

Opinnäytetyö (AMK)

Toimintaterapeuttikoulutus

Syksy 2022

Ella Hämäläinen, Laura Partanen

KUNNONKODIN AISTIMODULAATIOHUONE

– Suunnitelma aistimodulaatiohuoneesta
Kunnonkodin oppimisympäristöön



Opinnäytetyö (AMK) | Tiivistelmä

Turun ammattikorkeakoulu

Toimintaterapeuttikoulutus

syksy 2022 | 46 sivua

Ella Hämäläinen, Laura Partanen

Kunnonkodin aistimodulaatiohuone

- Suunnitelma aistimodulaatiohuoneesta Kunnonkodin oppimisympäristöön

Turun ammattikorkeakoulun Kunnonkodin oppimisympäristö toimii esittely- ja opetustilana erilaisille esteettömyysratkaisuille ja apuvälineille. Toimintaa halutaan jatkossa laajentaa myös aistimodulaation esittelyyn, jonka vuoksi toimeksiantaja pyysi suunnitelmaa mahdollisesta aistimodulaatiohuoneesta Kunnonkotiin.

Kehittämistyön tavoitteeksi asetettiin aistimodulaatiohuoneen hyödyntäminen osana Turun ammattikorkeakoulun Sun Hyvä Elämä -klinikan toimintaa ja mahdollinen taloudellinen hyöty myytävän palvelun muodossa. Esittely- ja opetuskäytön seurauksena mahdollisuudet aistimodulaation yleisen tunnettuuden lisäämiseen opiskelijoiden ja ammattilaisten keskuudessa laajenevat.

Kehittämistyö toteutettiin kirjallisuutta ja tutkimustietoa hyödyntäen sekä muita aistimodulaatiohuoneita vertaisarvioiden. Prosessin aikana käytiin keskusteluja tekijöiden ja toimeksiantajan välillä, refleктоitiin aihetta ja tutustuttiin erilaisiin aistimodulaatiovälineisiin. Vertaisarvioinnit toteutettiin Benchmarking -menetelmää hyödyntäen ja suunnitelma luotiin vastaamaan olemassa olevan tilan resursseja.

Kehittämistyön tuotoksena syntyi toteuttamiskelpoinen suunnitelma aistimodulaatiohuoneesta sisältäen listan hankintasuosituksista kahdelle eri budjettiluokalle sekä pohjapiirustuksen ehdotetusta huoneen tilankäytöstä.

Asiasanat:

aistimodulaatio, aistimodulaatiohuone, aistit, aistihuone, toimintaterapia

Bachelor's Thesis | Abstract

Turku University of Applied Sciences

autumn 2022 | 46 pages

Ella Hämäläinen, Laura Partanen

Sensory modulation room of Kunnonkoti

- Plan of a sensory modulation room for Kunnonkoti learning environment

The Kunnonkoti learning environment of Turku University of Applied Sciences is used as a showcasing and teaching facility for different kinds of accessibility solution and aids. In the future operations are wished to be expanded further to showcasing sensory modulation intervention which is why there is a need for a plan of the sensory modulation room for Kunnonkoti.

The aim of this batchelor's thesis was to make use of the sensory modulation room as a part of Turku University of Applied Sciences' Sun Hyvä Elämä clinic and possible financial benefit in the form of a paid service. As a result of the showcasing and teaching usage the possibilities of increasing common knowledge about sensory modulation intervention among students and professionals will broaden out.

The batchelor's thesis was implemented using literature and research data and peer reviewing other sensory modulation rooms. During the process conversations were carried out between the participants, subject was reflected and a variety of sensory modulation tools were explored. The peer reviews were executed by using benchmarking metod and the plan was created to match the resources of the existing space.

As a result of the batchelor's thesis a feasible plan of a sensory modulation room was achieved including a list of recommended purchases for two different budgets and a floor plan of suggested usage of the space.

Keywords:

sensory modulation intervention, sensory modulation room, senses, sensory room, occupational therapy

Sisältö

Käytetyt lyhenteet tai sanasto	6
1 Johdanto	7
2 Kehittämistyön lähtökohdat	9
2.1 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite	9
2.2 Toimintaympäristö ja toimeksiantaja	9
2.3 Kehittämistyön malli	10
3 Taustatietoa	13
3.1 Aistit	13
3.2 Aistimodulaatio	13
3.3 Aistimodulaatiohuone	14
3.4 PEO-malli	15
4 Opinnäytetyön toteutus	17
4.1 Suunnitteluvaihe	17
4.2 Toteutusvaihe	21
4.3 Aistimodulaatiohuoneen elementit	23
5 Arviointi	27
6 Lopuksi	31
6.1 Pohdinta	31
6.2 Eettisyys	33
Lähteet	35

Liitteet

Liite 1. Kehittämistyö aikataulun päivitetty versio

Liite 2. Näytönhaku

Liite 3. Ehdotukset välineistä hankittavaksi Kunnonkodin aistimodulaationhuoneeseen

Liite 4. Kehittämisarvioinnin kysymyspatteri esim. projektityöryhmän käyttöön

Kuvat

Kuva 1. Kehittämistyön konstruktivistinen malli (Salonen 2017).

Kuva 2: Kehittämistyötä ohjanneet PEO-mallin elementit

Kuva 3. Aistimodulaatiohuoneen pohjapiirustus ja ehdotettu sisustusratkaisu.

Käytetyt lyhenteet tai sanasto

aistimodulaatio = kyky säädellä itse omaa olotilaa aistimusten kautta

aistimodulaatiohuone = fyysinen tila, joka on suunniteltu tarjoamaan erilaisia aistikokemuksia aistimodulaation kautta

aistit = keino kerätä informaatiota ympäröivästä maailmasta tai omasta kehosta

eksteroseptiivinen = kehon ulkopuolelta tuleva

interoseptiivinen = kehon sisäpuolelta tuleva tieto

proprioseptiivinen = asento ja liikeaistit

benchmarking = oman toiminnan vertaaminen toisten vastaavaan toimintaan, ideana toisilta oppiminen

sympaattinen hermosto = kehon toimintoja kiihdyttävä tahdosta riippumattoman hermoston osa

parasympaattinen hermosto = kehon toimintoja rauhoittava tahdosta riippumattoman hermoston osa

1 Johdanto

Aistien avulla ihminen saa tietoa ympäristöstään. Aistijärjestelmä on osa keskushermostoa, joka kerää ja käsittelee eri aistien kautta saatavaa tietoa. Tämän tiedon kautta opimme havainnoimaan ympäröivää maailmaa, reagoimaan uhkaan, kokemaan eri tunteita ja huolehtimaan itsestämme. (O'Sullivan & Fitzgibbon 2018, 18.)

Toimintaterapiassa ympäristön, yksilön ja toiminnan nähdään olevan vahvasti yhteydessä toisiinsa, minkä pohjalta on syntynyt PEO-malli. Yksilön, toiminnan ja ympäristön yhteydestä syntyy toiminnallinen suoriutuminen, joka tarkoittaa kykyä hallita ja suorittaa päivittäisiä toimintoja. Mallin teorian mukaan se miten nämä komponentit tukevat toisiaan vaikuttaa toiminnalliseen suoriutumiseen, ja niitä vahvistamalla voidaan vahvistaa toiminnallista suoriutumista. (Rodger & Dancza 2018, 32-33; O'Sullivan & Fitzgibbon 2018, 48-49.) Aistit liittyvät vahvasti niin yksilön ominaisuuksiin, ympäristön ominaisuuksiin kuin toimintaankin ja näin ollen aistimodulaatiolla voidaan nähdä olevan yhteys toiminnallisen suoriutumisen parantamisessa (O'Sullivan & Fitzgibbon 2018, 18).

Aistimodulaatio on terapeutinen menetelmä, jolla voidaan vaikuttaa itseen aistiärsykkeiden avulla. Käytännössä muokkaamme tunteitamme, toimintaamme ja olotilaamme aistien avulla joka päivä. Kun eri aistimusten vaikutukset olotilaan tunnetaan, voidaan niitä hyödyntää tarkoituksenmukaisesti esimerkiksi vireystilan säätelyyn, maadoittumiseen tai keskittymiseen. (O'Sullivan & Fitzgibbon 2018, 15.)

Aistimodulaatiohuoneet ovat aistimodulaatioteoriaan perustuvia aistimodulaatiovälineiden käyttöön suunniteltuja huoneita. Aistimodulaatiohuoneissa on yleensä jokin yhteinen jatkuva teema. Huoneiden elementit voivat tukea esimerkiksi rauhoittumista, vireystason säätelyä tai turvallisuuden tunteen lisäämistä. (Champagne 2018, 132-135.)

Opinnäytetyön kehittämistehtävänä oli aistimodulaatiohuoneen suunnitteleminen Turun ammattikorkeakoulun Sun Hyvä Elämä -klinikalle Kunnonkodin oppimisympäristöön. Aistimodulaatiohuone on tarkoitus lisätä osaksi Turun ammattikorkeakoulun myytäviä palveluita ja sen käyttötarkoitus on opetus- ja esittelytoiminnassa. Huoneesta suunniteltiin kuitenkin käyttökelpoinen kokonaisuus, jotta se tarjoaisi mahdollisimman monipuolisesti esimerkkejä aistimodulaation hyödyntämisestä ja vinkkejä vastaavan

huoneen suunnitteluun muissa ympäristöissä. Opinnäytetyön tietoperusta muodostuu aiemmasta teoria- ja tutkimustiedosta aistimodulaatioon ja aistimodulaatiohuoneiden käyttöön liittyen.

Opinnäytetyö sisältää johdatuksen aistimodulaatioon ja sen hyödyntämisen keinoihin, kuvauksen aistimodulaatiohuoneen suunnitteluprosessista ja valmiin käyttökelpoisen suunnitelman aistimodulaatiohuoneen kokoamiseksi. Liitteenä on myös lista suunnitelluista hankinnoista ja niihin tarvittavasta budjetista ja ehdotukset huoneen eri elementtien sijoittelusta. Opinnäytetyön onnistumista arvioitiin prosessin lopuksi monitahoarvioinnin avulla ja toimeksiantajalta saadun palautteen pohjalta.

2 Kehittämistyön lähtökohdat

2.1 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tehdä Turun ammattikorkeakoulun Sun Hyvä Elämä -klinikan käyttöön toteuttamiskelpoinen suunnitelma aistimodulaatiohuoneesta, joka on mahdollista tuotteistaa myytäväksi palveluksi toimeksiantajan toimesta. Tavoitteena opinnäytetyössä oli aistimodulaatiohuoneen hyödyntäminen osana Sun Hyvä Elämä -klinikan toimintaa esimerkiksi esittelytarkoituksessa. Aistimodulaatiohuoneen esittelyn ja opetuskäytön myötä aistimodulaation hyödyntämisen yleinen tunnettuus opiskelijoiden ja ammattilaisten keskuudessa lisääntyy ja aistimodulaatiohuone voi pitkällä tähtäimellä tuottaa myös taloudellista hyötyä Turun ammattikorkeakoululle myytävän palvelun muodossa.

2.2 Toimintaympäristö ja toimeksiantaja

Opinnäytetyönä suunniteltu aistimodulaatiohuone on tarkoitettu toteutettavaksi osana Turun ammattikorkeakoulun Sun hyvä elämä -palveluiden alaista Kunnonkodin oppimisympäristöä. Sun hyvä elämä -palvelut ovat Turun ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden ja opettajien toteuttamia palveluita, joissa vastuuasemassa on aina opettaja tai alan ammattilainen. Sun hyvä elämä -palveluihin kuuluu esimerkiksi fysio- ja toimintaterapiapalveluja, laboratoriotutkimuksia, kuntotestauksia sekä liikuntaa ja toimintakykyä ylläpitävää ohjausta. Sun hyvä elämä -palveluita toteutetaan Turun ammattikorkeakoulun Kupittaaan kampuksella sijaitsevan ICT-Cityn Sun hyvä elämä -klinikalla ja Kunnonkodilla. (Turun ammattikorkeakoulu 2021.)

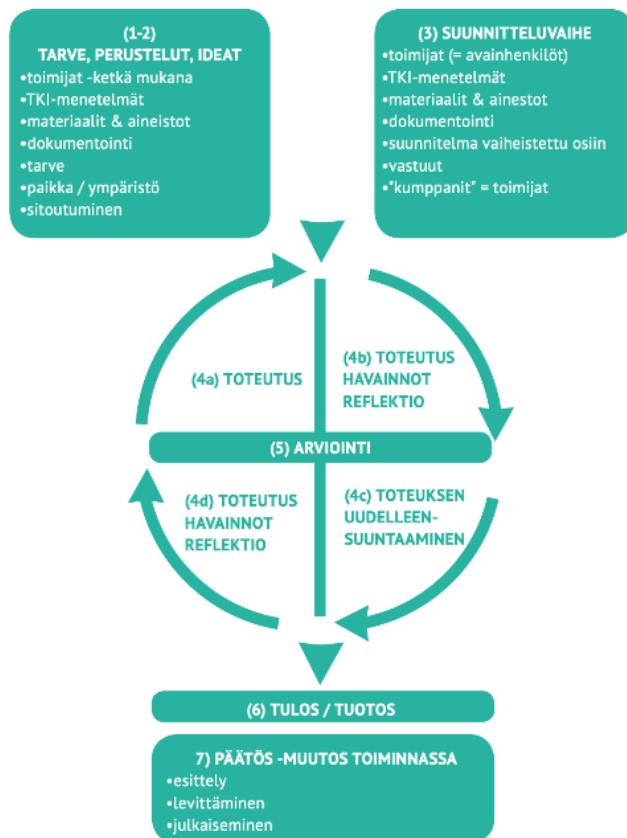
Esteettömän ja turvallisen asumisen neuvontakeskus Kunnonkoti toimii paikkana esteettämiin asumisratkaisuihin ja arkea helpottaviin apuvälineisiin tutustumiselle. Kunnonkodilla vierailijoiden on mahdollisuus kokeilla välineitä käytännössä. Kunnonkodin näyttely toimii ajanvarausperiaatteella ja esittelykäytön lisäksi Kunnonkoti toimii myös opetustilana. (Turun ammattikorkeakoulu 2021.) Kunnonkodilla sijaitseva

varastotila on muokattavissa aistimodulaatiohuoneeksi. Huone on noin 3,5m x 4,5m kokoinen ja ikkunaton, eikä sijaitse muiden esittelytilojen välittömässä yhteydessä.

2.3 Kehittämistyön malli

Kehittämistyön malliksi valikoitui konstruktivistinen malli, josta on tunnistettavissa ajatus siitä, että kaikki kehittäminen perustuu yhdessä tekemiseen, osallisuuteen, toiminnassa oppimiseen, jatkuvaan reflektioon ja menetelmäosaamiseen (Salonen 2017, 52). Kehittämishanke koostuu konstruktivistisen mallin mukaisesti seitsemästä vaiheesta: 1, 2) kehittämistarpeen tunnistaminen, perustelu ja ideointi, 3) suunnitteluvaihe, 4) toteutus, havainnointi, reflektointi ja toteutuksen uudelleensuuntaaminen 5) arviointi, 6) tulos, tuotos, 7) päätösvaihe (Salonen 2017, kuva 1). Kehittämistyön tarve on esitetty ”Tavoite ja tarkoitus” –kappaleessa.

Suunnitteluvaiheessa kerättiin aistimodulaation ja PEO-mallin teoriaa sekä valittiin kehittämistyön malli ja suunniteltiin prosessin toteutumista ja luotettavuuden arviointia. Aikataulusuunnitelman mukaisesti (liite 1) toteutusvaiheen aikana kerättiin aineistoa ja tietolähteitä, kirjoitettiin kehittämistyön raporttia, tehtiin yhteistyötä toimeksiantajan ja yhteistyökumppaneiden kanssa sekä suunniteltiin aistimodulaatiohuoneen toteutusta. Arviointiin liittyvät tekijät on avattu ”Kehittämistyön arviointi” -kappaleessa. Prosessin tuloksena syntyi aistimodulaatiohuoneen käyttökelpoinen suunnitelma. Päätösvaiheessa opinnäytetyö julkaistiin Theseuksessa.



Kuva 1. Kehittämistyön konstruktivistinen malli (Salonen 2017).

Kehittämistyön menetelminä käytettiin palavereita, erillisiä keskusteluita, kirjallisuuteen perehtymistä, kirjoittamista, kokeilevaa toimintaa, reflektointia ja benchmarkingia. Palavereissa toimeksiantajan kanssa käytiin vastavuoroista keskustelua toiveista ja toteutuksesta. Lisäksi keskusteltiin ja refleктоitiin aihetta opinnäytetyön tekijöiden kesken. Perehdyttiin aiheeseen liittyvään kirjallisuuteen ja tehtiin tiedonhakuja eri tietokannoista. Benchmarking-vertaisarviointimenetelmää hyödynnettiin muihin jo olemassa oleviin aistihuoneisiin tutustumisessa.

Benchmarking-menetelmässä omaa yritystä vertaillaan jatkuvasti ja järjestelmällisesti muihin yrityksiin löytääkseen toimivat käytännöt ja hyödyntämällä prosessissa opittua oman toiminnan kehittämisessä. Käytäntöjä sovelletaan omiin tarpeisiin sopiviksi. (Niva & Tuominen 2021, 5, 28.) Nivan ja Tuomisen (2021, 11) järjestelmällistä mallia käyttämällä oppiminen nopeutuu. Työssä menetelmää on käytetty soveltaen, koska osa kohdista ei sovellu tähän opinnäytetyöhön. Nivan ja Tuomisen (2021, 35) mukaan tarkoitus on määritellä benchmarking-kohde, tunnistaa paremmat ja malliksi sopivat

yritykset, tunnistaa menestyksen taustalla vaikuttavat tekijät ja osaaminen, sekä tunnistaa oman toiminnan osaaminen ja laatia sen pohjalta kehittämisideoita, asettaa tavoitteet, soveltaa ja ottaa käyttöön. Benchmarking on jatkuva prosessi, joten uusia tavoitteita asetetaan tulevaisuudelle ja toimintaa kehitetään yhä paremmaksi. Muita Nivan ja Tuomisen menetelmän vaiheita ovat suorituskykyeron mittaaminen ja kilpailuedun kehittäminen. (Niva & Tuominen 2021, 35.) Opinnäytetyön prosessin etenemisestä tehtiin alustava aikataulu, johon etenemistä voitiin peilata ja jota muokattiin prosessin etenemisen mukaan.

3 Taustatietoa

3.1 Aistit

Aistit ovat yhteys ympäristöön, niiden kautta kerätään informaatiota ympäröivästä maailmasta ja omasta kehosta. Aistit ohjaavat elimistön toimintoja sopeutumaan ympäristön muuttuviin olosuhteisiin ja tuovat tietoa ulkoisista tekijöistä.

Aistimodulaatiohuoneen suunnittelussa on tärkeää huomioida eri aistijärjestelmät, jotka ovat tunto, maku, haju, näkö ja kuulo sekä vestibulaarinen ja proprioseptiivinen aistijärjestelmä. (Leppäluoto ym. 2015, 447; Ayres 2015, 78-79.)

Aistit käsitellään keskushermostossa, johon kuuluvat aivot ja selkäydin. Hermoimpulssit kulkevat aistiratoja pitkin keskushermostoon, jossa aisteihin erikoistuneet alueet ottavat viestit vastaan. Tieto ääreishermostosta keskushermostoon kulkee sensoristen hermosyiden eli aistinhermosyiden kautta. Aistimustoiminnoista puhutaan myös sensorisina toimintoina. Kaikilla aisteilla on ominainen eli adekvaatti ärsyke, jolla aistimus saadaan aikaiseksi pienellä energiamäärällä. Ärsykkeet voidaan luokitella eksteroseptiivisiksi, jotka tulevat elimistön ulkopuolelta ja interoseptiivisiksi eli sisäpuolelta tuleviksi sekä proptioseptiivisiksi eli asentoon ja liikkeeseen liittyviksi. (Leppäluoto ym. 2015, 381-383, 447.)

3.2 Aistimodulaatio

Aistimodulaatio on terapeutinen interventio, jolla omaa tunnetilaa voidaan muokata aistikokemusten kautta. Sen toimintamekanismi perustuu aistiärsykkeen aiheuttamaan fysiologiseen reaktioon kehossa, jonka myötä myös olotila muuttuu. Aistimodulaation käyttötarkoituksia voivat olla niin maadoittuminen, rauhoittuminen, rentoutuminen, virkistyminen, tuntemusten voimistaminen ja heikentäminen, mielihyvän lisääminen, turvallisuuden tunteen vahvistaminen, omien fyysisten ja henkisten oireiden kontrollointi tai muistoihin palaaminen. (O'Sullivan & Fitzgibbon 2018, 5-9.)

Aistimodulaatiohuone on vain yksi aistimodulaation keino. Muita keinoja ovat esimerkiksi aistipakkaukset, kuten laatikot tai penaalit sekä aistidieetti. Aistipakkaus on kokoelma yksinkertaisia ja helppokäyttöisiä aistivälineitä, jotka on valikoitu yksilön

tarpeiden ja preferenssien mukaisesti. Välineet voidaan kerätä pieneen laatikkoon, penaaaliin tai kaappiin kotona. Aistimodulaatiohuoneen ja aistipakkauksen ero on se, että pakkauksen välineillä on rajattu säilytyspaikka ja pakkaus voi olla myös mukana kuljetettava. Aistidieetti taas on omaan arkeen tuotavia aistirikkaita strategioita ja toimintoja, jotka tukevat omaa hyvinvointia. Aistidieetin avulla voidaan muokata oma arki sellaiseksi, että se tukee omia sensorisia tarpeita, esimerkiksi kuuntelemalla rauhallista musiikkia ennen nukahtamista tai valitsemalla itselle mielekkäitä tuoksuja kodin puhdistusaineisiin. (O'Sullivan & Fitzgibbon 2018, 131-132.)

3.3 Aistimodulaatiohuone

Aistihuoneet ovat aistimodulaatiovälineiden käyttöön tarkoitettuja rajattuja huoneita, joita käytetään enenevässä määrin niin mielenterveyskuntoutujien asumisyksiköissä, kouluissa kuin vammaisilla asiakkailla. Huoneiden tarkoitus on vahvistaa mahdollisuuksia turvallisiin ja aistirikkaisiin kokemuksiin. (O'Sullivan & Fitzgibbon 2018, 74.) Aistimodulaatiohuoneet ovat yhdenlaisia aistihuoneita siinä missä aisti-integraatiohuoneet, Snoezelen huoneet tai moniaistilliset ympäristötkin (Champagne 2018, 127).

Moniaistilliset ympäristöt (multi sensory environment) ovat olleet yleisiä erityisesti muistisairaiden asiakkaiden hoidossa ja niiden tarkoituksena on ärsykeisen ympäristön parempi hallittavuus verrattuna luonnollisiin ympäristöihin. Kognition ja aistitiedonsäätelyn pulmista kärsivillä potilailla normaalin ympäristön aistitiedon määrän hallinta ja jäsentely voi olla haasteellista ja ylikuormittavaa. Silloin moniaistillinen ympäristö on tila, jossa ärsykkeiden määrä on hallittavissa ja mielekkäät ärsykkeet valittavissa itse. Moniaistillisen ympäristön konseptista käytetään myös nimitystä Snoezelen huone. Termi on kuitenkin patentoitu ja siksi käytetty nimitys vaihtelee. (Champagne 2018, 127-131.)

Sensorisen integraation huoneet puolestaan ovat huoneita, jotka on luotu käytettäväksi Ayresin sensorisen integraation kriteerien pohjalta ASI:iin (Ayres sensory integration) erikoistuneiden ammattilaisten toimesta. Sensorisen integraation huoneet keskittyvät aktiivisen liikkeen, itsetietoisuuden sekä leikkiin ja sosiaaliseen toimintaan osallistumisen tukemiseen. ASI on hyvin spesifi terapiamenetelmä eikä siksi sovellu käytettäväksi kenen tahansa toimesta. (Champagne 2018, 131-132.) Terapiata

toteuttaa useimmiten toimintaterapeutti, mutta toisinaan myös fysioterapeutti, sekä terapeutilla tulee olla erikoistumiskoulutus sensorisen integraation teoriaan ja terapiaan (Sity, 2022).

Aistimodulaatiohuoneet, jollaisen suunnitteluun kehittämistyössä tähdättiin, ovat käytettyjä monien eri ammattilaisten keskuudessa. Huoneiden konsepti perustuu aistimodulaatioteoriaan ja teorian tunteminen on tärkeää turvallisen ja vastuullisen intervention toteuttamiseksi. Aistimodulaatiohuoneet ovat yleensä suunniteltu tietyn teeman ympärille. Huoneissa olevat sisustus ja aistituotteet voivat tukea esimerkiksi rauhoittumista, vireystason säätelyä tai turvallisuuden tunteen lisäämistä.

Monimuotoisten käyttötarkoitustensa vuoksi huoneen turvallisuuskäytäntöihin on syytä kiinnittää erityistä huomiota. Toisista aistihuoneista poiketen aistimodulaatiohuoneet suositellaan nimeämään niin, että nimi viittaa käyttötarkoitukseen. (Champagne 2018, 132-135.)

Multisensorisen ympäristön ja aistimodulaatiohuoneen eroina voidaan siis pitää niiden käyttötarkoitusta ja taustalla vaikuttavaa teoriaa. Multisensoriset ympäristöt painottuvat aistiärsykkeiden hallittavuuteen ja rajoitettavuuteen kun taas aistimodulaatiohuoneen pääasiallinen tarkoitus on aistimodulaatiointervention fasilitoiminen. Sensorisen integraation terapiatilat ovat näistä aistihuonetyypeistä ainoita, jotka vaativat kouluttautuneen sensorisen integraation terapeutin valvomaan tilan ja välineiden käyttöä.

3.4 PEO-malli

PEO-malli eli person-environment-occupation –malli toimii pohjana kaikelle toimintaterapeuttien työlle. Mallin mukaan toiminnallinen suoriutuminen koostuu ihmisen, toiminnan ja ympäristön yksilöllisistä ominaisuuksista. Nämä toiminnallisuuden osa-alueet ovat tuttuja myös Kanadalaisesta CMOP-E –mallista. (Baptiste 2017, 141-146.) Aistimodulaation kannalta PEO-mallia voidaan hyödyntää tunnistamaan yksilölliset tekijät, jotka vaikuttavat aistimodulaation optimaaliseen hyödyntämiseen, kuten mitä sensorisia tarpeita, tapoja ja mieltymyksiä yksilöllä on, millaisia aistikokemuksia kyseiseen ympäristöön liittyy ja miten niitä voi säädellä sekä millaisista toiminnoista ja rooleista henkilö on kiinnostunut ja mitä sensorisia vaatimuksia niihin liittyy. (O’Sullivan & Fitzgibbon 2018, 48-49.)

Tässä kehittämistyössä hyödynnettiin aistimodulaation teoriaa ja PEO-mallia, jotta voitiin ymmärtää aistimodulaation vaikuttavuuteen liittyviä tekijöitä. Tämän tiedon avulla pystyttiin ottamaan huomioon mahdollisimman monenlaiset mieltymykset ja sensoriset tarpeet, jotta aistihuoneessa on saatavilla, sekä poissuljettavissa, mahdollisimman laajasti erilaisia aistikokemuksia.

4 Opinnäytetyön toteutus

4.1 Suunnitteluvaihe

Salosen (2017, 59-60) mukaan kehittämistoiminnan kolmas vaihe on suunnitteluvaihe, jossa täsmennetään kehittämistoiminnan realistiset tavoitteet ja tarkennetaan ideointivaiheessa tehtyä pohjatyötä. Suunnitteluvaiheen sisältöihin kuuluu näytönhaku, kehittämiskohteen rajaaminen, kirjallisen kehittämissuunnitelman laatiminen sekä vastuun jakaminen ja resurssien kartoittaminen. (Salonen 2017, 59-61.)

Suunnitelma aloitettiin tutustumalla tilaan, johon aistimodulaatiohuone on tarkoitus toteuttaa. Tilaan tutustuessa selvitettiin ylimääräisten tavaroiden säilytysratkaisut yhdessä toimeksiantajan kanssa ja otettiin mitat huoneesta pohjapiirustuksen luomista varten. Näin saatiin kokonaiskuva aistimodulaatiohuoneeseen hyödynnettävästä tilan määrästä. Alkuperäinen suunnitelma oli toteuttaa aistimodulaatiohuone Kunnonkotiin, mutta prosessin edetessä päädyttiin pitäytymään pelkän toteuttamiskelpoisen suunnitelman tekemisessä. Samalla aikataulusuunnitelmaa muutettiin sopivammaksi. Suunnitelmavaiheessa toimeksiantajan kanssa käytiin keskustelua toiveista, minkä pohjalta toimeksiantajalta saatiin vapaat kädet huoneen suunnitteluun. Toinen kehittämistyön tekijöistä osallistui aistituote-esittelyyn, josta saatiin ideoita hankintoihin. Matalan budjetin vaihtoehtojen tarjoamiseksi, suunniteltiin itse valmistettavia aistituotteita. Turun ammattikorkeakoulun lasten toimintateriapalveluiden välineitä kartoitettiin hyödynnettäväksi aistimodulaatiohuoneeseen, tarkoituksena lainata välineitä, jottei uusia hankintoja tarvitse tehdä.

Kehittämistyössä benchmarking -menetelmän pohjalta muodostettiin vertaisarviointia tukemaan seuraavat kysymykset. Mitkä aistimodulaatiohuoneet ovat valikoituneet vertailtaviksi/miksi? Mikä niissä on onnistunut? Mitä kehitettävää niissä olisi? Millaista palautetta huoneiden ylläpitäjät ovat saaneet niitä käyttäviltä henkilöiltä? Mitä ideoita haluamme soveltaa omaan käyttöön?

Benchmarkingilla pyrittiin tässä työssä hakemaan ja löytämään tietoa toisista aistimodulaatiohuoneista, jotta tietoa voidaan käyttää soveltaen omaan kehittämistyöhön. Tässä kehittämistyössä benchmarking-menetelmää varten vertailuun valikoitui hoitokoti Peltolan Vasaramäen yksikkö, jonka aistimodulaatiohuone on

tarkoitettu mielenterveyskuntoutujille ja Kurjenmäkikoti 2 alakerta, jonka multisensorista huonetta käyttävät talon ikääntyneet asukkaat ja heidän läheisensä.

Aistimodulaatiohuoneista Turun alueella ei löydy kovinkaan paljoa informaatiota ja tämän vuoksi päädyttiin valitsemaan sellaiset aistihuoneet, jotka olivat helposti löydettävissä joko hakukoneen avulla tai muuten omassa tiedossa. Suomesta löytyy aistihuoneita jonkin verran, muun muassa Kuopiosta Savon ammattiopiston tiloista sekä Helsingistä Vammaisperheyhdistys Jaatisen tiloista. Ajan puitteissa päädyttiin siihen, että benchmarking-vertaisarviointi tehdään vain edellä mainituista Turun kohteista. Opinnäytetyön tuotoksena syntynyt suunnitelma aistimodulaatiohuoneesta on kohdennettu esittelykäyttöön ja siksi kattaa useiden eri asiakasryhmien tarpeisiin soveltuvia piirteitä. Tämän vuoksi vertaisarviointiin valikoituneiden aistihuoneiden haluttiin myös olevan keskenään erilaisille asiakasryhmille suunnattuja.

Peltolan aistimodulaatiohuoneen budjetti on kattanut myös kalliimpien aistituotteiden hankinnat, kun taas Kurjenmäkikodin multisensorisessa huoneessa on hyödynnetty matalan budjetin vaihtoehtoja. Kumpikaan vaihtoehtoista ei ole toistaan huonompi ja ne palvelevat käyttötarkoituksessaan asiakkaitaan hyvin. Opinnäytetyön kannalta on myös hyödyllistä saada ideoita molempien eri budjettiluokkien toteutusratkaisuista.

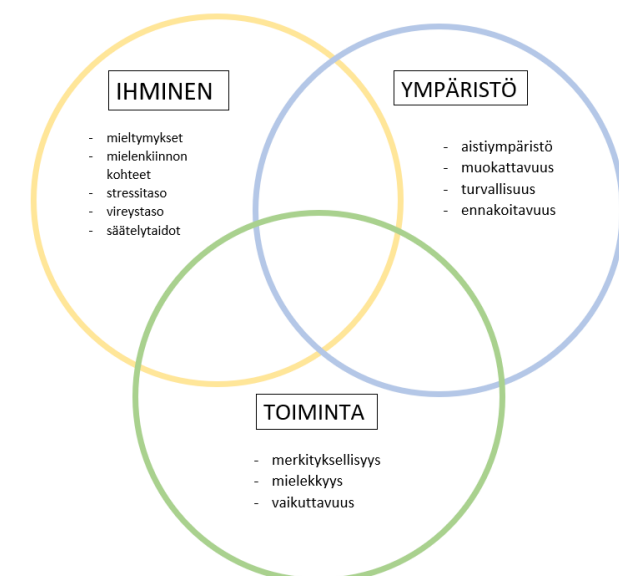
Positiivisiksi havainnoiksi koettiin aistien huomioimisen monipuolisuus välineistössä, ohjeistus välineiden käytöstä ja käyttötarkoituksista, mahdollisten riskitekijöiden kartoitus ja turvallisuusohjeistus. Lisäksi luontoteeman hyödyntäminen näyttäytyi yhteisenä tekijänä. Kehityskohtana Peltolan aistimodulaatiohuoneessa nousi esille sen sijainti. Huone sijaitsee eteisen ja asukashuoneen välisessä tilassa ja asukkaan on käytettävä sitä halutessaan liikkua huoneeseen tai sieltä pois. Kurjenmäkikodin multisensorisessa tilassa on huomioitu asukkaiden rajoitteet esimerkiksi tuoksuuttomuudella ja valaistuksen kirkkaudella, mikä palvelee asiakasryhmää, mutta rajaa aistien tutkimisen mahdollisuutta. Molemmissa kohteissa huoneet on koettu positiiviseksi voimavaraksi ja käyttöaste molemmissa on ollut hyvä. Kehittämistyössä hyödynnettiin vertaisarvioituista huoneista saatuja ideoita eri budjettitason hankinnoista ja tehtiin listaus eri hintaisista vaihtoehtoista.

Aistimodulaatiohuoneen suunnitelmassa ehdotettujen elementtien valikoitumista ohjasi PEO-malli, jonka pohjalta pystyttiin huomioimaan aistimodulaatioon vaikuttavia tekijöitä ja eri käyttäjäryhmien mieltymyksiä ja tarpeita. PEO-malli jakaa toiminnallisen suoriutumisen kolmeen osaan, ihmiseen, toimintaan ja ympäristöön. Nämä eri osa-alueet huomioitiin siltä osin kuin se tässä kontekstissa oli mahdollista.

Yksilölliset mieltymykset ja mielenkiinnonkohteet ovat vaihtelevia ja tämä huomioitiin esittely- ja opetuskäyttöä ajatellen. Tämän vuoksi huoneeseen haluttiin hankkia monipuolisesti erilaisia elementtejä. Huoneeseen hankittavaksi suunnitelluissa välineissä on niin vireystason säätelyyn, rauhoittumiseen ja maadoittumiseen kuin energian lisäämiseenkin tarkoitettuja elementtejä. Tämä sen takia, jotta välineet vastaisivat monenlaisten käyttäjien erilaisiin tarpeisiin stressitason ja vireystilan huomioiden.

Ympäristö on suunniteltu helposti muokattavaksi monipuolisuuden varmistamiseksi sekä aistikokemuksia voidaan ennakoida valitsemalla käyttöön asiakkaalle soveltuvia välineitä. Turvallisuusohjeistusta ei tässä vaiheessa tehty, sillä sen paikkansapitävyyden takaamiseksi ohjeistus on hyvä tehdä vastaamaan niitä välineitä ja elementtejä, jotka toimeksiantaja valitsee huoneeseen hankkia. O'Sullivanin ja Fitzgibbonin (2018, 168-170) teoksessa Sensory Modulation – Changing how you feel through using your senses, on löydettävissä "Risks checklist", jonka avulla voidaan tunnistaa aistimodulaatiohuoneen käyttöön liittyviä riskejä. Riskeihin lukeutuvat muun muassa tukehtumisvaara ja kaatumisriski, toimintakyvyn rajoitteet, traumat ja allergiat.

Toiminnan merkityksellisyyttä ja mielekkyyttä käyttäjälle on vaikea etukäteen arvioida, jonka vuoksi huone tarjoaakin käyttäjilleen vaihtoehtoja, joista valita itselleen mieluisat. Aistimodulaation vaikuttavuutta todistavat saatavilla oleva tutkimustieto ja käyttäjäkokemukset, joita kehittämistyöhön on kerätty niin kirjallaisista kuin tietokantoja hyödyntämällä.



Kuva 2: Kehittämistyötä ohjanneet PEO-mallin elementit

Huoneen suunnittelua varten tehtiin näytönhaku (liite 2), jonka tulokset suodatettiin siten, että ne ovat vertaisarvioituja, julkaistu vuoden 2013 jälkeen ja koko teksti on saatavilla. Näillä suodattimilla saaduista tuloksista valikoitiin vielä ne, jotka koskevat aistimodulaatiota interventiona tai aistimodulaatiohuoneita, eivät liity sensorisen integraation teoriaan, joiden koko tekstiin on pääsy ilmaiseksi tai Turun ammattikorkeakoulun kirjaston kautta ja joita ei ole valittu jo toisen tietokannan kautta saaduista tuloksista.

Hakusanoja käyttämällä osumia löytyi joitakin kymmeniä, mutta poissulkukriteerien avulla tarkastelun jälkeen jäljelle jäi vain muutama käyttökelpoinen tulos. Suurin osa termillä "sensory modulation" löytyvistä tuloksista ei koske aistimodulaatiota interventiokeinona, sillä englannin kielessä termi tarkoittaa myös ihmisen neurofysiologista prosessia ja monet tuloksista käsittelevät siihen liittyviä häiriöitä tai termin käyttöä ammattilaisten keskuudessa. Hausta saadut tulokset käsittelevät pääasiassa aistimodulaatiohuoneiden tai aistimodulaation käyttäjäkokemuksia.

Aistimodulaation hyödyntämisen tuloksia on tutkittu esimerkiksi erilaisten kyselytutkimusten avulla. Erityisesti aikuiset mielenterveyskuntoutujat ja heitä hoitava henkilökunta raportoivat aistimodulaation lisänneen potilaiden hallinnan tunnetta omaan mielialaansa. Lisäksi aistimodulaation kautta potilaat saivat uusia välineitä tunteiden tasapainottamiseen esimerkiksi rauhoittamaan ahdistuneisuutta tai ylivilittynyyttä. Moni koki aistimodulaatiohuoneen käyttämisen vähentäneen myös lääkkeiden tai fyysisen rajoittamisen tarvetta. (Barbic ym. 2019, 6-9.)

Farnworthin ja Wiglesworthin (2015, 259-260) tutkimuksessa mielenterveyskuntoutujat pisteyttivät stressitasonsa kymmenportaisella asteikolla ennen ja jälkeen aistimodulaatiohuoneen käytön. Viidestäkymmenestä osallistuneesta kolme raportoi stressitasonsa nousseen, mutta kaikki muut raportoivat stressin laskeneen. Suurin raportoitu lasku oli jopa yhdeksän numeron verran. (Farnworth & Wiglesworth 2015, 259-260.)

Warner ym. (2013, 732-733) artikkelissa kuvaillaan kolmea kliinistä aistimodulaation käyttötapaa hoitolaitoksessa. Yksi keinoista oli aistimodulaatiohuoneen käyttö Yhdysvalloissa suljetussa laitoshoido-ohjelmassa, joka on tarkoitettu vakavasti traumatisoituneille 13-19 vuotiaille tytöille. Artikkelissa kuvaillaan kahden aistimodulaatiohuoneen luomista ja kehittämistä sekä erilaisia aistimodulaation keinoja, joita potilaat käyttivät. Aistimodulaatiohuoneiden käytöllä oli välitön vaikutus esimerkiksi tunteiden säätelyyn. Potilaiden ja heidän omaistensa mukaan

aistimodulaatiohuoneiden käyttö laitoksessa oli yksi tehokkaimmista hoitomuodoista ja sen tehokkuutta lisäsi se, että aistimodulaatiohuoneessa käytettyjä keinoja pystyi mukauttamaan myös omaan elinympäristöön. (Warner ym. 2013, 732-733.)

Edellä mainituista tutkimustuloksista voidaan tehdä päätelmä, että aistimodulaatiolla on todettu useasti olevan positiivisia vaikutuksia käyttäjien hyvinvointiin. Nämä tutkimukset perustelevat osaltaan aistimodulaation käytön hyödyllisyyttä. Warnerin ym. (2013) artikkelissa esitellyt aistimodulaatiohuoneen elementit vastasivat pääasiassa kehittämistyön hankintalistasta löytyviä elementtejä, joka puolestaan vahvistaa tehtyjä valintoja.

4.2 Toteutusvaihe

Toteutusvaiheessa kehittämistyössä edetään tehdyn suunnitelman mukaisesti. Konstruktivistisessa mallissa toteutusvaihe etenee syklisesti, eli reflektion ja arvioinnin avulla voidaan uudelleen suunnata toteutusta ja tarkentaa tavoitteita.

Toteutusvaiheessa etenemistä dokumentoidaan omien muistiinpanojen avulla sekä säilyttämällä muu syntynyt materiaali. Tarvittaessa voidaan käyttää myös erilaisia kehittämistoiminnan menetelmiä, kuten benchmarkingia (Salonen 2017, 62).

Kehittämistyön toteutus aloitettiin hahmottelemalla raportin rakenne. Tämän tarkoituksena oli selkeyttää kehittämistyön sisältöä ja sitä, mitä tiedonhakuja ja toimenpiteitä tulisi tehdä. Tässä vaiheessa kehittämistyöstä oli tarkoitus syntyä myös konkreettinen aistimodulaatiohuone, mutta tämä suunnitelma muuttui myöhemmin prosessin edetessä. Tällöin päädyttiin siihen, että kehittämistyön tuotoksena syntyy ainoastaan suunnitelma toteuttamiskelpoisesta aistimodulaatiohuoneesta. Jo hankituista materiaaleista valmistettiin kuitenkin muutamia omatekoisia aistivälineitä, kuten sadeputkia, tuoksupurkkeja ja aistipulloja, jotka jäivät huoneelle varattuun tilaan odottamaan mahdollista tulevaisuuden käyttöä. Samalla tilan ylimääräiset tavarat raivattiin pois ja yksi kaapeista nimettiin aistimodulaatiohuoneen tarvikkeiden säilytyspaikaksi.

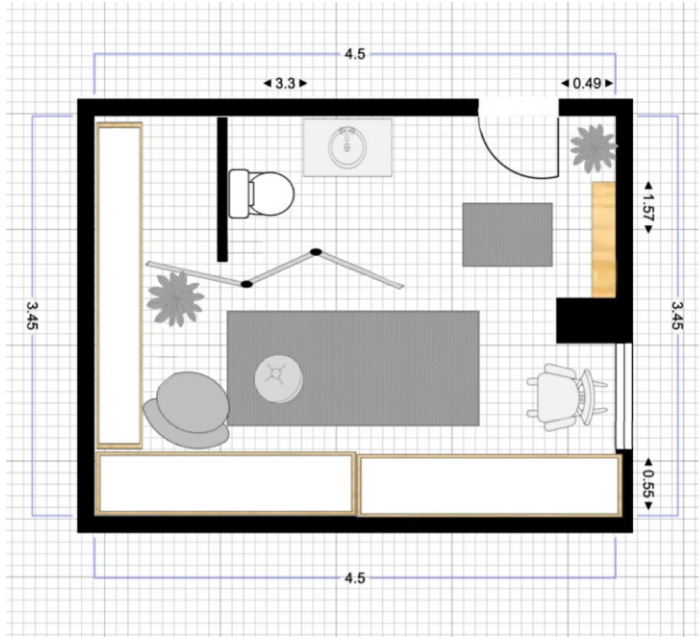
Seuraavaksi kartoitettiin mahdollisuutta toteuttaa aistimodulaatiohuone ilman budjettia tai pienellä budjetilla toimeksiantajan toiveesta ja oltiin yhteydessä suomalaisiin aistituotteiden jälleenmyyjiin. Heiltä tiedusteltiin halukkuutta lainata tai vuokrata

välineitä, joko esittelyä ja markkinointia tai yhdessä sovittavaa vuokrasummaa vastaan. Jälleenmyyjistä Lelutivoli ilmoitti kiinnostuksensa tuotteiden lahjoittamiseen, mikäli aistimodulaatiohuone kokonaisuudessaan toteutuisi ja otettaisiin myös käyttöön. Tämä mahdollisuus Lelutivolin maahantuomien tuotteiden lahjoituksista on huomioitu kootussa ehdotuslistassa.

Pienen budjetin vaihtoehtoja kartoittaessa oltiin yhteydessä Turun ammattikorkeakoulun lasten toimintaterapiapalveluihin ja selvitettiin mahdollisuutta lainata siellä olemassa olevia välineitä aistimodulaatiohuonetta varten. Lasten toimintaterapiapalveluista saatiin lupa lainata välineitä aistimodulaatiohuoneen esittelystä varten niinä aikoina, kun terapiatoiminta ei ole käynnissä. Tämä on huomioitu hankintalistoissa siten, että lasten toimintaterapiapalveluilta löytyvät tuotteet on esitetty edullisempina vaihtoehtona. Kalliimpana vaihtoehtona on niitä vastaavien tuotteiden hankinta vain aistimodulaatiohuonetta varten.

Aistimodulaatiohuoneeseen hankittavista tuotteista koottiin lista (liite 3), johon tuotteet lajiteltiin eri aistijärjestelmien mukaisesti. Lähes kaikista tuotteista listaan lisättiin kahden eri budjettiluokan vaihtoehdot, joista toimeksiantaja voi huonetta toteuttaessaan valita omalle budjetilleen sopivamman. Listaukseen on valikoitu erityisesti tuotteita, jotka sopivat useille eri käyttäjäryhmille, koska huoneen on määrä tulla esittelykäyttöön ja asiakaskunta voi tämän vuoksi olla hyvinkin vaihtelevaa. Mahdollisia asiakasryhmiä aistimodulaatiohuoneen käyttäjiksi ovat muun muassa lapset, ikääntyneet, kehitysvammaiset ja mielenterveyskuntoutujat.

Aistimodulaatiohuoneesta luotiin pohjapiirustus (kuva 3), joka havainnollistaa tilaa ja välineiden sijoittelua. Pohjapiirustukseen on sijoitettu vain suurimmat elementit, sillä suurin osa välineistä säilytetään kaapissa ja otetaan käyttöön tarvittaessa. Kuvassa näkyvät elementit ovat säkkituoli, keinutuoli, kaksi kasvia, kaappi, tyyny, matto ja sermi. Tilassa sijaitseva esittely-WC suositellaan peitettäväksi.



Kuva 3. Aistimodulaatiohuoneen pohjapiirustus ja ehdotettu sisustusratkaisu.

4.3 Aistimodulaatiohuoneen elementit

Aistimodulaatiohuoneen elementit valikoitiin siten, että niiden käyttömahdollisuudet olisivat mahdollisimman monipuoliset. Jumppapallo, tasapainotyyny ja tehtävänopat yhdessä keinutuolin kanssa mahdollistavat monenlaisen liikkeen hyödyntämisen eli vestibulaariset aistikokemukset. Osa näistä tuotteista mainitaan hankintalistassa proprioseptiivisen aistijärjestelmän kohdalla, sillä ne hyödyntävät molempien näiden aistijärjestelmien toimintaa. O’Sullivanin ja Fitzgibbonin (2018, 19) mukaan rauhalliset, hitaat liikkeet, kuten jooga ja venyttely, toimivat rauhoittumiseen ja stressin lievittämiseen. Nopeatempoiset ja voimakkaat liikkeet kuten tanssiminen, juokseminen ja naruhyppely voivat lisätä energisyyttä ja purkaa levottomuuden tunnetta. Keinutuolin keinuva liike puolestaan on maadoittava elementti. Taskullista tehtävänoppaa tai useita erilaisia omatekoisia noppiä hyödyntämällä noppiin voidaan halutessaan valita mitä tahansa liiketehtäviä käyttötarkoituksen mukaan, esimerkiksi tanssimista musiikin tahtiin, pallon pomputtelua tai juoksemista ja hyppimistä vireystason nostamiseksi ja hitaita venytyksiä tai rauhallista kehon liikuttelua rentoutumisen edistämiseksi. (O’Sullivanin & Fitzgibbon 2018, 19.)

Proprioseptiivistä eli asentoaistia hyödyntäviä aistimodulaation keinoja ovat esimerkiksi painavien esineiden asettaminen kehon eri alueille, työntämistä ja vetämistä vaativat

liikkeet, kankaan kietominen tiukasti kehon ympäri (O'Sullivan & Fitzgibbon 2018, 20-21). Tällaisia elementtejä aistimodulaatiohuoneessa edustavat esimerkiksi tehtävänoppiin valittavat mahdolliset työntämistä, vetämistä tai muuten voimakkaasti lihastyötä vaativat tehtävät, jumppapallo/puolipallo, painotuotteet ja lycrakangas. Osa elementeistä on lueteltu hankintaehdotuksissa tuntoaistin kohdalla, koska ne yhdistävät näiden kahden aistijärjestelmän toimintaa.

Tuntoaisti on yksi voimakkaimmista tehoaistimuksista vestibulaarisen ja proprioseptiivisen aistijärjestelmän rinnalla. Englanninkielinen termi power sensation tarkoittaa aistimusta, jolla on erityisen suuri vaikutus ihmisen tunnetiloihin. Kevyt kosketus herättää ja nostaa vireystilaa ja kehottaa aivoja kiinnittämään huomiota kosketukseen. Syvä ja painetta aiheuttava tuntoaistimus taas on turvallisuuden tunnetta edistävää, rauhoittavaa ja maadoittavaa. Myös lämpötilalla voidaan säädellä vireystilaa. (O'Sullivan & Fitzgibbon 2018, 21-22.) Aistimodulaatiohuoneessa tuntoaistia stimuloivia elementtejä ovat erilaiset puristeltavat pallot, tuntolaatat, painotuotteet, lycrakangas, hierontapallo, aistivaaho ja aistiharja. Näillä tuotteilla tuntoaistimuksen voimakkuutta ja pinta-alaa voi varioida. Aistiharjalla tuntemus voidaan suunnata kevyenä jollekin tietylle kehon osalle kun taas painopeitto tai -lelu tai kehon ympärille kiedottava lycrakangas stimuloivat syvätuntoaistia laajalle alueelle jakautuvan paineen avulla. Aistivaahdon viileä ja kupliva tuntemus voi toimia virkistävänä elementtinä ja tuntolaattojen hypistely tai puristelupallon pyörittely käsissä voi sen sijaan rauhoittaa ja purkaa stressiä.

Ihminen kykenee erottamaan viisi perusmakua: makea, suolainen, hapana, karvas ja umami. Makuaistimukseen liitetään myös kokemus syötävän tekstuurista sekä suun motoriset liikkeet. Esimerkiksi sitruksen, mintun tai tulisen makuja voi käyttää energian tunteen lisäämiseen tai purukumin jauhamista keskittymiseen. (O'Sullivan & Fitzgibbon 2018, 22.) Aistimodulaatiohuoneessa voi hyödyntää suun aistikokemuksia imeskelemällä kirpeän, tulisen ja raikkaan makuisia karamelleja, jotka voivat toimia energisoivina, maadoittumiseen tai keskittymistä lisäävinä.

Hajuaistin avulla koetaan tuoksuja. O'Sullivanin ja Fitzgibbonin (2018, 25-26) mukaan tuoksut ovat yhteydessä limbiseen järjestelmään, joka on mukana tunteiden ja muistin toiminnassa. Tuoksut voivat esimerkiksi laukaista muistoja tai tunteita ja näin lisätä rauhoittumisen tunnetta tai nostaa vireystasoa. Champagne (2018, 106-107) toteaa teoksessaan *Sensory Modulation in Dementia Care*, että hajuaisti on erityisen voimakkaasti yhteydessä tunteisiin ja traumaattisiin muistoihin ja siksi sen

huomioiminen terapeuttisen tilan suunnittelussa on huomattavan tärkeää. Tuoksuja voidaan tuoda tilaan esimerkiksi eteeristen öljyjen, kynttilöiden, saippuiden tai elintarvikkeiden avulla (Champagne 2018, 106-107).

Aistimodulaatiohuoneessa on itse tehtyjä tuoksupurkkeja, jotka sisältävät erilaisia tuoksuja, kuten kanelia, vaniljaa ja currya. Kynttilöitä tilaan ei ole suunniteltu tuotavaksi paloturvallisuusriskin vuoksi. Tuoksut haluttiin myös tietoisesti pitää rajattuna suljetuissa purkeissa, jotta ne voidaan tarvittaessa sulkea kokonaan pois esimerkiksi allergioiden tai tuoksuylherkkyyden vuoksi. Hankintalistaan on lisätty myös tuoksudiffuuseri, mutta mikäli sellainen huoneeseen hankitaan, on käytön oltava aina tilanteen mukaan harkittua, sillä koko huoneeseen leviävää tuoksua on vaikea poistaa tai rajata.

Ääniaistimukset voivat toimia rauhoittavina tai aktivoivina tekijöinä. (Dunn 2009, O'Sullivan & Fitzgibbon 2018, 24 mukaan). Rauhoittavat äänet ovat yleensä piirteiltään pehmeitä ja hitaita, rytmisiä ja yksinkertaisia tai ennustettavia ja tuttuja. Aktivoivat äänet puolestaan ovat yleensä voimakkaita ja nopeatempoisia, epäsäännöllisiä rytmiltään, monimutkaisia sekä yllättäviä. (O'Sullivan & Fitzgibbon 2018, 24.)

Aistimodulaatiohuoneeseen suunniteltiin hankittavaksi bluetooth-liitännällä varusteltu kaiutin, josta voi kuunnella oman puhelimen kautta itseään miellyttäviä ääniä rauhoittumiseen tai aktivoitumiseen. Lisäksi hankintalistaan on ehdotettu hankittavaksi tuulikello ja sadeputki, joita voi hyödyntää esimerkiksi rauhoittumiseen. Champagnen (2018, 88) mukaan erityisesti luonnonäänillä, kuten meren kohinalla, on yleisesti rauhoittavana pidetty vaikutus. Myös hidas rytmien liikkuminen, kuten musiikin tahtiin heiluminen, koetaan rauhoittavana.

Näköaistilla tarkoitetaan silmien kykyä vastaanottaa näkyvän valon muodostamia kuvia ja muuttaa ne sähköisiksi viesteiksi, jotka kulkevat hermoston kautta aivoihin.

Näkökyky on aivojen prosessi, jossa käsitellään näitä impulsseja. Aivot hahmottavat näin värejä ja muotoja, valojen eroavaisuuksia ja liikettä. (O'Sullivan & Fitzgibbon 2018, 23.) Visuaalista ärsykettä voidaan hyödyntää aistimodulaatiossa useisiin tarkoituksiin kuten esimerkiksi vireystilan säätelyyn. Rauhoittavina elementteinä voidaan pitää yleisesti muun muassa hämää, lämminsävyistä ja värillistä valaistusta, omia mielenkiinnon kohteita esittäviä kuvia, luontoon ja eläimiin liittyvää kuvastoa ja rauhallisesti liikkuvia elementtejä kuten akvaariokaloja, mobilea, tuulikelloa tai takkatulta. Vireystilaa nostavia visuaalisia elementtejä ovat sen sijaan kirkkaat värit ja

valot, silmä-käsi koordinaatiota vaativien pelien pelaaminen, interaktiiviset lamput tai urheilun seuraaminen. (Champagne 2018, 101-103.)

Aistimodulaatiohuoneessa on mahdollista säädellä valaistusta mieleisekseen valaisimilla, sillä tilassa sijaitseva ikkuna ei päästä sisään paljoa luonnonvaloa. Käyttäjät jotka hakevat visuaalista ärsykettä saattavat pitää tätä itselleen sopimattomana. Aistimodulaatiohuoneeseen on suunniteltu hankittavan valonauhaa, jotta kirkkaat valot eivät ole hallitseva elementti. Aistimodulaatiovälineille tarkoitetut kaapit pitävät tilan siistinä ja yksinkertaisena, jotta liiallista visuaalista ärsykettä välttelevät viihtyisivät tilassa. Seinillä luontoaiheiset julisteet voivat virkistää tai rauhoittaa. Samaa vaikutusta tuovat tilaan sijoitettavat tekokasvit. Vehreys ja kuvien värit stimuloivat visuaalista ärsykettä hakevia. Aaltoprojektorin pehmeä värillinen valo toimii rauhoittavana elementtinä. Tilan värit ovat neutraalit, joka mahdollistaa erilaisten visuaalisten ympäristöjen luomisen.

5 Arviointi

Opinnäytetyön tarkoitus oli tehdä toteuttamiskelpoinen suunnitelma aistimodulaatiohuoneesta Turun ammattikorkeakoulun Sun Hyvä Elämä -klinikan käyttöön. Kehittämisen toteutumisen ja etenemisen arvioimiseksi hyödynnettiin monitahoarviointia ja Seppänen-Järvelän (2004, 57) kehittämisarvioinnin kysymyspatteria (liite 4). Konstruktivistisen mallin mukaan arviointivaihe on vaihe toteutusvaiheen sekä tuloksen ja tuotoksen jälkeen. Kuitenkin arviointia tapahtuu myös muissa kehittämistoiminnan vaiheissa reflektion kautta. Arviointivaiheeseen voi kuulua itsearviointin lisäksi myös vertaispalautetta, ulkopuolisten arvioita tai muita arvioinnin tapoja. (Salonen 2017, 64-65.)

“Monitahoarviointi on arvioinnin tapa, joka korostaa kaikkien intressiryhmien tasa-arvoista osuutta, kun määritellään arvioinnin kohteita ja kriteereitä. Varsinaisessa arviointitilanteessa selvitetään avainryhmien näkemyksiä arvioitavan kohteen toiminnasta. Siinä he arvioivat kohdetta omasta näkökulmastaan kokemustensa perusteella.” (Seppänen-Järvelä 2004, 35.)

Monitahoarvioinnissa siis arvioitiin prosessin etenemistä ja toteutumista toimeksiantajan, tekijöiden ja ohjaavan opettajan kesken läpi koko opinnäytetyöprosessin ja arvioinneista kirjattiin ylös muistiinpanot, joiden pohjalta kehittämistyötä edistettiin ja muokattiin prosessin aikana. Monitahoarvioinnin aikana arvioitiin esimerkiksi opinnäytetyön sisältöä ja aikataulun realistisuutta sekä saatiin ohjaajalta ja toimeksiantajalta palautetta ja kehitysideoita raportin kirjoittamista varten.

Seppänen-Järvelä (2004, 57) kysymyspatteristoa käytettiin etenemisen tukena kehittämistyössä. Kysymyspatteristo mahdollisti etenemisen seuraamisen ja yhteistyön sujumisen ohjaamalla pysähtymään toiminnan reflektoinnin äärelle. Kysymyspatteristoa on hyödynnetty myös pohdinnan koostamisessa.

Kun kehittämistyön tuotoksena syntyy suunnitelma aistimodulaatiohuoneesta, pohjautuu kehittämistyö pääasiassa kirjallisiin lähteisiin kuten tutkimuksiin, artikkeleihin ja kirjoihin. Lähteiden monipuolisuus ja laatu ovat tämän vuoksi erityisen tärkeitä kehittämistyön sisällön kannalta. Haasteeksi prosessissa osoittautui aistimodulaatiota ja aistimodulaatiohuoneita käsittelevien lähteiden suppeus. Aistimodulaatiota käsittelevät kirjalliset lähteet rajautuvat muutamaankin teokseen, joiden käyttö näkyy myös muissa aiheeseen liittyvissä opinnäytetyöissä. Näitä lähteitä voidaan kuitenkin pitää

luotettavina ja laadukkaina lähteinä, jotka käsittelevät aihetta monipuolisesti. Teokset ovat suhteellisen tuoreita ja sisältävät informaatiota useista eri lähteistä.

Opinnäytetyössä käytetyt tutkimukset todistavat osaltaan aistimodulaation hyötyjä käyttäjälle. Tutkimustiedon saatavuus oli kuitenkin sekin melko suppeaa. Monet tutkimusartikkelit ovat maksumuurin takana ja tähän nimenomaiseen kehittämistyöhön soveltuvia artikkeleita ei löydy kovin montaa.

Tutkimuksista saatiin vain satunnaisia ajatuksia eri näkökulmista aistimodulaatiota koskien. Johtopäätöksenä tutkimuksista tulee kuitenkin ilmi aistimodulaation ja aistimodulaatiohuoneen merkityksellisyys niin toimintaterapiassa kuin esimerkiksi pakkokeinojen käytön vähentämisessäkin. Termien käytön kanssa haluttiin myös olla huolellisia englannista käännettäessä, jotta asiayhteys säilyy.

Benchmarking -menetelmää käyttämällä luotiin pohja sille, mihin suuntaan kehittämistyötä halutaan lähteä viemään. Menetelmä antoi mahdollisuuden oppia muiden toteuttamista huoneista ja reflektoida niiden hyviä puolia ja kehityskohtia. Benchmarkingin laajemmasta hyödyntämisestä useampaan eri kohteeseen oltaisiin varmasti saatu vielä enemmän työkaluja oman suunnitelman työstämiseen. Menetelmää on kuitenkin mahdollista hyödyntää myös vain yksittäiseen tai pieneen määrään vertailtavia kohteita (Niva & Tuominen 2021, 16-17). Tässä kehittämistyössä benchmarkingin käytön suppeus johtui osittain muiden aistihuoneiden vähäisyydestä erityisesti Varsinais-Suomen alueella. Tietoa huoneista oli vaikea löytää netistä hakemalla ja toinen kohde tulikin eteen sattumalta toisen tekijän ollessa töissä paikassa, jossa oli toteutettu aistihuone.

Opinnäytetyöprosessi eteni hieman hitaammin kuin alun perin oli suunniteltu. Aikataulu päivitettiin ajantasalle, kun selvisi, ettei aiempi suunnitelma toteudu sellaisenaan. Osaltaan aikataulua venytti viestinnän hitaus yhteistyökumppaneiden ja toimeksiantajan kanssa. Yhteistyömahdollisuuksien kartoittaminen osoittautui myös haasteelliseksi, kun kehittämistyössä päädyttiin tuottamaan ainoastaan suunnitelma aistimodulaatiohuoneesta. Monet yhteistyökumppaniehdokkaat eivät vastanneet sähköposteihin ja on todennäköistä, etteivät yhteistyötahot halunneet sitoutua projektiin, jonka toteutumisesta ei ole varmuutta.

Aistimodulaatiohuoneen suunnittelussa on yleisesti tärkeä huomioida turvallisuuskysymykset. Tässä kehittämistyössä huoneen käyttötarkoitus kuitenkin poikkeaa tyypillisestä aistimodulaatiohuoneesta, minkä vuoksi turvallisuusohjeistuksen laatiminen on myös hankalaa. Huomioitaviksi seikoiksi voidaan kuitenkin nostaa

huoneen vierailijoiden allergioiden tai yliherkkyyksien selvittäminen ennen huoneen käyttöä sekä hygieniatoimenpiteet. Painotuotteiden käytössä on otettava huomioon käyttäjän koko, jotta esimerkiksi painopeitto ei ole käyttäjälle liian painava.

Traumatausta, joka yhdistyy johonkin spesifiin aistikokemukseen on myös hyvä tiedostaa huonetta käytettäessä. (O'Sullivan & Fitzgibbon 2018, 51,168.)

Aistimodulaatiohuoneen soveltuvuutta ikään, sukupuoleen, kulttuuriin ja muihin yksilöllisiin tekijöihin nähden on vaikea arvioida etukäteen, sillä käyttäjäryhmä on hyvin monimuotoinen. Myöskään aistimodulaatiohuoneen merkityksellisyyttä ei voida etukäteen suunnitella, koska se on suunnattu vain kokeilukäyttöön.

Aistimodulaatiohuoneen välineet tulee varastoida asianmukaisesti ja siirtää pois kulkuväylältä, kun aistimodulaatiohuonetta ei käytetä. Esittely- ja opetustilanteissa käytön tulee olla valvottua mieluiten aistimodulaatiota ymmärtävän ammattilaisen toimesta. (O'Sullivan & Fitzgibbon 2018, 51,168.)

Toimivuuden kannalta aistimodulaatiohuoneelle varattu tila ei ole optimaalinen, sillä pinta-ala on melko rajallinen. Lisäksi tilassa on esittelykäyttöön hankittu irrallinen WC-nurkkaus, joka ei ole siirrettävissä. Tämä rajoittaa huoneen tilankäyttöä ja sen soveltuvuutta kaikille asiakasryhmille esimerkiksi esteettömyyden kannalta. WC-elementistä koituu huoneelle myös esteettistä haittaa. Tilassa on yksi pienehkö ikkuna, joka päästää sisään vähäisesti luonnon valoa. Tämä rajoittaa valaistuksen säätämistä tietynlaista visuaalista ärsykettä hakevalle henkilölle sopivaksi eikä se myöskään tarjoa näkymää luontoon. Tilan neutraali värimaailma sopii hyvin muokattavaksi monenlaiseen tarpeeseen ja kaapistot tarjoavat mahdollisuuden välineiden säilyttämiseen poissa näkyvistä, niin käytön aikana kuin käyttökertojen välissäkin.

Aistimodulaatiovälineiden hinnat voivat olla melko korkeita, mutta mahdollisuus lasten toimintaterapian välineiden hyödyntämiseen laskee huoneen toteuttamiseen vaadittavan budjetin määrää. Välineiden uusiokäyttäminen ja lainaaminen on myös ekologisesti ja eettisesti kestävämpää kuin uuden ostaminen. Kuitenkin lainausjärjestely vaatii enemmän valmistelua ja suunnitelmallisuutta aistimodulaatiohuoneen käyttöä varten. Lasten toimintaterapian terapia-ajat rajaavat myös aistimodulaatiohuoneen käyttöaikoja mikäli välineet päädytään lainaamaan. Aistimodulaatiohuoneen sijainti Kunnonkodissa rajaa myös käytön mahdollisuuksia Kunnonkodin ollessa varattuna muuhun käyttöön.

Opinnäytetyö lähetettiin toimeksiantajalle kokonaisuudessaan sähköpostitse ja esiteltiin myöhemmin suunnitelman osalta Teams-tapaamisessa. Toimeksiantaja kommentoi

suunnitelmaa positiivisesti ja oli tyytyväinen sen toteuttamiskelpoisuuteen. Suunnitelmaa esitellessä käytiin läpi tehdyt suositukset hankittavista välineistä, pohjapiirustus, muut toteutuksessa huomioitavat asiat, yleisiä vinkkejä turvallisuuteen liittyen sekä ehdotukset jatkokehittämisestä toteutuksen jälkeen. Toimeksiantaja kertoi suunnitelman esittelytapaamisessa, että suunnitelmaa ollaan halukkaita viemään eteenpäin ja toimeksiantajan taholla ollaan järjestämässä palaveri toteutukseen liittyvistä käytännön asioista. Toimeksiantaja kommentoi oppineensa paljon uutta opinnäytetyön etenemistä seuratessaan ja lopullista työtä lukiessaan. Tapaamisessa keskustelimme vielä tarkemmin aistimodulaation turvallisuudesta ja painotimme turvallisuusnäkökulman perinpohjaista huomioimista toteutusvaiheessa. Keskustelimme myös opiskelijoiden osaamisen hyödyntämisestä huoneen toteutuksessa ja huoneen käytön liittämistä osaksi opetusta. Opiskelijat voisivat mahdollisesti valmistaa itse aistivälineitä osana opintojaksoa. Toimeksiantajan pyynnöstä tapaamisen jälkeen koottiin vielä erillinen tiedosto toteutuksen kannalta olennaisimmista seikoista, jotta suunnitelma olisi helpommin käytettävissä ja sovellettavissa kuin se on osana opinnäytetyön raporttia.

Toimeksiantajan palautteen perusteella voidaan todeta, että opinnäytetyön tarkoitus luoda toteuttamiskelpoinen suunnitelma aistimodulaatiohuoneesta toteutui. Kuitenkaan toteuttamiskelpoisuudesta ei voida täysin varmistua ennen huoneen toteuttamista käytännössä. Myöskään tavoitteeksi asetettua aistimodulaation tunnettuuden lisääntymistä ja huoneen hyödyntämistä osana Sun Hyvä Elämä -klinikan palveluita ei voida todeta täyttyneeksi ennen kuin huone on toteutettu ja otettu käyttöön.

6 Lopuksi

6.1 Pohdinta

Opinnäytetyön aihe valikoitui alun perin valmiista tilatuista opinnäytetöistä siksi, että meitä molempia kiinnosti perehtyä aistimodulaatioon tarkemmin. Kyseinen menetelmä oli meille molemmille entuudestaan tuntematon, eikä sitä käsitelty myöskään osana opintoja. Tartuimme aiheeseen kuitenkin mielenkiinnolla ja motivaatiolla. Sun Klinikan toiminta oli meille molemmille tuttua ja ajattelimme sen olevan myös opiskelijoille mahdollisuus hyödyntää koulussa opittuja ammatillisia taitoja käytännössä, minkä vuoksi olimme kiinnostuneita kehittämään Sun Klinikan toimintaa aistimodulaatiohuoneen muodossa.

Prosessin alussa toiveenamme ja tavoitteenamme oli saada toteutettua valmis aistimodulaatiohuone ja uskoimme sen olevan saavutettavissa. Kuitenkin yllätyimme pohjatyön vaativuudesta ja melko pian huomasimme aistimodulaatiohuoneen suunnittelun itsessään vievän runsaasti aikaa. Lisäksi toimeksiantajalta tullut tieto rahallisten resurssien puutteesta vahvisti meille ajatusta kehittämistyön rajaamisesta pelkkään suunnitelmaan. Ennen päätöstä kehittämistyön rajaamisesta olimme ehtineet aloittaa itse valmistettavien välineiden materiaalihankinnat ja valmistamisen, joten nämä käyttökelpoiset välineet luovutettiin toimeksiantajalle, joka kannatti ajatusta niiden säilyttämisestä tulevaisuutta varten.

Konkreettisen aistimodulaatiohuoneen toteutuksesta luopuminen oli meille molemmille aluksi haastava ajatus, mutta osoittautui lopulta hyväksi päätökseksi aikataulutuksen kannalta. Kuitenkin se, että kehittämistyössä syntynyttä tuotosta oli vaikeampi nähdä konkreettisesti, laski hieman myös motivaatiota kehittämistyön tekemiseen. Koemme vahvuudeksemme tässäkin tilanteessa, että olemme pystyneet mukautumaan muuttuviin tilanteisiin ja saattamaan prosessin loppuun asti.

Yhteistyö opinnäytetyön tekijöiden kesken toimi hyvin, vaikka pääasiassa opinnäytetyö tehtiin Teams-videotapaamisten muodossa etäyhteydellä muuttuneiden elämäntilanteiden vuoksi. Välimatkamme olisi todennäköisesti hidastanut prosessia enemmän, jos tuotoksena olisi syntynyt valmis aistimodulaatiohuone. Yhteisen kiinnostuksen ja motivaation vuoksi vastuu ja työmäärä jakautui myös melko tasaisesti. Pääasiassa suunnitelmaa ja raporttia kirjoitettiin yhdessä, mutta toisinaan lähteiden

hankintaa ja tekstin muokkauksia tehtiin myös erikseen. Kaikki itsenäisen työn tuotokset kuitenkin arvioitiin ja hiottiin lopulliseen muotoonsa etätapaamisten aikana.

Vaikka yhteistyö tekijöiden kesken sujui hyvin, olisi ollut tärkeää saada myös toimeksiantaja helposti kiinni. Omalta osaltamme hyödynsimme melko vähän ohjausaikoja opinnäytetyön ohjaajan kanssa ja siinä olisimme voineet parantaa sillä palautteen pohjalta projekti sai joka kerta paljon uusia ulottuvuuksia.

Kehittämistyöstä olisi ollut mahdollista tehdä vielä laajempi ja yksityiskohtaisempi esimerkiksi turvallisuusnäkökulman osalta ja benchmarkingia laajentamalla. Tässä vaiheessa vastaan tuli kuitenkin halu saada projekti valmiiksi, jotta voisimme valmistua ajallaan ja siksi kaikkiin mahdollisuuksiin ei tartuttu. Kuitenkin opinnäytetyöhön kokonaisuudessaan käytetty aika ja vaiva kertovat myös huolellisesta työstä ja halusta tehdä lopputuloksesta hyödyntämiskelpoinen. Tulevaisuudessa huoneen toteutus voisi antaa aihetta jopa toiseen kokonaiseen opinnäytetyöhön, johon osana voisi kuulua turvallisuussuunnitelma.

Kehittämistyön aikataulu muuttui prosessin aikana useaan otteeseen. Näin ollen suunnitelmallisuudessa olisi ollut parantamisen varaa, vaikka osasimmekin odottaa ettei kaikki menisi täysin suunnitelman mukaisesti. Toisaalta joustavuudesta ja mukautumiskyvystä on ollut hyötyä, sillä pystyimme pitämään välissä myös pienen tauon, jolloin opittua tietoa päästiin hyödyntämään työelämässä. Kehittämistyön pariin palatessamme meillä olikin selkeämpi kuva aistimodulaatiosta ja ajatukset opinnäytetyöstä olivat saaneet aikaa jäsentyä.

Molemmat opinnäytetyön tekijät kokivat prosessin lopussa aistimodulaation teorian avautuneen vähitellen ja opittua pystyttiin myös hyödyntämään prosessin aikana käytännön työssä. Työelämässä opinnäytetyön aihe on herättänyt paljon mielenkiintoa niin toimintaterapeuttien kuin muidenkin ammattilaisten keskuudessa. Yleinen kokemus oli, että tieto ja osaaminen aistimodulaatioon liittyen on vielä vähäistä, mutta halukkuutta uuden oppimiseen löytyy sitäkin enemmän.

Mikäli aistimodulaatiohuone toteutetaan ja se otetaan esittely- ja opetuskäyttöön, on käyttöastetta syytä aluksi seurata. Jos huonetta käytetään esittely- ja opetustilana vähän, voidaan käyttöä laajentaa ensin lasten toimintaterapiaan ja myöhemmin mahdollisesti suunnitella opiskelijoille huoneen varausmahdollisuus omaan käyttöön. Viimeistään tässä vaiheessa aiemmin mainittu turvallisuussuunnitelma ja käyttöohje tulevat ajankohtaisiksi.

6.2 Eettisyys

Kehittämistyön eettisyys ja luotettavuus pohjautuvat Tutkimuseettisen lautakunnan ohjeistukseen hyvästä tieteellisestä käytännöstä. Hyvä tieteellinen käytäntö tarkoittaa toimintatapoja tutkimukseen liittyen, joita ovat rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus tutkimusprosessissa. (TENK 2021.) Tässä kehittämistyössä käytettiin aineiston hankintaan luotettavia sekä kansainvälisiä tietokantoja kuten Cinahlia sekä Joanne Briggs Instituuttia ja Occupational Therapy Databasea.

Jos aistimodulaatiohuoneeseen tulevaa välineistöä halutaan hankkia yhteistyönä välineitä myyvien tahojen kanssa, yhteistyöstä sopiessa on varmistettava molemmille osapuolille kuuluvat sitoumukset yhteistyöhön liittyen. Tällaisia sitoumuksia voivat olla muun muassa se, millä aikataululla huoneen voidaan luvata olevan valmis tuote tai miten myyjien tuotteita esittelyn yhteydessä halutaan markkinoitavan. Näin menettelemällä pyritään välttämään tyhjät lupaukset yhteistyötahoille. Huonetta toteutettaessa on hyvä myös huomioida, että mikäli tuotteista maksetaan osalle jälleenmyyjistä, on suositeltavaa maksaa kaikille jälleenmyyjäryityksille. Lahjoituksia ja ilmaisia lainoja voidaan ehdottaa vain siinä tapauksessa, että kaikki jälleenmyyjät suostuvat osallistumaan huoneen toteutukseen samoilla ehdoilla.

Kehittämistyössä pyritään varmistamaan, että käytetyt menetelmät, aineistot, tulokset ja tuotokset ovat tutkimuseettikan ja juridiikan sallimissa rajoissa kaikkien vapaasti käytettävissä. Tutkimuksen luotettavuuden näkökulmia voidaan soveltaa kehittämistoimintaan. Kehittämistoiminnassa luotettavuuteen voidaan katsoa kuuluvaksi siirrettävyys ja käyttökelpoisuus, joka tarkoittaa syntyvän tiedon todenmukaisuutta ja hyödyllisyyttä. Kehittämistoiminnan toteutus ja konteksti on tuotava esille niin läpinäkyvästi, että muut voivat arvioida tulosten käytettävyyttä omassa yhteisössään. (Lincoln & Cuba 1985, Toikko & Rantasen 2009, 126 mukaan.) Vakuuttavuus tarkoittaa sitä, että valinnat tulee tehdä läpinäkyviksi ja perustella. Kehittämistoiminta voi olla luonteeltaan sosiaalinen prosessi, jossa kehittäjät osallistuvat toimintaan ja toimijat kehittämiseen. Toimijoiden ja kehittäjien on tärkeää sitoutua kehittämisprosessiin, sillä se vaikuttaa aineistojen, metodin ja tuotosten luotettavuuteen. Luotettavuuden kannalta pitää tietää, missä prosessin vaiheessa toimijat eivät ole osallistuneet aktiivisesti kehittämiseen. Sitoutumattomuus vaikuttaa aineistojen, menetelmien ja tulosten luotettavuuteen. Näin virhemahdollisuus kasvaa

jos toimijat eivät osallistu kaikkiin kehittämisprosessin vaiheisiin. (Toikko & Rantanen 2009, 123-125.)

Opinnäytetyötä tehdessä huolehdittiin aineistojen luotettavuudesta käyttämällä mahdollisimman tuoreita lähteitä, jotka ovat lähdeluettelon pohjalta kaikkien löydettävissä. Osa käytetystä materiaalista ei ollut saatavilla viime aikaisista lähteistä, jonka vuoksi opinnäytetyössä on käytetty muutamia yli kymmenen vuotta vanhoja lähteitä. Tuoreita lähteitä pyrittiin ensisijaisesti käyttämään luotettavuuden varmistamiseksi. Kaikki opinnäytetyössä esitetty tieto perustuu luotettaviin alan tutkimuksiin ja kirjallisuuteen, mikä takaa tiedon todenmukaisuuden ja käytettävyyden. Kehittämistyön tuloksena syntyneen suunnitelman hyödyllisyydestä ei voida olla täysin varmoja ennen suunnitelman toteuttamista käytännössä. Kuitenkin voidaan olettaa, että aistimodulaatiohuone toteutuessaan toisi lisäarvoa opetukselle ja Sun Klinikin liiketoiminnalle. Raportissa on perusteltu kehittämistyön aikana tehdyt valinnat kutakin teemaa koskevissa kappaleissa. Virhetulkintojen mahdollisuus kasvaa, koska kehittämistyön tekijät eivät osallistu aistimodulaatiohuoneen toteutukseen käytännössä. Kehittämistyötä tehdessä on pyritty avaamaan suunnitelman toteuttamisen vaatimat toimenpiteet siten, että suunnitelma on mahdollista toteuttaa ilman tulkintavirheitä.

Lähteet

- Ayres, A. J. 2015. Aistimusten aallokossa, Sensorisen integraation häiriö ja toimintaterapia. Suom. Tapola, L. Jyväskylä: PS-kustannus. Opetus 2000 – julkaisusarja.
- Barbic, S.P.; Chan, N.; Rangji, A.; Bradley, J.; Pattison, R.; Brockmeyer, K.; Leznoff, S.; Smolski, Y.; Toor, G.; Bray, B.; Leon, A.; Jenkins, M. & Mathias, S. 2019. Health provider and service-user experiences of sensory modulation rooms in an acute inpatient psychiatry setting. PLoS ONE Vol. 14, No.11, 1-15.
- Baptiste S. 2017. The Person-Environment-Occupation Model. Teoksessa Hinosa J.; Kramer, P. & Brasic Royeen C. (toim.) Perspectives on Human Occupation – Theories Underlying Practice. Second Edition. Philadelphia: F.A. Davis Company, 137-159.
- Champagne, T. 2018. Sensory Modulation in Dementia Care – Assessment and Activities for Sensory-Enriched Care. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Lecklin, O. Laatu yrityksen menestystekijänä. 2006. Hämeenlinna: Karisto Oy.
- Leppäluoto, J.; Kettunen, R.; Rintamäki, H.; Vakkuri O.; Vierimaa H. & Lätti S. 2015. Anatomia ja fysiologia, Rakenteesta toimintaan. Helsinki: Sanoma Pro.
- O’Sullivan, S. & Fitzgibbon, J. 2018. Sensory Modulation, Changing How You Feel Trough Using Your Senses, Resource Manual. Brisbane: Sensory Modulation Brisbane.
- Rodger, S. & Dancza, K. 2018. Occupational Therapy Theories and the Occupational Therapy Process. Teoksessa S. Rodgers & K. Dancza (toim.) Implementing occupation-centred practice. A Practical Guide to Occupational Therapy Practice Learning. New York: Routledge.
- Salonen, K.; Eloranta, S.; Hautala, T. & Kinos, S. 2017. Kehittämistoiminta ja kehittämisen menetelmiä ammatillisessa korkeakoulutuksessa. Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja 108. Turku: Turun ammattikorkeakoulu.
- Seppänen-Järvelä, R. 2004. Prosessiarviointi kehittämissuorituksissa. Opas käytäntöihin. Stakes, FinSoc Arviointiraportteja 4/2004. Helsinki.

Sensorisen integraation terapian yhdistys Ry. Ayresin sensorisen integraation terapiamenetelmä ASI <https://sity.fi/si-terapia-ja-miten-lapsi-paasee-tutkimuksiin-ja-terapiaan/> Viitattu 1.11.2022

Rantanen, T. & Toikko, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta: näkökulmia kehittämisprosessiin, osallistamiseen ja tiedontuotantoon. Tampere University Press.

Tuominen, K. & Niva, M. 2021. Benchmarking käytännössä: Itsearviointin työkirja. Oy Benchmarking Ltd.

Turun ammattikorkeakoulu 2021. Esteettömän ja turvallisen asumisen neuvontakeskus, Kunnonkoti. Viitattu 12.11.2021

<https://www.turkuamk.fi/fi/tyoelamapalvelut/palvelut/neuvontakeskus-kunnonkoti/>

Turun ammattikorkeakoulu 2021. Meille Sun hyvä elämä on tärkeä. Viitattu 12.11.2021

<https://www.turkuamk.fi/fi/tyoelamapalvelut/sunhyvaelama/>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta TENK 2021. Hyvä tieteellinen käytäntö. Viitattu 8.12.2021 <https://tenk.fi/fi/tiedevilppi/hyva-tieteellinen-kaytanto-htk>

Warner, E.; Koomar, J.; Lary B. 2013. Can the body change the score? Application of sensory modulation principles in the treatment of traumatized adolescents in residential settings. Springer Science + Business Media New York. Vol. 28, 732-733.

Wiglesworth, S. & Farnworth, L. 2015. An Exploration of the Use of a Sensory Room in a Forensic Mental Health Setting: Staff and Patient Perspectives. Occupational Therapy International. Vol. 23, 255–26

Kehittämistyön aikataulun päivitetty versio 8/2022

Lokakuu 2021	ideointi yhteys toimeksiantajaan tilaan tutustuminen
Marraskuu 2021	opinnäytetyön suunnitelman kirjoittaminen kirjallisuuteen ja tietolähteisiin tutustuminen Benchmarking -vertaisarviointien tekeminen aistiväline-esittelyyn osallistuminen
Joulukuu 2021	opinnäytetyön suunnitelman kirjoittaminen opinnäytetyön suunnitelman esityksen laatiminen aineiston ja tietolähteiden hankinta
Tammikuu 2022	opinnäytetyön suunnitelman palautus ja esittäminen aineiston ja tietolähteiden hankinta
Helmikuu 2022	tauko kehittämistyöprojektista harjoittelun vuoksi
Maaliskuu 2022	opinnäytetyön suunnitelman korjaukset palautteen pohjalta viimeistellyn suunnitelman palautus tilan kokonaisuuden suunnittelu
Huhtikuu 2022	tilan muutostyöt ja mittaaminen toimeksiantosopimuksen allekirjoittaminen kehittämistyön raportin alustava suunnittelu
Toukokuu 2022	kehittämistyön raportin hahmottelu itsetekoisten välineiden suunnittelu ja tilan raivaustyöt

	<p>tapaaminen opinnäytetyön ohjaajan kanssa</p> <p>edistymisen arviointi (kysymyspatteristo)</p> <p>itsetekoisten välineiden valmistaminen</p> <p>yhteistyökumppanien kartoitus</p> <p>välinehankintalistan valmistelu</p> <p>kehittämistyön rakenteen hienosäätö ja otsikointi</p> <p>kehittämistyön raportin kirjoittaminen</p>
Kesäkuu 2022	tauko kehittämistyöprojektista
Heinäkuu 2022	tauko kehittämistyöprojektista
Elokuu 2022	<p>aistimodulaatiohuoneen pohjapiirustuksen tekeminen</p> <p>opinnäytetyön aikataulun päivittäminen</p> <p>tapaaminen opinnäytetyön ohjaajan kanssa</p> <p>opinnäytetyön raportin kirjoittaminen</p> <p>opinnäytetyön arviointi</p>
Syyskuu 2022	<p>raportin palautus ja kehittämistyön esittäminen</p> <p>raportin muokkausten tekeminen palautteen pohjalta</p>
Lokakuu 2022	<p>julkaiseminen Theseuksessa</p> <p>kypsyysnäyte</p>

Näytönhaku

<i>käytetty tietokanta</i>	<i>käytetyt hakusanat</i>	<i>kaikkien osumien määrä</i>	<i>poissulkukriteerien jälkeinen osumien määrä</i>	<i>2-3 osuvinta tulosta</i>
<i>Cinahl Complete (EBSCO Host)</i>	Sensory modulation OR sensory modulation room OR sensory room AND occupational therapy	61 osumaa	2	Wiglesworth, S. & Farnworth, L. 2015. (Kts. lähdeluettelo.) Warner, E.; Koomar, J.; Lary B. 2013. (Kts. lähdeluettelo.)
<i>Cochrane Library (Terveysportti)</i>	1.Sensory modulation disorder OR sensory room AND occupational therapy 2. sensory modulation room AND occupational therapy 3. Occupational therapy AND sensory modulation	1: 11 osumaa 2: 0 osumaa 3: 5 osumaa	0	
<i>Elsevier: Science direct</i>	1. Occupational therapy AND sensory modulation 2. Occupational therapy AND sensory modulation room	1: 25 osumaa 2: 25 osumaa	0	
<i>JBICONNECT (Ovid)</i>	Occupational therapy AND sensory room OR sensory modulation room	0	0	

OTDBASE	1. Sensory modulation AND Occupational Therapy	1: 0 osumaa	1	Keptner, K.M.; Fitzgibbon, C. & O'Sullivan, J. 2021. (kts. lähdeluettelo)
	2. sensory modulation	2: 4 osumaa		
<i>Medic</i>	1. occupational therapy AND sensory modulation OR sensory modulation room	1: 0 osumaa		
	2. toimintaterapia AND aistimodulaatio OR aistimodulaatiohuone	2: 0 osumaa		

Ehdotukset välineistä hankittavaksi Kunnonkodin aistimodulaatiohuoneeseen

Kuuloaisti:

<i>Hankittava väline:</i>	<i>edullisempi vaihtoehto</i>	<i>kalliimpi vaihtoehto</i>
<i>sadeputki</i>	itse askarrellen https://www.youtube.com/watch?v=k0C-K0VxMMk	Allomaari Sadeputki 25,00€
<i>tuulikello tms.</i>	Clas Ohlson Tuulikello bambua, 80cm 9,99€	
<i>kuplamuovi</i>	Kunnonkodilla aistimodulaatiohuoneen kaapissa säästettynä jonkun verran	Puילו Telpak kuplamuovi 50cmx10m 3,90€
<i>aaltoprojektori/kaiutin</i>	mahdollinen yhteistyö/lahjoitus lelutivoli	Lelutivoli Voimakivi aaltoprojektori kaiuttimella 48€

Tuntoaisti:

<i>Hankittava väline:</i>	<i>edullisempi vaihtoehto</i>	<i>kalliimpi vaihtoehto</i>
<i>puristeltavat pallot</i>	itse askarrellen https://www.youtube.com/watch?v=Fz5iEBdJM84	Lekolar Puristelupallo 4,60€
<i>hapsuverho oveen</i>	Confetti Oviverho helmiäinen 7,50€	Puילו Ötökkä oviverho original kirkas 34,90€

<i>tuntolaatat</i>	itse askarrellen https://www.youtube.com/watch?v=7FHt5KsXMUQ	Lekolar Taktiilliset laatat 85€
	tai Sun Klinikan lasten toimintaterapian käveltävät ja kosketeltavat laatat	
<i>painopeitto</i>	Kunnonkodilla esittelykäytössä oleva painopeitto	JYSK Painopeitto 7 kg GJENDETUN GA 150x210 149€
<i>painopehmolet u</i>	Sun Klinikan lasten toimintaterapiassa painokoira mahdollinen yhteistyö/lahjoitus Lelutivoli tai Serina	Lelutivoli Mauri mäyräkoira painokoira 34,90€
<i>lycrakangas</i>	Nappininja Lycra, yksivärinen 155cmx100cm 14,50€	Aistituote.fi Keskikokoinen vartalosukka 61,90€
<i>kehohierontapa llo</i>	Sun Klinikan lasten toimintaterapian sininen pieni pallo	Lelutivoli hierontapallot 2kpl setti 6,90€
<i>aistivaahdo</i>		Lelutivoli aistivaahdo 10,90€
<i>aistiharja</i>	Puulo Aino kynsiharja kahvalla 0,90€	Lelutivoli Aistiharja 6,50€

Näköaisti:

<i>Hankittava väline:</i>	<i>edullisempi vaihtoehto</i>	<i>kalliimpi vaihtoehto</i>
<i>valonauhaa</i>	Clas Ohlson Valoketju 12m 14,99€	Aistituote.fi Kuituvalot 499,00€
<i>aistipullot</i>	itse tehtynä https://www.youtube.com/watch?v=76MTGCgFt5E	Lelutivoli Petit Boum Pack Magic aistipullot 43,50€

<i>aistipöytä</i>	Kunnonkodin leikkitalan valaistu aistipöytä	
	valokuvien teettäminen Ifolor alk. 0,09€/kpl	Desenio julisteet: Forest reflections 50cmx70cm 29,95€
		Meadow bear 50cmx70cm 29,95€
		Desenio kehystetuotteet: Puukehys tammi 50x70 36,95€/kpl
		Julistelista valkoinen 51cm 16,95€/kpl

Hajuaisti:

hankittava tuote: edullisempi vaihtoehto kalliimpi vaihtoehto

<i>tuoksupurkit</i>	lasipurkit, joissa mausteita	lasipurkit, joissa eteerisiä öljyjä esim. Life Puhdas+ eteeriset öljyt 10,90€/kpl
<i>tuoksudiffuuseri</i>	Hyvinvoinnin.fi Puhdas+ Aromadiffuuseri ultra sonic 19,95€ + öljyt	K-Citymarket Muji tuoksudiffuuseri 64,95€ + öljyt

Makuaisti:

hankittava tuote: edullisempi versio kalliimpi versio

<i>tulista maisteltavaa</i>	Poppamies manalan makeiset K-kaupoista 4,95€
<i>kirpeää maisteltavaa</i>	Brain blasterz 48g kirpeä karkki K-kaupoista 1,69€
<i>raikasta maisteltavaa</i>	Mynthon Fresh breath Aqua menthol -purukumi K-kaupoista 2,09€

Proprioseptiivinen aistijärjestelmä:

<i>hankittava tuote:</i>	<i>edullisempi vaihtoehto</i>	<i>kalliimpi vaihtoehto</i>
<i>jumppapallo</i>	Sun-klinikan lasten toimintaterapian	PRISMA House Steam jumppapallo 75cm, 13,95€
<i>puolipallo</i>	Lasten toimintaterapia	Verkkokauppa.com, Bosu HOME puolipallo 65cm, 239€
<i>tasapainotyyny</i>	Lasten toimintaterapia	Gymstick Stability Air Pad musta 16,90 €
<i>hulavanne</i>	Lasten toimintaterapia	BILTEMA Hulavanne 60cm, 2,90€
<i>tehtävänopat</i>	Itse askartelemalla esim. maitopurkista noppa	Iso pehmeä taskullinen noppa 1 kpl Lelutivoli 18,50€

Vestibulaarinen aistijärjestelmä:

<i>hankittava tuote:</i>	<i>edullisempi vaihtoehto</i>	<i>kalliimpi vaihtoehto</i>
<i>keinutuoli/pyörivä tuoli</i>	Kunnonkodin keinutuoli	On24.fi Keinutuoli terassille Finlay 229,45€
<i>Bilibo fantasiakivet</i>		Aistituote.fi Bilibo 45€

Muuta hankittavaa:

sermi eristämään WC muusta tilasta: esim. Netrauta.fi, Sermi Artgeist Foggy Forest, 225x172cm, 205,80€

viherkasveja / muovikasveja Plantagen Limoviikuna tekokasvi 140 cm, hopea 54,99 € / Plantagen Tuonenkielo tekokasvi 67 cm vihreä 24,99 €

säkkituoli JYSK Kolind musta 60x90x60cm 35€

Kehittämisarvioinnin kysymyspatteri esim. projektiryhmän käyttöön (esim. 2 krt/vuosi)

Miltä tuntuu, mitä kuuluu?

Missä vaiheessa nyt ollaan?

Mitä vaiheita olemme läpikäyneet?

Mitä olemme tehneet hankkeemme toteuttamiseksi?

Mitkä ovat omat tavoitteemme?

Missä määrin olemme edenneet tavoitteiden suuntaan (mistä voimme nähdä sen)?

Ovatko tavoitteet muuttuneet, jos niin miten ja miksi?

Millaisia esteitä, positiivisia löydöksiä tai muita yllätyksiä olemme hankkeessa kohdanneet?

Miten yhteydenpito ja yhteistyö on sujunut?

Mitä uusi työmuoto on / ei ole merkinnyt työyhteisöllemme?

Miten projektiorganisaatiomme on toiminut?

Mihin suuntaan olemme menossa, miksi?

Mitä aioimme seuraavaksi tehdä, miksi?