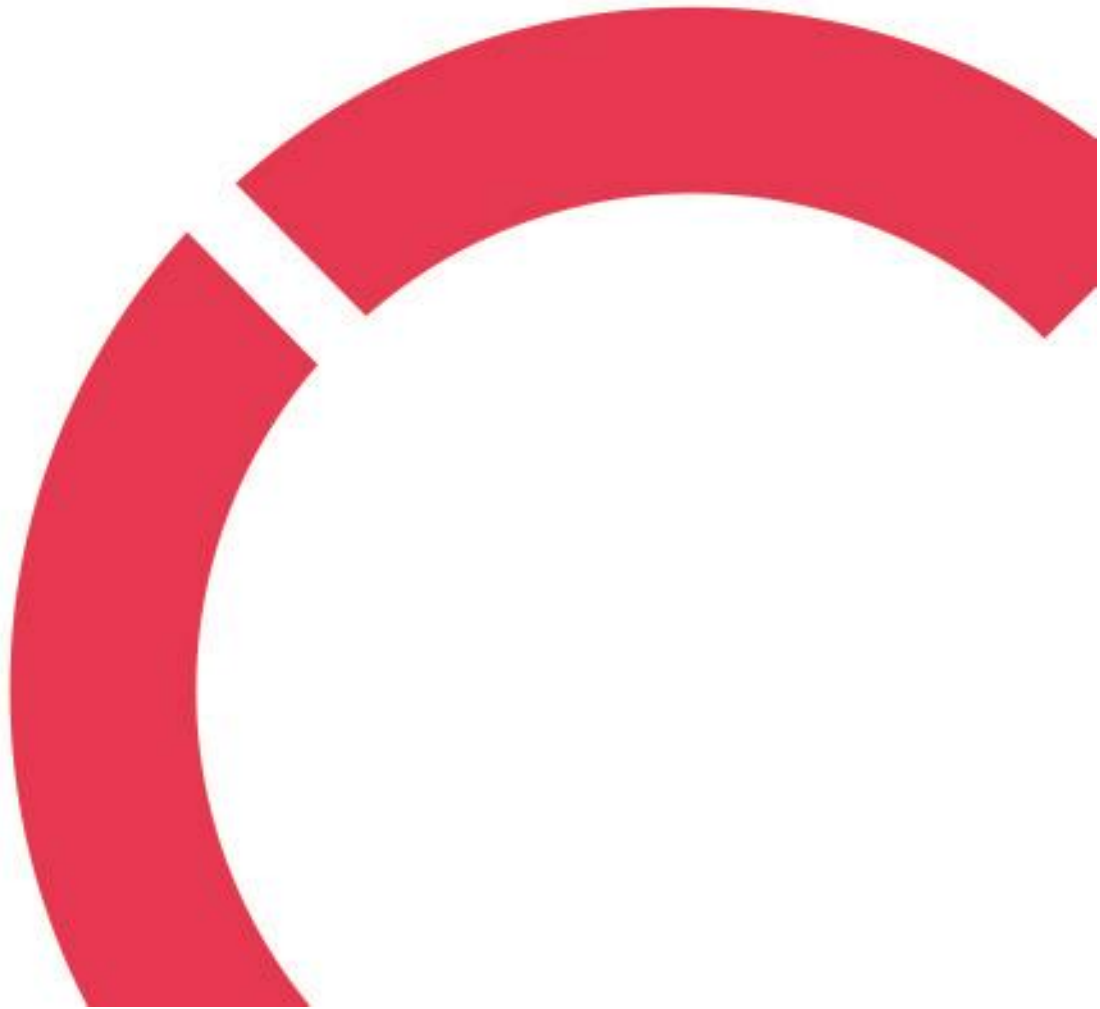


**Reetta Karomäki**

**VUOROVAIKUTUSPROJEKTI KOTIPOLUN ASUKKAILLE**

**Opinnäytetyö  
CENTRIA-AMMATTIKORKEAKOULU  
Sosiaalialan koulutus  
Lokakuu 2023**



**TIIVISTELMÄ OPINNÄYTETYÖSTÄ**

<b>Centria-ammattikorkeakoulu</b>	<b>Aika</b> Lokakuu 2023	<b>Tekijä/tekijät</b> Reetta Karomäki
<b>Koulutus</b> Sosiaalialan koulutus		<input checked="" type="checkbox"/> AMK <input type="checkbox"/> YAMK
<b>Työn nimi</b> Vuorovaikutusprojekti Kotipolun asukkaille		
<b>Työn ohjaaja</b> Pirjo Forss-Pennanen		<b>Sivumäärä</b> 15+17
<b>Työelämäohjaaja</b> Nina Pikkarainen		
<p>Opinnäytetyöni tilaajana toimi Keski-Pohjanmaan hyvinvointialueen Soiten kehitysvammaisten asumispalveluyksikkö Kotipolku. Opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisena vuorovaikutusprojektina. Vuorovaikutusprojektin tarkoituksena oli kehittää Kotipolun asukkaiden keskinäistä kommunikointia, yhteishenkeä ja vuorovaikutustaitoja, sekä harjoitella osallisuuden kokemista. Vuorovaikutusprojektin nimi on Porinapaja ja se toteutettiin Kotipolussa, joka on Kokkolassa sijaitseva asumispalveluyksikkö aikuisille lievästi- ja keskivaikeasti kehitysvammaisille.</p> <p>Vuorovaikutuksen ja osallisuuden kokemus kuuluu jokaiselle. Hyvä itsetuntemus edesauttaa hyvään vuorovaikutukseen. Porinapajan tarkoitus on edesauttaa asukkaita keskittymään niihin vuorovaikutuksen sekä itsetuntemuksen osa-alueisiin, joita aiotaan kehittää.</p> <p>Asiakkaan ja työntekijän välille syntyvä luottamus on yksi tärkeimmistä asioista vuorovaikutuksen osalta. Kunnioitetaan asiakasta ja annetaan asiakkaalle tilaa sanoa omat mielipiteet ja kuunnellaan niitä. On tärkeää uskoa asiakkaan voimavaroihin, vahvuuksiin ja onnistumiseen sekä olla aidosti läsnä asiakastilanteessa.</p>		

<b>Asiasanat</b> Interventio, kommunikaatio, vuorovaikutus, vuorovaikutusprojekti
--

## ABSTRACT

<b>Centria University of Applied Sciences</b>	<b>Date</b> October 2023	<b>Author</b> Reetta Karomäki
<b>Degree programme</b> Bachelor of Social Sciences		
<b>Name of thesis</b> Interaction project for Kotipolku residents		
<b>Centria supervisor</b> Pirjo Forss-Pennanen	<b>Pages</b> 15+17	
<b>Instructor representing commissioning institution or company</b> Nina Pikkarainen		
<p>My thesis was commissioned by Kotipolku, a housing service unit for people with intellectual disabilities in Soite, the wellbeing services county of Central Ostrobothnia. The thesis was implemented as a functional interaction project. The purpose of the interaction project was to develop communication between Kotipolku residents, improve team spirit and interaction skills, and practice the experience of inclusion. The interaction project is called Porinapaja and it was implemented in Kotipolku, a housing service unit located in Kokkola and it is intended for adults with mild and moderate intellectual disabilities.</p> <p>The experience of interaction and participation belongs to everyone. Good self-knowledge contributes to good interaction. The purpose of Porinapaja is to help residents focus on the areas of interaction and self-knowledge that will be developed.</p> <p>The trust created between the customer and the employee is one of the most important things when it comes to interaction. It is important to respect the customer and give the customer space to express their own opinions and listen to them. It is important to believe in the customer's resources, strengths and their ability to succeed and to be genuinely present in the customer situation.</p>		

### Key words

Communication, interaction, interaction project, intervention

## **KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELY**

### **Interventio**

Interventiolla tarkoitan opinnäytetyössäni ohjattua toimintakertaa ja sen suunnittelua.

### **Vuorovaikutusprojekti**

Vuorovaikutusprojektin avulla on tarkoitus kehittää Kotipolun asukkaiden keskinäistä vuorovaikutusta sekä yhteishenkeä.

### **Porinapaja**

Nimesin opinnäytetyössäni interventiot Porinapajaksi.

**TIIVISTELMÄ  
ABSTRACT  
KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELY  
SISÄLLYS**

<b>1 JOHDANTO .....</b>	<b>1</b>
<b>2 KEHITYSVAMMAISUUDEN MÄÄRITTELYÄ.....</b>	<b>2</b>
<b>3 KEHITYSVAMMAISEN KOMMUNIKAATION JA VUOROVAIKUTUKSEN TUKEMINEN.....</b>	<b>3</b>
<b>4 VUOROVAIKUTUSPROJKETI PORINAPAJAN TOTEUTUS.....</b>	<b>5</b>
<b>4.1 Porinapajan ensimmäinen interventio .....</b>	<b>5</b>
<b>4.2 Porinapajan toinen interventio .....</b>	<b>7</b>
<b>4.3 Porinapajan kolmas interventio .....</b>	<b>8</b>
<b>5 VUOROVAIKUTUSPROJEKTIN ARVIOINTI .....</b>	<b>12</b>
<b>6 POHDINTA .....</b>	<b>13</b>
<b>LÄHTEET .....</b>	<b>15</b>
<b>KUVAT</b>	
KUVA 1. Kannustushuuto .....	6
KUVA 2. Nallekorttien valinta .....	7
KUVA 3. Herkkuhetki .....	9

## 1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni tilaajana on Keski-Pohjanmaan hyvinvointialueen Soiten kehitysvammaisten asumispalveluyksikkö Kotipolku. Kotipolku tarjoaa tehostettua palveluasumista kehitysvammaisille. Tehostettu palveluasuminen on tarkoitettu ympärivuorokautista tukea ja apua tarvitseville asiakkaille. Kotipolussa on tilat kahdeksalle vakitukselle asukkaalle ja lisäksi yksi asumisvalmennushuone sekä neljä tilapäispaikkaa. (Keski-Pohjanmaan hyvinvointialue Soite 2022.)

Tämän opinnäytetyön tarkoitus oli kehittää Kotipolun asukkaiden keskinäistä kommunikointia, yhteishenkeä, vuorovaikutustaitoja sekä harjoitella osallisuuden kokemuksia. Kommunikointi voidaan määrittellä kahden tai useamman henkilön väliseksi vastavuoroiseksi toiminnaksi, joka perustuu viestien vastaanottamiseen ja välittämiseen. Kommunikointiin sisältyy sekä sanallista että sanatonta viestintää. (Aaltonen, Aulanko, Iivonen, Klippi & Vainio 2009.) Puhumisen taito ei takaa aina takaa sitä, että kommunikointi olisi toimivaa. Toimivan vuorovaikutuksen perustana on, että ihmiset ovat viestintätilanteessa toisilleen aidosti läsnä ja kiinnostuneita toisistaan. He kykenevät sulkemaan muut häiritsevät tekijät pois mielestään ja keskittymään juuri tähän hetkeen tämän ihmisen kanssa. Parhaimmillaan vuorovaikutus tuottaa iloa sen molemmille osapuolille. (Vernerinet 2022.)

Vuorovaikutusprojektin nimi on Porinapaja, ja se toteutettiin Kotipolussa, joka on Kokkolassa sijaitseva asumispalveluyksikkö aikuisille lievästi ja keskivaikeasti kehitysvammaisille. Vuorovaikutusprojektini sisältää kolme interventiota, jotka toteutettiin harjoituksina yhdessä Kotipolun asukkaiden kanssa. Interventioiden tarkoituksena oli vahvistaa asukkaiden keskinäisiä vuorovaikutustaitoja sekä parantaa yhteishenkeä. Interventioiden jälkeen esittelin Kotipolun henkilökunnalle toteutuneet interventiot, niiden sisällön sekä asukkaiden antaman palautteen. Vuorovaikutusprojekti on tarkoitus juurruttaa osaksi Kotipolun toimintaa ja tarjota jatkuvaa kehitystä Porinapajan muodossa. Keräsin jokaisen intervention osalta osallistujien palautteen ja tein niistä yhteenvedon, jonka avulla reflektoin Vuorovaikutusprojektin onnistumista. Olen itse kuvannut kaikki Vuorovaikutusprojektissa otetut valokuvat.

## 2 KEHITYSVAMMAISUUDEN MÄÄRITTELYÄ

Kehitysvamma ei määritä ihmistä, se rajoittaa vain osaa elämästä. Kehitysvammaisuus ei ole asioinnin este, eikä se estä päätöksentekoa. Kehitysvammaiset ihmiset ovat yhteiskunnan täysivaltaisia jäseniä. Osa kehitysvammaisista lapsista käy samassa päiväkotiryhmässä tai koulussa kuin kaikki muutkin. Myöhemmin moni heistä muuttaa omaan asuntoon, kouluttautuu ammattiin, käy töissä, löytää puolison tai perustaa mahdollisesti perheen. (Vernerinet 2022.)

Kehitysvamma on aivojen ymmärryksen tai oppimisen alueella oleva synnynnäinen tai lapsuusiässä saatu vamma. Vamma on tilana elinikäinen, joka vaikuttaa monin tavoin elämään. (Vernerinet 2022.) Kehitysvammaisuuden aste vaihtelee hyvin lievästä vaikeaan kehitysvammaisuuteen. Kehitysvammaisuuden lievät muodot ovat yleisimpiä. Kaikista kehitysvammaisista monivammaisia ja vaikeimmin kehitysvammaisia on 5- 10%. Kehitysvammaisuuden kirjo on laaja ja diagnostiikka on kehittynyt paljon. (Vernerinet 2022.)

Moni kehitysvammaisen tarvitsee jonkinlaista tukea ja apua läpi koko elämän. Kehitysvamma tuo yleensä mukanaan vaikeuksia arjen erilaisissa toiminnoissa, kuten sosiaalisissa suhteissa, rahankäytössä, kotitöissä ja omien asioiden hoitamisessa. Avun ja tuen tarve voi esiintyä uusia taitoja opetellessa, monimutkaisen tiedon ymmärtämisessä ja kanssakäymisessä muiden ihmisten kanssa. (Vernerinet 2022.) Siinä missä toinen tarvitsee paljon tukea ja hoivaa elämän kaikilla osa-alueilla, selviytyy toinen hyvinkin itsenäisesti ja vähäisten tukitoimien turvin. Tärkeintä on löytää jokaiselle yksilölliset tukiratkaisut, jota mahdollistavat omannäköisen elämän. (Vernerinet 2022.) Yksilöllinen tuki on todella tärkeää, jotta kehitysvammaisen henkilö voi osallistua aidosti itseään koskevaan päätöksentekoon ja olla osallinen yhteiskunnassa. (Vernerinet 2022.) Sosiaali- ja terveysministeriö vastaa vammaisten henkilöiden hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä, sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujen kehittämistä ja toimeentulon turvaamisesta. Suomen vammaispolitiikan periaatteina ovat vammaisten henkilöiden oikeus yhdenvertaisuuteen, syrjimättömyyteen, osallisuuteen, tukitoimiin ja tarpeellisiin palveluihin. (Kuosma 2018, 34.) Tarkoituksena on, että julkiset palvelut suunnitellaan kaikille sopiviksi ja ympäristö esteettömäksi. Kun yleisten palvelujen apu ei riitä, järjestetään erityispalveluja, kuten apuväline-, asumis-, kuljetus- ja tulkkauspalvelua. Tavoitteena on tukea vammaisten henkilöiden työ- ja toimintakykyä sekä omatoimisuutta. Kunnan järjestämällä palveluilla ja tukitoimilla helpotetaan vammaisten henkilöiden selviytymistä jokapäiväisestä elämästä. (Kuosma 2018,34.)

### 3 KEHITYSVAMMAISEN KOMMUNIKAATION JA VUOROVAIKUTUKSEN TUKEMINEN

Kommunikointi, vuorovaikutus ja kuulluksi tuleminen ovat ihmisen perustarpeita ja tämän vuoksi ihmisoikeuksia. Kommunikointi on ajatusten, tunteiden ja tahdon ilmaisua. Se on valintojen tekemistä, oikeutta kieltäytyä, viestien välittämistä, oikeutta päästä vuorovaikutukseen toisen kanssa sekä yhteistä ymmärrystä. (Kehitysvammaisten palvelusäätiö 2022.) Kehitysvammaisen ihmisten vuorovaikutuskumppaneina toimivat usein läheisten lisäksi erilaisten palveluiden työntekijät, esimerkiksi koulun, päivätoiminnan ja asumisyksikön työntekijät. Tämän vuoksi työntekijöiden rooli vuorovaikutustilanteessa korostuu. Työntekijällä on vastuu vuorovaikutustilanteessa siten, että kehitysvammaisen ihmisen oikeudet kommunikointiin toteutuvat. (Kehitysvammaisten palvelusäätiö 2022.) Apuna käytettäviä keinoja vuorovaikutukseen on monia. Yksi tapa toimivaan vuorovaikutustilanteeseen on Tikoteekin LOVIT-muistisääntö, johon on koottu viisi elementtiä vuorovaikutuksessa kiinnitettäviin asioihin:

1. Läsnäolo
2. Odottaminen
3. Vastaaminen
4. Ilmaisun mukauttaminen
5. Tarkistaminen

Tikoteekin LOVIT-muistisääntöön on kiteytetty elementit, joiden avulla jokainen voi harjaantua osavaksi kumppaniksi. (Kehitysvammaisten palvelusäätiö 2022.)

LOVIT ohjeistaa kiinnittämään vuorovaikutuksessa huomiota seuraaviin asioihin:

- Ole läsnä ja keskity häneen
- Odota ja anna tilaa hänen kommunikointialoitteelleen
- Vastaa hänen viestiinsä
- Mukauta omaa ilmaisua niin, että löydätte yhteisen kielen
- Tarkista, että ymmärrätte toistenne viestit ja haluatte jatkaa vuorovaikutusta (Papunet 2020.)



On tärkeää, että keskittyy henkilöön, kenen kanssa on vuorovaikutuksessa. On myös tärkeää, että ilmaisee olemuksellaan, asennollaan ja ilmeillään, että on tilanteessa häntä varten. Tällöin keskustelukumppanisi aistii, että hänestä ollaan kiinnostuneita ja häneen halutaan saada kontakti. (Papunet 2020.) Kehitysvammaisen henkilö ei aina saa ilmaista tarpeitaan kommunikoimalla toisen henkilön kanssa, ja se voi usein aiheuttaa turhautumista. Tällöin voi tukea ja rohkaista jatkamaan kommunikointia, vaikka yhteistä kieltä ei heti löytyisi. Olen itse käyttänyt kommunikoinnin tukena kirjaa tai elokuvaa. Yhdessä luettu kirja tai katsottu elokuva antaa juttelun aihetta ja sen avulla voi kehittää mielikuvaharjoituksia, joita voidaan pukea sanoiksi. Esimerkiksi kirjasta voi keksiä jatko-osan ja jutella siitä yhdessä. Elokuvaan voi kehittää uuden päähenkilön ja kuvailla, minkälainen uusi päähenkilö voisi olla. Apuna vuorovaikutuksessa sekä kommunikoinnissa voi käyttää monenlaisia apukeinoja kehitysvammaisen henkilön mieltymysten mukaan.

## **4 VUOROVAIKUTUSPROJKETI PORINAPAJAN TOTEUTUS**

Toiminnallinen vuorovaikutusprojekti nimeltään Porinapaja toteutui syksyn 2023 aikana. Toteutin Kotipolun tiloissa asukkaille yhteensä kolme toiminnallista interventiota. Interventiot toteutuivat viikon välein. Tutustuin Kotipolun asukkaisiin ollessani siellä töissä ja halusin Porinapajan avulla kehittää asukkaiden keskinäistä vuorovaikutusta sekä yhteishenkeä. Osallistujia Porinapajaan oli noin kuusi-seitsemän asukasta, osallistujamäärä vaihteli riippuen asukkaiden aikataulusta. Jokaisella Porinapajaan osallistujalla on hyvä puhetaito, jonka otin huomioon harjoituksia suunnitellessani. Huomioin asukkaiden toimintakyvyn ja muokkasin harjoituksia sen mukaisesti. Toteutin Porinapajan Kotipolun toiminnallisissa tiloissa.

Keräsin materiaalia vuorovaikutustaitojen vahvistamiseen sekä yhteishengen kehittämiseen tarkoitettuja harjoituksista. Interventiot alkoivat aina samaan kellonaikaan iltapäivällä asukkaiden päivällisen jälkeen. Aloitimme Porinapajan aina samalla harjoituksella, joka oli kehu kaverille. Asukkaat saivat antaa vuorollaan kivan kehun vierustoverille.

### **4.1 Porinapajan ensimmäinen interventio**

Toteutin ensimmäisen intervention 5.10.2023 Kotipolun tiloissa. Tällä kerralla interventioon osallistujia oli seitsemän asukasta, joista kaksi osallistujaa oli tilapäisasukkaita. Kerroin asukkaille Porinapajan alkaessa mitä tavoitteita Porinapajalla on ja mihin asioihin Porinapajassa keskitytään. Yksi Porinapaja oli noin tunnin mittainen. Tämän kertaisessa Porinapajassa keskityimme vuorovaikutustaitojen vahvistamiseen sekä kuuntelemisen taitoon.

Aloitimme Porinapajan kehu kaverille- harjoituksella, jossa jokainen asukas sai antaa kehun vierustoverille. Tämän jälkeen jaoin asukkaat pareihin ja toimin itse yhden asukkaan parina harjoituksissa. Parit istuivat toisiaan vastapäätä ja kertoivat vuorollaan parilleen omasta aamustaan. Toisen parin oli oltava kerronnan aikana hiljaa ja keskityttävä kuuntelemaan parin kerrontaa oman aamun tapahtumista. Jokaisella parilla oli minuutti aikaa kertoa, minkä jälkeen vaihdoimme kerronta vuoroa. Tämän harjoituksen tarkoituksena oli harjoitella kuuntelemista ja toisen kohtaamista. Harjoituksen aikana tehtiin havaintoja itsestä kuuntelijana ja puhujana sekä harjoiteltiin erilaisia kuuntelemisen tapoja. (Maasola & Toivakka 2011, 156.)

Toinen harjoitus toteutettiin myös parityöskentelynä. Jaoin parit uudelleen sattumanvaraisesti, ja parit menivät seisomaan selät vastatusten. Ensiksi toinen pareista kertoi, mistä asioista hän pitää, ja toinen pari kuunteli sekä sai esittää kysymyksiä. Tämän jälkeen vaihdettiin rooleja parien kesken. Molemmilla pareilla oli minuutti aikaa kertoa, mistä asioista tykkää. Harjoituksen jälkeen parit kertoivat muille huoneessa oleville, mistä asioista oma pari pitää. Harjoituksessa esimerkiksi yksi pareista kertoi mieliherkuisuistaan. Kertoja sanoi pitävänsä karkista ja toinen pareista kysyi minkälaisista karkeista. Yksi pari kertoi esineistä, joista pitää ja toinen pareista esitti kysymyksiä: ”Minkä värinen se lempikorusi on?” ”Mistä olet saanut lempikorusi?” Parit keräsivät tietoa toiselle tärkeistä asioista kysymällä, jonka jälkeen osasivat esittää muille läsnäolijoille oman parin lempiasiat ja kertoa niistä tarkemmin. Tällä tavoin asukkaat tutustuivat toisiinsa paremmin ja osa asukkaiden lempiasioista tuli muille asukkaille yllätyksenä. Asukkaat huomasivat harjoituksen jälkeen, kuinka paljon saa lisätietoa toisesta rohkeasti kysymällä.

Tämän harjoituksen tavoitteena oli kehittää esittäytymisen ja toisen esittelyn taitoja. Harjoituksessa kehitetään vuorovaikutus- ja esiintymistaitoja sekä opitaan tapakulttuuria. (Maasola & Toivakka 2011, 160.) Seurasin asukkaiden parityöskentelyä harjoitusten aikana ja havainnoin keskinäistä kommunikointia, sen sujuvuutta sekä toisen osapuolen kuuntelemista. Keräsin asukkailta palautteen intervention jälkeen, ja harjoituksissa nousi seuraavia asioita esiin:

*Tykkäisin kun sai puhua toisen kanssa*

*Tehtävät oli kivoja ja oppi hahmottamaan ja kuuntelemaan toista, eikä keskeytä, kun toinen puhuu. Näitä harjoituksia saisi olla enemmän*

*Tykkäisin kun sai esittää toiselle kysymyksiä, mistä asioista toinen tykkää ja sai olla toisen kanssa vierokkain*



KUVA 1 Kannustushuuto

## 4.2 Porinapajan toinen interventio

Toteutin toisen intervention 11.10.2023 Kotipolun tiloissa. Tällä kertaa interventioon osallistui kuusi asukasta, joista kaksi oli tilapäisasukkaita. Tämänkertaisessa Porinapajassa keskityttiin yhteishengen kehittämiseen. Olin levittänyt ennen Porinapajan alkua pöydälle nallekortit, jotka toimivat vuorovaikutuksen tukena. Nallekorttien kuvissa nallet ilmentävät erilaisia tunteita ja tuntemuksia. Niiden avulla voidaan käydä keskustelua tunteista, ihmissuhteista, tapahtumista ja tutkia omaa identiteettiä. (Pesäpuu ry 2023.) Jokainen asukas nosti vuorollaan sen hetkistä omaa tunnetilaa kuvaavan nallekortin pöydältä. Tämän jälkeen jokainen esitteli vuorollaan muille oman Nallekortin ja perusteli, miksi valitsi juuri kyseisen nallen kuvan. Nallekorttien esittelyn jälkeen juttelimme asukkaiden Nallekorttien käytöstä ja min-kälaista oli käyttää kortteja apuna oman tunnetilan kuvaamisessa. Asukkaat olivat yhtä mieltä siitä, että nallekortin avulla oli helpompi ilmaista omaa tunnetilaa ja kertoa siitä muille.

Toisena harjoituksena oli Kehusuihku. Harjoituksessa jokainen asukas istui vuorotellen tuolille selkä muihin päin. Istuja oli nyt kehumisen keskiössä: asukkailla oli yhteensä kolme minuuttia aikaa antaa istujalle kehuja, ja kertoa missä asioissa hän on hyvä. Tuolissa istuvan ei tarvinnut kommentoida saamiinsa kehuja millään lailla. Tämän harjoituksen tavoitteena oli vahvistaa positiivisen palautteen antokykyä sekä taito ottaa vastaan toisten antamaa palautetta. Harjoitus vahvistaa myös ilmaisutaitoja. (Maasola & Toivakka 2011, 210.) Harjoituksen jälkeen kävimme asukkaiden kanssa läpi kehusuihkua ja sitä, min-kälaisia tunteita se herätti. Jokainen asukas oli samaa mieltä siitä, että oli kiva vastaanottaa kehuja toisilta ja osa asukkaista liikkui niitä kuunnelleessaan. Sovimme asukkaiden kanssa seuraavan viikon ”koti-tehtäväksi” antaa ainakin yksi kehu toiselle asukkaalle.



KUVA 2 Nallekorttien valinta

Lopuksi juttelimme yhdessä asukkaiden kanssa siitä, miten parantaa Kotipolun yhteishenkeä. Keskustelussa ilmeni seuraavia asioita:

*En tiuski ja yritän vastata toiselle nätisti*

*Voin kysyä toisen kuulumisia*

*Kaikki olisivat kohteliaita toisille ja auttaisi toista*

*Rehellinen, ottaa toiset huomioon ja oppia hyvät pöytätavat*

*Vaikka olisi kuinka huono päivä, ei töksäytellä toiselle. Pidetään luottamus kaverille*

Keräsin asukailta palautteen tämän kertaisesta interventioista ja palautteesta nousi esiin seuraavia asioita:

*Hyvä oli*

*Kummatkin kerrat olivat kivoja ja näitä pitäisi olla enemmän*

*Saa puhua ja saa olla oma itsensä, ei tarvitse jännittää*

*Tosi kiva*

*Nämä keventää oloa*

### **4.3 Porinapajan kolmas interventio**

Toteutin kolmannen intervention 18.10.2023 Kotipolun tiloissa. Tällä kerralla osallistujia oli kuusi asukasta, joista yksi oli tilapäisasukas. Tämänkertaisessa Porinapajassa harjoiteltiin kommunikointia, kontaktin ottoa toiseen ihmiseen, äänenkäyttöä keskustelussa sekä kuuntelijan ominaisuuksia. Tämänkertainen Porinapaja alkoi, annan sinulle lahjan nimisellä harjoituksella. Harjoituksessa muodostimme piirin, jonka keskellä oli kuvitteellinen kirstu. Ohjaaja aloitti nostamalla kirstusta kuvitteellisen esineen ja huomioi esineen painon, koon ja ulkomuodon sitä kirstusta nostaessaan ja kädessä pidellessään. Aloitin harjoituksen ja ojensin lahjan vieruskaverille sanoen samalla: ”ole hyvä, annan sinulle lahjan”. Lahjan saaja kiitteli lahjasta ja käsitteli esinettä sille kuuluvalla tavalla ja nimesi saamansa lahjan esimerkiksi sanoen: kiitos tästä kirjasta. Lahjan saaja pyrki toistamaan lahjan antajan elekieltä, esimerkiksi esineen painoa, muotoa ja kokoa. Nimettyään esineen hän jätti sen ringin ulkopuolelle ja nosti kirstusta uuden kuvitteellisen lahjan, jonka antoi seuraavalle vieruskaverilleen. Kierrosta jatkettiin, kunnes jokainen oli saanut oman vuoronsa antaa lahjan. Kun kierros oli päättynyt, käytiin yhdessä läpi,

pystyikö keholla ilmaisemaan esinettä ja mikä tehtävässä oli haastavaa? Harjoituksen tavoitteena oli kehittää kontaktin ottoa toiseen ihmiseen sekä mielikuvituksen ja kehon käyttöä. Pohdittiin myös lahjan antamiseen ja saamiseen liittyviä aiheita. (Maasola& Toivakka 2011, 142.)

Toisen harjoituksen tehtävänä oli tutkia äänenkäyttöä ja sitä, miten äänensävy vaikuttaa kuulijaan. Ruttistin harjoitusta varten paperipallon, jonka ojensin vuorollaan yhdelle asukkaista. Ojensin paperipallon sekä kuiskasin adjektiivin jokaiselle asukkaalle vuorotellen ja asukkaan tuli puhua sen adjektiivin mukaisesti minkä hänelle kerroin, esimerkiksi, iloisesti, vihaisesti tai surullisesti. Harjoituksen jälkeen pohdimme yhdessä asukkaiden kanssa, miten äänensävy vaikuttaa kuulijaan ja mitä kaikkea siitä voi tulkita. Tämän harjoituksen tavoitteena oli tutkia erilaista äänenkäyttöä ja miten äänensävy vaikuttaa kuulijaan, ja mitä kaikkea siitä voi tulkita harjoituksessa. Opitaan myös vuorovaikutusta ja itsetunteesta. (Maasola& Toivakka 2011, 152.) Harjoituksessa nousi seuraavia asioita esiin:

*Ihminen ei ole oma itsensä, tunteet voi tehdä aalto liikettä*

*Jos puhuu vihaisesti, en mene lähelle*

*Muistetaan olla kohteliaita. Jos toinen ei halua apua, ei saa väkisin tyrkyttää*

*Riippuu ihmisestä, miten uskaltaa kohdata, vaikka toinen on vihainen*

Kolmannen harjoituksen tavoitteena oli pohtia hyvän kuuntelijan ominaisuuksia. Tässä harjoituksessa asukkaat saivat kävellä vapaassa tilassa musiikin soidessa. Musiikin tauottua kerroin yhden asukkaan nimen ja kyseisen asukkaan piti muuttua patsaksi, joka hänen mielestään kuvaa tarkkaavaista kuuntelijaa. Muut kiersivät patsasta ja miettivät yhdessä, näyttääkö patsas tarkkaavaiselta kuulijalta. Onko patsaalla tarkkaavaisen kuulijan ilme ja asento? Jokainen sai vuorollaan esittää patsasta, ja harjoituksen jälkeen pohdimme vielä yhdessä, mitä huomioita patsaista tehtiin sekä mitä asennot, eleet ja ilmeet kertovat kuulijasta. Tämän harjoituksen tavoitteena oli pohtia hyvän kuuntelijan ominaisuuksia erilaisissa viestintätilanteissa. Jokaisen yksilöllinen tavoite on myös tarkastella itseään kuuntelijana. (Maasola& Toivakka 2011, 148.)

Harjoitusten jälkeen tarjosin asukkaille pillimehut sekä suklaasuikkoja. Kävimme vielä yhdessä läpi kaikkia kolmea Porinapajaa, ja mitä niistä jäi kenellekin mieleen. Pohdimme tehtyjä harjoituksia ja mitä niistä voi ottaa mukaan omaan arkeen.



KUVA 3 Herkkuhetki

Keräsin asukkaiden palautteen kolmannesta interventioista, ja esille nousi seuraavat asiat:

*Tykkäsin kaikista kerroista*

*Patsas harjoitus oli kiva*

*Vuorovaikutustehtävät oli hyviä. Niitä pitäisi harjoitella joka päivä*

*Vuorovaikutuksessa jokainen voi kertoa itsestään kuka on ja mitkä on minun heikkoudet ja vahvuudet*

*Kaikki harjoitukset jäi mieleen, ne oli kivoja ja ilta meni kivasti*

*Jäi hyviä paloja tästä ja rakentavaa sisältöä. Tämmöisiä harjoituksia enemmän*

*Näissä pystyi olemaan ilman, että tarvitsee jännittää*

Esitin 18.10. loppuraportin Kotipolun vuorovaikutusprojektista osalle henkilökuntaa. Loppuraportissa kerroin, mitä harjoituksia olimme tehneet interventioilla ja mitä asioita niiden avulla oli tarkoitus kehittää. Luin henkilökunnalle asukkailta saamani palautteen interventioista sekä kerroin, miten asukkaat toimivat ja reagoivat eri harjoituksissa. Henkilökunta sai esittää kysymyksiä esittelyn osalta ja pohdimme yhdessä, mitä harjoituksia voisi ottaa osaksi Kotipolun asukkaiden arkea. Harjoituksista nousi esiin esimerkiksi Kehusuihku, jonka tavoitteena oli harjoitella positiivisen palautteen antokykyä sekä vastaanottamaan palautetta toiselta. Toisena esiin nousi harjoitus, jossa parit istuivat toisiaan vastapäätä ja kertoivat vuorollaan parilleen omasta aamustaan. Toisen parin oli oltava kerronnan aikana hiljaa ja keskittyttävä kuuntelemaan parin kerrontaa oman aamun tapahtumista. Tässä tehtävässä harjoiteltiin toisen kohtaamista ja kuuntelemisen taitoa. Henkilökunta aikoi tehdä kyseiset harjoitukset asukkaiden kanssa joka viikkoisessa asukaspalaverissa, ja tarkoitus on ottaa myöhemmin muitakin

Porinapajassa olleita harjoituksia käyttöön. Henkilökunta oli tyytyväinen Porinapajan interventioihin, ja asukkaiden ilo niistä oli välittynyt myös henkilökunnalle. Henkilökunta piti interventioiden aiheita tärkeinä sekä ajankohtaisina Kotipolun asukkaille. Suosittelin henkilökuntaa hankkimaan Kotipolkuun Nallekortit. Käytimme niitä yhdessä interventiossa ja Nallekorttien avulla asukkaiden oli helpompaa tuoda esille sen hetkistä tunnetilaa kuvien avulla. Nallekortit toimivat hyvin vuorovaikutuksen tukena ja niiden avulla voidaan saada monipuolisia keskusteluja aikaiseksi.



## 5 VUOROVAIKUTUSPROJEKTIN ARVIOINTI

Arviointini vuorovaikutusprojektista perustui asukkailta saamiini palautteisiin sekä interventioiden onnistumiseen, havainnointiin ja toteutumiseen. Asukkailta saamani palaute interventioista oli positiivista, ja asukkaat kokivat palautteessa harjoitukset kivoiksi sekä toivoivat niitä jatkossakin enemmän. Pohdimme asukkaiden kanssa interventioissa tehtyjen harjoitusten tarkoitusta ja sitä, miten niitä voi hyödyntää Kotipolussa asukkaiden kesken sekä omassa arjessa. Toteutin vuorovaikutusprojektin aiemmin laatimani suunnitelman mukaisesti. Suunnittelemani kaikki kolme interventiota toteutuivat aikataulun mukaisesti lokakuun 2023 aikana. Alunperin suunnitelmassa käytettävä materiaali interventioiden harjoitukseen muuttui. Suunnitelmana oli tarkoitus käyttää interventioissa Papunetin harjoituksia sekä pelejä, mutta suunnitelma muuttui ennen interventioiden toteuttamista kun löysin itsetuntemuksen ja vuorovaikutuksen harjoitteluun sopivan oppaan, joka sisälsi paljon erilaisia harjoituksia mm. vuorovaikutukseen liittyen. Suunnitelmassani oleva toiminnanohjauksen PDCA-malli toimi hyvin interventioiden pohjana, ja mallin mukaan oli helppo edetä vuorovaikutusprojektin suunnittelun, toteuttamisen ja loppuraportin osalta. Suunnitelmassa laadittu budjetti piti hyvin paikkansa. Vuorovaikutusprojektiin oli suunnitelman mukaan tarkoitus osallistua kaikki Kotipolun tehostetun palvelun seitsemän asukasta. Osallistujamäärä kuitenkin vaihteli asukkaiden silloisten menojen mukaan. Suunnitelman mukaan yksi interventio oli tarkoitus järjestää Kotipolun piha-alueella, mutta huonojen sääolosuhteiden johdosta kaikki interventiot toteutettiin Kotipolun sisätiloissa.

## 6 POHDINTA

Vuorovaikutus ja kommunikointi ovat tärkeitä osa-alueita ihmisen arjessa. Vuorovaikutusprojektin avulla niitä voidaan harjoitella ja kehittää. Vuorovaikutusprojektissa on mahdollisuus kohdata toisia ihmisiä ja tehdä harjoituksia, jotka vahvistavat omaa itsetuntemusta ja sitä kautta luovat paremman mahdollisuuden kohdata toinen ihminen. Vuorovaikutusprojekti antaa mahdollisuuden kokea osallisuuden ja onnistumisen tunteita ryhmässä sekä luo tasa-arvoisen ympäristön toimia yhdessä. Projektit antavat usein tärkeää tietoa organisaatiolle sekä pyrkivät kehittämään kohderyhmälle asetettua tavoitetta.

Meillä on tarve olla vuorovaikutuksessa toisen ihmisen kanssa. Jo varhaislapsuudessa opitaan malli olla vuorovaikutuksessa lajitoveriin. Toisten ihmisten kohtaamisessa opimme tuntemaan itseämme, kuuntelemaan toista ja opimme kuinka toisen ihmisen kanssa ollaan. Vuorovaikutusprojektissa tuon nämä asiat harjoitusten avulla Kotipolun asukkaiden toimintaan. Kehitysvammainen ihminen tarvitsee usein enemmän tukea vuorovaikutuksessa ja kommunikoinnissa toisen ihmisen kanssa. Toiminnallisilla harjoituksilla voidaan kehittää kehitysvammaisen henkilön taitoja vuorovaikutuksessa sekä vahvistaa osallisuuden tunnetta. On tärkeää, että jokainen ihminen saa kokea vuorovaikutuksen iloa omana itsenään, ilman että se asettaa minkäänlaista haastetta.

Projektiä suunnitellessa on hyvä miettiä, mikä innostaa osallistumaan? On hyvä miettiä, mikä on osallistujalle tärkeää ja mikä innoittaa heitä. Onko se tietty puheenaihe tai aktiviteetti? Osallistaa voi monin eri keinoin ja osallisuutta tapahtuu koko ajan ympärillämme. Voimme poimia ympäristöstämme erilaisia osallistamisen sekä vuorovaikutuksen keinoja ja tuoda niitä mukaan työelämään ja osaksi asiakkaille. Ihmisen omilla hyvillä osallisuuden sekä vuorovaikutuksen kokemuksilla on paljon vaikutusta siihen, miten hän kokee kuuluvansa yhteisöön ja yhteiskuntaan.

Opinnäytetyö kehitti omia sosionomin kompetenssejani. Opin tämän opinnäytetyön aikana, mitä kaikkea sosiaaliohjaus pitää sisällään ja mitkä olivat ne asiat, jotka tekivät sosiaaliohjauksesta tarkoituksenmukaisen. Opinnäytetyö opetti minulle, kuinka aito läsnäolo ja toisen kuunteleminen avaa paljon. Sain opinnäytetyössäni kyseenalaistaa ja miettiä asioita eettisyyden pohjalta sekä edistää asiakkaan etua. Sain olla kehittämässä Kotipolun asukkaiden keskinäistä vuorovaikutusta sekä yhteishenkeä. Opin opinnäytetyön avulla, miten työpaikalla tulee toimia juridisesti sekä mitä esimerkiksi salassapitovelvollisuus koskee. Sain huomata interventtioiden edetessä, mistä tuesta vuorovaikutuksessa

juuri tämä kohderyhmä hyötyisi ja mitä harjoituksia heidän kanssaan oli tarpeen toteuttaa. Vuorovaikutusprojektissa olisi mahdollisuus syventyä jatkotutkimusta ajatellen vielä enemmän aiheeseen, mistä vuorovaikutuksen sekä kommunikoinnin keinosta Kotipolun asukkaat erityisesti hyötyisivät ja millä keinoin asukkaiden itsetuntemusta saataisiin kohotettua. Vuorovaikutusprojektissa olisi hyvä ottaa henkilökunta osaksi harjoituksia ja vahvistaa sillä keinoin enemmän myös asukkaiden ja henkilöstön välistä vuorovaikutusta.

*Olen asuntolassa asuva runojen kirjoittaja. Ikää paljon on jo mulla, mutta mieleltäni olen kuitenkin nuori, vaikka sairauksia paljon on mulla. On kehitysvammaa ja adhd:ta, mutta ei se tähän hyvään harrastukseen runojen saa kirjoittamiseen saa väliin tulla. Kuinka minä osaan kirjoittaa ajatuksen voimalla, luovaa kykyä ja mielikuvitusta sanoille käyttäen. Tälle runolle ei tullut hoppu, mutta minä itse totean kohteliaasti kiitos kun kuuntelit sillä nyt se on loppu. (Kotipolun asukas 2023.)*

## LÄHTEET

Aaltonen, O, Aulanko, R., Iivonen, A, Klippi, A. & Vainio, M. 2009. Puhuva ihminen. Puhetieteiden perusteet. Helsinki: Otava

Kehitysvammaisten palvelusäätiö. 2022. Kommunikointi on ihmisoikeus! Saatavissa: <https://kvps.fi/kommunikointi-on-ihmisoikeus/>. Viitattu 10.10.2023

Keski-Pohjanmaan hyvinvointialue Soite 2022. Lumikonkoti muuttaa uusiin tiloihin ja samalla nimi muuttuu Kotipoluksi. Saatavissa: <https://soite.fi/2022/09/19/lumikonkoti-muuttaa-uusiin-tiloihin-ja-samalla-nimi-muuttuu-kotipoluksi/>. Viitattu 8.10.2023

Kuosma, T. 2018. Kansainväliset vammaisoikeudet. Kemi: Nordbooks

Maasola, M.& Toivakka, S. 2011. Itsetunto kohdalleen! Harjoituksia itsetuntemuksen ja vuorovaikutustaitojen oppimiseen. Jyväskylä: PS-kustannus.

Papunet. 2020. LOVIT-avain onnistuneeseen kohtaamiseen. Saatavissa: <https://papunet.net/tietoa/lovit-avain-onnistuneeseen-kohtaamiseen>). Viitattu 10.10.2023

Pesäpuu ry. 2023. Lastensuojelun kehittämistyö. Saatavissa: <https://verkkokauppa.pesapuu.fi/product/1/nallekortit>. Viitattu 15.10.2023

Vernerinet. 2022. Kehitysvammaisen henkilö asiakkaana. Saatavissa: <https://verneri.net/yleis/kehitysvammaisen-henkilo-asiakkaana>. Viitattu 10.10.2023

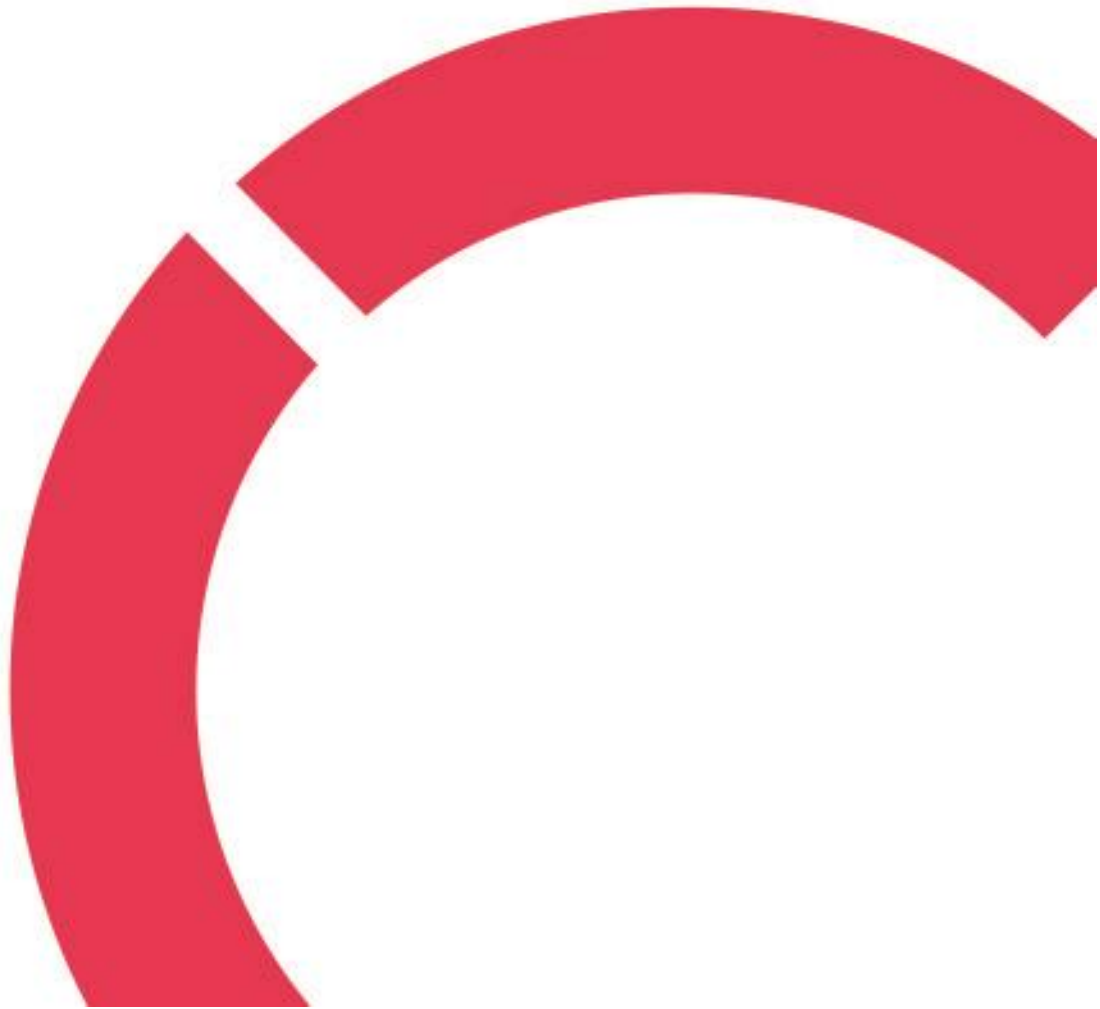
Vernerinet. 2022. Kommunikointi. Kommunikointi kehittyy vuorovaikutuksessa. Saatavissa: <https://verneri.net/yleis/kommunikointi>. Viitattu 8.10.2023

**Reetta Karomäki**

## **VUOROVAIKUTUSPROJEKTI KOTIPOLUN ASUKKAILLE**

**Projektisuunnitelma**

**Opinnäytetyö  
CENTRIA-AMMATTIKORKEAKOULU  
Sosiaalialan koulutus  
Tammikuu 2022**



**TIIVISTELMÄ OPINNÄYTETYÖSTÄ**  
**TIIVISTELMÄ**  
**ABSTRACT**  
**KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELY**  
**SISÄLLYS**

<b>1 JOHDANTO .....</b>	<b>3</b>
<b>2 PORINAPAJAN KUVAUS JA TAVOITTEET .....</b>	<b>5</b>
<b>3 PORINAPAJA PROJEKTIN PÄÄTEHTÄVIEN TOTEUTUS .....</b>	<b>6</b>
<b>4 KESKEINEN TIETOPERUSTA VUOROVAIKUTUSPROJEKTIIN LIITTYEN .....</b>	<b>8</b>
<b>5 AIKATAULUT, BUDJETTI JA RISKIT .....</b>	<b>9</b>
<b>6. VUOROVAIKUTUSSPROJEKTIN INTERVENTIOIDEN TOTEUTUS.....</b>	<b>11</b>
<b>7. PDCA- MALLI KEHITTÄMISEN JA TOTEUTTAMISEN TUKENA.....</b>	<b>13</b>
<b>7.1 Plan-vaihe .....</b>	<b>13</b>
<b>7.2 Do-vaihe .....</b>	<b>14</b>
<b>7.3 Check-vaihe .....</b>	<b>14</b>
<b>7.4 Act-vaihe .....</b>	<b>14</b>
<b>8. PALAUTTEEN KERUU MENETELMÄT .....</b>	<b>15</b>
<b>LÄHTEET .....</b>	<b>16</b>
<b>KUVIOT</b>	
<b>1. PDCA-malli .....</b>	<b>13</b>

## 1 JOHDANTO

Tämä opinnäytetyö toteutetaan toiminnallisena vuorovaikutusprojektina. Vuorovaikutusprojektin tarkoituksena on kehittää Kotipolun asukkaiden keskinäistä kommunikointia, parantaa yhteishenkeä ja vuorovaikutustaitoja sekä harjoitella osallisuuden kokemista. Vuorovaikutusprojektin nimi on Porinapaja ja se toteutetaan Kotipolussa, joka on Kokkolassa sijaitseva asumispalveluyksikkö aikuisille lievästi- ja keskivaikeasti kehitysvammaisille. Kun aloitin tekemään opinnäytetyötäni, Kotipolku toimi vielä nimellä Lumikonkoti. Lumikonkoti muutti uusiin tiloihin 19.9.2022 jolloin sen uudeksi nimeksi vaihtui Kotipolku. Opinnäytetyön tilaajana on Kotipolku, joka toimii yhtenä Keski-Pohjanmaan hyvinvointialueen Soiten kehitysvammaisten asumisyksikkönä. Porinapaja-projekti toteutetaan Kotipolussa syksyn 2023 aikana.

Vuorovaikutusprojektin tavoitteena on kehittää Kotipolun tehostetun palvelun asukkaiden osallisuutta, vuorovaikutustaitoja ja kommunikointia sekä luoda jatkoa varten työkaluja hyvän yhteishengen ylläpitämiseen. Vuorovaikutusprojekti koostuu kolmesta erilaisesta interventiosta Kotipolun tiloissa ja ne on suunnattu Kotipolun asukkaille. Interventioiden aikana perehdytään harjoittelemaan vuorovaikutusta sekä osallisuutta erilaisin pelien ja harjoitteiden avulla. Yhteishenkeä kehitetään erilaisten ryhmätöiden avulla ja sitä kautta on mahdollisuus kokea ryhmänä onnistumisen ja ilon tunteita tehdyistä tehtävistä. Työskentelin Kotipolussa sijaisena ja huomasin, että tehostetun palvelun asukkaiden keskinäinen yhteishenki ja kommunikointi ovat puutteellisia. Keskustelin asiasta esihenkilöni kanssa ja hän oli samaa siitä, että yhteishenki tehostetun palvelun asukkaiden kesken kaipaa parannusta ja piti ideaani porinapajasta hyvänä. Päätin tämän vuoksi toteuttaa tukiasukkaille projektiluontoisena porinapajan.

Opinnäytetyön tarkoituksena on suunnitella kolme interventio kertaa porinapajalle, jossa asukkaat koontuvat yhteen ja lähdetään yhdessä kehittämään yhteishenkeä, vuorovaikutusta ja erilaisia tunnetiloja. Jokaisella asukkaalla on mahdollisuus kertoa viikon kuulumiset, ja mikä juuri kuluvasa viikossa on ollut mukavaa ja mikä mahdollisesti haastavaa, tällä tavalla on tarkoitus luoda kommunikointia toiseen asukkaaseen ja jakaa yhdessä tunnekokemuksia.

Kuulumisten jakaminen on vapaaehtoista ja jokainen interventio on sisällöltään erilainen. Ennen interventioiden toteuttamista, tiedustelen asukkaiden toiveita sen sisällöstä. Jokainen interventio sisältää jutustelua ja aktiviteettia eri muodoissa. Tavoitteena on luoda hyvä yhteishenki ja kehittää kommunikointia asukkaiden kesken.

Opinnäytetyössäni tuon esille interventioiden sisällön ja, mitä milläkin kerralla toteutamme asukkaiden kanssa porinapajoissa. Esittelen opinnäytetyössäni myös aikataulusuunnitelman projektilleni sekä interventioiden tuloksia ja taustaa.



## 2 PORINAPAJAN KUVAUS JA TAVOITTEET

Projektin päätehtävänä on eri porinapajojen suunnittelu ja toteutus. Porinapajan tarkoitus on, että asukas luo kontaktia hyvässä hengessä toiseen asukkaaseen ja yhteishenki heidän välillään vahvistuu. Tavoitteena on pitää kolme porinapaja tuokiota viikon välein. Jokainen asukas saa esittää toiveita porinapajan sisällölle ja otan niitä huomioon porinapajoja suunnitellessani. Pajojen tarkoituksena on käsitellä erilaisia tuntemuksia, parantaa yhteishenkeä ja toteuttaa näitä erilaisin aktiviteetin.

Porinapajoihin osallistuvat Kotipolun tehostetun palvelun asukkaat. Tehostetun palvelun asukkaita on tällä hetkellä kahdeksan. Porinapajojen aikana tarkkailen asukkaiden reaktioita, tunnetiloja ja osallisuutta. Kerään jokaisen porinapajan jälkeen suullisesti osallistujien mielipiteen ja kokemuksen sen kermaisesta pajasta. Teen interventioiden aikana havaintoja, ohjailen ja seurailen sivusta, miten pajat palvelevat tarkoitustaan sekä miten se vaikuttaa asukkaiden vuorovaikutukseen keskenään.

Suunnittelen jokaisen intervention sisällöltään erilaiseksi. Otan huomioon myös sen hetkisen sääolosuhteen ja aktiviteetin. Porinapaja on mahdollista järjestää asukkaiden yhteistiloissa sisällä tai Kotipolun pihalla. Suunnittelen kaksi porinapajaa sisätiloihin ja yhden ulkotiloihin. Ulkona voimme toteuttaa porinapajan aikana enemmän liikuntaharjoitteita, pelejä ja leikkejä, jotka vaativat isomman tilan.

### 3 PORINAPAJA PROJEKTIN PÄÄTEHTÄVIEN TOTEUTUS

Ollessani Lumikonkodissa töissä kesällä 2020, huomasin tehostetun palvelun asukkaiden keskuudessa puutteita kommunikoinnissa, vuorovaikutuksessa sekä yhteishengessä. Minua kiinnosti kehittää asukkaiden keskeisiä vuorovaikutustaitoja sekä yhteishenkeä. Tästä sain idean opinnäytetyöhöni, jota lähden toteuttamaan vuorovaikutusprojektin avulla.

Tavoitteenani on tehdä kolme erilaista interventio kertaa tehostetun palvelun asukkaille. Teen kyselyä asukkaiden kesken, mitä mahdollisia toiveita heillä olisi interventioille. Toteutan interventiot Kotipolun tiloissa.

Vuorovaikutusprojekti sisältää kolme yhteishenkeä ja vuorovaikutusta kehittävää interventiota. Nimesin interventiot porinapajaksi. Kysyn jokaiselta asukkaalta etukäteen, onko heillä jotakin tiettyä toivetta mitä tehdään tai keskustellaan porinapajassa ja otan ne huomioon porinapajoja suunnitellessani. Porinapajat toteutetaan viikon välein iltapäivisin, jolloin jokaisella asukkaalla on mahdollisuus osallistua. Yksi porinapaja on kestoaltaan noin tunnin mittainen.

Vuorovaikutusprojektin päätehtäviä on kaksi. Tehostetun palvelun asukkaiden yhteishengen, osallisuuden sekä kommunikoinnin ja vuorovaikutustaitojen kehittäminen asukkaiden keskuudessa. Porinapajassa jokaisella asukkaalla on mahdollisuus kertoa sen hetkinen tunnetila ja viikon kuulumiset. Juttelemme pajassa erilaisista tuntemuksista ja mitä hyvää/haastetta kuluva viikko on tuonut tullessaan. Erilaisien aktiviteettien, pelien ja tehtävien kautta parannamme asukkaiden keskeistä yhteishenkeä ja opetellemme tutustumaan toisiimme paremmin.

Interventioita suunnitellessa otan huomioon asukkaiden liikuntarajoitteet ja kehitystason omaksua ohjausta erilaisiin tehtäviin kohdistuen. Jokaisen intervention alussa käymme läpi asukkaiden kanssa sen kertaisen porinapajan ohjelman. Ohjeistan jokaisen tehtävän ja pelin porinapajassa erikseen ennen sen aloittamista ja asukkailla on mahdollisuus kysyä ja saada apua epäselvissä tilanteissa. Pajassa kukaan ei toimi yksin, vaan tehtävät on suunniteltu toteutettavaksi joko pareina tai ryhmässä. Tällä tavoin vahvistan asukkaiden keskinäistä vuorovaikutusta ja kommunikointia. Ryhmätehtävissä ja erilaisissa aktiviteeteissa on tarkoitus kehittää koko asukasyhteisön yhteishenkeä ja puhaltaa tehtävissä yhteen hiileen.

Vuorovaikutusprojektin on tarkoitus jatkaa tulevaisuudessakin Kotipolun henkilökunnan ja tukiasukkaiden kesken. Kerroin jokaisen intervention jälkeen Kotipolun henkilökunnalle, mitä asioita porinapajassa käsitelimme ja millä keinoin kehitimme yhteishenkeä sekä vuorovaikutusta asukkaiden kesken.

Kysyn jokaiselta asukkaalta suostumusta osallistua porinapajaan ja anonyymiin valokuvaukseen. Palautetta porinapajasta kerätään suullisesti ja keskustellen. Käymme jokaisen porinapajan päätteeksi asukkaiden kanssa keskustelun siitä, mitä tuntemuksia sen kertainen porinapaja herätti ja miltä se tuntui. Loppuraportissa arvioin projektin eri työvaiheiden onnistumista ja asukkaiden mielipiteitä porinapajan toiminnasta sekä sisällöstä. Raportti tuottaa tietoa Kotipolun henkilökunnalle, jota he voivat myöhemmin hyödyntää työssään.

#### 4 KESKEINEN TIETOPERUSTA VUOROVAIKUTUSPROJEKTIIN LIITTYEN

Opinnäytetyön viitekehyksenä on kehitysvammaisten ihmisten osallisuus ja vuorovaikutus. Osallisuusprojektissa käytetään sähköistä ja kirjallista materiaalia koskien vammaisten osallisuutta, vuorovaikutustaitoja ja kommunikointia.

Arkipäivän keskustelut ajatuksista ja toiveista ovat tilaisuus rakentaa luottamusta asumisyksiköiden asukkaiden ja henkilökunnan välille. (THL 2014.) Jotta kehitysvammaiset ihmiset voisivat elää tasa-arvoisina jäseninä yhteiskunnassa, he tarvitsevat tukea, ohjausta ja palveluita. Palvelut voivat liittyä kommunikaatioon, omatoimisuuteen, kodinhoitoon, sosiaalisiin taitoihin, ympäristössä liikkumiseen, terveyteen ja turvallisuuteen, kirjallisiin taitoihin, vapaa-aikaan ja työhön. Yksilöllinen, tarpeenmukainen tuki auttaa kehitysvammaista ihmistä elämään hyvää, hänelle luontaista itsenäistä elämää. (Tuki-liitto 2017.)

Kehitysvammaisen henkilö ei aina itse osaa kertoa, mihin tarvitsee tukea ja apua. Monet tarvitsevatkin eniten henkistä, vuorovaikutuksellista tukea. Tällöin tukiverkoston ei tulisi keskittyä pelkästään konkreettiseen arjen apuun (siivous, pyykinpesu jne.), vaan pyrkiä enemmän tukemaan henkilöä vuorovaikutuksen avulla. Vuorovaikutuksellista tukea voi pohtia esimerkiksi seuraavien neljän osa-alueen näkökulmasta. (Mielenterveystalo 2019.) Nämä neljä asiaa vaikuttavat oleellisesti niin kehitysvammaisten kuin muidenkin ihmisten mielen hyvinvointiin. Jos jollakin osa-alueella on ongelmia, se saattaa heijastua ympäristöön vaikeuksina, joiden jatkuminen voi johtaa psyykkiseen häiriöön. Ratkaisuja psyykkisiin ongelmiin voi etsiä pohtimalla, miten kyseiset osa-alueet toteutuvat henkilön elämässä. Voi pohtia, millä osa-alueella oman tai läheisen elämässä olisi parannettavaa ja mitä hyvää se voisi tuoda itselle tai toisen ihmisen elämään. (Mielenterveystalo 2009.)

- Elämän ymmärrettävyys
- Elämänhallinnan tunne
- Elämän merkityksellisyys
- Sosiaaliset verkostot

## 5 AIKATAULUT, BUDJETTI JA RISKIT

Vuorovaikutusprojektin toiminnallinen osuus tullaan toteuttamaan syksyllä 2023. Opinnäytetyö valmistuu joulukuussa 2023. Mahdolliset riskit otetaan huomioon projektin aikana ja niitä voivat olla esimerkiksi aikataulun viivästyminen interventioiden osalta, joka johtuu asukkaiden mahdollisista menoista interventioiden aikaan. Tarkempi aikataulu interventioiden osalta sovitaan Kotipolun kanssa.

Muita projektin riskejä voivat olla:

- Puutteellinen suunnittelu
- Projekti on liian sekava
- Projekti etenee ilman, että ohjausryhmä tarkistaa, eteneekö se projektisuunnitelman mukaan
- Projektinvetäjä ei pysty innostamaan eikä motivoimaan projektiryhmää
- Projektia ei ole rajattu tai se on rajattu liian löysästi
- Projektinvetäjän on vaikea sanoa ”ei”
- Projekti on liian iso

(Lööw 2002.)

Projektityössäni tarvittavat materiaalit saan käyttöön Kotipolusta, jo olemassa olevista materiaaleista. Tiloina toimivat Kotipolun asukkaiden omat yhteistilat. Kustannuksia syntyy pienestä välipalasta sekä pillimehuista.

Kirjalliset lähteet opinnäytetyöhän hankin kirjastosta. Opinnäytetyön osalta laskin itselleni kuvitteellisen palkan. Tuntimäärä, joka kuluu opinnäytetyöhön, on 400 tuntia, joka vastaa 15 opintopistettä. Kuvitteellinen opinnäytetyön tuntipalkkani on 13 € tunti.

Kuva 1. Opinnäytetyöprojektin kulut:

Henkilöstökulut	5200€
Matkakulut	5€
Muut kulut	25€
<b>Kokonaiskulut yhteensä</b>	<b>5230€</b>

Interventioita on yhteensä kolme kappaletta, jotka sisältävät palaverin henkilökunnan kanssa. Kuljen matkat kotoa Kaustarista Kotipolkuun Hakalahteen omalla autollani ja kilometrejä kertyy yhteensä 12 km. Muut kulut sisältävät välipalan sekä pillimehut.

## 6. VUOROVAIKUTUSSPROJEKTIN INTERVENTIOIDEN TOTEUTUS

Tämän projektiopinnäytetyön aiheena on Kotipolussa asuvien lievästi- ja keskivaikeasti kehitysvammaisten aikuisten keskinäinen vuorovaikutustaitojen, kommunikoinnin sekä yhteishengen kehittäminen. Opinnäytetyön tilaajana toimii Keski-Pohjanmaan sosiaali- ja terveystyöryhmän vammaispalveluiden asumispalveluyksikkö Kotipolku. Idea aiheelle tuli ollessani kesätöissä Kotipolussa. Työkennellessäni Kotipolussa, huomasin puutteita tehostetun palvelun asukkaiden keskinäisessä vuorovaikutuksessa, kommunikoinnissa ja yhteishengessä. Kotipolun esihenkilö piti ideaani hyvänä sekä tarpeellisenä asukkaiden hyvinvointia ja viihtyvyyttä tukien. Aiheeseen vaikutti myös oma kiinnostukseni työkennellä kehitysvammaisten parissa ja heidän tukemisensa vuorovaikutuksessa, kommunikoinnissa sekä parantaa heidän keskinäisiä suhteitaan asumisyksikössä.

Jokaisella asukkaalla on oikeus tuntea viihtyvyyttä ja kodinomaisuutta asumisyksikössä asuessaan. Asukkaiden keskinäisellä vuorovaikutuksella, hyvällä yhteishengellä sekä kommunikoinnilla voidaan lisätä asumisviihtyvyyttä sekä luoda jokaiselle hyvä ja tasapainoinen ympäristö asua. Opinnäytetyön tavoitteena on toteuttaa kolme erilaista porinapajaa Kotipolun tehostetun palvelun asukkaille. Osallisuusprojektini päätehtävinä oli kolme suunniteltua porinapaja interventiota. Interventiot toteutettiin prosesseina, joissa harjoitellaan yhdessä asukkaiden keskinäistä vuorovaikutusta, kommunikointia sekä kehitetään yhteishenkeä. Käsittelemme yhden aiheen kerrallaan ja ensimmäisellä interventio kerralla tutustumme vuorovaikutustaitoihin ja niiden ylläpitämiseen sekä kehittämiseen. Harjoittelemme vuorovaikutusta erilaisilla työkaluilla ja esimerkeillä. Toisella interventio kerralla harjoittelemme kommunikointia asukkaiden kesken ja teemme harjoituksia siihen liittyen. Viimeisellä interventio tapaamisella käsittelemme osallisuutta ja muistelemme erilaisia keinoja sekä työkaluja hyvän vuorovaikutuksen ja kommunikoinnin ylläpitämiseen.

Interventioissa hyödynnämme Papunetin materiaalipohjia. Pelaamme Papunetin kuvatyökaluista löytyvää lautapeliä, jossa pelin ideana on tehdä tehtäviä liittyen vuorovaikutukseen ja sen ylläpitämiseen muiden kanssa. Pelissä keskustellaan yhdessä ja tehtävänä voi olla kehu toiselle tai kuulumisten vaihto pelin osallistujien kesken. Käytämme vuorovaikutuksen sekä yhteishengen parantamiseksi myös Papunetin kuvamateriaaleista löytyviä tunnekortteja, joiden käyttöä harjoittelemalla ne voidaan ottaa käyttöön asiakkaiden keskuudessa ja niiden avulla voidaan ilmaista sen hetkinen tunnetila toiselle korttia näyttämällä. Tämä vähentäisi konfliktitilanteita asukkaiden keskuudessa ja korttia näyttämällä toinen osapuoli

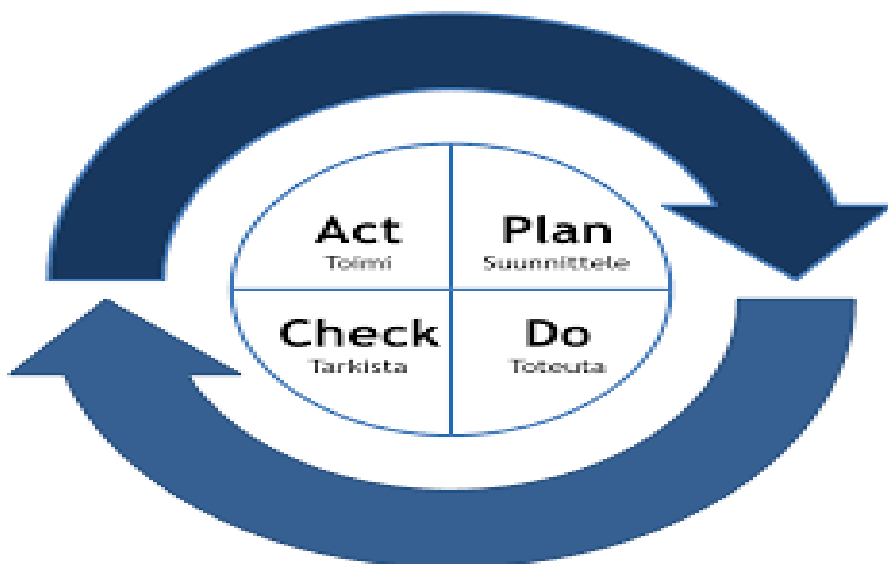
tietää heti, että kortin näyttäjä ei esimerkiksi juuri sillä hetkellä halua jutella, koska on väsynyt. Käytämme harjoituksissa myös eleitä ja olemuskieltä. Vaikka asukkaista kenelläkään ei ole puhevammaa, on elekieli viestinnässä tärkeää.

Eleillä voidaan täydentää ja havainnollistaa puhetta. Niillä voidaan kuvailla ja esittää asioita sanattomasti, pantomiimi on siitä hyvä esimerkki. Eleet ovat useimmille tuttuja, ja niitä on opittu tulkitsemaan eri tilanteissa. Siksi niiden käyttö kommunikaatiossa on luontevaa ja usein nopeampaa kuin kertominen sanoilla. Ihminen viestii olemuksellaan koko ajan - sekä tietoisesti että tiedostamattaan. Tunnetilat, keholliset tuntemukset, tarve olla yhteydessä sekä reaktiot ympäristön tapahtumiin välittyvät yleensä ihmisen olemuksesta ja toiminnasta, olemuskielestä. Ilmeitä, eleitä, äänenpainoja ja toimintaa voi käyttää myös tietoisesti itsensä ilmaisemiseen. Joillekin vaikeimmin puhevammaisille ihmisille olemuskieli on ainoa kieli, jolla he ilmaisevat itseään ja jota he myös ymmärtävät parhaiten. Esimerkiksi osa kehitysvammaisista ihmisistä viestii näiden vuorovaikutuksen varhaisimpien keinojen varassa koko elämänsä ajan. Heihin saa myös parhaiten yhteyden, kun käyttää itsekin olemuskieltä. (Papunet 2022.)



## 7. PDCA- MALLI KEHITTÄMISEN JA TOTEUTTAMISEN TUKENA

Hyödynnän vuorovaikutusprojektissani toiminnanohjauksen PDCA-mallia. PDCA-malli on jatkuvan kehittämisen malli, jossa edetään vaihe vaiheelta eteenpäin. PCDA-mallissa on neljä osa-aluetta, suunnittelu (Plan), toteutus (Do), seuranta (Check) ja kehittäminen (Act). PDCA-malli pyrkii tuomaan asioihin uusia näkökulmia ja tätä kautta koko yhteisö hyötyy kehittämisen tuotoksena saadusta muutoksesta. (Arter 2022.)



KUVIO 1. PDCA-malli

### 7.1 Plan-vaihe

Plan-vaiheessa mietitään, miten parannetaan asukkaiden keskinäistä vuorovaikutusta sekä yhteishenkeä. Perehdyn opinnäytetyössäni kehitysvammaisuuteen, olen tutustunut Kotipolun asukkaisiin sekä aihekirjallisuuteen ja suunnittelen interventiot Papunetin materiaalia hyödyntäen. Kysyn asukkaiden toiveita interventioiden sisältöön ja otan ne huomioon parhaalla mahdollisella tavalla.

## **7.2 Do-vaihe**

Do-vaiheessa kerään itselleni tietopohjan saamastani materiaalista sekä asukkaiden toiveista ja laadin interventioista suunnitelmat.

## **7.3 Check-vaihe**

Interventioiden jälkeen kerään asukkailta suullisen palautteen ja kirjaan sen raportiksi. Sovin yhteisen kokoontumisen Kotipolun henkilöstön kanssa ja käymme yhdessä läpi interventioita. Henkilöstö saa esittää kysymyksiä koskien interventioita ja esittää mahdollisia muutosideoita jatkoa varten.

## **7.4 Act-vaihe**

Act-vaiheessa voidaan tehdä tarvittavia muutoksia tai lisäyksiä tuleviin interventioihin. Act-vaiheessa mietitään porinapajan vakiinnuttamista asumisyksikköön ja kuinka se toteutetaan.

## **8. PALAUTTEEN KERUU MENETELMÄT**

Mietin, millaisin keinoin voisin kerätä Kotipolun asukkailta palautetta ja mikä olisi heille luontevin tapaa antaa palautetta. Kotipolun asukkailla on toimiva ja hyvä puhekyky, joten sanallinen palaute on heille helppoa. Suurimmalla osalla Kotipolun asukkaista ei ole kirjoitustaitoa, jonka vuoksi kirjallinen palautteen keruu on haastavaa. Palaute eri interventio kerroista kerätään suullisesti asukkailta. Kirjoitan palautteet itselleni muistiin ja teen niistä loppuraportin.

## LÄHTEET

Arter,2022. PDCA-malli käytännössä. Saatavissa: <https://www.arter.fi/pdca-malli-kaytannossa-laadun-hallinnan-kivijalkana/>. Viitattu 10.9.2023

Löow, M. 2002. Onnistunut projekti. Projektijohtamisen ja-suunnittelun käsikirja. Helsinki: Tietosoma Oy.

Mielenterveystalo, 2009. Kehitysvammaisten mielenterveyteen vaikuttavia asioita. Saatavissa: <https://www.mielenterveystalo.fi/fi/mielenterveys-ja-toimintakyky/kehitysvammaisuus-ja-mielenterveys>. Viitattu 22.10.2023

Papunet, 2022. Eleet ja olemuskieli viestinnässä. Saatavissa: <https://papunet.net/tietoa/eleet-ja-olemuskieli-viestinnassa>. Viitattu 9.11.2022

THL, 2014. Kehitysvammaisten ihmisten osallisuus toteutuu vuorovaikutuksellisten prosessien kautta. Saatavissa: <https://blogi.thl.fi/kehitysvammaisten-ihmisten-osallisuus-toteutuu-vuorovaikutuksellisten-prosessien-kautta/>. Viitattu 12.1.2023

Tukiliitto, 2017. Tietoa kehitysvammasta. Saatavissa: <https://www.tukiliitto.fi/tietoa-kehitysvammasta/>. Viitattu 9.11.2022

**ESITTELYKIRJE**

Hei!

Olen Reetta Karomäki, sosionomiopiskelija Centria-ammattikorkeakoulusta. Tulen tekemään opinnäytetyöni vuorovaikutusprojektina Kotipolun asukkaille.

Opinnäytetyöni tavoitteena on tehdä kolme toiminnallista interventio kertaa Kotipolussa. Interventioiden tavoitteena on kehittää Kotipolun asukkaisen keskinäistä vuorovaikutusta, kommunikointia sekä yhteishenkeä.

Opinnäytetyön interventioihin osallistuminen on vapaaehtoista ja luottamuksellista. Ketään Kotipolun yksittäistä asukasta ei voida tunnistaa opinnäytetyöstä. Asukkaiden vastaukset ja kokemukset interventioista tullaan tuhoamaan oikeaoppisesti heti analysoinnin jälkeen.