

## "SEHÄN OIS IHAN TYLSÄÄ JOS OIS PELKKIÄ LAPSIA"

Lasten ja ikäihmisten ajatuksia sukupolvityöstä sekä yhteisöllisyyden ja osallisuuden rakentuminen sukupolvien välisessä kohtaamisessa

Klasila Maija & Ylimartimo Sanni

Opinnäytetyö  
Hyvinvointipalveluiden osaamisala  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Sosionomi (AMK)

2016

Sosiaalialan koulutusohjelma  
Sosionomi (AMK)

---

<b>Tekijät</b>	Maija Klasila, Sanni Ylimartimo	Vuosi 2016
<b>Ohjaajat</b>	Kaisu Vinkki, Merja Hjulberg	
<b>Toimeksiantaja</b>	Keskustan palvelutalo, Kemi	
<b>Työn nimi</b>	"Sehän ois ihan tylsää jos ois pelkkiä lapsia" Lasten ja ikäihmisten ajatuksia sukupolvityöstä sekä yhteisöllisyyden ja osallisuuden rakentuminen sukupolvien välisessä kohtaamisessa	
<b>Sivu- ja liitesivumäärä</b>	46 + 4	

---

Käsittelimme opinnäytetyössämme sukupolvityötä yhteisöllisyyden ja osallisuuden sekä asiakkaiden kokemusten näkökulmasta. Opinnäytetyömme tarkoituksena oli selvittää, miten sukupolvityö lisää osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemuksia vanhuudessa ja varhaislapsuudessa sekä millaisia ovat lasten ja ikäihmisten kokemukset sukupolvityöstä. Tavoitteenamme oli lisätä tietoisuutta sukupolvityön mahdollisuuksista ja sen käytettävyydestä sekä selvittää kohde-ryhmien mielipiteitä sukupolvityöstä. Toteutimme opinnäytetyömme toiminnallisena.

Käytimme opinnäytetyössämme kvalitatiivista tutkimusotetta. Aineistonkeruussa käytimme aineistotriangulaatiota, jossa aineistonkeruutapoja olivat osallistuva havainnointi ja ryhmähaastattelu. Yhteistyökumppaneina opinnäytetyössämme toimivat Sauvosaaren päiväkodin 5-vuotiaiden ryhmä sekä Kemin Keskustan palvelutalo. Toiminnallinen osuutemme koostui kolmesta tunnin mittaisesta toimintatuokiosta. Tutkimusaineiston keräsimme toimintatuokioiden aikana haastatteleamalla ja havainnoimalla toimintaan osallistuneita lapsia ja ikäihmisiä. Haastatteluiden tarkoituksena oli selvittää lasten ja ikäihmisten ajatuksia sukupolvityöstä sekä kartoittaa heidän toiveitaan ja ideoitaan sukupolvityöhön. Havainnoinnin avulla selvitimme osallisuuden ja yhteisöllisyyden rakentumista sukupolvityössä. Teoriapohjamme rakentuu sukupolvityön, osallisuuden ja yhteisöllisyyden määrittelystä. Laadullisessa analyysissä analysoimme yhteisöllisyyden ja osallisuuden rakentumista toteuttamissamme toimintatuokioiden sekä paneudumme lasten ja ikäihmisten ajatuksiin yhdessä toimimisesta.

Saamamme tulokset osoittavat, että vuorovaikutus ja yhteiset tavoitteet lisäävät osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemuksia sukupolvityössä. Lasten ja ikäihmisten suhtautuminen sukupolvityöhön oli hyvin myönteinen ja toteuttamamme toimintatuokit osoittautuivat mielekkäiksi.

Avainsanat

sukupolvityö, yhteisöllisyys, osallisuus, lapset, ikäihmiset

School of Social Services education  
Bachelor of Social Services

---

---

<b>Author</b>	Maija Klasila, Sanni Ylimartimo	Year 2016
<b>Supervisor</b>	Kaisu Vinkki, Merja Hjulberg	
<b>Commissioned by</b>	Kemi central house for the elderly, Kemi	
<b>Subject of thesis</b>	"That would be very boring if there were just children" Children and aged people's thoughts about intergenerational work and the increase of community and participation during the encounter between different generations	
<b>Number of pages</b>	46 + 4	

---

In our thesis, we dealt with intergenerational work from a viewpoint of communality, participation and clients' experiences. The goal of the thesis was to find out how intergenerational work increases the experience of participation and communality in the old age and the early childhood, and what kind of experiences children and aged people have about intergenerational work. Our aim was to increase knowledge about the possibilities of intergenerational work and its functionality and to find out the target groups' opinion on intergenerational work. Our thesis was carried out in a functional way.

We used qualitative research methods in our thesis. In collecting of the material, we used material triangulation, where the ways of collecting the material were engaged observation and group interview. Our collaborative partners were the 5-year-old group of Sauvosaari daycare center and Kemi central house for the elderly. The functional part of the thesis consisted of three one-hour-long activity moments. We collected the research material during these activity moments by interviewing and observing the children and aged people who took part in the activity. The purpose of the interviews was to find out the children's and old people's thoughts about intergenerational work and to chart their wishes and ideas for intergenerational work. Through observing, we looked into the developing of participation and communality in intergenerational work. The theoretical basis of our thesis is built on defining the concepts of intergenerational work, participation and communality. In the qualitative analysis, we analyze the developing of communality and participation in the activity moments that we carried out, and go into the thoughts of children and aged people about doing activities together.

Our results show that interaction and mutual goals increase the experience of participation and communality in intergenerational work. The children's and aged people's attitude towards intergenerational work was very positive and the activity moments we carried out proved to be meaningful.

**Keywords** intergenerational work, communality, participation, children, aged people

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO .....	5
2	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	7
2.1	Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet .....	7
2.2	Metodologiset valinnat .....	9
2.3	Työn eettisyys ja luotettavuus.....	14
2.4	Opinnäytetyöprosessi.....	16
2.5	Opinnäytetyön toiminnallinen osuus.....	18
2.6	Yhteistyökumppanit.....	20
3	SUKUPOLVITYÖ.....	22
3.1	Mitä on sukupolvityö?.....	22
3.2	Sukupolvien välinen kohtaaminen .....	24
3.3	Yhteisöllisyys .....	27
3.4	Osallisuus .....	29
4	OPINNÄYTETYÖN TULOKSET .....	31
4.1	Yhteisöllisyyden ja osallisuuden rakentuminen.....	31
4.2	Lasten ja ikäihmisten ajatuksia yhdessä toimimisesta.....	34
5	JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA .....	38
	LÄHTEET .....	42
	LIITTEET .....	46

## 1 JOHDANTO

Eräässä artikkelissa haastateltiin nepalilaista Suomen yhteiskunnallisesta tilanteesta. Kun häneltä kysyttiin, miten ratkaisisit Suomen sosiaaliset ongelmat, hän vastasi: ”Tärkeää on yhteisön harmonia ja tuki. Jakaminen ja välittäminen perheessä, sukupolvien tuki ja isovanhemmat. Isoäitien hoitamista lapsista tulee hyviä ihmisiä. Lapset oppivat huolehtimaan nuoremmistaan. He kuulevat tarinoita, jotka innostavat mutta kertovat myös vaikeuksista.” Nepalilaisen mielestä suomalaiset voivat hyvin julkisessa elämässä, mutta eivät yksityisessä. Hänen näkemyksensä mukaan Suomen sosiaaliset ongelmat ratkeaisivat sillä, että kaikki ihmiset eläisivät tiiviimmin toistensa seurassa ja kuuluisivat johonkin yhteisöön. Kun ihmiset elävät yhteisössä, heidän ongelmansa tunnistetaan ja he voivat auttaa ja rohkaista toinen toisiaan. (Pohjola 2012.)

Sukupolvityö eli ikäpolvitoiminta on yhteistyötä ja keskinäistä kanssakäymistä eri sukupolvien välillä. Sukupolvitoiminta kokoaa yhteen eri-ikäiset ihmiset riippumatta ihmisten elämäntilanteista tai mielenkiinnon kohteista. Sen tavoitteena on, että eri-ikäiset voivat oppia toinen toisiltaan ja olla jakamassa omia tulkintojaan elämästä. Sukupolvityöhön liitetään vahvasti ikäpolvitajun käsite, jolla tarkoitetaan tietoisuutta toisen ikäisistä sekä kykyä kohdata heitä ja asettua heidän asemaansa. Sukupolvityön yhtenä tavoitteena on ikäpolvitajun kehittäminen yhdessä tekemisen kautta. Sukupolvityö voi olla mitä tahansa toimintaa, esimerkiksi leipomista, liikuntaa, kulttuuria tai puutarhanhoitoa. Tärkeintä on, että eri-ikäiset kohtaavat. (Tiihonen 2014.)

Sukupolvityön avulla voidaan vahvistaa yhteisöllisyyden ja osallisuuden kokemuksia. Sukupolvityössä eri-ikäiset tekevät asioita yhdessä, mikä lisää kokemusta ryhmään kuulumisesta ja omista vaikuttamisen mahdollisuuksista. Osallisuuden ja yhteisöllisyyden kehittymisen voidaan ajatella olevan sukupolvityön yksi keskeinen tavoite. (Saarenheimo 2013, 28)

Toteutimme opinnäytetyömme toiminnallisena ja sen tavoitteena oli selvittää, miten sukupolvityö edistää ikäihmisten ja lasten osallisuuden ja yhteisöllisyyden

kokemuksia sekä kartoittaa kohderyhmien omia mielipiteitä sukupolvityöstä. Halusimme painottaa erityisesti osallistujien omia kokemuksia sekä mahdollistaa heidän osallistumisensa sukupolvityön suunnitteluun. Koimme asiakasryhmien osallisuuden tärkeäksi, sillä havaitsimme, että asiakkaiden ääni ei usein pääse riittävästi esiin erilaisia toimintoja suunnitellessa. Valitsimme aiheeksemme sukupolvityön, koska aihe oli meille alun perin tuntematon ja halusimme perehtyä siihen syvällisemmin. Tavoitteenamme oli nostaa esiin ideoita, miten sukupolvityötä voidaan toteuttaa sekä tuoda sukupolvityötä tunnetummaksi sosiaalialan työkentällä. Toteutimme opinnäytetyömme toiminnallisena, koska halusimme opinnäytetyömme kautta hyödyttää sosiaalialan työtä sekä tarjota virikkeellistä toimintaa lapsille ja ikäihmisille. Lisäksi toiminnallisuus toimi hyvänä pohjana tiedonkeruulle.

Halusimme opinnäytetyöllämme olla herättämässä ihmisiä huomaamaan, että sukupolvien välistä kuilua on mahdollista kaventaa eikä ikä loppujen lopuksi ole kuin numeroita. Jakamalla omia kokemuksiaan ja tulkintojaan elämästä, eri-ikäiset voivat rikastuttaa ja opettaa toinen toisiaan, mutta toisaalta myös havaita olevansa yllättävän samankaltaisia. Sukupolvityön avulla eri-ikäiset voivat löytää yhteisiä kiinnostuksen kohteita, joita ei alun perin osattu arvata olevan olemassakaan.

## 2 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

### 2.1 Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli kartoittaa laaja-alaisesti sukupolvityötä ja sen mahdollisuuksia osallisuuden ja yhteisöllisyyden näkökulmasta. Keskeisenä tarkoituksenamme oli mahdollisimman asiakaslähtöinen näkökulma, jossa sukupolvityötä tarkastellaan asiakasryhmien tarpeiden ja toiveiden perusteella. Tavoitteenamme oli tehdä sukupolvityötä tunnetummaksi sosiaalialan työkentällä sekä tarjota keinoja sukupolvityön toteuttamiseen. Lisäksi halusimme opinnäytetyöllämme tarjota palvelutalon asukkaille ja päiväkodin lapsille mahdollisuuden sukupolvien väliseen kohtaamiseen ja yhteiseen puuhasteluun. Tavoitteenamme oli kehittyä ammatillisesti ja saada opinnäytetyömme avulla kokemusta sukupolvitoiminnan järjestämisestä. Toivomme, että kykenimme opinnäytetyöllämme lisäämään yhteistyötä Kemin varhaiskasvatuksen ja vanhustyön välillä.

Idea opinnäytetyön aiheesta syntyi, kun mietimme, mitä uutta voisimme tuoda sosiaalialan ja erityisesti varhaiskasvatuksen työkentälle. Päätimme valita aiheeksemme sukupolvityön, koska sitä oli käsitelty opinnäytetöissä vähän ja se vaikutti mielenkiintoiselta. Emme olleet aikaisemmin tutustuneet sukupolvityöhön eikä meillä ollut siitä aikaisempaa kokemusta. Aiheeseen perehtymisen kautta aloimme kuitenkin kokea tärkeäksi tiedon lisäämisen sukupolvityöstä. Olimme molemmat kiinnostuneita ennaltaehkäisevästä työstä ja halusimme valita opinnäytetyöllemme aiheen, jonka avulla voisimme lisätä ihmisten hyvinvointia sekä tukea ennaltaehkäisevää työtä.

Valitsimme kohderyhmiksemme varhaiskasvatuksen ja vanhustyön, koska koimme näillä toimialoilla olevan eniten kysyntää sukupolvityölle. Myös suuntautumisvaihtoehtomme määritteli kohderyhmien valintaa, sillä olemme molemmat sosionomi-opinnoissamme suuntautuneet varhaiskasvatukseen. Yhteistyökumppaneiksemme valitsimme Keskustan palvelutalon sekä Sauvosaaren päiväkodin, koska ne sijaitsivat fyysisesti lähellä toisiaan.

Rajasimme teoreettisen viitekehyksen sukupolvityöhön, yhteisöllisyyteen ja osallisuuteen. Ajatus yhteisöllisyyteen ja osallisuuteen painottumisesta heräsi

opettajien vihjeestä sekä kirjallisuuteen perehtymisen kautta. Yhteisöllisyys ja osallisuus vaikuttivat olevan keskeisiä käsitteitä sukupolvityössä ja havaitsimme niiden merkityksen kaikenlaisen ryhmätoiminnan toteuttamisessa. Yhteisöllisyys ja osallisuus nousivat keskeisiksi tekijöiksi myös mielenterveyden edistämises- sä. Mielestämme sukupolvityön lisääminen voisi ratkaista monia sosiaalisia ja mielenterveydellisiä ongelmia osallisuuden ja yhteisöllisyyden kehittymisen kautta. Halusimme opinnäytetyössämme painottaa kohderyhmien mielipiteitä, koska koimme sen tärkeäksi asiakaslähtöisten ja asiakkaiden tarpeiden mukais- ten palveluiden kehittämisessä.

Opinnäytetyölle asettamamme tutkimuskysymykset olivat:

1. Miten sukupolvityö lisää osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemuksia vanhuudessa ja varhaislapsuudessa?
2. Millaisia ovat lasten ja ikäihmisten kokemukset sukupolvityöstä?

Käytimme opinnäytetyössämme keskeisenä suunnannäyttäjänä Marja Saaren- heimon toimittamaa Neljän polven treffit -ikäpolvitoiminnan opasta, joka on osa Vanhustyön keskusliiton vuosina 2011–2013 toteuttamaa Elämänkulku ja ikä- polvet -hanketta. Neljän polven treffit -kampanjan tarkoituksena oli nostaa esiin eri-ikäisten ihmisten välisen kanssakäymisen tärkeyttä sekä innostaa ihmisiä sukupolvitoiminnan toteuttamiseen. Oppaassa on esimerkkejä ja ideoita suku- polvitoiminnan toteuttamiseen sekä tietoa sukupolvitoiminnan edellytyksistä, haasteista ja merkityksistä. (Saarenheimo 2013, 3-9)

Sukupolvityöstä on tehty verrattain vähän aikaisempia tutkimuksia, mutta löytä- missämme tutkimuksissa sukupolvityöllä saadut tulokset olivat poikkeuksetta positiivisia. Tuulikki Ukkonen-Mikkola on tutkinut sukupolvien kohtaamista las- ten ja ikäihmisten yhteisessä palvelutalossa. Hänen tarkastelemassaan palvelu- talossa lasten ja ikäihmisten yhteisestä toiminnasta muotoutui toimintakäytäntö- jä, jotka puolestaan loivat yhteistä toimintakulttuuria. Lasten ja ikäihmisten välil- le muodostui sosiaalisia suhteita, jotka kehittyivät parhaiten molemmille ikäryh- mille sopivan toiminnan kautta. Lapsille sukupolvityön keskeisiksi merkityksiksi nousi Ukkola-Mikkolan tutkimuksessa itsetunnon tukeminen ja sosiaalisten tai- tojen vahvistuminen. Lisäksi eri sukupolvien kohtaaminen toi lapsille mahdolli- suuden kiinnittyä kulttuuriin. Ikäihmisille lasten kohtaaminen tarjosi vaihtelua ja emotionaalista sisältöä elämään. Vastuunotto lisäsi aktiivisimpien ikäihmisten



kohdalla osaamisen ja asiantuntijuuden kokemuksia. Niin lapsille, ikäihmisille, henkilökunnalle kuin lasten vanhemmillekin merkityksiä loivat yhteisöllisyyden ja osallisuuden kokemukset, joita ylläpidettiin vastavuoroisella auttamisella, huolehtimisella, leikillä sekä osallistumalla yhteisiin tilaisuuksiin ja juhliin. (Ukkonen-Mikkola 2011, 152–158.)

Eräässä vapaaehtoisjärjestöjen jäsenille teetetyssä kyselyssä koettiin tarvetta lisätä sukupolvien välistä kohtaamista. Suurimmalla osalla vastaajista oli hyvät suhteet eri-ikäisiin ihmisiin sekä eri-ikäisiä ystäviä, mutta vapaa-ajalla oltiin tekemisissä useimmiten oman ikäisten kanssa. Erityisesti nuoret kokivat, että perheen ulkopuolisiin eri-ikäisiin oli vaikeampaa muodostaa hyviä suhteita kuin omanikäisiin. Eri-ikäisiä ihmisiä kerrottiin tavattavan erityisesti kotona, koulussa ja suvun kesken sekä töissä, joissain harrastuksissa tai internetissä. Suurin osa vastaajista koki, että eri-ikäisten tulisi olla enemmän tekemisissä keskenään ja vastaajat kokivat halua tuntea enemmän myös toisten sukupolvien edustajia. (Saarenheimo 2013, 96–99.)

## 2.2 Metodologiset valinnat

Opinnäytetyömme oli empiirinen eli havaintoihin perustuva. Käytimme työsämme kvalitatiivista eli laadullista tutkimusotetta, jonka avulla pyrimme muodostamaan tutkimusaiheestamme mahdollisimman kokonaisvaltaisen käsityksen. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa pyritään selvittämään tutkittavien omia kokemuksia ja käsityksiä tutkittavasta kohteesta ja myös tulosten on oltava tutkittavien ymmärrettävissä. Kvalitatiivisen tutkimuksen teoria on yleensä induktiivista eli aineistoperusteista, jolla tarkoitetaan sitä, että tutkimusaineisto ohjaa käsitteiden ja teorian muodostusta. Hypoteeseja ei yleensä muodosteta. Laadullinen tutkimus rakentuu aiemmasta teorian tiedosta ja tehdyistä tutkimuksista, useimmiten tekstimuotoiseksi muutetusta empiirisestä aineistosta sekä tutkijan omasta ajattelusta. (Jyväskylän yliopisto 2015; Tuomivaara 2005, 30; Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Päätimme valita tutkimusotteeksemme laadullisen tutkimuksen, koska tarkoituksenamme on selvittää tutkittavien mielenpitoita sukupolvityöstä sekä tuottaa heitä ja heidän käyttämiään palvelurakenteita hyödyntävää tietoa. Pyrimme lisäksi havainnoinnin avulla muodostamaan kokonaisvaltaisen kuvan osallisuuden ja yhteisöllisyyden toteutumisesta sukupolvityössä.

Toiminnallisella opinnäytetyöllä tarkoitetaan käytännössä ammatillisella kentällä toteutettavaa ohjeistusta, opastamista tai toiminnan järjestämistä. Toiminnallinen opinnäytetyö voi olla esimerkiksi perehdyttämisoas, turvallisuusohje, jonkin tapahtuman toteuttaminen tai näyttely. Toiminnallisen tutkimuksen tavoitteena on kuvaamisen ja selittämisen lisäksi muuttaa yhteiskunnallista todellisuutta. Tutkittavat ovat aktiivisina toimijoina mukana tutkimuksen toteutuksessa ja tutkijat toimivat yhteistyössä tutkittaviensa kanssa. Toiminnallisen tutkimuksen voidaan ajatella muodostuvan vaiheista, jotka etenevät spiraalimaisesti toiminnan suunnittelusta muutoksen toteutukseen, vaikutusten seurantaan ja arviointiin sekä lopulta taas toiminnan toteutukseen. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 9; Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Toteutimme opinnäytetyömme toiminnallisena, sillä halusimme kokeilla sukupolvityötä käytännön tasolla ja saada tietoa ja taitoa tämän kaltaisen toiminnan toteuttamiseen. Kokeilemalla sukupolvityötä käytännössä, koimme saavamme parhaimman pohjustuksen kohderyhmien mielipiteiden kartoittamiselle. Lisäksi käytäntö mahdollisti osallisuuden ja yhteisöllisyyden havainnoinnin. Tavoitteenamme oli lisätä tietoa sukupolvitoiminnasta sosiaalialan kentällä ja koimme käytännön toiminnan toteuttamisen parhaaksi väyläksi tiedon välittämiseen. Sukupolvityötä on toteutettu Suomessa vielä suhteellisen vähän, joten aikaisempia kokemuksia vastaavasta toiminnasta oli haastavaa löytää. Opinnäytetyön toteuttaminen pelkästään tutkimuksellisesti olisi siksi ollut haasteellista.

Käytimme aineiston keruussa menetelmätriangulaatiota eli keräsimme aineiston useampaa eri tiedonkeruumenetelmää käyttäen. Menetelmätriangulaation lisäksi triangulaatiotyylejä ovat aineisto-, tutkija- ja teoriatriangulaatiot. Aineistotriangulaatiossa käytetään yhden tutkimuksen tekemiseen useita eri aineistoja, esimerkiksi haastatteluja, tilastoja ja arkistoaineistoja tai useampia eri tiedon kohteita, esimerkiksi lääkäriä, potilasta tai omaisia. Tutkijatriangulaatiolla tarkoitetaan, että samaa ilmiötä tutkii useampi tutkija. Silloin kun tutkimusaineiston tulokinnassa hyödynnetään monia eriä teoreettisia näkökulmia, puhutaan teoriatriangulaatiosta. Menetelmätriangulaation käytöllä voidaan lisätä tutkimuksen luotettavuutta, koska tietoa kerätään useista eri näkökulmista. Menetelmätriangulaation avulla aineistosta saadaan myös laajempi. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Käytimme ensisijaisena aineistonkeruutapana teemahaastattelua, jonka lisäksi havainnoimme kohderyhmien käyttäytymistä ja tunneilmaisua osallistuvan havainnoinnin avulla. Päätimme käyttää useaa eri aineistonkeruutapaa, sillä ainoastaan haastattelua käyttämällä aineistomme olisi voinut jäädä suppeaksi. Yhteisöllisyyden ja osallisuuden käsitteet voivat olla kohderyhmillemme tuntemattomia, joten niitä olisi ollut haastavaa tutkia ainoastaan haastattelun keinoin. Haastattelun avulla kartoitimme kohderyhmän mielipiteitä ja kehittämideoita, ja havainnoinnin avulla selvitimme yhteisöllisyyden ja osallisuuden ilmenemistä toimintatuokioissamme sekä valitsemiemme toimintojen sopivuutta sukupolvi-työhön.

Osallistuvalla havainnoinnilla tarkoitetaan, että tutkija itse on mukana havainnoimansa kohderyhmän toiminnassa. Osallistuminen voi olla joko aktiivista tai passiivista riippuen tutkijan roolista toiminnan kulussa (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Pyrimme toimintatuokioissamme passiiviseen osallistuvaan havainnointiin, sillä tarkoituksenamme oli lähinnä mahdollistaa sukupolvien välinen kohtaaminen eikä olla itse aktiivisessa roolissa toiminnan kulussa. Havainnoimme ikäihmisten ja lasten toimintaa toimintatuokioiden aikana ja teimme havaintojen perusteella analyysyjä, miten osallisuus ja yhteisöllisyys näkyivät toimintatuokioiden aikana ja lisääntyikö niiden kokemus tutustumisen ja yhteisen tekemisen myötä. Teimme lisäksi havaintoja suunnittelemamme toiminnan sopivuudesta sukupolvi-työlle asetettuihin tavoitteisiin.

Haastattelut toteutimme erillisinä ryhmähaastatteluina lapsille ja ikäihmisille (liitteet 2 ja 3). Ryhmähaastattelulla tarkoitetaan haastattelutilannetta, jossa on paikalla samanaikaisesti useita haastateltavia sekä mahdollisesti myös haastattelijoita. Tavoitteena on ryhmäkeskustelu, jossa haastateltavat saavat tukea toisistaan ja voivat muistelunomaisesti pohtia omia kokemuksiaan ja jakaa niitä muiden kanssa. Ryhmähaastattelussa sopiva haastateltavien määrä yhdellä haastattelukerralla on yleensä 4-8 henkeä. Ryhmähaastattelussa on tärkeää, että jokaisen haastateltavan ääni tulee kuuluviin. (Eskola & Suoranta 2001, 94–98.) Toteuttamissamme haastatteluissa oli mukana kolme ikäihmistä ja kahdeksan lasta. Toteutimme haastattelut ryhmähaastatteluna, sillä koimme sen sopivan yksilöhaastattelua paremmin tarkoitukseemme keskustelunomaisuutensa vuoksi. Ryhmähaastattelun avulla oletimme saavamme haastateltavilta enem-

män ideoita ja mielipiteitä toiminnasta, sillä ryhmäläiset pystyivät kommentoimaan ja saamaan ideoita toistensa ajatuksista ja kokemuksista.

Käytimme haastatteluissa teemahaastattelun periaatteita. Teemahaastattelulla tarkoitetaan haastattelun muotoa, jossa valmiita kysymyksiä tai vastausvaihtoehtoja ei ole, vaan haastattelulle on valittu yksi tai useampi teema. Haastateltavan kanssa käydään valitusta teemasta vapaamuotoinen keskustelu, jossa haastatteliija toimii keskustelun ohjaajana. Haastatteliija huolehtii, että kaikki teemat tulevat käydyksi läpi. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 75–78; Eskola 2007, 33.) Käytimme haastattelumenetelmänä teemahaastattelua, sillä koimme sen tarkoitukseemme sopivimmaksi vapaamuotoisuutensa vuoksi. Haastattelumme tarkoituksena oli toimia palautekeskusteluna toteuttamistamme toimintatuokioista emmekä halunneet asettaa keskustelulle tarkkoja rajoituksia. Haastattelumme teemana olivat lasten ja ikäihmisten aikaisemmat kokemukset sukupolvityöstä, mielipiteet toteuttamistamme toimintatuokioista sekä toiveet ja kehittämisideat sukupolvityöhön myös jatkossa.

Lapsille ja ikäihmisille erikseen tekemämme haastattelut sisälsivät samat teemat, jotka kuitenkin esitimme kohderyhmille eri tavoin. Kysymysten tuli olla kaikille ymmärrettäviä, minkä vuoksi teimme sanavalinnat kohderyhmän mukaan. Kehittämisideoita ja toiveita sekä mielipiteiden kartoittamista toimintatuokioistamme pidimme tärkeinä aiheena keskustelussa, sillä niiden kautta saimme vastauksia tutkimuskysymykseemme: mitkä ovat kohderyhmän mielipiteet sukupolvityöstä. Vastausten pohjalta pystyimme myös selvittämään, miten sukupolvityötä kannattaa toteuttaa, jotta se olisi kaikille osapuolille mieluista.

Haastattelut toteutettiin erillisessä tilassa viimeisen toimintakerran yhteydessä. Toimimme molemmat haastattelijoina niin, että Maija haastatteli lapset, ja Sanni ikäihmiset. Olimme molemmat mukana kummassakin haastattelutilanteessa ja teimme tarvittaessa lisäselvennyksiä. Pyysimme lapsiryhmää tulemaan paikalle varttia ennen toimintatuokion aloittamista, jolloin kerkesimme haastatella heidät ennen varsinaista toimintaa. Haastatteluun osallistui kahdeksan lasta. Haastattelussa oli mukana lisäksi kaksi päiväkodin työntekijää, jotka eivät osallistuneet haastattelun kulkuun. Ikäihmiset haastattelimme toimintatuokion päätteeksi ja haastatteluun osallistui kolme palvelutalon asukasta. Erityisesti ikäihmisille painotimme haastattelun toimivan ennemminkin palautekeskusteluna toteuttamis-

tamme toimintatuokioista kuin haastatteluna, jotta tilanne pysyisi mahdollisimman rentona.

Nauhoitimme tekemämme haastattelut litterointia varten. Litteroinnilla tarkoitetaan nauhoitetun aineiston tai vastaajan omalla käsialalla kirjoitettujen tekstien sanatarkkaa puhtaaksi kirjoittamista (Saaranen-Kauppinen ym. 2006). Hyödynsimme opinnäytetyössämme litterointia, sillä sen avulla kykenimme tuomaan kohderyhmän mielipiteitä esille heidän ilmaisemallaan tavalla. Koska tutkimuskohteenamme ei ollut kieli ja kielen käyttö, emme käyttäneet litteroinnissa erikoismerkkejä, vaan tärkeintä oli, että kaikki puhutut lauseet ja virkkeet kirjoitettiin ylös (Saaranen-Kauppinen ym. 2006). Halusimme välttää haastatteluiden analysoinnissa liiallista tulkintaa, sillä tarkoituksenamme oli tuoda esille kohderyhmän omia mielipiteitä sukupolvityöstä.

Aineistomme analysoinnissa käytimme laadullista analyysia, koska kykenimme sen avulla jäsentämään tutkimuskohtemme ominaisuuksia ja merkityksiä kokonaisvaltaisesti. Laadullinen eli kvalitatiivinen analyysi on vaihtoehto kvantitatiiviselle eli määrälliselle analyysille. Laadullisessa analyysissä aineistoa tarkastellaan kokonaisuutena ja analyysin tekemiseen liittyy kaksi vaihetta. Aluksi pelkistetään havainnot eli tarkastellaan havaintoja asetettujen tutkimuskysymysten ja teoreettisen viitekehyksen pohjalta sekä yhdistellään nämä havainnot isommaksi kokonaisuudeksi. Sen jälkeen tehdään tulosten tulkinta eli havaintojen ja aikaisempien tutkimusten avulla luodaan merkityksiä tutkittavasta ilmiöstä. (Alasuutari 2011, 40–46.)

Laadullisessa analyysissä voidaan käyttää erilaisia metodeja, joista yksi on teemoittelu. Teemoittelulla tarkoitetaan keskeisten aihealueiden ja teemojen hahmottamista sekä aineistoa yhdistävien ja erottavien seikkojen kartoittamista. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Käytimme teemoittelua aineistomme analysoinnissa, sillä kykenimme sen avulla hahmottamaan aineiston keskeiset aihealueet ja vastaamaan paremmin tutkimuskysymyksiimme. Teemojamme olivat osallisuuden ja yhteisöllisyyden rakentuminen toimintatuokioiden aikana sekä kohderyhmien mielipiteet toteuttamistamme toimintatuokioista.

### 2.3 Työn eettisyys ja luotettavuus

Erityisesti sosiaalialan opinnäytetyössä on tärkeää, että työn eettisyys on kunnossa. Sosiaalialan opinnäytetyössä jo aiheen valinta on eettinen kysymys, sillä sosiaalialan aiheet ovat usein arkaluontoisia. On tärkeää kiinnittää huomiota näkökulman valintaan sekä käytettyihin ilmaisuihin ja käsitteisiin. Myös seuraamusetiikkaa on syytä pohtia, sillä tutkimusaiheet liittyvät sosiaalialalla yhteiskunnalliseen todellisuuteen ja inhimillisen elämän piirteisiin. Hyvään tutkimuskäytäntöön kuuluu, että noudatetaan tiedeyhteisön tunnustamia toimintatapoja, sovelletaan tieteellisten kriteerien mukaisia ja eettisesti kestäviä toimintatapoja sekä huomioidaan muiden tutkijoiden työ. Muiden tutkijoiden töiden huomioiminen ja arvostaminen näkyvät muun muassa lähdemerkintöjen oikealla merkittävällä. Aiempaa tietoa ei tule myöskään kopioida sellaisenaan, vaan se tulee tulkinnan ja analysoinnin kautta rakentaa omaan tutkimukseen sopivaksi. (Pohjola 2007, 13–27.)

Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (TENK) ohjeiden mukaan yhteiskuntatieteellisen tutkimuksen eettiset periaatteet voidaan jakaa kolmeen osaan: tutkittavan itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen, vahingoittamisen välttäminen sekä yksityisyyden tietosuoja. Osallistumisen tutkimukseen tulee olla vapaaehtoista ja tutkittavalle on annettava riittävästi tietoa tutkimuksen tavoitteista ja etenemisestä. Henkisten haittojen välttämiseksi tarkoitetaan tutkittavien arvostavaa kohtelua sekä tutkittavia kunnioittavaa kirjoittamistapaa tutkimusjulkaisussa. Valituilla käsitteillä ja ilmaisuilla voidaan joko vahvistaa tai neutralisoida vallitsevia ennakkoluuloja tai asenteita (Pohjola 2007, 25). Yksityisyyden rajat määrittelee ensisijaisesti tutkittava, jolla on oikeus jättää esimerkiksi vastaamatta joihinkin kyselyssä tai haastattelussa esitettyihin kysymyksiin. Jos tutkimukseen sisältyy vuorovaikutusta tutkittavien kanssa, on tutkittaviin suhtauduttava kohteliaasti ja ihmisarvoa kunnioittaen. Koska tutkimukseen osallistumisen on oltava vapaaehtoista, jo henkiseen rasitukseen viittaavat piirteet tutkittavan käytöksessä voivat olla peruste tutkimuksen keskeyttämiselle tietyn tutkittavan kohdalla. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2009, 4-7.)

Yksityisyyden suojaa koskevat tutkimuseettiset periaatteet liittyvät tutkimusaineiston suojaamiseen ja luottamuksellisuuteen, tutkimusaineiston säilyttämiseen tai hävittämiseen sekä tutkimusjulkaisuun. Henkilötietoja saa käsitellä vain

tutkittavan suostumuksella ja niiden keräämisen ja säilyttämisen on perustuttava tutkimukselliseen tarpeeseen. Yksi tieteeseen liittyvä piirre on avoimuus, jolloin tiedeyhteisöllä tulisi olla mahdollisuus tarvittaessa todentaa tutkimustulokset analysoidun aineiston perusteella. Erityisesti kulttuurisesti, historiallisesti ja tutkimuksellisesti merkittävät tutkimusaineistot on tärkeää arkistoida jatkotutkimuksia varten. Tutkimusjulkaisussa ei useimmiten ole tarkoituksenmukaista esittää tutkittavia tunnistettavasti ja siitä on sovittava yhdessä tutkittavien kanssa. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2009, 8-11.)

Omalle opinnäytetyölle valitsemamme aihe ei liittynyt yksityiselämän piirteisiin, joten emme juuri joutuneet pohtimaan eettisiä valintoja aiheen rajauksia tehdessämme. Kiinnitimme kuitenkin huomiota valittuihin käsitteisiin emmekä halunneet opinnäytetyössämme julkaista sellaista materiaalia, josta olisi ollut haittaa opinnäytetyöhömme osallistuneille. Halusimme kunnioittaa muiden tutkijoiden työtä merkitsemällä lähdemerkinnät oikein sekä välttää suoria lainauksia.

Noudatimme opinnäytetyössämme tutkimuseettisiä periaatteita kysymällä tutkimukseen osallistuvilta suullisesti tai kirjallisesti luvat aineiston keräämiseen. Aineiston keräämiseen ei liittynyt henkilökohtaiseen koskemattomuuteen liittyviä seikkoja, joten emme pitäneet suostumuksen varmistamista yhtä oleellisena kuin muun kaltaisessa tutkimuksessa. Pyysimme kuitenkin haastattelua ja valokuvausta varten kirjalliset luvat alaikäisten lasten vanhemmilta sekä suulliset suostumukset palvelutalon asukkailta. Lisäksi kysyimme valokuvauksesta palvelutalon johtajalta. Emme kuvanneet palvelutalon asukkaita tunnistettavasti, koska valokuvauksesta on aikaisemmin käyty keskustelua palvelutalon sisällä ja omaiset ovat olleet tarkkoja omaistensa yksilöllisyydensuojasta. Käytimme opinnäytetyössämme yleistä suostumusta, jossa ehtona oli, että valokuvia käytetään ainoastaan opinnäytetyön esittämisessä ja haastattelumateriaalia tutkimuskysymyksiin vastaamisessa.

Havainnointia varten emme pyytäneet lasten huoltajilta erillistä lupaa, sillä havainnoinnin tarkoituksena oli tutkia sukupolvityön toteuttamistapoja ja tuottaa instituutioita hyödyntävää tietoa. TENK:n eettisten periaatteiden mukaisesti instituutiota hyödyntävän tutkimuksen toteuttamisessa ja tutkimuksissa, joissa ei tallenneta yksilöityjä tunnistetietoja, ei tarvitse pyytää erikseen huoltajan suostumusta alaikäisten lasten kohdalla. Omassa opinnäytetyössämme luvan kysy-

minen haastatteluitakaan varten ei olisi näin ollen ollut välttämätöntä. Halusimme kuitenkin varmistaa asian huoltajilta eikä se tuottanut ylimääräistä vaivaa, koska kysyimme asiasta valokuvausluvan yhteydessä. Tiedotimme tutkimukseen osallistuvia TENK:n ohjeiden mukaisesti omasta henkilöllisyydestämme, tutkimuksen aiheesta, aineistonkeruusta, aineiston käyttötarkoituksesta, säilytyksestä ja jatkokäytöstä sekä osallistumisen vapaaehtoisuudesta. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2009, 5.)

Koska käytimme tutkimuksessamme osallistuvaa havainnointia, kiinnitimme huomiota vuorovaikutuksen kohteliaisuuteen ja kunnioittavuuteen esimerkiksi teittelemällä ikäihmisiä tarvittaessa. Tutkittavilla oli myös koko tutkimuksen toteuttamisen ajan mahdollisuus jättäytyä pois, mikäli osallistuminen tuntui henkisesti tai fyysisesti kuormittavalta. Opinnäytetyöraportissa halusimme kiinnittää huomiota kunnioittavaan kirjoittamistapaan käyttämällä yli 65-vuotiaista käsitettä "ikäihmiset" käsitteen "vanhus" sijaan. Valitsemillamme käsitteillä halusimme lisätä arvostusta ikäihmisiä kohtaan sekä korostaa heidän toimintakykyisyyttään pitkästä iästä huolimatta.

Emme opinnäytetyössämme keränneet tutkittavilta henkilötietoja ja tutkimus toteutettiin anonymisti. Henkilötietojen kerääminen ei olisi ollut tarkoituksenmukaista, koska tutkittavana kohteena oli toiminta eivätkä tutkimukseen osallistuneet kohderyhmät. Nauhoitimme kuitenkin haastattelut, jolloin aineiston voitiin katsoa olevan tunnistettavissa olevaa. Tämän vuoksi poistimme haastattelumateriaalin analyysivaiheen jälkeen. Toinen vaihtoehto olisi ollut muokata nauhoituksia niin, etteivät haastateltavat olisi olleet niistä tunnistettavissa ja nauhoitukset olisi voitu arkistoida. Koimme kuitenkin, ettei opinnäytetyömme ollut historiallisesti tai tutkimuksellisesti niin merkittävä, että se olisi ollut tarpeellista. Käytimme opinnäytetyöraportissamme suoria lainauksia haastattelumateriaalista, mutta esitimme aineiston anonymisti. Tutkittavat eivät siis ole tunnistettavissa opinnäytetyöraportista.

## 2.4 Opinnäytetyöprosessi

Aloitimme opinnäytetyön tekemisen syksyllä 2015. Halusimme alusta lähtien toteuttaa opinnäytetyömme toiminnallisena, ja koimme toteutustavan myös aiheen ja oman oppimisemme kannalta hyödyllisimmäksi. Aiheen varmistuttua



laadimme tutkimussuunnitelman, johon kokosimme alustavan sisällysluettelon, aikataulusuunnitelman, teoriapohjan, tutkimusmenetelmät sekä lähdeluettelon. Palautimme tutkimussuunnitelman arvioitavaksi lokakuun lopussa 2015, jonka jälkeen vielä laajensimme sitä. Tutkimussuunnitelmaa tehdessämme aloimme perehtyä lähdeaineistoon muun muassa selvittämällä sukupolvityötä käsitteenä sekä etsimällä aiheesta aikaisemmin tehtyjä tutkimuksia. Lähdemateriaalin löytäminen oli aluksi haasteellista, koska aihetta on käsitelty suhteellisen vähän. Aikaisempien tutkimusten lähdeluetteloihin tutustumalla löysimme kuitenkin polkuja uusiin lähdeaineistoihin ja kykenimme laajentamaan teoriapohjaamme. Käytimme aikaisemmin tehtyjä opinnäytetöitä esimerkkeinä toiminnallisen opinnäytetyön rakenteesta sekä otimme vinkkejä toiminnallisen osuuden suunnitteluun. Tutkimuskysymysten määrittäminen koitui ajoittain haasteelliseksi ja jouduimme karsimaan joitakin aiheita. Tutkimuskysymyksemme muovautuivat lopulliseen muotoonsa opinnäytetyön edetessä.

Toimintatuokioiden suunnittelun aloitimme tammikuussa 2016. Kysyimme yhteistyökumppaneiksi Sauvosaaren päiväkotia ja Keskustan palvelutaloa, jotka lupasivatkin heti osallistua opinnäytetyöhömmme. Päiväkodilla oli jo aikaisemmin mietitty yhteistyötä vanhustyön kanssa ja palvelutalollakin oli kiinnostusta sukupolvityötä kohtaan. Toimeksiantosopimuksen solmimme Keskustan palvelutalon kanssa. Lähetimme yhteistyökumppaneille opinnäytetyösuunnitelman, jotta he voisivat paremmin perehtyä opinnäytetyömme tarkoitukseen ja tavoitteisiin. Saimme yhteistyökumppaneiden kanssa sovittua huhtikuulle kolme peräkkäistä perjantaita, jolloin toimintatuokiot järjestettiin. Päätimme toteuttaa toimintatuokioita kolme, koska opinnäytetyömme toiminnallisen osuuden tavoitteena oli lähinnä kokeilla sukupolvityön toteutumista sekä innostaa kohderyhmiä ja yhteistyökumppaneitamme sukupolvityön toteuttamiseen. Sovimme toimintatuokioiden pituudeksi yhden tunnin yhteistyökumppaneiden ehdotuksesta sekä aikataulujen rajallisuuden vuoksi. Oletimme tunnin olevan sopiva aika myös lasten ja ikäihmisten jaksamista ja keskittymiskykyä ajatellen.

Yhteistyökumppaneiden ja sopivan ajankohdan varmistuttua lähetimme päiväkodille lupahakemukset valokuvausta ja haastattelua varten. Päiväkodin henkilökunta tiedotti vanhempia toimintatuokioista sekä jakoi lupahakemukset. Myös palvelutalon henkilökunta lupasi tiedottaa toimintatuokioista ennen ensimmäistä toimintakertaa sekä ehdotti, että toimintatuokiot järjestettäisiin palvelutalolla.

Tämä sopi meille hyvin, sillä koimme lasten olevan helpompaa saapua vähän matkan päähän palvelutalolle kuin huonompikuntoisten iäkkäiden lähteä päiväkodille toimintatuokioihin. Tilat myös sopivat tarkoitukseemme hyvin. Kävimme noin viikkoa ennen ensimmäistä toimintatuokiota palvelutalolla kirjoittamassa toimeksiantosopimukset, tutustumassa tiloihin ja olemassa olevaan materiaaliin sekä esittäytymässä ikäihmisille ja hiukan kertomassa tulevasta toiminnasta.

Toimintatuokioiden yhteydessä tekemiämme havaintoja ja haastatteluja aloimme analysoida huhtikuun lopussa heti viimeisen toimintatuokion jälkeen. Touko-kesäkuun aikana saimme analyysit alustavasti valmiiksi sekä laajensimme vielä teoriapohjaa. Heinä- ja elokuun ajan pidimme taukoa opinnäytetyön tekemisestä. Syyskuussa viimeistelimme opinnäytetyötämme, jäsensimme sen rakennetta sekä vahvistimme etenkin aineiston analyysiä. Esitimme opinnäytetyömme lokakuussa 2016.

## 2.5 Opinnäytetyön toiminnallinen osuus

Toimintatuokioiden sisällöllisen suunnittelun lähtökohtana oli, että toimintakerrat olisivat keskenään erilaisia, jotta saisimme mahdollisimman laajaa kokemusta sukupolvityön toteuttamisesta. Laajemman kokemuksen pohjalta pystyisimme paremmin havainnoimaan, millainen toiminta sopii sukupolvityöhön osallisuuden ja yhteisöllisyyden kannalta ja millainen taas ei. Emme halunneet tehdä toimintakerroille etukäteen kovin tarkkaa suunnitelmaa, vaan mahdollistaa ikäihmisten ja lasten osallistuminen toiminnan suunnitteluun. Tavoitteenamme oli saada aikaan yhteisöllinen ja luottamuksellinen ilmapiiri, jossa kaikki voisivat tuoda avoimesti esiin ajatuksiaan ja toiminta olisi kaikille mielekästä. Tarkoitukse-  
namme oli toteuttaa toimintaa, johon kaikki pystyisivät osallistumaan tasavertaisesti. Niin kuin Neljän polven treffit – oppaassa mainitaan, pelkät elämykset eivät riitä, vaan kaiken ikäisten on saatava toiminnasta myös toimijuuden ja osallisuuden kokemuksia (Saarenheimo 2013, 57).

Kirjassa, Toimii! Hoitajan opas toiminnallisiin menetelmiin, kehoitetaan toiminnallista tuokiota suunnitellessa kiinnittämään ikäihmisten kohdalla huomiota muun muassa liikuntakyvyn rajoituksiin, toimintakykyyn, elämäkatsomukseen, erilaisiin elämäkokemuksiin sekä siihen, ettei huomaamatta aliarvioi ikäihmisen kykyä toimia ryhmässä tai tehdä aikuisten juttuja. Lasten kohdalla huomi-

onarvoisia seikkoja ovat muun muassa kehitystaso eli motoriikka sekä kielellinen ja sosiaalinen kehitys, vireystaso, turvalliset tilat ja välineet sekä yksilölliset persoonallisuudenpiirteet. (Airaksinen, Karkkulainen, Ala-Vannesluoma, Pirhonen & Kastu 2015, 20–21.) Pyrimme jo suunnitteluvaiheessa valitsemaan mukaan sekä ikäihmisille että lapsille sopivia toimintoja. Päiväkodin toimesta oli haluttu kiinnittää huomiota lasten persoonallisuuden piirteisiin ottamalla mukaan toimintaan vähemmän vilkkaita lapsia.

Ensimmäisessä toimintatuokiossa mukana oli viisi lasta ja viisi palvelutalon asukasta. Aloitimme toimintatuokion esittelykierröksellä, jossa kerroimme, keitä olemme ja mitä teemme. Myös osallistujat saivat kertoa omat nimensä. Lauloimme muutamia lauluja pianon säestyksellä. Halusimme valita yhdeksi toimintamuodoksi musiikin, koska sen on todettu ehkäisevän masentuneisuutta ja toimintakyvyn heikentymistä. Se myös ylläpitää henkistä vireyttä sekä auttaa aktivoimaan tunne- ja puheilmaisua. Musiikin avulla voidaan palata merkityksellisiin ja tärkeisiin muistoihin ja tapahtumiin. Kun musiikin tukena tehdään yksinkertaisia liikkeitä, toimii musiikki myös ryhmäyttävänä kokemuksena. (Airaksinen ym. 2015, 95–96.)

Valitsimme lauluiksi tuttuja ja perinteisiä lastenlauluja, kuten Lennä, lennä lepäkerttu, Ihme ja kumma sekä Hämähämähäkki. Tulostimme laulujen sanat paperille, jotta myös ikäihmisillä oli mahdollisuus osallistua niihin. Lauluvalintojemme perusteena oli ajatus, että perinteiset laulut tuovat muistoja myös ikäihmisten mieliin. Joihinkin lauluihin kuului laululeikki, joita leikimme yhdessä. Yhteislaulujen päätteeksi lapset esittivät vielä yllätykseksemme lauluesityksen, jota he olivat harjoitelleet päiväkodissa aikaisemmin. Laulujen jälkeen siirryimme kerhohuoneeseen pelaamaan lauta- ja muistipelejä. Lautajä pelien pelaamisella oli tarkoitus luoda tilanteita, joissa ikäihmiset ja lapset saivat vapaamuotoisesti tutustua toisiinsa ja pikkuhiljaa alkaa rakentaa yhteistä vuorovaikutusta.

Yhteislaulut toimivat toimintatuokioissamme myös virittäytymisen apukeinona. Virittäytymisellä tarkoitetaan osallistujien tutustumista toisiinsa sekä turvallisen ilmapiirin luomista. Sen apuna voidaan käyttää toiminnallisia menetelmiä kuten tutustumisleikkejä. Muita ryhmätyöskentelyn vaiheita ovat teematyöskentely eli varsinainen toiminta ja tapaamisen sulkeminen (Balanssi ry, 9, 20–22). Teema-

työskentelyssä toteutimme etukäteen suunnittelemiemme toimintoja, kuten askartelua, lautapeliä pelaamista ja tuolijumppaa. Tapaamisen sulkemisessa eli jokaisen toimintakerran päätteeksi kartoitimme osallistujien toiveita tuleville tapaamiskerroille sekä kiitimme osallistumisesta toimintaan. Tapaamisen sulkemisessa kaikille olisi hyvä tulla tunne kuulluksi ja nähdyksi tulemisesta, jotta kokoontumisesta jäisi mukava muisto (Balanssi ry, 9, 20–22).

Toisella toimintakerralla mukana oli kuusi lasta ja kahdeksan palvelutalon asukasta. Olimme tälle kertaa varanneet tekemiseksi erilaisia kädentaitoja, kuten helmikorujen pujottelua, värittämistä, naamarien maalaamista kertakäyttölautasiin sekä ompelutöitä. Halusimme valita toiminnaksi kädentaidot, koska ajattelimme askartelun olevan niin ikäihmisiä kuin lapsiakin kiinnostavaa. Lisäksi tarkoituksenamme oli, että ikäihmiset voisivat tarvittaessa neuvoa lapsia töiden tekemisessä. Varasimme useampia erilaisia vaihtoehtoja, jotta kaikille löytyisi mahdollisesti joku mielenkiintoinen työ.

Ennen viimeistä toimintakertaa olimme pyytäneet osallistujia ottamaan mukaansa jonkin itselle tärkeän lelun tai esineen. Viimeiseen toimintatuokioon saapui kahdeksan lasta ja kolme palvelutalon asukasta, ja tarkoituksenamme oli esitellä lelut ja esineet toimintatuokion aikana. Tarkoituksenamme oli, että esineiden esittelyn kautta jokainen saisi vuorollaan tuoda palan elämästään muiden kanssa jaettavaksi, synnyttää keskustelua sekä mahdollistaa osallisuuden ja yhteisöllisyyden kehittymisen. Palvelutalon asukkaiden toiveiden mukaisesti kuunteelimme toimintatuokion päätteeksi musiikkia ja jumppasimme musiikin tahtiin.

## 2.6 Yhteistyökumppanit

Yhteistyökumppaneina opinnäytetyössämme toimivat Kemin Keskustan palvelutalo sekä Kemissä toimiva Sauvosaaren päiväkotitoiminta. Valitsimme yhteistyökumppaniksemme Keskustan palvelutalon, koska palvelutalon asukkaat ovat suhteellisen hyväkuntoisia eikä heillä ole muistamisen rajoitteita. Palvelutalon henkilökunta oli myös halukas osallistumaan opinnäytetyömme toteuttamiseen eikä heillä ollut aikaisemmin juuri toteutettu sukupolvitoimintaa. Joitakin vuosia sitten palvelutalolla oli käynyt lapsiryhmä esittämässä joululauluja, josta oli jäänyt hyviä muistoja palvelutalon asukkaille.

Sauvosaaren päiväkotia pyysimme mukaan opinnäytetyöhömme, koska se sijaitsi fyysisesti lähellä Keskustan palvelutaloa, ja toiminnan toteuttaminen oli näin ollen helpompaa. Päiväkoti oli myös halukas osallistumaan opinnäytetyöhömme ja oli suunnitellut yhteistyötä vanhustyön kanssa aikaisemminkin. Toimintaamme osallistui päiväkodilta 5-vuotiaiden ryhmä Kullerot. Olimme suunnitelleet pyytävämme toimintaan mukaan 5-6-vuotiaita lapsia, joten ikäryhmä sopi meille hyvin. Opinnäytetyömme tarkoituksena oli saada kohderyhmän mielipiteitä sukupolvitoiminnasta, joten koimme 5-6-vuotiaiden taidot riittäviksi palautteen antoon.

Keskustan palvelutalo sijaitsee Kemin keskustassa osoitteessa Sauvosaarenkatu 25. Palvelutalo on 22-paikkainen ja tarjoaa tehostettua palveluasumista paljon apua päivittäisissä toiminnoissaan tarvitseville. Talon tarjoama hoito on ympärivuorokautista ja jokaisella asukkaalla on nimetty omahoitaja. Yksikkö ei sovellu pitkälle edenneille muistisairaille. Asukkaiden hoito perustuu henkilökohtaisiin hoito- ja palvelusuunnitelmiin. Hoitotyössä käytetään kuntouttavaa työtettä eli asukkaita kannustetaan osallistumaan mahdollisuuksien mukaan päivittäisiin toimintoihin ja heitä tuetaan ja avustetaan itsenäiseen liikkumiseen. (Kemin kaupunki 2016.)

Sauvosaaren päiväkotia aloitti toimintansa alun perin Möllärin päiväkotina vuonna 1977. Myöhemmin päiväkotia muutti Sauvosaaren koulun tiloihin syksyllä 2007 ja nimi muuttui Sauvosaaren päiväkodiksi. Päiväkoti sijaitsee Kemin keskustassa. Sauvosaaren päiväkodissa on kolme ryhmää; esiopetus-ryhmä Esi-kot, 3-5-vuotiaiden ryhmä Kullerot sekä integroitu erityisryhmä Ruusut. (Kemin kaupunki 2016.)

### 3 SUKUPOLVITYÖ

#### 3.1 Mitä on sukupolvityö?

Sukupolvityön tärkein tavoite on saattaa eri sukupolvet yhteen. Sen toteuttamiseen sopivat kaikenlaiset työmuodot, joiden tarkoitus on lähentää sukupolvia sekä luoda heidän välilleen yhteisöllisyyttä. YK:n kasvatustieteiden ja kulttuurijärjestön UNESCO:n selvityksen mukaan onnistuneessa ikäpolvitoiminnassa on mukana useita eri ikäryhmiä ja siitä on hyötyä kaikille osallistujille. Osallistujien on voitava toimia ryhmässä aktiivisina toimijoina. Onnistunut sukupolvityö luo uusia sosiaalisia suhteita sekä edistää ymmärrystä eri-ikäisten välillä. Sukupolvien välisen yhdenvertaisuuden ja ymmärryksen muodostuminen edellyttää osallistujien yhteistä tavoitetta ja yhteistyötä, yhdenvertaisuutta ja arvostusta toisia kohtaan, riittäviä resursseja yhteiselle tekemiselle sekä mahdollisuutta ystävyysuhteiden muodostamiselle. Lisäksi organisaatioissa on huolehdittava henkilökunnan kouluttamisesta ja johdon on tuettava sukupolvityön toteuttamista. (Saarenheimo 2013, 37–38.)

Sukupolvityötä tai ikäpolvitoimintaa toteutetaan Suomessa jonkin verran, ja aikaisemmat kokemukset kertovat huomionarvoisia seikkoja sukupolvitoimintaa suunnitteleville. Sukupolvityön lähtökohtana ei tule olla, että toimintaan osallistuvilla olisi yhteisiä mielenkiinnon kohteita, harrastuksia tai samankaltaisia kokemuksia, vaan juuri erilaiset elämäntilanteet, kokemukset ja harrastukset mahdollistavat vastavuoroisen oppimisen ja erilaisten näkökulmien vaihdon (Saarenheimo 2013, 25). Sukupolvia yhdistävän työn tulee perustua vapaaehtoisuuteen sekä luonnollisiin huolenpidon ja arvostuksen sidoksiin eri ikäpolvien välillä. Huomionarvoista on, että monet ikäihmiset haluavat elää itsenäistä, omaehtoista elämää eivätkä halua sitoutua nuorempien kasvatukseen. (Marin & Hakonen 2003, 180–183.)

Yksi esimerkki sukupolvien välisestä yhteistyöstä löytyy Helsingin kaupungista, jossa aloitettiin 2015-vuoden alussa asumiskokeilu, jossa nuoria haettiin asumaan ikäihmisten palvelutaloihin. Nuorille tarjottiin asumiseen oma yksiö, jossa oli halpa vuokra. Ehtona asumiselle oli, että nuori pitää seurata yksittäiselle ikäihmiselle tai osallistuu toimintaan asukasryhmien kanssa 3-5 tuntia viikossa.

(Etelä-Suomen Media Oy 2015.) 2000-luvun alkupuolelta lähtien päiväkoteja ja ikäihmisten palvelutaloja on sijainnut fyysisesti lähekkäin tai jopa samassa pihapiirissä. Valitettavasti niiden välille ei kuitenkaan ole usein kehitetty yhteisiä toimintoja, jotka olisivat mahdollistaneet eri ikäpolvien välisen luonnollisen kohtaamisen. Tällaisia luonnollisia kohtaamisen tapoja voisivat olla esimerkiksi yhteiset ruokailu- tai ulkoiluhetket tai yhteinen puutarha, josta ikäihmiset ja lapset voisivat yhdessä huolehtia. Toiminnan ei aina tarvitse olla suorittamista, erillistä tai suunniteltua. (Marin & Hakonen 2003, 180–183.)

Helsingin Kotikallion päiväkodissa vierailee kerran viikossa päiväkotimummo tai pappa. Toiminta perustuu Suomen Punaisen Ristin vapaaehtoistyöhön, jossa vapaaehtoiset mummot ja papat käyvät päiväkodissa leikkimässä lasten kanssa, lukemassa heille kirjaa, pitämässä sylissä tai vain seuraamassa sivusta lasten touhuilua. Ihmeellisempiä erikoistaitoja vapaaehtoisilta ei vaadita, vaan riittää, että sitoutuu ja on aikaa ja halua leikkiä lasten kanssa. Lapset kokevat, että on hauskaa, kun mummo tai pappa katselee heidän leikkejään. Tärkeää tällaisessa toiminnassa on, että päiväkotimummo tai -pappa käy useita kertoja samassa päiväkotiryhmässä, jotta lapsi ja ikäihminen pääsevät tutuiksi toistensa kanssa. (Cortès 2009.)

Toinen esimerkki samankaltaisesta toiminnasta on yhteiskunnallinen isovanhemmuus, jolla tarkoitetaan isovanhempi-iässä olevien ihmisten toimimista isovanhempina lapsille, jotka eivät ole heidän sukulaisiaan. Tällainen toiminta voi lisätä vanhempien ihmisten saamaa arvostusta ja luoda uudenlaisia tukiverkostoja eri ikäryhmien välille. Samalla se tarjoaa ikäihmisille mahdollisuuden olla osallisena ja yhteydessä muuhun yhteiskuntaan. (Marin & Hakonen 2003, 181–182; Kurki 2007, 22–24.)

Aijjoos-hankkeen avulla on kokeiltu erilaisia toimintatapoja, joilla on pyritty saattamaan yhteen eri-ikäisiä ihmisiä. Yhtenä toimintamuotona on ollut palvelu, jonka avulla ikäihminen on voinut tilata kotiin tukiovetusta tietokoneen, kännykän, digikameran tai netin käyttöön. Tukiovetajana toimii nuori. Vanhemman väen koulupäivän aikana ikäihmisillä taas on ollut mahdollisuus tutustua koululaisiin sekä heidän tapaansa käydä koulua. Koululaiset ovat saaneet kysellä vanhemmalta väeltä heidän koulunkäynnistään. Eräessä koulussa yläkouluikäiset toivat liikuntatunteja ulkoilemalla palvelutalon asukkaiden kanssa; ikäihmiset

pääsivät ulkoilemaan useammin ja nuoret saivat kokemusta vanhustyöstä sekä oppivat ottamaan vastuuta. (Kauhavan Seudun Vanhustenkotiyhdistys ry, 2013.)

Yksi sukupolvityössä käytetty toimintamuoto on luova muistelutyö. Luovassa muistelutyössä ikäihmiset esimerkiksi teatterin keinoin kertovat nuoremmalle sukupolvelle, miten ennen elettiin. Kun ikäihmisille annetaan mahdollisuus jakaa omia elämäntarinoitaan ja kokemuksiaan nuoremmille, he kokevat itsensä merkityksellisiksi ja arvokkaiksi sekä tärkeäksi osaksi sukupolvien ketjua. Nuorempien kuunnellessa ikäihmisten elämää lapsuudesta ja nuoruudesta, siirtyy kulttuurinen perintö seuraavalle sukupolvelle ja historia saa elää. (Hohenthal-Antin 2009, 102–103.)

### 3.2 Sukupolvien välinen kohtaaminen

Sukujen ja perheiden piirissä sukupolvella tarkoitetaan lapsia, vanhempia ja isovanhempia (Marin 2001, 41). Elämän siirtymistä vanhemmilta lapsille voidaan kutsua biologiseksi sukupolveksi tai perhesukupolveksi. Biologisessa sukupolvisuhteessa erilaiset yhteneväisyydet luonteenpiirteissä, lahjakkuuksissa ja ulkonäössä siirtyvät sukupolvelta toiselle, samoin kuin suvun perintö esimerkiksi taloina, niminä sekä erilaisina tapoina ja tottumuksina. (Korhonen 2006, 52–53.)

Sosiologi Karl Mannheim (1952) on erottanut sukupolvi-käsitteestä kolme tasoa: saman ikäisten ikäpolvi, kokemuksellinen sukupolvi sekä mobilisoitunut sukupolvi. Saman ikäisten sukupolvella tarkoitetaan luonnollisesti samaan aikaan syntyneitä, ja yhteiskunnallisella sukupolvella useimmiten saman ikäisten joukkoa. Kokemuksellinen sukupolvi viittaa ihmisjoukkoon, joka on käynyt läpi samat historialliset ja yhteiskunnalliset tapahtumat ja muutokset eli heillä on yhteisiä jaettuja kokemuksia. Tällaisia kokemuksia voivat olla esimerkiksi sodat. Yhteinen kokemus on välttämätön, mutta ei riittävä ehto sukupolven mobilisoitumiselle. Mobilisoitunut sukupolvi on ihmisryhmä, joka organisoituu ajamaan ja edistämään hyväksi kokemiaan tavoitteita, arvoja tai elämäntapaa ja ottaa näin osaa oman elämänkohtalonsa muotoutumiseen. (Korhonen 2006, 53–54.)

Yhteiskunnallisella sukupolvella tarkoitetaan samana historiallisena ajankohtana syntyneiden ihmisten joukkoa, josta voidaan myös käyttää nimitystä ikäryhmä,



kohortti tai ikäpolvi. Sukupolvityössä sukupolvella tarkoitetaan yleensä yhteiskunnallista sukupolvea. Eri sukupolvilla on yhteiskunnassa erilaisia rooleja, ja olemme toisistamme riippuvaisia monella eri tavalla. Kasvu ja kehittyminen ovat paljon sidoksissa muihin ihmisiin ja vuorovaikutukseen heidän kanssaan. Nuoret voivat oppia vanhempien ikäpolvien toimintatavoista, tottumuksista ja arvoista, ja käyttää niitä esimerkkeinä siitä, miten kannattaa tai ei kannata toimia. Nuorille kanssakäyminen vanhempien ihmisten kanssa voi tuoda elämään uusia näkökulmia sekä turvallisuuden tuntua. Ikäihmiset taas saavat merkityksellisyden kokemuksia, kun saavat jakaa tietoaan ja elämäkokemustaan nuoremmille ja olla osallisena yhteiskunnassa. (Saarenheimo 2013, 10–16.)

Oppi ei siirry vain vanhemmilta ikäpolvilta nuoremmille, vaan myös lapset ja nuoret opettavat vanhempia. Vanhemmat säilyttävät kykynsä uuden oppimiseen ja leikkiin olemalla yhteydessä nuorempiin sukupolviin. Lapset ja nuoret voivat kyseenalaistaa vanhempien ihmisten ajattelu- ja toimintatapoja, minkä kautta vanhemmat ihmiset voivat uudistua ja kokea henkistä kasvua. Ikäpolvien yhteys luo sekä turvaa että turhautumista, jotka molemmat ovat välttämättömiä inhimilliselle kasvulle. (Saarenheimo 2013, 13.) Lapset ja nuoret voivat välittää tietoa ja taitoa vanhemmalle sukupolvelle esimerkiksi tietokoneen käytössä tai nykyajan ympäristöasenteissa ja terveysasioissa (Alanen 2001, 101).

Etenkin länsimaissa yhteiskunta on rakentanut ikäpolvien välille kuiluja, ja esimerkiksi koulut, harrastukset ja palvelut ovat usein ikäsidonnaisia (Saarenheimo 2013, 11). Myös perheiden sisällä eri sukupolvet eriytyvät toisistaan. Modernissa perhekäsityksessä ihannoidaan pitkälle kouluttautumista, itsenäisyyttä ja pieniä ydinperheitä, jolloin monisukupolvisille isoille perheyhteisöille ei jää aikaa eikä tilaa. Olemme kuitenkin riippuvaisia sukupolvista myös avun ja tuen vaihdon tasolla. Vanhemmat toimivat perheessä avun tarjonnan keskiössä tarjoamalla tukeaan ja apuaan niin lapsille kuin mahdollisesti omille vanhemmilleenkin. Myöhemmin vanhetessaan heistäkin tulee kuitenkin avun tarvisijoita, jolloin jälkeläisten tarjoama tuki korostuu. (Lowenstein 2007, 10.)

Sukupolvien väliseen vuorovaikutukseen voidaan liittää sosialisointi käsite, jolla tarkoitetaan lapsen omaksumista omassa kulttuurissaan vallitsevaa maailmankuvaa, arvoja ja toimintatapoja (Tampereen yliopisto 2016). Lasta siis valmennetaan toimimaan osana yhteiskuntaa. Tärkeänä osana prosessissa toimii

vanhempi-lapsi – suhde, mutta myös isovanhemmat voivat olla osallisena kulttuurin välittämisessä. (Marjanen, Marttila & Varsa 2013, 10–11.) Anna Rotkirch pitää yhteisöllistä kasvatusta lähes välttämättömänä. Kun ihmisen aivot kasvoivat tuhansia vuosia sitten, tarvitsivat jälkeläiset yhä enemmän ja yhä pitempiaikaisempaa hoivaa ja ravintoa. Oletetaan, että juuri yhteisöllinen kasvatusta auttoi säilyttämään ihmisrodun, koska äideillä oli voimia hankkia jälkeläisiä nopeammin. (Rotkirch 2014, 14–15.)

Sukupolvien välisen kohtaamisen yhteydessä voidaan puhua ikäpolvitajusta, jolla tarkoitetaan kykyä asettua eri-ikäisen ihmisen asemaan. Sen perustana on tietoisuus omasta iästään, minkä avulla kykenee näkemään yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia omien ja toisen ikäisten kokemusten kanssa. Kyky nähdä eri-ikäiset tasavertaisina, samalla tavalla haluja, pelkoja, kiinnostuksen kohteita, toimintatapoja ja ajatuksia omaavina ihmisinä auttaa vähentämään stereotyyppiä eri-ikäisiä kohtaan. (Saarenheimo 2013, 133–134.) Ajudumme helposti viettämään aikaa omanikäisten tai samassa elämäntilanteessa olevien ikätoverien kanssa, koska koemme voivamme paremmin ymmärtää heidän ajattelu- tai toimintatapojaan. Ikäpolvien välistä dialogia kuitenkin tarvitaan, jotta ymmärtäisimme paremmin toinen toisiamme ja niitä valintoja, joita aikaisemmat sukupolvet ovat tehneet. (Saarenheimo 2013, 11–15.)

Eri sukupolvien kokemusten ymmärtäminen ja tiedostaminen auttavat myös ymmärtämään eri-ikäisten kokemaa kasvatuskulttuuria. Kasvatuksen yhteydessä voidaan puhua kasvatussukupolvista, sillä eri aikoina kasvaneet arvostavat ja myös sietävät erilaisia kasvatukseen liittyviä seikkoja. Sukupolvi on ihmisen subjektiivinen kokemus, joka vaikuttaa muun muassa vuorovaikutustilanteisiin sekä henkilökohtaisiin mieltymyksiin; nuoremmat sukupolvet voivat pitää rockista, kun taas vanhemmat sukupolvet eivät välttämättä laisinkaan. (Korhonen 2006, 52, 65.)

Nykyään on yleistä, että nuoremmat sukupolvet eivät edes tiedä, missä ja miten esimerkiksi ikäihmiset asuvat ja elävät. Harvoin myöskään muistetaan, että vanhakin on joskus ollut nuori. Ikäihmiset puolestaan saattavat kokea nuoret jopa pelottavina, koska eivät tunne tämän päivän nuorisokulttuuria. Ilman sukupolvien välistä ymmärrystä tuskin voi syntyä turvallista monisukupolvista yhteisöllisyyttä. Siksi meidän tulee pyrkiä tarjoamaan luontevia kohtaamispaikkoja,

joissa vanhempi ja nuorempi sukupolvi voivat kohdata toisensa tasa-arvoisina ilman, että ikä, erilaiset roolit tai statukset merkitsevät. Välitön ja turvallinen ilmapiiri mahdollistaa ikäryhmien välisen yhteenkuuluvuuden tunteen sekä yhteisöllisyyden syntymisen. (Hohenthal-Antin 2009, 73, 102.)

### 3.3 Yhteisöllisyys

Yhteisöllä tarkoitetaan ihmisryhmää, jolla on yhteinen tavoite, päämäärä, näkemys tai kiinnostuksen kohde (Kurki 2007, 40). Nivalan (2008, 50–51) mukaan yhteisöt voivat olla myös ulkoa päin määriteltyjä, muodollisia yhteisöjä, jolloin sen jäsenille ei välttämättä ole syntynyt yhteenkuuluvuudentunnetta kyseiseen yhteisöön tai muihin sen jäseniin. Yhteisöllisyydellä tarkoitetaan sitä, että ihminen kokee kuuluvansa johonkin ryhmään ja toimii siinä täysivaltaisena jäsenenä. Yhteisöllisyys ei tarkoita automaattisesti kaikkia ihmisryhmittymiä, ja esimerkiksi ikäihmisten palvelutalo, hoitolaitokset tai päiväkodit eivät automaattisesti tarkoita yhteisöä ja yhteisöllisyyttä. (Saastamoinen 2009, 41.) Irene Tumnavuori avaa artikkelissaan sitä, miten ihminen saattaa kokea yksinäisyyttä ja ulkopuolisuuden tuntua myös ryhmässä. Yhteisö yksinään ei ole tae yhteisöllisyyden kokemukselle, vaan yhteisöllisyys vaatii siihen kasvamisen. (Kuusisto, Marjovuori, Salmi & Tumnavuori 2012, 206.)

Yhteisöllisyyden kokemuksesta puhuttaessa liitetään siihen yleensä yhteenkuuluvuuden tunne, jonka voidaan ajatella olevan yhteisöllisyyden perimmäinen tavoite ja seuraus. Nivalan (2008, 50) mukaan yhteenkuuluvuuden tunteen rakentajina ovat vuorovaikutus, yhdessä jaettu kulttuuriperintö sekä jaetut yhteiset arvot ja ihanteet. Kokemus tuntee itsensä ryhmässä tarpeelliseksi lisää vahvasti yhteenkuulumisen tunnetta. (Saastamoinen 2009, 41.) Yhteisöllisyyteen liittyy neljä peruselementtiä: jäsenyys, vaikuttaminen, integraatio sekä jaettu emotionaalinen yhteys. Jäsenyydellä tarkoitetaan tunnetta yhteisöön kuulumisesta ja vaikuttamisella yksilön toimimista merkityksellisenä osana ryhmän toimintaa. Integraatio tarkoittaa sitä, että yhteisöön kuuluminen tyydyttää yksilön tarpeet ja jaettu emotionaalinen yhteys yhteisön jäsenten jaettua historiaa, yhteistä aikaa sekä samankaltaisia kokemuksia. (Rasku-Puttonen 2006, 113.)

Yhteisöllisyys rakentuu vahvasti ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa. Kun yhteisö toimii hyvin, kaikki sen jäsenet tietävät, mitä tehdään ja miksi. Yhteisöllisyys liittyy ihmisten tarpeisiin, haluihin ja mahdollisuuksiin kokea itsensä enemmän kuin yksin ollessaan. Myös avoimuus, välittömyys, aitous ja demokratia liittyvät yhteisöllisyyteen. Konfrontaatio eli jatkuva sosiaalinen palaute siitä, mitä yksilö tekee ja miten, kuuluvat yhteisöllisyyden toimintakulttuuriin. Tämä palaute annetaan dialogin avulla, jolloin se on toisen huomioonottavaa eikä ylhäältäpäin tulevaa. (Eloranta & Punkanen 2008, 135–136.) Yhteisön jäsenenä toimiminen vaatiikin sosiaalista toimintakykyä jolla tarkoitetaan sitä, millaiset valmiudet ihmisellä on suorituta kanssakäymisestä toisten ihmisten kanssa. Sosiaalisen toimintakyvyn edellytyksenä on psykofyysinen toimintakyky, jossa olennaista on tietoisuus itsestään toimijana. Sosiaalinen toimintakyky liittyy niin yhteisösuhteisiin kuin yhteisössä toimimiseenkin. (Eloranta ym. 2008, 16–17.)

Ikäihmisten kohdalla yhteistyöskentely kasvattaa suorituskkyä, parantaa heidän kommunikaatiokykyään ja kasvattaa itsetuntoa. Myös itsesäätelykyky paranee, aktiivisuus lisääntyy ja sosiaalinen mukautumiskyky kasvaa. (Eloranta ym. 2008, 136.) Varhaislapsuudessa yhdessä toimiminen ja oppiminen ovat olennainen osa arkipäivää ja vaikuttavat sosiaalisen identiteetin rakentumiseen. Leikin kautta erilaisista säännöistä ja yhteisestä ymmärryksestä neuvotellessa lapset rakentavat omaa yhteisöään. Lapsille tärkeitä yhteisön elementtejä ovat yhteisesti neuvotellut normit, arvot ja säännöt sekä samankaltaiset kiinnostuksen kohteet. (Marjanen ym. 2013, 22–23.)

Lapsen yhteisöllisyyden kokemusten rakentumisessa tärkeä rooli on kasvatusvastuussa olevalla aikuisella. Yhteisön rakentaminen vaatii kasvattajilta erityisesti lasten osallisuuden tukemista (Rasku-Puttonen 2006, 112). Yhteisön rakentaminen vaatii tunnesiteiden lisäksi tiettyjen taitojen, kuten yhteisön ja ryhmän rakentamisen ja niiden toiminnan edistämisen taitojen harjoittelua. Aikuiset toimivat yhteisöllisyyden kehittymisen edistäjinä, mutta myös roolimalleina hyvästä yhteisöllisyydestä ja yhteisössä toimimisen toimintatavoista. Yhteisöllisyyden kokemus jo pienellä lapsella on tärkeä tekijä syrjäytymisen ja kiusatuksi joutumisen ehkäisemisessä. Positiivisten yhteisöllisyyden kokemusten kautta lapset alkavat mieltää yhteisössä toimimisen positiiviseksi ja kantavaksi tekijäk-

si, jolloin heillä on halu tehdä töitä yhteisöllisyyden eteen myös myöhemmin elämässä. (Marjanen ym. 2013, 23–24.) Sukupolvityössä vanhemmat sukupolvet toimivat roolimalleina nuoremmille sukupolville.

Yhteisöllisyyden puuttumisesta Hohenthal-Antin käyttää käsitettä välinpitämättömyyden kulttuuri. Yhteisöllisyyden kokemuksen puuttuminen ihmisten elämästä, ajaa ihmisiä yksinäisyyteen ja sairauksiin. Pirjo Lindforsin mukaan yksinäisyys lisää masentuneisuutta ja ahdistuneisuutta, ja yksinäisyyden tunne aiheuttaa elimistössä stressireaktion. Krooninen stressi, masennus ja ahdistus kasvattavat riskiä sairastua esimerkiksi kilpirauhasen toimintahäiriöihin tai sydän- ja verisuonitauteihin. Yhteisöllisyyden syntyminen sekä toisen ikäryhmän arvostaminen ja kunnioittaminen vaativat, että ihminen saa olla henkilökohtaisessa kontaktissa toiseen ikäryhmään kuuluvan henkilön kanssa. (Lindfors 2007; Hohenthal-Antin 2009, 101–102).

Martin Buber pitää aidon yhteisön välttämättömänä edellytyksenä ihmissuhteiden vastavuoroisuutta, suoruutta ja välittömyyttä enemmän kuin suhteiden rakentamista jonkin yhdistävän seikan varaan (Roivainen & Ranta-Tyrkkö 2016,131). Sukupolvityössä yhteisöllisyyden muodostuminen on siis mahdollista ilman eri-ikäisten yhteisiä mielenkiinnon kohteita. Muita Buberin osoittamia yhteisöllisyyden edellytyksiä ovat toinen toisensa kohtaaminen kokonaisuutena sekä kyky ja halu hyväksyä toiset sellaisena kuin he ovat (Roivainen ym. 2016,131).

### 3.4 Osallisuus

Osallisuuden ja toimijuuden käsitteet linkittyvät vahvasti yhteisöllisyyteen ja niitä on miltei mahdoton erottaa toisistaan. Toimijuudella tarkoitetaan sitä, että ihminen kokee olevansa aktiivinen toimija, joka ohjaa elämäänsä, tekee valintoja ja ottaa vastuuta. Tärkeintä toimijuudessa on henkilön oma kokemus mahdollisuudesta vaikuttaa asioihin eikä ulospäin näkyvä aktiivinen toiminta ei ole olennaista. Osallisuus käsitteenä sisältää samoja asioita kuin toimijuus. Osallisuus on tunne siitä, että on tärkeä ja täysivaltainen jäsen yhteisössä ja koko yhteiskunnassa. Osallisuus ja toimijuus ovat ihmisen omia subjektiivisia kokemuksia eikä niitä voi ulkopuolinen määrittää tai havainnoida. Osallisuus on osallistumista itseään tai yhteisöään koskevaan päätöksentekoon,

mahdollisuutta ideoida ja suunnitella sekä osallistumista tehtyjen päätösten arviointiin. Tärkein osa osallisuutta kuitenkin on henkilön oma sisäinen tunne ryhmään kuulumisesta. (Turja 2012, 49.)

Osallisuuden tavoitteena on, että ihminen itse pystyisi vastuullisesti rakentamaan nykyisyytensä ja tulevaisuuttaan sekä itsenäisesti että yhteisöllisesti. Yhteiskunnassamme iäkkäät nähdään usein kohteina, joille muut yhteiskunnan jäsenet, useimmiten hoitohenkilökunta, antavat valtaa sen verran kuin itse näkevät parhaaksi. Iäkkäältä ja huonokuntoiselta ihmiseltä viedään helposti pois osallisuuden mahdollisuudet. (Kurki 2007, 57, 70.)

Lapsuudessa sosiaaliset taidot kehittyvät osallisuuden kokemusten kautta. Osallisuuden kehittyminen taas vaatii taitoja, joita opitaan sosiaalisissa suhteissa. Lapselle osallisuus tarkoittaa mahdollisuutta tulla kuulluksi jokapäiväisissä leikeissä ja toiminnoissa sekä mahdollisuutta vaikuttaa ja osallistua oman yhteisönsä elämään. Olennaista osallisuuden rakentumisessa on kokemus hyväksytyksi, tärkeäksi ja arvostetuksi tulemisesta. (Rasku-Puttonen 2006, 113; Marjanen, Marttila & Varsa. 2013, 77–78.)

Samoin kuin lapsen yhteisöllisyyden, myös lapsen osallisuuden mahdollistamisessa aikuisella on tärkeä rooli. Harry Shierin (2001, 110) mukaan lapsen osallisuudella on viisi tasoa, jotka etenevät askel askeleelta kohti laajempaa osallisuuden kokemusta. Ensimmäisellä tasolla lapsia kuunnellaan, toisella tuetaan heitä mielipiteiden ilmaisussa ja kolmannella heidän näkemyksensä otetaan huomioon. Neljännellä tasolla lapset otetaan mukaan päätöksentekoprosessiin ja viidennellä valtaa ja vastuuta jaetaan yhdessä lasten kanssa. Osallisuuden on mahdollista toteutua, kun ainakin kolme ensimmäistä tasoa tulevat täytetyiksi. (Marjanen ym. 2013, 81.)

## 4 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET

### 4.1 Yhteisöllisyyden ja osallisuuden rakentuminen

Opinnäytetyömme yhtenä tutkimuskysymyksenä oli selvittää, miten sukupolvityö lisää osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemuksia vanhuudessa ja varhaislapsuudessa. Selvitimme tätä osallistuvan havainnoinnin avulla toteuttamiemme toimintatuokioiden aikana. HavaitSIMME, että etenkin osallisuutta ja yhteisöllisyyttä lisäsi toiminta, jossa oli mukana mahdollisimman paljon vuorovaikutusta ja joka eteni osallistujien ehdoilla. Onnistuneimmaksi yhteisöllisyyden ja osallisuuden kannalta koimme itselle tärkeiden esineiden esittelyn, sillä sen avulla jokainen tuli kuulluksi ja sai jakaa palan omasta elämästään. HavaitSIMME, että keskustelu ja itselle tärkeän asian jakaminen rakensivat siltaa avoimempaan vuorovaikutukseen. Esimerkiksi yhdellä lapsista oli mukanaan leikkihevonen, josta joku keksi kysyä, oliko hän ratsastanut oikealla hevosella. Lapsi sai kertoa omista ratsastuskokemuksistaan ja tästä innostuneena yksi palvelutalon asukkaista kertoi omista lapsuusajan kokemuksistaan hevosten parissa. Keskustelu synnytti yhteisöllisyyden tuntua.

Kertomalla kokemuksistaan kertoja rakentaa siltaa menneisyyden ja nykyisyyden välille. Kertomisen aikana kuulijat voivat osallistua keskusteluun, jolloin kokemusten jakamisesta tulee yhteisöllistä. Kuulijat voivat jakaa kertojan kanssa samankaltaisia kokemuksia ja yhteisen muistelun kautta luoda menneisyyttä, joka puolestaan jäsentää ryhmän identiteettiä. (Hohenthal-Antin 2009, 103; Poikela & Poikela 2014, 14.) Etenkin ikäihmisille esineet voivat olla tärkeitä oman elämän merkityksellisyyden kokemisessa. Esineet voivat tuoda mieleen muistoja ja toisaalta ylläpitävät identiteettiä ja tunnetta elämän jatkuvuudesta. Esineet voivat tuoda lohtua ja toivoa ikäihmisen elämään. (Vallejo Medina ym. 2005, 30–31.) Yksi toiminnassamme mukana ollut palvelutalon asukas kertoi omistavansa useita posliinienkeleitä ja saavansa niistä paljon iloa ja lohtua. Enkelit toivat hänen mieleensä muistoja.

Liiallinen ylhäältä päin tuleva ohjeistus vaikutti heikentävän osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemuksiin. Jouduimme melko paljon pohtimaan omaa rooliaamme toimintatuokioiden kulussa. Toisaalta halusimme osallistua toimintaan mahdollisimman vähän, mutta toisaalta osallistumisemme vaikutti olevan olennaista

toimintatuokioiden onnistumisen kannalta. Selkeät ohjeet ja kannustus vaikuttivat olevan osallistujille tärkeitä etenkin toiminnan alkuvaiheessa. Halusimme välttää liiallista ylhäältä päin tulevaa ohjausta osallisuuden vahvistamiseksi.

Hyvän ohjaajan piirteitä voidaan ajatella olevan muun muassa joustavuus ja tilannetaju. Ohjaajan tulee keksiä keinoja, miten rohkaista ja innostaa osallistujia. Esimerkiksi epäonnistumisen pelkoa voi pyrkiä vähentämään panostamalla rentoon ilmapiiriin sekä korostamalla tekemisessä itse tekoprosessia eikä virheetöntä lopputulosta. Hyvä ohjaaja osaa pitää toiminnan vapaaehtoisena, jolloin jokainen saa ja voi osallistua toimintaan tai vaihtoehtoisesti vain seuralla sivusta ilman häneen kohdistettuja paineita. Yläpuolelle asettumista tulisi välttää, sillä se ei tue osallisuutta. Vuorovaikutuksen muodostumisen kannalta tärkeää on tilan antaminen osallistujille, ja esimerkiksi alkuvaiheessa hiljaisuus ja odottelu voivat kuulua asiaan. (Airaksinen ym. 2015, 20–21.) HavaitSIMME varsininkin ensimmäisellä toimintakerralla arkuutta etenkin ikäihmisten osalta. Osallistujat vaikuttivat olevan tottuneen tarkasti ohjattuun toimintaan ja olivat epävarmoja osallistumaan toiminnan suunnitteluun. Lisäksi tilanne oli kaikille uusi, eivätkä niin ikäihmiset kuin lapsetkaan olleet aikaisemmin osallistuneet sukupolvityöhön.

Osallistumisen toimintaan voidaan ajatella olevan ensimmäinen askel kohti osallisuutta. Osallisuus ei kuitenkaan ole vain toimintaan osallistumista, vaan myös hyväksytyksi tulemista ja tunnetta yhteenkuuluvuudesta. Osallisuuden lisäämiseksi on tärkeää pohtia, onko osallistujien mielipiteitä kuultu riittävästi tai jääkö joku ulkopuoliseksi. (Fried 2014, 36.) Kädentaitoja tehdessämme kannustimme ikäihmisiä ohjaamaan lapsia askarteluissa vuorovaikutuksen synnyttämiseksi, mutta useat ikäihmiset halusivat mieluummin seurata toimintaa sivusta. HavaitSIMME ohjausta ja neuvontaa yksittäisten osallistujien kohdalla. Osa palvelutalon asukkaista kertoi, etteivät näe tarpeeksi hyvin voidakseen osallistua tekemiseen. Kädentaitojen tekeminen ei mielestämme rakentanut yhteisöllisyyttä ja osallisuutta parhaalla mahdollisella tavalla, koska vuorovaikutus oli vähäistä. Kädentaitojen haastavuus etenkin ikäihmisille aiheutti sen, että heillä oli vaikeuksia osallistua tekemiseen eivätkä teemat välttämättä vastanneet ikäihmisten mielenkiinnon kohteita. Toisaalta ikäihmiset seurasivat mielellään lasten puuhastelua.



Ikäihmiset olivat odotustemme vastaisesti yllättävän arkoja osallistumaan toimintaan, ja useat jäivät mieluummin seuraamaan toimintaa sivusta. Yleinen mielipide oli, että on mukavaa olla läsnä ja seurata lasten touhuamista, mutta osallistumisen kynnyksellä olevan korkealla. Osa ikäihmisistä jättäytyi pois toiminnasta melko nopeasti, mikä saattoi johtua tottumattomuudesta lapsista aiheutuvaan hälinään. Käytössämme ollut kerhotila oli pieni, mikä osaltaan lisäsi äänitasoa. Toisaalta pois jättäytyminen saattoi johtua myös voimien ehtymisestä tai toiminnan sopimattomuudesta itselle. Osa palvelutalon asukkaista oli hiukan aktiivisempia toimintaan osallistumisessa ja rohkaistuivat ensimmäisellä kerralla muun muassa pelaamaan lautapelejä lasten kanssa. Lapset lähtivät alusta asti rohkeasti mukaan ja juttelivat avoimesti ja vapautuneesti. Lapsetkin vaikuttivat kuitenkin keskittyvän melko paljon seurusteluun toistensa kanssa enemmän kuin ikäihmisten kanssa jutusteluun. Aloitteet lasten ja ikäihmisten väliselle keskustelulle vaikuttivat tulevan loppujen lopuksi enemmän ikäihmisten kuin lasten puolelta.

Tulkitsimme ikäihmisten passiivisuuden aluksi niin, etteivät ikäihmiset olleet kiinnostuneita järjestämästämme toiminnasta tai olivat haluttomia osallistumaan siihen aktiivisesti. Haastatteluiden ja ikäihmisten puheiden perusteella nousi kuitenkin esiin, että ikäihmiset olivat tyytyväisiä järjestämäämme toimintaan ja saivat siitä paljon iloa. Kuten Koivunen (2001) huomauttaa, vanhuudessa on tavanomaista, että ulospäin suuntautuneisuus vähenee ja halutaan entistä enemmän syventyä itseen ja omiin ajatuksiin. Vaikka tämä voi ulospäin näyttää siltä, että ikäihminen on yksin tai kokee yksinäisyyttä, voi henkilö kuitenkin tuntea olonsa tasapainoiseksi ja elää rikasta elämää. (Ukkonen-Mikkola 2011, 31.) Toisaalta passiivisuus voi johtua myös depressiivisyydestä, virikkeiden puutteesta tai huonosta toimintakyvystä (Vallejo Medina, Vehviläinen, Haukka, Pyykkö & Kivelä 2005, 26).

Havaitsimme, että toteuttamamme kolme toimintakertaa oli aivan liian vähän osallisuuden ja yhteisöllisyyden kehittymisen kannalta. Osallistujien vaihtelu heikensi yhteishengen muodostumista eikä tunnin aikana kerennyt muodostua riittävästi vuorovaikutusta osallistujien välille. Vaikutti siltä, että osallistujat olisivat kaivanneet enemmän tukea vuorovaikutuksen muodostamiseen esimerkiksi tutustumisleikkien avulla.

Toteuttamissamme toimintatuokioissa tunnelman virittäjänä toimivat yhteislaut, mutta niiden merkitystä yhteisöllisyyden ja osallisuuden kehittymisen kannalta on vaikeaa arvioida, koska ensimmäisellä toimintakerralla osallistujat eivät vielä tunteneet toisiaan hyvin. Viimeisen kerran esineiden esittely vaikutti olevan onnistunein vuorovaikutuksen lisäämisen ja sitä kautta yhteisöllisyyden ja osallisuuden muotoutumisen kannalta. Havaitimme ryhmäkoolla olevan merkitystä osallisuuden ja yhteisöllisyyden kehittymisessä. Pienemmissä ryhmissä vuorovaikutus lisääntyi, kun taas isossa ryhmässä ulospäin havaittava osallistuminen oli vähäisempää. Esimerkiksi lautapeliä pelaaminen pienemmissä ryhmissä synnytti keskustelua osapuolten välillä.

Lasten ja ikäihmisten välisen vuorovaikutuksen vähittäisen kehittymisen havaitsi muun muassa siitä, että yksi ikäihmisistä tuli halaamaan lapsia toimintatuokion päätteeksi. Lisäksi yksi ikäihmisistä halusi antaa mukaan ottamansa posliinienkelit päiväkotiin muistoksi yhteisistä toimintatuokioista. Vuorovaikutuksen lisääntymisen lisäksi tämä kertoi yhteisen ajan merkityksellisyydestä ja tärkeydestä erityisesti ikäihmisille.

#### 4.2 Lasten ja ikäihmisten ajatuksia yhdessä toimimisesta

Toisena tutkimuskysymyksenä opinnäytetyössämme oli, millaisia ovat lasten ja ikäihmisten kokemukset sukupolvityöstä. Lähdimme kartoittamaan tätä haastatteleamalla ikäihmisiä ja lapsia erillisillä ryhmähaastatteluilla. Ikäihmisille tekemässämme ryhmähaastattelussa nousi esiin erityisesti, että toiminta oli ollut heille mieluista ja virkistävää. Kaikki osallistujat kokivat lasten läsnäolon antoisana ja tärkeänä.

*"Tietysti me mummot tykätään hirveästi lapsista. Se virkistää kovasti."*

Kukaan haastattelemistamme palvelutalon asukkaista ei ollut aikaisemmin osallistunut sukupolvityöhön. Yksi asukkaista oli aikaisemmin saanut olla mukana toiminnassa, jossa jumppaharrastajat olivat tuoneet nuorempia voimistelijoita käymään vanhainkodissa. Asukas oli kokenut sen mieluksena ja saanut siitä paljon iloa itselleen.

Asukkaat kokivat oman toimintakyvyttömyytensä olevan haasteena lasten kanssa toimimisessa. He esimerkiksi kertoivat mielellään leikkivänsä lasten kanssa, jos se olisi heille mahdollista.

*"Jos jalat pelais meillä, niin se ois kiva lasten kanssa tosiaan leikkiäkki, että se on meiltä poies, että me vaan istutaan ja katotaan."*

Pohdimme, että sukupolvityössä olisikin tärkeää huomioida osallistujien toimintakyky ja suunnitella sellaista toimintaa, joka on kohderyhmälle sopivaa. Esimerkiksi liikkumisen rajoitteiden ei tulisi mielestämme olla esteenä sukupolvityön toteuttamiselle, vaan kyse on ennemminkin huolellisesta suunnittelusta ja erilaisten tarpeiden huomioinnista. Sukupolvityön yhtenä haasteena voi olla, miten yhdistää kahden erilaisen sukupolven mielenkiinnon kohteet. Lapset innostuvat yleensä touhukkaasta tekemisestä, kun taas ikäihmisille riittää usein esimerkiksi keskustelu tai rauhallinen puuhastelu. Siksi sukupolvityö ei mielestämme välttämättä vaadikaan ennalta suunniteltua tai aikataulutettua ohjelmaa, vaan esimerkiksi yhteisen tilan, jossa eri-ikäisten on mahdollista kohdata ja tehdä niitä asioita, joista he ovat kiinnostuneita. Yhdessä vietetystä ajasta voi seurata luontevia vuorovaikutussuhteita ja ennen kaikkea sukupolvien kohtaamista.

Ikäihmiset kokivat jo lasten läsnäolon tärkeäksi eivätkä välttämättä kaivanneet sen kummempaa toimintaa. He korostivat, että jo pelkkä lasten seuraaminen oli heille mielekäästä. Lasten taidot ja osaaminen tehdä erilaisia asioita yllättivät ikäihmiset ja tuottivat heille iloa.

*"Ne on tosiaan sulosia kattoa, että minusta tämä kyllä virkistää päivääki heti kovasti."*

*"Lapset todellaki osaa ja oppii noin pienestä niin monia hommia."*

Toiveiksi myöhempiä toimintakertoja varten ikäihmiset nostivat esiin muun muassa yhteiset leikit ja korttipelit. Leikkien tulisi kuitenkin ikäihmisten toiveiden mukaan olla sellaisia, että myös huonompikuntoisilla olisi mahdollisuus osallistua niihin. Toisaalta ikäihmiset toivoivat, että asioita voitaisiin tehdä koko porukan kesken, mutta myös pienemmissä ryhmissä.

Kokemuksemme mukaan leikit ja korttipelit vaikuttivatkin olevan sekä ikäihmisiä että lapsia kiinnostavaa puuhaa. Erityisesti leikit nousivat hiukan yllättäen toiveilistalle, vaikka ajattelimme, etteivät ikäihmiset olisi niistä niinkään kiinnostuneita.

Toisaalta etenkin perinteiset leikit saattavat tuoda ikäihmisten mieliin muistoja ja sitä kautta toimia mielekkäänä ja merkityksiä tuottavana tekemisenä. Leikit voivat myös tarjota hyvän alustan vuorovaikutuksen kehittymiselle.

Keskeinen vastaus, mitä ikäihmiset kertoivat saaneen toimimisesta lasten kanssa, oli ilo.

*"Sehän on meille ilo. Vesi tulee silmään."*

*"Se on juuri tuo lasten läsnäolo se jo merkitsee paljon. Heitä katselee niin se on ihan nautinto."*

Kun kysyimme lapsilta, pitivätkö he toimintatuokioista, oli yksimielinen vastaus "joo!". Lapset eivät olleet aikaisemmin vierailleet palvelutalossa, mutta eivät kokeneet tilannetta kuitenkaan jännittävänä.

Etenkin ikäihmisten ilon ja yhteisen tekemisen merkityksellisyyden havaitsi selkeästi toimintatuokioiden aikana. Kaikista puheista kävi ilmi, että lasten kanssa vietetty aika toi vaihtelua arkeen ja sitä oli kaivattu kovasti. Ikäihmisten puheista voitiin päätellä, että erityisesti lapset ikäryhmänä ovat ikäihmisille tärkeitä ja heillä on halu osallistua lasten kasvatukseen ja seurata heidän kehittymistään.

Kivointa lasten mielestä toimintatuokioissa olivat värittäminen, maalaaminen, naamareiden teko sekä pelaaminen. Lapset kertoivat pitäneensä ikäihmisten läsnäolosta ja seurasta.

*"Koska sehän ois sitte ihan tylsää jos ois pelkkiä lapsia."*

*"Myös se ois kivaa tehdä niitten kans niitä naamareita."*

Lapset eivät kokeneet päässeensä kovin tutuiksi ikäihmisten kanssa, mutta kersivät haastattelutilanteessa kuitenkin harmitella, eivätkö mummot tulekaan tällä kertaa (haastattelu toteutettiin ennen toimintatuokiota). Ideoita yhteiseen tekemiseen ikäihmisten kanssa lapsilta ei juuri tullut, mutta pienen johdattelun jälkeen toiveita tuli esimerkiksi pipareiden leipomisesta ja ulkoilusta.

Vaikutti siltä, että lapset suhtautuivat ikäihmisten kohtaamiseen luontevammin kuin ikäihmiset. Useilla lapsista oli isovanhempia ja he olivat tottuneet viettämään heidän kanssaan aikaa. Lapsille ikäihmisten kohtaaminen ei vaikuttanut tuottavan samalla tavalla merkityksiä kuin ikäihmisille tai eivät osanneet tuoda

sitä sanallisesti ilmi, mutta he kuitenkin viihtyivät ikäihmisten seurassa. Voi olla, että sukupolvityön merkitykset lapsille näkyvät vasta pidemmän ajan kuluessa.

Yhteenvetona haastatteluista voidaan todeta, että sukupolvityö oli mieluista niin ikäihmisille kuin lapsillekin. Ikäihmiset nauttivat lasten kohtaamisesta, mikä näkyi muun muassa siinä, että he antoivat heille paljon positiivista palautetta myös toimintatuokioiden aikana. Haastattelussa ikäihmiset kertoivat lapsista olleen heille paljon iloa. Pidetyimmäksi toiminnaksi niin lasten kuin ikäihmistenkin osalta nousivat lautapelit. Esitettyjä toiveita yhteiseksi tekemiseksi olivat korttipelien pelaaminen, ulkoilu, leipominen ja leikit. Ikäihmiset kokivat pienet tilat ja heikon toimintakyvyn esteeksi monelle toiminnalle, mutta ei ikäpolvitoimintaan osallistumiselle. Molemmat osapuolet pitivät toimintaa mielekkäänä ja olisivat valmiita osallistumaan vastaavaan toimintaan jatkossakin. Osallistujien kasvoilta loisti innostus niin toiminnan aikana kuin sen jälkeenkin, ja erityisesti ikäihmiset kokivat kanssakäymisen lasten kanssa ikimuistoisena.

## 5 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Keskeisten tutkimuskysymystemme lisäksi opinnäytetyömme tavoitteena oli lisätä tietoa sukupolvityöstä sekä vahvistaa yhteistyötä Kemin varhaiskasvatuksen ja vanhustyön välillä. Päiväkoti ja palvelutalo kertoivatkin haluavansa jatkaa yhteistyötä opinnäytetyömme jälkeen, mikäli resurssit antaisivat myöten. Toimintojemme kautta saimme olla välittämässä tietoa sukupolvityöstä varhaiskasvatuksen ja vanhustyön henkilökunnalle. Toivomme, että yhteistyökumppanimme jakaisivat tietoa sukupolvityöstä myös ulkopuolisille tahoille ja myös opiskelijat saivat vinkkejä ja innostusta sukupolvityön toteuttamiseen.

Toiminnallisessa osiossa haastavaa oli yhteisöllisyyden ja osallisuuden kokemusten luominen ja niiden havainnoiminen. On vaikeaa varmasti todeta, syntyikö yhteisöllisyyttä ja osallisuutta vai ei. Vasta aineiston keräämisen jälkeen tulimme ajatelleeksi, että yhteisöllisyyden ja osallisuuden kokemuksista olisi voinut kysyä haastattelussa, vaikka käsitteet sinänsä olisivat saattaneet olla kohderyhmillemme tuntemattomia.

Havaitsimme meillä olleen melko suuret odotukset lasten ja ikäihmisten välisen vuorovaikutuksen rakentumisesta, sillä keskeinen tunne ensimmäisen toimintakerran jälkeen oli epäonnistumisen kokemus. Pelkäsimme, että olimme suunnitelleet toimintasisällöt huonosti, koska ikäihmiset eivät osallistuneet tekemiseen oma-aloitteisesti. Koimme, että ikäihmiset tunsivat itsensä jopa ulkopuolisiksi. Pohtiessamme epäonnistumisen kokemusta totesimme, että vaikka ikäihmisten osallistuminen saattoi päällepäin vaikuttaa passiiviselta, saattoivat he silti kokea osallistumisen merkityksellisenä ja arvokkaana. Osallisuus ja yhteisöllisyys eivät välttämättä näyttäytyä havaittavana aktiivisena toimintana ja niitä on siksi melko vaikeaa sivullisena havainnoida. Ikäihmisille tekemissämme haastatteluissa nousi esiin, että tärkeintä heille oli ollut lasten läsnäolo. Jälkeenpäin ajatteleminen, että olisimme voineet entistä enemmän edistää yhteisöllisyyden syntyä tutustumisleikkien avulla.

Pyrimme alusta lähtien vahvistamaan osallistujien välistä vuorovaikutusta antamalla ikäihmisille ja lapsille mahdollisuuksia vaikuttaa toimintojen kulkuun. Kannustimme osallistujia ottamaan osaa ideointiin sekä pyrimme toteuttamaan heidän toiveitaan. Kannustimme osallistujia neuvomaan toinen toisiaan esimer-

kiksi lautapeleissä ja askarteluissa. Jälkeenpäin pohdimme, kokivatko jotkut kannustuksen jopa painostavana. Pohdimme, veivätkö kannustus ja osallistujien houkuttelu aktiivisemmin mukaan toiminaan pois toiminnasta vapaaehtoisuuden tunnun, jonka kuitenkin pitäisi olla sukupolvityön lähtökohta.

Olisimme voineet toimintoja suunnitellessamme kiinnittää entistä enemmän huomiota tekemisen vuorovaikutuksellisuuteen. Olisimme voineet tarjota enemmän keinoja lasten ja ikäihmisten osallistumiseen toiminnan suunnitteluun sekä liittää toimintatuokioihin lisää esimerkiksi tarinan kerrontaa, näyttelemistä tai muuta vuorovaikutuksellista toimintaa. Kohderyhmien toiveiden kartoittaminen osoittautui haasteelliseksi, sillä toiveita ja ideoita tuli niukasti. Koimme tämän haasteeksi toimintojen suunnittelussa, sillä osallisuuden kannalta kohderyhmien osallistuminen toiminnan suunnitteluun olisi ollut tärkeää. Vaikutti siltä, etteivät kohderyhmät olleet tottuneet vaikuttamaan järjestettyyn toimintaan. Jotta yhteisöllisyys ja osallisuus olisivat vahvistuneet myös kädentaitojen tekemisessä, olisimme voineet valita kädentaidot enemmän ikäihmisten mieltymysten pohjalta. Tällöin ikäihmiset olisivat voineet osallistua niihin, neuvoa lapsia ja vuorovaikutus olisi ollut runsaampaa.

Emme olleet asettaneet toimintaan osallistumiselle kriteerejä tai vaatimuksia liittyen esimerkiksi osallistujien persoonallisuuden piirteisiin tai fyysisiin rajoitteisiin. Koska päiväkodilta emme olisi voineet ottaa mukaan kaikkia lapsia, olimme kuitenkin valinneet päiväkodilta yhteistyökumppaniksemme vain yhden lapsiryhmän. Valinnassa halusimme huomioida ikätason haastattelumateriaalin keräämistä varten. Kehotimme palvelutaloa ja päiväkotia tiedottamaan toiminnastamme ja valitsemaan mukaan halukkaat osallistujat. Päiväkodin osalta oli haasteellista, että koko ryhmää ei voitu ottaa mukaan toimintaan. Tämä saattoi lisätä epätasa-arvoisuutta lasten välillä ja johtaa tietynlaisten persoonallisuuksien suosimiseen. Toisaalta lapset vaihtelivat jonkin verran eri toimintakerroilla, jolloin useampi lapsi pääsi osallistumaan toimintaan. Pohdimme, että lähtökohteisesti sukupolvityön tulisi kuitenkin sopia kaiken tasoille ja -ikäisille, eikä tietynlaisten persoonallisuuden piirteiden tai muiden ominaisuuksien tulisi olla esteenä sukupolvityöhön osallistumiselle.

Pohdimme opinnäytetyötä tehdessämme, miksi sukupolvityötä ylipäättänsä tehdään niin vähän. Ihmisten jakaminen ikäryhmittäin vaikuttaa muovautuneen ole-

tusarvoiseksi eikä muita vaihtoehtoja osata ottaa huomioon. Yhteistyön vähäisyys harmittaa, sillä havaitsimme sen tuottavan paljon iloa niin lapsille, ikäihmisille kuin henkilökunnallekin. Havaitsimme, että sukupolvitoiminnan järjestäminen ei lopulta vaadi kovin paljoo lisätyötä. Yhteistoiminta eri ikäryhmien välillä saattaa jopa helpottaa työntekijöiden työtaakkaa, kun ikäihmisille ja lapsille annetaan mahdollisuus osallistua toiminnan suunnitteluun. Sukupolvityö ei välttämättä vaadi erillistä suunnittelua, vaan vapaa kanssakäyminen ilman aikatauluja voi osoittautua kaikkein onnistuneimmaksi.

Mielestämme sukupolvitoiminnan lisääminen etenkin varhaiskasvatuksen ja vanhustyön välillä olisi suotavaa erityisesti palvelutalon asukkaiden näkökulmasta. Palvelutaloissa ikäihmiset vaikuttavat olevan usein eristyksissä muusta yhteiskunnasta eivätkä välttämättä tapaa henkilökunnan lisäksi muita ikäpolvia. Lasten näkökulmasta yhteistyön merkitys korostuu, kun lapsen sukulaiset ja isovanhemmat asuvat kaukana. Vaikuttaa siltä, että eri sukupolvien merkitystä toinen toisilleen ei arvosteta riittävästi. Mielestämme sukupolvien merkityksestä pitäisi puhua enemmän, jotta osaisimme arvostaa sitä tietoa ja taitoa, jota eriikäiset kykenevät toinen toisilleen tarjoamaan. Sukupolvien kohtaaminen voisi lisätä yhteiskunnallista sopua, kun nuoret oppisivat arvostamaan vanhempia sukupolvia ja vanhemmat puolestaan nuorempia. Nuoret osaisivat arvostaa vanhempien sukupolvien työtä yhteiskunnan rakentamisessa, ja vanhemmat sukupolvet puolestaan ymmärtäisivät nuorten roolin tulevaisuuden yhteiskunnan rakentajina.

Opinnäytetyötä tehdessämme opimme, miten sukupolvityötä voidaan toteuttaa ja mitä seikkoja kannattaa ottaa sukupolvityötä suunnitellessa huomioon. Palkitsevaa ja kannustavaa oli huomata, että kaikki osallistujat pitivät järjestämistämme toiminnasta. Positiivisten kokemusten kautta innostuimme molemmat sukupolvityöstä ja harkitsemme käyttävämmekin sitä myös tulevissa töissämme. Saimme opinnäytetyömme kautta tärkeää ohjauskokemusta tulevaa sosionomin työtämme ajatellen.

Laadullisen analyysin avulla kykenimme vahvistamaan jo aikaisemmissa tutkimuksissa tehtyjä havaintoja siitä, miten sukupolvityö tukee osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemuksia. Menetelmätriangulaation käytöllä vahvistimme opinnäytetyömme luotettavuutta ja saimme aineistosta monipuolisemman. Osallistu-



jien mielipiteiden keruu oli mielenkiintoinen ja tärkeä osa opinnäytetyötämme. Mielestämme on ensi arvoisen tärkeää tietää, mitä mieltä asiakkaat ovat toiminnasta ja saavatko he siitä niitä hyötyjä, joita heidän odotetaan saavan. Emme aikaisemmissa tutkimuksissa juuri törmänneet aineistoon, jossa olisi kerätty asiakkaiden kokemuksia sukupolvityöstä.

Opinnäytetyömme jatkotutkimukseksi ehdotamme yhteisöllisyyden ja osallisuuden havainnoimista luontevassa ikäihmisten ja lasten välisessä kohtaamisessa. Tällaisia kohtaamisia voisivat olla esimerkiksi yhteiset ruokailu- tai ulkoiluhetket. Tällaisen tutkimuksen toteuttaminen vaatisi, että päiväkotit ja palvelutalot toimisivat lähekkäin toisiaan ja heillä olisi päivittäin tai säännöllisesti mahdollisuus yhteiseen ajanviettoon. Tutkimus olisi hyvä toteuttaa pidemmällä aikavälillä niin, että yhteisöllisyyden ja osallisuuden kehittyminen olisi ajallisesti mahdollista. Luontevan kohtaamisen kautta olisi mahdollisuus tutkia vuorovaikutuksen syntymistä eri ikäryhmien välillä. Yhdistetyn päiväkodin ja palvelutalon toiminnan tutkimisella voitaisiin selvittää sukupolvityön pidempiaikaisia vaikutuksia ihmisten hyvinvointiin.

## LÄHTEET

Airaksinen R., Karkkulainen M., Ala-Vannesluoma T., Pirhonen P. & Kastu R. 2015. Toimii! Hoitajan opas luoviin menetelmiin. Helsinki: Edita.

Alanen L. 2001. Polvesta polveen. Teoksessa Sankari A. & Jyrkämä J. (toim.) Lapsuudesta vanhuuteen: iän sosiologiaa. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 97–115.

Alasuutari P. 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. Tampere: Vastapaino.

Balanssi ry. Ryhmätoiminnan perusteet. Viitattu 21.6.2016.  
[http://www.sosiaalikallega.fi/hankkeet/hyvinvointi-hakusessa/pilotit-1/muut/liite\\_98\\_ryhmatoiminnan\\_perusteet](http://www.sosiaalikallega.fi/hankkeet/hyvinvointi-hakusessa/pilotit-1/muut/liite_98_ryhmatoiminnan_perusteet)

Cortès S. 2009. Mummot päiväkotilasten ilona Helsingissä. Yle 24.3.2009.  
[http://yle.fi/uutiset/mummot\\_paivakotilasten\\_ilona\\_helsingissa/5735921](http://yle.fi/uutiset/mummot_paivakotilasten_ilona_helsingissa/5735921)

Eloranta, T. & Punkanen T. 2008. Vireään vanhuuteen. Keuruu: Tammi.

Eskola H. & Suoranta J. 2001. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Rovaniemi: Lapin yliopistopaino.

Eskola J. 6-8? (Teema)haastattelututkimuksen toteuttamisesta. Teoksessa Viinamäki L. & Saari E. (toim.) Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen. Helsinki: Tammi. 32–45.

Fried, S. 2014. Osallisuuden ydin kumpuaa osallistumisesta ja kuulumisen tunteesta. Hoivapalvelut 2/2014, 36–37. Viitattu 20.6.2016.  
<http://www.ikainstituutti.fi/binary/file/-/id/1/fid/494>

Hohenthal- Antin L. 2009. Muistot näkyviksi. Muistelutyön menetelmiä ja merkityksiä. Juva. PS-kustannus.

Leinonen S. & Noppari E. 2005. Vanhuksen kokonaisvaltaista terveyttä edistävä mielenterveys. Teoksessa Noppari E. & Koistinen P. (toim.) Laatu vanhustyöhön. Tampere: Tammer-Paino oy, 36–91.

Jyväskylän yliopisto. 2015. Avoimen yliopiston Koppa. Viitattu 3.12.2015.  
<https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/>

Kauhavan Seudun Vanhustenkotiyhdistys ry. 2013. Aijjoos-hanke II. Viitattu 18.11.2015.  
<http://www.aijjoos.fi/materiaalit.php>

Kemin kaupunki. 2016. Keskustan palvelutalo. Viitattu 21.4.2016.

[http://www.kemi.fi/wp-content/uploads/2014/03/Keskustan\\_pt\\_yleistietoa3.pdf](http://www.kemi.fi/wp-content/uploads/2014/03/Keskustan_pt_yleistietoa3.pdf)

Kemin kaupunki 2016. Sauvosaaren päiväkotit. Viitattu 21.4.2016.

<http://www.kemi.fi/osallistu-ja-vaikuta/kysymystori/varhaiskasvatus/paivakodit/sauvosaaren-paivakoti/>

Korhonen M. 2006. Sukupolven merkitys vuorovaikutussuhteissa. Teoksessa Alasuutari M., Hännikäinen M., Karila K., Nummenmaa A. & Rasku-Puttonen H. (toim.) Kasvatusvuorovaikutus. Tampere: Vastapaino, 51–69.

Kuusisto S., Marjovuo A., Salmi R. & Tummavuori I. 2011. Ryhmätoiminnan mahdollisuuksista. Teoksessa Heimonen S. & Pajunen H. (toim.) Mielen terveys vanhuudessa. Helsinki: Edita. 181–208.

Kurki L. 2007. Innostava vanhuus: sosiokulttuurinen innostaminen vanhempien aikuisten parissa. Helsinki: Oy Finn Lectura Ab.

Marin M., Hakonen S.(toim.) 2003. Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Marin M. 2001. Tarkastelukulmia ikään ja ikääntymiseen. Teoksessa Jyrkämä J. & Sankari A. (toim.) Lapsuudesta vanhuuteen: iän sosiologiaa. Tampere: Vastapaino, 17–48.

Marjanen P., Marttila M. & Varsa M. (toim.). 2013. Pienten piirissä. Yhteisöllisyyden merkitys lasten hyvinvoinnille. Jyväskylä: PS-kustannus.

Pohjola J. 2012. Suomi, perhesuhteiden kehitysmaa. Helsingin Sanomat. Viitattu 25.8.2016.

<http://www.hs.fi/sunnuntai/a1344656138970?jako=6b42c83a1fef252f85c530de7824b9d3&ref=fb-share>

Pohjola A. 2007. Eettisyyden haaste tutkimuksessa. Teoksessa Viinamäki L. & Saari E. 2007. Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen. Helsinki: Tammi. 11–30.

Rasku-Puttonen H. 2006. Oppijoiden yhteisö, osallisuus ja kasvattajien merkitys. Teoksessa Alasuutari M., Hännikäinen M., Karila K., Nummenmaa A. & Rasku-Puttonen H. (toim.) Kasvatusvuorovaikutus. Tampere: Vastapaino, 111–125.

Roivainen I. & Ranta-Tyrkkö S. Yhteisöt ja yhteisösosiaalityön lähtökohdat. 2016. United Press Global.

Rotkirch A. Yhdessä. Lapsen kasvatusta ei ole yksilölaji. 2014. Helsinki: WSOY.

Saaranen-Kauppinen A. & Puusniekka A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 3.12.2015.

<http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/>.

Saarenheimo M. (toim.). 2013. Neljän polven treffit. Ikäpolvitoiminnan opas. Viitattu 17.11.2015.

[http://www.ikapolvet.fi/images/stories/neljan\\_polven\\_treffit\\_webres.pdf](http://www.ikapolvet.fi/images/stories/neljan_polven_treffit_webres.pdf)

Saastamoinen M. 2009. Aikalaiskeskustelua yhteisöllisyydestä. Teoksessa: Finlander K. & Vanhalakka-Ruoho M. Yhteisöllisyys liikkeessä (toim.) Jyväskylä: Gummeruksen Kirjapaino Oy. 33–66.

Tiihonen A. 2014. Ikäpolvitajuista ikäpolvitoimintaa kaikenikäisille ikäpolviolennoille. Viitattu 14.8.2016.

<http://www.ikainstituutti.fi/siteneews/view/-/nid/185/ngid/1/>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2009. Humanistisen, yhteiskuntatieteellisen ja käyttäytymistieteellisen tutkimuksen eettiset periaatteet ja ehdotus eettisen ennakoarvioinnin järjestämiseksi. Viitattu 27.5.2016.

<http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/eettisetperiaatteet.pdf>

Tuomi J. & Sarajärvi A. 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Tammi.

Tuomivaara T. 2005. Tieteellisen tutkimuksen perusteet. Viitattu 6.6.2016.

<http://www.mv.helsinki.fi/home/ttuomiva/Y125luku6.pdf>

Turja L. 2012. Lasten osallisuus varhaiskasvatuksessa. Teoksessa: Hujala E. & Turja L. (toim.) Varhaiskasvatuksen käsikirja. Juva. PS-kustannus. 41–53.

Ukkonen-Mikkola T. 2011. Sukupolvien kohtaamisia lasten ja vanhusten yhteisessä palvelukeskuksessa. Tampereen yliopisto. Viitattu 24.5.2016.

<http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/1002/6672/978-951-44-8382-0.pdf?sequence=1>

Vallejo Medina A., Vehviläinen S., Haukka U-M., Pyykkö V. & Kivelä S-L. 2005. Vanhustenhoito. Helsinki: WSOY.

Vilka H. & Airaksinen T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä: Tammi.

Saarenheimo M., Pietilä M., Maununaho S., Tiihonen A. & Pohjolainen P. 2016. Ikäpolvien taju. Elämänkulku ja ikäpolvet muuttuvassa maailmassa. Viitattu 25.5.2016.

[http://www.ikapolvet.fi/images/stories/artikkelikokoelma\\_webreso.pdf](http://www.ikapolvet.fi/images/stories/artikkelikokoelma_webreso.pdf)

Lowenstein A. 2007. Intergenerational Solidarity: Strengthening Economic and Social Ties. New York: United Nations Headquarters. Viitattu 25.5.2016.

[http://www.un.org/esa/socdev/unyin/documents/egm\\_unhq\\_oct07\\_lowenstein.pdf](http://www.un.org/esa/socdev/unyin/documents/egm_unhq_oct07_lowenstein.pdf)

Tampereen yliopisto 2016. Sosiaalipsykologian verkkokurssi. Viitattu 25.5.2016.

<http://www.uta.fi/avoinyliopisto/arkisto/sosiaalipsykologia/kulttuuri.html#Socialisaatio>

Lindfors P. 2007. Yhteisöllisyyden puute sairastuttaa yhteiskuntamme. Psykoterapia. Viitattu 3.6.2016.

<http://www.psykoterapia-lehti.fi/tekstit/lindfors107.htm>

## LIITTEET

- Liite 1. Lupahakemus lasten vanhemmille
- Liite 2. Ryhmähaastattelu lapsille
- Liite 3. Ryhmähaastattelu ikäihmisille
- Liite 4. Tuolijumppa

Hei!

Liite 1 1(1)

Olemme kaksi sosionomi-opiskelijaa Lapin ammattikorkeakoulusta ja teemme opinnäytetyötä sukupolvityöstä. Haluamme kokeilla käytännössä, miten varhaiskasvatuksen ja vanhustyön välinen yhteistyö toteutuu ja toteutamme kolme tunnin mittaista toimintatuokiota yhteistyössä Keskustan palvelutalon kanssa. Toiminta toteutetaan huhtikuun aikana. Toiminnan tarkoituksena on, että lapsenne ja Keskustan palvelutalon asukkaat saavat viettää aikaa yhdessä ja virkistäytyä ja oppia toistensa seurassa yhteisen tekemisen kautta.

Toiminnan jälkeen haluaisimme haastatella lastanne toiminnan toteutumisesta. Pyydämmekin lupaa saada haastatella lastanne sekä nauhoittaa haastattelua litterointia varten. Haastattelu toteutetaan ryhmähaastatteluna muiden osallistuvien lasten kanssa. Haastattelumateriaalia käytämme opinnäytetyössämme ja esitämme sen nimettömänä.

**Annan luvan lapseni haastatteluun sekä haastattelun nauhoitukseen:**

- Kyllä
- Ei

Lisäksi pyydämme lupaa lapsenne valokuvaukseen toimintamme aikana. Kuvauksen tarkoituksena on kerätä havainnollistavaa materiaalia opinnäytetyön esittämistä varten. Kuvia käytetään vain opinnäytetyön esittämisessä opinnäytetyöseminaarissa ja hävitetään sen jälkeen. Kuvia ei julkaista opinnäytetyön kirjallisessa osiossa.

**Annan luvan lapseni kuvaamiseen sekä kuvamateriaalien käyttöön opinnäytetyön esittämisessä:**

- Kyllä
- Ei

---

Lapsen nimi ja huoltajan allekirjoitus

Kiitos yhteistyöstä!

Ystävällisin terveisin,  
Maija Klasila ja Sanni Ylimartimo

## Ryhmähaastattelu lapsille: tukisanat

Liite 2 1(1)

- mielipiteet toiminnasta?
- mukavinta?
- tulisitko uudestaan?
- ideoita ja toiveita?
- mitä muuta?



Ryhmähaastattelu ikäihmisille:

tukisanatLiite 3 1(1)

- aikaisemmat kokemukset?
- mielipiteet toiminnasta?
- mitä hyötyä itselle?
- kehittämisideat?
- mitä muuta?

## Tuolijumppa

Liite 4 1(1)

- liikkeiden välissä ravistelua ja lyhyt tauko
  - toista sarja 2 kertaa
1. jalannosto 30s (toisella kierroksella taputus jalkojen alla)
  2. heijaus 30s
  3. kurotus vastakkaisiin jalkoihin 30s
  4. käsien koukistus (hauiskääntö) ja puristus nyrkkiin 30s
  5. nousu tuolilta 30s
  6. kurotus varpaisiin ja sitten kattoon 30s

## venyttely:

1. ylävartalon kierto istuen
2. kurotus kattoon vuorokäsin
3. niskavenytys
4. olkapäävenytys
5. ranteiden pyöritys + venytys
6. kurotus lattiaan käsillä
7. jalan ojennus suoraksi eteen nilkka koukistettuna
8. jalka syliin, takareisivenytys