
PÄIVÄTOIMINTA IKÄIHMISEN TUKENA JA VOIMAVARANA

Asiakkaiden ja työntekijöiden kokemuksia päivätoiminnan merkityksestä
ja sosiaalisuudesta



Ammattikorkeakoulun opinnäytetyö

Sosiaalialan koulutusohjelma

Hämeenlinna 17.3.2010

Heidi Niemistö

Katja Niemistö

Sosiaalialan koulutusohjelma
Korkeakoulunkatu 3
13100 Hämeenlinna

Työn nimi Päivätoiminta ikäihmisen tukena ja voimavarana

Tekijät Heidi Niemistö ja Katja Niemistö

Ohjaava opettaja Sirkka Rauhaniemi

Hyväksytty 24.3.2010

Hyväksyjä Sirkka Rauhaniemi

LAHDENSIVU

Sosiaalialan koulutusohjelma

Sosiokulttuurinen seniori- ja vanhustyö

Tekijät	Heidi Niemistö ja Katja Niemistö	Vuosi 2010
Työn nimi	Päivätoiminta ikäihmisen tukena ja voimavarana	

TIIVISTELMÄ

Opinnäytetyön aihe syntyi mielenkiinnosta ikäihmisten päivätoimintaa kohtaan. Työn tavoitteena on tuoda esille päivätoimintaa ja sen merkitystä sekä hyötyjä ikäihmisille heidän arjessaan. Opinnäytetyön tutkimus toteutettiin Hämeenlinnan ikäihmisten päivätoimintaryhmissä.

Opinnäytetyössä käytettiin runsaasti erilaisia lähteitä ja teorioita liittyen vanhuuteen, vanhussosiaalityöhön ja päivätoimintaan. Opinnäytetyössä määritellään vanhuuden käsitettä sekä kuvataan vanhuutta elämänvaiheena niin toimintakykyjen kuin ikäihmisten sosiokulttuurisen todellisuuden kautta. Myös sosiaalisen vanhenemisen teoriaa käsitellään tutkimuksen pohjana. Tutkimuksessa selvitettiin, millaisia kokemuksia asiakkailta ja työntekijöillä on päivätoiminnan merkityksestä asiakkaille sosiaalisesta näkökulmasta tarkasteltuna. Tutkimusmenetelminä käytettiin kyselylomaketta ja teemahaastattelua.

Tuloksina saatiin päivätoiminnan kuusi tärkeintä merkitystä, jotka muodostuivat päivätoiminnan ulottuvuuksiksi. Tuloksista kävi ilmi, että päivätoiminta paikkana mahdollistaa ikäihmisille sosiaalisten suhteiden ylläpitoa ja uusien ihmisten tapaamista sekä erilaista tekemistä että virikkeitä arjen rytmittämiseksi ja yksinäisyyden lievittämiseksi. Päivätoiminnalla on ikäihmisten elämänlaatua kokonaisvaltaisesti parantava vaikutus.

Avainsanat Ikäihminen, päivätoiminta, sosiaalinen vanheneminen, vanhussosiaalityö

Sivut 53 s. + liitteet 4 s.

Lahdensivu
Degree Programme in Social Services
Sociocultural Elderly Care

Authors Heidi Niemistö and Katja Niemistö **Year** 2010

Subject of Bachelor's thesis Day Activity as a Support and Resource for the Elderly

ABSTRACT

The subject of the thesis arose from an interest in day activity for elderly people. The intention of this thesis was to highlight the day activity itself and its significance and benefits to the elderly people in their daily life. The research was executed in a few day activity groups in Hämeenlinna.

There are plenty of different sources and theories concerning ageing, social gerontology and day activity used in this thesis. The thesis defines the concept of ageing and describes ageing as a phase of life through functional capacities and sociocultural reality of the elderly. The main theory in this thesis is related to the theory of social ageing. The research clarifies clients' and staff's experiences about the significance of day activity to the clients, viewed from the social aspect. Questionnaire and theme interview were used as research methods.

The results revealed six aspects of day activity that were the most significant and formed the scope of day activity. The results show that day activity is a place where it is possible for elderly people to maintain social relations and meet new people. It also offers different kinds of activities and recreation which give structure to their daily life and relieve loneliness. Day activity has an overall improving effect on the quality of life for elderly people.

Keywords An elderly person, day activity, social ageing, social gerontology

Pages 53 p. + appendices 4 p.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	1
2	VANHUUS.....	2
2.1.	Vanhuus elämänvaiheena.....	3
2.1.1.	Fyysinen toimintakyky.....	5
2.1.2.	Psyykinen toimintakyky.....	5
2.1.3.	Sosiaalinen toimintakyky.....	6
3	VANHUUDEN SOSIAALINEN ULOTTUVUUS.....	6
3.1.	Vanhukset yhteiskunnassa.....	6
3.2.	Vanhukset yhteisöissä ja ympäristöissä.....	8
3.2.1.	Vanhuksen asuinympäristö ja sen merkitys.....	8
3.2.2.	Vanhusten sosiaaliset verkostot ja yhteisöt.....	10
3.3.	Vanhus yksilönä.....	10
3.4.	Sosiaalinen vanheneminen.....	12
3.4.1.	Sosiaalinen vanheneminen ja toiminta.....	13
3.4.2.	Vanheneminen yhteisössä.....	14
4	VANHUSSOSIAALITYÖ.....	16
4.1.	Vanhuspolitiikka ja vanhustyö Suomessa.....	16
4.1.1.	Sosiokulttuurinen työote vanhustyössä.....	17
4.1.2.	Sosiaalipedagoginen työote vanhustyössä.....	18
4.1.3.	Kuntouttava ja ennaltaehkäisevä työote vanhustyössä.....	19
5	IKÄIHMISTEN PÄIVÄTOIMINTA.....	21
5.1.	Päivätoiminnan määrittelyä.....	21
5.2.	Päivätoiminnan merkitys ikäihmisille.....	22
5.2.1.	Sosiaalisuus päivätoiminnassa.....	23
6	VIRKISTYS- JA PÄIVÄTOIMINTA HÄMEENLINNASSA.....	25
7	TUTKIMUS.....	25
7.1.	Aiheen valinta ja tutkimuksen tavoite.....	25
7.2.	Tutkimuksen toteutus ja tutkittavat.....	26
7.3.	Tutkimusotteet.....	27
7.3.1.	Kvantitatiivinen eli määrällinen tutkimusote.....	27
7.3.2.	Kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimusote.....	28
7.3.3.	Tutkimusstrategia ja -metodit.....	29
7.4.	Tutkimustehtävä ja -kysymykset.....	30
7.5.	Aineistonhankinta- ja analyysimenetelmät.....	31
7.5.1.	Strukturoitu kysely.....	31
7.5.2.	Teemahaastattelu.....	32

8	TULOKSET	34
8.1.	Asiakkaiden kokemuksia päivätoiminnan merkityksestä	34
8.2.	Työntekijöiden kokemuksia päivätoiminnan merkityksestä asiakkaille	39
8.3.	Tutkimuksen ja tuloksien luotettavuus ja eettisyys	44
9	JOHTOPÄÄTÖKSET	45
10	POHDINTA.....	48
	LÄHTEET	50

Liite 1	Saatekirje
Liite 2	Kyselylomake
Liite 3	Teemahaastattelunrunko
Liite 4	Teemahaastattelun nauhoituslupa

1 JOHDANTO

Opinnäytetyön aiheena on ikäihmisten päivätoiminta. Opinnäytetyön tarkoituksena on tuoda enemmän esille päivätoiminnan merkitystä ja sen hyötyjä ikäihmisille. Aihe on kiinnostava, koska ikäihmisten päivätoiminnasta ei juuri ole tehty opinnäytetöitä tai muita tutkimuksia eikä siitä löydy juuri mitään tietoa kirjallisuudesta. Tämä mahdollisti myös hienon tilaisuuden tutkia aihetta ja selvittää päivätoiminnan merkitystä sekä sosiaalisuutta ikäihmisille.

Opinnäytetyön teoriassa esitellään vanhuuden erityistä luonnetta elämäntaiheena sekä määritellään vanhuutta eri näkökulmista käsin kuten toimintakykyjen näkökulmasta. Opinnäytetyössä korostuu ikäihmisten sosiokulttuurinen todellisuus ja sosiaalinen vanhenemisen teoria, josta Kari Salonen puhuu väitöskirjassaan, sillä ne selittävät sitä kontekstia, jossa ikäihmiset elävät ja vanhenevat. Sosiokulttuurinen todellisuus kuvaa kaikkia niitä tasoja, joissa ikäihminen elää ja vaikuttaa, sekä niitä merkityksiä, joiden avulla ikäihmiset paikantavat itseään. Sosiaalinen vanheneminen tapahtuu vuorovaikutuksessa näiden tasojen kanssa, mikä määrittää vanhenemista ja vanhana olemista.

Opinnäytetyössä käsitellään paljon vanhusten parissa tehtävää sosiaalityötä sekä itse päivätoimintaa. Vanhussosiaalityö on suorastaan unohdettu vanhustyön medikalisoitumisen myötä, sillä terveydenhuollolla on suuri rooli vanhustyössä. Päivätoiminta on siis ikäihmisten parissa tehtävää vanhussosiaalityötä. Sekä päivätoiminnan että vanhussosiaalityön teorit ovat tärkeä osa tutkimustamme, sillä tutkimus toteutettiin ikäihmisen päivätoimintaryhmissä Hämeenlinnassa. Opinnäytetyössä määritellään päivätoiminnan käsitettä ja kuvailemaan sitä, mitä päivätoiminta on ja mitä se merkitsee ikäihmisille.

Opinnäytetyön tutkimusta lähdettiin toteuttamaan tutkimalla niin päivätoiminnan asiakkaita kuin työntekijöitä. Molempien osapuolien näkökulmat on tuotu esille tutkimuksessa. Tarkoituksena oli selvittää, millaisia kokemuksia niin asiakkailta kuin työntekijöillä on päivätoiminnan merkityksestä asiakkaille sosiaalisesta näkökulmasta tarkasteltuna. Tutkimus tehtiin niin, että päivätoiminnan asiakkaille tehtiin kyselylomake, ja työntekijät haastateltiin teemahaastattelun avulla. Saadut kyselylomakkeiden ja teemahaastatteluiden vastaukset analysoitiin, ja ne koottiin tuloksiksi opinnäytetyön.

Päivätoiminta osoittautui tutkimuksessa merkittäväksi osaksi päivätoiminnan asiakkaiden elämää. Virkistys- ja päivätoimintaa tuotetaan Hämeenlinnassa avopalveluna, mutta sen merkitystä ei usein tiedetä eikä sen vaikutuksia ja hyötyjä asiakkaille ymmärretä. Opinnäytetyön tutkimus on ajankohtainen, sillä yhteiskuntamme väestörakenne on muutoksessa, mikä seurauksena ikäihmisten määrä kasvaa, ja päivätoimintaan avopalveluna tulisi panostaa. Yhteiskuntamme pyrkii tukemaan kotona asumista mahdollisimman pitkään, jolloin päivätoiminta tulisi nähdä yhtenä kotona asumisen tukijana.

2 VANHUUS

Sanasta vanhus tulee useimmiten monille mieleen ikäihminen, joka on mummu tai vaari, eläkkeellä oleva ja ylipäättänsä vanha ihminen. Tässä tapauksessa vanha ihminen mielletään yleensä siis nuoruutensa eläneenä, kumaraselkäisenä ja menneisyyteensä takertuvana höperönä, joka ei ymmärrä kaikkea nykyaikaisesta elämänmenosta. Raija Julkunen (2008, 18–19) toteaa tekstissään Ikä ideana ja tutkimuskohteena vanhuuden olevan kaksijakoinen. Hän kertoo vanhenemisen olevan raihnaantumista, sairauksia, syrjäytymistä, yksinäisyyttä ja elämästä luopumista, mutta toisaalta entisaikoina vanhukset olivat kunnioitettuja heidän viisautensa ja elämäkokemuksiensa vuoksi.

Sosiokulttuurisen vanhustyön näkökulmasta käsin sosionomit huomioivat kokonaisvaltaisesti ikäihmisen omassa kontekstissaan. Sosiokulttuurinen vanhustyö pyrkii edistämään ikäihmisten elämänhallintaa niin, että he selviytyisivät parhaalla mahdollisella tavalla omassa arjessaan, sekä löytäisivät uusia voimavaroja jaksamiseen. Sosionomin tehtävänä on turvata ja ylläpitää tämän näkökulman kautta hyvä ja mielekäs elämä ikääntyneille ihmisille.

Tilastollisesti Suomessa on katsottu vanhuuden alkavan yleisen eläkeiän saavuttamisesta lähtien, jolloin ihminen on noin 65-vuotias. Todellisuudessa keskimääräinen ikä, jolloin ihmiset Suomessa pääsevät eläkkeelle, on noin 59-vuotiaana. Tällöin työelämästä jää myös toimintakykyisiä työntekijöitä eläkkeelle. (Kettunen, Ihalainen & Heikkinen 2000, 175–178.)

Ihmisen elämänkaari on jaettu neljään osaan. Vanhenemisen määrittelyssä käytetään usein kolmatta ja neljättä ikää. Kolmannessa iässä olevat ihmiset irtautuvat työelämästä, jäävät eläkkeelle ja ovat toimintakykyisiä ja aktiivisia omassa elämänhallinnassaan. Nämä eläkeikäiset tulevat toimeen omillaan ja haluavat, että heistä puhuttaisiin mieluummin ikääntyvinä ihmisinä, ikääntyvinä kansalaisina, eläkeläisinä tai senioreina. He eivät halua vielä leimautua vanhuksiksi. Neljännessä iässä olevat ihmiset ovat yli 80-vuotiaita, jotka voivat tarvita toisten ihmisten apua ja tukea pystyäkseen toimimaan yhteiskunnan jäsenenä ja omassa arjessa. Hoidon tarve ja riippuvuus muista ihmisistä kasvaa ikääntyvillä ihmisillä iän ja sen tuomien rajoitteiden, kuten liikuntakyvyttömyyden ja sairauksien myötä. (Kettunen ym. 2000, 175–178.)

Tämä vanhusmääritelmä iän mukaan on periaatteessa laaja. Se käsittää juuri eläkkeelle jääneet ja siitä eteenpäin olevat ikääntyneet ihmiset aina elämänkaaren loppuun asti. Tämä määrittää myös palvelujärjestelmää siten, että jopa eläkkeelle juuri siirtyneet seniorit kuuluvat vanhustyön ja -palveluiden piiriin. Näillä eläkkeelle siirtyneillä ihmisillä on toimintakyky vielä useimmiten niin hyvä, että he ovat aktiivisia eivätkä oikeastaan tarvitse erilaisia hoito- ja hoivapalveluita selviytyäkseen kotona ja omassa arjessa. Täten tulisi vanhushpalveluita ja -työtä kehittää ennaltaehkäisevään

suuntaan. Ennaltaehkäisevällä työllä tuettaisiin ikäihmisten kotona asumista, mutta myös aktiivisuutta ja hyvää toimintakykyä.

Nykyaikana vanhuuden määritelmää tulisi tarkastella laaja-alaisemmin, sillä varsinainen ikä ei määrittele ihmisen toimintakykyä, kuntoa ja jaksamista. Käsitteen määrittely ei tulisi olla niin tarkkaa, ikään pohjautuvaa määrittelyä, vaan ikääntymistä pitää tarkastella fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen iän näkökulmista. Tällöin tarkastellaan ikääntymistä ihmisen elintoimintojen ja kehossa tapahtuvien, mutta myös ylipäättänsä muussa elämässä tapahtuvien muutosten mukaan, sekä näiden molempien yhteistä vaikutusta arjessa selviytymiseen. Esimerkiksi kahdesta samanikäisestä ikäihmisestä toisella voi olla heikompi fyysinen toimintakyky mutta virkeä mieli, kun taas toisella voi olla hyvä fyysinen kunto mutta kärsii muistihäiriöstä.

Ihmiset kokevat vanhuuden eri tavoilla, ja sen merkitys vaihtelee eri oloissa, eri aikoina ja eri yhteiskunnallisissa asemissa oleville miehille ja naisille. Vanhenemiseen vaikuttavat myös ikäihmisen omat elämäntavat, asenteet, päämäärät ja valinnat. Lisäksi vanhenemiseen vaikuttaa myös muut yleiset elämänlaatuun vaikuttavat tekijät, esimerkiksi tulot ja asumisympäristö. Vanhenemiseen siis vaikuttaa ihmisen oma yksilöllisyys kaikkine piirteineen ja muine tekijöineen. (Virnes 2000, 42–45.)

2.1. Vanhuus elämänvaiheena

Vanhuuteen liittyy erilaisia muutoksia omassa elämässä, elinympäristössä, omassa kehossa ja mielessä. Suurin muutos tapahtuu eläkkeelle siirtyessä, jolloin työelämä jää taakse ja yksi ihmisen identiteeteistä eli rooleista katoaa. Muina ikävimpinä puolina vanhenemisessä on useimmiten läheisten menehtymiset ja tunne yksinäisyydestä. Myös erilaiset sairaudet ja fyysisen kunnon heikkeneminen varjostavat ikääntymistä. Vanhuus siis ei todellakaan tule yksin, kuten sanotaan, vaan ikääntyminen on elämänvaiheena hyvinkin luonnollinen niin hyvine kuin huonoine puolineen.

Ihmisen toimintakyky heikkenee ikääntymisen myötä. Ikäihminen tarvitsee toimintakykyä eläkkeeseen täysipainoista elämää, sillä toimintakykyä tarvitaan jokaisella elämän osa-alueella. Itse toimintakyvyllä tarkoitetaan sitä, kuinka hyvin yksilö suoriutuu niin omien odotustensa ja yhteisönsä kuin ympäristön asettamien vaatimusten mukaan. Toimintakykyä on perinteisesti tutkittu varsin kapea-alaisesti arvioimalla fyysistä ja psyykkistä toiminnan tasoa. Yksilöiden kokonaisvaltaisempi ja laaja-alaisempi toimintakyvyn kartoitus on jäänyt vähemmälle huomiolle. (Sulander 2008, 32–34.)

Yleensä vanhuutta elämänvaiheena on tarkasteltu toimintakykyjen kautta, joita on kolme: fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen toimintakyky. Tällöin toimintakyky on rajattu näihin kolmeen näkökulmaan, vaikka laajassa mielessä sillä on tarkoitettu päivittäisistä toiminnoista selviytymistä. Nämä toimintakyvyn eri puolet voidaan käsitteellisesti erottaa toisistaan, vaikka ne ilmenevät jokapäiväisessä toiminnassa yhdessä. Arkielämässä toimintakyky joutuu koetukselle siinä, kuinka ihminen kykenee vastaamaan ym-

päristön asettamiin haasteisiin ja siihen pystyykö ihminen tyydyttämään perustarpeensa, joilla on puolestaan selkeä ja suora vaikutus ihmisen hyvinvointiin, elämisen laatuun, itse toimintakykyyn, onnellisuuteen ja terveyteen. (Koskinen, Aalto, Hakonen & Päivärinta 1998, 100–102; Rissanen 1999.)

Usein unohdetaan toimintakykyä tarkasteltaessa sen kolmas ulottuvuus, sosiaalisuus. Dosentti Tommi Sulander (2008, 32–34) kirjoittaa artikkelissaan, että fyysisen ja psyykkisen toimintakyvyn arvioinnin lisäksi tulisi keskittyä myös siihen, millaisia kontakteja yksilöllä on muihin ihmisiin ja miten hän myös kokee nämä suhteet. Kaikki toimintakyvyn kolme ulottuvuutta muodostavat toimintakyvyn kokonaisuuden, jonka arviointi puolestaan on tärkeää esimerkiksi kotona asumisen tukemiseksi. Artikkelissa on esitelty uusi Ikäinstituutin projekti, jossa kehitellään laaja-alaisen toimintakyvyn arvioinnin pohjaksi keinoja ja lisäksi arvioidaan sitä, kuinka ikääntynyt selviää todella arjessaan kotona ja kodin ulkopuolella. Projektin nimi on Vanhuksen koti keskellä kaupunkia. Sulander (2008, 32–34) toteaa, että vanhuksen selviytymistä kotona pitää arvioida myös sosiaalisten suhteiden ja kodin ulkopuolisen ympäristön toimivuuden kannalta.

Sulander (2008, 32–34) mainitsee ikäihmisen sosiaalisuuden tutkimisen tärkeäksi osaksi kokonaisvaltaista toimintakykyä, jolloin siis arvioidaan sitä, miten ikäihminen selviytyy arjessa eli miten hän kokee ympäristönsä ja miten hän pystyy siinä elämään ja toimimaan. Keskeistä laaja-alaisen toimintakyvyn arvioinnissa ovat siis ikääntyvän ihmisen omat voimavarat sekä häntä motivoivat tekijät. On siis tärkeää arvioida yksilön omaa osaaamista, osallisuutta, halua, kykyä, velvollisuuksia, pystymistä, voimista ja tuntemistakin. Kaiken lisäksi on myös tärkeää kysyä vanhuksen omaa mielipidettä siitä, miten hän haluaa kehittää niitä toimintoja ja prosesseja, jotka auttavat häntä selviytymään paremmin niin kotona kuin lähiympäristössä. Nämä toiminnot ja prosessit voivat olla esimerkiksi erilaiset kuntoutuksen muodot, apuvälineet, asunnon muutostyöt tai muut sellaiset toiminnot, jotka auttavat ikäihmisen selviytymistä arjestaan. Kaikkien näiden arviointien pohjalta tulee rakentaa toimiva, yksilöllinen palveluohjelma, joka tukee kokemusta elämän tarkoituksellisuudesta ja mielekkyydestä sekä edistää elämänlaatua ja ehkäisee syrjäytymistä, masentuneisuutta ja yksinäisyyttä.

Tarkastelemme vielä opinnäytetyön kannalta erikseen toimintakyvyn eri ulottuvuudet, jotka selkeyttävät paremmin sitä, miten kokonaisvaltaisen ja laaja-alaisen toimintakyvyn arviointi muodostuu. Näiden ulottuvuuksien määritelmät auttavat jäsentämään laaja-alaisen toimintakyvyn ominaisuudet arvioitaessa ikäihmisten elämänhallintaa ja selviytymistä arjessa. Vaikka määritelmät kuvastavatkin toimintakyvyn ulottuvuuksien ominaisuudet, kulkevat ne käsikkäin toistensa kanssa. Esimerkiksi fyysisillä rajoituksilla on vaikutusta psyykkiseen toimintakykyyn ja hyvinvointiin ja lisäksi sosiaaliseen kanssakäymiseen ja päinvastoin. Tällöin tulisi tarkastella toimintakykyä kokonaisvaltaisesti, sillä esimerkiksi sosiaalinen asema, koulutus, elämänkulun aikana kohdatut kehitystehtävät ja elämäkokemukset ovat perittyjen ominaisuuksien ohella tärkeitä toimintakykyyn vaikuttavia tekijöitä.

2.1.1. Fyysinen toimintakyky

Fyysisen toimintakyvyn muutokset ovat riippuvaisia biologisista vanhenemisprosesseista. Vanhenemisen seuraukset ovat nähtävillä selvemmin fyysisellä alueella. Fyysisellä toimintakyvyllä puhuttaessa viitataan eri elinten ja elinjärjestelmien suorituskykyyn sekä fyysiseen kuntoon, esimerkiksi hengitys- ja verenkiertoelimistön tai tuki- ja liikuntaelimestön kuntoon. Fyysisellä toimintakyvyllä voidaan tarkoittaa myös kykyä selviytyä fyysistä ponnistelua edellyttävistä tehtävistä ja sille asetetuista tavoitteista. (Koskinen ym. 1998, 100; Rissanen 1999.)

Vanhenemisen myötä erilaiset fyysiset muutokset näkyvät kehon ja liikumisen rajoittumisina ja vajavaisuuksina. Iän karttuessa erilaiset sairaudet, keholliset ja toiminnalliset muutokset yleistyvät. Esimerkiksi Parkinsonin tauti, osteoporoosi, murtumat kaatumisien myötä, luuston kulumat muun muassa selän nikamissa ja lonkassa sekä tasapainon heikentyminen ovat fyysisiä muutoksia, joita ikäihmiset kohtaavat arjessaan. Näitä fyysisiä ja ruumiillisia heikentymiä ja muutoksia pyritään kuntouttamaan, tai vähintään ylläpitämään jäljellä oleva fyysisen toimintakyvyn taso. Fyysisen toimintakyvyn tasoa ylläpidetään muun muassa erilaisten kuntouttavien toimintojen, kuten fysioterapian ja hierontojen avulla, sekä erilaisten apuvälineiden ja toimintaterapian avulla.

2.1.2. Psykkinen toimintakyky

Psykkinen toimintakyky on käsitteenä monitahoinen. Psykkistä toimintakykyä voidaan tarkastella useasta näkökulmasta, joita ovat psykofysiologiset toiminnot, kognitiiviset prosessit, sosioemotionaaliset tekijät, psykkinen hyvinvointi, selviytymiskeinot ja luovuus. Psykkistä toimintakykyä voidaan tarkastella kognitiivisesta näkökulmasta, jolloin tarkastellaan ihmisen oppimista, muistia, älykkyyttä, luovuutta ja persoonallisuuden ominaisuuksia. Lisäksi usein näihin liitetään myös psykomotoriset toiminnot, psykkinen hyvinvointi ja mielenterveys. Tarkasteltaessa puolestaan persoonallisuuden näkökulmasta psykkinen toimintakykyä, tulee keskeiseksi tarkastelun kohteeksi ihmisen minäkäsitys. Ihmisen minäkäsitykseen liittyy tiedostaminen itsestä, emootioista, asenteista, itsearvostuksesta sekä itsensä hyväksymisestä. Ihminen tarvitsee itseluottamusta, jotta voisi hyväksyä itsensä, sillä epävarmuus omista kyvyistä johtaa puolestaan ahdistuneisuuteen ja avuttomuuteen sekä voi lamaannuttaa ihmisen jopa toimintakyvyttömäksi pahimmassa tapauksessa. (Rissanen 1999.)

Ikääntymisen myötä psykkinen toimintakyky saattaa heiketä, jolloin se näkyy ikäihmisessä muun muassa erilaisina muistihäiriöinä tai mielen taantumisena. Yleisimmät psykkinen toimintakykyä rajoittavia sairauksia ovat dementia ja Alzheimer. Muita tekijöitä, jotka voivat vaikuttaa psykkinen toimintakykyyn, ovat erilaiset mielenterveydelliset ongelmat kuten masennus ja taantuminen passiivisemmaksi.

2.1.3. Sosiaalinen toimintakyky

Sosiaalinen toimintakyky käsitteenä on vaikeasti määriteltävissä sen moniulotteisuuden vuoksi. Sosiaalinen toimintakyky tarkoittaa ihmisen edellytyksiä suoriutua elämässä toisten ihmisten kanssa, perheessä, työ- ja muissa yhteisöissä sekä koko yhteiskunnassa. Sosiaalinen toimintakyky ilmaisee siis sitä, miten ihminen suoriutuu sosiaalisista rooleistaan ja kyvystä toimia yhteisöjen ja yhteiskunnan jäsenenä. Tämä edellyttää toteutukseen fyysistä ja psyykkistä toimintakykyä. Ihmisen ajatellaan olevan aktiivinen toimija ja osallistuja niin yhteisöissään kuin yhteiskunnassa. Lisäksi sosiaalinen toimintakyky sisältää ihmisen oman vuorovaikutuksellisen ulottuvuuden, eli ihmisen vuorovaikutussuhteet, sosiaalisen kanssakäymisen, roolit, käyttäytymisen ja itsensä hahmottamisen suhteessa ympäristöön. (Rissanen 1999.)

Vanheneminen on kuitenkin sellainen elämänvaihe, jolloin ihmisen sosiaalista toimintakykyä koetellaan eri tavoin. Ensinnäkin työyhteisö on suurin sosiaalinen verkosto, josta seniori-ikäinen luopuu jäädessään eläkkeelle. Ikääntyessä myös sosiaaliset suhteet läheisiin ihmisiin muuttuvat. Sosiaalinen toimintakyky heikkenee muun muassa siksi, että sosiaaliset suhteet vähenevät niin fyysisen ja psyykkisen jaksamisen heikentyessä mutta myös ikäihmisen sosiaalisen verkoston kaventuessa, sillä monet omaiset saattavat asua muualla ja monista ystävyysuhteista joutuu luopumaan muun muassa läheisten kuollessa.

3 VANHUUDEN SOSIAALINEN ULOTTUVUUS

3.1. Vanhukset yhteiskunnassa

Vanhukset ovat eräs syrjäytyvä ryhmä yhteiskunnassamme. Muuttuvat olosuhteet, esimerkiksi teknistyneempi yhteiskunta, ja poliittiset päätökset altistavat vanhukset syrjäytymiselle. Vanhuksien asema on muuttunut nykyisessä yhteiskunnassa ihmisten asenteiden myötä. Vallitseva asenne on leimannut vanhukset yhteiskunnan taakaksi ja ”hoitokuormaksi”. Tällainen ajattelu vain kasvattaa yksinäisyyden ja avuttomuuden tunnetta. (Tuominen 2006, 4–6.)

Onnistuneesti vanhenevan yhteiskunnan tulisi muuttaa käsityksiään, ideoituaan ja arvostuksiaan vanhuksia kohtaan muuttaakseen negatiivisen leiman positiiviseksi. Onnistuneesti vanhenevan yhteiskunnan tulisi luoda sukupolvien ja eri ikäryhmien välille tasa-arvoa ja tasapainoa. Yhteiskunnallinen asenne asettaa vanhukset yhteiskunnan ulkopuolelle, mikä luo vanhusten syrjäytymistä ja yksinäisyyttä, kuten edelle jo todettiin. (Marin 2003b, 95–100.) Nykyisessä vanhustyössä on otettava huomioon ikäsyrjinnän estäminen, ja pyrittävä parantamaan vanhusten asemaa, jotta hyvä ja mielekäs elämä olisi mahdollista. Yhteiskunnallinen osallistaminen vahvistaisi vanhusten identiteettiä ja täten vähentäisi yksinäisyyden ja marnuksen riskiä.

Julkunen (2008, 26–27) toteaa ihmisten eliniän pitenemisen haasteena tai ongelmana modernin yhteiskunnan rakenteille. Näihin tulisi etsiä ratkaisuja Julkusen mielestä, sillä ikääntyminen kasvattaa sosiaalimenoja nyky-yhteiskunnassa horjuttaen julkisen talouden rahoitusperustaa. Tämä tarkoittaa sitä, että väestömme ikääntyy ja ikääntyvien ihmisten määrä lisääntyy yhteiskunnassamme. Yhteiskunnan tulee vastata tähän haasteeseen lisäämällä nykyisten palveluiden määrää. Nykyisessä yhteiskunnassamme on pyritty vastaamaan tähän ikääntyvien ihmisten määrän kasvuun muun muassa nostamalla työllisyysastetta ja pidentämällä työelämässä olemisen aikaa eli nostamalla eläkeikää. Kuitenkin tämä tuo mukanaan haasteen työtä tekevien työssä jaksamiselle ja muulle työhyvinvoinnille. Ikääntyvien määrän kasvu asettaa haasteen myös hoito- ja hoivapalveluille, jolloin tulee panostaa näiden ihmisten toimintakykyisyyden ja omatoimisuuden säilyttämiseen mahdollisimman pitkään.

Koska nykyinen ikäkäsitys näkee ikääntymisen riippuvuutena, taantumisenä ja taloudellisena kuormana, on sitä pyritty muuttamaan myönteisemmäksi. Julkunen (2008, 27–30) käyttää onnistuneesti vanhenevan yhteiskunnan rinnalla käsitettä aktiivinen ikääntyminen, joka korostaa toimintakyvyn, vireyden ja elämässä kiinnipysymisen tunteen säilyttämistä mahdollisimman pitkään. Ennen näiden ikäihmisten aktiivisuutta määrittä ansiotyö, joka on tärkein osallisuuden muoto yhä. Kuitenkin aktiivisen ikääntymisen käsite haluaa korostaa aktiivisuuden muitakin muotoja kattaen kaikki vanhenevat ihmiset, ei vain seniori-ikäiset. Julkunen (2008, 27) kirjoittaa: ”Aktiivisen ikääntymisen tulisi sisältää ehkäisevä näkökulma, ja tämän vuoksi sen tulisi kattaa kaiken ikäiset, niin että elämänsä ehkäisisi sairauksia ja työkyvyttömyyttä ja pitäisi yllä taitoja, osaamista ja henkistä notkeutta.” Hänen mukaansa aktiivisen ikääntymisen tulisi olla voimaannuttavaa ja osallistavaa sekä yhteisöllisyyteen perustuvaa aktiivisuutta.

Vanhukset pyrkivät olemaan aktiivisesti osa yhteiskuntaa monin eri keinoin. Yhteiskunta pyrkii tarjoamaan erilaisin palvelumuodoin ikäihmisille mahdollisuuden sosiaaliseen vuorovaikutukseen ja tukemaan heidän aktiivisuuttaan esimerkiksi päivätoiminnan, erilaisten kerhojen ja vapaaehtoistoiminnan avulla. Tämä ei kuitenkaan ole mahdollista kaikille ikäihmisille, sillä jotkut ikäihmiset eivät kykene osallistumaan näihin järjestettäviin toimintoihin niin kuin haluaisivat. Heillä saattaa olla erilaisia rajoittavia tekijöitä ikääntymisen vuoksi, jolloin yhteiskunnan panos ikäihmisten sosiaaliseen vuorovaikutukseen kaventuvat ja jäävät muun muassa laitoshoidon ja kotipalvelun henkilöstön varaan, mikäli ikäihminen on näiden palveluiden piirissä.

Ikäihmisten osallisuuteen ja sosiaaliseen vuorovaikutukseen heikentävästi vaikuttavat tekijät, kuten jaksaminen, toimintakyvyn heikkeneminen, erilaiset taudit ja mielenterveydelliset ongelmat, asettavat haasteensa yhteiskunnalle, ja sen palvelurakenteelle. Ikäihmisten osallistamisen avulla pyritään myös estämään ikäihmistä syrjäytymistä yhteiskunnan ulkopuolelle. Osallistamisen tarkoituksena on luoda ikäihmisille tunnetta heidän tärkeydestään sekä tarjota mahdollisuus merkitykselliseen elämään. Marjatta Marin (2003b, 96) toteaa tekstissään, että onnistuneesti ikääntyvässä yh-

teiskunnassa kaiken ikäisillä on mahdollisuus näkyä, toimia ja vaikuttaa, jolloin yhteiskunta näyttäytyisi hyvänä toimintakenttänä.

Yhteiskunnan tulisi tehdä poliittisia päätöksiä, jotka tukevat vanhuksia eivätkä leimaa heitä. Asenteiden muutokset ja vanhuksia tukevat yhteiskunnalliset päätökset tulisivat näkyä vanhustyössä. Esimerkiksi hoiva- ja hoitopalveluiden työntekijöillä on usein niin paljon töitä, ettei sosiaaliselle kanssakäymiselle ja erilaisille aktiivisille toiminnoille jää tarpeeksi aikaa. Tällöin ikäihminen usein syrjäytyy omasta elämästään ja arjen rutiineistaan, jotka ovat aiemmin ylläpitäneet hänen kokonaisvaltaista toimintakykyä virkeänä. Yhteiskunnassamme tulisi tehdä siis sellaisia poliittisia päätöksiä, jotka huomioisivat ikäihmisten yksilölliset tarpeet mahdollisimman laaja-alaisesti.

3.2. Vanhukset yhteisöissä ja ympäristöissä

Yhteisöllä on tärkeä merkitys vanhuksen elämässä, sillä yhteisö luo tunnetta kuuluvuudesta johonkin ryhmään, jossa häntä arvostetaan ja tarvitaan. Yhteisössä ikäihminen voi saada sosiaalisia verkostoja ja yhteisyyttä, joiden välillä jaetaan kokemuksia sekä tärkeitä asioita ja tietoja. Näissä yhteisöissä voidaan luoda lujia ystävyysuhteita. Ikäihmiset kuuluvat moniin yhteisöihin, jotka ovat rakentuneet heidän elämänsä kuluessa. Yhteisöjä on monenlaisia, ja ne muodostuvat aina johonkin ympäristöön. Näitä ympäristöjä luonnehtii usein niihin liittyvät kollektiiviset eli yhteisölliset, sosiaaliset sekä yksilölliset merkitykset. Marjatta Marin (2003a, 35–41) toteaa tekstissään, että elämän merkitykset tiivistyvät tiloihin ja paikkoihin liittyvissä muistoissa. Näillä merkityksillä on yhteisöllinen, kulttuurillinen ja historiallinen luonne. Marin kutsuu tätä sosiokulttuurisen tilan käsitteellä, jossa ihminen paikantaa itseään sekä paikan, ajan että eri toimijoiden suhteen. Näitä toimijoita voivat olla niin esineet kuin ihmiset.

3.2.1. Vanhuksen asuinympäristö ja sen merkitys

Merkittävin ympäristö vanhuksen elämässä on hänen asuinympäristönsä. Tutun asuinympäristön säilyminen on suuri voimavara vanhuksen elämässä. Se tarjoaa vanhukselle tunnetta turvallisuudesta ja pysyvyydestä. Vanhuksen on helppo toimia ja olla osallisena tuntemassaan elinympäristössä. Tämä edistää vireyttä, omatoimisuutta ja jaksamista. (Koskinen ym. 1998, 213–214.) Vanhuus tuo mukanaan menetyksiä vanhuksen sosiaalisessa verkostossa, jolloin oman elinympäristön merkitys muuttuu entistä tärkeämmäksi. Asuinympäristö muistoinen ja erilaisine mielikuvineen antaa vanhukselle voimaa arkeen samanaikaisesti vahvistaen hänen identiteettiään.

Kari Salonen (2007) kuvaa väitöskirjassaan Graham D. Rowlesin näkemystä vanhuuden asuin- ja elinympäristöjen kolmesta ulottuvuudesta ja niiden merkityksestä ikäihmisille. Ensimmäinen ulottuvuus on fyysisyys, joka liittyy asuinpaikan ja -ympäristön fyysisiin tunnuspiirteisiin sekä niissä toimimiseen. Toinen ulottuvuus on sosiaalisuus, joka koostuu sosiaalisista suhteista ja verkostoista. Tähän ulottuvuuteen kuuluu myös halu säi-

lyttää tutut käytännöt ja sosiaalinen pääoma eli sellaiset sosiaaliset piirteet, jotka muun muassa pitävät yllä yhteisöllisyyttä, ihmisten keskinäistä kanssakäymistä ja vuorovaikutusta sekä keskinäistä luottamusta. Kolmantena ulottuvuutena on omaelämäkerrallisuus, jonka mukaan ikääntyneet ihmiset ovat osa paikkoja, ympäristöä ja näiden muutosta, ja nämä luovat, muokkaavat ja vahvistavat vanhuksen omaa sosiaalista identiteettiä. (Salonen 2007, 47–48.)

Kari Salonen (2007, 48–49) mainitsee, että vanhuksen koti kiinnittyy asuin- ja elinympäristöihin merkittävällä tavalla. Koti ja sen sidonnaisuus asuin- ja elinympäristöön on ikäihmiselle henkilökohtainen, kokemuksellinen, tunnesidonnainen ja jokapäiväistä elämää jäsentävä. Asuin- ja elinympäristö eli kotipaikka hahmottuvat ikääntyneiden ihmisten elämässä kokemuksina, elettyinä sijainteina ja paikkaan kuulumisen tunteina sekä peileinä, joiden avulla voi muistella ja nähdä menneisyyteen. Tällöin asuin- ja elinympäristö muodostavat vanhuksen sosiokulttuurisen elämisen kontekstin eli sosiokulttuurisen todellisuuden yhdessä yhteiskunnallisten vaikutteiden ja yksilöllisten piirteiden kanssa.

Ihminen luo omasta asuinympäristöstään tärkeän toiminta-alueen, jossa hänellä on omat vaikuttamisen- ja osallistumisen tavat. Myös ikääntynyt ihminen toimii aktiivisesti omassa asuinympäristössään ja pyrkii vaikuttamaan ja osallistumaan omien kykyjensä mukaisesti. Asuinympäristö integroi sosiaalisesti ikääntyviä ihmisiä. Asuinympäristö tarjoaa mahdollisuuden kehittää ja lujittaa sosiaalisia verkostoja. Asuinympäristössä voi taten syntyä yhteisöllisyyttä, mikä luo osaltaan turvaa ikäihmisille. Asuinympäristön yhteisöllisyys auttaa iäkkäimpiä ihmisiä myös selviytymään omatoimisesti arjessa samalla parantaen psyykkistä hyvinvointia ja mielen virkeyttä. (Koskinen ym. 1998, 214.)

Iäkkäät ihmiset muokkaavat asuinympäristöään niin, että elämänhallinta ja arjessa selviytyminen lisääntyy ja alentuneen toimintakyvyn vaikutukset arjessa vähenevät. Ikäihmiset pyrkivät sopeuttamaan oman toimintakykynsä asuinympäristöönsä sopivaksi luoden uusia keinoja ja selviytymistapoja vanhojen tilalle. (Koskinen ym. 1998, 214–215.) Tutussa ympäristössä ja kotona asumista voivat kuitenkin vaikeuttaa erilaiset tekijät. Esimerkiksi fyysisen toimintakyvyn heikkeneminen, sosiaalisen verkoston puuttuminen tai avuntarpeen niukka saaminen estävät vanhuksen aktiivista toimintaa oman arkensa parantamiseksi ja sen säilyttämiseksi.

Kun asuminen tutussa asuinympäristössä ei enää ole mahdollista, tulee löytää uusia vaihtoehtoja arjessa selviytymiseen. Vaihtoehtoja voivat olla muun muassa erilaisten kotiin annettavien palveluiden lisääminen, palveluasuminen tai siirtyminen pitkäaikaishoitoon. Oman kodin lisäksi ikäihmisillä voi asuinympäristöinä olla jokin heille suunnattu yksikkö, laitos tai vanhainkoti, mahdollisesti myös terveyskeskukset tai sairaalat, mutta myös erilaiset palvelutalot ja dementiakodit. Asuinympäristön muuttuessa, tulee rakentaa silta menneisyyden ja nykyisyyden välille, jotta uusi asuinympäristö saisi emotionaalisen merkityksensä sekä tuntuisi kodikkaamalta, turvalliselta ja niin tutulta kuin entinen koti.

3.2.2. Vanhusten sosiaaliset verkostot ja yhteisöt

Sosiaalinen verkosto ja ympärillä olevat luotettavat ihmiset voivat luoda turvallisuuden tunnetta sekä lieventää ja ehkäistä vanhuksen kokemaa yksinäisyyttä. Yhteisöllisyydestä vanhukset saavat voimavaroja jaksamaan arjessaan, ja jopa asumaan muun muassa omassa kodissaan mahdollisimman pitkään. Yhteisöllisyyden ja läheisyyden tuntemisessa tärkeimpiä tekijöitä vanhuksille ovat lähisukulaiset. Yleensä vanhuksen omat lapset ovat ensisijaisia tukijoita ja huolehtijoita. Myös vanhuksen omat sisarukset ja ystävät ovat merkittävässä asemassa, sillä heidän taustalta löytyy yhteisiä kokemuksia, kiinnostuksen kohteita ja muistoja. (Koskinen ym. 1998, 129–130; Tiikkainen 2006, 9–11.) Ihmisten kohtaaminen ja vuorovaikutus esimerkiksi päivätoiminnan piirissä auttaa pitämään kiinni sosiaalisista suhteista ja samalla vanhuksilla on mahdollisuus saada tukea toisiltaan, samassa elämänkaaren vaiheessa olevilta ihmisiltä, eli niin sanottua vertaistukea. Sosiaaliset suhteet auttavat vanhusta jaksamaan arjessa ja pitämään mielialaa korkealla.

Vanhukset, kuten kaikki muutkin ihmiset, kaipaavat ympärilleen läheisiä ihmisiä, joihin voi luottaa ja joiden puoleen voi kääntyä niin ikävissä kuin hyvissä asioissa. Turvattomuuden tunne lisää yksinäisyyden tunnetta, ja avun saaminen luotettavalta sukulaiselta tai ystävältä onkin erittäin tärkeää vanhuksille. Jokainen ihminen tarvitsee ihmissuhteita, jotka tyydyttävät läheisyyden ja rakkauden tunnetta, ja jossa ihminen kokee olevansa arvostettu. Tällaiset yhteisöt ja sosiaaliset verkostot ovat tärkeitä myös huolien jakamisen ja kokemusten vaihtamisen vuoksi.

3.3. Vanhus yksilönä

Vanhukset ovat yksilöitä, omia persooniaan. Osa vanhuksista on luonteeltaan erittäin aktiivisesti osallistuvia kaikenlaiseen toimintaan, kun taas jotkut vanhuksista haluavat olla mieluiten omissa oloissaan, läheisten ympäröimänä. Aktiivisuuteen ja osallistumiseen vaikuttavat persoonallisuuden lisäksi kuitenkin monta eri tekijää, kuten fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen toimintakyky. Tuija Elorannan ja Tiina Punkasen (2008, 9–10) mukaan ihmisen terveyden ja toimintakyvyn muodostumiseen vaikuttaa muun muassa elämäntavat, elinolot ja perinnölliset tekijät. Nämä kaikki tekijät määrittävät sen, kuinka aktiivinen ihminen on iäkkäämpänä ja millainen motivaatio ja halu hänellä on toimia ja osallistua ympäröiviin yhteisöihinsä ja yhteiskuntaan. Ihmisen persoonallisuus ei useinkaan muutu hänen ikääntyessään. Esimerkiksi aktiivinen ihminen on usein iäkkäänäkin aktiivinen, ellei aktiivisuuden mahdollisuutta estä jokin vakavampi tekijä. Myös arvot ja asenteet pysyvät suhteellisen samanlaisina ihmisen koko elämän ajan, vaikka eri sukupolvien välillä olisikin eroja.

Vaikka vanhukset haluavat olla aktiivisesti osa yhteiskuntaa, yhteisöjä ja pyrkivät osallistumaan erilaisiin aktiviteetteihin, voi osallistumista rajoittaa kuitenkin puutteellinen toimintakyky. Ikääntymisen myötä muun muassa fyysinen kunto heikkenee. Puutteellinen toimintakyky kaventaa van-

husten elinympäristöä, ja liikkuminen paikasta toiseen muuttuu täten hauskammaksi. Kunnan heikkeneminen vähentää jaksamista, mikä puolestaan vähentää vanhuksen mahdollisuuksia ylläpitää ihmissuhteitaan yhä enemmän. Erilaiset menot vähenevät ja vanhus jää näin ollen pienentyneeseen asuinympäristöönsä, esimerkiksi omaan kotiinsa, vanhainkotiin tai palvelutaloon.

Vanhuksen mielen virkeyttä ja elämän mielekkyyttä lisää hyvän fyysisen kunnan lisäksi hyvä psyykinen toimintakyky. Vanhuusikää tosin leimaa niin yksinäisyys kuin siihen liittyvä masennus. Ne yhdessä huonon fyysisen toimintakyvyn kanssa heikentävät vanhusten mielenterveyttä, koska ne lisäävät vanhusten tunteita avuttomuudesta ja turvattomuudesta. Yleinen ajatus, joka vallitsee nykyajan yhteiskunnassamme, on se, että näitä vanhuksien mielenterveydelle haitaksi olevia tekijöitä pidetään suorastaan vanhuksille tarkoitettuina, itsestään selvyyksinä ja elämänkaaren tuomina asioina. Tämän vuoksi ongelmat jäävät yleensä havaitsematta. Psyykkistä toimintakykyä heikentävät myös muistihäiriöt ja dementia, joita pidetään myös vanhuuteen kuuluvina asioina.

Sosiaaliseen toimintakykyyn vaikuttavat vanhuksen sosiaaliset suhteet. Hyvä sosiaalinen verkosto parantaa vanhuksien kokonaistoimintakykyä. Vanhuksille on järjestetty kaikenlaista toimintaa, muun muassa kerhotoimintaa, retkiä, opiskelua, liikuntaa, teatterissa ja konserteissa käyntiä sekä muuta erilaista kulttuurista tarjontaa. Sosiaalinen kanssakäyminen tosin vaikeutuu heikentyvän toimintakyvyn myötä.

Puutteelliset ihmissuhteet ja niiden huono laatu aiheuttavat niin sanottua sosiaalista yksinäisyyttä, jonka tärkeiksi ehkäisijöiksi muodostuvat sellaiset vuorovaikutussuhteet, jotka mahdollistavat molemminpuolisen kanssakäymisen luoden samalla läheisyyden ja turvallisuuden tunnetta. Vaikka vanhuksella olisikin tyydyttäviä ihmissuhteita ja sosiaalista verkostoa ympärillään, voi hän tuntea niin sanottua emotionaalista yksinäisyyttä. Yksinäisyyden taustalla useimmiten on puolison tai muiden läheisten ystävien menettämistä johtuva suru ja muut vanhuuteen liittyvät muutokset, kuten sairastuminen. Emotionaalisesta yksinäisyydestä kärsivät eivät välttämättä halua osallistua ryhmätoimintoihin tai voivat muutenkin olla haluttomia pitämään sosiaalisia suhteita yllä. He syrjäytyvät ja vetäytyvät mieluummin omiin oloihin. (Tiikkainen 2006, 9–11.)

Elämänlaatu vaihtelee yksilöllisesti. Monet ikääntyneet ihmiset peilaavat omaa elämänlaatuaan niin yksilöllisesti kuin omaan kulttuurihistorialliseen kontekstiin. Jokainen ihminen pitää elämänsä yhtenä laatukriteerinä terveyttä, josta ikääntynyt ihminen joutuu useimmiten luopumaan. Tällöin muun muassa erilaiset palvelut ja niiden saatavuus, turvallisuus sekä läheisten ihmisten merkitys korostuu. Suurin osa nykyisistä ikäihmisistä on elänyt sota- ja pula-ajan, ja nykyisin heille riittää oma koti, perhe ja turvattu toimeentulo. (Eloranta & Punkanen 2008, 33.) Nykyiset ikäihmiset ovat tottuneet elämään vaatimattomasti eivätkä siten osaa vaatia, kuten tulevaisuuden ikääntyvät sukupolvet. Nykyiset seniori-ikäiset ja juuri eläkkeelle jääneet hahmottavat ja ymmärtävät palvelujärjestelmää paremmin ja osaa siten vaatia heille kuuluvia ja sopivia palveluja.

3.4. Sosiaalinen vanheneminen

Vanhuuden sosiaalinen näkökulma on merkitykseltään moninainen ja tulkinnallinen. Tämä näkökulma sisältää osa-alueita koko inhimillisestä elämästä liittyen niin yksilöä koskeviin kuin koko yhteiskuntaa ja sen toimintaa määrittäviin tekijöihin. Vanhuuden sosiaalinen ulottuvuus eli sosiaalinen vanheneminen muotoutuu siis vuorovaikutussuhteissa niin fyysisen ja psyykkisen vanhenemisen kuin myös eri yhteisöjen, yhteiskunnan ja itse toiminnan kanssa. Jyrki Jyrkämä (2005, 275–276) määrittää kolme näkökulmaa sosiaaliselle vanhenemiselle. Ensiksi sosiaalisen ulottuvuuden liittäminen vanhenemiseen tarkoittaa sitä, että ihmiset vanhenevat aina tietystä yhteiskunnassa, joten he ovat eri ryhmien ja yhteisöjen jäseniä. Nämä ryhmät ja yhteisöt ovat taasen yhteiskunnallisia toimijoita ja erilaisten instituutioiden ylläpitäjiä ja uudistajia. Yhteiskunnan eri osa-alueet määrittävät sosiaalista vanhenemista ja vanhana olemista. Nämä määrittävät tekijät vaihtelevat sen mukaan, millainen yhteiskunnallinen ja historiallinen tilanne kulloinkin vallitsee.

Jyrkämän toinen näkemys vanhenemisen sosiaaliseen näkökulmaan on se, että yksilön sosiaalinen ympäristö ja yhteiskunta ovat jatkuvassa muutoksessa. Poiketen fyysisestä ja psyykkisestä vanhenemisestä, sosiaaliseen vanhenemiseen vaikuttavat inhimillisen elämän ja yhteiskunnan katkos- ja murroskohdat. (Jyrkämä 2005, 276.) Nämä kohdat muuttavat laadullisesti ihmisen asemaa, tehtäviä ja rooleja elämänsä aikana. Nämä inhimillisen elämän ja yhteiskunnan katkos- ja murroskohdat vaikuttavat sosiaaliseen vanhenemiseen välittömästi sitä heikentäen. Katkos- ja murroskohdat voivat kuitenkin vaikuttaa välillisesti myös fyysiseen ja psyykkiseen vanhenemiseen. Esimerkiksi leskeksi jääminen katkaisee välittömästi yhden tärkeän suhteen ja roolin ikäihmisen elämässä. Tällöin tämä menetys saattaa vaikuttaa niin fyysiseen kuin psyykkiseen toimintakykyyn muuttaen yhteisiä arkirutiineja ja luoden yksinäisyyttä ja masennusta.

Se, miten inhimillisen elämän ja yhteiskunnan katkos- ja murroskohdat vaikuttavat välittömästi ja välillisesti vanhenemiseen, määräytyy yksilön elämäntilanteen kautta. Elämäntilanne voidaan nähdä ulkoisena ja sisäisenä elämäntilanteena. Ulkoista elämäntilannetta on se, kuinka ihminen pystyy ohjaamaan omaa elämäänsä. Sisäinen elämäntilanne merkitsee ihmisen sopeutumiskykyä tilanteisiin, joihin hän ei ole itse pystynyt vaikuttamaan. Sopeutumiskykyä vaaditaan siis tilanteissa, jotka muuttavat tai vaikuttavat erilaisella ja uudella tavalla yksilön elämäntilanteeseen. Tätä sopeutumiskykyä on opittu lapsuudesta lähtien. Sekä ulkoinen että sisäinen elämäntilanne muodostuu yksilöllisesti koko elämän ajan, eli molempia elämäntilanteiden alueita voi opetella yksilöllisesti. Inhimillinen elämä ja yhteiskunta jakavat ja vaihtelevat ihmisen elämäntilannetta, ja siten ohjaa myös osaltaan biologista ja psyykkistä vanhenemista. (Salonen 2007, 37.)

Kolmas Jyrkämän (2005, 277) näkökulma sosiaaliseen vanhenemiseen on ihmisen näkeminen subjektina ja aktiivisena toimijana eikä vain passiivisena objektina. Sosiaalisuus ei merkitse edellisten näkökulmien pohjalta sitä, että sosiaalisuus olisi vain ihmisen ominaispiirre, vaan näkökulmat

korostavat ihmisen ja yhteiskunnan välisiä vuorovaikutussuhteita. Jyrkämän mukaan siis sosiaalinen vanheneminen on ikäihmisen ja häntä ympäröivän sosiaalisten ryhmien ja yhteisöjen välistä vuorovaikutusta.

Jyrki Jyrkämä (2005, 275–279) toteaa sosiaalisen vanhenemisen tarkoittavan muutosprosessia ikääntyvän ihmisen ja yhteiskunnan, eli yksilön ja häntä ympäröivän sosiaalisen ympäristön välillä. Tämä on monitasoinen tapahtuma- ja ilmiökokonaisuus, jossa erilaiset yhteiskunnalliset tasot ovat jatkuvassa keskinäisessä vuorovaikutuksessa, joka muuttaa ikääntyvän ihmisen elämäntapaa rakenteellisesti, mutta myös yksilökohtaisesti. Jokainen ihminen kokee yksilöllisesti näitä muutoksia. Eli yhteiskunnalliset tekijät muokkaavat ikääntyvän ihmisen elämäntapaa, toimintaa ja kokemusmaailmaa tai muokkautuvat osaksi niitä. Lisäksi sosiaalisessa vanhenemisessä on kyse siitä, miten ikääntyvä ihminen pyrkii muokkaamaan yhteiskuntaa.

Nämä kolme näkökulmaa korostavat sosiaalista vanhenemista yhteiskunnan eri tasojen ja ihmisen välisenä suhteena ja toimintana. Simo Koskinen (1994) erittelee nämä yhteiskunnan tasot makro- ja mikrotasoinen. Sosiaalisesta vanhenemisestä makrotasolla vaikuttaa yhteiskunnallinen muutos ja vanhusten asema tässä muutoksessa sekä vanhenemisen ja väestön ikäjakautuksen vaikutukset muun muassa talouteen, palvelujärjestelmiin ja sosiaalipolitiikkaan. Mikro- eli yksilötasolla sosiaalisesta vanhenemisestä vaikuttavat muun muassa muutokset ihmisen päivittäisessä toiminnassa, osallistumisessa, elämäntavoissa ja asenteissa sekä muutokset sosiaalisissa rooleissa. (Salonen 2007, 30–31.)

Jyrkämän ja Koskisen näkökulmien perusteella sosiaalinen vanheneminen näyttäytyy yksilön ja yhteiskunnan vuorovaikutuksena. Yhteiskunnan eri institutionaaliset ja rakenteelliset osa-alueet luovat osaltaan reunaehdot sosiaaliselle vanhenemiselle. Reunaehdot määrittävät ihmisen sosiaalista vanhenemista ulkoapäin. Yhteiskunnallisten tekijöiden lisäksi yksilön elämään vaikuttavat yksilön omassa elämässä tapahtuvat muutokset. Ihmissessä tai ihmisen elämässä tapahtuvat muutokset luovat sisältäpäin reunaehdot sosiaaliselle vanhenemiselle. Näihin ulkoapäin ja sisältäpäin tuleviin reunaehtoihin yksilö voi vaikuttaa tai sopeutua tilanteesta riippuen. Mikäli yksilö haluaa vaikuttaa niin yhteiskunnallisiin kuin omassa elämässä tapahtuviin muutoksiin, tulee hänen vaikuttaa tai jopa muuttaa näitä reunaehdotuksia, ja toisinaan sopeutua niihin. Näin syntyy yhteiskunnan ja yksilön välinen vuorovaikutussuhde, jossa yksilö toimii aktiivisena subjektina, oman elämänsä hallitsijana.

3.4.1. Sosiaalinen vanheneminen ja toiminta

Kari Salonen (2007, 33) painottaa väitöskirjassaan sosiaalisen vanhenemisen näkemistä ensisijaisesti vanhana ihmisenä olemisena ja toimintana, sekä lähiympäristön välisenä vuorovaikutussuhteena. Salonen haluaa tutkimuksessaan korostaa yksilötason olemista ja toimintaa, sillä sosiaalinen vanheneminen jo lähtökohdiltaan määrittelee vanhenevan ihmisen suhteessa sosiaaliseen ympäristöön. Tämän suhteen yhtenä ylläpitäjänä on toiminta, joka sisältää kaikkia niitä biologisia ja psyykkisiä prosesseja,

joiden kautta ihminen on osa sosiaalista kontekstia. Toiminnan luonnetta Salonen kuvaa praktiseksi eli käytännölliseksi, konkreettiseksi, arkipäiväiseksi ja rutiininomaiseksi. Toiminnan luonteeseen kuuluu myös sen rationaalisuus ja intentionaalisuus, eli toiminta on usein järkiperaistä ja tavoitteellista jonkin päämäärän suhteen. Toiminnalla on myös eksistentiaalinen luonne, sillä toiminta ylläpitää yleensä sen toimijoiden olemassaoloa, mutta itse toiminnan olemassaolo riippuu myös sen toimijoista.

Ihminen on aina osa ympäröivää yhteiskuntaa ja kulttuuria. Hän omaksuu näissä vallitsevat ominaispiirteet ja omat roolinsa. Kun ihminen omaksuu oman tehtävänsä ympäröivässä yhteiskunnassa, hänen toimintansa muodostuu sosiaaliseksi, sillä hän toimii vuorovaikutuksessa muiden ihmisten ja eri tekijöiden kanssa. Kun ihminen suorittaa tehtävänsä, on hän aktiivisesti yhteydessä ympäröivään yhteiskuntaan ja sosiaalisiin verkostoihin. Tällöin ihminen on aktiivinen toimija eli subjekti, joka kontrolloi, vaikuttaa ja muuttaa omia elämäntapahtumia ja -kulkua. Elämönhallinta on siis subjektin yksilöllistä ja ainutkertaista toimintaa sosiaalisessa vuorovaikutuksessa niiden tekijöiden kanssa, jotka vaikuttavat hänen elämäänsä. Toisin sanoen nämä tekijät vaikuttavat siis ihmisen sosiaaliseen vanhenemiseen. (Salonen 2007, 33.)

Ihmisen sosiaalista vanhenemista määrittää elämän tiluatio eli elämäntilanne, johon vaikuttaa ensinnäkin sellaiset asiat ja tekijät, joihin ihminen ei voi itse vaikuttaa. Näistä syntyy kuitenkin sellaisia rajoja, joiden sisällä ihminen joutuu toimimaan. Näitä asioita ja tekijöitä ovat muun muassa perhe, etnisuus, kansalaisuus, kulttuuri, yhteiskunta ja aika, johon ihminen on syntynyt. Toisaalta sosiaalista vanhenemista määrittävät sellaiset asiat ja tekijät, joita ihminen pystyy itse muuntelemaan ja joskus jopa valitsemaan uudelleen. Näitä ovat esimerkiksi sosiaaliset roolit, ystävät, harrastukset, työ, asunto, koulutus ja elämäntavat, mutta myös arvot ja normit, uskonto sekä aatteet. (Salonen 2007, 27–28.)

3.4.2. Vanheneminen yhteisössä

Ihminen kuuluu koko elinikänsä ajan erilaisiin yhteisöihin, organisaatioihin ja instituutioihin, kuten perheeseen, kouluun, työhön, harrastuksiin ja muihin sellaisiin. Nämä eri yhteisöt, organisaatiot ja instituutiot muodostavat ihmisen ympärille sosiaalisen verkoston, joka on täynnä erilaisia ihmisten välisiä suhteita ja kanssakäymisen tasoja. Sosiaaliseen verkostoon voi kuulua kulttuuristen ja sosiaalisten rakenteiden lisäksi myös esineellisiä ja aineellisia rakenteita. Kulttuurisia rakenteita, jotka vaikuttavat sosiaaliseen verkostoon, ovat esimerkiksi sosiaalisen verkoston paikallisuus ja alueellisuus, sekä niille ominaiset elintavat, käytännöt, arvot ja perinteet. Sosiaalisia verkoston rakenteita ovat muun muassa erilaiset suhteet ja kanssakäymisen yhteisöt, kuten perhe ja työyhteisö. Esineellisiä ja aineellisia verkoston rakenteita ovat muun muassa sellaiset esineet, tavarat ja taloudelliset resurssit, jotka mahdollistavat verkoston toimimisen. (Marin 2003a, 72–74.)

Sosiaaliset verkostot ovat sellaisia tiloja ja ympäristöjä, joissa ikäihmiset kohtaavat niin muita ihmisiä kuin yhteiskunnan rakenteita. Näiden sosiaa-

listen verkostojen avulla pyritään hoitamaan keskinäisiä suhteita, ja niiden katsotaan tukevan ihmisten toimintaa. Sosiaalinen verkosto muodostaa ikäihmisen hänen arkielämänsä perustan, jossa hänellä on erilaisia vuorovaikutuksellisia suhteita. Ikääntyvä toimii ja elää tässä verkostossa saaden sosiaalista tukea ja voimavaroja arkeensa. Verkosto toimii eräänlaisena suojaverkkona ikäihmisen elämässä, sillä sosiaalisen verkoston varassa voidaan käsitellä vaikeitakin elämäntilanteita sekä lähteä liikkeelle toimimaan ja osallistumaan. Verkosto auttaa säilyttämään ja turvaamaan perinteitä ja arjen jatkuvuutta. Verkosto auttaa ja tukee ikäihmistä kohtaamaan elämässään tapahtuvia muutoksia sekä sopeutumaan niihin, jotta ikäihminen voisi elää täysipainotteista elämää ja kokea vanhenevansa mielekkäästi. Sosiaalisessa verkostossa ikäihminen saa tukea ja voimavaroja, mutta voi antaa myös itse vastavuoroisesti tukea verkoston muille ihmisille. Vastavuoroisuutta voi olla esimerkiksi se, että ihmisen elämäkokemusta arvostetaan ja häntä kuunnellaan turvaten hänen itsemääräämisoikeutensa. Lisäksi annetaan mahdollisuus osallisuuteen eli aktiiviseen toimijuuteen. (Marin 2003a, 72; 77–79; Koskinen ym. 1998, 122–124.)

Ihmisen paikka sosiaalisessa verkostossa voi muuttua tai saada uusia merkityksiä eri ikävaiheissa. Muutokset tapahtuvat yleensä siitä syystä, että ihminen elää erilaista elämänvaihetta, joissa ihmisen roolit, asemat ja minäkuva muuttuvat. Ikääntyessä ihmisen sosiaalinen verkosta saattaa harveta, mikä voi vähentää sosiaalista tukea niin emotionaalisesti kuin sosiaalisestikin. Sosiaalisen verkoston toimimiseen ja tuen määrään vaikuttavat siis sosiaalisten suhteiden määrä verkostossa ja verkoston paikallisuus. Suhteiden määrä ja verkoston jäsenien etäisyys vaikuttavat sosiaalisten kontaktien useuteen, eli kuinka usein ikäihminen on vuorovaikutuksessa sosiaalisen verkostonsa jäsenien kanssa. (Marin 2003a, 75–79; Hakonen 2008, 136–138.)

Koskisen ym. (1998, 122–124) mukaan vanhuuden ja vanhenemisen sosiaalisuus muodostuu vuorovaikutuksessa. Sosiaalinen vanheneminen on sitä, kuinka muut mieltävät ikääntyvät ihmiset, mitä muut odottavat ikäihmisiltä ja mitä ikäihmiset voivat muilta odottaa. Sosiaalinen vanheneminen liittyy siis yhteiskunnassa vallitsevaan vanhuskuvaan sekä -käsitteeseen. Muut ihmiset antavat vanhuudelle erilaisia sosiaalisia merkityksiä, jotka voivat perustua oikeaan tai väärään tietoon. Hakonen (2008, 138) kertoo, että ikäihmisiä pidetään usein vain palvelujen käyttäjinä, toisten avun varassa olevina, ellei suorastaan niin sanottuna kulueränä. Hakosen mukaan ikäihmisten rooli vastavuoroisina ja tuottavina toimijoina ansaitsisi tulla näkyväksi. Ikäihmiset pystyvät tarjoamaan läheisilleen apua muun muassa erilaisissa koti- ja pihatöissä, lastenhoidossa ja tarjoamaan myös taloudellista tukea. Hakonen korostaa tekstissään verkostosuuntautuneen työn merkitystä palvelujärjestelmässä, jonka avulla voidaan vähentää ja ehkäistä ikäihmisten riskiä syrjäytyä osallisuudesta ja sosiaalisista suhteista.

4 VANHUSSOSIAALITYÖ

Sosiaalityötä on suomalaisessa vanhustyössä tehty oikeastaan vain laitoshoidossa. Vanhussosiaalityön asema on kaventunut yhä enemmän vanhusten avopalveluissa ja kotihoidossa. Esimerkiksi palveluasumisesta on tullut laitoshoidoa, ja kotihoidossa hoidetaan nykyisin huonokuntoisia, sairaita ja iäkkäitä vanhuksia, joiden avuntarve päivittäin on runsasta. Etenkin kotihoidossa sosiaalinen työ on vähentynyt, ja sen on korvannut hoitopainotteinen työ. Laitoshoidossakin on keskitytty lähinnä tekemään hoidollista työtä. Hoitotyöpainotteisen vanhustyön vuoksi psykososiaalisesta hyvinvoinnista huolehtiminen jää usein omaisten ja läheisten tehtäväksi. (Tenkanen 2007, 181–182.)

Raija Tenkanen (2007, 182) toteaa, että vanhusten kanssa tehtävää sosiaalityötä on pidetty sellaisena erityisalueena, joka vaatii tietoa vanhenemisprosesseista ja vanhuudesta ainutlaatuisena elämänvaiheena. Tenkasen mukaan vanhussosiaalityötä tekevien työntekijöiden tulee tuntee ne muutumisprosessit, joiden avulla ikääntyvät ihmiset sopeutuvat vanhuuteen ja selviytyvät tästä elämän muutoskohdasta. Vanhussosiaalityön erityisyys piilee moninaisissa ja erilaisissa vanhuuden ympäristöissä, joissa työtä tehdään. Näitä vanhussosiaalityön työympäristöjä ovat esimerkiksi vanhuksen oma koti, sairaala, laitospäiväkeskus ja palveluasunto.

Tenkanen (2007, 183) mainitsee Kari Salosen näkemyksen vanhussosiaalityön keskeisistä tehtävistä, joita ovat vanhuksen oikeuksien puolustaminen, toimeentulon varmistaminen, asianajo, omaissuhteiden ja omaishoitajien tukeminen, verkostojen rakentaminen ja vanhuksen itsensä voimaannuttaminen. Tenkasen (2007, 182–184) tekstissä korostuu vanhussosiaalityön haasteiksi sen moninaiset työympäristöt ja puuttuminen siihen, mikä jää huomaamatta hoitotyöpainotteisen kotihoidon työssä. Muun muassa henkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin liittyviin asioihin ei oikeastaan ehditä puuttumaan kotihoidossa, kuten vaikeisiin elämäntilanteisiin, yksinäisyyteen, eristyneisyyteen, masentuneisuuteen ja muihin psykososiaalisiin ongelmiin, jotka alentavat ja heikentävät voimavaroja ja elämänlaatua.

4.1. Vanhuspolitiikka ja vanhustyö Suomessa

Sosiaali- ja terveystalitiikka Suomessa pyrkii panostamaan kuntouttavaan ja ennaltaehkäisevään työhön niin sosiaali- kuin terveystalalla. Sosiaali- ja terveystalitiikka pyrkii myös satsamaan ongelmien varhaiseen puuttumiseen sekä ehkäisemään sosiaalisia ongelmia tuottaen palveluita tehokkaammin ja taloudellisemmin. Toisaalta palvelujen laadun turvaamiseksi tulisi tehdä kehitystyötä, eli kehittää ennaltaehkäisevää toimintaa, uuden-aikaistaa sosiaalipalveluita sekä turvata sosiaalialan pitkäjänteinen kehittäminen. Sosiaali- ja terveystalitiikka Suomessa korostaa myös paikallisuutta, tehokkuutta ja tuloksellisuutta. Tämä tarkoittaa sitä, että valtio on siirtänyt vastuuta kunnille oman ehkäisevän sosiaalipolitiikka ohjelman laatimiseksi. (Hakonen 2008, 111–113.)

Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisu Ikäihmisten palvelujen laatusuosituksista (2008, 20–21) toteaa, että kunnilla on velvollisuus huolehtia terveysnäkökulmien ottamisesta huomioon kunnan kaikissa toiminnoissa sekä tehdä tavoitteellista työtä hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi julkisen, kolmannen kuin yksityisenkin sektorin kanssa. Lisäksi laatusuosituksessa kerrotaan, että kunnalla on Sosiaalihuoltolain (710/1982) nojalla velvollisuus huolehtia ja järjestää kunnan asukkaiden tarvitsema sosiaalihuolto ja -turva. Kuntia velvoitetaan myös toimimaan alueellaan sosiaalisten olojen kehittämiseksi ja epäkohtien poistamiseksi.

Vaikka vanhuspolitiikassa pyritään edistämään hyvää vanhustyötä sosiaali- ja terveydenhuollossa erilaisten laatusuosituksien ja toimintaohjelmien kautta, ei vanhustyö Suomessa ole kuulunut sosiaalityön ydinalueeseen, tähän on montakin syytä. Ylipäättänsä sosiaalityö ei ole ollut kovin kiinnostunut vanhoista ihmisistä ja työstä ikääntyvien ihmisten parissa. Tämä on johtanut siihen, että vanhustyö on medikalisoitunut, sillä erityisesti lääketiede on saanut vahvan aseman vanhustenhuollossa. Yhteiskuntamme vanhuskäsitteen takia vanhuus nähdään enemminkin sairautena kuin elämänvaiheena, eikä tämä tosiasia muutu ellei sosiaalityö tuo esiin näkökulmaa vanhusten ja heidän omaistensa arjen kokonaisvaltaisesta ymmärtämisestä. Kuitenkin on muistettava, että vanhuus tuo mukanaan erilaisia sairauksia, joihin terveydenhuoltoa kuitenkin tarvitaan. (Kröger, Karisto & Seppänen 2007, 7–9.)

Sosiaalityön kiinnostumattomuus vanhustyötä kohtaan näkyy myös koulutuksessa siten, että sosiaalialan opiskelijat valitsevat ennemminkin kasvatuksen tai päihde- ja mielenterveystyön. Vanhustyöhön kohdistuvan kiinnostuksen puutetta voidaan selittää muun muassa siten, että vanhustyö on jäänyt osaltaan näkymättömäksi, eikä sen moninaisuutta ja haasteellisuutta nähdä. (Kröger ym. 2007, 7–8.) Sosiaalityön merkitys vanhusten tukemisessa on keskittynyt huolehtimaan vain toimeentulosta, eläkkeensaannista ja palvelutarjonnasta. Vanhustyötä ei ole koettu palkitsevaksi alaksi, koska sosiaalityöntekijät kokivat asiantuntemuksensa aliarvostetuksi, ja vanhustyö jäi alhaisen koulutuksen saaneille työntekijöille. Tämän takia psykososiaaliseen työhön vanhusten parissa ei ole paneuduttu tarpeeksi. Yksinkertaisen palvelutarjonnan nähtiin riittävän vanhusten hyvinvoinnin ja terveyden tukemisessa. Tämä on ollut hyvä perusta hyvälle vanhenemiselle, mutta se sulkee pois ihmisen yksilöllisten tarpeiden huomioinnin vaikeissa ja yksilöllisissä elämätilanteissa.

4.1.1. Sosiokulttuurinen työote vanhustyössä

Jotta ikäihmisten yksilöllisten tarpeiden huomiointi mahdollistuisi, seniori- ja vanhustyössä tulisi työtä toteuttaa sosiokulttuurisella työotteella. Käsite sosiokulttuurinen merkitsee sitä, että ikäihminen nähdään kokonaisvaltaisesti hänen omassa kontekstissaan eli vanhuksen sosiokulttuurisessa todellisuudessa niin yhteiskunta-, yhteisö- kuin yksilötasolla. Sosiokulttuurisuus merkitsee siten kaikkien niiden tapojen, käyttäytymismallien ja sosiaalisten suhteiden kokonaisuutta, joka muodostaa sen todellisuuden, jossa asiakas elää. Kari Salonen (2008, 159–160) toteaa, että vaikkakin vanhustyö on Suomessa mielletty pitkään terveydenhuollon työalueeksi,

on vanhustyö suurelta osin hallinnollisesti sosiaalitoimen alaisuudessa ja siten vanhustyön osaaminen vaatii muutakin kuin vain hoitotyön hallintaa ja ihmisen kohtaamisen taitoja. Salonen painottaa, että vanhusasiakkuuden uudenlaisessa ymmärtämisessä tarvitaan osaamista, laajaa tietoperustaa sekä syvää ymmärtämistä vanhuudesta ja vanhusspesifisyydestä. Tämä puolestaan tarkoittaa sitä, että vanhuus tulee ymmärtää ainutkertaisena elämänvaiheena vanhusasiakkaan omine elämänkulkuineen, kehitystehtävineen, voimavaroineen ja avuntarpeineen.

Lisäksi Salosen (2008, 160) mukaan työntekijän tulee tuntea myös fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset vanhenemisprosessit, jotka määrittävät asiakkuutta erityisellä tavalla, yksilöllisesti. Kolmantena Salonen toteaa, että vanhuksilla on paljon elämäkokemusta ja heillä on kykyä ymmärtää, nähdä ja arvioida elämää eri tavoin kuin nuorempien sukupolvien. Neljäntenä Salonen korostaa sosiokulttuurisen ympäristön merkitystä, sillä vanhusasiakkuus alkaa ja päättyy usein samassa ympäristössä, jonka vanhus kokee merkitykselliseksi. Esimerkiksi oma koti ja sen lähiympäristö ihmisineen ja tapahtumineen ovat erityisen tärkeitä vanhukselle. Kun vanhuutta tarkastellaan näistä näkökulmista, pystyy työntekijä hahmottamaan vanhuksen elämäntilanteen ja hän näkee vanhuksen oman elämänsä asian tuntijana, subjektina.

Sosiokulttuurisen seniori- ja vanhustyön osaajana sosionomin pitää tuntea itsensä, sillä hänellä tulee olla vankka itsetuntemus ja kyky tunnistaa omia tunteitaan ja arvojaan sekoittamatta niitä asiakkaiden omiin arvoihin ja tunteisiin sekä siten asiakkaan omiin valintoihin. Jotta työntekijä kykenee työskentelemään asiakkaan kanssa, tulee työntekijän omata eettiset arvot ja periaatteet, joita ovat asiakkaan aito kuuleminen ja ymmärtäminen, itsemääräämisoikeus, asiakkaan kunnioittaminen, osallistumisoikeus sekä oikeus yksityisyyteen. Kaikki nämä ovat ihmisoikeuksia, joiden avulla tunnustetaan asiakkaan ihmisarvoa. (Arki, arvot, elämä, etiikka 2005.) Näin työntekijä osaa kuulla asiakkaan omia toiveita ja tarpeita, jolloin asiakas hyväksytään omana itsenään. Tämä on asiakaslähtöistä työtä, johon sosionomi on saanut koulutuksessaan vahvan peruspohjan.

4.1.2. Sosiaalipedagoginen työote vanhustyössä

Työntekijänä sosionomia ohjaavat myös sosiaalipedagogiset periaatteet. Seniori- ja vanhustyössä se näkyy sosiaalipedagogisena osallistamisena ja innostamisena. Näiden avulla pyritään sosiokulttuurisessa seniori- ja vanhustyössä edistämään ja lisäämään iäkkäiden ihmisten sosiaalista aktiivisuutta yhteiskuntaan ja erilaisiin yhteisöihin sekä toimimaan täysivaltaisina kansalaisina. Sosiaalipedagogisen orientaation kautta pyritään voimaannuttamaan ikäihminen omaan elämäntilanteensa ja löytämään omia voimavarojaan, joiden avulla hän pystyy selviytymään omassa arjessaan. Näin sosiaalipedagogisen orientaation, innostamisen ja osallistamisen kautta ihmisestä itsestään tulee aktiivisempi oman elämänsä muutosprosessissa sekä hyvän ja mielekkään elämän ylläpitämisessä. Työntekijä toimii innostajana sosiokulttuurisella työotteella, jolla pyritään motivoimaan asiakas toimimaan aktiivisena subjektina muutosprosessissa mielekkään elämän saavuttamiseksi.

Lisäksi sosiaalipedagogiikan orientaatiossa on vahvasti läsnä empowermentin käsite eli voimaantuminen. Voimaannuttaminen tarkoittaa sitä, että pyritään löytämään asiakkaan omia voimavaroja ja resursseja tukemaan asiakkaan jaksamista hänen sosiokulttuurisessa todellisuudessa ja arjessa. Voimavaralähtöisen työn kautta voidaan pyrkiä siihen, että asiakas saa tunteen elämänsä hallitsevuudesta, jolloin hänen identiteettinsä vahvistuu ja hän valtaistuu.

Sosiaalipedagogiikan keskeisimpänä tavoitteena on asiakkaan mahdollisuuksien vahvistaminen, jotta asiakas pystyisi vaikuttamaan itseensä ja ympäristöönsä. Nietosvuori (2008, 139) toteaa, että sosiaalipedagogiikka on hyvä luovien menetelmien tietoperustaksi, jotka käsitetään usein toiminnaksi. Tällaisen toiminnan kautta ihminen innostuu omassa yhteisössään toimimaan itsensä sekä muiden hyväksi.

Nietosvuori (2008, 139) kuvaa Hämmäläisen ja Kurjen näkemyksen siitä, että tällaiset toiminnalliset ja luovat työmenetelmät ovat sopivia sosiaalipedagogiikan muotoja. Toiminnallisten menetelmien käyttö on siis sekä yhteiskunnallista mutta myös yhteisöllistä toimintaa, joka vahvistuu sosiaalisessa kanssakäymisessä toisten ihmisten kanssa. Tällainen toiminta tukee ihmisen mahdollisuuksia selvitä omassa elämässään. Erialaisten taiteen muotojen kuten kirjallisuuden, musiikin, kuvataiteen ja monien muiden toiminnallisten ja kulttuurillisten muotojen kautta autetaan asiakasta löytämään itsestään sellaisia kykyjä, joiden avulla hän rohkaistuu ja aktivoituu toimimaan oman elämänsä parantamiseksi ja oman itsensä kehittämiseksi.

Nietosvuori (2008, 139–140) kirjoittaa, että innostamista tarvitaan, kun kootaan yhteen joukko ihmisiä toimimaan yhdessä. Tällaisessa toiminnassa tulee huomioida yhteisöllisyys, jonka yhtenä pyrkimyksenä on innostaa ja motivoida osallistujat kasvattamaan itse itseään. Yhteisöllistä työtä tehdään sosiaalisen pääoman tukemiseksi ja eritoten kotona asuvien ikäihmisten jaksamisen tueksi. Yhteisöllinen työ vahvistaa myös ryhmädynamiikkaa, ryhmähenkeä ja ryhmään kuulumisen tunteita. Sosiokulttuurisella innostamisella pyritään saamaan aikaan myös innostus sosiaaliseen muutokseen. Toiminnassa rakennetaan sosiokulttuurisen innostamisen avulla erilaisia virikkeellisiä toimintamuotoja ja -käytäntöjä, jotka antavat mahdollisuuden asiakkaalle aloitteellisuuteen, osallistumiseen ja vuorovaikutukseen.

4.1.3. Kuntouttava ja ennaltaehkäisevä työote vanhustyössä

Vanhustyötä pyritään tekemään myös kuntouttavan työotteen näkökulmasta, sillä kuntouttavan työn tarkoituksena on ehkäistä, lievittää, sopeuttaa tai jopa poistaa asiakkaan mahdolliset ongelmat. Vanhussosiaalityön kuntouttavassa näkökulmassa painotetaan fyysisen ja psyykkisen kuntoutuksen ohella sosiaalisen kuntoutuksen merkitystä. Järvikoski ja Härkäpää (2006, 24) määrittelevät sosiaalisen kuntoutuksen käsitteen niin, että se on sosiaalista toimintakykyä parantava prosessi. Sosiaalinen toimintakyky on kykyä selviytyä jokapäiväisistä välttämättömistä toiminnoista, vuorovaikutussuhteista ja oman toimintaympäristön rooleista esimerkiksi helpotta-

malla asumista, liikkumista ja yleistä osallistumista sekä lisäksi huolehtimalla taloudellisesta turvallisuudesta ja tukemalla sosiaalisia verkostoja. Ikääntyneen sosiaaliseen kuntoutumiseen kuuluu sosiaalisten kontaktien mahdollistamisen ja tukemisen lisäksi tukiverkostojen ja -järjestelmien kokoaminen ikääntyneen selviytymisen tueksi. Sosiaalisen kuntoutuksen tavoitteena on korostaa kuntoutujan omaa aktiivisen tekijän roolia. Sosiaalinen tuki auttaa ikääntynyttä selviytymään paremmin vanhuuden tuomista elämänmuutoksista. (Viramo 1998, 12–15.)

Kuntouttavaa vanhustyötä tulee tehdä tavoitelähtöisesti. Tavoitelähtöisellä työllä voidaan saavuttaa asiakkaan itsensä haluama muutos tai elämänlaadun parantaminen, sillä se on asiakkaan omiin päämääriin pyrkivää sosiaalista työtä. Tavoitelähtöinen työ on pitkäjänteistä, prosessinomaista työtä. Tavoitteellinen työ takaa sen, että asiakkaan omat toiveet, tarpeet ja siten tavoitteet tulevat huomioiduksi. Tavoitelähtöisessä työssä lähtökohdaksi otetaan itse asiakkaan asettamat tavoitteet. Näitä tavoitteita voi yhdessä työntekijän kanssa hahmotella. Työntekijän tulee osata rehellisesti arvioida ja todeta realistiset mahdollisuudet, jotka voidaan asettaa tavoitteiksi. Näin asiakas saadaan motivoitua ja muuttamaan elämäänsä mielekkäämmäksi realististen tavoitteiden mukaan.

Vanhustyössä tarkoituksena on tarjota sosiaalista kuntoutusta fyysisen ja psyykkisen kuntoutuksen ohella. Tavoitteena sosiaalisessa kuntoutuksessa on edistää asiakkaan ja hänen elinympäristönsä vuorovaikutusta niin, että hän suoriutuisi erilaisista sosiaalisista tilanteista ja voisi osallistua yhteiskunnan toimintaan.

Ennaltaehkäisevän työn näkökulma sisältyy myös vanhustyöhön. Ennaltaehkäisevän seniori- ja vanhustyön tavoitteena on turvata vanhuksen itsenäinen arjessa selviytyminen. Ennaltaehkäisevän työn tarkoituksena on niin myös fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn edistäminen ja ylläpitäminen kuin hyvän ja mielekkään vanhuuden turvaaminen ja takaaminen. Ehkäisevän työn tarkoituksena on siis pyrkiä tarjoamaan ikäihmisille sellaisia palveluita, jotka ovat koordinoitu, kohdennettu ja tehostettu sopiviksi heidän tarpeille, jotta selviytyminen kotona onnistuisi mahdollisimman pitkään. Keskeisimmät tekijät, jotka vaikuttavat kotona asumiseen, ovat ikäihmisen oma tahto asua kotonaan, asumismuoto eli asuuko vanhus yksin vai läheisensä kanssa, fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen toimintakyky sekä sosiaalinen turvallisuus, johon kuuluvat muun muassa sosiaaliset verkostot ja toimeentulo.

Ennaltaehkäisevää työtä käytetään vanhustyössä, mutta sen vaikutukset jäävät usein huomioitta. Ennaltaehkäisevän työn asema ei ole niin korkeasti arvostettu sosiaalisen osaamisen näkökulmasta käsin. Ennaltaehkäisevän työn avulla kunnat pystyisivät säästämään rahaa ja lisäksi vanhuspaikkoja olisi enemmän saatavilla niille, jotka niitä tarvitsevat varsinkin nopean väestön vanhenemisen myötä ja vanhenevien ihmisten määrän kasvaessa yhteiskunnassamme.

5 IKÄIHMISTEN PÄIVÄTOIMINTA

Päivätoiminta on osa sosiaalihuollon palveluita ja päivätoiminnan asiakkaat voivat saada myös muita sosiaalihuollon kuntouttavia tukitoimenpiteitä ja palveluita, kuten kotipalvelua ja muita asumista ja kotona selviytymistä tukevia palveluita. Päivätoiminta on yksi ennaltaehkäisevän työn muoto, joka on kohdennettu juuri kotona asuvien ikäihmisten selviytymiseen ja jaksamiseen. Päivätoiminta on yksi avopalvelu, jonka tarkoituksena on ennaltaehkäistä kokonaisvaltaisen toimintakyvyn heikkenemistä tai ainakin turvata jo olemassa oleva toimintakyky.

5.1. Päivätoiminnan määrittelyä

Päivätoiminnan tai viriketoiminnan määritelmää ei juuri lainkaan kirjallisuudesta tai muista lähteistä löydy, sillä päivätoiminnan ja viriketoiminnan tärkeyden ja merkityksen ymmärtäminen ja arvostaminen on hukkunut hoitopainotteisen vanhustyön alle. Kuitenkin on löydettävissä muutamia määritelmiä. Viramon (1998) mukaan sosiaalihuolto määrittelee käsitteen niin, että päivätoiminta on monentasoista monipuolista päiväkeskustoimintaa, jonka tavoitteena on hoidon, kuntoutuksen ja viriketoiminnan avulla auttaa ja tukea vanhusta selviytymään kotioloissa sekä säilyttämään toimintakykynsä mahdollisimman pitkään kuin se on mahdollista. Päivätoimintaan kuuluu ateria-, kylvytys- ja muita hygieniapalveluita kuten jalkahoitoa ja kampaamopalveluita. Lisäksi päivätoimintaan kuuluu varsinkin sosiaalista ryhmä- ja viriketoimintaa. Kaiken tämän lisäksi joissain päivätoimintakeskuksissa on tarjolla toimintaterapiaa, fysioterapiaa, erilaisia liikuntaryhmiä, askartelutoimintaa tai muuta kuntoutusta sekä apuvälinetukea. (Viramo 1998, 12–15.)

Hervonen ja Pohjalainen (1991) määrittelevät päivätoiminnan toiminnaksi, jota järjestetään laitoksissa tai päivätoimintakeskuksissa joko päivittäin tai useampana päivänä viikossa. Toiminnan avulla ikääntynyttä autetaan selviytymään kotona mahdollisimman pitkään ja siten säilyttämään hänen toimintakykynsä myös mahdollisimman hyvänä mahdollisimman kauan. Päivätoiminnan tarkoituksena on ehkäistä yksinäisyyttä, kun ikääntynyt pääsee päivätoimintakeskukseen pitämään yllä sosiaalisia suhteitaan. Päivätoimintaan liittyy hoidon ja huolenpidon lisäksi sosiaalista virkistys- ja harrastustoimintaa, sosiaalityötä ja muuta neuvontaa. Tarvittaessa asiakkaalle järjestetään myös kuljetus- tai saattaja-apua. (Hervonen & Pohjalainen 1991, 291–292.)

Virikevoimala Nirun (2005) määrittelee viriketoiminnan seuraavasti: ”Piristystä arkeen ja sisältöä elämään ryhmätoiminnallisten menetelmien avulla!” Virikevoimala Niru määrittelee viriketoiminnan olevan erilaisten ryhmätoiminnallisten menetelmien käyttämistä asiakasryhmien kanssa, joiden avulla puolestaan kehitetään ja ylläpidetään kommunikointi-, vuorovaikutus- ja ryhmätyötaitoja sekä opitaan uutta yhdessä. Tämän kautta voidaan kohottaa itsetuntoa ja löytää uusia taitoja itsestä. Toimintatuokiot viriketoiminnassa suunnitellaan siten, että jokainen pystyy osallistumaan

omien kykyjensä mukaan kokemaan onnistumisen elämyksiä, eheytymään ja voimaantumaa.

Päivätoiminta on ryhmätoimintaa, johon kuuluu merkityksellisen virikkeellisen toiminnan lisäksi sosiaalisen kanssakäymistä muiden ikätoverien kanssa. Tämän tarkoituksena on ehkäistä ikäihmisen yksinäisyyttä, masennusta ja syrjäytymistä sekä tukea sosiaalisten suhteiden ylläpitämistä. Päivätoiminnan ennaltaehkäisevä toiminta tuo sisältöä vanhuksen elämään, pitää yllä mielenvirkeyttä ja siten myös ennaltaehkäisee tarpeettomuuden tunnetta vanhuksella. Viriketoiminta sisältää monipuolista ohjelmaa, joista asiakkaiden on helppo löytää lähes päivittäin mieleistään ohjelmaa ja tekemistä. Viriketoiminta sisältää muun muassa askartelua, keskustelua, erilaisia pelejä, leikkejä, tanssia, liikuntaa, voimistelua, tietovisailua, aivojumppaa, yhteislaulua, retkiä, ulkoilua ja niin edelleen. Lisäksi päivätoimintakeskuksissa voi olla tarjolla myös monien ulkopuolisten esiintyjien tarjoamaa ohjelmaa kuten hartaushetkiä, musiikkia ja laulua, runonlausuntaa, näytelmiä ja ynnä muuta sellaista.

Päivätoiminnan virikkeellinen toiminta on sosiaalisen kuntoutuksen muoto, tai pikemmin yleisnimitys kaikille niille työmenetelmille, joita päivätoiminnassa käytetään sosiaalisen toimintakyvyn ylläpitämiseksi. Päivätoiminta ehkäisee syrjäytymistä niin omasta ympäristöstään kuin koko yhteiskunnasta tukien ikäihmisen sosiaalisten suhteiden säilymistä. Kähäri-Wiik, Niemi & Rantanen (2007, 150–152) toteavat, että vanhusten viriketoiminta pitää ikääntyneet virkeinä, elämänhaluisina, aktiivisina ja oma-toimisina tai ainakin tukee kaikkia edellä mainittuja asioita, jotta ikääntyneiden mielenvirkeys ei synkenisi eikä psyykinen toimintakyky heikkenisi. Vanhukset usein kokevat itsensä toimettomiksi ja hyödyttömiksi ja kokevat siten elämänsä olevan arvotonta. Viriketoiminnalla aktivoidaan iästä toimimaan.

5.2. Päivätoiminnan merkitys ikäihmisille

Viriketoiminnan tai päivätoiminnan tavoitteena on ilon tuominen arkeen, onnistumisen tunteen kokeminen ja elämysten tuottaminen sekä syrjäytymisen ehkäiseminen ja sosiaalisen kanssakäymisen turvaaminen. Päivätoiminta on ennaltaehkäisevää toimintaa, jonka tehtävänä on estää masennusta ja yksinäisyyttä sekä saada ikäihminen tuntemaan itsensä tärkeäksi osaksi jotain yhteisöä, jossa hänestä pidetään huolta. Viriketoiminta on tehokkainta silloin, kun se on pitkäkestoista ja säännöllistä. Päivätoiminta on kaikkea sitä toimintaa, joka edesauttaa ikääntyneen hyvinvointia ja ylläpitää kokonaisvaltaista toimintakykyä sekä arjessa jaksamista. Kuitenkaan päivätoiminnan merkitystä ikääntyneiden kuntoutuksen yhtenä tärkeänä osana ei ole riittävästi korostettu.

Päivätoiminta on avopalvelu, joka pyrkii tukemaan iäkkään ihmisen asumista kotona mahdollisimman pitkään. Useimmat iäkkäät haluavat asua kodissaan niin pitkään kuin se on mahdollista, ja tästä syystä päivätoimintaan tulisi panostaa, sillä vanhustyön johtavana periaatteenakin on, että iäkäs ihminen voisi elää kotonaan, mieluiten elämänsä loppuun asti. Ihmisen vanhetessa korostuu entistä enemmän kodin tärkeys hänen elämässään.

Koskisen ym. (1998, 219–221) mukaan kodin merkitystä vanhustyössä on perusteltu myös sen inhimillisyydellä, vuorovaikutuksella, tehokkuudella ja taloudellisuudella. Kodin on havaittu lisäävän elinaikaa, joka säilyttää myös vanhuksen itsemääräämisoikeutta ja elämänhallintaa. Avo- ja tuki-palveluna päivätoiminta pyrkii vahvistamaan vanhuksen omatoimisuutta ja aktiivista elämää sekä elämänhallintaa. Päivätoiminnasta tulee usein rutii-ninomainen paikka heidän arjessaan, jolloin päivätoiminta tukee iäkkään ihmisen aktiivisuutta ja kuuluvuuden tunnetta johonkin yhteisöön sekä siten poistaa ja lievittää yksinäisyyden tunnetta korostaen vanhan ihmisen tunnetta hänen tärkeydestä.

Päivätoiminnan, kuten muidenkin toiminnallisten ryhmien, käyttö sosiaali-työssä pyrkii yksilön voimaannuttamiseen ja kokonaisvaltaisen toiminta-kyvyn tukemiseen. Toiminnallinen ryhmä antaa uusia kokemuksia ja eri-laisia elämyksiä yhdistäen ikäihmisen elinympäristöönsä ja muihin ihmi-siin. Toiminnallisia ryhmiä luonnehtii sosiokulttuurisen tai sosiokulttuuri-sen innostamisen lähestymistapa, joiden kautta pyritään etsimään arjen voimavaroja ja siten vahvistamaan tai muuttamaan sosiaalista toimintaa. Toiminnalle tulee aina asettaa tavoitteet. (Liikanen 2007, 78.) Päivätoi-minnalla voi olla monia pienempiä ja yksilöllisiä tavoitteita, mutta kuiten-kin sen päätavoite on tukea sosiaalista yhteenkuuluvuutta, identiteettiä se-kä jaksamista omassa arjessaan löytämällä voimavaroja. Jansson (2009, 22–24) kertoo, että ryhmätoiminta on tärkeää myös sen takia, että siellä saa nähdä muita ihmisiä, pääsee ulos kotoa, saa uusia ystäviä, saa kokeilla uusia asioita sekä torjuu yksinäisyyden tunnetta.

5.2.1. Sosiaalisuus päivätoiminnassa

Päivätoiminta on ryhmä, jossa ikääntyneet ihmiset kokoontuvat toimimaan yhdessä. Päivätoimintaa luonnehtivat niin itse toiminta kuin sosiaalisen verkoston ja yhteisöllisyyden käsitteet. Noppari ja Leinonen (2005) kir-joittavat artikkelissaan Lehtosen näkemyksestä, että yhteisöllisyys on eri-toten seurausta sosiaalisesta vuorovaikutuksesta kuin sen sijoittumisesta tiettyyn tilaan. Kuitenkin ympäristö ja tila antavat mahdollisuuden yhteis-öllisyyden ja yhteisen toiminnan synnylle. (Noppari & Leinonen 2005, 50.) Päivätoiminta on paikka ikäihmisille, joka toimii tilana sosiaalisten suhteiden ja yhteisöllisyyden luomiselle ja ylläpidolle. Itse päivätoiminta sanana sisältää tilan käsitteen lisäksi käsitteen toiminnasta. Yleisesti pu-huttaessa päivätoiminnasta tarkoitetaan sillä paikkaa, johon ikäihmiset ko-koontuvat tapaamaan toisiaan. Lisäksi päivätoiminta sana ymmärretään toimintana, jonka kautta voidaan vahvistaa yhteisöllisyyttä ja sosiaalisia suhteita.

Päivätoiminta tarjoaa paikan ikäihmisille, jossa hän voi luoda sosiaalisia suhteita ja verkostoa. Sosiaaliset suhteet ja verkosto vahvistavat ikäihmi-sen sosiaalista toimintakykyä. Sosiaalisen toimintakyvyn vahvistaminen ja tukeminen parantaa ikäihmisen kykyä olla kanssakäymisessä ja erilaisissa vuorovaikutuksellisissa suhteissa muiden ihmisten kanssa. Päivätoimin-nassa sosiaalisuus ilmenee muun muassa muiden asiakkaiden keskinäisenä kanssakäymisenä ja yhteisenä toimintana sekä osallistumisena. Päivätoi-minnan sosiaalisuus tyydyttää ikääntyneen ihmisen sosiaalisia ja jopa emotionaalisia tarpeita. Uudet ystävyysuhteet tarjoavat vastavuoroisuutta,

jolloin he huolehtivat toinen toisistaan ja ovat vertaistukena toisilleen erilaisissa asioissa. Päivätoiminnan sosiaalisuus siis lisää ja tukee jo ikäihmisen olemassa olevaa sosiaalista pääomaa, jonka avulla hän pystyy kohtaamaan muita ihmisiä myös kodin ulkopuolella. Uudet ihmissuhteet luovat ikäihmiselle uusia rooleja, jotka vahvistavat minäidentiteettiä.

Sinikka Hakonen (2008, 141) kirjoittaa artikkelissaan Ikääntyvien voimavarat mielekkään toiminnan merkityksestä. Hakosen mukaan sosiaaliset verkostot ja kohtaamisen paikat mahdollistavat toimintaa. Toiminnan avulla voidaan rikastuttaa elämää niin, että ikäihminen voi tuntea elämänsä arvokkaaksi. Toiminta kiinnittää ihmisen myös yhteisöön, jossa voidaan toimia niin kulttuurisina toimijoina kuin sen kuluttajina ja vastaanottajina. Toiminta voi aktivoida tunteita, vuorovaikutusta ja kokemusten jakamista, mikä mahdollistaa ikäihmiselle tunteita myönteisistä asioista, kuten omasta osaamisesta ja pätevyydestä sekä näiden tärkeydestä. Mahdollista on myös se, että toiminta herättää kielteisiä tunteita, joita voidaan yhdessä kohdata ja käsitellä. Tästä näkökulmasta tarkasteltuna toiminta vahvistaa myös ikäihmisen identiteettiä.

Yhdessä toimimalla koetaan yhdessä erilaisia asioita, joita jaetaan keskenään ja joista syntyy yhteisiä koettuja muistoja. Tämä luo ja vahvistaa ikäihmisten yhteisöllisyyttä ja osallisuutta. Kulttuurisuudella sekä yhteistoiminnallisuudella ryhmässä nähdään olevan monenlaisia vaikutuksia ihmisen hyvinvointiin ja terveyteen. Erilaiset hetket ja tuokioiden luovien menetelmien kautta voivat tuoda asiakkaan arkeen tekemisen riemua ja uskallusta kokeilla ja etsiä uutta. Lisäksi tämä auttaa työntekijää tuntemaan asiakkaitaan, ja heidän tarpeitaan sekä toiveitaan paremmin. Luovat menetelmät auttavat ihmistä hahmottamaan omaa elämäntarinaansa. Tällöin siis luova toiminta vahvistaa ihmisen itsetuntoa sekä tunnetta kuulumisesta yhteisöön. (Nietosvuori 2008, 136–137.)

Nietosvuori kirjoittaa (2008, 137) Ruusunen näkemyksestä, että taide luo tilanteita, joissa ihminen pääsee kuvaamaan omia kokemuksiaan, tutustumaan tunteisiinsa, rakentamaan persoonallista identiteettiään ja tarkastelemaan omaa elämäänsä. Ruusunen toteaa näkemyksessään sen, että tällainen luova prosessi antaa mahdollisuuksia voimaantumiseen, itsetunnon vahvistamiseen, oman arvostuksen lisäämiseen ja vuorovaikutuksen rakentamiseen muiden ihmisten kanssa.

Osallistuminen kodin ulkopuoliseen toimintaan ennaltaehkäisee parhaimmillaan yksinäisyyttä ja syrjäytymistä. Osallistuminen kodin ulkopuoliseen toimintaan lisää ikäihmisen aktiivisuutta arjessa ja kotona jaksamista. Lisäksi se vahvistaa ikäihmisen omaa elämänhallintaa sekä säilyttää ikäihmisen itsemääräämisoikeutta. Osallisuus sekä yhteisöllisyys päivätoiminnassa antavat vanhuksille voimavaroja arjen jaksamiseen ja kotona pärjäämiseen. Päivätoiminta siis tukee ikäihmisen mielenvirkeyttä ja tarjoaa erilaisia kognitiivisia haasteita ehkäisten mielen taantumista. Lisäksi päivätoiminta motivoi ikäihmistä lähtemään kotoaan ja siten liikkumaan. Päivätoiminta rytmittää myös iäkkäiden ihmisten arkea ja päivän kulkua. (Noppi & Leinonen 2005, 51.)

6 VIRKISTYS- JA PÄIVÄTOIMINTA HÄMEENLINNASSA

Vuoden 2009 alussa Hämeenlinnaan yhdistyi viisi muuta lähikuntaa: Hauho, Kalvola, Lammi, Renko ja Tuulos. Uudessa Hämeenlinnassa on noin 65 000 asukasta, joista 65 vuotta täyttäneitä on noin 13 000 eli lähemmäs viidesosa asukasmäärästä. Hämeenlinnan kaupungin ja Hämeenlinnan vanhusneuvoston yhteisinä tavoitteina on taata tasavertainen kohtelu ja palvelut. Näiden avulla pyritään takaamaan hyvä ja turvallinen arki hämeenlinnalaisvanhuksille. Hämeenlinnan tärkein tavoite vanhustyössä on tukea ikäihmisten kotona asumista ja siellä selviytymistä erilaisin avopalveluin, joita ovat muun muassa kotihoito, kotisairaanhoido, omaishoidon tuki, päivätoiminnan eri muodot ja muut tukipalvelut: turvapuhelinpalvelut, ateria- ja kuljetuspalvelut sekä saattaja- ja asiointipalvelut. Hämeenlinnassa pyritään ensisijaisesti tukemaan kotona asumista mahdollisimman pitkään. Kun kotona asuminen ei ole enää mahdollista avopalveluiden turvin, erilaiset palveluasumisen muodot ja vanhainkotien pitkäaikaishoivapaikat ovat mahdollisia palveluita. (Kapiainen 2009, 7–9; Ikäihmisten palvelut 2009.)

Päivätoiminnan tarkoituksena Hämeenlinnassa on tukea ja mahdollistaa asiakkaiden kotona asumista ja elämän hallintaa muiden tukipalveluiden avulla. Päivätoiminta antaa asiakkaille vaihtelua, virkistystä ja turvallisuutta arkipäivän elämään sekä lisäksi tukea kotona selviytymiseen ja omaishoitajien jaksamisen tueksi. Hämeenlinnan kaupungissa tarjotaan sekä avointa että hoivaa tarvitsevia päivätoimintaryhmiä. Avoimeen päivätoimintaan voivat osallistua kaikki halukkaat ikäihmiset ja seniorit, jotka ovat omatoimisia ja pärjäävät ilman hoitajan hoivaa ja avustamista. Näitä päivätoimintaryhmiä on Hämeenlinnan uudessa kunnassa vain kolme, joista kaksi toimii Hämeenlinnassa ja yksi Rengossa. Hoivaa tarvitsevien päivätoimintaryhmiä on huomattavasti enemmän Hämeenlinnan koko kunnan alueella. Näihin ryhmiin otetaan rajattu määrä asiakkaita, jotka sitoutuvat käymään sovittuina päivinä toimintaryhmissä. Näihin ryhmiin haetaan erillisellä lomakkeella. (Virkistys- ja päivätoiminta 2009.)

7 TUTKIMUS

7.1. Aiheen valinta ja tutkimuksen tavoite

Opinnäytetyön tutkimuksen kohteeksi valikoitui ikäihmisten päivätoiminnan merkitys ja sosiaalisuus. Tutkimuksessa pyritään selvittämään päivätoiminnan asiakkaiden kuin työntekijöidenkin kokemuksia päivätoiminnan merkityksestä ja sosiaalisuudesta ikäihmisen arjessa. Opinnäytetyön tavoitteena on tuoda esille se, miten päivätoiminta vaikuttaa ikäihmisen arkeen heidän omasta kokemusmaailmastaan käsin sekä päivätoiminnan työntekijöiden ammatillisen näkemyksen kautta. Opinnäytetyön aiheen valinta perustui ensisijaisesti kiinnostukseen ikäihmisten päivätoiminnasta. Lisäksi opinnäytetyön kautta pyritään tuomaan julki päivätoiminnan merkitystä ikäihmisille. Kiinnostus aiheetta kohtaan muodostui myös opiskelu-

vuosien aikana suoritetuista sosiokulttuurisen seniori- ja vanhustyön pääaineopinnoista sekä monista ikäihmisten päivätoimintaan suuntautuneista työharjoitteluista.

Mielenkiintoa herätti myös päivätoiminnan asema vanhustyössä. Opinnäytetyön kautta voidaan osoittaa päivätoiminnan tarpeellisuus vanhuksille. Lisäksi aiheesta ei ole tehty juurikaan muita tutkimuksia ja opinnäytetöitä. Aihe on myös ajankohtainen, sillä yhteiskuntamme väestö vanhenee, ja kuntien on pystyttävä vastaamaan kasvavaan vanhusväestöön ja heidän palvelutarpeisiinsa, jolloin kotiinannettavien palveluiden tarve kasvaa. Opinnäytetyö mahdollistaa myös ikäihmisten omien kokemusten esille tuonnin päivätoiminnasta ja sen merkitystä heille.

Opinnäytetyö on toteutettu Hämeenlinnan päivätoimintaryhmissä. Hämeenlinnan kaupunki oli erittäin kiinnostunut aiheesta ja innostunut lähtemään mukaan. Opinnäytetyö sai erittäin lämpimän vastaanoton, sillä se toisi esille päivätoimintaa ennaltaehkäisevänä työnä ja avopalvelumuotona sekä päivätoiminnan hyödyistä kotona asuville ikäihmisille.

7.2. Tutkimuksen toteutus ja tutkittavat

Keväällä 2009 ryhdyimme pohtimaan opinnäytetyömme aihetta. Kun lopputyömme aihe täsmentyi, aloimme ideoida työmme rakennetta ja sisältöä alustavasti. Kesällä 2009 haimme tutkimusluvan opinnäytetyötämme varten Hämeenlinnan kaupungin ikäihmisten koti- ja asumispalveluiden vastaavalta palvelujohtajalta. Tutkimusluvan saatuaamme otimme yhteyttä työharjoitteluistamme tutuksi tulleeseen ohjaajaan, jota pyysimme työelämänohjaajaksemme lopputyöhömme. Yhdessä hänen kanssaan aloimme suunnitella tutkimuksen toteuttamista.

Opinnäytetyömme tutkimusta varten päädyimme tutkimaan kahden Hämeenlinnan päivätoimintaryhmien asiakkaita, ja kummastakin ryhmästä yhtä ohjaajaa. Tutkimukseen valitut ohjaajat ja asiakasryhmät olivat erittäin innostuneita ja kiinnostuneita opinnäytetyöstämme, ja jonka tutkimukseen he suostuivat mielellään lähtemään mukaan. Päädyimme näihin ryhmiin ja ohjaajiin, koska he olivat meille jo entuudestaan tuttuja.

Päädyimme tutkimaan molempien päivätoimintaryhmien asiakkaita kyselylomakkeen avulla, jossa oli sekä avoimia että strukturoituja kysymyksiä. Jaoimme kyselylomakkeita yhteensä viidellekymmenelle asiakkaalle. Kyselylomakkeen tekemisessä saimme paljon neuvoja ja rakenteellisia ohjeita työelämänohjaajaltamme. Asiakkaat saivat kyselylomakkeen mukana saatekirjeen, jossa oli tietoa opinnäytetyöstämme ja kyselylomakkeen tarkoituksesta tutkimuksemme kannalta. Kävimme henkilökohtaisesti paikan päällä lukemassa saatekirjeen asiakkaille ja kertomassa heille, että kyselylomakkeeseen vastaaminen on vapaaehtoista ja tapahtuu anonyymisti. Päädyimme suulliseen tiedonantamiseen, jotta asiakkaat ymmärtäisivät paremmin saatekirjeen sisällön, vastaamisen vapaaehtoisuuden ja anonyymiteetin. Samalla asiakkailla oli mahdollisuus kysyä kyselylomakkeesta tai opinnäytetyötämme koskevista asioista. Kyselylomakkeeseen vastanneille järjestimme pienet kakkukahvit kiitokseksi.

Päivätoiminnan ohjaajille teimme teemahaastattelun, jossa oli kaksi selkeää teemaa. Teemahaastattelua varten olimme miettineet muutamia kysymyksiä teemoihin liittyen haastattelun etenemisen vuoksi, jotta saisimme tutkimuskysymyksiimme vastaavat vastaukset. Nauhoitimme teemahaastattelut ja pyysimme haastattelujen nauhoittamiseen luvat molemmilta ohjaajilta. Haastattelimme molemmat ohjaajat erikseen ja pyrimme pitämään haastattelut 20–30 minuutin kestoisina, jotta haastattelujen sisällöt pysyisivät tiiviimmin itse teemoissa litteroinnin kannalta.

7.3. Tutkimusotteet

Opinnäytetyömme tutkimus perustuu sekä kvantitatiiviselle että kvalitatiiviselle tutkimukselle eli määrälliseen ja laadulliseen tutkimukseen. Valitsimme opinnäytetyömme tutkimusotteiksi sekä kvantitatiivisen että kvalitatiivisen tutkimuksen, koska halusimme tavoittaa tutkittavien näkökulman eli heidän kokemuksensa tutkittavasta ilmiöstä ja lisäksi halusimme saada konkreettisia tuloksia tästä kyseisestä ilmiöstä, jotta voisimme todentaa sen paikkansa pitävyyden. Toinen tärkeä syy näiden tutkimusotteiden valintaan oli se, että tutkittavasta ilmiöstä ei ollut entuudestaan tehty tutkimuksia. Määrällisten eli kvantitatiivisten tulosten avulla voidaan kvalitatiivisen tutkimuksen tuloksia laajentaa koskemaan koko tutkittavaa ilmiötä käsittäväksi. Tutkimuksessamme määrällisen ja laadullisen tutkimuksen tulokset ovat vastavuoroisesti toisistaan riippuvaisia, sillä laadullinen tutkimus luo merkityksiä määrällisen tutkimuksen tuloksille, kun taas määrällinen tutkimus ilmaisee määrällisesti laadullisen tutkimuksen tuloksien todenmukaisuutta. (Kiviniemi 2001, 68; Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 132–133.)

Päätimme käyttää näitä tutkimusotteita rinnakkain. Halusimme saada sekä konkreettisia tuloksia asiakkailta kyselylomakkeiden avulla että työntekijöille tehdyn haastattelun kautta tukea kyselylomakkeen tuloksille. Laadullisten haastattelujen tarkoituksena oli siis luoda merkityksiä kyselylomakkeesta saataville tuloksille. Laadullinen tutkimus mahdollisti tutkimustuloksista nousevien ilmiöiden käsitteellistämisen. Molemmilla tutkimusotetuunauksilla pyrimme selittämään samaa tutkimuskohdetta, mutta eri tavoin. Hirsjärven, Remeksen ja Sajavaaran (2007, 133–135) tekstiin nojaten tutkimuksemme luonne oli pääasiassa kuvaileva, mutta myös hieman kartoittava. Tutkimuksen kuvaileva luonne tarkoittaa sitä, että pyrimme tutkimuksessamme määrittämään kuvauksia ilmiön keskeisistä ja kiinnostavista piirteistä. Opinnäytetyössämme pyrimme kuvailemaan päivätoiminnan merkitystä ja sosiaalisuutta ikäihmisille koko päivätoiminnan yhteisön näkökulmasta. Tutkimuksemme kartoittava luonne tulee esiin siinä, että halusimme selvittää päivätoimintaa ilmiönä ja tuoda varsinkin sen myönteisiä vaikutuksia ja hyötyjä esille tämän tutkimuksen avulla.

7.3.1. Kvantitatiivinen eli määrällinen tutkimusote

Määrällinen eli kvantitatiivinen tutkimus on tieteellisen tutkimuksen menetelmäsuuntaus, jossa kuvataan ja tulkitaan kohdetta tai ilmiötä tilastojen ja numeroiden avulla. Tässä tutkimusotteessa korostetaan tutkittavasta il-

miöstä saatujen tuloksien luokittelua, syy- ja seuraussuhteita, vertailua ja numeerisia tilastoja, jotka selittävät ilmiötä. Kvantitatiiviseen tutkimusotteeseen sisältyy pääasiassa laskennallisia ja tilastollisia analyysimenetelmiä. (Määrällinen tutkimus n.d.)

Kvantitatiivisen tutkimuksen keskeisiä piirteitä ovat myös aiemmat teoriat ja johtopäätökset tutkittavasta kohteesta tai ilmiöstä, sekä erilaisten hypoteesien eli olettamusten esittäminen ja käsitteiden määrittäminen tilastollisen aineiston pohjalta. Tutkimuksessa määritellään tutkimuskohde eli perusjoukko, johon tutkimustulokset soveltuvat. Tästä perusjoukosta eli tutkimuskohteesta otetaan otos, jolle tutkimus tehdään erilaisin menetelmin. Otokselle tehdyn tutkimuksen tulokset tulee päteä koko perusjoukkoa koskevaksi. Tulokset saatetaan tilastolliseen muotoon ja päätelmät tehdään näiden tilastojen pohjalta. (Hirsjärvi ym. 2007, 135–136; 174–175.)

Alkula, Pöntinen ja Ylöstalo (1994, 20–22) kirjoittavat kvantitatiivisen tutkimuksen perusedellytyksenä olevan niiden merkityksien riittävä ymmärtäminen, joita tutkittava kohde ympäristöineen käyttää. Tutkittavan kohteen tai ilmiön käyttämä käsitteistö on siis oltava tutkijalle entuudestaan tuttu. Tutkijan on tunnettava kohteenaan oleva ilmiö kokonaisvaltaisesti, sillä tulosten ymmärtäminen ja oikea tulkinta edellyttävät Alkulan ym. (1994, 20–22) mukaan tutkimuskohteen tuntemista laajemmin kuin pelkästään tutkimuksen ja siitä saadun aineiston antaman kuvan pohjalta. Alkulan ym. (1994, 20–22) mukaan kvantitatiivisessa tutkimuksessa keskitytään keräämään tietoja selkeästi rajatusta ja tärkeästä kohteesta. Koska kvantitatiivisessa tutkimuksessa tutkitaan tiettyä ja rajattua tutkimuskohdetta, on kvantitatiivinen aineisto siten aina vain tietty osa tutkittavasta kohteesta. Kvantitatiivinen tutkimuksen aineisto antaa olennaista tietoa tutkittavasta kohteesta tai ilmiöstä, jolloin voidaan käyttää analyysissa tilastollisia menetelmiä, jotka tukevat johtopäätöksien tekemistä aineiston pohjalta.

7.3.2. Kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimusote

Laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus on myös tieteellisen tutkimuksen menetelmäsuuntaus, jossa puolestaan pyritään ymmärtämään kohteen laatua, ominaisuuksia ja merkityksiä kokonaisvaltaisesti. Laadullisessa tutkimuksessa voidaan tutkittavaa kohdetta tai ilmiötä tutkia monenlaisilla menetelmillä, joissa korostuu yhteisenä piirteenä kohteen tarkoitukseen ja merkitykseen, esiintymisympäristöön ja taustaan tai ilmaisuun ja kieleen liittyvät näkökulmat. (Laadullinen tutkimus n.d.)

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa kohteena on yleensä ihminen ja hänen maailmansa. Näitä voidaan tarkastella yhdessä ihmisen elämissä maailmana, joka syntyy ihmisten kokemusmaailmana, joka on aina läsnä ja valmiina, niin muuttavana kuin muutettavana todellisuutena. Lähtökohtana laadullisessa tutkimuksessa on siis kuvata todellista elämää. Tarkoituksena laadullisessa tutkimusotteessa on ottaa huomioon tutkimuskohde kokonaisvaltaisesti. Tutkimuksessa otetaan huomioon siis ihminen itse eli yksilö, kaikki ne yhteisöt ja kontekstit, joissa ihminen vaikuttaa eli yhteisöt, mutta myös kaikki sosiaaliset vuorovaikutussuhteet ja ihmisen oma arvomaailma. Tut-

kimusorientaationa laadullinen tutkimus korostaa sosiaalisten ilmiöiden merkityksellistä luonnetta, joka tulee ottaa huomioon analysoidessa vuorovaikutussuhteita, kulttuuria tai sosiaalista toimintaa. (Varto 2005, 28–30; Hirsjärvi ym. 2007, 157, 159.)

Juha Varto (2005, 29–30) toteaa, että laadullisen tutkimuksen elämismaailmaa tarkastellaan sellaisena merkitysten maailmana, jossa nämä merkitykset ilmenevät ja syntyvät ihmisen kautta. Hänen mukaansa mikään elämismaailman ilmiöt ovat riippuvaisia ihmisestä. Hirsjärven ym. (2007, 157) mukaan tutkijakaan ei voi irtautua arvolähtökohdista, sillä arvot muovaavat pyrkimystä ymmärtää tutkittavia ilmiöitä. Tutkijalla on aina oma näkemyksensä ja tietämyksensä tutkittavasta asiasta, ei ideaalinen objektiivisuus ole siten mahdollista. Laadullisessa tutkimuksessa tulokset sijoittuvat vallitsevaan todellisuuteen, joka on alati muuttuva. Tulokset ovat siis ehdollisia selityksiä, jotka pyritään laadullisessa tutkimuksessa kuvaamaan ja tuomaan esille jo olemassa olevia tosiasioita.

Hirsjärvi ym. (2007, 160) kokoaa laadullisen tutkimuksen tyypillisiä piirteitä. Ensimmäisenä piirteenä Hirsjärvi ym. (2007, 160) mainitsevat, että tutkimus on luonteeltaan kokonaisvaltaista tiedonhankintaa ja aineisto kootaan luonnollisissa, todellisissa tilanteissa. Toiseksi he toteavat, että ihminen toimii hyvänä tiedonkeruuvälineenä. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa tutkija luottaa omiin havaintoihinsa ja keskusteluihin tutkittaviensa kanssa kuin määrällisesti kerättyyn tietoon, jota kuitenkin voidaan käyttää kvalitatiivisen tutkimuksen tukena ja pohjana. Hirsjärvi ym. (2007, 160) toteavat tyypilliseksi piirteeksi myös sellaisten laadullisten metodien käyttöä aineiston hankinnassa, joiden kautta saadaan tutkittavien näkökulmia esille. Lisäksi valitaan tutkittava kohde tarkoituksenmukaisesti, ja tutkittavasta kohteesta saatuja tuloksia tulkitaan ainutlaatuisina.

7.3.3. Tutkimusstrategia ja -metodit

Tutkimusstrategiana käytimme Survey-tutkimusta. Sen tavoitteena on saada tietoa suurehkosta määrästä edustavalla satunnaisotannalla valituista tutkimuskohteista kysely- tai haastattelumenetelmillä Kurssi- ja oppimateriaalipione Kopan (n.d.) mukaan Survey-tutkimusstrategian lähtökohtana on tiettyjen ilmiöiden, ominaisuuksien ja tapahtumien yleisyyden, esiintymisen, vuorovaikutuksen tai jakautumisen selvittäminen. Survey-tutkimuksen tulokset pyritään yleistämään otoksesta koko perusjoukkoa koskevaksi. Tälle tutkimusstrategialle on ominaista monet eri ongelmanasettelumahdollisuudet sekä tulosten analyysimenetelmät. Survey-tutkimuksen lähtökohdat ovat kvantitatiivisessa eli määrällisessä tutkimuksessa, mutta kuitenkin käytetyistä kysely- ja haastattelumenetelmistä riippuen aineistoa voidaan analysoida joko määrällisesti tai laadullisesti.

Oma tutkimuksemme on tutkimusstrategialtaan Survey-tutkimus, jossa keräsimme ihmisjoukolta tietoa päivätoiminnasta. Perusjoukkona meillä olivat kaikki Hämeenlinnan alueen vanhusten päivätoimintaryhmät, josta otimme otoksena valittujen päivätoimintaryhmien 50 asiakasta vastaamaan strukturoituun kyselyyn. Pyrimme saamaan asiakkailta tietoa heidän kokemuksistaan päivätoiminnan merkityksestä ja sosiaalisuudesta. Tutkitta-

vana on siis päivätoiminnan yhteisö ilmiönä, jota pyrimme tuloksien valossa kuvaamaan, selittämään ja tuomaan esille.

Tutkimuksemme on myös ihmiskäsitykseltään fenomenologinen, sillä tutkimuksemme on enemmässä määrin laadullinen, jota tuemme määrällisellä tutkimuksella. Timo Laine (2001, 26–27) kirjoittaa fenomenologisen tutkimuksen tutkivan kokemuksia, jossa nämä kokemukset ymmärretään ihmisen kokemuksellisenä suhteena omaan todellisuuteensa eli maailmaan, jossa hän elää. Ihmisen kokemus syntyy vuorovaikutuksessa todellisuuden kanssa. Fenomenologiassa siis tutkitaan ihmisen suhdetta omaan elämäntodellisuuteensa. Kokemukset muotoutuvat merkityksien kautta, jotka syntyvät suhteessa ihmisen toiminnan tarkoitusperiin, pyrkimyksiin, kiinnostuksiin, uskomuksiin ja niin edelleen.

Keskeisiä käsitteitä fenomenologisessa tutkimuksessa ovat kokemus, merkitys ja yhteisöllisyys. Merkityksiä voidaan lähestyä vain ymmärtämällä ja tulkitsemalla. Fenomenologisessa tutkimuksessa hermeneutiikka tulee tarpeen ymmärtäessä ja tulkittaessa merkityksiä. Hermeneuttinen tutkimus kohdistuu ihmisten väliseen kommunikaatioon, jolloin tulkinnan kohteena ovat ihmisen niin kielelliset kuin keholliset ilmaisut. Nämä ilmaisut sisältävät merkityksiä, joiden ymmärtäminen on yhteisöllisen elämän perusilmiö. (Laine 2001, 26, 29.)

7.4. Tutkimustehtävä ja -kysymykset

Opinnäytetyömme tutkimustehtävänä oli selvittää millaisia kokemuksia päivätoimintaryhmien asiakkailta ja työntekijöillä on päivätoiminnan merkityksestä ja sosiaalisuudesta. Tarkoituksemme on siis selvittää päivätoiminnan merkitystä ikäihmisille päivätoiminnan asiakkaiden ja työntekijöiden kokemusten kautta.

Tutkimustehtävän asettelun jälkeen muotoilimme tutkimuskysymyksiksi seuraavat:

1. Millaisia kokemuksia asiakkailta on päivätoiminnan merkityksestä sosiaalisesta näkökulmasta tarkasteltuna?
2. Millaisia kokemuksia työntekijöillä on päivätoiminnan merkityksestä asiakkaille sosiaalisesta näkökulmasta tarkasteltuna?

Halusimme tutkimuksessamme korostaa päivätoiminnan merkitystä ikäihmisille sekä päivätoiminnan sosiaalisuutta. Halusimme osoittaa päivätoiminnan merkitystä sosiaalisten ja vuorovaikutuksellisten suhteiden muodostajana, ylläpitäjänä ja tukijana sekä paikkana, joka mahdollistaa ikäihmisten kohtaamisia ja kanssakäymistä. Lisäksi halusimme tuoda päivätoiminnan hyviä puolia ja hyötyjä esille vanhustyössä ja yhtenä osana ikäihmisten avopalveluita. Tutkimustehtävän ja -kysymyksien selvityksen myötä pyrimme korostamaan päivätoiminnan merkitystä vanhustyössä ja Hämeenlinnassa.

7.5. Aineistonhankinta- ja analyysimenetelmät

Tutkimuksessamme käytimme kahta aineistonhankintamenetelmää sekä kahta aineistonanalyysimenetelmää. Aineistonhankintamenetelminä käytimme, kuten jo edellä olemme maininneet, strukturoitua kyselylomaketta sekä teemahaastattelua. Kyselylomakkeen toteutimme avoimen vanhusten päivätoiminnan asiakkaille ja päivätoiminnan työntekijöille puolestaan teimme teemahaastattelun. Aineistonanalyysimenetelminä olemme käyttäneet laadullisiin tutkimustuloksiin teemoittelua ja määrällisistä tutkimustuloksista olemme koonneet tilastoja. Määrällisiin tuloksiin perustuvista tilastoista teemme päätelmiä nojaten teoriaan. Laadullisten tulosten teemoista pyrimme löytämään yhtäläisyyksiä teorian kanssa.

7.5.1. Strukturoitu kysely

Keräsimme aineistoa kyselyllä, jonka kokosimme lomakkeen muotoon. Hirsjärvi ym. (2007, 130, 188–189) mukaan kysely tunnetaan Survey-tutkimuksen keskeisenä menetelmänä. Survey-tutkimuksessa käytetään sellaisia kyselyn, haastattelun ja havainnoinnin muotoja, joissa aineistoa kerätään standardoidusti ja kohdehenkilöt ovat otos tutkimuksen perusjoukosta. Standardoidun aineiston keräämisessä tulee esittää kysyttävä asia kaikille vastaajille täsmälleen samalla tavalla. Kun aineisto kerätään Survey-tutkimuksen avulla, käsitellään se yleensä kvantitatiivisesti. Strukturoidun kyselyn lomakkeestamme teki se, että sekä kysymysten muotoilu että niiden järjestys oli kaikille sama, jolloin pyrimme siihen, että kysymyksillä on sama merkitys kaikille vastaajille ja lisäksi vastausvaihtoehdot olivat valmiina (Eskola & Vastamäki 2001, 26).

Tutkimuksemme kysely päivätoiminnan asiakkaille toteutui kontrolloidusti ja informoituna kyselynä kuten Hirsjärvi ym. (2007, 191–192) esittelevät teoksessaan kyselyn muodoista. Kävimme siis jakamassa kyselylomakkeet henkilökohtaisesti vanhusten päivätoimintaryhmiin. Jakaessamme lomakkeet kerroimme samalla tutkimuksen tarkoituksesta, esittelimme kyselylomakkeen ja sen sisällön. Samalla vastaajat eli asiakkaat saivat kysyä ja esittää kysymyksiä niin tutkimuksesta kuin lomakkeen sisällöstä. Annoimme heille mahdollisuuden vastata kyselyyn heti tai omalla ajallaan, jolloin he palauttaisivat kyselyn päivätoimintaansa. Osa vastasi heti ja käytti järjestämämme ajan hyödyksi, kun taas jotkut asiakkaat puolestaan halusivat miettiä kyselylomakkeen vastaamista rauhassa kotonaan.

Kyselylomakkeemme (Liite 2) sisältää saatekirjeen (Liite 1). Ennen kuin lähdimme toteuttamaan kyselytutkimusta, testasimme lomaketta kahdella testihenkilöllä. Teimme ensimmäiseksi kyselyn 16.10.2009 toiseen päivätoimintaryhmistä, jossa oli etukäteen informoitu asiakkaita kyselyn järjestämisestä. Teimme toiseen päivätoimintaan kyselyn 21.10.2009. Jotkut asiakkaat halusivat miettiä ja viedä kyselylomakkeen kotiin täytettäväksi, kun taas toiset vastasivat kyselyyn paikan päällä kyselylle varattuna aikana. Asiakkaat, jotka veivät kyselylomakkeen kotiin täytettäväksi, palautti-

vat kyselyn sovittuun päivään mennessä päivätoimintaansa, josta myöhemmin haimme lomakkeet.

Kyselylomakkeessamme (Liite 2) on yhteensä kymmenen kysymystä, joista kolme ensimmäistä kysymystä ovat avoimia kysymyksiä. Hirsjärven ym. (2007, 193–196) mukaan avoimet kysymykset sallivat vastaajien ilmaista itseään ja mielipiteitään kysyttävästä aiheesta omin sanoin. Kysymyksistä kaksi seuraavaa on tehty Likert-asteikon mukaisesti, jossa olemme käyttäneet 5-portaista asteikkoa, jossa keskellä on neutraaliluokka. Neutraaliluokka tarjoaa Vallin (2001, 107) mukaan vastaajalle mahdollisuuden olla ottamatta kantaa kysymyksiä ääripäihin. Hänen mukaansa vastaaja voi myös jättää kokonaan vastaamatta kysymykseen, johon hänellä ei ole yksinkertaisesti mielipidettä. Kyselylomakkeen viisi viimeistä kysymystä ovat monivalintakysymyksiä. Hirsjärvi ym. (2007, 193–196) toteavat, että monivalintakysymyksiin on helpompi vastata kuin avoimiin kysymyksiin, koska valmiit vastausvaihtoehdot auttavat vastaajaa tunnistamaan kysytyn asian. Monivalintakysymyksiä vastauksia on myös mielekkäämpi ja helpompi käsitellä, analysoida ja vertailla.

Valli (2001, 110–111) toteaa, että kyselylomakkeen avoimia kysymyksiä voi analysoida tilastollisin menetelmin, eli luokittelemalla vastaukset ryhmiin ja tekemällä niistä tilastollisen taulukon. Hän toteaa kuitenkin, että avoimia kysymyksiä voi analysoida laadullisesti. Tällöin käytetään teemoittelua. Lähdimme käsittelemään saatuja kyselylomakkeita aineistona, jonka avoimia kysymyksiä analysoimme tematisoimalla eli teemoittelemalla niistä saatuja vastauksia. Koodasimme vastauksia väreittäin siten, että samaa tarkoittavat tai toisiaan hyvin lähellä olevat asiat alleviivattiin samalla värillä. Tämän jälkeen lähdimme pelkistämään saatuja vastauksia omiksi alateemoiksi. Saatuja alateemoja vertaillaan haastatteluista muodostuneisiin alateemoihin, ja molempien tuloksien alateemat yhdistetään yhteisiksi pääteemoiksi. Nämä pääteemat tulevat koskettamaan sekä kyselylomakkeiden että teemahaastattelujen tuloksia.

Kyselymme sisälsi myös avoimien kysymyksiä ohella strukturoituja kysymyksiä, joiden vastauksia lähdimme käsittelemään kokoamalla niitä havaintomatriiseiksi. Havaintomatriisi on siis taulukon muotoon kirjoitettu havaintoaineisto, jossa havainnoitavat yksiköt sijoitetaan taulukossa riveille ja muuttuvat yksiköt sarakkeille. Havainnoitava yksikkö eli havaintoyksikkö on yksittäinen tutkimuskohde, jota tarkastellaan muuttujien kohdassa ilmenevien havaintoarvojen lukumäärillä eli frekvensseillä. (Tilastollisia menetelmiä n.d.) Havaintomatriisien pohjalta olemme tehneet tilastolliset taulukot, joista tuloksia on helpompi tarkastella ja selittää.

7.5.2. Teemahaastattelu

Kokosimme myös tutkimusaineistoa työntekijöiltä haastattelun muodossa. Teimme työntekijöille teemahaastattelun, jonka Eskola ja Vastamäki (2001, 24) sanovat olevan eräänlainen keskustelu tutkijan ja tutkittavan välillä. He toteavat haastattelun tapahtuvan tutkijan aloitteesta ja usein myös tämän ehdoilla, jossa kuitenkin tutkija pyrkii vuorovaikutukseen haastateltavien kanssa. Tutkija pyrkii saamaan haastateltavilta tutkijaa

kiinnostavat asiat selville, tai ainakin ne, jotka kuuluvat tutkimuksen aihepiiriin.

Eskolan ja Vastamäen (2001, 25–26) mukaan haastattelu tarjoaa haastateltavalle mahdollisuuden tuoda esille mielipiteitään. Tämä on yksi motivoiva tekijä haastateltavalle, jolloin hän saa omaa ääntä kuuluviin. Toiseksi haastateltava saa kertoa omista kokemuksistaan tutkittavasta asiasta, joiden kertominen hyödyttäisi myös muita.

Käytimme haastattelutyypinä teemahaastattelua. Eskolan ym. (2001, 26–27) mukaan teemahaastattelussa haastattelun aihepiirit, teema-alueet, ovat etukäteen määritellyt. Teemahaastattelussa ei ole strukturoidulle haastatellulle tyypillisiä piirteitä kuten kysymyksien tarkkaa muotoa ja järjestystä. Teemahaastattelussa haastattelijä varmistaa, että kaikki teema-alueet tulevat käytyä läpi haastateltavan kanssa, mutta niiden laajuus ja järjestys vaihtelevat haastattelusta toiseen.

Teemahaastattelusta käytetään toisinaan nimitystä puolistrukturoitu haastattelu esimerkiksi silloin, kun teemoista esitetään tarkkoja kysymyksiä, muttei välttämättä käytetä juuri samoja kysymyksiä kaikkien haastateltavien kanssa. (Strukturoitu ja puolistrukturoitu haastattelu n.d.) Käytimme apuna teemahaastattelussamme tarkentavia kysymyksiä teemoihin liittyen, mikäli emme olisi saaneet teemoihin liittyvää tietoa haastateltavilta. Tarkentavat kysymykset olivat siis lähinnä tukena haastattelun etenemisen vuoksi.

Teemahaastattelussa oli kaksi selkeää teemaa. Ensimmäinen teema käsittelee päivätoiminnan merkitystä. Toinen teema oli päivätoiminnan sosiaalinen näkökulma. Toteutimme teemahaastattelut kahden haastateltavan kanssa yksilöhaastatteluina. Päädyimme yksilöhaastatteluihin osittain käytännön syistä, kuten työntekijöiden kiireisen aikataulun vuoksi. Toinen käytännön syy oli se, että haastatteluiden puhtaaksi kirjoittaminen eli litterointi olisi helpompaa, sillä nauhalta kuuluisi vain haastateltavan ja haastattelijan vuoropuhelu. Lisäksi halusimme taata molemmille työntekijöille mahdollisuuden vastata omin sanoin teemahaastatteluun, ettei kumpikaan haastateltavista kokisi toisen kontrolloivan jollakin tavalla haastattelua ja sen etenemistä. Haastatteluista tulisi tällöin haastateltavan itsensä näköinen, jossa käsitteet ja teemat muotoutuvat työntekijälähtöisesti.

Teemahaastatteluaineistoa lähdimme käsittelemään litteroimalla eli kirjoittamalla nauhoitetut haastattelut puhtaaksi sanatarkasti. Tämä on Eskolan ja Vastamäen (2001, 40–41) mainitsema ensimmäinen vaihe teemahaastattelujen analysoimisessa. Seuraavaksi lähestyimme aineistoa systemaattisesti eli koodaten väreillä litteroitua tekstiä etsien alateemoja, joita pelkistimme pääteemoiksi, kuten olemme kertoneet kyselylomakkeen analysoinnin yhteydessä. Tulokset esitellään teemoittelun kautta saatujen pääteemojen avulla.

8 TULOKSET

Olemme jakaneet vastattavaksi 50 kyselylomaketta ikäihmisille, jotka käyvät päivätoiminnassa. Näistä jaetuista kyselylomakkeista palautui 48 lomaketta. Vastausprosentiksi tuli 96 %. Kato oli 4 %. Olemme käsitelleet opinnäytetyössämme näitä 48:a vastattua ja palautunutta kyselylomaketta. Olemme näistä palautuneista lomakkeista käsitelleet myös analyysi vaiheessa puuttuvat havainnot omana luokkanaan, mutta jätimme ne pois tulosten esittelystä selkeyden vuoksi.

8.1. Asiakkaiden kokemuksia päivätoiminnan merkityksestä

Asiakkaille tehdystä kyselylomakkeesta nousi esiin tärkeitä näkökulmia päivätoiminnan merkityksestä sosiaalisesta näkökulmasta tarkasteltuna. Saimme niin kvantitatiivisia kuin kvalitatiivisia tuloksia päivätoiminnan merkityksestä kyselylomakkeen avulla. Havainnollistamme tuloksia niin taulukoin kuin myös teemoitteluin, jonka avulla selvitämme pääkohtia asiakkaiden kokemuksista päivätoiminnan merkityksestä ja sosiaalisuudesta.

Kyselylomakkeen laadullisissa, avoimissa kysymyksissä kysyimme asiakkailta syytä, miksi he alun perin lähtivät päivätoimintaan, mitä päivätoiminta merkitsee heille ja millaisia vaikutuksia päivätoiminnalla on heidän arkeensa. Näiden kysymysten avulla saimme selville erilaisia asioita päivätoiminnan merkityksestä ja sosiaalisuudesta. Yleisimpiä asioita kyselylomakkeen mukaan siihen, miksi asiakkaat lähtivät päivätoimintaan mukaan, olivat muiden ihmisten kohtaaminen, toiminnan puute, yksinäisyys ja halu virkistäytyä. Yksi syy päivätoimintaan lähtemiseen oli päivätoimintapaikan sijainti ja päivätoiminnan vaikutukset asiakkaiden arjen rytmittämiseen.

Päivätoiminnan asiakkaat kokivat toisten ihmisten kohtaamisen tärkeäksi, sillä tuloksista nousi esille halua tavata ihmisiä, saada seuraa ja luoda uusia suhteita. Päivätoiminnan merkitys kiteytyy eritoten kahteen asiaan: yhdessä olemiseen ja yhdessä tekemiseen. Päivätoiminta on tuloksien mukaan vastannut asiakkaiden tarpeeseen sosiaalisesta kanssakäymisestä vertaistensa ikäihmisten kanssa. Päivätoiminta toimii siis vertaistuellisena ryhmänä, jossa myös toiminta nähdään keskeisenä osana päivätoimintaan lähtemiselle. Asiakkaat ovat kokeneet esimerkiksi toiminnan puutetta omassa arjessaan, mikä on saanut heidät liikkeelle kotoaan hakemaan päivätoiminnasta virkistäytymistä ja lievennystä yksinäisyyteen, sekä työelämästä jättäytymisen tilalle mielekästä tekemistä. Päivätoiminnan asiakkaat kokivat myös päivätoiminnan sijainniltaan sopivaksi.

”Innostuin yhteisestä vertaistapaamisesta heti, kun tiedotettiin toiminnan alkamisesta...”

” Saadakseni seuraa samanikäisistä ystävistä.”

”Virkistäytymään ja hakemaan seuraa yksinäisyyteen.”

”Yksinäisyys, leskeytyminen ja kavereiden hakeminen.”

”Jäin työelämästä eläkkeelle. Tuli hyvää aikaa.”

”Elämästä kiinnipitämisen tarve.”

”... Tämä on lähellä kotia.”

Seuraava kyselylomakkeen avoin kysymys kokosi asiakkaiden kokemuksia päivätoiminnan merkityksestä. Tärkeimmiksi koetuiksi asioiksi korostuivat päivätoiminnan sosiaalinen ulottuvuus, mielekäs toiminta, ajallinen ja elämänlaatuun vaikuttava merkitys. Päivätoiminta tarjoaa asiakkaille sosiaalista kanssakäymistä ja keskinäistä vuorovaikutusta ikätoverien kanssa. Asiakkaat kokivat päivätoiminnan yhteisölliseksi paikaksi, jossa on yhdessä oloa ja ikätovereiden seuraa. Päivätoiminta merkitsee asiakkaille mielekästä tekemistä ja toimintaa. Asiakkaat pitivät erilaisista toimintamuodoista ja hakevat uusia, erilaisia virikkeitä ja kokemuksia. Asiakkaat tuntevat itsensä myös pirteiksi ja virkistyneiksi. Päivätoiminta on asiakkaiden mielestä elämänlaadullisesti ja ajallisesti arkea ylläpitävää toimintaa, joka ehkäisee yksinäisyyden tunnetta. Asiakkaat kokivat myös päivätoiminnan paikkana, jossa käydä.

”Näkee samanikäisiä, kuulee asioita, voi vaihtaa mielipiteitä.”

”Yhdessäoloa, mukavaa seuraa, mielekästä toimintaa.”

”... jutella ja pelata pelejä. Retket myös mukavia.”

”Säännöllistä toimintaa.”

”Ajankulua, ettei tarvitse olla yksin.”

”Saan monenlaista ajankulua muuten yksinäisiin päiviin.”

”Katkaisee sopivasti arkiviikon kotonaolon...”

”Virkistystä elämän arkeen, vaihtelua arkipäivään.”

”Leskeksi jäätyäni päivätoiminta antoi sisältöä elämäni.”

”... Paikka, mihin voi tulla, mieli piristyy.”

Kolmas avoin kysymys lomakkeessa selvitti päivätoiminnan mahdollisia vaikutuksia asiakkaiden arkeen. Asiakkaat kokivat eritoten elämänlaatua parantavia vaikutuksia arjessaan. Päivätoiminta on tarjonnut asiakkaille mielekkään paikan, joka vaikuttaa positiivisesti eritoten asiakkaiden psyykkisyyteen. Päivätoiminnan nähtiin myös ylläpitävän sosiaalisuutta ja aktiivisuutta arjessa. Aktiivisuus koettiin tärkeänä omatoimisuuden ja osallisuuden säilymisen kannalta. Neljäs vaikutus, jolla asiakkaat kokivat olevan arkeen vaikutusta, oli aika. Päivätoiminnan ajallinen vaikutus aut-

taa asiakkaita heidän kokemuksien mukaan arjen rytmittämässä sekä ajankulussa. Paikkana päivätoiminta on asiakkaille merkityksellinen, sillä se tarjoaa toisen, uuden paikan, jossa olla ja viettää aikaa.

”Monipuolistaa elämänlaatua.”

”Virkistystä, kaikenlaista touhua ja aina oppii uutta.”

”Päivätoiminta on hyvin tervetullut arjen harmauteen.”

”Yksi tukipylväs.”

”Toiminta täyttää yksinäisen ihmisen pitkiä hetkiä.”

”Seuraan päivien kulua. Toisin kun olisin yksin kotona. Tulee lähdettyä liikkeelle.”

”Arkirutiini katkee 1-2 kertaa viikossa...”

”Rytmittää viikon.”

”Tapaamiset, asiantuntija infot ym. vastaavat auttavat pysymään ajan tasalla, niin että omatoimisuus ja vireys säilyisi mahdollisimman pitkään.”

”Yhteenkuuluvuus lähimmäisiin.”

”Pirstävä ja tulee uusia ystäviä.”

”On kiva, kun on paikka, minne lähteä.”

Kolmesta avoimesta kysymyksestä nousi esille myös jonkin verran ohjaajan rooli ja ohjaus. Asiakkaat ovat kokeneet kyselylomakkeen mukaan ohjaajan läsnäolon ja toiminnan ohjaamisen tärkeäksi päivätoiminnassa. Tätä havaintoa tukevat myös taulukot 2. ja 3., joissa käy ilmi ohjaajan läsnäolon merkittävyys. Taulukossa 2. ohjaajan läsnäolo on osoittautunut olevan suosituin asia päivätoiminnassa, sekä taulukossa 3. vähän reilu kaksi kolmasosaa asiakkaista pitävät ohjaajan läsnäoloa erittäin tärkeänä osana päivätoimintaa.

”... ohjaaja kutsui (päivätoimintaan). Olen kiitollinen.”

”... Ohjaaja kertoi (päivätoiminnasta).”

”... hyvä seura ja ohjaus on aina paikallaan.”

Avointen kysymysten jälkeen pyrimme selvittämään strukturoiduin kysymyksin, miten voimakkaasti asiakkaat tuntevat erilaisia tunteita päivätoiminnassa (ks. taulukko 1.). Kuten taulukossa 1. on havainnollistettu tunteiden esiintyvyyttä asiakkaiden kokemuksiin perustuen, voi siitä nähdä yleisesti kahtiajaon niin sanottujen positiivisten ja negatiivisten tunteiden

välillä. Positiivisia tunteita ovat siis iloisuus, turvallisuus, rauhallisuus, tasa-arvoisuus, tyytyväisyys, innostuneisuus, jäsenyys ja virkistyneisyys. Negatiivisina tunteita ovat uupuneisuus, välinpitämättömyys, surullisuus, turhautuneisuus, hermostuneisuus, pelokkuus, ulkopuolisuus ja närkästynisyys. Asiakkaat ovat kokeneet positiivisia tunteita selkeästi useammin kuin negatiivisia tunteita. Positiiviset tunteet ovat sijoittuneet vastausvaihtoehtoihin ”joskus” ja ”usein”, ja negatiiviset puolestaan vastausvaihtoehtoihin ”ei ikinä” ja ”harvoin”.

TAULUKKO 1 *Tunteiden esiintyvyys päivätoiminnassa*

	En ikinä		Harvoin		En osaa sanoa		Joskus		Usein	
	määrä	%	määrä	%	määrä	%	määrä	%	määrä	%
Iloisuus	0	0	0	0	0	0	8	16,7	38	79,2
Uupuneisuus	19	39,6	14	29,2	1	2,1	7	14,6	0	0
Turvallisuus	0	0	1	2,1	7	14,6	9	18,8	22	45,8
Välinpitämättömyys	23	47,9	8	16,7	4	8,3	5	10,4	0	0
Rauhallisuus	1	2,1	0	0	7	14,6	15	31,3	14	29,2
Surullisuus	21	43,8	10	20,8	6	12,5	1	2,1	1	2,1
Turhautuneisuus	23	47,9	8	16,7	3	6,3	3	6,3	0	0
Tasa-arvoisuus	2	4,2	3	6,3	6	12,5	5	10,4	25	52,1
Hermostuneisuus	24	50,0	5	10,4	6	12,5	4	8,3	0	0
Tyytyväisyys	0	0	0	0	1	2,1	6	12,5	32	66,7
Pelokkuus	31	64,6	1	2,1	2	4,2	2	4,2	0	0
Ulkopuolisuus	20	41,7	8	16,7	4	8,3	3	6,3	1	2,1
Innostuneisuus	1	2,1	1	2,1	2	4,2	13	27,1	21	43,8
Närkästynisyys	23	47,9	8	16,7	6	12,5	1	2,1	0	0
Jäsenyys	1	2,1	1	2,1	7	14,6	6	12,5	20	41,7
Virkistyneisyys	0	0	0	0	1	2,1	8	16,7	36	75,0

Kyselylomakkeessa kysyimme asiakkailta, millaisista asioista he pitivät eniten päivätoiminnassa ja kuinka tärkeiksi he kokevat erilaisia päivätoiminnan sosiaalisuuteen liittyviä asioita. Taulukosta 2. voimme nähdä, että asiakkaat pitävät eritoten tärkeänä ohjaajan läsnäoloa päivätoiminnassa. Asiakkaat pitivät tärkeinä myös yhdessä oloa, retkiä, aivojumbppaa ja tietokilpailuja, sekä ystäviä, kavereita ja tuttuja, askartelua, pelaamista, kahvinjuontia, musiikkia sekä keskustelua. Taulukossa 3. olemme havainnollistaneet, miten sosiaalisuus ilmenee päivätoiminnassa. Olemme määritelleet joitakin asioita, joissa päivätoiminnan sosiaalinen ulottuvuus ilmenee. Asiakkaat siis kokivat tärkeiksi jokaisen määrittämämme päivätoiminnan sosiaalisuuteen liittyvän määreen. Näitä olivat päivätoiminnan kaverit, yhteiset muistot, yhdessä tekeminen, huolenpito, ohjaajan läsnäolo, virkistävä ohjelma, yhdessä koetut asiat, seura, hyväksytyksi tuleminen, kannustava tuki ja avun saaminen.

TAULUKKO 2 *Suosituimmat asiat päivätoiminnassa*

1.	Ohjaajan läsnäolo
2.	Yhdessäolo, seura ja yhteisöllisyys
3.	Retket (teatteri, matkat, leirit)
4.	Aivojumppa ja tietokilpailut
5.	Ystävät, kaverit ja tutut
6.	Askartelu
7.	Pelaaminen (bingo, lautapelit, heittopelit yms.)
8.	Kahvinjuonti
9.	Musiikki (soitto, laulanta, kuuntelu)
10.	Keskustelu

TAULUKKO 3 *Sosiaalisuuden esiintyvyys päivätoiminnassa*

	En yhtään tärkeäksi		Vähän tärkeäksi		En osaa sanoa		Melko tärkeäksi		Erittäin tärkeäksi	
	määrä	%	määrä	%	määrä	%	määrä	%	määrä	%
Päivätoiminnan kaverit	0	0	0	0	0	0	16	33,3	28	58,3
Yhteiset muistot	0	0	0	0	3	6,3	20	41,7	17	35,4
Yhdessä tekeminen	0	0	0	0	0	0	12	25,0	30	62,5
Huolenpito	0	0	1	2,1	5	10,4	11	22,9	22	45,8
Ohjaajan läsnäolo	0	0	1	2,1	2	4,2	6	12,5	33	68,8
Virkistävä ohjelma	0	0	1	2,1	0	0	12	25,0	25	52,1
Yhdessä koetut asiat	0	0	1	2,1	1	2,1	18	37,5	23	47,9
Seura	0	0	0	0	0	0	7	14,6	35	72,9
Hyväksytyksi tuleminen	0	0	1	2,1	5	10,4	17	35,4	20	41,7
Kannustava tuki	0	0	0	0	3	6,3	17	35,4	19	39,6
Avunsaaminen	1	2,1	0	0	5	10,4	11	22,9	25	52,1

Lomakkeen neljällä viimeisellä kysymyksellä olemme halunneet saada selville asiakkaiden kokemukset omasta vaikutusmahdollisuudestaan ja aktiivisuudestaan päivätoiminta ryhmässä sekä vahvistaako päivätoiminta asiakkaiden kykyä toimia muissa sosiaalisissa suhteissa ja tilanteissa toiminnan ulkopuolella. Näiden kysymysten tulokset olemme havainnollistaneet kysymysten mukaan omiin pieniin taulukoihin (ks. taulukot 4, 5, 6, ja 7). Taulukosta 4. voimme päätellä, että noin puolet vastanneista pystyy mielestään vaikuttamaan ryhmässä, ja puolet vastanneista ei osaa sanoa pystyvätkö he vaikuttamaan ryhmässä vai eivätkö pysty. Taulukosta 5. näemme, että päivätoiminta selkeästi vahvistaa asiakkaiden aktiivisuutta.

TALUKKO 4 *Vaikuttaminen ryhmässä*

Kyllä		En		En osaa sanoa	
määrä	%	määrä	%	määrä	%
26	54,2	0	0	20	41,7

TAULUKKO 5 Aktiivisuuden vahvistuminen

Kyllä		Ei		En osaa sanoa	
määrä	%	määrä	%	määrä	%
39	81,3	2	4,2	6	12,5

Vastanneista asiakkaista puolet on kokenut päivätoiminnan tukevan heidän kykyä ylläpitää ulkopuolisia suhteitaan, kuten taulukossa 6. on havainnollistettu. Taulukosta 6. näkee myös, että noin kolmasosa vastanneista ei osaa sanoa tukeeko päivätoiminta kykyä ylläpitää muita päivätoiminnan ulkopuolisia suhteita. Taulukko 7. kertoo päivätoiminnan tukevan myös asiakkaiden kykyä toimia muissa sosiaalisissa tilanteissa. Hieman reilu puolet vastanneista ovat vastanneet päivätoiminnan tukevan kykyä toimia muissakin sosiaalisissa tilanteissa, ja noin kolmasosan vastanneista toteavan, ettei osaa sanoa kysymykseen mitään.

TAULUKKO 6 Suhteiden ylläpidon tukeminen

Kyllä		Ei		En osaa sanoa	
määrä	%	määrä	%	määrä	%
24	50,0	4	8,3	18	37,5

TAULUKKO 7 Toiminen sosiaalisissa tilanteissa

Kyllä		Ei		En osaa sanoa	
määrä	%	määrä	%	määrä	%
28	58,3	3	6,3	15	31,3

8.2. Työntekijöiden kokemuksia päivätoiminnan merkityksestä asiakkaille

Työntekijöille tehdyistä teemahaastatteluista selvisi hyvin työntekijöiden oma näkemys siitä, miten päivätoiminta vaikuttaa asiakkaiden elämässä. Teemahaastatteluissa pyrimme siis selvittämään työntekijöiden kokemuksia siitä, millainen merkitys päivätoiminnalla on asiakkaille sosiaalisesta ulottuvuudesta tarkasteltuna. Teemahaastatteluista saimme laadullisia tuloksia päivätoiminnan merkityksestä ja sosiaalisuudesta. Analysoimalla tuloksia saimme selville erilaisia teemoja tutkimuskysymyksiimme. Teemojen avulla olemme löytäneet teemahaastattelujen tuloksista pääkohdat, jotka selvittävät työntekijöiden kokemuksia päivätoiminnan merkityksestä ja sosiaalisuudesta asiakkaan arjessa.

Teemahaastatteluissa pyrimme selvittämään kahden teeman avulla samoja asioita kuin kyselylomakkeella asiakkailta. Kävimme teemojen avulla läpi asioita siitä, mitä päivätoiminta merkitsee asiakkaille ja heidän arkeensa, miten asiakkaat kokevat päivätoiminnan sosiaalisuuden. Teemahaastattelujen avulla pyrimme saamaan tuloksia myös siitä, miten sosiaalisuus ilmenee päivätoiminnassa ja millaista osaamista päivätoiminta vaatii työntekijöiltään sosiaalisesta näkökulmasta tarkasteltuna.

Työntekijöille tehdyistä haastatteluista kävi ilmi, että päivätoiminta on asiakkaille eritoten sosiaalisuutta ylläpitävä paikka. Haastattelujen pohjalta asiakkaat saavat luotua sosiaalista verkostoa päivätoiminnassa. Päivätoiminta tarjoaa asiakkaille myös paikan, jossa tutustua uusiin ikäisiinsä ihmisiin ja olla kanssakäymisessä erilaisten ihmisten kanssa. Työntekijöiden mielestä sosiaalisuudella on näiden asioiden lisäksi myös erityinen merkitys suvaitsevaisuuden ja tasa-arvoisuuden toteutumisessa. Päivätoiminnan sosiaalisuudella siis pyritään siihen, että asiakkaat tulisivat toimeen toistensa kanssa ja hyväksyisivät toisia ihmisiä ainutlaatuisina yksilöinä. Haastatteluista nousee myös esille sosiaalisuuden merkitys yhteisöllisyyden luoja ja ylläpitäjänä. Työntekijät kokivat päivätoiminnan sellaiseksi paikaksi, joka tarjoaa yhteisöllisyyttä asiakkaille. Arkisesti todettuna päivätoiminta tarjoaa mahdollisuuden keskinäiselle huolenpidolle. Päivätoiminnassa asiakkaat voivat jakaa erilaisia asioitaan, huoliaan ja ongelmiaan.

”... tää (päivätoiminta) on sellanen ensimmäinen sosiaalinen kohtaaminen ikäihmisten kanssa...”

”... ne (asiakkaat) huolehtii sit toinen toisistansa... ihmissuhteet syntyy täällä... jos ei toista näy niin soittelevat toisilleen... tulee sellanen yleinen huolehtiminen toisten terveydestä ja hyvinvoinnista... he sitten muuallakin tapaavat toisiaan kuin täällä päivätoiminnassa.”

”... täällä (päivätoiminnassa) kunnioitetaan kuitenkin toisia ihmisiä, vaikka oltais kuinka erilaisia... annetaan arvo jokaiselle...”

”... tää (päivätoiminta) on niinku paikka, missä ne (asiakkaat) voi tavata kavereita... asiakkaat kokee kaikkein tärkeimpänä ne toiset kaverit ja se että on niinku vertaisia ihmisiä.”

”... ei naapureihin mennä sillain, kun ennen mentiin... Niin nyt tarvitaan tämänönen väline (päivätoiminta) siihen (kanssakäymiseen)...”

”Ja sitten parasta on se, että kun ne (asiakkaat) on ystävystynyt täällä,... käy keskenänsä jossakin retkellä... ne (asiakkaat) sopii keskenään, et me (asiakaskaverukset) tavataan...”

Työntekijöiden haastatteluista korostui sosiaalisuuden ohella tavoite saada asiakkaita aktiivisiksi ja osallisiksi toimintaan. Toiminnan merkitys päivätoiminnassa on työntekijöiden kokemusten perusteella erittäin tärkeä asiakkaille. Osa asiakkaista tulee päivätoimintaan jo itse toiminnan mielenkiintoisuuden vuoksi, ja toisille toiminta merkitsee kontaktia toisiin ihmisiin. Toisin sanoen työntekijöiden kokemusten perusteella asiakkaat käyvät päivätoiminnassa sen vuoksi, että asioita tehdään yhdessä. Päivätoiminta siis tukee ja ylläpitää työntekijöiden kokemuksiin nojaten asiakkaiden omatoimisuutta ja aktiivisuutta.

”... niillä (asiakkailla) on virkistävää tekemistä... osalle tekeminen, se just se, mitä täällä tehdään, on se tärkeä juttu.”

”... jotakin koskettaa keskustelu ja jotakin koskettaa laulaminen, jotakin koskettaa joku tietynlainen tekeminen, jotakin koskettaa opiskelijaryhmät... ihmiset kokee tiettyjä asioita tärkeiksi, josta niillä on jotain hyviä kokemuksia.”

”... me yhdessä tehdään, suunnitellaan ja toteutetaan... kun ne (asiakkaat) tekee yhdessä asioita niin ne (asiakkaat) sitoutuu siihen juttuun (toimintaan) ja sitten ne (asiakkaat) sitoutuu myös enemmän kun ne (asiakkaat) on itse sitä luomassa.”

”... lähtee kotoon ja tulee elämälle merkitystä siitä, että kuuluu yhteiskuntaan sellaisena osallisena, toimivana yksilönä ja on elämässä kii.”

”... saisi kotona asuvat ikäihmiset liikkeelle... monta kertaa kun ne ihmiset jää kotiin niin ne ei uskalla enää lähteä sieltä mihinkään ja uskalla mihinkään osallistua eikä kiinnosta mihinkään...”

”... kun he tulevat päivätoimintaan, ne (asiakkaat) ovat sosiaalisia, itsestään huolehtivia ihmisiä, pitävät hygieniasta huolta, ulkonäöstä... ja ovat kiinnostuneita kaikista yhteiskunnallisista ajankohtaisista asioista.”

Haastatteluista analysoidessamme kolmanneksi selkeäksi teemaksi muodostui sellaisia päivätoiminnan asioita, jotka parantavat asiakkaiden elämänlaatua. Erityisesti haastatteluiden sisällöstä korostuu yksinäisyyden ja erilaisten murheiden huojentuminen. Toiseksi haastatteluista korostuu mielekkään toiminnan ja erilaisten ihmisten seuran muodostama hyvän olon tunne, sekä yhteenkuuluvuuden tunne johonkin yhteisöön. Elämänlaadullisesti asiakkaita hyödyntäviä asioita olivat työntekijöiden kokemusten perusteella myös toimintakyvyn ylläpitäminen, erilaisten asioiden prosessoiminen ja kokemus tuntea itsensä tärkeäksi. Työntekijöiden mielestä päivätoiminta vaikuttaa asiakkaiden elämänlaatuun ennaltaehkäisevästi ja kuntouttavasti.

”... tulevat terveemmiksi sillä tavalla, että ne (asiakkaat) ei jää sinne kotiin kuuntelemaan niitä kipuja ja kolotuksia ja ettei jää sinne (kotiin) herkästi omien vaivojensa kanssa ja sitten niiden murheittensa kanssa...”

”... kotonahan ne (murheet, kolotukset, kivut) yksinäisyydessä suurenee ja moninkertaistuu, täällä on aina ystävä tai ystäviä... niin sit ne (murheet, kolotukset, kivut) haihtuu... ainakin pienenee, eihän ne (murheet, kolotukset, kivut) tietysti mihinkään katoa, mutta kuitenkin tasapainottaa tota elämisen laatua.”

”... omaa hyvää oloa lisäämään jollakin sellasella kivalla ryhmällä... kuulut johonkin ryhmään...”

”... asiakkaat ajattelee, että kun mä (asiakas) pidän itseni hyvässä kunnossa niin silloinhan mä (asiakas) ennaltaehkäisen sitä (taantumista)... aivojumppaa niin silloin mä (asiakas) en dementoidu... käyn jumpparyhmässä... mä (asiakas) pysyn hyvässä kunnossa... syön hyvää ruokaa monipuolisesti, mun diabetes pysyy kurissa...”

”...prosessoi sitä (omaa tuskaa) jatkuvasti... taustalla jotakin semmosta rankkaa... saa sen (tuskan) purkaa tekemällä jotakin kaunista niin se elämä tuntuu hyvälle...”

”... en mä tiedä onko se masennus vai mikä niille (asiakkaille) voi tulla siinä vaiheessa (eläkkeelle jäämisessä), oon jonkin verran kuullu siitä, että kun sä et oookkaan enää tärkeä. Sun pitää saada tuntee olevas itse tärkeä... että sua joku odottaa, joku kysyy sulta, että missäs se (asiakas) on.”

”... kun mä olen ollut lomalla... kävi ahkerasti ihminen, joka käveli tänne aina kun vaan oli mahdollista... niin se mökkiyty sinne kotiinsa ja hyvä kun pääs kävelemään.”

”... sai siitä (tekemisestä) ihan hirveesti voimaa... itsetunto kohos niin hirveesti siitä, miten ne onnistu...”

Saaduista tuloksista selkeytyivät myös paikan ja ajan teemat. Päivätoiminta toimii paikkana, joka kokoaa ikäihmisiä yhteen erilaisten toimintojen äärelle. Työntekijät kokevat päivätoiminnan kuntouttavana paikkana asiakkaille niin sosiaalisesti, fyysisesti kuin psyykkisestikin. Työntekijöiden mielestä päivätoiminta luo asiakkaiden arkeen rytmiä ja tiettyä rutiininomaista tekemistä.

”... niin nyt ne (asiakkaat) tarvii tän paikan ja täähän on hirveen neutraali siihen (muiden ihmisten kohtaamiseen)...”

”... sulla on joku paikka, jossa sua odotetaan ja sulla on jotain mielekästä tekemistä niin sähän lähdet sinne (päivätoimintaan) vaikka on vähä huonompi keli tai huonompi vointi...”

”... kyllä sillä (päivätoiminnassa käymisellä) on mieletön kuntouttava merkitys... saati sitten kun sä otat sen kaiken vastaan, mitä meillä on tarkoitus tarjota...”

”... ihminen, joka on vaikka jäänyt eläkkeelle... tulee yhtäkkiä semmonen mieletön määrä vapaa-aikaa. Sen vapaa-ajan voi käyttää monella tapaa ja sit se voi lähteäkin väärille raiteille, kun sulla ei ole se päivärytmi, joka määrittää sun päivää...”

”... jotkut ihmiset tarvii semmosen mielekkään kohteen, jossa ne saa sen päivärytmin sellaiseksi, että se ei mee sellaiseksi yökukkumiseksi... ja sitten aamulla ei jaksakaan herätä...”

”... se (päivätoiminta) määrittää sen päivän, päivänkulun paremmin...”

Viimeisenä selkeänä teemana haastatteluista korostuu ohjauksen ja ohjaajan merkitys. Päivätoiminnan ohjaajalta vaaditaan työntekijöiden mielestä ammatillista osaamista sekä asiakaslähtöisyydessä että kuntouttavassa työotteessa. Työntekijällä tulee olla kykyä kuulla ja huomioida asiakkaiden tarpeita. Haastatteluista käy ilmi, että persoona on tärkeä osa päivätoiminnan työntekijöiden ammatillisuutta. Työn huonona puolena työntekijät mainitsevat, että työtä tehdään yksin, jolloin asioiden hoitaminen vie aikaa asiakkailta. Työntekijöiden haastatteluista käy ilmi myös työn pitkäjänteisyys ja tavoitteellisuus. Työtä tulee tehdä laaja-alaisella näkemyksellä.

”... mä yritän ottaa niitten ihmisten vahvuuksista ja niitten toiveista kiinni...”

”... tietenkin ne toiveet lähtee asiakkaista, mut sit kun niitä lähdetään toteuttamaan niin toki meillä (työntekijöillä) on tämmönen ammatillinen ajatus siellä takana, että mikä vois olla se, mikä tekee tälle ryhmälle hyvää...”

”... mun pitää saada se ryhmä toimimaan... ne (asiakkaat) hyväksyy erilaisia ihmisiä, erilaista tekemistä...”

”... mä kuuntelen, mulla on sellaset silmät, sarvet, korvat ja tuntoaisti joka suuntaan...”

”... mä oon läsnä omalla persoonalla niin silloin mä saan sen (kontaktin asiakkaisiin) aikaiseksi...”

”... mä oon tehny kauheen monta vuotta yksin, että olis aivan ihanaa, että olis työpari... kun on haastavampia tilanteita, niin sais sen turvan myös itselle...”

”... pitää olla se ammatillisuus, että tasapuolinen, johdonmukainen, perusteltu... kyllä sulla (työntekijällä) on aina se taustalla ajatus, että miksi tätä tehdään... tää työ ei ole semmosta, että tänään tälleen ja huomenna tolleen vaan se että tää on hirvittävän pitkäjänteistä...”

”... tarvii tänä päivänä olla sellanen yleisnäkemys, joka ois aika laaja, että aika psykologista silmää tarvitaan monta kertaa, että musta sellainen laaja-alainen näkemys tähän (työhön vaaditaan)...”

8.3. Tutkimuksen ja tuloksien luotettavuus ja eettisyys

Opinnäytetyöstä tekee eettisesti hyvän se, että olemme tutkimuksessamme lähestyneet tutkittavaa joukkoa asiallisuudella, ammatillisuudella ja ihmisarvoa kunnioittavalla lähestymistavalla. Tutkimusta tehdessämme olemme pyrkineet antamaan tutkittavalle joukolle tietoa tutkimuksemme tarkoituksesta ja todenneet osallistumisen tutkimukseen olevan vapaaehtoista. Tutkimuksestamme tekee luotettavan erityisesti se, että olemme pyrkineet huomioimaan kohdejoukkomme, jolle olemme informoineet ymmärrettävästi tutkimuksesta ja sen teosta. Olemme myös hakeneet tarvittavat luvat tutkimuksen tekemiseen ja haastatteluiden nauhoittamiseen. Opinnäytetyötämme olemme kirjoittaneet myös jokaisen tutkimukseen osallistuneen yksityisyyttä ja anonymiteettiä kunnioittaen.

Opinnäytetyö perustuu monenlaisiin teorioihin ja tietolähteisiin, joita olemme käyttäneet kunnioittavasti osana tutkimustamme. Tutkimuksemme tuloksia olemme esittäneet aluksi niin kuin ne ovat nousseet omasta tutkimuksestamme, minkä jälkeen olemme pyrkineet yleistämään niitä teorioihin nojaten kriittisen tarkastelun kautta. Olemme selostaneet ja raportoineet huolellisesti niistä tutkimusmenetelmistä, joita olemme käyttäneet ja joiden avulla olemme aineistomme hankkineet. Saaduista tutkimustuloksista olemme lainanneet suoraan kohtia tukemaan tulostemme oikeellisuutta.

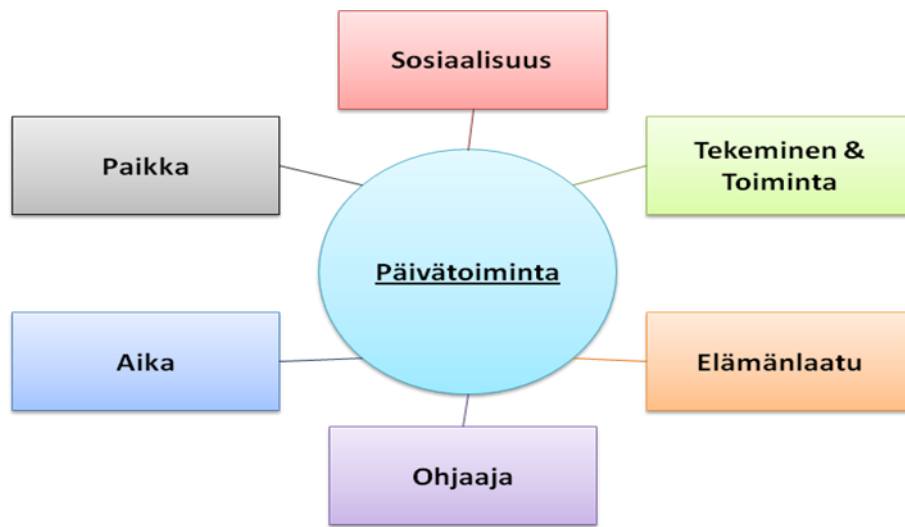
Tutkimuksestamme tekee luotettavan tutkittavan kohderyhmän suuri määrä 48 asiakasta vastasi kyselylomakkeeseemme, jonka he saivat itse täyttää ilman meidän läsnäolon vaikutusta. Vastausten laatua saattoi parantaa myös se tosiasia, että lomakkeet palautettiin nimettöminä. Kyselylomake antoi meille mahdollisuuden kysyä tutkimusjoukolta määrällisesti useita kysymyksiä tutkimustehtäväämme liittyen. Luotettavuutta kyselylomakkeen käyttämiselle antaa myös se, että kysymykset ovat jokaiselle vastaajalle samassa muodossa. Kuitenkin lomakkeeseen vastaajat voivat vastata epätarkasti tai jopa väärin annettuja ohjeita ymmärtämättä. Muun muassa lomakkeen avointen kysymysten tulkinta voi olla vaikeaa, sillä vastauksessa ei ole kontekstia määrittämään annettua vastausta.

Teemahaastattelu antaa tutkittavien sanoa vastauksissa oman mielipiteensä ja saada äänensä siten kuuluviin. Kuitenkin tutkijoiden läsnäolo haastattelussa voi estää tai muovata haastateltavan antamia vastauksia. Vastaaja saattaa antaa eri kuvan haastattelijalle kysyttävistä asioista kuin mitä se oikeasti on. Haastateltava voi siis kaunistella asioita. Vastauksilla on tosin taustaa ja määrittystä eli kontekstia, jolloin vastausta on helpompi analysoida eli teemoitella.

Tutkimuksemme on yleisesti ottaen luotettava, sillä olemme käyttäneet kahta tutkimusmenetelmää eli triangulaatiota aineiston hankkimisessa. Täten olemme saaneet tuloksia niin asiakkailta kuin työntekijöiltä, ja niitä voi verrata keskenään erilaisuuksien ja yhtäläisyyksien löytämiseksi. Olemme myös kirjoittaneet tutkimuksen toteuttamisesta selosteen.

9 JOHTOPÄÄTÖKSET

Asiakkaiden ja työntekijöiden tuloksia vertailllessamme huomasimme paljon yhtäläisyyksiä, jolloin pystyimme yhdistämään samankaltaiset tulokset yhteisien pääteemojen alle, joita kutsumme päivätoiminnan ulottuvuuksiksi. Tutkimuksessamme nousi teemoittelun kautta vankasti esille kuusi päivätoiminnan ulottuvuutta. Nämä ulottuvuudet ovat sosiaalisuus, tekeminen ja toiminta, elämänlaatu, aika, paikka ja ohjaaja. Kuva 1. esittelee päivätoiminnan kuusi ulottuvuutta.



KUVA 1 Päivätoiminnan ulottuvuudet

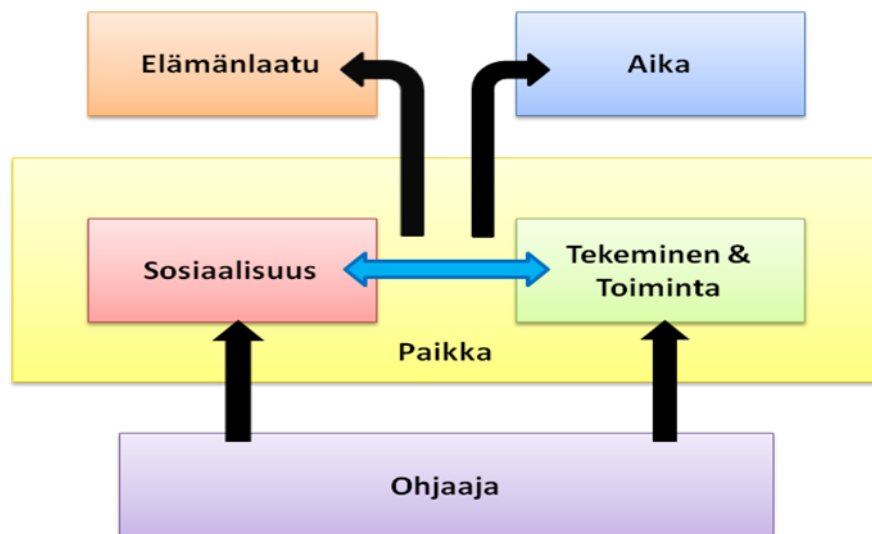
Niin päivätoiminnan asiakkaat kuin työntekijätkin ovat yhtä mieltä siitä, että päivätoiminnan merkitys asiakkaille koostuu näistä kuudesta päivätoiminnan ulottuvuudesta, jotka kuvassa 1. on esitetty. Molempien tutkitavien kohteiden tuloksista nousee jokaisen ulottuvuuden yksilöllinen tärkeys päivätoiminnan merkittävyyden kannalta. Tuloksia vertailtaessa toisiinsa, voidaan huomata selkeitä samoja piirteitä vastauksissa. Esimerkiksi sosiaalisuus päivätoiminnan ulottuvuutena merkitsee asiakkaille mahdollisuutta uusiin sosiaalisiin suhteisiin, kanssakäymiseen ja keskinäiseen vuorovaikutukseen muiden ikäihmisten kanssa. Toiminta ulottuvuutena tarjoaa puolestaan mielekästä tekemistä asiakkaille ja ylläpitää asiakkaiden aktiivisuutta ja omatoimisuutta.

Asiakkaat ja työntekijät ovat yhtä mieltä myös siinä, että päivätoiminta merkitsee asiakkaille myös elämänlaatua parantavaa kokonaisuutta, joka toiminnan ja sosiaalisuuden kautta antavat sisältöä ja virkistystä arkeen. Elämänlaatu päivätoiminnan ulottuvuutena tarkoittaa asiakkaille sitä, että päivätoiminta huojentaa ja lieventää muun muassa yksinäisyyttä. Yhtäläisyyksiä löytyi myös paikan ja ajan ulottuvuuksista. Työntekijät ja asiakkaat totesivat päivätoiminnan ajan ulottuvuuden olevan merkittävä asiakkaille, sillä päivätoiminta rytmittää asiakkaiden arkea ja tarjoaa ajankulua rutiininomaisella toiminnalla. Sekä asiakkaat että työntekijät olivat sitä mieltä, että päivätoiminta merkitsee asiakkaille paikkaa, jonne kokoontua kohtaamaan muita ihmisiä. Asiakkaat kuitenkin toteavat kyselylomakkeis-

ta saaduissa tuloksissa paikan ulottuvuuden sisältävän myös sijainnin merkityksen. Päivätoiminta on myös tärkeä paikka asiakkaille, koska heidän mielestään se on sijainniltaan lähellä. Työntekijät puolestaan totesivat päivätoiminnan olevan kuntouttava paikka asiakkaille.

Selkeämpänä eroavaisuutena asiakkaiden ja työntekijöiden tuloksien välillä on ohjaajan ja ohjauksen merkitys päivätoiminnassa. Asiakkaat näkevät ohjaajan merkityksen päivätoiminnassa läsnäolona toiminnassa. Työntekijät tietenkin näkevät ohjaajan roolin omasta ammatillisesta näkökulmastaan. Heidän mielestään ohjaajan merkitys päivätoiminnassa on toiminnan tavoitteellisuus, jolla pyritään erilaisin tavoin hyödyttämään asiakasta ja heidän tarpeitaan. Kuitenkin työntekijät ovat itsekin sitä mieltä, että ohjaajan läsnäolo on merkittävää asiakkaille.

Päivätoiminnan sosiaalisuuden vaikutusta päivätoiminnassa esittää kuva 2. Kuva 2. esittää sen, kuinka päivätoiminnan sosiaalisuus syntyy ja ilmenee päivätoiminnassa. Sekä asiakkaiden että työntekijöiden tuloksista käy ilmi, että päivätoiminnan sosiaalinen ja toiminnallinen ulottuvuus ovat keskenään vuorovaikutuksellisessa suhteessa toisiinsa. Tuloksista korostuu sosiaalisuuden ja toiminnan yhteys, joka kiteytyy kahteen asiaan: yhdessä oleminen ja yhdessä tekeminen. Tämä tarkoittaa siis sitä, että sosiaalinen kanssakäyminen muiden ihmisten kanssa synnyttää toimintaa, mutta myös itse toiminta synnyttää ja ylläpitää sosiaalista kanssakäymistä.



KUVA 2 *Sosiaalisuuden ilmeneminen päivätoiminnassa*

Kari Salonenkin (2007, 33) kuvaa sosiaalisen vanhenemisen olevan ensisijaisesti vanhana ihmisenä olemista ja toimimista sekä lähiympäristön välisenä vuorovaikutussuhteena. Salosen mukaan sosiaalisuus muodostuu siis vuorovaikutuksessa muiden ihmisten, sosiaalisten verkostojen ja yhteisöjen kanssa, ja tätä sosiaalisuutta ylläpitää toiminta. Salonen toteaa, että toiminta sisältää sellaisia fyysisiä ja psyykkisiä prosesseja, joiden kautta ihminen on osa omaa sosiaalista kontekstiaan eli sitä sosiaalista ympäristöä, jossa hän toimii. Salonen myös näkee ihmisen aktiivisena toimijana, joka hallitsee elämäänsä toimimalla sosiaalisessa vuorovaikutuksessa hänen elämäänsä vaikuttavien tekijöiden kanssa.

Sosiaalisuuden ja tekemisen välinen suhde muodostuu tiettyssä paikassa tai tilassa, joka luo sopivan ympäristön sosiaalisten suhteiden luomiselle ja toiminnan synnylle. Asiakkaat ja työntekijät olivat yhtä mieltä myös siitä, että päivätoiminta on paikka, joka kokoaa ikäihmisiä yhteen erilaisten toimintojen ääreen ja joka on yhteisöllinen sekä sosiaalisuutta ylläpitävä paikka. Nopparin ja Leinosen (2005, 50) teoriasta käy myös ilmi, kuinka ympäristö ja tila mahdollistavat yhteisöllisyyden ja yhteisen toiminnan synnyn. Hakosen (2008, 141) mukaan sosiaalinen kanssakäyminen ja kohtaamisen paikat mahdollistavat toimintaa. Hakonen toteaa myös sen, että toiminta kiinnittää ihmisen yhteisöön kuten Salonenkin on todennut teoriassaan. Kuvassa 2. paikka on kuvattu sosiaalisuuden ja toiminnan suhteiden kenttänä. Paikka tukee sekä sosiaalisuuden että toiminnan syntyä tarjoten ympäristön, jossa sosiaalisuudella ja toiminnalla on mahdollisuus keskinäiseen suhteeseen.

Sosiaalisuuden ja toiminnan suhde vaikuttaa monin eri tavoin ihmisen hyvinvointiin ja terveyteen. Kähäri-Wiik, Nieminen & Rantanen (2007, 150–152) kertovat virikkeellisen toiminnan pitävän ikääntyneet ihmiset virkeinä, elämänhaluisina, aktiivisina ja omatoimisina. Päivätoiminnan sosiaalinen ja toiminnallinen ulottuvuus edistävät ikäihmisen psyykkistä toimintakykyä. Tutkimuksessamme saadut tulokset osoittavat päivätoiminnan vaikuttavan elämänlaatua parantavasti, sillä tuloksien mukaan päivätoiminta ehkäisee ja lieventää yksinäisyyttä ja lisää kuuluvuuden tunnetta sekä tunnetta omasta tärkeydestä. Asiakkaiden ja työntekijöiden tuloksia vertailemme teorioihin voimme todeta yhtäläisyyksiä niiden välillä päivätoiminnan sosiaalisuuden vaikutuksesta asiakkaiden arkeen ajallisesti. Sekä teorioista että tuloksista nousee esille päivätoiminnan rutiinimaisuus, minkä avulla ylläpidetään asiakkaiden arjen jatkuvuutta. Myös päivätoiminnan sosiaalisuus luo rytmiä ikäihmisten arkeen ja päivänkuuluun.

Lisäksi päivätoiminnan sosiaalisuutta ylläpitävä asia oli teorian ja tulosten mukaan ohjaaja ja hänen roolinsa päivätoiminnassa. Kuvasta 2. voimme nähdä, että ohjaaja luo ja ylläpitää toimintaa ja sosiaalisuutta omalla ammatillisella osaamisellaan. Nietosvuori (2008, 136–137) toteaa teoriassaan, että toiminta auttaa työntekijää tuntemaan asiakkaitaan, ja heidän tarpeitaan ja toiveitaan paremmin. Tämä Nietosvuoren näkemys käy ilmi asiakaslähtöisyytenä työntekijöiden tuloksista. Työntekijät mainitsivat, että asiakkaita tulee kuulla sekä huomioida heidän tarpeitaan. Työntekijöiden haastattelujen tulokset ovat yhteneväiset Liikasen (2007, 78) teoriaan, jossa Liikanen kertoo toiminnallisten ryhmien pyrkivän asiakkaiden voimaannuttamiseen ja kokonaisvaltaiseen toimintakyvyn tukemiseen. Työntekijöiltä saadut tulokset ja Liikasen teoria yhtenevät siinä asiassa, että toiminta on tavoitteellista, ja sitä tehdään sosiokulttuurisen innostamisen kautta, jolla pyritään etsimään voimavaroja arjen jaksamiseen, tukemaan sosiaalista yhteenkuuluvuutta ja ikäihmisten identiteettiä.

Päivätoiminnan sosiaalisuus ilmenee kuvan 2. mukaisesti, jossa sosiaalisuuden ja toiminnan ulottuvuuksien suhteesta syntyy tiettyssä paikassa (paikka ulottuvuus) päivätoiminnan sosiaalisuus. Sosiaalisuuden ja toiminnan välistä suhdetta on kuvattu kuvassa 2. sinisellä nuolella. Päivätoi-

minnan sosiaalisuus ilmenee olomuotona, jonka vaikutukset asiakkaille ovat elämänlaadullisia (elämälaatu ulottuvuus) ja ajallisia (aika ulottuvuus). Päivätoiminnan sosiaalisuus ei syntyisi ilman tätä prosessia, jota luo ja ylläpitää ohjaaja (ohjaajan ulottuvuus).

10 POHDINTA

Opinnäytetyön prosessi kartoitti tietämystämme ikäihmisten päivätoiminnasta. Saimme laaja-alaisen näkemyksen päivätoiminnasta, ja sen merkityksestä ikäihmisille. Saimme selville, mitä on päivätoiminnan sosiaalisuus ja löysimme päivätoiminnan merkityksen kuusi ulottuvuutta. Opinnäytetyön tutkimus oli mielenkiintoista tehdä, sillä pääsimme tutustumaan sellaisiin teorioihin, joihin emme olleet ennen tutustuneet, kuten Kari Salosen väitöskirjaan, jossa hän on tutkinut sosiaalista vanhenemista.

Opinnäytetyömme tutkimusvaihe oli moninainen. Teimme laadullisen tutkimuksen, jossa käytimme sekä laadullista että määrällistä tutkimusotetta. Tutkimusmenetelminä käytimme kyselylomakkeen ja teemahaastattelun aineistohankintamenetelmien triangulaatiota. Tutkimuksen tekeminen oli myös haastavaa, sillä tutkimuksen kohderyhmänä olivat sekä päivätoiminnan asiakkaat kuin työntekijätkin, jolloin tutkimukseen oli kaksi näkökulmaa. Lisäksi haastavan tutkimuksesta teki myös se, että käytimme tutkimuksessa sekä laadullista että määrällistä tutkimusotetta, jolloin haastavuutta loi niiden kautta saatujen tuloksien yhdistäminen.

Aineistonhankintamenetelmänä kyselylomakkeen tekeminen oli uutta. Haastavaa kyselylomakkeen tekemisessä oli se, että siitä piti saada ikäihmisille toimiva ja oikeita asioita kysyvä. Lomakkeen toimivuus oli tärkeää eritoten hyvien tulosten saamisessa. Saimme hyviä tutkimustuloksia, joista teimme sekä taulukoita että avointen kysymysten teemoitteluja. Tutkimuksen jälkeen kuitenkin huomasimme, kuinka kyselylomaketta olisi voinut saada vieläkin toimivammaksi. Teemahaastattelujen pituus ja toteutus aiheutti myös miettimistä. Halusimme haastatteluiden olevan sopivan mittaisia, mutta emme liian pitkiä, jottei litteroitavaa olisi liikaakaan. Haastattelut toteutimme yksilöhaastatteluina, mutta mietimme niiden toteuttamista yhdessä, eli ryhmähaastattelun muotoisena haastatteluna. Päädyimme kuitenkin yksilöllisiin haastatteluihin, jotta jokaisen haastateltavan ääni tulisi kuuluviin.

Opinnäytetyön ja itse tutkimuksen tekeminen on mielestämme onnistunut, sillä se on luotettava, pohjautuu teoriaan ja vastaa asettamiimme tutkimuskysymyksiin. Opinnäytetyön tekeminen prosessina on ollut osaltaan työläs ja aikaa vaativa, pitkä prosessi. Kuitenkin olemme ylpeitä saavutukseemme tuoda esille päivätoiminnan merkitystä ikäihmisille tämän opinnäytetyön muodossa. Toivomme myös tämän opinnäytetyön hyödyttävän niin Hämeenlinnan kaupunkia kuin muitakin, jotka haluavat tietää päivätoiminnasta ja sen merkityksestä.

Vanhusten päivätoimintaa tulisikin mielestämme lisätä yksinäisten ikäihmisten ja kotona asuvien ikäihmisten, mutta myös vanhainkotien ja palvelutalojen asukkaille sosiaalisen kanssakäymisen ylläpitämiseksi, yhteisöl-

lisyyden ja yhteenkuuluvuuden tunteen luomiseksi sekä muun sosiaalisen hyvinvoinnin lisäämiseksi. Vanhusten päivätoiminta on sosiaalinen kohtaamispaikka, jossa ikäihmiset voivat kokea vertaistukea ja nähdä muita ikätovereitaan. Lisäksi tällainen paikka tarjoaa yhteisen tekemisen ja yhteisten asioiden jakamisen mahdollisuuden. Päivätoiminta tarjoaa ikäihmisille virikkeitä arjen päiviin, joissa aika saadaan kulumaan rytmittäen viikon päiviä.

Tämä opinnäytetyö kartoittaa päivätoiminnan merkitystä ja sosiaalisuutta niin asiakkaiden kuin työntekijöiden kokemusten pohjalta. Muita opinnäytetyö aiheita päivätoimintaan liittyen voisi olla päivätoiminnan kehittäminen kotona asuvien ikäihmisten avopalveluna. Opinnäytetyössä voisi tällöin tutkia, mitä päivätoiminnassa voisi tai tulisi kehittää, jotta se vastaisi kotona asuvien iäkkäiden ihmisten tuen tarpeeseen ja jaksamiseen kotona. Opinnäytetyössä voisi tällöin myös selvittää, miten päivätoiminta sijoittuu palvelujärjestelmässä. Lisäksi voisi tutkia myös naisten ja miesten kokemuseroja päivätoiminnasta. Tällöin voisi tutkia, onko miesten ja naisten välillä eroja siitä, mitä päivätoiminta heille tarjoaa.

LÄHTEET

- Alkula, T., Pöntinen, S. & Ylöstalo, P. 1994. Sosiaalitutkimuksen kvantitatiiviset menetelmät. Juva: WSOY.
- Arki, arvot, elämä, etiikka. 2005. Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet. Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia ry. Ammatti eettinen lautakunta. Helsinki.
- Eloranta, T. & Punkanen, T. 2008. Vireään vanhuuteen. Helsinki: Tammi.
- Eskola, J. & Vastamäki, J. 2001. Teemahaastattelu: Opit ja opetukset. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: Gummerus, 24–42.
- Hakonen, S. 2008. Ennakoiva ja voimaannuttava elämäntähtäminen. Ikäntymisen voimavarat. Teoksessa Suomi, A. & Hakonen, S. (toim.) Kuluerästä voimavaraksi. Sosiokulttuurinen puheenvuoro ikääntymiskysymyksiin. Juva: WSOY, 111–168.
- Hervonen, A. & Pohjalainen, P. 1991. Gerontologian ja geriatrian perusteet. Tampere: Lääketieteellinen oppimateriaalikustantamo Oy.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. 13., osin uud. p. Helsinki: Tammi.
- Ikäihmisten palvelut. 2009. Hämeenlinnan kaupunki. Viitattu 4.1.2010. <http://www.hameenlinna.fi/ikaihmissen-palvelut/>.
- Jansson, A. 2009. Ystäväpiiri – elämyksiä yhdessä. Vanhustyö 1/2009, 22–24.
- Julkunen, R. 2008. Ikä ideana ja tutkimuskohteena. Teoksessa Suomi, A. & Hakonen, S. (toim.) Kuluerästä voimavaraksi. Sosiokulttuurinen puheenvuoro ikääntymiskysymyksiin. Juva: WSOY, 15–30.
- Jyrkämä, J. 2005. Vanheneminen ja vanhuus. Teoksessa Sankari, A. & Jyrkämä, J. (toim.) Lapsuudesta vanhuuteen. Iän sosiologiaa. Tampere: Vastapaino, 267–323.
- Järviö, A. & Härkönen, K. 2006. Kuntoutuksen perusteet. Helsinki: WSOY.
- Kapiainen, P. 2009. 6 kuntaa yhdistyi Hämeenlinnassa. Vanhustyö 1/2009, 7–9.
- Kettunen, T. & Ihalainen, J. & Heikkinen, H. 2000. Monimuotoinen sosiaaliturva. 3.–4. painos. Juva: WSOY.

Kiviniemi, K. 2001. Laadullinen tutkimus prosessina. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: Gummerus, 68–84.

Koskinen, S., Aalto, L., Hakonen, S. & Päivärinta, E. 1998. Vanhustyö. Jyväskylä: Gummerus.

Kröger, T., Karisto, A. & Seppänen, M. 2007. Sosiaalityö vanhuuden edessä. Teoksessa Seppänen, M., Karisto, A. & Kröger, T. (toim.) Vanhuus ja sosiaalityö. Sosiaalityö avuttomuuden ja toimijuuden välissä. Juva: WSOY, 7–15.

Kähäri-Wiik, K. & Niemi, A. & Rantanen, A. 2007. Kuntoutuksella toimintakykyä. 5., uudistettu painos. Helsinki: WSOY.

Laadullinen tutkimus. n.d. Kurssi- ja oppimismateriaalipilone Koppa. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 11.1.2010. <https://webapps.jyu.fi/koppa/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/laadullinen-tutkimus>.

Laine, A. & Ruishalme, O. & Salervo, P. & Sivén, T. & Välimäki, P. 2009. Opi ja ohjaa sosiaali- ja terveysalalla. 8. uud. p. Helsinki: WSOY.

Laine, T. 2001. Miten kokemusta voidaan tutkia? Fenomenologinen näkökulma. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: Gummerus, 26–43.

Liikanen, H-L. 2007. Gerontologisen sosiaalityön menetelmiä. Teoksessa Seppänen, M., Karisto, A. & Kröger, T. (toim.) Vanhuus ja sosiaalityö. Sosiaalityö avuttomuuden ja toimijuuden välissä. Juva: WSOY, 69–91.

Marin, M. 2003a. Elämän paikallisuus ja paikat. Teoksessa Marin, M. & Hakonen, S. (toim.) Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Juva: WSOY, 22–41.

Marin, M. 2003a. Sosiaaliset verkostot. Teoksessa Marin, M. & Hakonen, S. (toim.) Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Juva: WSOY, 72–91.

Marin, M. 2003b. Yhteiskunta ja hyvä vanheneminen: lähestymistapoja hyvän vanhenemisen yhteiskunnallisiin ehtoihin. Teoksessa Heikkinen, E. & Marin, M. (toim.) Vanhuuden voimavarat. 2. painos. Vammala: Tammi, 89–117.

Määrällinen tutkimus. n.d. Kurssi- ja oppimismateriaalipilone Koppa. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 11.1.2010. <https://webapps.jyu.fi/koppa/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/maarallinen-tutkimus>.

Nietosvuori, L. 2008. Luovat ja toiminnalliset menetelmät sosionomin työssä. Teoksessa Viinamäki, L. (toim.) 14 puheenvuoroa sosionomien (AMK) asemasta Suomen hyvinvointiasiantuntijajärjestelmässä. Kemi-Tornion ammattikorkeakoulun julkaisuja, sarja A: raportteja ja tutkimuksia 2/2008. 135–142.

Noppiari, E. & Leinonen, S. 2005. Vanhuksen kokonaisvaltaista terveyttä edistävä mielenterveys. Teoksessa Noppiari, E. & Koistinen, P. (toim.) Laatu vanhustyöhön. Helsinki: Tammi, 36–91.

Rissanen, L. 1999. Vanhenevien ihmisten kotona selviytyminen. Yli 65-vuotiaiden terveys, toimintakyky ja sosiaali- ja terveyspalvelujen koettu tarve. Oulu: Oulun yliopisto, pdf-tiedosto. Viitattu: 28.8.2009. <http://herkules oulu.fi/isbn9514254414/isbn9514254414.pdf>.

Salonen, K. 2007. Haastava sosiaalinen vanhustyössä – avopalvelutyöntekijöiden näkemyksiä kotona asuvien vanhusten sosiaalisesta olo-olomuotoisuudesta. Turun ammattikorkeakoulun tutkimuksia 26, väitöskirja. Yhteiskuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto.

Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2008:3. Ikäihmisten palvelujen laatusuositus. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö & Suomen kuntaliitto.

Strukturoitu ja puolistrukturoitu haastattelu. n.d. KvaliMOTV. Tampereen yliopisto. Viitattu 19.1.2010. http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_3_3.html.

Sulander, T. 2008. Toimintakyky on muutakin kuin fyysistä suoriutumista. Vanhustyö 7/2008, 32–34.

Survey. n.d. Kurssi- ja oppimismateriaalipolku Koppa. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 11.01.2010. <https://webapps.jyu.fi/koppa/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/survey>.

Tenkanen, R. 2007. Sosiaalityö ja kotona asuvien vanhusten ongelmat. Teoksessa Seppänen, M., Karisto, A. & Kröger, T. (toim.) Vanhuus ja sosiaalityö. Sosiaalityö avuttomuuden ja toimijuuden välissä. Juva: WSOY, 181–192.

Tiikkainen, P. 2006. Vanhuusiän yksinäisyys. Vanhustyö 6/2006, 9–11.

Tilastollisia menetelmiä. n.d. Sanasto. Opetushallitus. Viitattu 20.1.2010. <http://www.edu.fi/oppimateriaalit/tilastomatikka/sanasto.html>.

Tuominen, E. 2006. Vanhusten yksinäisyyttä hälvennetään yhteiskunnallisilla päätöksillä. Socius 4/06, 4–6.

Valli, R. 2001. Kyselylomaketutkimus. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin I. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: Gummerus, 100–112.

Varto, J. 2005. Laadullisen tutkimuksen metodologia. Metodologia tutkii menetelmien perusteita ja oletuksia. Elan Vital, pdf-tiedosto. Viitattu 11.01.2010.

http://arted.uiah.fi/synnyt/kirjat/varto_laadullisen_tutkimuksen_metodologia.pdf.

Viramo, P. 1998. Vanhakin vertyy. Päiväkuntoutuksen ja viriketoiminnan vaikutus ikääntyneen toimintakykyyn ja terveyteen. Helsinki: Vanhustyön keskusliitto.

Viriketoiminta. 2005. Virikevoimala Nirun. Viitattu 2.10.2009. http://www.nirun.fi/esite_viriketoiminta.html.

Virkistys- ja päivätoiminta. 2009. Ikäihmisten palvelut. Hämeenlinnan kaupunki. Viitattu 4.1.2010. <http://www.hameenlinna.fi/Ikaihminenpalvelut/Virkistys--ja-paivatoiminta/>.



SAATEKIRJE

24.09.2009

Sosiaalialan koulutusohjelma

Lahdensivun yksikkö, HAMK

Hei hyvä ystävä,

Olemme tekemässä opinnäytetyötä päivätoiminnasta ja sen merkityksestä ikäihmisille. Haluamme kuulla sinun mielipiteesi päivätoiminnasta tämän kyselylomakkeen avulla. Pyydämme sinua ystävällisesti vastaamaan tähän kyselyyn, jotta saisimme opinnäytetyöhömme paljon tietoa päivätoiminnasta. Opinnäytetyöllämme haluamme osoittaa päivätoiminnan tärkeyden ikäihmisille. Haluamme korostaa päivätoimintaa Hämeenlinnassa.

Palautathan vastauslomakkeesi päivätoimintaryhmäsi palaute-
laatikkoon _____.

päivämäärä

Kiitos etukäteen vastauksestasi!

terv. Heidi ja Katja Niemistö



KYSELY PÄIVÄTOIMINNASTA JA SEN MERKITYKSESTÄ

1. Mikä sai sinut alun perin lähtemään päivätoimintaan?

2. Mitä päivätoiminta merkitsee sinulle?

3. Millaisia vaikutuksia päivätoiminnalla on arkeesi?

4. Kuinka usein koet seuraavia tunteita päivätoiminnassa?

	en ikinä	harvoin	en osaa sanoa	joskus	usein
iloisuus	1	2	3	4	5
uupuneisuus	1	2	3	4	5
turvallisuus	1	2	3	4	5
välipitämättömyys	1	2	3	4	5
rauhallisuus	1	2	3	4	5
surullisuus	1	2	3	4	5
turhautuneisuus	1	2	3	4	5
tasa-arvoisuus	1	2	3	4	5
hermostuneisuus	1	2	3	4	5
tyytyväisyys	1	2	3	4	5
pelokkuus	1	2	3	4	5
ulkopuolisuus	1	2	3	4	5
innostuneisuus	1	2	3	4	5
närkästyneisyys	1	2	3	4	5
jäsenyys	1	2	3	4	5
virikistyneisyys	1	2	3	4	5

5. Kuinka tärkeäksi koet seuraavat asiat päivätoiminnassa?

	en yhtään tärkeäksi	vähän tärkeäksi	en osaa sanoa	melko tärkeäksi	erittäin tärkeäksi
Päivätoiminnan kaverit	1	2	3	4	5
Yhteiset muistot	1	2	3	4	5
Yhdessä tekeminen	1	2	3	4	5
Huolenpito	1	2	3	4	5
Ohjaajan läsnäolo	1	2	3	4	5
Virkistävä ohjelma	1	2	3	4	5
Yhdessä koetut asiat	1	2	3	4	5
Seura	1	2	3	4	5
Hyväksytyksi tuleminen	1	2	3	4	5
Kannustava tuki	1	2	3	4	5
Avunsaaminen	1	2	3	4	5

6. Mistä asioista pidät päivätoiminnassa? Valitse seuraavista 5 itsellesi mieleisintä asiaa päivätoiminnassa.

<input type="checkbox"/> Pelaaminen (bingo, lautapelit, heittopelit, ym.)	<input type="checkbox"/> Ohjaajan läsnäolo
<input type="checkbox"/> Askartelu	<input type="checkbox"/> Piirtäminen ja maalaaminen
<input type="checkbox"/> Tuolijumppa	<input type="checkbox"/> Aivojumppa ja tietokilpailut
<input type="checkbox"/> Esiintymiset ja konsertit, juhlat ja tilaisuudet	<input type="checkbox"/> Projektit (opiskelijoiden tekemät, ym.)
<input type="checkbox"/> Ilmaisu (näyttelemisen, runon lausunta, vitsit, ym.)	<input type="checkbox"/> Käsityöt
<input type="checkbox"/> Kahvinjuonti	<input type="checkbox"/> Senioritanssi
<input type="checkbox"/> Yhdessäolo, seura ja yhteisöllisyys	<input type="checkbox"/> Elokuvien katselu
<input type="checkbox"/> Kirjallisuus ja runot	<input type="checkbox"/> Ulkoilu ja muu liikunta
<input type="checkbox"/> Retket (teatteri, Loimalahti, matkat, ym.)	<input type="checkbox"/> Musiikki (soitto, laulu, kuuntelu)
<input type="checkbox"/> Leipominen	<input type="checkbox"/> Keskustelu
<input type="checkbox"/> Vierailijat	<input type="checkbox"/> Ystävät, kaverit ja tutut
<input type="checkbox"/> Muistelu (yhteiset kokemukset, muistot, valokuvat)	<input type="checkbox"/> Jokin muu asia, mikä? _____

7. Pystytkö mielestäsi vaikuttamaan ryhmässä?

Kyllä En En osaa sanoa

8. Vahvistaako päivätoiminta sinun aktiivisuuttasi?

Kyllä Ei En osaa sanoa

9. Tukeeko päivätoiminta kykyäsi ylläpitää päivätoiminnan ulkopuolisia suhteita?

Kyllä Ei En osaa sanoa

10. Tukeeko päivätoiminta kykyäsi toimia muissa sosiaalisissa tilanteissa?

Kyllä Ei En osaa sanoa

KIITOS VASTAUKSESTASI!

TEEMAHAASTattelun runko

TEEMAT:

Teema 1. Päivätoiminnan merkitys.

Apukysymyksiä:

- a) Mitkä ovat päivätoiminnan tavoitteet?
- b) Mitä päivätoiminta merkitsee asiakkaille?
- c) Millaisia vaikutuksia päivätoiminnalla on asiakkaiden arkeen?

Teema 2: Päivätoiminnan sosiaalinen näkökulma.

Apukysymyksiä:

- a) Miten sosiaalisuus ilmenee päivätoiminnassa? Miten toiminta luo sosiaalisuutta? Mitä tapahtuu konkreettisesti? Millaisin keinoin?
- b) Mikä on päivätoiminnan rooli tai merkitys ikäihmisten sosiaalisten suhteiden tai verkostojen kannalta?
- c) Millaista ammatillista osaamista mielestäsi työntekijältä vaaditaan päivätoiminnan sosiaalisuuden kannalta?

Heidi Niemistö ja
Katja Niemistö

HAASTATTELULUPA

TEEMAHAASTATTELUN NAUHOITTAMISLUPA

Pyydämme lupaa nauhoittaa opinnäytetyömme tutkimukseen liittyvän teemahaastattelun. Tarkoituksemme on äänityksen perusteella analysoida teemahaastattelun vastauksia ja raportoida tuloksia opinnäytetyössämme.

Haastattelemme teitä teemahaastattelulla päivätoiminnan merkityksestä ja sosiaalisuudesta. Eli haastattelulla pyritään selvittämään päivätoiminnan työntekijän kokemusta päivätoiminnan merkityksestä ja tärkeydestä ikäihmisille sen sosiaalisesta näkökulmasta. Tarkoituksena on siis selvittää, millainen vaikutus päivätoiminnalla on ikäihmisen arkeen ja kuinka merkittävä päivätoiminta työnä on. Kartoitamme myös päivätoiminnan työntekijöiden omaa kokemusta siitä, millaista sosiaalista osaamista päivätoiminta vaatii työntekijältä.

Nauhoitettu teemahaastattelu tehdään opinnäytetyömme tutkimusta varten. Olemme vaitiolovelvollisia koko haastattelun sisällöstä. Käsittelemme tuloksia opinnäytetyössämme nimettöminä, anonyymeina.

Paikka ja päivämäärä: _____

Opinnäytetyöntekijät: _____ ja _____
Heidi Niemistö Katja Niemistö

Haastateltava: _____