalluksia ja elämyksiä, tehdään aistihavaintoja ja kehitetään avaruudellista hahmottamista ja luovuutta. (Karppinen 2009, 57-58.)

Lapselle taiteellinen toimijuus on luontainen tapa tutkia maailmaa ja ilmaista itseään. Taiteellinen toimijuus on toiminnaltaan moninaista ja vaihtelevaa. Lapsen tulee saada osallistua taiteelliseen toimintaan sekä tekijänä että kokijana. Taiteellisen toimijuuden kannalta lapsen tulee voida ilmaista merkityksiään ja pohtia asioita taidetta tehdessään, esimerkiksi maalatessaan. Hänen tulee myös voida tuntea, että hänen tekemistään arvostetaan. Taiteellinen toiminta on luonteeltaan vuorovaikutuksellista. Taide syntyy suhteessa ympäristöön, jossa elämme. Lopputulosta tärkeämpää on tekemisen prosessi. Lapsen taiteellisuutta vahvistetaan, kun hänen tekemisiään kunnioitetaan ja hänet otetaan yhteiseen kulttuuriin. Lapsen tekemä taide ansaitsee saada näkyä ja sitä tulee arvostaa. (Pääjoki 2011, 120-121.)

Kädentaitojen ja kuvataiteiden käyttö sopii kaikille ikään katsomatta. Kädentaitojen ja kuvataiteen avulla voidaan työstää ja tiedostaa kokemuksia, toiveita, ristiriitoja tai vain rikastuttaa ja ilahduttaa arkipäivän elämää. Kuvallisin keinoin kerrottuun tarinaan liittyy sanatonta, tekemistapojen, materiaalien, teosten, ilmeiden, eleiden hiljaista kieltä, joita on hyvä oppia kuuntelemaan ja tunnistamaan. Taiteen tekeminen ei kysy ikää eikä vaadi taitoa, sillä jokainen pystyy jotenkin ilmaisemaan itseään taiteellisesti. Tärkeintä ei ole tuotos vaan tekeminen. Käsien tekemällä voi ilmaista tunteita tai purkaa tekemiseen tunteitaan. Kuvallinen ilmaisu auttaa uudistamaan voimavaroja ja sen on todettu myös vähentävän sairauden aiheuttamaa jähmettyneisyyttä. (Pulkinen 2003,155.)

Kuvallisen ilmaisun käyttö vanhustyössä vaatii ohjaajan omakohtaista panosta ja innostamista. Ohjaajan itse pitää kyetä heittäytymään ja löytää myös oma



luovuutensa. Oman luovuuden löytämisen myötä ohjaajalla on mahdollisuus auttaa muitakin saamaan luovuus esiin. Hyvä ohjaaja on kannustava, innostunut ja helposti lähestyttävä, joka tukee ja osaa virittää tunnelman sellaiseksi, että ohjattavat uskaltavat kokeilla ja ilmaista itseään kuvin. Ohjaajalla tulee olla tietoutta siitä, miten taiteen tekeminen kytkeytyy ihmisen tuntemuksiin ja on aina myös psyykkisesti vaikuttavaa. (Pulkkinen 2003, 157-158.)

Samoin kuin musiikkia, myös kädentaitoja voi hyödyntää terapeuttisesti. Taideterapia on luovaa, kuntouttavaa ja monitasoisesti kehittävää toimintaa, joka mahdollistaa niin sanatonta kuin sanallistakin viestintää. Taideterapiaan ei liity taiteellisia tavoitteita, vaan se on ilmaisumuoto, jonka avulla voidaan purkaa tunteita. Taiteen tekeminen sopii mukaan kaikille, koska lähes jokainen voi sen avulla ilmentää ajatuksia ja saada oivalluksia. (Lieppinen & Willman 2008,9.)

Varmasti jokainen on lapsuudessaan tehnyt tai käyttänyt taidetta ja voi edelleen tehdä sitä, kunhan vain ohjaaja rohkaisee unohtamaan ajatukset taiteellisesta ja kulttuurisesta oikeaoppisuudesta. Taideterapia voi olla hauskaa ja nautittavaa ja se voi johtaa oman luovuuden löytämiseen. Taideterapia tarjoaa aikuisellekin mahdollisuuden leikitellä. Taideterapian hyöty on siinä, että sitä voidaan joko tehdä sanattomassa tai sanallisessa vuorovaikutuksessa ja sopii siksi myös niille, joille puhuminen on vaikeaa tai mahdotonta. Kuvat voivat toimia siltana terapeutin ja asiakkaan välillä vaikeissakin asioissa. Taideterapiaa voidaan käyttää itseilmaisuuksiin ja itsetutkiskeluun ja sen avulla voidaan avata solmuja ja saada ihminen tietoisemmaksi tiedostamattomistakin tunteistaan. (Liebmann 1990,3-4.)

Taiteen avulla voidaan myös vapauttaa tunteita, kuten vihaa, surua tai aggressiota. Se tarjoaa turvallisen ja hyväksytyin kanavan kielteisten tunteiden käsittelyyn. Kuvien pohjalta on helpompi edetä keskusteluissa ja kuviin on helppo palata seuraavallakin kerralla. Kuvien avulla voidaan käsitellä erilaisia ideoita, ajatuksia ja käyttäytymismalleja. Kuvat ovat usein moniselitteisiä, joten tärkeää olisi se, että tekijä löytää niille omat merkityksensä. Kuvista keskustelemisen avulla voi tulla uusia oivalluksia ja näkemyksiä sekä avata uusia tulevaisuuden näkymiä. (Liebmann 1990,4-5.)

Kuvataiteen käyttö mahdollistaa monia elämyksiä ja antaa mahdollisuuden luovuuden puhkeamiseen. Kuvallista ilmaisua käytettäessä ei välttämättä tarvita sanoja, vaan kuva puhuu puolestaan. Taideterapiassa ei ole oikeaa ja väärää eikä töitä arvostella niiden taiteellisuuden perusteella. Taideterapian avulla töihin haetaan tasapainoa, joiden avulla elämän kaaokseen voidaan saada järjestystä ja rytmiä ja vastaavasti pysähtyneeseen elämään liikettä ja suuntaa. (Lieppinen & Willman 2008,9.)

Taiteen tekeminen tarjoaa siis mahdollisuuden tulla näkyväksi, tietoiseksi omasta itsestään ja se voi auttaa kohtaamaan ja hyväksymään myös tukahdetut tunteet. Käsien tekemällä voi purkaa tunteita, joita on vaikea pukea sanoiksi. Kuvallinen työskentely on aina monitasoinen psyykinen tapahtuma, joka toimii siltana ulkoisen ja sisäisen todellisuuden välillä. Luova toiminta on eheyttävää ja taide tarjoaa keinon löytää tila ikävillekin kokemuksille. Taideterapiaan liittyy tarinallisuus ja tarinoiden kertominen kuvien tarjoaa tilaisuuden kasvuun ja muutokseen. (Pulkinen 2003, 155-157.)

Maailma muuttuu ja lapset elävät jatkuvassa median sysäämässä kuvien ja äänien sekamelskassa. Ihmisen aivot käyvät varmasti täysin ylikierröksillä ja lapsilla diagnosoidaan aina vaan enemmän ja enemmän uusia neurologisia ongelmia. Kuvataiteen käyttö mahdollistaa pysähtymisen, hiljaisuuteen opettelun ja omien ajatusten kuuntelemisen. Uskon, että on entistä tärkeämpää tarjota lapsille mahdollisuus kuunnella itseään ja päästä hetkeksi eroon virtuaalimaailmasta ja tietotulvasta. Kuvataide tarjoaa mahdollisuuden tutustua itseensä ja tulla näkyväksi niin itselleen kuin toisillekin.

#### 4.4 Perinnetietous

On tärkeää tietää ja tuntee kuuluvansa ympäröivään kulttuuriin ja sen antamaan perintöön. Erilaiset perinnejuhlat, perinnekasityöt, kansanlaulut ja vanhat sadut ovat osa sitä kulttuuripääomaa ja yhteisöllisyyttä, josta myös lasten on oikeus päästä tietoiseksi ja osalliseksi. Varhaiskasvatuksen näkökulman mukaan perinteiden vaaliminen ei ole pelkkää opettamista tai tiedon antamista vaan lasten ottamista toimijoina mukaan. Yhdessä toimiminen vahvistaa eri-ikäisten ihmisten

vuorovaikutusta ja auttaa lasta tiedostamaan, mistä tulen ja mihin kuulun. (Pääjoki 2011,119.)

Kulttuuriperintö pitää sisällään kaikki entisaikojen niin henkiset kuin materiaalisetkin kulttuurijäännökset. Henkistä perintöä ovat kieli, tarinat, uskomukset, opitut tavat, juhlat sekä luontoon että kädentaitoihin liittyvät perinteet. Aineellista kulttuuripääomaa ovat esineet, rakennukset ja muistomerkit. Kulttuuriperinnön kohtaamiseen ei vaadita museokierrosta, vaan mennyt elämä on koko ajan läsnä ja sitä eletään ympärillämme arjessa eri tavoin. (Hohenthal-Antin 2013,133.)

Maailmamme on muuttunut rajusti viime vuosikymmenien aikana ja jo oman elämäni aikana muutos on ollut valtaisa. Tieto kulkee reaaliajassa ja kaikki elämää helpottavat keksinnöt ja laitteet ovat arkipäivää. Elämän menon muuttuminen ja elämisen rytmin nopeutuminen ovat tätä päivää ja siksi näen tärkeäksi sen, että lapset saavat kuulla, miten vuosikymmeniä sitten elettiin.

Voimavaralähtöinen näkemys ihmisestä antaa arvon ikäihmisen tärkeälle roolille perinnetietouden ja menneisyyden asiantuntijana. (Hohenthal-Antin 2013,102.) Lasten ja ikäihmisten yhteistoiminnassa halutaan arvostaa ikäihmisillä olevaa hiljaista tietoa, elämäkokemusta ja lähihistorian tuntemusta sekä antaa toiminnassa mukana oleville lapsille arvokas mahdollisuus päästä näin osalliseksi heidän erilaista, ainutlaatuisista ja arvokkaista elämäntarinoistaan.

Perinnetietoutta löytyy hyvin kirjoista, joihin ohjaajan kannattaa tutustua etukäteen halutessaan herätellä ja johdatella aiheeseen perinnetietouden esiin saamiseksi ikäihmisiltä. Kirjallisuutta löytyy niin aikuisille kuin lapsille suunnattuina. Kirsti Koivula on tehnyt useita viriketoimintaa sisältäviä kirjoja, joista löytyy sekä toimintaideoita että perinnetietoutta. ”Säpinää syksyyn”, ”Joulu jokaiselle”, ”Kimmokkeita kevättalveen” ja ”Kipinöitä kesään” sisältää lyhyesti perinnetietoutta koko vuoden ajalle.

#### 4.5 Muistelu

Muistelu sopii myös hyvin lasten ja ikäihmisten yhteistoimintaan, koska kaikki voivat muistella. Muistelu tapahtuu helposti ja luonnollisesti, se rikastuttaa arkea ja tuo sisältöä elämään. Muistelu voi olla joko spontaania, arkipäivän tilanteissa syntyvää tai tietoisesti valittu ammatillinen työmuoto. Eri materiaalit, hajut, maut, kuvat, tunnot ja äänet tai eri toimintamuodot, kuten musiikki, kuvataide, liike, tanssi tai tarinat tuovat muistoja mieleen ja mahdollistavat muistelun. (Hakonen 2003, 130.)

Kaikilla meillä, niin lapsilla kuin vanhemmillakin, on muistoja, elettyä elämää ja elämäntarinaa kerrottavaksi ja jaettavaksi. Muistelutyö on erittäin demokraattinen työmuoto, koska siinä jokainen on oikeassa. Ei ole oikeaa eikä väärää tapaa muistella, eikä lopputulosta tarvitse verrata mihinkään. Jokaisen muisto on ainutlaatuinen ja oikea. Jokaisen ihmisen muistoista löytyy kertomisen ja jakamisen arvoisia asioita. (Hohenthal-Antin 2009, 10-11.)

Muistelun avulla osallistujia innostetaan muistelemaan elämänsä vaihteita. Ajattelun ja puhumisen prosessin kautta rakennetaan identiteettiä ja yhdistetään menneisyyttä nykyisyyteen. Muistelu on sosiokulttuurista toimintaa, jossa muistelijalla on pääroolissa. Muistelu antaa tilaa ihmiselle ja ihmisenä olemiselle ja sen avulla mahdollistuu osallisuuden kokeminen. (Liikanen 2007,79.)

Muistelulla on vaikutusta minäkuvaan ja kognitiivisiin taitoihin. Muistelun avulla harjoitellaan havaitsemista, tunnistamista, päättelyä, mielikuvitusta ja muistia. Onnistumisen elämykset vahvistavat itsetuntoa ja muistelussa on mahdollisuus ilmaista itseään ja tehdä itsensä näkyväksi. Muistelun avulla on helppo synnyttää ja tukea vuorovaikutuksen kehittymistä. Kokemus hyväksyvistä ilmapiiristä ja yhdessäolosta on tärkeää niin lapsille kuin aikuisillekin. (Mäki & Stenberg 1998,8.)

#### 4.6 Kosketus

Iho on suurin elin, joten kosketus on tärkeää. Kosketus on suomalaisessa kulttuurissa vähäistä ja kosketukseen ihmiset reagoivat eri tavoin. Toiselle koskettaminen on

luontevaa ja toinen saattaa vaivaantua, mutta silti kosketus on hyvin merkityksellistä. Kosketuksen mahdollistamiseen ja lisäämiseen kannattaa kiinnittää huomiota ja tarjota sille tilaisuuksia. Kun pieni lämmin käsi koskettaa isoa kättä, se herkistää mielen ja tuo hyviä muistoja. Kosketus tuo mielihyvän tunteen ja tarjoaa todellisen, aidon elämyksen.

Kosketusaisti on varhain kehittyvä aisti ja ihmisen tasapainoiselle kehitykselle fyysinen kosketus on elintärkeä. Se, miten kosketus koetaan ja miten kosketaan, opitaan jo lapsuudessa. Kosketetuksi tulemisen ja kosketuksen tarve ei katoa ihmisen vanhetessakaan. Tuntoaisti säilyy ihmisellä yleensä ikääntyessä paremmin kuin muut aistit. Koskettaminen on ihmisen varhaisin ja parhaiten säilyvä viestintätapa. Kosketus viestii voimakkaasti ja sen avulla voi ilmaista välittämistä, huolenpitoa ja arvostusta paremmin kuin sanoilla. (Aejmelaeus, Kan, Katajisto & Pohjola 2008, 91-92.)

## 5 OPINNÄYTETYÖPROSESSI

### 5.1 Tutkimusote

Opinnäytetyöni on toiminnallinen opinnäyte. Toiminnallinen opinnäytetyö voi sisältää toiminnallisen osuuden, tuotoksen, joka voi olla kirja, näyttely, materiaalipaketti tms. sekä teoreettisen viitekehyksen ja työn raportoinnin eli dokumentoinnin. Toiminnallisessa opinnäytetyössä käytetään menetelmänä tutkivaa ja kehittävää työtettä. Toiminnallisessa opinnäytetyössä yhdistetään teoreettisuus, toiminnallisuus, tutkimuksellisuus ja raportointi. (Vilka 2010,2.)

Tieteenfilosofiassa tutkitaan tiedon ja todellisuuden luonnetta, käytännön ja toiminnan suhdetta sekä tutkimuksen menetelmiä. Tieteellisessä tutkimuksessa tähdätään järjestelmällisesti selvitettyihin ja asianmukaisesti perusteltuihin tutkimustuloksiin, jotka tutkimustuloksina esitetään perusteltuina vakuuttavasti. Tieteellinen tutkimus on kuin väittelyä, jossa argumentoidaan puolesta ja vastaan. Tutkija joutuu valitsemaan tutkimusongelmaa koskevista eri vaihtoehdoista ja

ratkaisumenetelmistä ja käymään sisäistä väittelyä tausta teorioiden kanssa. Tutkimusraportissa tulisikin näkyä osa näistä sisäisistä väittelyistä, jotka ovat johdattaneet lopullisiin tutkimustuloksiin. (Kakkuri-Knuutila & Heinlahti 2006, 11-14.)

Opinnäytetyöni epistemologian kannalta ongelmana oli löytää moniaistisuuteen liittyviä lähteitä taustateoriaa ajatellen. Taide- ja kulttuurilähtöisiä toimintamuotoja koskeva kirjallisuus oli kohdennettu selkeästi jollekin tietylle kohderyhmälle, kuten lapsille, ikäihmisille tai vammaisille. Moniaistisuutta koskevaa suomenkielistä kirjallisuutta ei paljon ole ja aistiteemaan liittyvä kirjallisuus oli joko hyvin vanhaa, kohdennettu eri kohderyhmälle tai muuten aiheeseeni sopimatonta. Lähteinä työssäni käytin sitä aineistoa, joka oli saatavilla ja sovelsin sitä parhaan ymmärryksen mukaan omaan opinnäytetyöhöni sopivaksi.

Opinnäytetyöprosessia lähdin miettimään miellekartan avulla, missä hahmottui työn runko. Opinnäytetyössä olen käyttänyt tutkivaa ja kehittävää työtettä sekä osallistuvaa havainnointia, jossa olen koko ajan itse mukana sekä toimijana että arvioijana. Arviointikriteereinä itselläni on ollut se, että arvioin osallisuuden ja aistillisuuden toteutumista toiminnassa havainnoiden ja kehittäen toimintaa. Opinnäytetyötä ajatellen olen pitänyt 26 toimintatuokiota ja ollut mukana lisäksi 20 kertaa TuohiKontin työntekijän vetämässä toimintatuokiossa. 10 näistä tuokioista olen etukäteen suunnitellut kaikki aistit huomioiviksi ja ottanut niihin myös luonnon mukaan toimintaan. Omassa kehittämistyössäni olen havainnoinut osallisuuden ja moniaistisuuden toteutumista. Osallisuuden ja moniaistisuuden toteutumista arvioin osallistuvalla havainnoinnilla ja toimintahetken jälkeen arvioin niiden toteutumista.

Työni lopullinen tavoite oli luoda elämyksiä tarjoava valmis toimintamalli lasten ja ikäihmisten yhteistoimintaan, jossa on valmiit, kaikki aistit huomioivat toimintahetket tavoitteineen ja suunnitelmineen, luonnon tarjoamia mahdollisuuksia hyödyntäen. Olen kehittämistyönäni muokannut aikaisemmin osallisuuden osalta onnistuneiksi kokemani, aikaisemmin suunnittelemani ja vetämäni toimintasuunnitelmat niin, että niissäkin tulee kaikki aistit mukaan toimintaan ja toiminta mahdollistaa niiden avulla vielä varmemmin osallisuuden kokemisen.

## 5.2 Aihevalinnan taustaa

Opinnäytetyöni aihevalinta soveltuu hyvin omaan ammattitaitooni, koska siinä pääsee oma osaamiseni hyvin oikeuksiinsa. Aiemmalta koulutukseltani olen päivähoitaja ja minulla on pitkä työkokemus lasten parissa työskentelystä. Viimeiset kahdeksan vuotta olen kuitenkin työskennellyt Jyllin Kodeilla ikäihmisten parissa erilaisissa työtehtävissä ja opinnäytetyössäni yhdistyy oma työhistoriani itselleni mielenkiintoisella tavalla.

Olen toiminut Jyllin Kodeilla virikevastaavana vuodesta 2008, eli perustyön ohella olen vastannut talon viriketoiminnasta, sen suunnittelusta ja toteutuksesta yhdessä muiden työntekijöiden kanssa. Aikaisemminkin Jyllin Kodeilla ovat lapset vierailleet muun muassa laulamassa tai esiintymässä, mutta TuohiKontin ja Jyllin Kodin yhteistoiminnalta haluttiin enemmän eli yhdessä tekemistä ja kokemista. Toiminnasta haluttiin säännöllistä ja suunniteltua niin, että se täydentää päiväkodin ja myös vanhainkodin toimintaa ja tuo uusia kokemuksia ja elämyksiä. Toiminnasta haluttiin osallistavaa, yhdessä tekemistä ja kokemista, ikimuistoisia yhdessä olemisen hetkiä niin lapsille kuin ikäihmisille.

Aihe on ajankohtainen ja itselleni hyvin läheinen, joten halusin lähteä kehittämään siihen toteutuskelpoista selkeää toimintasuunnitelmavihkoa, joka mahdollistaa toiminnan jatkumisen Jyllin Kodin yhteisökodeissa jatkossakin, vaikka en itse pystyisi aina toimintaan osallistumaan. Lasten ja ikäihmisten yhteistoimintaa on monin paikoin tehty projektiluontoisesti esimerkiksi juuri opinnäytetyötä varten, mutta itse näen tärkeänä vakiinnuttaa toiminta pysyväksi työmuodoksi niin lasten kuin ikäihmistenkin kannalta.

## 5.3 Yhteistyökumppanit

### 5.3.1 Jyllin Kodit

Jalmari Jyllin Säätiö on perustettu vuonna 1965 ja se ylläpitää asumis- ja palvelukeskus Jyllin Kotia Ikaalisissa. Jyllin Kodit tarjoaa niin Ikaalisten kuin

ympäristökuntienkin senioreille mahdollisuudet elinikäiseen asumiseen Jyllin Kodissa ja haluaa myös tukea mahdollisimman pitkään kotona pärjäämistä mm. kuntoutuksen avulla.

Jyllin Kodit toimii sitoutuen vahvasti lähimmäisvastuun periaatteisiin. Nämä periaatteet ulottuvat kaikkiin Jyllin Kodin tehtävissä työskenteleviin henkilöihin, mikä näkyy Jyllin Kodin toiminnassa hyväksyvänä ja suvaitsevana ilmapiirinä, palvelutehtävän arvostuksena ja aitona välittämisenä. Jyllin Kodeilla on viisi eri yhteisökotia, joissa perustavoitteena on kodinomaisuus. Jyllin Kodilla on laaja ja monipuolinen yhteistyöverkosto, jossa tutkimuksen, hoidon, kuntoutuksen, talouden ja kiinteistöhuollon eri ammattilaiset ja asiantuntijat toimivat saumattomassa yhteistyössä Jyllin Kodin ammattihenkilökunnan kanssa. Jyllin Kodit toimii myös aktiivisena opetuskenttänä alan opiskelijoille ja uutena toimintamuotona onkin JJSTrainee, joka kouluttaa vanhustyön ammattilaisia. (Jyllin Kotien www-sivut).

### 5.3.2 Päiväkoti TuohiKontti

Päiväkoti TuohiKontti on aloittanut toimintansa Ikaalisissa tammikuussa 2010. TuohiKontti toimii kodinomaisena sisarusryhmänä, jolloin perheen eri-ikäisillä lapsilla on mahdollisuus päästä samaan ryhmään. Päiväkodin arjessa lapsilla on mahdollisuus toimia pienissä ryhmissä ammattitaitoisen henkilökunnan ohjauksessa. Päiväkodin tavoitteena on tarjota yksilöllistä ja perheen tarpeista lähtevää päivähoitoa. Toiminnassa kiinnitetään erityistä huomiota kestäväan kehitykseen, kierrätykseen sekä materiaalien ja välineiden uusiokäyttöön.

Toiminnassa tutustutaan ja toteutetaan kulttuurin eri muotoja; tehdään kädentöitä ja musiikkia, teatteria, kirjallisuutta, retkeillään erilaisissa kulttuurikohteissa ja päiväkotijärjestää myös itse tapahtumia lapsille ja lapsiperheille. Toiminnan tärkeänä arvona on yhteisöllisyys. Päiväkodissa arkea eletään yhdessä tehden ja kokien. Paljon aikaa annetaan leikille, joka on lapselle luontainen tapa toimia. (Päiväkoti TuohiKontin www-sivut).



## 5.4 Toiminnan taustaa

Toiminta alkoi syksyllä 2011, jolloin sovimme vierailupäivät syksylle 2011. Toiminta sovittiin tapahtuvaksi kokonaisuudessaan Jyllin Kodeilla kaikissa eri yhteisökodeissa, että kaikki halukkaat asukkaat pääsisivät osallistumaan toimintaan ja myös vuodepotilaat saisivat kuulla ja nähdä lapsia. Päiviksi sovittiin tiistai- ja perjantai-aamupäivät kahden tai kolmen viikon välein kahdessa yhteisökodissa samana aamupäivänä, eli yhteensä 1,5 tuntia. Jyllin Kodeille sovimme koteihin vastuuhenkilöt ja toiminnan suunnittelun vuorotellen TuohiKontin ja Jyllin Kodin välillä.

Joulukuussa 2011 pidimme TuohiKontin päiväkodinjohtajan kanssa suunnittelu- ja arviointitapaamisen, jossa kävimme läpi syksyn 2011 toimintaa ja suunnittelimme kevään 2012 toimintarunkoa. Suunnittelussa sovimme eri kerroille selkeät aiheet suunnittelun helpottamiseksi ja toiminnan monipuolistamiseksi. Kevään 2012 toiminta sisälsi pelejä, liikuntaa, perinneleikkejä, askartelua, musiikkia sekä huipentui kesäkuussa pidettäviin pihajuhliin Jyllin Kodin sisäpihalla.

Syksyllä 2012 tilanne muuttui, kun lapsiryhmä vaihtui ja lapset olivat iältään pääosin 3-4-vuotiaita. Toimintaa haluttiin edelleen jatkaa, mutta sovimme että päiväkotilapset vierailevat Jyllin Kodeilla joka toinen tiistai aamupäivä kahdessa kodissa kerrallaan, yhteensä noin tunnin verran. Toiminnan sisältö tarvitsi miettiä uudelleen ja pääpaino syksyn toiminnoissa oli lasten tutustuttaminen ja rohkaistuminen lähestymään ikäihmisiä lähinnä laululeikkien avulla. Joulua kohti mentäessä lapset ja ikäihmiset olivat jo paremmin tutustuneet toisiinsa, joten toimintaa pystyi taas suunnittelemaan monipuolisemmaksi tekemiseksi.

### 5.4.1 Tavoitteen selkiytyminen

Opinnäytetyöni halusin tehdä lasten ja ikäihmisten yhteistoiminnasta ja sitä varten kävin myös opintovapaani ajan ns. vapaaehtoistyössä Jyllin Kodeilla vetämässä, havainnoimassa ja keräämässä aineistoa opinnäytetyötäni varten. Tavoitteenani oli alun perin osallisuus ja yhteisöllisyys. Taustateoriaa lukiessani ja toimintaa

vetäessäni kyseenalaistin yhteisöllisyyden toteutumisen, joten jätin sen kokonaan pois työni lopullisista tavoitteista. Keväällä 2013 opinnäytetyön suunnitelmaseminaarissa sain tutoropettajaltani toiveen kehittää toimintaa elämyksellisempään suuntaan ja hän antoi vinkin Aistien- hankkeen koulutuksesta.

Huhtikuussa 2013 kävin Aistien- hankkeen koulutuksissa Vantaalla ja Hämeenlinnassa. Tutustuin multisensoriseen työhön myös kirjallisuuden kautta ja sain niistä ideoita moniaistillisuuden keinoin rikastettavasta toiminnasta. Huhtikuussa 2013 lähdin uudelleen suunnittelemaan ja toteuttamaan toimintaa, jossa kaikki aistit otetaan huomioon. Samalla selkiytyi opinnäytetyöni tavoite suunnitella ja havainnoida, miten moniaistillisuuden keinoin voidaan toimintaa rikastuttaa ja tarjota erilaisia yhdessä koettuja elämyksiä. Tutkimusten mukaan moniaistillisuus mahdollistaa dementoituneellakin muistojen mieleen palautumista ja antaa myös siksi toimintaa rikastuttavan lisänsä.

Varsinaiseksi opinnäytetyökseni muotoutui lopulta toimintasuunnitelmavihkon luominen, jonka pääpaino on sosiokulttuurisessa innostamisessa, osallistavissa, moniaistillisiä elämyksiä tarjoavassa toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa. Opinnäytetyöni onnistumista voin mitata abduktiivisen loogisen päättely avulla moniaistillisuuden toteutumisen osalta. Aistien hyödyntäminen oli itselleni haastava ja uusi oppimistilanne. Aistien käyttö on ollut helppo havainnoida ja huomioida, vaikkakin haasteelliseksi koin kaikkien aistien mukaan ottamisen toimintaan niin lyhyessä aikataulussa.

## 6 TOIMINTAHETKISSÄ HUOMIOITAVIA ASIOITA

Toimintahetkiä olen jo kahden vuoden ajan arvioinut osallisuuden toteutumisen kannalta ja tarvittaessa tehnyt muutoksia suunnitelmiin. Opinnäytetyötäni varten pitämässäni toiminnoissa olen havainnoinut niitä asioita, joiden avulla ohjaajalla voi omalla toiminnallaan mahdollistaa osallisuuden kokemista ja tehdä toiminnasta mahdollisimman antoisaa niin lapsille kuin ikäihmisille. Päiväkodin lapset, jotka Jyllin Kodeilla vierailevat ovat iältään kolmesta viiteen vuoteen ja mukana

virikehetkillä on viidestä kahdeksaan lasta sekä päiväkodin työntekijä. Jyllin Kodin asukkaista toimintaan osallistuu yhdessä yhteisökodissa 8-12 asukasta, joista osa on pyörätuolissa ja lähes kaikilla on jonkin asteinen muistisairaus. Toiminta tapahtuu yhteisökotien tupakeittiössä ja on kestoaltaan 30-45 minuuttia.

Suunnittelussa lähtökohtana on se, että toiminta soveltuu sekä lapsille että ikäihmisille. Toiminnan pitää olla riittävän monipuolista ja motivoivaa sekä lapsia että ikäihmisiä ajatellen. Toiminnan suunnittelussa tärkeää on huomioida lasten ikä, kehitystaso ja jaksaminen. Toiminnan tulee olla sellaista, johon kaikki voivat osallistua voimavarojensa ja toimintakykynsä mukaan. Toimintoja suunnitellessa kannattaa valmiiksi miettiä eri vaihtoehtoja, miten osallistumista pystyy varmistamaan ja huomioimaan. Esimerkiksi laululeikkeihin mietin valmiiksi sen, miten leikkiin voisivat osallistua ne, joilla on toispuolihalvaus.

Virikehetket Päiväkoti Tuohikontin lasten kanssa aloitetaan aina tervetuloitovotuksella ja pienellä esittelykierröksellä, jossa jokainen saa kertoa nimensä ja sen kaikki toistavat yhdessä. Jos joku ei kykene sanomaan omaa nimeään, niin sanon sen hänen puolestaan. Nimikierrros on tärkeä siksi, koska suurella osalla ikäihmisistä on muistisairaus. Nimikierrroksen koen tärkeäksi myös ohjaajan kannalta, koska siten pystyy jokaista lähestymään toimintahetkissä oikealla nimellä. Itse koen tärkeäksi sen, että tiedän ikäihmisten menneisyydestä mahdollisimman paljon, jolloin pystyn toiminnassa huomioimaan jokaisen osallistujan ja ottamaan toimintakyvyltään heikommatkin ohjattuna mukaan toimintaan. Niiden kohdalta, jotka eivät itse kykene kertomaan asioista voin itse osallistaa heitä kertomalla heistä esimerkiksi kotipaikan, perhetaustan, ammatin tai jotakin, mitä he ovat ennen tehneet.

Suunnittelussa pitää huomioida myös keino toimintaan virittäytymiseen. Itse koen musiikin hyväksi tunnelman virittäjäksi, mutta myös esimerkiksi pieni alkujumppa tai loru voisi toimia tilanteessa yhtä hyvin. Virittäytymiseen yhdistän myös aiheeseen tai vuodenaikaan liittyvät kuvat, joiden avulla pyrin saamaan keskustelua aikaan. Suunnittelussa huomioidaan luonnollisesti vuodenaikojen vaihtelu ja juhlapyhät sekä otetaan luontoa mahdollisuuksien mukaan toimintoihin, eli tuodaan luonto sisälle,

kun valitaan toimintaa musiikin, liikunnan, kädentaitojen ja perinnetietouden osa-alueilta, kaikki aistit huomioiden.

Toimintahetken lopetus on yhtä tärkeä kuin aloitus. Toimintahetki päättyy selkeästi siihen, että kiitän osallistujia ja kerron, että tapaamme taas samoissa merkeissä uusien tekemisten parissa. Lopuksi laulamme loppulaulu, joka meillä on ”Nyt on laulut laulettu”.

## 6.1 Struktuurin merkitys

Toimintaympäristön pitäisi olla rauhallinen, viihtyisä paikka, jossa on hyvä toimia. TuohiKontin ja Jyllin Kodin yhteistoiminta tapahtuu kunkin yhteisökodin tupakeittiössä, jossa on keittiökoneita, pöytiä ja tuoleja sekä tietenkin ikkunoita. Jyllin Kodeilla olisi toimintaa varten rauhallisempiakin paikkoja, kuten esimerkiksi kerhohuone, mutta toiminta halutaan pitää yhteisökodissa, koska moni asukas on haluton lähtemään kodin ulkopuolelle. Yhteisökodissa tapahtuva toiminta mahdollistaa elämyksiä niillekin asukkaille, jotka eivät jaksu tulla tupakeittiöön. Hekin pääsevät näin osallisiksi äänistä ja tunnelmasta.

Toiminnan kannalta tärkeää on se, että kaikki ovat samalla tasolla ja että yhdessä toimiminen on mahdollista. Pienillä muutoksilla tupakeittiöstä saadaan toimiva tila, jossa kaikki näkevät ja kuulevat mahdollisimman hyvin. Tilassa olevat pöydät pystyy tarvittaessa siirtämään sivuun ja tuolit pystyy sijoittamaan ympyrämuotoon niin, että kaikilla on hyvä näkyvyys ja samalla tuolit rajaavat toimintatilan. Tärkeä asia on kodin muun toiminnan aikatauluttaminen niin, ettei toimintahetken aikana tarvitse turhaan kulkea tupakeittiön läpi esimerkiksi pesuhuoneeseen.

Toimintahetken lyhytkestoisuuden vuoksi on tärkeää, että kaikki tarvittavat välineet ovat hyvissä ajoin valmiina, ettei tarvitse käyttää toiminta-aikaa niiden etsimiseen. Myös tila kannattaa valmistella etukäteen toiminnan mukaan eli miettiä, tarvitaanko pöytiä vai pitääkö ne siirtää sivuun. Jotkut toiminnoista vaativat etukäteisvalmisteluita, joten kaikki kannattaa miettiä ja hankkia hyvissä ajoin valmiiksi. Myös ohjaajan tärkeä tehtävä on huomioida se, että lapset istuvat

ikäihmisten vieressä. Istumapaikkojen ohjaamisen avulla mahdollistetaan tutustumista ja yhteenkuuluvuuden tunnetta.

Ihannetilanteessa kodin muun toiminnan pystyisi seisauttamaan niin, ettei minkäänlaisia häiriötekijöitä olisi, vaan toimintatilanne olisi rauhallinen ja vapaa ulkopuolisista äänistä ja liikkeistä. Varsinkin äänimaailman rikastuttamisen kannalta olisi tärkeää se, etteivät ulkopuoliset äänet häiritse kuuntelua ja keskittymistä. Myös valaistukseen kannattaa kiinnittää huomiota, että kaikilla on mahdollisuus nähdä riittävän hyvin. Toiminnan kannalta ihanteellista olisi se, että joka kodista löytyisi toimintaan sopiva olohuone, jossa olisi viihtyisiä ja rauhallinen toimintaympäristö.

## 6.2 Säännöllisyyden merkitys

Toiminnan säännöllisyyden koen tärkeäksi. Kun toiminta on säännöllistä, siitä tulee luonnollinen osa kummankin talon toimintaa. Sekä lapset että muistavat ikäihmiset osaavat odottaa toimintaa. Säännöllisyys mahdollistaa toimintaan sitoutumisen sekä toiminnan suunnitelmallisuuden ja tavoitteellisuuden. Meillä toiminta tapahtuu kahden viikon välein tiistai- aamupäivisin kahdessa eri ryhmäkodissa kerrallaan. Kun toiminta on sovittu tapahtuvan säännöllisesti tietyin väliajoin, silloin muun toiminnan pystyy suunnittelemaan niin, että välttyään mahdollisilta päällekkäisyyksiltä ja peruutuksilta.

Säännöllisyyden avulla toiminnan suunnittelun ja vastuun voi sopia jaettavaksi etukäteen koko toimintakaudelle tasapuolisesti päiväkodin vastuuhenkilön ja Jyllin Kodin vastuuhenkilön välillä. Toiminnan säännöllisyyden ansiosta siihen voidaan panostaa suunnitelmallisesti ja siitä tiedottamaan hyvissä ajoin, niin että toiminta pystytään mahdollistamaan laadukkaana ja antoisana kaikille osapuolille.

Toiminnan säännöllisyyden kautta lapset tutustuvat ja rohkaistuvat lähestymään ja ottamaan kontaktia ikäihmisiin. Toiminnassa säännöllisesti mukana olleet lapset ovat selvästi rohkeampia ja avoimempia ja osaavat esimerkiksi Kyrösjärvisoudussa oma-aloitteisesti hakea itselleen parin ja menevät muutenkin luontevasti lähelle ikäihmistä.

### 6.3 Turvallisuuden huomioiminen

Turvallisuus on tärkeä asia ja siihen kuuluu osana myös hygienian huomioiminen. Tärkeää on hyvä käsihygienia niin lasten kuin ikäihmistenkkin kannalta. Pienet nuhat ja yskät eivät ole esteenä toiminnalle, kun käsihygienia on kunnossa. Lapsien ja ikäihmisten kannattaa desinfioida kätensä ennen ja jälkeen toimintahetken.

Turvallisuuteen ja turvallisuuden tunteen kokemiseen liittyy myös se, että toiminnassa on mukana niin lapsille tuttu työntekijä kuin myös ikäihmisille tuttu työntekijä. Tuttu työntekijä osaa rohkaista ja ohjata kaikkia osallistumaan ja osaa ottaa huomioon persoonallisuuserot. Arempien tai uusien lasten kohdalla rohkaisin lähestymään ikäihmistä yhdessä minun tai päiväkodin työntekijän kanssa ja varmistin sillä sen, ettei kenenkään tarvitse jännittää liikaa. Turvallisuuteen liittyy esimerkiksi mahdollisten allergioiden huomioiminen, joten siksi on tärkeää tuntea ja tietää toimintaan osallistujat.

Ikäihmisten kannalta tuttu työntekijä luo hyväksyvän ilmapiirin ja osaa ottaa heitä mukaan toimintaan voimavarojen mukaan. Toiminnassa tuttu työntekijä osaa myös kartoittaa riskit, eli katsoa mahdollisissa pareittain leikeissä sen, että ei kukaan pääse vahingossa puristamaan esimerkiksi lapsen kättä liian voimakkaasti. Tuttu työntekijä osaa myös ohjata tarvittaessa parien valinnassa niin, että jokaiselle löytyy sopiva pari.

## 7 OPPIA JA ELÄMYKSIÄ JYLLIN KODEILLA

Pidetyissä toimintahetkissä kiinnitin huomiota siihen, että kaikki läsnäolijat saivat osallistua toimintaan omien voimavarojensa mukaan sekä siihen, miten kaikki aistit tulivat huomioituiksi. Toiminnan näen arvokkaana ja tärkeänä. Toiminta tarjoaa iloa ja vaihtelua arkeen. Iloa ikäihmisille tuottaa jo lasten läsnäolo ja sen voi nähdä heidän hymystään tai katseen kirkastumisesta sekä tietenkin tyytyväisyyttä ilmaisevista kommentteista.

## 7.1 Toimintahetkien arviointia

Toimintahetkien alussa toivotin aina kaikki tervetulleeksi ja kerroin, että olemme saaneet vieraiksi Päiväkotia TuohiKontin lapset, joiden kanssa on tarkoitus tehdä yhdessä suunniteltu toiminta. Kerroin myös päivän ja kuukauden nimen sekä päivän säästä jotakin. Sitten oli vuorossa esittäytyminen eli esittelin ensin itseni ja sitten kävimme nimikierroksen. Nimikierroksessa rohkaisin jokaista vuorollaan kertomaan nimensä ja jos tilanne vaati, kerroin sen asukkaana puolesta. Nimikierroksen jälkeen alkoi varsinainen toiminta, johon virittäydyimme aiheeseen liittyvien kuvien ja keskustelun avulla. Kuvat kiersin näyttämässä jokaiselle henkilökohtaisesti ja samoin varmistin sen, että jokainen sai haistaa, maistaa, tunnustella, nähdä ja kuulla jokaisessa toimintahetkessä.

Osallisuuden varmistin omalla toiminnallani. Osallisuuden kohdalla olen tietoinen siitä, että osallisuuden todellinen tarkoitus on se, että ihminen saa osallistua toimintaan, toiminnan suunnitteluun ja toimia oman suunnitelmansa mukaan. Tällaisessa yhteistoiminnassa osallisuus jää siihen asteelle, että mielipiteitä kuullaan, mutta toiminta on etukäteen valmiiksi suunniteltua. Rauhallisella, kunnioittavalla, arvostavalla ja innostavalla asennoitumisellani huomioin jokaisen osallistujan henkilökohtaisesti sekä kannustin ja rohkaisin jokaista osallistumaan. Työkokemukseni kautta osaan lähestyä luontevasti sekä lapsia että ikäihmisiä ja luoda heihin luottamuksellisen suhteen. Osaan ottaa huomioon persoonallisuuserot sekä innostaa osallistumaan. Toimintojen ohjeistuksessa huomioin erilaisia tapoja osallistua ja erilaisten ohjeiden avulla halusin varmistaa kaikkien mahdollisuuden osallistua toimintavajeista huolimatta. Tarvittaessa ohjasin ihan kädestä pitäen toiminnoissa. Myös mielipiteiden ja ajatusten esille tuomiseen annoin mahdollisuuden. Toimintahetkissä esitin avoimia kysymyksiä, joiden kautta sain aikaan keskustelua aiheesta. Tarvittaessa niiden osallistujien kohdalla, joilla itsensä ilmaiseminen sanallisesti on huonoa, esitin myös johdattelevia tai vaihtoehtoja antavia kysymyksiä, jolloin sain myös heidän näkemyksensä esille.

Toimintahetkiin olen yrittänyt huomioida myös sen, että niissä tulisi fyysinen kontakti lapsen ja ikäihmisen välillä. Kontaktinottoa varten ohjasin lapset toiminnassa istumaan ikäihmisten viereen ja huolehdin siitä, että istumajärjestys

mahdollistaa luonnollisen yhdessäolon ja tarjoaa luonnollisen yhdessäolon. Myös laulujen valinnoissa huomioin sen, että ne antavat tilaisuuden kontaktiin. Esimerkiksi ”Liinalaulu” tai ”Kaksi on paatissa soutajaa” tarjoaa mahdollisuuden kosketukseen ja tekee kosketuksen luonnolliseksi.

Toimintahetkissä on tärkeää, että se mahdollistaa myös keskustelun ja niissä niin sanotusti sana on vapaa. Jos lapsella tai ikäihmisellä oli jotakin kerrottavaa, niin häntä kuunnellaan. Myös toiveet esimerkiksi laulujen suhteen otin huomioon. Itselläni on vuosien varrella kertynyt todella hyvä sisäinen lauluvarasto, joten uskallan hyvin kysyä toiveita. Toimintahetki lopetettiin aina yhteisestä hetkestä kiittämiseen ja seuraavan kerran odotukseen.

### 7.1.1 Laskiaistapahtuma

Jo ennen Aistien- hankkeen koulutusta halusin järjestää lapsille ja ikäihmisille yhteisen laskiaistapahtuman Jyllin Kodin pihassa. Ajattelin, että tapahtumassa lapset voisivat laskea mäkeä ja ikäihmiset ulkoilla hoitajien avustuksella ja samalla katsella ja kuunnella lasten riemua, syödä grillimakkaraa ja juoda lämmintä mehua sekä muistella laskiaisen viettoa ennen vanhaan. Ilma oli talvisen kaunis ja luminen, makkarat kuumia ja tuoksuvia sekä mehu lämmintä ja makeaa, mutta laskiaistapahtuman osallistujamäärä oli todella vähäinen. Lapsia oli kyllä hyvin liikkeellä päiväkodin työntekijöiden kanssa, kun koko päiväkodin väki saapui paikalle, mutta omaa Jyllin Kodin väkeä paikalla oli aivan liian vähän.

Olin tiedottanut tapahtumasta ajoissa, mutta hyvästä ilmasta huolimatta tapahtuma ei houkuttanut osallistujia. Grillimakkarat kyllä kelpasivat ja niitä työntekijöiden toimesta grillistä haettiin, mutta varsinaisessa tapahtumassa kävi vain noin 10 asukasta sekä muutama kuntoutuja. Jälkikäteen kysyin syytä huonoon osallistumiseen ja selitykseksi sain sen, että ei löytynyt tarpeeksi lämpimiä vaatteita kaikilta työntekijöiltä tai asukkailta. Itse koin osallistumattomuuden arvostuksen puutteena. Suhtautuminen viriketoimintaan vaihtelee paljon eri työntekijöiden kesken ja sen tärkeyttä tai merkitystä ei tiedosteta. Ihminen on kuitenkin kokonaisuus, jolloin myös psykososiaalinen hyvinvointi on merkityksellistä.



### 7.1.2 Villan huovutus

Ensimmäinen kaikki aistit huomioiva toimintahetki oli huhtikuussa vetämäni villan huovutus (kuva 2), jossa mäntysaippuan avulla huovutimme villaa. Siinä toteutui itse tekemisessä jo hyvin eri aistien mukana olo, kun huovutusvillat olivat värikkäitä, sinisiä, punaisia, oransseja ja vihreitä. Ne tuntuivat pehmeiltä ja lämpöisiltä, huovuttamisessa käytetty mäntysaippua tuoksui ja huovuttamisessa tarvittu vesi antoi oman äänensä. Makuaistia itse tekemisessä ei tullut, joten sen stimuloimiseksi tarjosin toiminnan lopuksi perinteiset Pohjanmaa- pastillit, joita myös körttipastilleiksi kutsutaan.

Varsinaiseen toimintaan eivät kaikki Jyllin Kodin asukkaat halunneet tekemällä osallistua, mutta he olivat mukana katselemassa ja muistelemassa. Jokainen kuitenkin sai katsoa, koskettaa ja haistaa huovutettavaa villaa. Eräs 85-vuotias nainen totesi ennen vanhaan niin paljon huovuttaneensa, ettei enää viitsi käsiänsä kastella. Huovutuksen ja mäntysuovan tuoksun kautta muistelimme matonpesua ja vaatteiden pesua ennen vanhaan. Puhuimme siitä, miten ennen ei ollut pyykkikoneita, vaan pyykkiä pestiin isoja määriä kerrallaan käsin esimerkiksi järvessä. Mattoja ei viety pesulaan vaan matot pestiin järvessä tai joessa mäntysuovan ja juuriharjan avulla. Märän villan tuntu ja tuoksu herätti muistikuvia huovutetun villan tärkeydestä, kun huovutuksen kautta muisteltiin mm. huopikkaita. Huopikkaat olivat myös monelle lapselle tuttuja ja siitä virisi keskustelu aina tallukkaihin asti. Toivon kodilla oli myös aito rukki, jonka avulla myös villan kehräämistä muisteltiin.

Toimintahetki oli onnistunut ja sen konkretisoi osallistujien aktiivinen osallistuminen niin tekemiseen kuin keskusteluun. Niin ikäihmiset kuin lapsetkin olivat tyytyväisiä toimintahetkeen, minkä havaitsi heidän iloisista ilmeistään ja kommentistaan.



*Kuva 2. Villan huovutuksessa tekemisen riemu oli pääasia.*

### 7.1.3 Istutus

Toukokuussa istutimme tilliä ja persiljaa. Istutusaiheisia toimintahetkiä vedin kahdessa eri yhteisökodissa. Toiminnassa mukana oli istuttamista varten multaa ja siemeniä sekä kaupasta ostetut syötäväksi valmiit ruukkupersilja ja –tilli, joita katseltiin, tunnistettiin, tunnusteltiin, haisteltiin ja maisteltiin. Toukokuuhun sopi mukaan Jyllin Kotien lähimaastosta poimimani valkovuokot, jotka konkretisoivat kevättä. Varsinaisena toimintana oli istuttaminen, joten mustan mullan tuntu ja tuoksu tulivat myös koetuksi. Istutimme sekä tilliä että persiljaa viilipurkkeihin ja istuttamisen lomassa keskustelimme siitä, miten kasvit tarvitsevat sopivasti auringon valoa, ilmaa ja vettä kasvaakseen. Puhuimme myös toukotöistä, eli siitä miten toukokuu on kylvämisen ja istuttamisen aikaa.

Toimintaan osallistui hyvin ensimmäisessä toimintahetkessä koko väki ja kaikki saivat samalla myös muistella kevätaikaa ja istuttamista. Niin lapsilla kuin ikäihmisilläkin oli kokemuksia istuttamisesta ja samalla puhuttiin mm. kasvipenkkiä tekemisestä. Kaikki olivat mukana niin tekemällä kuin kokemalla ja toimintahetki oli onnistunut.

Toisessa yhteisökodissa osa asukkaista oli sellaisessa vireystilassa, ettei ohjattunakaan toiminta heiltä luonnistunut, joten toiminta oli lähinnä lasten osallistumisen varassa. Kaikkia kuitenkin yritin ottaa mukaan toimintahetkeen makujen ja hajujen avulla. Yritin tarjota kaikille mahdollisuuden katsoa, koskettaa, haistaa ja maistaa, mutta muutama asukas oli niin sikeässä unessa, että en houkutellenkaan saanut heitä havahtumaan. Edes lasten läsnäolo ei vaikuttanut millään tavoin uneliaisuuteen. Ne, jotka toimintaan osallistuivat, olivat tyytyväisiä ja innolla mukana.

Toimintahetkien jälkeen huomasin, että toiminnan suunnittelusta puuttui kokonaan äänimaailma, laulettuja lauluja lukuun ottamatta. Muuten toimintahetki sisällöltään oli mielestäni onnistunut ja tarjosi onnistuneen elämyksen. Ääniksi toimintahetkeen olisi sopinut hyvin puron solina, kesäinen linnunlaulu tai vaikkapa traktorin ääni.

#### 7.1.4 Päiväkodin kevätjuhla

Keväällä päiväkodin johtaja kysyi mahdollisuutta viettää päiväkodin kevätjuhlaa Jyllin Kodeilla. Ajatuksena oli se, että myös lasten vanhemmilla on mahdollisuus nähdä, missä ja keiden kanssa lapset ovat, kun he kertovat käyneensä Jyllillä. Niinpä perjantai-iltana toukokuun lopussa päiväkotiti TuohiKontin kevätjuhla pidettiin Jyllin Kodin lounasravintolassa.

Osallistujia oli todella mukavasti sekä päiväkodin lapsia että vanhempia. Myös Jyllin Kodin asukkaita oli hyvin mukana ja he nauttivat suunnattomasti juhlasta ja lasten esityksistä. Lounasravintolan koristeluun vastasivat päiväkodin työntekijät. Lapset olivat päiväkodissa valmistaneet koristeluun erilaisia askarteluja mm. paperista tehtyjä koristeketjuja. Ohjelma oli suunniteltu niin, että ensin oli pienten esitykset ja sitten isompien päiväkotilasten. Juhlassa oli mukana esikoululaisten kukitus, joten ruusutkin tuoksuiivat.

Jyllin Kodin asukkaita he ottivat mukaan lauluihin jakamalla rytmisoittimia ja juhlan loppupuolella laulettiin pariin kertaan Kyrösjärvi-soutu eli Kaksi on paatissa soutajaa-laulu, jossa lapset hakivat rohkeasti itselleen soutuparin Jyllin Kodin

asukkaista. Juhlan teemana ei varsinaisesti ollut moniaistillisuus, mutta aistit tulivat silti eri tavoin huomioiduksi, kun mukana oli paljon nähtävää, kuultavaa ja tuntoaistikin tuli kosketuksen myötä huomioiduksi. Makuaistin huomioimiseksi juhlan loppuksi syötiin jäätelöt.

#### 7.1.5 Kesäiset lauluhetket

Kesän aikana vietimme yhdessä kesäisiä musiikkihetkiä Jyllin Kodin sisäpihalla. Luluhetket olivat TuohiKontin työntekijän suunnittelema, joten itse olin mukana huomioimassa, että kaikki aistit tulevat huomioiduksi. Lululeikit olivat osittain outoja niin lapsille kuin ikäihmisillekin, mutta kitaran säestyksellä tunnelma oli silti mukavan leppoisa. Osallisuus jäi hyvin suppeaksi ikäihmisten osalta, koska laulut olivat outoja ja toiminta oli enemmänkin lapsille suunnattu. Ilma oli jokaisella kerralla ihanan kesäinen ja saimme yhdessä nauttia kesästä ja kesäisistä perinnelauluista ja perinteeksi muodostuneesta Kyrösjärvi-soudusta (Kaksi on paatissa soutajaa) sekä haistella kesän tuoksua ja tuntea kesän lämpöä ja vilvoittavaa, lempeää kesätuulta. Aistielämyksen täydensin kesäisillä mauilla, kun hain tarjolle mansikoita tai jäätelöä.

#### 7.1.6 Kesän muistot

Elokuussa oli vuorossa kesän muistoja sisältävien kuvakollaasien teko (kuva 3 ja 4), joka oli lähes kaikille osallistujille mieluinen. Vedin neljässä eri yhteisökodissa saman sisältöisen tuokion, joskin lopputuloksesta tuli luonnollisesti aina erilainen. Kesäiseen tunnelmaan johdattelin kesäisten luontokuvien sekä koivun ja mustaherukkapensaans oksien avulla. Kuvia kiersin näyttämässä jokaiselle erikseen ja johdattelin niiden avulla kesän tunnelmaan. Mustaherukkapensaans oksilla oli marjoja, joita osa myös maistoi. Taustalla soi lintujen laulua cd:ltä ja jokainen osallistuja sai vuorollaan koskettaa ja tuoksutella oksia. Johdattelin aiheeseen kyselemällä mieluisia kesäisiä tekemisiä ja sitä, mikä kesässä on parasta.



*Kuva 3. Kuvien valitseminen ja koivunoksan tutkiminen oli tarkkaa työtä*

Pöydälle levitin runsaasti lehdistä leikkaamiani värikkäitä, kesäisiä kuvia, joista jokainen sai valita kaksi haluamaansa kuvaa, jotka myös herättivät heissä kesän muistoja. Kuvia olin leikannut valmiiksi eri lehdistä ja valinnan varaa oli paljon. Kuvia olin valinnut paljon luontoon ja kesäisiin maisemiin liittyen, mutta mukana oli myös kuvia saunasta, veneistä, erilaisista kesän herkuista, marjoista, hedelmistä ja jäätelöstä. Kuvat valittuaan jokainen vuorollaan antoi kuvat minulle ja minä liimasin ne kartongille.

Kesän tunnelmaan liittyen kaikki saivat maistaa mustikkaa ja nauttia kesän mausta. Kuvakollaaseista tuli värikkäitä ja ne herättivät paljon keskustelua kesästä ja mieluisista tekemisistä. Lapset kertoivat kesän aikana tekemistään kesälomareissuista, huvipuistoissa käynneistään, uimisesta ja kesäleikeistään. Ikäihmiset kertoivat ennen tehneensä paljon pihatöitä, hoitaneensa kasvimaata ja nauttineensa luonnosta. He muistelivat myös kalastamista, uimista ja saunomista.



Kuva 4. Värikäs, kesäinen kuvakollaasi koristaa Toivon kodin tupakeittiön seinää

Kesän makuina mansikka oli mieluisin, mutta myös mustikka, uudet perunat ja makkara saivat kannatusta. Eräs nainen kertoi kesässä parasta olleen sen, kun sai olla paljain varpain, istua laiturin reunalla ja kastella varpaansa vilvoittavaan veteen.

Tuokion lopuksi lauloimme ja leikimme kahteen kertaan ”Kyrösjärvi- soudun” pareittain soutaen, pareja välillä vaihtaen sekä loppulaulun. Toimintaan olin todella tyytyväinen sekä myös lopputuloksiin, jotka pääsivät koristamaan yhteisökotien seiniä ja näin tuomaan iloa vielä jälkikäteenkin. Osallisuus toteutui toiminnassa hyvin ja se innosti vuorovaikutukseen ja muisteluun.

Yhdessä yhteisökodissa ikäihmisten osuus jäi vain kolmen asukkaan sekä yhden omaisen osallistumiseen. Samassa kodissa jo toukokuussa osallistuminen oli todella vähäistä asukkaiden vireystilan vuoksi. Jo silloin mietin, kannattaako toimintahetkeä pitää siellä, kun he eivät jaksakaan siinä olla mukana osallisina. Niinpä elokuun jälkeen ehdotin, että tämän kodin asukkaista ne, jotka haluavat toimintaan osallistua, voivat tulla toiseen kotiin mukaan toimintaan. Koin, että niin itselleni kuin lapsillekin on mukavampi, kun toiminnassa on mukana ne asukkaat, jotka jaksavat ja haluavat osallistua.

### 7.1.7 Syksyn värit- maalaus

Syyskuussa vuorossa oli päiväkodin vetovuorolla pidetty syksyinen ruska- teema (kuva 5). Itse olin toiminnassa mukana lähinnä rohkaisemassa jokaista osallistumaan ja osaltani olin myös varmistamassa luonnon mukanaolon. Mukaan olin hakenut pihlajan oksia, joissa oli punaisia pihlajanmarjoja. Myös päiväkodin väki toi kasan erivärisiä vaahteran lehtiä, joita katseltiin, tunnusteltiin ja yksi asukas maistoikin vaahteranlehteä. Sitten oli vuorossa vesivärimaalauksen teko ja paperit kiinnitettiin jokaisen eteen maalarinteipin avulla.

Aluksi moni asukas epäroö osaamistaan, mutta rohkaistuna lopulta kaikki maalasivat jotakin. Kaikista meistä löytyy pieni taiteilija, kunhan vaan uskaltaa yrittää. Töistä tuli värikkäitä ja hyvin erilaisia. Maalaamisen jälkeen haistelimme ja maistelimme teelusikalliset hunajaa sekä katselimme ja ihastelimme valmiita töitä. Lopuksi oli vuorossa kosketuksen tarjoava Kyrösjärvi- soutu. Toimintahetki päättyi tutuksi tulleeseen loppulauluun ja seuraavan kerran odotukseen.



*Kuva 5. Värikkäät lehdet ja lasten läsnäolo vapauttivat sisäiset taitelijat maalaamaan.*

### 7.1.8 Syksyn tuulet

Lokakuussa kahdessa eri yhteisökodissa saman sisältöisen ”Syksyn tuulet”-liikuntahetken jumppavarjon avulla. Toiminnan luonteen vuoksi kaikki istuivat isossa piirissä. Ensin katselimme kuvia, joista havainnoimme luonnon muuttumisista kesästä syksyyn. Mukana oli neljä erilaista vanhoista kalentereista leikattua kuvaa, jotka todensivat luonnon muuttumisen kesästä syksyyn. Kiersin kuvien kanssa jokaisen osallistujan luona varmistaen, että kaikilla on mahdollisuus nähdä kuvat.

Ensin oli kuva kauniista pihlajapuusta, jossa oli iloisen punaisia pihlajanmarjoja, ruoho vihreää ja puun lehdet vielä vihreitä. Toisena oli kuva Ikaalisissa sijaitsevasta vanhasta Keltaisesta koulusta, jonka pihapuiden lehdet olivat saaneet jo kauniin syksyisen värin. Kolmas kuva oli isosta, upeasta vaahterasta, jossa oli värikkäitä lehtiä ja luonto oli muuttunut syksyiseksi. Neljännessä kuvassa oli kuvattu Ikaalisissa olevasta syksyisestä puistosta käsin kaupungintaloa ja kuvassa lehtiä oli paljon pudonneena puista ja ruohokin lakastunut. Lapset ja osa Jyllin asukkaista tunnistivat puut ja myös keltaisen koulun, jonka ohi olivat kävelleet Jyllin Kodeille tullessaan. Ison vaahteran moni koki myös nähneensä, vaikkakin kuva oli todennäköisesti otettu Akaassa sijaitsevasta vaahterasta. Viimeistä kuvaa he eivät tutuksi paikaksi tunnistaneet, mutta pyysin lapsia katsomaan takaisin päiväkotiin menessään tarkasti ympärilleen, koska kuvassa olevan kaupungintalon ohi he puiston läpi kävelevät.

Kuvien katselun jälkeen puhuimme luonnon muutoksista ja siitä, miten syksyn tuulet irrottavat lehdet puista. Olin poiminut mukaan myös nipun sateesta märkiä keltaisia vaahteranlehtiä ja punaisia marja-aronian lehtiä. Lehdet laitoin kiertämään niin, että kaikki saivat tunnustella niitä. Itse kiersin ravistamassa märkiä lehtiä jokaisen kohdalla niin, että tuli pieni sateen tuntu. Sen jälkeen otimme varjon ja katselimme ja tunnustelimme sitä ja sitten aloimme tehdä ja tunnustella tuulta. Toispuolishalvaantuneille asukkaille asetin varjossa olevan lenkin toimintakykyiseen käteen, varmistaakseni kaikkien osallistumisen. Kaikki olivat hyvin mukana varjon heilutuksessa. Heilutimme ensin hiljaa ja sitten kovaa. Lisäsin mukaan värikkään pallon ja annoin ohjeeksi pitää huolta siitä, ettei pallo pääse putoamaan, vaan tarkoitus on varjon avulla pitää pallo liikkeellä. Yksi asukas otti pallon aina käteensä



ja heitti sen jollekin lapselle, mutta siitä ei kukaan häiriintynyt, vaan se sallittiin. Lopuksi kokeilimme varjon avulla lennättää lehtiä ja lehdet lensivätkin hyvin.

Lopuksi mietimme sitä, miten kynttilä tuo syksyn pimeyteen hienon elämyksen. Samalla lapset saivat kuulla sen, että ennen ei ollut sähköjä, vaan kynttilä oli ainoa valonlähde. Minulla oli kaksi punaista led-kynttilää, jotka sytytin palamaan varjon keskelle ja lapset istuutuvat kynttilöiden ympärille. Sammutin tunnelman lisäämiseksi sähkövalot ja laitoin soimaan Vivaldin vuodenajat. Katselimme kynttilöitä ja sitten nautimme lasilliset mehua. Toisessa yhteisökodissa lapset halusivat kokeilla varjon alla olemista, joten he olivat hetken varjon alla ”telttailmassa”. Lopuksi lauloimme loppulaulun. Toiminta oli onnistunut ja sen saattoi havaita heidän nauravista silmistään ja aktiivisesta osallistumisesta. Kaikki olivat osallisina toiminnassa, niin tekemällä kuin kokemallakin.

## 8 MONIAISTISUUS TOIMINNAN RIKASTUTTAJANA

### 8.1 Moniaistillisuus toimintahetkissä

Moniaistillisiä tuokioita suunnitellessani lähdin miettimään ja käyttämään hyödyksi joulun tunnelmaa ja aistillisuutta, asian selkiyttämiseksi itselleni. Joulun perinteisesti sellainen juhla, joka stimuloi kaikkia aistejamme. Joulun arjesta poikkeavan tunnelman tarjoavat niin selkeästi jouluun kuuluvat eri maut, tuoksut, erilaiset pehmeät, lämpimät materiaalit, kuusi, värit, kiiltävät pallot tai koristeet ja kynttilät sekä joululaulut. Joulussa on paljon nähtävää, kuultavaa, maistettavaa, haistettavaa ja tunnusteltavaa. Joulun elämyksiä täynnä. Joulun ajan toiminnoissa moniaistisuus on helppo ottaa huomioon ja niinpä joulun vieton elämyksellisyyden pohjalta lähdin suunnittelemaan aistielämyksiä tarjoavia toimintoja.

Toimintahetkien suunnittelussa kiinnitin huomiota siihen, että suunniteltu toiminta olisi sellaista, johon kaikki voisivat osallistua omien voimavarojensa mukaan sekä siihen, että kaikki aistit tulevat huomioituiksi. Aistien- menetelmässä apuna käytetään teknologiaa eli mm. videotykkeitä, mutta toimintahetkien lyhyen aikataulun

vuoksi itse en kokenut sitä tarpeelliseksi, vaan mukana olevat kuvat olivat ihan perinteisiä paperikuvia. Kuvien käytön avulla näköaistin kautta voi rikastuttaa toimintaa ja herättää mieli- ja muistikuvia. Kuvia olen leikannut paljon eri lehdistä tai vanhoista kalentereista. Kalenterikuvat itse olen havainnut hyviksi, koska ne ovat riittävän isoja ja selkeitä. Käyttämäni kuvat valitsin toimintahetken aiheeseen tai vuodenaikaan sopivaksi. Myös vertailussa tai luonnossa tapahtuneen muutoksen huomioimisessa kuvat ovat hyvänä apuna.

Äänimaailman rikastuttamiseksi olen käyttänyt cd-soitinta, koska siihen löytyy paljon valmiita cd-levyjä tai netistä voi ladata eri ääniä esimerkiksi Papunetistä. Musiikkihetkissä eri soittimien tai kehonsoittimien käytön avulla voi helposti rikastuttaa äänimaailmaa. Tuntoaistin huomioiminen on tapahtunut joko kosketuksen tai tunnustelun avulla. Haju- ja makuaistin mukaan otto oli haastavinta ja kaikkiin toimintahetkiin en ole saanut niitä niin luonnollisesti sopimaan aiheeseen, vaan olen joutunut ottamaan ne vähän kuin väkisin mukaan toimintaan. Hajuaistia stimuloiviksi olen käyttänyt luonnosta löytyviä tuoksuja, kuten mustaherukkapensaas tai koivun oksia, mausteita, mäntysaippuaa, tervaa tai sitten eri tuoksukynttilöitä. Makuina ovat olleet mm. marjat, hedelmät, kasvikset, hunaja, mausteet tai pastillit.

## 8.2 Moniaistisuuden hyödyt

Opinnäytetyöni tavoitteena oli havainnoida sitä, miten moniaistisuuden keinoin voidaan rikastuttaa toimintaa. Moniaistisuuden mukaanotto on laittanut itseni havainnoimaan ja miettimään etenkin tuoksujen ja makujen osalta eritavalla luontoa ja sen tarjoamia tuoksu- tai makuelämyksiä. Luonnosta löytyy erilaisia makuja helposti, mutta myös tuoksuja löytyy, kun vaan kykenee niitä aistimaan.

Lapset aistivat luontaisesti ympäristöönsä joka aistilla, mutta kiireisen elämänmenon myötä luontainen ihmettely jää aikuisena unholaan. Aisteja voi kuitenkin herätellä ja saada uudelleen kokeilemalla aistit valpastumaan. Aisteja on hyödynnetty oppimisen tukemisessa ja muun muassa Montessori-pedagogiikassa ja Reggio-Emilia -

pedagogiikassa niiden osuus korostuu oppimisen välineenä. Itse uskon, että tässä toiminnassa koetut asiat jäävät hyvin mieleen, kun kaikki aistit ovat mukana.

Luonto tarjoaa kaikkien aistien huomioimiseen monia mahdollisuuksia. Luontoon meneminen ja siellä toimiminen olisi itsessään moniaistista toimintaa, mutta toiminnan tapahtuessa sisätiloissa luonto pitää tuoda niin sanotusti tarjottimella. Luonnon moninaisuutta voi sisälläkin ihastella ja ihmetellä tunnustelemalla, katselemalla, kuuntelemalla, haistelemalla ja maistelemalla. Luonnon materiaalien hyödyntäminen jäi toiminnoissa vielä hyvin suppeaksi, mutta vähäisistäkin kokemuksista jäi hyvä tuntu ja se innostaa lisäämään luonnon mukaan ottamista tulevaisuudessa.

Moniaistisuuden huomioivalla toiminnalla pystytään lisäämään kaikkien osallisuutta ja osallistumista. Aistien huomioimisen avulla pystyy varmistamaan sen, että jokainen pääsee ainakin aistiensa avulla osalliseksi toiminnasta, jos ikäihmisen toimintakyky estää konkreettiseen tekemiseen osallistumisen. Jos esimerkiksi kädet eivät toimi, voi kuitenkin aistia ja kokea yhdessä olon riemua. Aistielämysten kautta toiminta tarjoaa oikeasti erilaisia elämyksiä ja yhdessä kokemisen hetkiä.

Lasten läsnäolo ja moniaistillisuus herättää muistoja, joiden avulla mieleen palautuu monella lapsuudessa opittuja loruja tai lauluja. Toiminnassa on tarkoituksena antaa kaikille mahdollisuus osallistua ja sen myötä lapset ovat kuulleet erilaisia vanhoja arvoituksia tai runoja. ”*Hinnin tinnin, jännin jönnin, jyrkät polvet, väärät sääret, harmaa hamonen päällä. Mikä se on? – Hyttynen.* Tämä ja monia muita on toiminnan kautta tullut kuulluksi.

Moniaistisuuden mukaan ottamisen myötä olen kerännyt paljon kuvamateriaalia ja saanut työkaverinikin osallistumaan kuvatalkoisiin. Olen saanut paljon vanhoja kuvakalentereita, joita olen pystynyt ja pystyn jatkossakin hyödyntämään toimintahetkissä. Moniaistisuus rikastuttaa toimintaa ja antaa uudenlaisia elämyksiä ja mahdollistaa oppimista. Ikäihmisen virkistyminen elämysten kautta on tärkeää ja se antaa hänelle hyödyllisyyden kokemuksen ja lisää omaa arvostustaan.

Moniaistisuus ja elämykset avaavat aisteja ja tarjoavat mahdollisuuden muistojen heräämiseen ja toisaalta taas ne tukevat uuden oppimista. Kun kaikki aistit ovat mukana toiminnassa, toiminta on niin kokonaisvaltaista, että sen tuntee ja kokee joka solulla. Toimintoja on paljon myös taltioitu kuvin niin päiväkodin kuin Jyllin Kodin työntekijöiden avustuksella ja näitä kuvia on hyödynnetty päiväkodissa ja eri ryhmäkodeissa seiniä elävöittämään ja samalla palauttamaan mieleen koettuja yhdessäolon hetkiä. Itselleni moniaistisuuden huomiointi on antanut uusia näkökulmia ja kokemuksia sekä lisännyt osaamistani erilaisten elämysten suunnitteluun ja toteutukseen.

Moniaistisuus on soveltunut toimintaan hyvin ja sen avulla on ollut helppo ottaa kaikki osallistujat osallisiksi toimintaan. Kaikilla on mahdollisuus jokaisessa toimintahetkessä nähdä, kuulla, tuntea tai tunnustella sekä haistaa ja maistaa. Sen omalla toiminnallani varmistin kaikissa toimintahetkissä.

### 8.3 Työn tuloksena Oppia ja elämyksiä- toimintasuunnitelma

Tavoitteenani oli kehittää sellainen toimintasuunnitelma, jossa mahdollistuu osallisuus, elämyksellisyys ja oppiminen. Toiminnassa ohjataan kaikkia osallistumaan omien voimavarojensa mukaan. Aistielämysten ja luonnon mukaanotto toimintaan mahdollistaa sen, että jokainen osallistuja pääsee osalliseksi toiminnasta aistiensa avulla, vaikka fyysinen toimintakyky olisi mennyt. Toimintasuunnitelmassa tärkeää on se, että aina jää tilaa myös vuorovaikutukselle ja keskustelulle.

Toimintasuunnitelmavihko sisältää valmiit toimintasuunnitelmat koko vuodelle. Toimintoihin olen kirjannut yksinkertaiset tavoitteet, toiminnassa tarvittavat materiaalit ja toiminnan sisällön. Toimintasuunnitelmissa kaikissa toiminnoissa ohjaajan perustehtävä on rohkaista ja innostaa yhdessä tekemiseen ja kokemiseen erilaisten elämyksellisten toimintojen keinoin. Toimintasuunnitelmat olen pyrkinyt tekemään vaihteleviksi sisällyttäen niihin toimintoja esim. musiikin, liikunnan ja kädentaitojen osa-alueilta. Toimintasuunnitelmien toiminnoissa olen käyttänyt hyväksi aikaisempaa kokemustani sekä sosionomiopintojen kautta saamiani käyttökelpoisia ideoita esimerkiksi kädentaitojen osalta.

Suunnittelemiini toimintahetkiin valitsin sellaiset tekemiset, että ne mahdollistavat kaikkien osallisuuden kokemisen. Suunnitelmissa olen miettinyt myös aistien huomioimisen sekä mahdollisesti luonnon mukaan ottamisen. Kaikkien toimintahetkien yhteisenä tavoitteena on tukea ikäihmisten psyykkistä, fyysistä ja sosiaalista toimintakykyä, mahdollistaa muistisairaana muistelua ja yhdessä toimimisen kautta antaa ikäihmisille mahdollisuus jakaa arvokasta perinnetietoutta lapsille. Lapsille toiminta tarjoaa erilaista oppimisympäristöjä ja mahdollisuuden saada perinnetietoutta. Toiminnan kautta heillä on mahdollisuus tutustua laitoksessa asuviin ikäihmisiin ja oppia hyväksymään erilaisuutta.

Toimintasuunnitelmavihko antaa yhden mallin erilaisista toiminnoista koko vuoden ajalle. Vetäjän tärkein tehtävä on olla innostava ja luottaa ihmisen kykyyn toimia ja osallistua. Jokainen kuitenkin tekee työtä omalla persoonallaan ja siksi suunnitelma jättää vetäjälle mahdollisuuden toimia omalla tavallaan ja muokata sitä mieleisekseen. Toimintasuunnitelmavihon avulla haluan tarjota ideoita ja rohkaista kokeilemaan niitä käytännössä. Toimintojen tarkoituksena on tarjota elämyksiä ja rikastuttaa arkipäivää.

## 9 POHDINTA

Omassa opinnäytetyössäni alkuperäinen tarkoitukseni oli luoda yhteisöllisyyteen ja osallisuuteen tähtäävä toimintasuunnitelma lasten ja ikäihmisten yhteistoimintaan. Alkuperäinen suunnitelmani toiminnan tavoitteista muuttui jonkin verran matkan varrella ja toi uusia haasteita. Lukiessani teoriaa yhteisöllisyydestä totesin, että yhteisöllisyyttä ei tällaisessa toiminnassa pääse syntymään, koska lapset saattavat vaihtua, toiminta tapahtuu kussakin yhteisökodissa neljän viikon välein ja myös monella ikäihmisellä oleva muistisairaus on esteenä yhteisöllisyyden kehittymiselle.

Olen vuosia toiminut Jyllin Kodeilla virikevastaan tehtävässä ja saanut tehdä ja toteuttaa erilaisia toimintakykyä tukevia toimintahetkiä. Näen äärettömän tärkeänä ja merkityksellisenä sen, että ihmisellä on mahdollisuus toimia ja osallistua. Mielekäs

toiminta vaikuttaa mielialaan ja sitä kautta jaksamiseen. Ihminen on kokonaisuus, jonka hyvinvointiin vaikuttaa niin psyykkinen, fyysinen kuin sosiaalinenkin osa-alue ja siksi näen virikkeellisyyden tärkeäksi työmuodoksi. Lasten kanssa yhdessä toimiminen virkistää, motivoi ja antaa iloa elämään.

Työmuoto on sosiokulttuurista innostamista, jossa toiminta viedään laitoksessa asuvan ikäihmisen saataville, ja jonka avulla vaikutetaan asenteisiin. Lapset ovat toiminnan kautta tottuneet erilaisuuteen, eivätkä enää yhtään ihmettele ikäihmisillä olevia pyörätuoleja tai rollaattoreita. He ovat myös oppineet huomaamaan sen, että jollakin voi sairauden myötä tulla jotakin pakkoliikkeitä tai pakonomaisia ääniä, mutta silti he ovat yhtä tärkeitä toiminnan osallistujia. Säännöllisyyden ja tutustumisen myötä lapset uskaltavat rohkeasti lähestyä erilaisia ikäihmisiä ja ottaa heihin kontaktia. Toivon työni kautta saavani myös muutosta joidenkin työntekijöiden vähättelevään asennoitumiseen virikkeellisyyttä kohtaan. Toiminnalla haluan tuoda esiin ja tietoisuuteen myös omaa näkemystäni jokaisen oikeudesta osallistua ja toimia voimavaroiltaan.

Sosiokulttuurisen innostajan ominaisuudet tunnistan itsestäni. Omalla persoonallani ja avoimella suhtautumisellani ihmisiin pystyn innostamaan, kannustamaan ja motivoimaan monenlaiseen tekemiseen. Haluan tukea, rohkaista ja antaa mahdollisuuden toimia, löytää ja käyttää omia voimavarojaan ja luovuuttaan. Pitkän työ- ja elämäkokemukseni ansiosta osaan lähestyä erilaisia ihmisiä, suhtautua heihin arvostavasti ja luoda luottamuksellisen suhteen niin lapsiin kuin ikäihmisiin. Minulla on virikevastaavuuden myötä hyvä perinnetietous, jonka avulla voin johdatella muisteluun ja rohkaista kertomaan menneistä ja entisajan tavoista. Osaan organisoida toimintaa, mutta toimia tarpeen vaatiessa myös spontaanisti. Jos joku suunnittelemani toiminta ei innostaisikaan, työkokemuksen tarjoamien kokemusten myötä pystyn muuttamaan toimintaa tilanteen mukaan.

Osallisuuden ja osallistumisen näen itse tärkeäksi ja jo perustyössäni haluan antaa kaikille mahdollisuuden osallisuuteen. Osallisuus on sosiaalialan työssä tärkeä termi ja se kattaa koko sosiaalialan työkentän. Toiminnan suunnitteluissa pyrin huomioimaan sen, että kaikki voivat osallistua voimavaroiltaan toimintaan ja omalla toiminnallani varmistin kaikkien osallisuuden. Osallisuuden pitäisi mielestäni

näkyä kaikkien ihmisiä hoitavien henkilöiden toimintatavoissa. Se ei ole vain yksilön tai yhteisön tunne osallisuudesta, vaan sen tulee näkyä konkreettisina tekoina. Mielipiteitä kysytään, niille annetaan arvoa ja asioita viedään niiden perusteella mahdollisuuksien mukaan eteenpäin. Osallisuus on yhteistä dialogista keskustelua, suunnittelua, yhteistä toimintaa ja yhdessäoloa. Voimavarojensa mukaan jokainen saa tuntea olevansa osallinen ja tärkeä juuri sellaisenaan kuin on. Jokaisella tulee olla oikeus päättää itseään koskevista asioista ja tehdä valintoja mahdollisuuksien mukaan. Mielestäni vain tietyt perushoitoon kuuluvat asiat ovat sellaisia, joita ei voi jättää tekemättä siksi, että toinen ei halua.

Osallisuutta lisätäkseni tai varmistaakseni olen tutustunut asukkaiden taustatietoihin. Koen tärkeäksi tietää etenkin muistisairaasta mahdollisimman paljon, voidakseni johdatella muistelemaan tai osallistaa häntä toiminnassa. Virikevastaavuuteni ansiosta tunnen Jyllin Kodin asukkaat hyvin ja olen saanut luotua heihin luottamuksellisen suhteen. Opintovapaani aikana sain myös mahdollisuuden tutustua Päiväkoti TuohiKontin lapsiin, henkilökuntaan ja toimintaan antaessani varhaiskasvatuksen näytön siellä. Koen, että se on helpottanut yhteistyötä ja mahdollistanut avoimen ja luonnollisen suhteen myös lasten kanssa toimimisessa.

Moniaistisuuden mukaan ottamisen koin ensin todella haasteelliseksi ja vaikeaksi tehtäväksi. Aistien-hankkeen koulutuksien jälkeen en ollut yhtään vakuuttunut sen toimivuudesta tässä toiminnassa. Mieleeni koulutuksesta jäivät hienot tekniset ratkaisut, joita en pystyisi työssäni toteuttamaan. Toimintahetken lyhyen keston vuoksi aikaa olisi kulunut liikaa videotykkien asentamiseen ja siirtämiseen. Koin niin sanottua muutoksen vastarintaa, ja into koko opinnäytetyötäni kohtaan lopahti. En kuitenkaan luovuttanut, vaan lähdin rohkeasti kokeilemaan ja miettimään kaikkia aisteja huomioivaa toimintaa.

Videotykkien sijaan päätin pysytellä paperikuvien käytössä ja aloin kerätä kuvamateriaalia lehdistä ja vanhoista kalentereista. Ensimmäisen toiminnan jälkeen huomasin, että toiminta onnistuikin hyvin ja sisäinen prosessini käynnistyi. Kesän ajan havainnoin luontoa ja se synnytti aivan uudenlaisen suhteen luontoon. Kiinnitin huomion luonnon mahdollisuuksiin aivan eri tavalla kuin aikaisemmin ja mietin, mitä kaikkea luonnosta löytyykään. Luonto on lapsia lähellä ja lapset osaavat ottaa

luonnon tarjoamat mahdollisuudet käyttöön. Lapsia ei haittaa pieni sade, vaan sekin tarjoaa uusia mahdollisuuksia nähdä, tehdä ja kokea. Miten mieluista heille on esimerkiksi kuralätäkössä pomppiminen. Myös monelle ikäihmiselle luonto ollut tärkeä osa elämää ja ovat joutuneet eroon luonnosta sairauden tai toimintakyvyn muuttumisen vuoksi. Siksi on tärkeää toiminnassa huomioida luonnon mukaan ottaminen. Toimintoihin olen tuonut erilaisia puiden tai pensaiden oksia, lehtiä ja marjoja. Mahdollisuuksia on vaikka kuinka paljon ja se antaa motivaatiota kehittää ja muuttaa toimintaa edelleen. Luonnon materiaalien avulla pystyy helposti konkretisoimaan luonnon muuttumista ja vuodenaikojen vaihtelua.

Moniaistisuuden huomioiminen on ollut haastavaa, mutta samalla myös antoisaa. Se on antanut keinon varmistaa, että kaikki ovat osallisia toiminnasta. Se on ollut yhteistoiminnassa yhdistävä tekijä, kun kaikki ovat saaneet katsoa, kuunnella, tunnustella, haistaa, maistaa ja tuntea yhdessä. Itse olen pystynyt aistien hyödyntämisen avulla huomioimaan kaikkien osallistumisen ja innostaa yhdessä tekemiseen ja kokemiseen. Toiminnan avulla itsekkin kykenen havainnoimaan ja aistimaan asioita eri tavalla kuin aikaisemmin. Omatkin aistini ovat vapautuneet ja valpastuneet työni kautta. Missä tahansa liikkeessäni huomaan havainnoivani ympäristöäni enemmän ja tietoisemmin. Työni kautta aistillisuuteni on päässyt paremmin esiin. Näen, koen ja tunnen enemmän kuin aikoihin.

Musiikin käyttö työssä on itselleni aina ollut hyvin luontaista ja siinä koen olevani vahvoilla ja niin sanotusti omimmillani. Samoin liikunnallisten toimintojen ohjaamisen koen luontevaksi ja tärkeäksi. Muistelu ja perinnetietous ovat työni kautta tulleet hyvin tutuksi ja luonnolliseksi osaksi työnkuvaani. Haastavimpana koin motivoinnin maalaamiseen tai piirtämiseen, koska selkeästi monilla ikäihmisillä on niin korkea kynnyksensä asiaan. Monilla saattaa olla huonoja muistoja tai tunne siitä, että ei osaa. Itsellenikin on kouluajoista alkaen voimakkaasti jäänyt tunne siitä, etten ole luova enkä osaa piirtää. Oman erityisen luovuuden löytäminen itsestä on tärkeää ja sille pitää antaa mahdollisuus. Opinnäytetyön kautta olen saanut huomata olevani ihan luova ja kykeneväinen tekemään ja kokeilemaan erilaisia asioita. Taiteen tekeminen ei vaadi osaamista, vaan heittäytymistä, uskallusta ja innostamista.

Toivon jatkossakin olevani niin luotettava ohjaaja, että saan heidät entistä enemmän



rohkaistumaan ja kokeilemaan luovuuden puhkeamista. Olen näissä yhteistoiminnoissa huomannut, miten lasten läsnäolo vapauttaa vanhuksia paremmin heittäytymään eri toimintoihin. Lasten läsnäolon myötä saan rohkaistua ikäihmisiäkin entistä vapautuneemmin tekemään myös käsillään erilaisia taidekokemuksia. Käsillä tekemisen ja muun luovan toiminnan avulla kaikki saavat mahdollisuuden kokea onnistumisen iloa ja tekemisen riemua. Kuvataidekin mahdollistaa aistien käyttöä monipuolisesti, kun siihen lisää vielä ääniä, tuoksuja ja makuja.

Näen työn todella arvokkaana ja tärkeänä niin lasten kuin ikäihmistenkkin kannalta. Yhdessä toimimisen kautta niin lapset kuin ikäihmisetkin saavat kertoa muistojaan ja kokemuksiaan. Toiminnan rikkaus on siinä, että tämän toimintamuodon kautta lapsilla on ainutkertainen ja ainutlaatuinen tilaisuus tutustua perimätietouteen ja lähihistoriaan autenttisten kokemusten kautta. Samalla ikäihmiset saavat olla tärkeitä ja hyödyllisiä toimijoita, jotka saavat tilaisuuden muistella ja kertoa muistojaan lapsille. Se, että toiminta tapahtuu jokaisen yhteisökodin tupakeittiössä, on todellista sosiokulttuurista innostamista. Se mahdollistaa ikäihmisten osallistumisen, koska monelle kynnyks lähtee kotoa on kasvanut liian korkeaksi.

Lasten ja ikäihmisten yhteistoiminnan ohjaaminen soveltuu mielestäni hyvin sosionomille ja tässä työssä oma osaamiseni pääsee hyvin oikeuksiinsa. Saan tehdä ja kokea asioita yhdessä niin lasten kuin ikäihmistenkkin kanssa. Sosionomin koulutusohjelman kompetensseihin kuuluu sosiaalialan eettinen osaaminen. Sosionomin pitää olla sisäistänyt sosiaalialan arvot ja ammattieettiset periaatteet sekä myös toimia työssään niiden mukaisesti. Työssä pitää kyetä myös eettiseen reflektioon ja osata ottaa huomioon ihmisen ainutkertaisuus. Oikeanlainen suhtautuminen on tärkeää ja sosiaalialan arvot sisäistäneen sosionomin tulee suhtautua kohtaamiinsa ihmisiin ennakkoluulottomasti, avoimesti, kunnioittavasti ja arvostavasti. Aidon luottamuksen myötä sosionomi voi olla rinnalla kulkija ja asiakkaan tukija. Tässä toiminnassa saa kannustaa, tukea ja ohjata jokaista löytämään omat voimavaransa ja työssä pystyy rohkaisemaan osallistujia lähestymään rohkeasti toisiaan. Arvostan mielekästä tekemistä ja tällä työlläni haluan tuoda mielekkään tekemisen tärkeyttä esiin.

Toimintasuunnitelmavihon tein siihen tarpeeseen, että toimintamuoto voidaan Jyllin Kodin ja TuohiKontin yhteistyönä säilyttää jatkossakin. Valmiiden suuntaa antavien toimintasuunnitelmien avulla haluan rohkaista toisiakin kokeilemaan toiminnan vetämistä. Itse en muista työtehtävistäni johtuen voi aina olla mukana, joten valmis malli antaa ideat siitä, mitä toiminta voisi olla. Valmiista suunnitelmista huolimatta tärkeää on toiminnan havainnointi ja mielipiteiden huomiointi. Toiminnan tärkein tehtävä on saada kaikki osallistumaan ja tuntemaan itsensä tärkeäksi ja arvokkaaksi. Toiminnassa pitää aina jättää tilaa keskustelulle ja mielipiteiden ilmaisulle.

Jyllin Kodit laajenee ensi keväänä ja taloon tulee kolme uutta yhteisökotia. Talon laajeneminen antaa mahdollisuuden toiminnan lisäämiseen ja yhteistyön aloittamiseen mahdollisesti myös toisen päiväkodin kanssa. Tavoitteeni on opinnäytetyöni kautta ”markkinoida” yhteistyötä Jyllin Kotia lähellä olevalle Keskustan päiväkodille. Toimintasuunnitelmavihkon avulla yhteisökodeissa työskentelevien työntekijöiden on helpompi ottaa vastuuta toiminnan vetämisestä ja sitä kautta toimintaa on mahdollisuus lisätä.

Tulevaisuudessa toivon saavani toteuttaa toimintaa myös teknologian avulla. Rakennushankkeen valmistumisen myötä videotykkien hankkiminen kaikkiin yhteisökoteihin voi hyvinkin olla mahdollista. Kunnollisen äänimaailman vuoksi myös parempien äänentoistolaitteiden hankkimisen koen tärkeäksi. Videotykkien avulla kuvia ja videokuvia pystyisi heijastamaan yhteisökodin seinälle ja sitä kautta tarjoamaan vielä vaikuttavampia elämyksiä.

Opinnäytetyön tekeminen on ollut kokonaisuudessaan pitkäkestoinen prosessi, joka on ollut erittäin opettavainen ja antoisa. Olen lukenut paljon aiheeseen (ja myös aiheen vierestä) liittyvää kirjallisuutta, jotka ovat herätelleet ajatuksia ja antaneet uusia ideoita. Tekemällä ja kokeilemalla oppii, kunhan uskaltaa lähteä kokeilemaan uutta. Oppia ja elämyksiä ikään katsomatta on antanut itsellenikin paljon uusia elämyksiä ja kokemuksia. Olen myös oppinut pysähtymään, havainnoimaan ja huomioimaan sekä antamaan tilaa erilaisille elämyksille ja aistimuksille.

Toiminta on arvokasta ja tärkeää ja siksi haluan jatkaa ja kehittää sitä edelleen. Toimintahetkien myötä syntyy uusia ideoita, joita haluan päästä kokeilemaan.

Voisimme tehdä itse erilaisia värikkäitä rytmisoittimia, jauhaa kahvia ja tehdä pullamössöä, tehdä käpylehmiä tai muita luonnosta saatavia entisaikojen leluja. Haaveenani on myös saada tehdä ihan oikea Aistien- tila, jossa voisi lapsille konkreettisesti näyttää, millaisessa pirtissä ennen elettiin. Sen rakentamisessa kaikki saisivat olla tärkeitä toimijoina ja myös teknologian avulla kokemuksesta tulisi varmasti ainutlaatuinen.

Luottamusta työn merkityksellisyydelle sain, kun syyslomaviikon vuoksi yksi toimintahetki jäi väliin ja sen puute huomattiin. Niin asukkaat kuin henkilökuntakin olivat huomanneet sen, etteivät päiväkotilapset tulleet. Yksi 86-vuotias nainen kiteytti toiminnan tärkeyden mielestäni hienosti. Hän oli pahoillaan siitä, etteivät lapset tulleet ja sanoi: ”*Lasten läsnäolo on niin hienoa ja antaa sellaisen toivon tunteen. Lapsissa on elämää ja intoa, joka tarttuu itseinkin*”.

## LÄHTEET

- Aejmelaeus, R., Kan, S., Katajisto, K-R. & Pohjola, L. 1.-2. painos 2008. Erikoistu vanhustyöhön. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.
- Ala-Opas, T. & Sirkkola, M. 2006. Johdanto. Teoksessa T. Ala-Opas & M. Sirkkola (toim.). Sosiokulttuurinen multisensorinen työ - kokemuksia vammaistyöstä. Hämeenlinna: HAMK, 5-8.
- Eskel, P. & Marttila, M. 2013. Teoksessa P. Marjanen, M. Marttila & M. Varsa (toim.). Pienten piirissä. Yhteisöllisyyden merkitys lapsen hyvinvoinnille. Jyväskylä: PS-kustannus, 75-96.
- From, K. & Koppinen, M. 2012. Menossa mukana. Tukea tarvitsevan lapsen ja nuoren toiminnallinen osallistuminen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hautala, T., Hämäläinen, T., Mäkelä, L. & Rusi-Pyykönen, M. 2011. Toiminnan voimaa. Toimintaterapia käytännössä. Helsinki: Edita Prima.
- Heikkinen, R-L. 1998. Iäkkäiden depressiomaisema. Tampere: Kirjayhtymä.
- Hellström, Martti 2010. Sata sanaa kasvatuksesta. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hirsjärvi, Sirkka 2005. Tutki ja kirjoita. 11. painos. Jyväskylä: Kirjayhtymä Oy.
- Hohenthal-Antin, Leonie 2006. Kutkuttavaa taidetta. Taidetoimintaa seniori- ja vanhustyössä. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hohenthal-Antin, Leonie 2009. Muistot näkyviksi. Muistelutyön menetelmiä ja merkityksiä. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hyypä, Markku T. 2013. Kulttuuri pidentää ikää. Helsinki: Duodecim.
- Jukkola, R. 2003. Musiikin käyttö. Teoksessa M. Marin & S. Hakonen (toim.) Seniori ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Jyväskylä: PS-kustannus, 173-177.
- Jyllin Kotien www-sivut. Viitattu 20.9.2013. <http://www.jyllinkodit.fi>
- Kakkuri-Knuuttila, M-L. & Heinlahti, K. 2006. Mitä on tutkimus? Helsinki: Gaudeamus.
- Kari, O., Niskanen, T., Lehtonen, H. & Arslanoski, V. 2013. Kuntoutumisen tukeminen. Helsinki: Sanoma Pro.
- Karppinen, S. 2009. Kädentaidot ja käsityökasvatus. Teoksessa Ruokonen, I, Rusanen, S. & Välimäki A-L. (toim.) Taidekasvatus varhaiskasvatuksessa - Iloa, ihmettelyä, tekemistä. Helsinki: Yliopistopaino Oy.
- Kataja, J., Jaakkola, T. & Liukkonen, J. 2011. Ryhmä liikkeelle! Toiminnallisia harjoituksia ryhmän kehittämiseksi. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kinnunen, P., Penttilä, L., Rantala, J., Salonen, K. ja Tervo, T. 2003. Innostuskirja. Nyt! Sosiokulttuurisen toiminnan polunpäitä. Painotalo Suomenmaa: Opintoksekus Kansalaisfoorumi.

- Koljonen, P. 2008. Rinnalla kulki asiakkaan asialla – sosiaaliohjaus sosiaalialan aikuistyössä. Teoksessa Leena Viinamäki (toim.) 14 puheenvuoroa sosionomin (AMK) asemasta Suomen hyvinvointiasiantuntijajärjestelmässä. Kemi- Tornion ammattikorkeakoulu.
- Koskinen, S., Aalto, L., Hakonen, S. & Päivärinta E. 1998. Vanhustyö. Jyväskylä: Vanhustyön keskusliitto .
- Kurki, Leena 2000. Sosiokulttuurinen innostaminen. Tampere: Vastapaino.
- Kurki, Leena 2007. Innostava vanhuus. Helsinki: Finn Lectura.
- Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista. Vanhuspalvelulaki. 980/2012. <http://www.finlex.fi/fi/laki>
- Lastensuojelun käsikirja. Viitattu 16.10.2013. <http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/lastensuojelunkasikirja/hallinto/lapsenosallisuus>
- Lehtinen, S., Tammisto, K. & Toikka, H. 2005. VäriSaurus – Aikuisten kehitysvammaisten osallistaminen ja värien käyttö multisensorisessa tilassa. Teoksessa T. Ala-Opas & M. Sirkkola(toim.) Sosiokulttuurinen multisensorinen työ- kokemuksia vammaistyöstä. Hämeenlinna: HAMK, 25-38.
- Lehtinen, U., Haapala, M. & Dahlström, R-M. 1993. Aistien avulla oppimaan. Tampere: Kirjayhtymä Oy.
- Lidell, Lucy 1987. Avaa aistisi- löydä kehon ja mielen sopusointu. Suom. Weilin+Göös.
- Liepmann, Maria(toim.) 1992. Mielen kuvia, taideterapia käytännön hoitotyössä, Kustannusosakeyhtiö Puijo.
- Lieppinen, Merja ja Willman, Alaya Anneli 2008. Utelias puu - taideterapeutin toimintakirja. Helsinki: Lastenkeskus.
- Lundahl, R., Hakonen, S. & Suomi, A. 2007. Taide ja kulttuuri – innovaatiota seniori- ja vanhustyöhön. Teoksessa M. Seppänen, A. Karisto & T. Kröger (toim.) Vanhuus ja sosiaalityö. Sosiaalityö avuttomuuden ja toimijuuden välissä. Jyväskylä: PS-kustannus, 253-269.
- Mäki, O. & Stenberg, M. 1998. Meidän kodin muisteluhetki. Periaatteita ja ideoita. Sopimusvuorisäätiö.
- Nurminen, Saana ja Saar, Virpi 2000. Aistit väylänä vuorovaikutukseen ja kommunikaatioon. Kuulohuoltoliitto ry.
- Palén, A-M. (2004). Aistielämyksiä arkeen - arki-snoezelen Päivärinteen Kotisiivessä. Teoksessa T. Ala-Opas & M. Sirkkola (toim.). Sosiokulttuurinen multisensorinen työ - kokemuksia vammaistyöstä. Hämeenlinna: HAMK, 39-57.
- Pulkkinen, P. 2003. Kuvallinen ilmaisu. Teoksessa M. Marin & S. Hakonen (toim.) Seniori ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Jyväskylä: PS-kustannus, 155-160.
- Päiväkoti TuohiKontin www-sivut. Viitattu 20.9.2013. <http://www.koulutuskontti.fi/tuohikontti.php>.
- Pääjoki, T. 2011. Lasten taiteellinen toimijuus. Teoksessa E. Hujala ja L. Turja (toim.)

Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus, 109-121.

Pönkkö, A. & Sääkslahti, A. 2011. Liikkuva lapsi. Teoksessa E. Hujala ja L. Turja (toim.)  
Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus, 136-150.

Rankanen, M., Hentinen, H. & Mantere, M-H. 2009. Taideterapian perusteet. Helsinki:  
Kustannus Oy Duodecim.

Ruokonen, I. 2011. Lapsen musiikillinen maailma. Teoksessa E. Hujala ja L. Turja (toim.)  
Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus, 122-135.

Räty, Sivonen, Saarela, Laurikainen. Aistien-menetelmä luonnos huhtikuu 2013.  
Aistien- avoimia oppimisympäristöjä kehittämässä hanke 2013. Vantaa: Laurea.

Seppänen, M. & Hakonen, S. 2003. Muistelu työ. Teoksessa M. Marin & S. Hakonen  
(toim.) Seniori ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Jyväskylä: PS-kustannus, 130-137.

Sirkkola, Marja 2013. Moniaistisuus sosiaalialan työssä. Luento HAMK:ssa 25.4.2013.

Suomen perustuslaki 1999.731/1999. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731>

Turja, L. 2011. Lasten osallisuus varhaiskasvatuksessa. Teoksessa E. Hujala ja L.  
Turja (toim.) Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus, 109-121.

Varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset. Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu  
20.3.2013. [www.stm.fi](http://www.stm.fi)

Liite 1. Toimintasuunnitelmavihko  
Oppia ja elämyksiä ikään katsomatta



Mari Mäntylä  
Satakunnan ammattikorkeakoulu  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Opinnäytetyön tuotos

Toimintasuunnitelma koko vuodelle lasten  
ja ikäihmisten yhteistoimintaan

Osallisuus- elämyksellisyys- oppiminen



**Oppia ja  
elämyksiä ikään  
katsomatta**

Mari Mäntylä  
Satakunnan ammattikorkeakoulu  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Opinnäytetyön tuotos



Olen koko sosionomiopintojen (AMK) ajan saanut toimia yhdyshenkilönä Päiväkoti TuohiKontin ja Jyllin Kodin asumis- ja palvelukeskuksen yhteistoiminnassa ja saanut nähdä, miten antoisia hetkiä lapset ja ikäihmiset yhdessä viettävät. Sosionomiopintojeni (AMK) opinnäytetyönä kokosin toimintasuunnitelmavihon lasten ja ikäihmisten yhteistoimintaan. Pää tavoitteena yhteistoiminnassa on se, että toiminta innostaa yhdessä tekemiseen ja olemiseen sekä madaltaa sukupolvien välistä kuulua. Toiminta antaa mahdollisuuden yhdessä oppimiseen ja osallisuuden kokemiseen moniaistillisuuden keinoin.

Toimintasuunnitelmavihossa on ideoita 30-45 minuuttia kestäviin säännöllisesti toteutettaviin yhteishetkiin, jotka sisältävät kaikki aistit huomioonottavia ideoita koko vuodelle. Vihko antaa vinkkejä myös siitä, miten luontoa voi tuoda mukaan toimintahetkiin sisätiloihin. Toimintasuunnitelmien tavoitteena on rohkaista ja innostaa yhdessä tekemiseen ja kokemiseen erilaisten elämyksellisten toimintojen keinoin. Toimintasuunnitelmat olen pyrkinyt tekemään vaihteleviksi sisällyttäen niihin toimintoja esim. musiikin, liikunnan ja kädentaitojen osa-alueilta.

Toiminnalla halutaan tukea ikäihmisten psyykkistä, fyysistä ja sosiaalista toimintakykyä, tukea muistisairaana muistelua ja yhdessä toimimisen kautta antaa heille mahdollisuus jakaa arvokasta perinnetietoutta lapsille. Lapsille toiminnalla halutaan tarjota erilaista oppimisympäristöä, saada perinnetietoutta, antaa heille mahdollisuus tutustua laitoksessa asuviin ikäihmisiin ja oppia hyväksymään erilaisuutta. Toimintavuosi päättyy yhteiseen kesäjuhlaan, joka kruunaa vuoden ajan tehdyn toiminnan.

Makuaistia voidaan stimuloida esim. saatavilla olevien hedelmien, marjojen, vihannesten, hunajan, mausteiden, leivonnaisten tai pastillien avulla. Hajuaistin stimuloimiseen sopivat lisäksi luonnonmateriaalit, tuoksukynttilät ja aromiöljyt.

Kosketukseen sopivat erilaiset esineet, kankaat sekä kaikki luonnonmateriaalit; kivet, oksat, lehdet ja vesi.

## SISÄLLYS

Toiminnan aloitus	3
Kesämuistoja - kuvakollaasin teko	5
Sadonkorjuu	7
Luontoretkejumppa	9
Syksy / luonnon muuttuminen	11
Syksyn tuulet - jumppa	13
Ammatit ja värit	15
Pelituokio	17
Joulun tunnelmaa	19
Talviset palloleikit	21
Talvimaalaus	23
Ystävänpäivän juhla	25
Laskiainen ennen ja nyt ulkotapahtuma	27
Kevät saappu - musiikkimaalaus	29
Kevätjumppa	31
Villan huovutus	33
Persiljan ja tillin istutus	35
Kesäjuhla	37
Kauraomenapaistos ja kaurakakut	39

## Toiminnan aloitus

**Tavoitteet:** tutustuminen, rohkaistuminen ja kiinnostuksen herättäminen laululeikkien avulla. Laululeikeissä tavoitteena on saada kaikki osallistumaan tekemällä ja kokemalla.

**Tarvikkeet:** rytmisoittimet, huivit, kukkia luonnosta, kesäinen maisemakuva, linnunlaulu-cd, marjamehua ja esim. viinimarjoja

### **Istutaan isossa piirissä**

**Tervetuloivotus ja toiminnasta kertominen** - kerrotaan päiväkodista saaduista vieraista ja siitä, että tällä kerralla tarkoitus on laulaa ja soittaa yhdessä.

### **Nimikiertos- taputtaen ja tavuttaen**

Jokainen osallistuja kertoo vuorollaan nimensä ja se toistetaan yhdessä, ohjaaja kertoo nimen, jos joku ei itse kykene

### **Piiri pieni pyörii - laulaen ja piirissä leikkien / soittaen**

Piirileikkiin voivat osallistua kaikki kykyjensä mukaan, rytmimunat voi antaa tarvittaessa

### **Ystäväni tuttavani - laulaen ja leikkien**

Laululeikkiin voivat osallistua kaikki kykyjensä mukaan, rytmimunat voi antaa tarvittaessa

### **Toiminnasta kertominen - samalla nautitaan mehua ja marjoja ja kuunnellaan linnunlaulua ja katsellaan kesäkuvia**

Kerrotaan, että lasten kanssa yhdessä tehtävän toiminnan tavoitteena on yhdessä tekeminen ja kokeminen. Toiminta on säännöllistä ja sen kautta on tarkoitus tutustua ja saada toimia yhdessä erilaisten toimintojen avulla.

**Kesäisten kuvien katselu**

Ohjaaja näyttää kesäisiä kuvia linnun laulun soidessa ja johdattaa niiden avulla keskustelun syntymistä. Mitä kuvissa on? Mitä kesällä voi tehdä?

**Sinisiä, punasia ruusunkukkia- laulaen ja soittaen**

Kaikille jaetaan soittimet, lauletaan ja soitetaan yhdessä

**Kaksi on paatissa soutajaa- pareittain**

Lapsia rohkaistaan hakemaan itselleen pari ikäihmisistä, Lauletaan ja soudetaan pareittain laulun tahdissa

**Liinalaulu - laulaen ja leikkien**

Lapsille jaetaan eriväriset huivit, jotka jokainen vuorollaan ojentaa parille ja silittää kättä

**Loppulaulu - Nyt on laulut laulettu**

Kerrotaan, että on tullut aika laulaa loppulaulu ja tavataan taas seuraavalla kerralla eri merkeissä

Näkö: kuvat, huivit

Kuulo: soittimet, laulut, linnunlaulu

Haju: kukat, marjat

Maku: marjat, mehu

Tunto: huivit, soittimet, silitys

## Kesämuistoja- kuvakollaasin teko

**Tavoitteet:** esteettisen kokemuksen mahdollistaminen, muisteluun innostaminen, muistojen herääminen, yhdessä tekemisestä nauttiminen

**Tarvikkeet:** Paljon kesäaiheisia kuvia, kartonkia, liimaa, marjoja, mustaherukkapensaas oksat, linnunlaulu- cd,

**Istutaan pöydän ympärillä**

**Tervetuloivotus ja toiminnasta kertominen -**

kerrotaan päiväkodista saaduista vieraista ja siitä, että tällä kerralla tarkoitus on laulaa ja soittaa yhdessä.

**Nimikierros - tavuttaen ja taputtaen**

Jokainen osallistuja kertoo vuorollaan nimensä, se toistetaan yhdessä, ohjaaja kertoo nimen, jos joku ei itse kykene

**Kesäisten kuvien katsominen ja tunnelmaan virittäytyminen, puhutaan kesästä**

Mitä olet kesällä tehnyt?

Mikä kesässä on parasta?

Mikä on kesän lempimaku?

Mikä on kesän lempituoksu?

**Kuvien katselu ja valitseminen**

Jokainen valitsee kaksi mieluisinta kuvaa

**Maistellaan marjoja, tuokсутellaan oksia, tunnustellaan esim. lämmintä vettä, kuunnellaan linnun laulua cd:ltä**

**Kuvien liimaaminen kartongille**

**Valmiin työn katselu**

Keskustellaan mahdollisista muistikuvista

**Kaksi on paatissa soutajaa** - laulaen ja pareittain soutu  
Lapsia rohkaistaan hakemaan itselleen pari ikäihmisistä, lauletaan ja soudetaan pareittain laulun tahdissa

**Loppulaulu - Nyt on laulut laulettu**  
Kerrotaan, että on tullut aika laulaa loppulaulu ja tavataan taas seuraavalla kerralla eri merkeissä

Näkö: kuvat

Kuulo: linnunlaulu

Haju: oksat, marjat

Maku: marjat

Tunto: mustaherukkapensaalla oksa, kosketus

## Sadonkorjuu

**Tavoitteet:** perinnetiedon jakaminen, luonnonantimista ja tekemisestä nauttiminen, muistojen herääminen

**Tarvikkeet:** omenaa, viljoja, leivinpaperia ja leivonta-astia, kaurahiutaleita, voita, sokeria  
( 1rkl vehnä jauhoja, 1tl leivinjauhetta, 1 kananmuna)

**Uuni lämpiämään 200 asteseen.**

**Istutaan pöydän ympärillä**

### **Tervetuloivotus**

Kerrotaan päiväkodista saaduista vieraista ja siitä, että tällä kerralla tarkoitus on puhua sadonkorjuusta ja leipoa yhdessä.

### **Nimikierrros**

Jokainen osallistuja kertoo vuorollaan nimensä, se toistetaan yhdessä, ohjaaja kertoo nimen, jos joku ei itse kykene

### **Tarvikkeisiin tutustuminen haistellen ja maistellen**

Esitellään leivonnassa tarvittavat aineet, niitä saa haistaa ja halutessaan maistaa

### **Leipuri Hiiva - laulaen ja leikkien**

Laululeikin avulla leivontaan virittäytyminen

### **Omena-kaurapaistoksen tai kauralastujen teko**

(ohje s. 39)

Leivonnaisten kypsymistä odotellessa voidaan laulaa tai keskustella

### **Kaksi on paatissa soutajaa- laulaen ja pareittain soutu**

Lapsia rohkaistaan hakemaan itselleen pari ikäihmisistä,

Lauletaan ja soudetaan pareittain laulun tahdissa

**Muistelua viljojen ja omenien avulla, miten satoa korjattiin ennen/nyt?**  
Muisteluun herätellään viljojen ja omenien välityksellä, jokainen saa koskettaa, myös säilömisestä voi herätellä muistelua

**Tuotosten nauttiminen haistellen, maistellen ja keskustellen**

**Loppulaulu - Nyt on laulut laulettu**

Kerrotaan, että on tullut aika laulaa loppulaulu ja tavataan taas seuraavalla kerralla eri merkeissä

Näkö: kuvat, viljat, omenat

Kuulo: viljojen havina, laulut

Haju: viljat, leipominen

Maku: leivonnainen

Tunto: viljat, kosketus



## Luontoretkejumppa

**Tavoitteet:** liikunnan ilo, luonnosta nauttiminen, muistojen herääminen

**Tarvikkeet:** kuvia metsästä, mustikkaa, puolukkaa, lakkaa, lehtiä, käpyjä, oksia, sammalta, pehmolelu

**Istutaan isossa piirissä**

### **Tervetuloivotus ja toiminnasta kertominen**

kerrotaan päiväkodista saaduista vieraista ja siitä, että tällä kerralla tarkoitus on mielikuvien avulla tehdä metsäretki.

### **Nimikierros**

Jokainen osallistuja kertoo vuorollaan nimensä, se toistetaan yhdessä, ohjaaja kertoo nimen, jos joku ei itse kykene

### **Lähdetään yhdessä metsäretkelle**

paikalla kävelyä - marssia

### **Vastaan tulee ylämäki**

polven ojennus ja koukistus

### **Ylämäestä selvitty ja jatketaan kävelyä polkua pitkin,**

paikalla kävelyä, otetaan kädet mukaan

### **Vastassa on märkä maasto**

hypätään tai nostellaan jalkoja molempia jalkoja yhtä aikaa nostellen

### **Löytyy hieno mustikkapaikka**

kumarrutaan keräämään 10 mustikkaa

### **Jatketaan matkaa**

marssia

### **Pelästy kuulemaasi ääntä**

juoksua

**Ylitetään joki**

kuunnellaan veden solinaa ja hypätään veneeseen

**Kaksi on paatissa soutajaa**

laulaen ja pareittain soutu

**Mietitään, mitä kaikkea metsässä voisi nähdä, tunnustellaan eri luonnonmateriaaleja; käpyjä, sammalta, lehtiä, oksia, pehmeää pehmolelua ja katsellaan metsäaiheisia kuvia**

**Löytyi puolukkaa!**

Kumarrutaan poimimaan 5 puolukkaa

**Kori alkaa olla täysi ja matka alkaa ramasemaan**

haukotellaan ja venytellään

**Nyt tuli nälkä, syödään eväät!**

maistellaan marjoja

**Aurinko paistaa, nautitaan siitä - Aurinko, aurinko lämmittää-laulu**

**Kello on jo paljon, lähdetään kävelemään kotiin**

reipasta askellusta palataan kotiin

**Aah, perillä!**

venytellään

**Loppulaulu**

Kerrotaan, että on tullut aika laulaa loppulaulu ja tavataan taas seuraavalla kerralla eri merkeissä

**Näkö:** kuvat, luonnonmateriaalit

**Kuulo:** linnunlaulu, puron solina, laulut

**Haju:** oksat, sammaleet, marjat

**Maku:** marjat

**Tunto:** luonnonmateriaalit, pehmolelu

## Syksy / luonnon muuttuminen

**Tavoitteet:** vuodenaikojen tunteminen, musiikista ja rytmistä sekä taiteen tekemisestä nauttiminen tekemällä ja kokemalla

**Tarvikkeet:** puiden lehtiä, kartonkia ja liimaa tai vesivärit, kuvia kesästä ja syksystä, kylmää vettä, huiveja, soittimia, puolukkaa

**Istutaan pöydän ympärillä**

### **Tervetuloivotus ja toiminnasta kertominen**

kerrotaan päiväkodista saaduista vieraista ja siitä, että tällä kerralla tarkoitus on laulaa ja taiteilla yhdessä.

### **Nimikierrros**

Jokainen osallistuja kertoo vuorollaan nimensä ja se toistetaan yhdessä, ohjaaja kertoo nimen, jos joku ei itse kykene

**Havainnoidaan kuvien avulla luonnon muuttuminen ja keskustellaan syksystä**

**2 pientä peikkolasta- lauluaen ja leikkien**

**Lammikon pinnalle pisaroita tippu,**  
käsillä taputellen kolmella eri temmolla ja voimakkuudella.

**Syksynlehdet-askartelu tai maalaus**  
taustalla cd:ltä luonnon ääniä

**Töiden ihastelu ja puolukan maistelu**

**Kaksi on paatissa soutajaa**  
laulaen ja pareittain soutu

**Lehdet lentää- laulaen ja leikkien**

**Loppulaulu - Nyt on laulut laulettu**

Kerrotaan, että on tullut aika laulaa loppulaulu ja tavataan taas seuraavalla kerralla eri merkeissä

Näkö: kuvat, lehdet, värit

Kuulo: luonnon äänet

Haju: lehdet

Maku: puolukka

Tunto: lehdet, kosketus

## Syksyn tuulet - jumppa

**Tavoitteet:** yhdessä tekemiseen innostaminen, liikunnasta nauttiminen, värien tuntemus, tuulen tekeminen ja kokeminen

**Tarvikkeet:** jumppavarjo, erikokoisia ja -värisiä palloja, kuvia syksystä, värikkäitä puiden lehtiä, Vivaldin vuodenajat -cd, lämmintä mehua, kynttilä

**Istutaan isossa piirissä**

**Tervetuloivotus ja toiminnasta kertominen**

Kerrotaan päiväkodista saaduista vieraista ja siitä, että tällä kerralla tarkoitus on miettiä syksyä yhdessä ja tuntea syksyn tuuli.

**Nimikierrros**

Jokainen osallistuja kertoo vuorollaan nimensä ja se toistetaan yhdessä, ohjaaja kertoo nimen, jos joku ei itse kykene

**Kuvien katselu ja luonnon muutosten huomioiminen**

**Lehtien katselu ja tunnustelu**

- pientä sadetta voi tehdä märkien lehtien ravistelulla

**Jumppavarjo ja palloja otetaan esiin**

Katsotaan varjon värejä, tunnustellaan varjoa

Kokeillaan varjon heilutusta erikokoisilla ja -värisillä palloilla

**Pieni tuuli, tuuli yltyy, myrskyä**

**Tuuli tyyntyy ja tulee tyyntä**

**Kokeillaan lehtien lennättämistä varjon avulla**

Selvitty tuulisesta ulkoilusta ja sytytetään kynttilä, nautitaan lämmintä mehua, kuunnellaan musiikkia ja jutellaan syksystä

### **Loppulaulu**

Kerrotaan, että on tullut aika laulaa loppulaulu ja tavataan taas seuraavalla kerralla eri merkeissä

Näkö: kuvat, varjo, pallot

Kuulo: varjo, cd

Haju: lehdet, mehu

Maku: mehu

Tunto: tuuli, lehdet

## Ammatit ja värit

**Tavoitteet:** perinnetiedon jakaminen, värien tunteminen, osallisuuden kokeminen, muistojen herättäminen

**Tarvikkeet:** erivärisiä kartonkeja tai kankaita, huiveja tms. tervaa, maalipurkki ja kaksi pensseliä, tuoretta pullaa ja mehua, ääniä cd

**Istutaan piirissä**

### **Tervetuloivotus ja toiminnasta kertominen**

Kerrotaan päiväkodista saaduista vieraista ja siitä, että tällä kerralla tarkoitus on puhua erilaisista ammasteista.

### **Nimikierros**

Jokainen osallistuja kertoo vuorollaan nimensä ja se toistetaan yhdessä, ohjaaja kertoo nimen, jos joku ei itse kykene

### **Räätäli-loru**

*Irtoaa nappi, ratkeaa tikki.  
Aina on housun polvet rikki.  
Räätäli leikkaa suurin saksin,  
niksin, naksin.  
Räätäli ompelee ja rallattaa,  
räätäli suuren palkan saa.*

**Keskustelua ammasteista ja siitä, miten ennen oli erilaisia ammatteja**

### **Suutari, räätäli- laulu**

lapset voivat hyppiä yhdellä jalalla ja muut osallistua taputtaen

**Vihreät on vaatteheni kaikki - laulaen ja värejä katsoen**

**Vanha maalipurkki-leikki** - sininen ja punainen suti

*Vanha maalipurkki, olan takaa kurkki,  
sininen vai punainen pensselin on väri sen?*

Kuvin vuorollaan toimii maalaajana ja maalaa jonkun selkää. Sitten jättää jommankumman pensselin toisen selkään kiinni ja hänen pitää arvata onko se sininen vai punainen.

**Leipuri Hiiva** - laulaen ja leikkien

**Maistellaan pullaa ja mehua**

Samalla voidaan kuulostella työn ääniä ja tunnistaa niitä

**Isäntä teki talon** - laulaen ja leikkien

**Pieni nokipoika**

**Suutarin emännän kehtolaulu**

**Loppulaulu**

Kerrotaan, että on tullut aika laulaa loppulaulu ja tavataan taas seuraavalla kerralla eri merkeissä

**Näkö:** värikkäät kankaat tai kartongit

**Kuulo:** työn ääniä- cd, laulut

**Haju:** maali, terva, pulla

**Maku:** pulla ja mehu

**Tunto:** kankaat, trasseli, pensseli



## Pelituokio

**Tavoitteet:** hienomotoriikan käyttö, matemaattisten taitojen käyttö, yhdessä tekeminen ja onnistumisen kokeminen

**Tarvikkeet:** isoja esineitä ja shaali, vihanneksia, rauhoittavaa musiikkia, erilaisia lautapelejä, kuten esim. Huojuva torni, Kimble, Lottopelit, muistipelit, Suklaapeli

**Istutaan ensin piirissä ja sitten jakaannutaan pöytiin**

### **Tervetuloivotus ja toiminnasta kertominen**

kerrotaan päiväkodista saaduista vieraista ja siitä, että tällä kerralla tarkoitus on pelata yhdessä.

### **Nimikierros**

Jokainen osallistuja kertoo vuorollaan nimensä ja se toistetaan yhdessä, ohjaaja kertoo nimen, jos joku ei itse kykene

### **Kuulumisten kysyminen**

### **Esine- Kim -**

esitellään kaikki arvuuteltavat esineet, joita saa ensin katsoa ja koskea ja sitten ne piilotetaan ja otetaan yksi pois ja arvuutellaan, mikä puuttuu

### **Peleihin tutustuminen - pelien esittely**

### **Venyttely ja käsijumppa**

Olkapäiden pyörittely, käsien nostelu ylös ja alas, kädet nyrkkiin ja auki ja sitten ravistelu

### **Ryhmiin jakaminen ja pelien valitseminen**

Pelien valinnassa kannattaa huomioida toimintakyky ja muisti

## **Pelaaminen**

### **Vihannesten maistelu**

Kuunnellaan rentouttavaa musiikkia

### **Loppulaulu**

Kerrotaan, että on tullut aika laulaa loppulaulu ja tavataan taas seuraavalla kerralla eri merkeissä

Näkö: esineet ja pelit

Kuulo: esineet, musiikki

Haju: esineet, vihannekset

Maku: vihannekset

Tunto:kosketus

## Joulun tunnelmaa

**Tavoitteet:** joulun tunnelmasta ja nauttiminen, yhdessä tekeminen ja kokeminen

**Tarvikkeet:** kuusenoksia, korttipohjat, askarteluvälineet, rytmimunat, kulkuset, tonttulakit, piparit, rusinat, glögi, joulukoristeet, jouluista musiikkia

### **Pöydän ääressä istuen**

#### **Tervetuloivotus ja toiminnasta kertominen -**

Kerrotaan päiväkodista saaduista vieraista ja siitä, että tällä kerralla tarkoitus on valmistautua joulun tunnelmaan.

#### **Nimikierros**

Jokainen osallistuja kertoo vuorollaan nimensä ja se toistetaan yhdessä, ohjaaja kertoo nimen, jos joku ei itse kykene

#### **Joulupuu on rakennettu**

Laulaen ja leikkien

#### **Soihdut sammuu**

Laulaen ja leikkien

#### **Kilisee, kilisee kulkunen**

Laulaen ja soittaen

#### **Joulu ennen ja nyt**

Muistelua herätetään kuusenoksien, koristeiden ja tuoksujen avulla

#### **Joulukorttien teko**

**Joulu on taas**  
Laulaen ja soittaen

**Mehu ja pipari joulumusiikin soudessa ja kynttilän palaessa**

### **Loppulaulu**

Kerrotaan, että on tullut aika laulaa loppulaulu ja tavataan taas seuraavalla kerralla ensi vuonna eri merkeissä ja toivotetaan **Hyvää joulua kaikille!**

**Näkö:** kuvat, kuusenoksat, koristeet

**Kuulo:** laulut, kulkuset, musiikki

**Haju:** oksat, glögi, pipari

**Maku:** glögi ja pipari

**Tunto:** kuusenoksa, kosketus

## Talviset palloleikit

**Tavoitteet:** liikunnan ilo ja yhdessä tekeminen

**Tarvikkeet:** lunta ja jäätä, lumisia oksia, iso jumppapallo, kuvia talvimaisemista, Sisu-pastilli

**Istutaan isossa piirissä**

**Tervetuloivotus ja toiminnasta kertominen -**

Kerrotaan päiväkodista saaduista vieraista ja siitä, että tällä kerralla tarkoitus on pallotella yhdessä.

**Nimikierrros tavuttaen, taputtaen -**

Jokainen osallistuja kertoo vuorollaan nimensä ja se toistetaan yhdessä, ohjaaja kertoo nimen, jos joku ei itse kykene

**Pakkanen paukkuu -**

Kokeillaan lunta tai jäätä ja katsellaan talvisia maisemakuvia

**Ratiritiralla**

Laulaen, taputtaen ja leikkien

**Koska luistellaan**

Laulaen ja leikkien

**Pallon heittoa ja kiinniotta pareittain**

Lapset ottavat parin ikäihmisestä ja seisten heittävät heille palloa, pehmeä pallo annetaan joka parille.

**Norsupalloa piirissä** - ison jumppapallon avulla -  
palloa tarkoitus pitää koko ajan liikkeessä työntäen tai potkien

- ensin käsiä käyttäen, työntäminen
- sitten jalkoja käyttäen, potkaiseminen

**Loppuvenyttely ja pastillien jako**

**Loppulaulu**

Kerrotaan, että on tullut aika laulaa loppulaulu ja tavataan taas seuraavalla kerralla eri merkeissä

**Näkö:** kuvat, pallot

**Kuulo:** laulut

**Haju:** lumiset oksat, Sisu-pastilli

**Maku:** Sisu- pastilli

**Tunto:** pallot, lumiset oksat, kosketus

## Talvimaalaus: Talvimaisema

**Tavoitteet:** vuodenaikojen vertailu, luomisen ilo

**Tarvikkeet:** talvimaiseman kuvia, valkoista kartonkia, kynttilöitä, sinistä vesiväriä, siveltimiä, vettä, Talvilaulu-cd, rusinoita

Istutaan pöydän ympärillä

### **Tervetuloivotus ja toiminnasta kertominen**

Kerrotaan päiväkodista saaduista vieraista ja siitä, että tällä kerralla tarkoitus on taiteilla yhdessä.

### **Nimikierrros**

Jokainen osallistuja kertoo vuorollaan nimensä ja se toistetaan yhdessä, ohjaaja kertoo nimen, jos joku ei itse kykene

### **Talvimaisemien katselu**

### **Ratiritiralla**

### **Talven iloista keskusteleminen**

Mikä talvessa on hienoa?

Mitä talvella voi tehdä?

### **Toiminnasta kertominen**

Kerrotaan, että ensin kynttilällä piirretään paperille kuva, joka vesivärin avulla maalataan esiin

### **Musiikkimaalaus**

kynttilällä piirretään paperille talvinen kuva, joka sinisellä vesivärillä maalataan esiin

## **Valmiiden töiden ihastelu ja rusinoiden syöminen**

### **Koska luistellaan**

Laulaen ja leikkien

### **Loppulaulu**

Kerrotaan, että on tullut aika laulaa loppulaulu ja tavataan taas seuraavalla kerralla eri merkeissä

Näkö: kuvat, maalaus

Kuulo: talvilaulut

Haju: kynttilä, rusinat

Maku: rusinat

Tunto: kynttilä, kylmä vesi, kosketus



## Ystävänpäivän juhla

**Tavoitteet:** ystävyuden merkityksen miettiminen, mielihyvän kokeminen

**Tarvikkeet:** soittimet, huiveja, ystävänpäivä-pikkuleipiä, mehua, ystävyyslorukirja, punaisia sydämiä ja mausteita tuoksuteltaviksi

**Istutaan piirissä**

**Tervetuloivotus ja toiminnasta kertominen -**

Kerrotaan päiväkodista saaduista vieraista ja siitä, että tällä kerralla tarkoitus on laulaa ja soittaa yhdessä.

**Nimikiertos tavuttaen, taputtaen**

Jokainen osallistuja kertoo vuorollaan nimensä ja se toistetaan yhdessä, ohjaaja kertoo nimen, jos joku ei itse kykene

**Ystäväni, tuttavani**

Laulaen ja leikkien/soittaen

**Piiri pieni pyörii**

Laulaen ja leikkien

**Tule ystäväksi näin**

Laulaen ja leikkien / taputtaen

**Ystävyysloruja**

**Posteljooni-laulu ja sydämien jakaminen**

**Nautitaan ystävänpäivän kunniaksi mehut ja keksit musiikin soudessa**

Tuoksutellaan ja tunnustetaan mausteita

**Liinalaulu**

Laulaen ja leikkien; Lapsille jaetaan eriväriset huivit, jotka jokainen vuorollaan ojentaa parille ja silittää kättä

**Tule, tule, tule piiriin**

Laulaen ja leikkien

**Loppulaulu**

Kerrotaan, että on tullut aika laulaa loppulaulu ja tavataan taas seuraavalla kerralla eri merkeissä

Näkö: sydämet, huivit

Kuulo: laulut, musiikki

Haju: pikkuleivät, mausteet

Maku: pikkuleivät

Tunto: huivit, kosketus

## Laskiainen ennen ja nyt - ulkotapahtuma

**Tavoitteet:** ulkoilun ilo ja perinnetietouden antaminen

**Tarvikkeet:** grilli ja grillimakkarat tai tikut ja tikkupullataikina

**Tervetuloivotus ja toiminnasta kertominen -**

Kerrotaan päiväkodista saaduista vieraista ja siitä, että tällä kerralla tarkoitus nauttia ulkoilusta yhdessä.

**Nimikierrros**

Jokainen osallistuja kertoo vuorollaan nimensä ja se toistetaan yhdessä, ohjaaja kertoo nimen, jos joku ei itse kykene

**Luistelijat**

**Koska luistellaan**

**Laskiainen ennen ja nyt - perinnetietoa**

**Ulkoilua ja mäenlaskua**

**Grillin tuoksusta nauttiminen**

**Lumiukot, lumiukot**

**Laulaen ja leikkien**

**Eväshetki**

## Jänöjussin mäenlasku

### Loppulaulu

Kerrotaan, että on tullut aika laulaa loppulaulu ja tavataan taas seuraavalla kerralla eri merkeissä

Näkö: luonto

Kuulo: ulkoilun tuomat äänet, grillin ääni

Haju: grillauksen tuoksu

Maku: grillattavat herkut

Tunto: lämpö, kylmyys, kosketus

## ”Kevät saapuu”- musiikkimaalaus sormiväreillä

**Tavoitteet:** muistojen herättäminen, luovuuden mahdollistaminen yhdessä tehden

**Tarvikkeet:** vuodenaikojen kuvia, sormivärit, pensselit, isot kartongit, puron ääniä-cd, pajunoksia, tuoksukynttilä, tervapastilli

Istutaan pöydän ympärillä

**Tervetulotoivotus ja toiminnasta kertominen -**

Kerrotaan päiväkodista saaduista vieraista ja siitä, että tällä kerralla tarkoitus on miettiä kevättä ja taiteilla yhdessä.

**Nimikierros**

Jokainen osallistuja kertoo vuorollaan nimensä ja se toistetaan yhdessä, ohjaaja kertoo nimen, jos joku ei itse kykene

**Mitä muutoksia luonnossa**

Katsotaan talvimaisemaa ja kevätmaisemaa ja vertaillaan kuvia

**Kevätsää lämmittää**

Laulaen ja taputtaen

**Sormivärimaalaus**

Jaetaan kartongit ja sormivärit sekä siveltimeet ja maalataan puronäänien soudessa

**Työn ihastelu ja tuoksujen haistelu ja tervapastillin maistelu**

**Lintu lensi oksalle**

Laulaen ja leikkien / taputtaen

**Kaksi on päätissa soutajaa**  
Laulaen ja pareittain soutu

### **Loppulaulu**

Kerrotaan, että on tullut aika laulaa loppulaulu ja tavataan taas seuraavalla kerralla eri merkeissä

**Näkö:** kuvat, maalaus

**Kuulo:** puron solina

**Haju:** pajunoksat, tervapastilli

**Maku:** tervapastilli

**Tunto:** pajunoksat, kosketus

## Kevätjumppa

**Tavoitteet:** kehontuntemus, liikunnan ilo

**Tarvikkeet:** Keväisiä kuvia, koivun oksia, lintujen laulua-cd, leskenlehtiä, pääsiäismunat

**Istutaan piirissä**

### **Tervetuloivotus ja toiminnasta kertominen**

kerrotaan päiväkodista saaduista vieraista ja siitä, että tällä kerralla tarkoitus on laulaa ja jumpata yhdessä.

### **Nimikierrros**

Jokainen osallistuja kertoo vuorollaan nimensä ja se toistetaan yhdessä, ohjaaja kertoo nimen, jos joku ei itse kykene

**Kädet ylös, kädet alas**

**Pää, olka, polvi ja varvas**

**Pää, olkapää, peppu, polvet, varpaat**

**Missä on peukalo?**

**Vasen, oikea, vasen, oikea**

**Asikkalan puiset rattaat**

Kolmella eri temmolla laulaen ja leikkien

**Keväisten kuvien katselu, lintujen laulun kuuntelu, keväästä keskustelu, leskenlehtien ja koivun oksien tutkiminen sekä suklaan maistelu**

**Lintu lensi oksalle**

Laulaen ja leikkien / taputtaen

**Kaksi on päätissä soutajaa**

Laulaen ja pareittain soutaen

**Loppulaulu**

Kerrotaan, että on tullut aika laulaa loppulaulu ja tavataan taas seuraavalla kerralla eri merkeissä

Näkö: kuvat

Kuulo: linnunlaulu

Haju: leskenlehdet, koivunoksat, suklaa

Maku: suklaa

Tunto: koivun oksat, leskenlehdet, kosketus



## Villan huovutus

**Tavoitteet:** perinnetietous ja kädentaitojen harjoittaminen

**Tarvikkeet:** värikästä huovutusvillaa, kuvia lampaista, mäntysaippuaa, lämmintä vettä, vateja, pyyhe, pastilli, veden ääni, rukki tai huopatossut

Istutaan pöydän ääressä

### **Tervetuloivotus ja toiminnasta kertominen**

kerrotaan päiväkodista saaduista vieraista ja siitä, että tällä kerralla tarkoitus huovuttaa villaa.

### **Nimikierrros**

Jokainen osallistuja kertoo vuorollaan nimensä ja se toistetaan yhdessä, ohjaaja kertoo nimen, jos joku ei itse kykene

### **Mistä villaa saadaan?**

Katsellaan kuvia lampaista

Mää, mää karitsa-laulu

Kosketellaan ja katsellaan värikästä villaa, haistellaan mäntysuopaa

### **Huovutetaan villaa**

Taustalla soi puronääniä

Keskustellaan villasta, kehräämisestä, villavaatteista ja matonpesusta

Ihastellaan värikkäitä tuotoksia ja maistellaan esim. pastillia

**Kukkuu, kukkuu, kaukana kukkuu**

Laulaen ja taputtaen

### **Loppulaulu**

Kerrotaan, että on tullut aika laulaa loppulaulu ja tavataan taas seuraavalla kerralla eri merkeissä

Näkö: kuvat ja villa

Kuulo: lampaan ääni, veden ääni

Haju: mäntysaippua ja villa

Maku: pastilli

Tunto: kosketus, vesi ja villa

## Persiljan ja tillin istutus

**Tavoitteet:** kasvun ihmeeseen tutustuminen, perinnetietouden jakaminen

**Tarvikkeet:** kuvia kesästä, multa, istutusastiat, siemenet, valmiit yrtit, vesi, puron solina-cd, kukkia luonnosta

**Istutaan pöydän ääressä**

**Tervetuloivotus ja toiminnasta kertominen**

kerrotaan päiväkodista saaduista vieraista ja siitä, että tällä kerralla tarkoitus on istuttaa tilliä ja persiljaa.

**Nimikierros**

Jokainen osallistuja kertoo vuorollaan nimensä ja se toistetaan yhdessä, ohjaaja kertoo nimen, jos joku ei itse kykene

**Kesän saapuminen, havainnoidaan kuvien ja kukkien avulla**

**Kalliolle, kukkulalle - laulaen ja leikkien**

Käsillä piirretään ilmaan kukkulaa - lyödään nyrkkiä toisen päälle - kutsutaan toista luokse - halataan itseä

**Haistellaan, tunnistetaan ja maistellaan tilliä ja persiljaa**

**Haistellaan multaa**

**Istutetaan siemenet ja puhutaan siitä mitä kasvit tarvitsevat kasvaakseen**

**Kalliolle, kukkulalle**

Laulaen ja leikkien

**Kaksi on päätissa soutajaa**

Laulaen ja pareittain soutu

**Loppulaulu**

Kerrotaan, että on tullut aika laulaa loppulaulu ja tavataan taas seuraavalla kerralla eri merkeissä

Näkö: kukat, persilja ja tilli

Kuulo: linnunlaulu tai puron solina

Haju: tilli, persilja ja multa

Maku: tilli ja persilja

Tunto: multa, siemenet ja kosketus

## Vuoden päätös, Kesäjuhla

**Tavoitteet:** yhdessäolosta nauttiminen, muistojen herääminen, elämysten kokeminen

**Tarvikkeet:** videotykki, kuvat vuoden ajalta, kesähatut, soittimet, koivunoksat, kukat, jäätelöt

### **Tervetuloivotus ja toiminnasta kertominen**

kerrotaan päiväkodista saaduista vieraista ja siitä, että tällä kerralla tarkoitus muistella vuoden aikana tehtyjä asioita ja nauttia kesän saapumisesta.

### **Nimikierros**

**Lauletaan kesäisiä lauluja ja nautitaan yhdessäolosta**

**Katsellaan, haistellaan ja tunnustellaan koivun oksia**

**Teki peipponen koivuhun pesän**  
Laulaen ja soittaen

**Kaksi on paatissa soutajaa**  
Lapsia rohkaistaan hakemaan itselleen pari ikäihmisistä,  
Lauletaan ja soudetaan pareittain laulun tahdissa

**Kalliolle, kukkulalle**  
Käsillä piirretään ilmaan kukkulaa - lyödään nyrkkiä toisen päälle -  
kutsutaan toista luokse - halataan itseä

**Lintu lensi oksalle**  
Laulaen ja leikkien / soittaen

## Jäätelön syöti

Kuvakimara vuoden ajalta musiikin soudessa

### Liinalaulu

Laulaen ja leikkien; Lapsille jaetaan eriväriset huivit, jotka jokainen vuorollaan ojentaa parille ja silittää kättä

### Loppulaulu

mukavista yhteisistä hetkistä kiittäminen ja hyvän kesän toivotus

Näkö: kuvat

Kuulo: laulut

Haju: koivunoksat

Maku: jäätelö

Tunto: koivunoksa, kosketus

## Omena-kaurapaistos

5-6 omenaa

100g voita

1dl sokeria

3dl kaurahiutaleita

kanelia maun mukaan

Kuori omenat ja leikkaa ohuiksi lohkoiksi. Pane lohkot voideltuun uunivuokaan ja ripottele päälle kanelia sekä vähän sokeria. Sulata voi ja sekoita siihen sokeri ja kauraryynit ja kanelia. Levitä seos omenalohkojen päälle. Laita uuniin 225 kunnes omenat on pehmeitä ja kuorrutus kauniin ruskea, n. 15-20 min.

## Kaurakeksit

50g voita / margariinia

1 dl sokeria

2 dl kaurahiutaleita

1 rkl vehnä jauhoja

1 tl leivinjauhetta

1 kananmuna

Sulata voi/ margariini ja sokeri kattilassa. Lisää loput aineet ja sekoita nopeasti. Jaa taikina pellille ja paista 5-7 min 200 asteessa.

Ohjeet: Kotikokki

<http://www.kotikokki.net/reseptit/>

## Muistinpanoja & ideoita