



”Vanha koti on ollu ja menny ja ny ollaan tässä”

Ikäihmisen kotiutuminen yhteisölliseen asumiseen

Kia Huoponen

OPINNÄYTETYÖ
Toukokuu 2025

Sosionomi AMK

TIIVISTELMÄ

Tampereen ammattikorkeakoulu

Sosionomi AMK

HUOPONEN, KIA:

”Vanha koti on ollu ja menny ja ny ollaan tässä”

Ikäihmisen kotiutuminen yhteisölliseen asumiseen

Opinnäytetyö 36 sivua, joista liitteitä 4 sivua

Toukokuu 2025

Opinnäytetyössä tutkittiin ikäihmisten palvelutalon yhteisölliseen asumiseen liittyviä kotiutumiskokemuksia. Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, miten ikäihmiset kokevat kotiutumisen ja mitkä tekijät siihen vaikuttavat. Tutkimuskysymykset olivat: kuinka ikäihminen kokee kotiutuneensa palvelutaloon sekä mitkä asiat voisivat edesauttaa kotiutumista. Laadullisessa tutkimuksessa haastatettiin neljää palvelutaloon muuttanutta yli 75-vuotiasta ikäihmistä. Haastattelut toteutettiin yksilöhaastatteluina. Tulokset osoittivat, että kotiutumiseen vaikuttavat useat tekijät. Vastauksissa korostuivat ikäihmisen aiemmat kokemukset, persoonallisuus, elämäntilanne sekä ymmärrys oman toimintakyvyn heikkenemisestä ja sopeutuminen uuteen elämänvaiheeseen. Sosiaaliset tekijät, kuten läheisten ja ystävien vierailut, aktiivinen sosiaalinen kanssakäyminen muiden asukkaiden kanssa sekä palvelutalon järjestämät viriketoiminnat, edistivät kotiutumista ja vähensivät yksinäisyyttä. Palvelutalon fyysisellä ja sosiaalisella ympäristöllä oli myös suuri merkitys: kodinomainen asuinympäristö, avun ja tuen saatavuus, henkilökunnan myönteinen asenne ja toiminta sekä mahdollisuus omien elämäntapojen jatkamiseen tukivat kotiutumista.

Johtopäätöksissä korostuu, että ikäihmisten kotiutumista palvelutaloon voidaan tukea parhaiten huomioimalla heidän yksilölliset tarpeensa ja toiveensa, luomalla viihtyisä, turvallinen ja kodinomainen asuinympäristö sekä edistämällä heidän sosiaalista osallisuuttaan ja aktiivista elämää palvelutaloyhteisössä.

Asiasanat: kotiutuminen, palvelutalo, ikääntyneet, yhteisöllinen asuminen ja sosiaalinen osallisuus.

ABSTRACT

Tampere University of Applied Sciences
Bachelor of social work

HUOPONEN, KIA:

“The Old Home is Gone – Now we Are Here”

An older person’s transition into communal living

Bachelor's thesis 36 pages, appendices 4 pages

May 2025

This thesis explores the experiences of elderly individuals adapting to community living in service apartments. The aim was to understand how elderly residents perceive their adaptation process and what factors influence it. The thesis was conducted as a qualitative study, involving individual interviews with four residents over the age of 75 who had recently moved into service apartments.

The findings revealed that several factors affect adaptation. Individual factors, such as previous life experiences, personality, life situation, awareness of declining functional capacity, and acceptance of a new life stage, were significant. Social factors - including visits from family and friends, interaction with other residents, and participation in organized activities - played an important role in promoting adaptation and reducing loneliness. The physical and social environment of the service apartment also contributed to successful adjustment. A homelike atmosphere, availability of support, positive staff attitudes, and the ability to maintain one’s lifestyle were all identified as important supportive elements.

In conclusion, supporting elderly individuals in adapting to service apartment living is most effective when their individual needs and preferences are considered, a safe and comfortable environment is created, and social inclusion and active community participation are encouraged.

Key words: adaptation, service apartment, elderly, community living, and social inclusion.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	5
2	KÄSITTEET	7
2.1	Kotiutuminen palvelutaloon	7
2.1.1	Fyysinen ympäristö.....	7
2.1.2	Palvelutalon henkilökunta.....	8
2.1.3	Henkinen sopeutuminen.....	8
2.2	Ikäihmisten yhteisöllinen asuminen.....	10
2.2.1	Mitä on yhteisöllinen asuminen	10
2.2.2	Kenelle yhteisöllinen asuminen on ja miten asukkaaksi tullaan	10
3	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	12
3.1	Tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset	12
3.2	Menetelmät ja toteutus	12
3.3	Aineiston analyysi	14
3.4	Luotettavuus ja eettisyys.....	15
4	TUTKIMUSTULOKSET.....	17
5	JOHTOPÄÄTÖKSET	23
6	POHDINTA	25
	LÄHTEET.....	27
	LIITTEET	30
	Liite 1. Haastattelukysymykset.....	30
	Liite 3. Suostumuslomake.....	32
	Liite 4. Tiedote	33

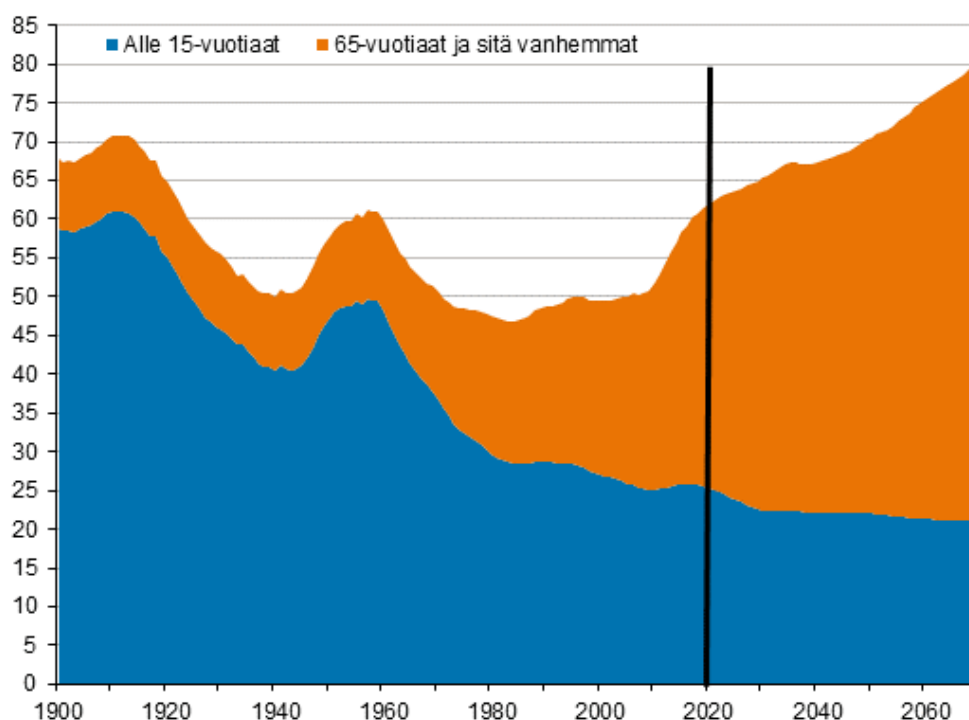
1 JOHDANTO

Sitä maailmaa, jonka ikäihminen tuntee omakseen, ei ole enää ollenkaan kirjoittaa Raili Gothoni kirjassa Vanhuuden monet kasvot (Tulva 2007). Lause on kielämättä raflaava aloitus kirjalle, mutta pitää paikkaansa monilta osin. Yhteiskuntamme ihailee nuoruutta, uudistusta, digitaalisuutta ja kehitystä. Ikäihmiselle kaikki tämä saattaa näyttäytyä vieraana ja pelottavana. Ikäihmiselle on elämänsä aikana ehtinyt kertyä paljon elämäkokemusta ja tietoa. (Tulva 2007, 11–13.) Usein ne eivät kuitenkaan kiinnosta nuorempia eivätkä ne auta ikäihmistä selviämään nykypäivän arjesta. Ikäihmisten omat tulevaisuuden unelmat ja toiveet jäävät helposti huomiotta. Ikääntyviin on helppo suhtautua harmahtavana massana ja anonyyminä kansanryhmänä. Liian usein ikääntynyt on ikään kuin näkymätön, jopa palvelutalossa asuessaan.

Työssäni ikäihmisten kanssa huomasin käytännössä, että palvelutaloon kotiutumisella on suuri merkitys esimerkiksi siihen, kuinka aktiivisesti ikäihminen kiinnittyy palvelutalon yhteisöön ja kuinka tyytyväinen hän on saamaansa hoitoon. Tässä opinnäytetyössä toivon löytäväni erilaisia syitä, jotka kotiutumiseen vaikuttavat. Toivon opinnäytetyöni nostavan uusia näkökulmia esiin tästä aiheesta. On mielenkiintoista ja tärkeää nähdä miten ikäihmiset asian kokevat.

Maaliskuussa 2024 vanhusasiavaltuutettu Päivi Topo luovutti toimenpide-ehdotuksensa eduskunnalle. Topo kirjoittaa, että yli 65-vuotiaita on suomessa 1,3 miljoonaa ja suhteessa muuhun väestöön ei ikäihmisiä ole ennen ollut näin paljon. Ikäihmisiin on kohdistettava huomiota ja on tunnustettava ne mittavat panokset, joilla ikäihmiset tukevat yhteiskunnan toimintaa (Topo 2024, 11–13). Tilastokeskuksen vuonna 2021 julkaistu kuvaaja osoittaa väestöllisen huoltosuhteen aikavälillä 1900–2020 sekä ennusteen vuoteen 2070 asti siitä mikä osuus yli 65-vuotiaita on Suomen väestössä (Väestöllinen huoltosuhde 2021, kuva 1). Yli 65-vuotiaiden osuus tulee tulevaisuudessa kasvamaan samalla kuin nuoremman kansan osuus vähenee. Ikäihmisten yhteiskunnallinen asema tulee siis entisestään suurenemaan. Ikääntyneitä ei voi enää kohdella pakollisena pahana vaan yhteiskuntaa ja yhteiskunnan tarjoamia palveluita tulisi muokata myös yli 65-vuotiaille sopiviksi. (Tilastokeskus 2021)

Väestöllinen huoltosuhde* 1900–2020 ja ennuste vuoteen 2070



Kuva1. Tilastokeskus (2021) Väestöllinen huoltosuhde ja ennuste

Teen opinnäytetyön yhteistyössä Pirkanmaalaisen asumispalveluyksikön kanssa. Haastattelen heidän palvelutalonsa yhteisöllisen asumisen paikalle muuttaneita yli 75-vuotiaita asukkaita. Tutkimus toteutetaan kvalitatiivisena eli laadullisena tutkimuksena, haastattelut toteutetaan yksilöhaastatteluina. Tarkoituksena on kysymyksen avulla kartoittaa ikäihmisten aitoja kokemuksia palvelutaloon muuttamisesta.

Sosionomien tulee huomioida seniorityön mahdollisuudet, ikäihmiset ovat laaja ja monipuolinen asiakaskunta. Useimmiten ikäihmisten kanssa tekemisissä on hoitohenkilökuntaa eli lähihoitajia sekä sairaanhoitajia, jolloin kohtaamisen sävy saattaa jäädä terveyteen, sairauksiin ja niiden hoitoon sekä lääkityksen keskittyyväksi. Ikäihmisellä saattaa olla paljonkin sairauksia sekä pitkä lääkelista, hänet tulisi palvelutalossa osata kohdata kuitenkin myös ihmisenä eikä vain sairaana vanhuksena. Sosionomeilla on tähän tarvittavaa osaamisesta. Sosionomeja tulisi saada enemmän työkentälle ikäihmisten pariin ja heidän osaamistaan tulisi arvostaa ja hyödyntää entistä enemmän.

2 KÄSITTEET

2.1 Kotiutuminen palvelutaloon

2.1.1 Fyysinen ympäristö

Palvelutalossa sijaitseva asunto on erilainen kuin tavallisessa talossa oleva asunto. Kirsi Juhila (2022) kuvailee, että palveluiden parissa oleva koti muodostuu kohtaamispaikaksi asukkaalle ja häntä avustaville ammattilaisille. Kotikäynti tuo ammattilaisen erittäin lähelle asukkaan henkilökohtaista tilaa sekä sekoittaa yksityistä ja julkista elämää. Läsni on samaan aikaan yksityinen asukkaan kotirauha sekä ammattilaisen julkinen läsnäolo. (Juhila 2022, 62–65.) Ammattilaisen sekä asukkaan välillä on oltava luottamusside, jotta asunnossa käyminen ei häiritse asukkaan kotiutumista ja elämistä.

Palvelutalon fyysinen ympäristö sekä itse asuinhuoneisto vaikuttavat myös kotiutumisen tunteeseen. Palvelutalon asunnon saa psykologisesti haltuunsa esimerkiksi omien vanhojen huonekalujen ja koriste-esineiden sinne tuomisella. Tutuilla esineillä on sopeuttava vaikutus ja ne auttavat hahmottamaan asunnon kotina. Niihin voi liittyä myös paljon tunnearvoa sekä muistoja vaikkapa lapsuudenkodista. (Aura 1997, 60.) Palvelutalon valaistukseen tulee myös esimerkiksi kiinnittää erityistä huomiota sillä ikääntyneen asukkaan silmän sopeutuminen valoon ja sen muutokseen on hitaampaa ja usein puutteellisempaa kuin esimerkiksi palvelutalon henkilökunnalla. (Semi 2016, 129.)

Palvelutaltoa voidaan kutsua laitokseksi. Laitoksille tyypillisiä fyysisiä tunnusmerkkejä ovat esimerkiksi pitkät käytävät, joiden varrella asukkaiden asunnot sijaitsevat. Laitoksissa on usein yksityisten asuntojen lisäksi erilaisia yhteisiä tiloja kuten esimerkiksi ruokasaleja, yhteisiä olohuoneita, yhteiset saunat ja pesutilat sekä yhteinen luova harrastetila. Laitosten päivärytmi toistuu usein joka päivä lähes samankaltaisena; heräämiselle, ruokailuille ja nukkumaanmenolle on yhteiset aikataulut. Ikäihmisten palvelutaloille on tyypillistä se, että niissä voi usein vieraila läheiset hyvinkin vapaasti. Laitoksia on kritisoitu usein siitä, että ne ovat

persoonattomia paikkoja asua ja siellä on uhattuna asukkaiden itsemääräämisoikeus, yksilöllisyys ja yksityisyys. (Juhila 2018, 120–123.) On kiinnostavaa voiko laitokseen ikinä kotiutua samalla tavalla kuin tavalliseen asuntoon.

2.1.2 Palvelutalon henkilökunta

Kotiutumiseen vaikuttanee myös palvelutalossa työskentelevän henkilökunnan asenne ja lähestymistapa. Asukkaan mielipide tulee huomioida ja sen pitää oikeastaan olla kaiken toiminnan lähtökohta. Henkilökunnalla tulee olla asiakaslähtöinen sekä voimavarat huomioiva lähestymistapa. Tärkeintä on asukkaan eli toisen ihmisen arvostus sekä kunnioitus. (Seppänen 2007, 235–252.)

Henkilökunnalle hyviä työkaluja asukkaan kohtaamiseen sekä vuorovaikutukseen ovat esimerkiksi huumorin käyttäminen hoitotoimenpiteiden lomassa. Hoitajan hellä kosketus sekä lämmin katse vahvistavat vuorovaikutusta. Kun asukas kohdataan yhdenvertaisena se usein helpottaa yhteiselämää palvelutalossa. (Semi 2016, 103.)

2.1.3 Henkinen sopeutuminen

Simo Koskinen (2004) kuvailee ikääntyneiden voimavarat raportissaan, että palvelutaloon muuttavalla voi ikuisesti säilyä ajatus, että paikka missä on asunut koko elämänsä, onkin se oikea koti. Palvelutaloon muutetaan usein avun perässä, silloin kun ei enää pärjätä kotona omatoimisesti. Vanhenemiseen kuuluu usein menetyksiä sekä toimintakyvyn heikkenemistä, jotka itsessään vaikuttavat koettavaan elämän mielekkyyteen sekä kotiutumisen tunteeseen. Toisena näkökulmana kannattaa kuitenkin myös muistaa, että monella ikääntyneellä on runsaasti elämänkokemusta, viisautta ja erilaista elämän varrella opittua viisautta. Palvelutaloon kotiutuminen on siis suurelta osin erilainen prosessi kuin tavallista muuttoa seuraava kotiutuminen. (Koskinen 2004, 24–90.)

Elämänjaksona ikääntymiseen liittyy usein psyykkisiä ja fyysisiä menetyksiä. Oma toimintakyky saattaa huonontua ja sairaudet lisääntyä. Läheisiä menehtyy

ja omat sosiaaliset suhteet vähenevät. Toisaalta ikääntyneen elämä voi olla kaikista menetyksistä huolimatta tyydyttävää, kunhan ikääntynyt ei syrjäydy vaan osallistuu yhteiskunnan ja esimerkiksi palvelutalon toimintaan. (Crain 2016, 295.)

Psykologi Erik H. Erikson ajattelee ikääntymisestä toisin eikä keskity ikäihmisen aktiivisuuteen, mikä ilmenee Syedin ja McLeanin (n.d) Eriksonin teoriaa käsittelevässä analyysissä. Eriksonin persoonan kehitysteoriassa ihmisen elämä on jaettu 8 merkitykselliseen vaiheeseen. Jokaisessa vaiheessa ihminen kohtaa kriisin. Eriksonin mukaan ratkaisemalla tämän identiteetin kriisin ihmisellä on mahdollisuus tyytyväiseen ja tasapainoiseen elämään. Eriksonin kehitysteorian viimeinen kehityskriisi sijoittuu ikääntymisen ja vanhuuden aikaan. Tässä kriisissä on vastakkain eheys ja epätoivo. Ikääntynyt alkaa käydä läpi elettyä elämää sekä arvioi onko elämä ollut onnistunut vai ei. Epätoivoon johtaa näkemys siitä, että oma elämä on ollut epätydyttävä. Jos taas ikääntynyt hyväksyy oman eletyn elämänsä, hänen elämäänsä kannattelee tyyneyden tunne ja tilanteen hyväksyminen. (Syed & McLean ei pvm, 5). Ikääntyneen oma sisäinen tunne omasta elämästä ja siitä hyväksyykö tilanteen saattaa vaikuttaa palvelutaloon muuttamisen hyväksymiseen sekä kotiutumisen tunteeseen. Ikäihmisen katuessa mennyttä elämää ja haikaillessa takaisin siihen on palvelutalon kaltaiseen viimeiseen asuinpaikkaan lähes mahdotonta täysin kotiutua.

Riitta Räisänen (2018) painottaa kirjassaan Hyvää elämänlaatua ikääntyneille, että vaikka ihminen muuttaa palvelutaloon on erityisen tärkeää saada säilyttää omat tutut elämäntapansa. Tavallisesti oma elämäntyyli on itsestään selvää ihmiselle sekä se että niitä saa täysin vapaasti toteuttaa tahtomallaan tavalla. On tärkeää saada ilmaista itseään ja ikään kuin näyttää muille kuka minä oikein olen. Jotta palvelutaloon voi ylipäättään tuntea kotiutuneensa tämä ihmisen perusoikeus tulee säilyä elämässä vahvana (Räisänen 2018, 12–13).

2.2 Ikäihmisten yhteisöllinen asuminen

2.2.1 Mitä on yhteisöllinen asuminen

Laki sosiaalihuoltolain muuttamisesta 790/2022 määrittelee yhteisöllisen asumisen seuraavasti:

Yhteisöllisellä asumisella tarkoitetaan hyvinvointialueen järjestämää asumista esteettömässä ja turvallisessa asumisyksikössä, jossa henkilön hallinnassa on hänen tarpeitaan vastaava asunto ja jossa asukkaille on tarjolla sosiaalista kanssakäymistä edistävää toimintaa. (Laki sosiaalihuoltolain muuttamisesta 790/2022)

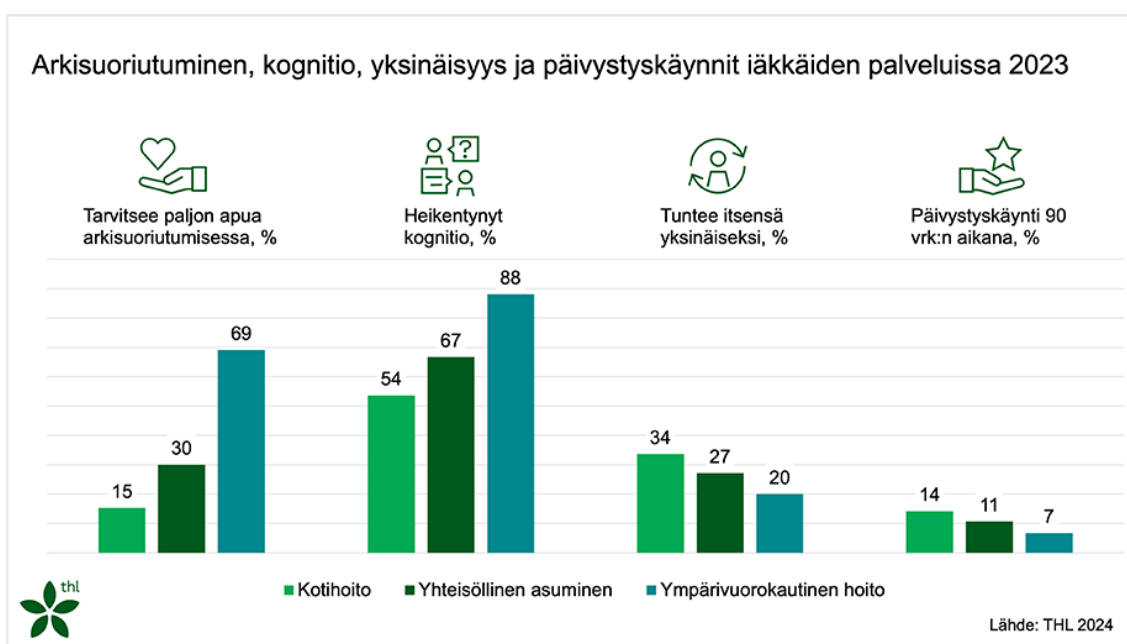
Käytännössä yhteisölliseen asumiseen hakeudutaan, kun tuntuu ettei kotona enää pärjätä ja halutaan muuttaa lähemmäs palveluja. Yhteisöllistä asumista on useille asiakasryhmillä ikäihmisten lisäksi kuten esimerkiksi kehitysvammaisille ja päihdekuntoutujille. Yhteisöllinen asuminen ei kata yöllistä hoitoa niin kuin ympärivuorokautinen hoito. Yhteisöllisessä asumisessa asukkaalla on yöllä hälytintanneke, jota hälyttämällä saa apua mutta usein lisämaksusta. (Valvira 2024.)

Yhteisöllinen asuminen on tavallaan korvannut vanhan palveluasumisen 1.1.2023 uuden sosiaalihuoltolain myötä. Palvelu on pysynyt pääosin samana mutta suuri muutos on, että yhteisöllisessä asumisessa asuminen ja palvelut on määritelty järjestettäväksi erikseen. Uuden asumismuodon syntyminen on synnyttänyt uudenlaisia palvelutaloja, jotka on suunniteltu yhteisöllistä asumista ajatellen. (THL 2024,3.) Pirkanmaan hyvinvointialueella yhteisöllisen asumisen asiakas asuu vuokrasuhteessa vuokra-asunnossa, joka useimmiten sijaitsee palvelutalossa. Apua voi saada palvelutalon henkilökunnalta päivittäisissä toimissa, jotka sovitaan henkilökohtaisesti palvelu- ja hoitosuunnitelmanneuvottelussa. (Pirkanmaan hyvinvointialue 2024.)

2.2.2 Kenelle yhteisöllinen asuminen on ja miten asukkaaksi tullaan

Yhteisöllinen asuminen on suunniteltu henkilölle, jonka toimintakyky on alentunut ja hoidon ja huolenpidon tarve on kasvanut. Tarve on voinut kasvaa korkean iän

erilaisten sairauksien tai vammojen vuoksi. Yhteisölliseen asumiseen ei kuulu yöaikainen hoito, joten asukkaan tulisi selvittää yöt pääosin itsenäisesti. Yhteisöllisen asumisen lisäksi Pirkanmaan hyvinvointialueella on ikäihmisille tarjolla myös ympärivuorokautista asumista sekä kotihoitoa. Taulukossa 1 esitellään näiden kolmen palveluiden asiakaskunnan eroavaisuudet toimintakyvyssä ja voinnissa. Yhteisöllinen asuminen sijoittuu tässä kotihoidon ja ympärivuorokautisen hoidon keskelle jokaisessa osa-alueessa. Huonoimman kuntoiset ikäihmiset ovat usein ympärivuorokautisen hoidon puolella. (THL tilastoraportti 2024,7.)



Taulukko 1. THL (2024) Arkisuoriutuminen, kognitio, yksinäisyys ja päivystyskäynnit iäkkäiden palveluissa 2023.

Hakemus yhteisöllisen asumisen paikalle tehdään hyvinvointialueen asiakasohjaajien kanssa. Ikäihminen tai hänen läheisensä voi ottaa yhteyttä hyvinvointialueen asiakasohjaajiin, kun muutto palvelutaloon alkaa tuntumaan ajankohtaiselta. Kun asiakasohjaaja saa tietää yhteisölliseen asumiseen hakevasta ikäihmisestä hän aloittaa palvelutarpeen arvioinnin. Sen jälkeen tehdään ikäihmiselle oma asiakassuunnitelma ja hallintopäätös. Lopuksi säädetään toimeenpano. Päätös tulee toimeenpanna kolmen kuukauden sisällä hakemuksen vireilletulosta. (Valvira 2024)

3 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

3.1 Tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää, miten ikäihminen kokee palvelutaloon yhteisölliselle paikalle kotiutumisen. Tarkoitukseni on saada ikäihmisten aito ääni ja kokemus esille sekä löytää keinoja parantaa palvelutalossa asumisen viihtyisyyttä. Viihtyisyyteen panostamisella voidaan ehkäpä parantaa ikäihmisten kokemuksia itsestään sekä mahdollisuuksistaan. Opinnäytetyön tavoitteena taas on tuoda ammattilaisille tietoa ikäihmisten kokemuksia palvelutaloon kotiutumisesta, jotta siihen osattaisiin jatkossa kiinnittää huomiota paremmin.

Tutkimuskysymykset:

1. Kuinka ikäihminen kokee kotiutuneensa palvelutaloon?
2. Mitkä asiat voisivat edesauttaa kotiutumista?

3.2 Menetelmät ja toteutus

Tämä opinnäytetyö on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. Laadullinen tutkimus tarkoittaa, että tutkimuksesta ei valmistu eikä edes haeta tarkkoja numeerisia vastauksia ja tilastoja. Laadullisen tutkimuksen tulokseen vaikuttaa aina tutkijan oma ymmärrys ja tulkinta eli saatava tieto on aina jollain tasolla subjektiivista. Laadullinen tutkimus kuitenkin päästää tutkijan kuulemaan laajemmin aiheesta ja pääsemään syvemmälle tutkittavaan aiheeseen. (Tuomi ym. 2018, 22–28.) Laadullisella tutkimuksella voidaan tehdä avoimia kysymyksiä eikä itse kysymykset myöskään johdattele vastaajaa. Laadullisen tutkimuksen hyöty ikäihmisiä haastattelussa on ehdottomasti myös sen joustavuus. Haastattelija voi toistaa kysymyksen, jos haastateltava ei sitä esimerkiksi kuule. Kysymyksiä voi muokata tai toistaa tilanteen mukaan. (Hakala 2024, 84–86.)

Tutkimuksen aineistonkeruu menetelmänä toimi haastattelu. Haastattelussa haastattelija haluaa saada mahdollisimman paljon tietoa haastateltavasta aiheesta. Haastattelumuotona oli yksilöhaastattelu, jotta haastattelutilanne saa-

daan pysymään joustavana ja jotta haastateltava saa äänensä kuuluviin ja hänellä on mahdollisuus avautua mahdollisista kipeistä aiheista, jotka voisivat ryhmähaastattelussa jäädä mainitsematta. Haastattelussa on etuna myös se, että haastattelun ollessa käynnissä haastattelija voi tehdä muistiinpanoja esimerkiksi haastateltavan herkistymisestä. (Tuomi ym. 2018, 85–86.) Haastatteluun valittiin 4 yli 75-vuotiasta, jotka ovat muuttaneet puolen vuoden sisällä yhteisöllisen asu-misen paikalle.

Yksilöhaastattelun aineiston sisällön analyysitapana käytin aineistolähtöistä analyysia. Aineistolähtöisessä sisällön analyysissä ei luoda haastattelussa saadulle materiaalille minkäänlaisia ennako-odotuksia tai esimerkiksi ei määritellä analyysiyksiköjä etukäteen vaan ne muodostuvat materiaalia läpikäydessä. (Tuomi ym. 2018, 108.) Tämä mahdollistaa ikäihmisille tärkeiden aiheiden huomioimisen eivätkä ne jää tutkijan ennalta asettamien olettamusten taakse piiloon.

Tutkimus toteutettiin yhteistyössä yksityisen pirkanmaalaisen ikäihmisten palveluja järjestävän yrityksen kanssa ja haastattelut toteutettiin heidän palvelutalosaan siellä asuvien asukkaidensa kanssa. Talon sosiaaliohjaaja valitsi minulle 4 sopivaa haastateltavaa, hän tuntee asukkaat ja osasi valikoida osallistujat niin ettei tutkimuksen toteutus haittaisi asukkaan arkea. Haastattelupäivänä menin fyysisesti paikan päälle. Haastattelukysymykset (Liite 1) minulla oli paperilla ja mukanani oli puhelin, jota käytin nauhurina.

Haastattelupaikan valinnassa pitää huomioida aina haastateltava sekä ympäristö missä haastatellaan. Ikäihmisellä voi olla kuulon alenemaa, jolloin yleinen hälinä saattaa haitata haastatteluun keskittymistä. Usein kuulo on huonompi toisessa korvassa. Haastateltava ikäihminen voi kuulla täysin kirkkaasti oikealla korvalla mutta vaimeasti vasemmalla korvalla. Tällaisessa tilanteessa haastattelijan ja haastateltavan sijoitteluun kannattaa kiinnittää huomiota. Silmiin katsominen on hyvä huomioida, kun haastateltavalla on huono kuulo, se usein auttaa haastateltavan kanssa kommunikointia. Ikäihmisen vastaaminen saattaa olla hidasta, usein se ei kuitenkaan viittaisi siihen, että ikäihminen ei ole ymmärtänyt kysymystä. (Hyvärinen 2017, 301.)

3.3 Aineiston analyysi

Haastatteluihin oli valmistellut kahdeksan valmista kysymystä. Kysyin jokaisessa haastattelussa ne kaikki. Haastattelu eteni muuten aina spontaanisti ikäihmisen puheen perusteella. Haastatteluaineistoni analysoinnin aloitin sen litteroinnilla kirjoitetuksi tekstiksi. Neljän haastattelun kesto oli yhteensä 2h 58 min. Litteroituna tekstinä sivuja analysoitavaksi kertyi 20. Alkuun lähestyin tekstiä tutkija Timo Lai-
neen alun perin laatiman kuvauksen mukaan (Tuomi 2002, 104–105), jossa hän kuvaa laadullisen tutkimuksen analyysin etenemistä. Kuvaus on pelkistetty runko, jossa kuvataan laadullisen tutkimuksen analyysin etenemistä. Aluksi tulee päät-
tää mikä aineistossa kiinnostaa ja sen jälkeen muistaa keskittyä vain siihen. Tä-
män jälkeen aineisto käydään läpi ja sieltä poimitaan ne asiat, jotka päätettiin
kiinnostaviksi analysoinnin alussa. Merkityt asiat kerätään yhteen ja erilleen al-
kuperäisestä aineistosta. Lopuksi merkityt asiat luokitellaan, teemoitellaan tai tyy-
pitellään. Valitsin tämän aineiston analysointiin teemoittelun. Aineiston teemoit-
telu on luokittelun kaltaista, mutta siinä painotetaan sitä mitä valituista teemoista
on sanottu. Teemoittelussa aineisto pilkotaan ja sen jälkeen ryhmitellään eri ai-
hepiirien mukaisesti. Lopuksi analyysistä kirjoitetaan yhteenveto. (Tuomi 2002,
104–105.)

Valitsin kaikki kotiutumiseen liittyvät aiheet kiinnostaviksi. Yliviivasin erivärisillä
yliviivauskynällä eri aiheisiin sopivat vastaukset. Keräsin kaikki eriväreillä yliviiva-
tut lauseet yhdelle paperille. Seuraavaksi valitsin analysointitavakseni teemoitte-
lun, sillä aineistossa oli helposti nähtävissä muutaman pääteema, mikä kaikkien
vastaajien vastauksissa toistui. Tässä vaiheessa luokittelin vastaukset neljään
teemaan, joita edusti tietty väri. Otsikot oli jaettu muuttamiseen/vanhaan kotiin
liittyviin vastauksiin, kotiutumista edistäviin/estäviin vastauksiin, kommentteihin
läheisistä sekä vastauksiin, joissa aiheena oli erilaiset terveyshuolet, rajoitteet,
haavoittuvuus. Jatkoin analyysiä teemoittelemalla jokaisen teeman vastauksia
yhä tarkempiin rajauksiin ja tällä tavalla sain kuusi selkeää teemaa, joita aineis-
tossa sivuttiin.

3.4 Luotettavuus ja eettisyys

Haastattelu toteutettiin anonyymina, joten haastattelulomakkeelle ei tallennettu mitään henkilötietoja. Oman esteellisyyteni olen huomionut. Olen ollut tässä kyseisessä yrityksessä töissä sosiaaliohjaajana ja tähän tutkimukseen valittiin sellaisia ikäihmisiä, joiden kanssa en ollut ollut aiemmassa työroolissa tekemisissä, jotta se ei vaikuttanut tulokseen. Haastatteluhetkellä työsuhteeni loppumisesta oli noin puoli vuotta aikaa, joten en ollut edes tavannut haastateltavia ennen. Haastateltavat on rajattu yhteisöllisen asumisen asukkaisiin, koska tässä asumismuodossa toimintakyky ja kognitiivinen taso on vielä sillä tasolla, että ikäihminen ymmärtää mihin on lupautunut mukaan ja mitä häneltä kysytään sekä osaa ilmaista itseään. (Tuomi ym. 2018, 158–165.)

Muotoilin kysymykset niin, että en määritellyt kysymyksissä haastateltavaa vanhaksi koska tutkimuksen tavoitteena ei ollut tutkia vanhuutta. Kaikki ikäihmiset eivät koe olevansa vanhoja, joten siihen keskittyminen ei tuntunut edistävän tutkimustani oikeaan suuntaan. Haastateltavalla sekä haastattelijalla voi olla jopa 60 vuoden ikäero, jolloin haastattelijan on hyvä tiedostaa mahdolliset eroavaisuudet koetussa maailmassa. Vanhemman sukupolven edustaja voi antaa asioille täysin erilaisen merkityksen kuin nuorempi haastattelija. Siksi haastattelija ei saa tehdä tulkintoja tai olettamuksia omista lähtökohdistaan käsin. (Hyvärinen 2017, 298–299.)

Jokainen haastateltava sai tietosuojalomakkeen (Liite 2). Suostumuslomakkeeseen (Liite 3) kerättiin vain ikäihmisten huoneen numero ja mahdollisesti etunimi. Näitä tietoja ei voi yhdistää haastateltaviin, ja ne tulivat vain tämän opinnäytetyön käyttöön. Yhteydenotot hoidettiin palvelutalon sosiaaliohjaajan kautta. Näin ei haastateltavilta jouduttu kysymään puhelinnumeroa tai sähköpostia. Haastateltavat saivat tiedotteen tutkimuksesta samalla kun osallistumisesta sovitaan (Liite 4). Useilla palvelutalossa asuvilla ikäihmisillä ei ole sähköpostia eikä monella edes puhelinta. Haastattelusta jäi pienet muistiinpanot sekä nauhoitus. Nauhoituksen tallensin työstön ajaksi salasanan takana olevaan tiedostoon. Ja kuuntelin nauhoitetta vain kuulokkeilla niin ettei muut kuulleet sitä. Muistiinpanot skannasin suojatulla yhteydellä ja tallensin samaan salasanan takana olevaan kansioon.

Paperilla olevat muistiinpanot silppusin asianmukaisesti, kun olin saanut ne kirjoitettua koneelle. Opinnäytetyön valmistumisen jälkeen aineisto hävitettiin.

Opinnäytetyön tekemisessä ja aineiston koostamisessa otin huomioon että, valmis opinnäytetyöni tulee olemaan julkinen julkaisu ja sen voi kuka vaan lukea.

4 TUTKIMUSTULOKSET

4.1 Läheiset

Läheisten merkitys korostui jokaisen haastateltavan puheessa läpi koko aineiston. Perheenjäsenet, niin elossa olevat kuin edesmenneetkin, sekä ystävät ja vanhat tuttavat muodostivat tärkeän sosiaalisen verkoston ja emotionaalisen tuen, joka vaikutti kotiutumisen kokemukseen. Läheiset eivät ainoastaan tarjonneet seuraa ja yhteyden tunnetta, vaan heidän olemassaolonsa ja hyvinvointinsa vaikuttivat myös asukkaiden omaan mielenrauhaan ja päätökseen muuttaa palvelutaloon.

Usein muutto lähemmäs lapsia tai muita sukulaisia oli keskeinen syy palvelutaloon hakeutumiselle, erityisesti jos puoliso oli menehtynyt ja aiempi sosiaalinen piiri oli harventunut. Yhteydenpito läheisiin näyttäytyi tärkeänä arjen voimavarana ja ilon tuojana. Vierailut, puhelut ja yhteiset hetket palvelutalon ulkopuolella rikkoivat arjen rutiineja ja toivat elämään sisältöä.

”mun tytär soittaa ja sano että hän tulee nyt taas sitten ensi viikolla”

”likat käy täällä tai sitten vie mut mennessä jonnekin”

Läheisten muistot ja heihin liittyvät esineet olivat myös läsnä arjessa ja auttoivat ylläpitämään jatkuvuuden tunnetta. Edesmenneen puolison kuva seinällä tai vanhojen työkavereiden vierailut loivat sillan menneen ja nykyisen elämäntilanteen välille.

Merkillepantavaa oli myös se, kuinka tietoisia haastateltavat olivat läheistensä kantamasta huolesta heidän aiemmasta asumisestaan ja pärjäämisestään. Muutto palvelutaloon ja tieto avun läheisyydestä helpotti paitsi omaa oloa, myös vähensi huolta siitä, että olisi taakaksi esimerkiksi omille lapsille. Tämä vastavuoroinen huolenpito ja halu olla vaivaksi näyttäytyi tärkeänä tekijänä muutoksen hyväksymisessä. Vaatimattomuus ja toisten huomioiminen leimasivat monen vastaajan puhetta.

”Tytär sitten sanoi, että on tää siinä mielessä hirveän tota turvallinen paikka sulle, että jos sulle tulee jotain nii lähellä apu”

”koitan olla pirteä, että ei tarvitse surra ja jännittää töissä, että onko-han se meidän äiti pudonnut siellä rapuissa”

Läheisten rooli ei rajoittunut vain sosiaaliseen ja emotionaaliseen tukeen; he olivat usein myös aloitteentekijöitä muuttoprosessissa. Vaikka muutto saattoi olla läheisten toive, sen hyväksyminen ja kotiutumisen onnistuminen vaativat lopulta ikäihmisen oman sisäisen prosessin.

4.2 Palvelutalo ympäristönä

Palvelutalo fyysisenä ja sosiaalisena ympäristönä herätti haastateltavissa monenlaisia ajatuksia ja tunteita. Palvelutalon tarjoamat puitteet ja palvelut koettiin arkea helpottavina ja turvallisuutta lisäävinä tekijöinä, toisaalta ympäristöön liittyi myös laitospaisuuden piirteitä ja joustamattomuutta, jotka vaikuttivat kotiutumisen kokemukseen.

Palvelutalon keskeisimmäksi hyödyksi nousi avun välitön saatavuus kellon ympäri. Hälytinsäoneke ja tieto henkilökunnan jatkuvasta läsnäolosta loivat vahvan turvallisuuden tunteen, mikä oli monelle ensisijainen syy palvelutaloon muuttamiselle. Tämä fyysinen turva vähensi pelkoa kaatumisesta tai avun saamatta jäämisestä hätätilanteessa.

”täytyy vaan kelloa painaa ja ne kysyy, mikä on asia ja tulee heti katsomaan oli yöt tai päivä”

Myös talon tarjoamat palvelut, kuten ravintola, sauna ja erilaiset aktiviteetit, kuten musiikkiesitykset ja ohjattu liikunta, koettiin pääosin myönteisinä. Ne helpottivat arjen askareita, tarjosivat virikkeitä ja mahdollisuuksia sosiaaliseen kanssakäymiseen. Valmiiseen pöytään käveleminen ja monipuolinen ruoka toivat helpotusta arkeen ja edistivät hyvinvointia.

”täällä saa kaikki valmiina; musiikkiesityksiä, ruokailut ja sauna”

Toisaalta palvelutaloympäristöön liittyi myös piirteitä, jotka etäännyttivät kodin tunteesta ja rajoittivat henkilökohtaista vapautta. Yhteiset säännöt, tiukat aikataulut ja palvelusopimusten joustamattomuus herättivät kritiikkiä. Koettiin, että omia tottumuksia ja päivärutiineja ei aina voinut noudattaa. Esimerkiksi iltojen hiljentäminen ja valojen sammuttaminen tiettyyn aikaan tai lisämaksut pienistäkin palvelumuutoksista toivat esiin ympäristön laitospaisuutta ja etäännyttivät kokemusta omasta kodista, jossa voisi itse päättää asioistaan.

”illasta enää mitään kahvin jälkeen oikeastaan ja miksi tääl täytyy sammuttaa kaikki valot 20:15”

”sanoin yökölle, että tulee laittamaan sitten vasta 10 jälkeen tuon maskin mun naamaan, ku uutiset loppuu ni se hoitaja sanoi että kuule se maksaa lisää”

Palvelutalon ympäristö näyttäytyi siis kaksijakoisena: se tarjosi turvaa ja helpoutta, mutta samalla asetti rajoituksia ja haastoi asukkaan kokemusta autonomiasta ja kodinomaisuudesta. Kotiutuminen tähän ympäristöön vaati tasapaino-
lua tarjottujen hyötyjen ja koettujen rajoitusten välillä.

4.3 Estetiikka

Vaikka palvelutalon asunto itsessään saattoi olla pienempi ja erilainen kuin aiempi koti, oman asunnon sisustamisella ja henkilökohtaisilla esineillä oli merkittävä rooli kotiutumisprosessissa ja kodin tunteen luomisessa. Erityisesti vanhoilla, tutuilla huonekaluilla ja esineillä oli suuri emotionaalinen ja symbolinen merkitys.

Haastateltavat puhuivat lämpimästi mukanaan tuomistaan huonekaluista ja tauluista. Nämä esineet eivät olleet vain materiaa, vaan ne kantoivat mukanaan muistoja menneestä elämästä, lapsuudesta, edesmenneistä läheisistä ja tärkeistä paikoista. Vanha lipasto Sortavalasta tai taulu kotikaupungin satamasta toimivat konkreettisina linkkeinä omaan historiaan ja identiteettiin. Ne auttoivat luomaan jatkuvuuden tunnetta elämänmuutoksen keskellä ja tekivät uudesta asunnosta henkilökohtaisemman ja omemman tuntuisen. Kuten Aura (1997, 60) toteaa, tutuilla esineillä on sopeuttava vaikutus ja ne auttavat hahmottamaan asunnon kodiksi.

Harmistusta aiheutti usein tilanpuute uudessa asunnossa. Kaikkia tärkeitä ja rakkaita esineitä ei ollut mahdollista tuoda mukana, mikä itsessään oli osa luopumisprosessia. Ne esineet, jotka asuntoon mahtuivat, saivat kuitenkin erityisen merkityksen ja niistä kerrottiin usein ylpeydellä.

Estetiikka ja oman tilan persoonallistaminen näyttäytyivät tärkeänä itseilmaisun keinona. Mahdollisuus ympäröidä itsensä tutuilla ja merkityksellisillä esineillä auttoi kiinnittymään uuteen tilaan ja rakentamaan sitä kodiksi muutoksen keskellä. Se oli tapa sanoa: "tämä on minun paikkani, minun tarinani jatkuu täällä."

4.4 Oma pärjääminen ja apu lähellä

Kokemus omasta pärjäämisestä ja siihen liittyvistä haasteista oli keskeinen teema haastatteluissa ja vahvasti yhteydessä päätökseen muuttaa palvelutaloon. Kaikilla haastateltavilla oli taustalla kokemuksia toimintakyvyn heikkenemisestä, kaatumisen pelosta tai muista terveyshuolista, jotka tekivät itsenäisestä asumisesta aiemmassa kodissa vaikeaa tai turvatonta.

Vastauksissa korostui helpotus siitä, että apua oli saatavilla päivittäisiin toimiin, kuten peseytymiseen tai lääkkeiden jakoon. Pelko yksin suihkussa kaatumisesta tai vaikeus liikkua portaissa olivat konkreettisia syitä.

*"hän pesee mun selän. En uskalla yksin mennä suihkuun, oon ker-
ran kaatunu"*

*"asuttii rivitalossa... raput mulla oli ongelma...pari kertaa mä mei-
nasin pudota"*

Tieto siitä, että ammattitaitoinen henkilökunta on jatkuvasti läsnä ja apua saa nopeasti hälytinnanneketta käyttämällä, loi perustavanlaatuista turvallisuuden tunnetta. Tämä oli yksi merkittävimmistä tekijöistä, joka erotti palvelutaloasumisen aiemmasta kodista ja auttoi sopeutumaan uuteen elämäntilanteeseen. Se vähensi paitsi omaa myös läheisten huolta.

Avun läheisyys ei ainoastaan lisännyt turvallisuutta, vaan se myös mahdollisti omatoimisuuden jatkumisen niillä osa-alueilla, joilla se oli vielä mahdollista. Kun ei tarvinnut pelätä selviytymistä vaikeimmista askareista yksin, voimavaroja jäi enemmän muuhun elämään. Avun saatavuus oli siis keskeinen tekijä, joka auttoi hyväksymään muuton ja sopeutumaan elämään palvelutalossa.

4.5 Yksinäisyys

Yksinäisyyden kokemus nousi haastatteluissa esiin sekä yhtenä syynä palvelutaloon muuttamiselle että tekijänä, johon palvelutaloasuminen toi helpotusta. Moni haastateltava kertoi kokeneensa yksinäisyyttä aiemmassa kodissaan, erityisesti puolison kuoleman tai sosiaalisten suhteiden vähenemisen myötä.

”no kun täällä näki ihmisiä. Siellä oli yksinäisyyttä niin sillä se oli niinku suurin syy”

Halu päästä lähemmäs jäljellä olevia sukulaisia tai palata vanhalle kotiseudulle oli usein taustalla muuttopäätöksessä. Palvelutalon sosiaalinen ympäristö tarjosi mahdollisuuden kohdata muita ihmisiä ja osallistua yhteiseen toimintaan. Talon jatkuva "tapahtuma", kuten yhteiset ruokailut ja järjestetyt aktiviteetit, koettiin yksinäisyyttä vähentävänä tekijänä. Jo pelkkä ihmisten näkeminen käytävillä tai yhteisissä tiloissa saattoi tuoda tunteen yhteisöön kuulumisesta.

”kun mun omaiset oli kuollut kaikki siellä ja tuota siskon lapsia niitä on kolme täällä paikkeilla”

Vaikka palvelutalo tarjosi mahdollisuuksia sosiaalisuuteen, kotiutuminen uuteen yhteisöön ei ollut itsestään selvää. Tuttujen naapureiden ja ystävien jääminen taakse saattoi myös lisätä yksinäisyyden tunnetta muuton jälkeen. Vierailut vanhoilta ystäviltä tai tuttujen kohtaaminen palvelutalossa olivatkin erityisen ilahduttavia ja auttoivat rakentamaan sosiaalisia siltoja uuteen ympäristöön. Yksinäisyyden kokemus ja sen helpottuminen palvelutalossa olivat siis monisyisiä ja yksilöllisiä prosesseja, jotka vaikuttivat kotiutumiseen.

4.6 Kotiutumisen tunne

Kotiutumisen tunne itsessään nousi esiin haastatteluissa keskeisenä, mutta samalla hyvin henkilökohtaisena kokemuksena. Vaikka ulkoiset puitteet, kuten asunto, palvelut ja läheisten vierailut, olivat tärkeitä tekijöitä, lopullinen kotiutumisen kokemus vaikutti syntyvän asukkaan omassa mielessä – kyvyssä hyväksyä muuttunut elämäntilanne ja löytää paikkansa uudessa kodissa.

Haastatelluista neljästä ikäihmisestä kolme koki olevansa kotiutunut palvelutaloon. He kuvasivat tunnetta rauhallisesti ja hyväksyvästi, osoittaen sopeutuneensa muutokseen. Kotiutumista edisti ymmärrys siitä, miksi muutto oli välttämätön – oma toimintakyky ei enää riittänyt entisessä kodissa asumiseen. Myös aiemmassa kodissa koetun yksinäisyyden helpottuminen palvelutalon sosiaalisessa ympäristössä tuki kotiutumista.

”Tässä on se koti. Vanha koti on ollu ja menny ja nyt ollaan täällä”

Yksi haastateltava koki kuitenkin, ettei ollut vielä kotiutunut, vaikka hänkin tunnusti palvelutaloasumisen hyvät puolet, kuten avun ja palveluiden läheisyyden. Hän oli sisustanut asuntonsa kauniisti tutuilla huonekaluilla ja lapset vierailivat säännöllisesti. Syyksi kotiutumattomuuteen hän koki vahvan siteen edelliseen kotiin, jossa oli asunut vuosikymmeniä – ”sydän on vielä siellä”. Tämä kokemus korostaa sitä, että kotiutuminen ei ole pelkästään käytännön järjestelyihin sopeutumista, vaan syvällinen psykologinen prosessi, joka vaatii luopumista vanhasta ja uuden tilanteen hyväksymistä.

Kaikki haastateltavat pystyivät kuitenkin pohtimaan kotiutumista ja pukemaan siihen liittyviä tuntemuksia sanoiksi. Tämä osoittaa, että kotiutuminen on ikäihmisille merkityksellinen ja tunnistettava kokemus, vaikka sen saavuttaminen voi viedä aikaa ja vaatia henkilökohtaista työstämistä. Kuten Eriksonin teoriassa kuvataan, vanhuuden kehitystehtävänä on eheyden saavuttaminen suhteessa elettyyn elämään. Palvelutaloon kotiutuminen näyttäisikin olevan osa tätä laajempaa prosessia, jossa hyväksytään eletty elämä ja nykyinen tilanne rajoituksineen ja mahdollisuuksineen.

5 JOHTOPÄÄTÖKSET

Ensimmäinen tutkimuskysymykseni oli: ”Kuinka ikäihminen kokee kotiutuneensa palvelutaloon?” Tutkimukseni perusteella kolme neljästä haastatellusta ikäihmisestä koki olevansa kotiutunut nykyiseen asuntoonsa palvelutalossa. Yksi haastateltava ilmaisi, ettei koe olevansa lainkaan kotiutunut. Kotiutumisen tunteeseen vaikutti merkittävästi ymmärrys siitä, että oma toimintakyky ei enää riitä itsenäiseen asumiseen tavallisessa asunnossa. Kotiutuneet kuvasivat myös, että aiempi yksinäisyys oli helpottanut palvelutalossa, jossa oli tarjolla aktiviteetteja, seuraa muista asukkaista ja jatkuvasti apua tarjoavaa henkilökuntaa.

Toinen tutkimuskysymykseni oli: ”Mitkä asiat voisivat edesauttaa kotiutumista?” Tutkimustulokset korostivat läheisten lähellä asumisen tai tiheiden vierailujen tärkeyttä. Perheen lisäksi myös vanhojen ystävien vierailut toivat iloa. On olennaista huomioida, että ikäihmisten sosiaaliset tarpeet eivät vähene iän myötä. Muutto palvelutaloon, jossa kaikki ovat aluksi vieraita, on suuri muutos aiempaan, erityisesti jos siihen liittyy ystävien ja perheen harvemmat vierailut sekä yhteyden katkeaminen tuttuihin naapureihin. Tämä voi merkittävästi lisätä yksinäisyyttä ja korostaa luopumista vanhasta elämästä. Aiempi teoria tukee tätä havaintoa: ikään-tyneen elämä voi olla tyydyttävää, kunhan hän ei syrjäydy, vaan osallistuu aktiivisesti yhteiskunnan ja esimerkiksi palvelutalon toimintaan (Crain 2016, 295).

Tutkimuksessa ilmeni myös, että ikäihmiset kokevat usein turvautuvansa läheisiinsä entistä enemmän, mikä voi aiheuttaa turhautumista ja tunteen taakaksi olemisesta. Palvelutalossa asuminen voi helpottaa tätä, kun ikäihmiset kokevat, etteivät heidän lastensa tarvitse enää jatkuvasti huolehtia heistä, koska apu on aina läsnä. Ikääntymiseen liittyy usein psyykkisiä ja fyysisiä menetyksiä, kuten toimintakyvyn heikkenemistä, sairauksien lisääntymistä, läheisten kuolemia ja sosiaalisten suhteiden vähenemistä (Crain 2016, 295).

Palvelutalo fyysisenä ympäristönä ja laitoksena koettiin vastaajien keskuudessa myönteisemmäksi kuin olin teorian perusteella olettanut. Erityisesti avun saata- vuus koettiin suurena etuna; henkilökunta oli aina paikalla ja apua sai hälytinnä-

pista painamalla. palvelutalon tarjoamat palvelut, kuten ravintola, helpottivat arkea ja ehkäisivät huonosta ravinnosta johtuvia ongelmia. Myös erilaiset tapahtumat, kuten musiikkiesitykset, toivat kaivattua virkistystä palvelutalon arkeen. Toisaalta palvelutaloa asuinpaikkana pidettiin ajoittain joustamattomana ja persoonattomana (Juhila 2018, 120–123). Tämä ilmeni vastauksissa esimerkiksi aikataulujen joustamattomuutena ja ilta-ajan ohjelman vähyytenä henkilökunnan vähentyessä.

Oman huoneen sisustaminen oman maun mukaan koettiin tärkeäksi. Haastattelutilanteissa huomasin, että ikäihmiset arvostivat suuresti henkilökohtaisia esineitä, joihin liittyi muistoja ja tunnearvoa. Tämä havainto saa tukea teoriasta, jonka mukaan tutuilla esineillä on sopeuttava vaikutus, ja ne auttavat tekemään asunnosta kodin (Aura 1997, 60).

Yhteenvetona voidaan todeta, että kotiutumisen tunteeseen vaikuttavat eniten yksilön oma hyväksyntä uudelle elämäntilanteelle ja luopuminen entisestä. Muutto palvelutaloon tapahtui kaikilla haastatelluilla läheisten, useimmiten lasten, aloitteesta, ja asunnon hyväksymiselle oli usein tiukka aikataulu. Tämä voi tehdä muutoksesta yllättävän ja vaikeuttaa kotiutumista, erityisesti kun ikäihminen ei ole voinut itse valita asuntoaan ja joutuu muuttamaan esimerkiksi suuresta omakotitalosta pieneen palvelutaloasuntoon, johon mahtuu vain vähän tuttuja esineitä.

6 POHDINTA

Haastattelujen tekeminen oli mielenkiintoista ja hauskaa. Huolimatta siitä, että haastatteluissa käsiteltiin vaikeitakin aiheita, haastateltavat eivät arastelleet niitä. Herää kysymys, johtuiko tämä heidän iästään kumpuavasta resilienssistä vai jostain muusta tekijästä. Pitkä kokemukseni ikäihmisten parissa ei ole vähentänyt sen vaikuttavuutta, kuinka merkityksellistä on syventyä heidän kokemuksiinsa. On olennaista hetkeksi sivuuttaa oma ammatillinen rooli ja antaa ääni niille, joiden hyvinvointi on työmme perusta – ikääntyneille itselleen.

Tähän elämänvaiheeseen liittyvä luopumistyö on epäilemättä haastava prosessi ikäihmisille. Riittääkö meidän antamamme aika ja arvostus tämän työstämiseen? Voisiko kotiutumista auttaa eniten aiemmasta elämästä luopumisen mahdolliseen suruun ja tuskaan keskittymiseen. Aiheesta ja erityisesti aiemman elämän luopumisesta olisi hyvä tehdä lisää tutkimuksia, opinnäytetyöni osoittaa sen, että palvelutaloon kotiutumiseen ei ole keskitytty aiemmin tarpeeksi. Aihetta tulisi tutkia myös huomattavasti laajemmalla otannalla. Jatkossa voisi tutkia miten ikäihminen on kokenut elämänsä ennen palvelutaloon muuttoa ja millaisia negatiivisiäkin tunteita se herättää.

Tämän aiheen parissa työskentely oli minulle silmiä avaavaa. Olen monen vuoden ajan ollut itse ammattilaisena palvelutaloon muuttavien ikäihmisen seurassa. Olen aina ajatellut, että tärkeintä on saada asunto kodikkaaksi. On tärkeää myös tulla lämpimästi kohdatuksi. Näin ammattilaisena palvelutaloon muutto tuntuu aina positiiviselta asialta, nythän ikäihminen pääsee kunnolla avun piiriin ja muiden ihmisen seuraan. En ole aiemmin itsekään osannut antaa tilaa ja lupaa muuttoon kuuluvalla surulle. Tutkimukseni valossa aion jatkossa keskustella jokaisen uuden asukkaan kanssa myös niistä negatiivisista tunteista, joita muutto mahdollisesti herättää. Lisäksi aion ottaa puheeksi heidän suhtautumisensa aiempaan elämäänsä, sillä nämä tekijät näyttävät merkittävästi vaikuttavan palvelutaloon kotiutumiseen.

Tällä opinnäytetyöllä toivon osoittavani, kuinka olennaista on pysähtyä kuuntelemaan ikäihmisten ajatuksia. Meidän ammattilaisten on syytä muistaa, miten ai-

nutlaatuinen ja herkkä tilanne palvelutaloon muutto on. Ikäihmisen kokemat mahdolliset negatiiviset tunteet on kohdattava kärsivällisesti, ja hänelle on annettava aikaa suruun. Kotiutumiseen ja kotiutuvaan ikäihmiseen on kiinnitettävä enemmän huomiota.

LÄHTEET

Aura, Seppo, ym. *Ympäristöpsykologian perusteet*. WSOY, 1997.

Crain, W. C. (2016) *Theories of development: concepts and applications*. Sixth edition. London: Routledge.

Finlex.fi. 2022. Laki sosiaalihuoltolain muuttamisesta. 21 b §

Yhteisöllinen asuminen. Luettu 18.11.2024.

<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2022/20220790#Pidm46263580437952>

Hyvärinen, M. K. et al. (2017) *Tutkimushaastattelun käsikirja*. Tampere: Vastapaino.

Juhila, K. & Ellibs. (2018) *Aika, paikka ja sosiaalityö*. Tampere: Vastapaino.

Juhila, K. (2022) 'Koti asiakkaan ja työntekijän kohtaamispaikkana', in *Koti asiakkaan ja työntekijän kohtaamispaikkana*. Tampere University Press. p.

https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/142724/03_Juhila_Koti_asiakkaan_ja_tyontekijan_kohtaamispaikkana.pdf?sequence=2&isAllowed=y. Luettu 21.11.2024.

Koskinen S. 2004. Ikääntyneiden voimavarat. Raportissa: Ikääntyminen voimavarana. Tulevaisuusselonteon liiteraportti 5. Valtionneuvoston kanslian julkaisusarja 33/2024. Helsinki:Edita, 24-90

Laki sosiaalihuoltolain muuttamisesta 790/2022. Luettu 20.2.2025.

Pirha.fi. 2024. Ikääntyneiden palvelut. Ikääntyneiden asuminen. Yhteisöllinen asuminen. Luettu 18.11.2024. <https://www.pirha.fi/palvelut/ikaantyneiden-palvelut/ikaantyneiden-asuminen/yhteisollinen-asuminen>

Richardson, Joanna (2019) *Place and identity: The performance of home*. London: Routledge. Feeling at home. 20–31.

Räsänen, R. (2018) *Hyvää elämänlaatua ikääntyneille*. Jyväskylä: Riitta Räsänen.

Semi, Taina, ym. *Yötaivaan toivo : muistiystävällinen ympäristö - tilasta kokemukseen*. T&J Semi Oy, 2016.

Seppänen, M. et al. (2007) *Vanhuus ja sosiaalityö : sosiaalityö avuttomuuden ja toimijuuden välissä*. Notko Tiina , asiakaslähtöisyys iäkkäiden mielenterveyskuntoutujien parissa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Syed, M. & McLean, K. C. (ei pvm.) *Erikson's Theory of Psychosocial Development*. OSF. Saatavilla: <https://osf.io/zf35d/download/> [Luettu: 3.5.2025].

THL tilastoraportti 54/2024. s 7 Julkaistu 25.11.2024. Luettu 26.11.2024.

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/149996/FINAL_Tilastoraportti_RAI_2023_211124.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Taulukko 1 THL (2024) Arkisuoriutuminen, kognitio, yksinäisyys ja päivystyskäynnit iäkkäiden palveluissa 2023. https://thl.fi/documents/155392151/214390135/tilastokuvio_RAI_2023_920px.png/57fbf641-052c-74c1-1c12-b0298b6de3c1?t=1732193474148

Tilastokeskus. (2021). *Väestöllinen huoltosuhde ja ennuste 1900–2070*. [Verkkokuvaaja]. Saatavilla: https://stat.fi/til/vaenn/2021/vaenn_2021_2021-09-30_tie_001_fi.html [Luettu: 20.3.2025].

Tulva, T. et al. (2007) *Vanhuuden monet kasvot*. Helsinki: Okka, Opetus-, kasvat- ja koulutusalojen säätiö.

Tuomi, J. & Sarajarvi, A. (2018) *Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi*. Uudistettu laitos. Helsinki: Tammi.

Valvira 2024. Valvira.fi. Satu Karppainen. Mistä yhteisöllisessä asumisessa on kyse. PDF. Julkaistu 20.11.2024. Luettu 20.3.2025.

<https://valvira.fi/documents/152634019/206214999/Mista-yhteisollisessa-asumisessa-on-kyse-20032024.pdf/d9441695-a7ff-e447-5524-64bb083a197d/Mista-yhteisollisessa-asumisessa-on-kyse-20032024.pdf?t=1711111320963>

Valvira 2024. Sosiaali- ja terveydenhuolto, yhteisöllinen asuminen. <https://valvira.fi/sosiaali-ja-terveydenhuolto/yhteisollinen-asuminen>. Luettu 21.11.2024.

Vanhusasiavaltuutetun kertomus eduskunnalle 2024 K 3/2024 vp.s.11–13. Helsinki 2024. [https://vanhusasia.fi/documents/97611701/160155639/Vanhusasiavaltuutetun+kertomus+eduskunnalle+2024+\(PDF\).pdf/fd1daec3-85cf-b0e4-cdfc-1be104bc03d0/Vanhusasiavaltuutetun+kertomus+eduskunnalle+2024+\(PDF\).pdf?version=1.1&t=1728987902240](https://vanhusasia.fi/documents/97611701/160155639/Vanhusasiavaltuutetun+kertomus+eduskunnalle+2024+(PDF).pdf/fd1daec3-85cf-b0e4-cdfc-1be104bc03d0/Vanhusasiavaltuutetun+kertomus+eduskunnalle+2024+(PDF).pdf?version=1.1&t=1728987902240)

LIITTEET

Liite 1. Haastattelukysymykset

Taustakysymykset:

- 1. Milloin olet muuttanut tänne?**
- 2. Mistä olet muuttanut tänne?**
- 3. Miksi olet mielestäsi muuttanut tänne?**

Haastattelukysymykset:

- 1. Mitä kotiutuminen tarkoittaa sinulle?**
- 2. Tunnetko olevasi kotiutunut tähän asuntoon?**
- 3. Mikä voisi auttaa kotiutumista tähän asuntoon?**
- 4. Haluatko kotiutua tänne?**
- 5. Missä koet kotisi olevan?**

Liite 2. Tietosuojailmoitus

Rekisterin nimi	Ikäihmisen kotiutuminen palvelutaloon
Päiväys	22.10.2024
Rekisterinpitäjä(t)	Kia Huoponen
Ohjaaja tai oppilaitoksen yhteysthenkilö	Ohjaajan nimi ja yhteystiedot Sanna Keskikuru. sanna.keskikuru@tuni.fi
Henkilötietojen käsittelytarkoitus ja käsittelyperuste	Henkilötietojasi käsitellään yli 75-vuotiaiden ikäihmisten kotiutumista tutkivassa opinnäytetutkimuksessa. Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Henkilötietojen käsittelyperusteena on: Suostumus. Suostumuksen voi peruuttaa milloin tahansa ilmoittamalla tästä rekisterinpitäjälle. Suostumuksen peruuttaminen ei vaikuta ennen suostumuksen peruuttamista suoritetun käsittelyn lainmukaisuuteen. Opinnäytetutkimuksen ohjaajalla voi olla pääsy aineistoon opinnäytetyön ohjaamista ja tarkastamista varten. Tällöin rekisterinpitäjänä on Tampereen ammattikorkeakoulu ja käsittelyperusteena yleisen edun mukainen opetustehtävä.
Henkilötietojen säilytysaika	Opinnäytteen/opinnäytteiden valmistuttua aineisto ja henkilötiedot tuhotaan. Siltä osin kuin ohjaajalla on pääsy aineistoon opinnäytetyön ohjaamista ja tarkastamista varten, ohjaajat ja tarkastajat käsittelevät henkilötietoja ainoastaan niin kauan kuin on tarpeellista työn hyväksymistä varten.
Rekisterin tietosisältö ja tietolähteet	<ul style="list-style-type: none"> - Nimitiedot - Haastattelun tietosisältö Tiedot kerätään tutkittavilta itseltään.
Rekisteröidyn oikeudet	Tietosuojalainsäädännön mukaisesti sinulle kuuluu oikeus saada pääsy tietoihin, oikaista tietoja, oikeus tietojen poistamiseen (oikeus tulla unohdetuksi), rajoittaa tietojen käsittelyä ja vastustaa henkilötietojen käsittelyä. Jos haluat käyttää jotain oikeuttasi, ota yhteys rekisterinpitäjään.

Liite 3. Suostumuslomake

SUOSTUMUSLOMAKE

Ikäihmisen kotiutuminen palvelutaloon, haastattelututkimus

Suostumus tutkimukseen osallistumiseksi

Minua on pyydetty osallistumaan yllä mainittuun tieteelliseen tutkimukseen ja olen saanut kirjallista tietoa tutkimuksesta, ja mahdollisuuden esittää siitä tutkijalle kysymyksiä.

Ymmärrän, että tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista ja että minulla on oikeus kieltäytyä siitä sekä peruuttaa suostumus ja keskeyttää tutkimus väliaikaisesti syytä ilmoittamatta. Ymmärrän myös, että tiedot käsitellään luotamuksellisina.

Annan suostumukseni tutkimukseen.

Paikka ja päivämäärä

Allekirjoitus

Nimenselvennys

Liite 4. Tiedote

Heippa!

Olen kolmannen vuoden sosionomiopiskelija Tampereen ammattikorkeakoulusta. Teen opinnäytetyötä ikäihmisten kokemuksista palvelutaloon kotiutumisesta. Tarkoitukseni on selvittää mitä kuuluu hyvään kotiutumiseen sekä millaista on onnistunut kotituminen. Tutkimukseni tavoitteena on saada ikäihmisten ääni kuuluviin sekä löytää uusia näkökulmia ikäihmisten kanssa työskenteleville ammattilaisille.

Tutkimukseni toteutan yksilöhaastatteluna avoimilla kysymyksillä, jotta haastatettava saa avoimesti puhua kokemuksistaan sekä tuntemuksistaan. Tarvitsen tähän tutkimukseen 4 yli 75-vuotiasta yhteisöllisen asumisen asukasta. Äänitän haastattelun ja teen siitä pienet muistiinpanot litterointia varten. Opinnäytetyön valmistumisen jälkeen aineisto hävitetään.

Käsittelen kerättyjä tietoja huolellisesti ja luottamuksellisesti. Opinnäytetyöstä ei selviä haastateltavien identiteettiä.

Tähän haastatteluun osallistuminen on vapaaehtoista ja osallistumisen saa milloin vain perua! Ota rohkeasti yhteyttä matalalla kynnyksellä, jos jokin asia mietittävää.

Ystävällisin terveisin:

Kia Huoponen; kia.huoponen@tuni.fi

Tampereen ammattikorkeakoulu

Sosionomikoulutus