

Outi Penttinen

SATAKUNNAN VANHUSTUKI -YHDISTYKSEN TOIMINNAN
MERKITYS IKÄIHMISTEN HYVINVOINNIN TUKEMISESSA

Vanhustyön (Ylempi AMK) koulutusohjelma
2017

SATAKUNNAN VANHUSTUKI -YHDISTYKSEN TOIMINNAN MERKITYS IKÄIHMISTEN HYVINVOINNIN TUKEMISESSA

Penttinen, Outi
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Vanhustyön (ylempi AMK) - koulutusohjelma
Syyskuu 2017
Ohjaaja: Ruisniemi, Arja
Sivumäärä: 68
Liitteitä: 2

Asiasanat: yhdistystoiminta, kolmas sektori, ikäihmisten hyvinvointi, osallisuus

Tämä opinnäytetyö käsittelee kolmannen sektorin toimintaa ja erityisesti ikääntyneille suunnatun yhdistystoiminnan merkitystä heidän hyvinvointinsa tukemisessa. Kansalaisten hyvinvoinnin edistämiseksi kolmannen sektorin merkitys on koko ajan lisääntynyt. Suomessa on tällä hetkellä noin 135 000 rekisteröityä yhdistystä, joista 10 % on sosiaali- ja terveysalan järjestöjä (Terveyden ja hyvinvointilaitoksen [www-sivut](http://www.sivut.fi)).

Yhdistystoiminnan tutkiminen ja sen merkityksen esiin tuominen on erityisen ajankohtaista nyt, kun valtakunnallista sosiaali- ja terveydenhuollon uudistusta suunnitellaan ja toteutetaan. Uudistuksen myötä väestön ennaltaehkäisevä hyvinvointityö jää kuntien vastuulle. Opinnäytetyössä kartoitetaan Porissa vuonna 2003 perustetun Satakunnan Vanhustuki ry:n toimintaa. Vanhustuki-yhdistys tarjoaa ikääntyneiden kansalaisten hyvinvointia tukevaa toimintaa sekä yhdistystoimintana että ammattilaisten tekemänä erilaisten hankkeiden kautta.

Yhdistyksen toimintaan osallistuneiden haastatteluilla tutkittiin osallistumisen merkitystä heidän hyvinvoinnilleen ja arjessa selviytymiseen. Arviointi suoritettiin BIKVA-mallia käyttäen. BIKVA on asiakaslähtöinen arviointimalli, jonka tavoitteena on ottaa asiakkaat mukaan arviointiin. BIKVA-mallin mukaisesti haastattelut aloitettiin yhdistyksen toimintaan osallistuneista ikäihmisistä. Heidän jälkeensä haastateltiin yhdistyksen hallituksen jäsenet sekä yhdistyksen puheenjohtaja ja toiminnanjohtaja. Tutkimustulokset osoittavat, että yhdistystoimintaan ja sen puitteissa järjestettyyn ryhmätoimintaan osallistuminen tukee ikääntyneiden hyvinvointia merkittävästi. Hyvinvoinnin tukeminen kuvailtiin toteutuvan mm. yhteisöllisyyden kokemisen ja asiantiedon saamisen kautta.

THE SIGNIFICANCE OF THE WORK OF SATAKUNNAN VANHUSTUKI RY IN PROMOTING OLDER PEOPLE'S WELFARE

Penttinen, Outi
Satakunta University of Applied Sciences
Master's Degree Programme in Elderly Care
September 2017
Supervisor: Ruisniemi, Arja
Number of pages: 68
Appendices: 2

Keywords: association activity, the third sector, welfare of older people, participation

This thesis studies the activity of the third sector and concentrates on the role of the association activities directed to older people. The importance of the third sector has increased continuously in the society for promoting the welfare of the citizens. There are 135 000 registered associations in Finland, 10 % of which are social and health associations (National Institute for Health and Welfare, Finland).

Research on association activity is particularly current now, when the national social welfare and health care reform is being planned and carried out. In this reform the preventive health care is left to the communes to take care of. Satakunnan Vanhustuki ry offers the activities that support the welfare of the older citizens. The support is actualized by association activity and by various professional projects.

Satakunnan Vanhustuki ry has been created in 2003, and the activities of these past years are being studied in this thesis. The participants of the association have been interviewed. The role and the effect of the participation for the welfare and coping in daily life have been studied. This evaluation has been carried out with the BIKVA model. The Bikva is a client-oriented evaluation method, which takes the clients within the evaluation. In accordance with the Bikva, the interviews began with the older participants of the association activities. The members of the committee of the association including the chairman and the executive director, were interviewed after them. The results of this evaluation show that the participation in the association activities, especially in group activities, greatly supports the welfare of the older people. This support was described to be realised by an experience of community and by getting factual information.

SISÄLLYS

1 JOHDANTO.....	5
2 KOLMANNEN SEKTORIN TOIMINTA.....	7
2.1 Kolmannen sektorin määrittelyä.....	7
2.2 Julkisen sektorin ja järjestöjen välinen yhteistyö.....	9
3 SATAKUNNAN VANHUSTUKI RY.....	14
3.1 Yhdistyksen tausta ja tarkoitus.....	14
3.2 Yhdistyksen toiminta.....	15
3.3. Yhdistyksen hanketoiminta.....	17
4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET.....	19
5 OPINNÄYTETYÖN TEOREETTISTA TAUSTAA.....	20
5.1 Keskeiset käsitteet.....	20
5.2 Aiheeseen liittyvää kirjallisuutta ja tutkimuksia.....	24
5.3 Satakunnan Vanhustuki ry:n liittyvät opinnäytetyöt ja tutkimukset.....	27
6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN.....	29
6.1 Tutkimusmenetelmä.....	29
6.2 Aineiston kerääminen.....	35
6.3 Haastatteluiden analysoiminen.....	37
7 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET.....	39
7.1 Yhdistystoimintaan osallistuneiden haastattelut.....	39
7.2 Hallituksen jäsenten haastattelu.....	44
7.3 Yhdistyksen toiminnanjohtajan ja hallituksen puheenjohtajan haastattelu...	46
7.4 Yhdistyksen Aikamatka.....	49
7.5 Tuloksista tiedottaminen.....	51
8 OPINNÄYTETYÖN LUOTETTAVUUDEN ARVIOINTIA.....	51
8.1 Tutkimustyön ja raportoinnin luotettavuus.....	51
8.2 Työntekijänä ja arvioijana.....	53
9 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA.....	55
LÄHTEET.....	63
LIITTEET	

1 JOHDANTO

Tämä opinnäytetyö käsittelee kolmannen sektorin toimintaa ja sen kehittämistä. Yhteiskunnan toimintaa voidaan kuvata eri sektoreilla tapahtuvana toimintana. Kansalaisten hyvinvoinnin kannalta niin yksityisellä, julkisella kuin kolmannella sektorilla on oma merkityksensä. Kolmannen sektorin järjestö- ja vapaaehtoistoiminnalla kyetään joustavasti vastaamaan muuttuvan yhteiskunnan ja sen kansalaisten tarpeisiin. Toiminta tapahtuu niin fyysisesti kuin henkisesti lähellä ihmistä, osana kansalaisten arkipäiväistä elämää. (Harju 2010a.)

Kansalaisjärjestöillä on tärkeä rooli mm. terveyden- ja hyvinvoinnin edistämisessä. Järjestöissä ihmisillä on mahdollisuus osallistua yhteiskunnan toimintaan ja erilaisiin harrastuksiin. Toiminnan vuorovaikutuksellisuuden ja yhteisöllisyyden kautta syntyy sosiaalista pääomaa. Järjestötoiminta lisää yhteiskunnallisia vaikuttamismahdollisuuksia myös niille kansalaisille, joiden ääni tulee muutoin heikosti kuulluksi. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut 2017.) Jokaisen yleishyödyllisen järjestön toiminnan tarkoituksena on edistää yksilöiden etuja ja intressejä kollektiivisen toiminnan kautta (Ilvonen 2005, 7.) Yhteiskunnan jäsenten osallistumista ja osallisuutta tasavertaisina yhteisön jäseninä yhteiskunnan elämään voidaan toteuttaa monipuolisesti järjestötoimintaan osallistumisen kautta. Avoimessa ja aktiivisessa yhteiskunnassa järjestöt ja poliittinen valta keskustelevat avoimesti yhteiskunnan ongelmista ja niiden ratkaisumahdollisuuksista (Ilvonen 2005, 9.)

Sosiaali- ja terveysalan järjestöjen toimintaan osallistuu jopa yli 720 000 täysi-ikäistä suomalaista. Säännöllisesti osallistuvia heistä on yli 460 000 henkilöä. (THL:n www-sivut 2017.) Satakunnassa on Patentti- ja rekisterihallituksen mukaan yhteensä noin 6150 rekisteröitynyttä yhdistystä, joista noin 450 on sosiaali- ja terveysalan yhdistyksiä (Satasoten www-sivut 2017).

Suomen sosiaali ja terveys (SOSTE) ry:n järjestöbarometrin (2016) mukaan kokonaiskuva paikallisyhdistystoiminnasta on myönteinen, valtaosalla yhdistyksistä niiden kysyntä ja määrä ovat lisääntyneet tai pysyneet ennallaan. Paikallisten sosiaali- ja terveysalan yhdistysten tärkeimmät toimintamuodot ovat vapaaehtoistoiminta, harrastus- ja virkistystoiminta, vertaistoiminta, tiedonvälitys, ohjaus ja neuvonta, asiantuntijuus, ehkäisevä työ ja vaikuttamistoiminta. (Peltosalmi, Eronen, Litmanen, Londen & Ruuskanen 2016, 26, 38.)

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää yhdistystoiminnan merkitystä erityisesti ikäihmisten elämässä. Opinnäytetyön tarkoituksena on kartoittaa, mitä Satakunnan Vanhustuki ry:n toimintaan osallistuminen merkitsee ikääntyneen osallistujan hyvinvoinnille, arjen sujumiselle ja osallisuuden kokemiselle. Tarkoituksena on myös kuvata Satakunnan Vanhustuki ry:n toimintaa Porin alueen ikäihmisten hyvinvoinnin edistämiseksi.

Tehtävän toimeksiantajana on vuonna 2003 Porissa perustettu Satakunnan Vanhustuki-yhdistys, jonka toimii asiantuntijayhdistyksenä ikääntymiseen liittyvissä asioissa. Yhdistys toimii vapaaehtois pohjalta järjestäen ikäihmisille monenlaista toimintaa sekä auttaen ja neuvoen arjen sujumiseen liittyvissä asioissa. Tällä hetkellä yhdistys hallinnoi Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskuksen (STEA) Veikkauksen tuotoilla rahoittamaa Yksinäisyydestä aitoon kohtaamiseen -hanketta.

Järjestöt tuovat käynnissä olevaan valtakunnalliseen sosiaali- ja terveydenhuollon uudistukseen kansalaisten ja palvelunkäyttäjien äänen. Ne tuntevat palveluiden käyttäjien tarpeet ja niillä on pitkä kokemus asiakaslähtöisten palveluiden rakentamisesta. Järjestöissä tunnetaan myös palvelujärjestelmän aukkokohtat. (Peltosalmi ym. 2016, 189.) Järjestöjen kautta yksittäisten ihmisten ääntä ja kokemuksia on mahdollista saada kuuluviin. Laissa iäkkään väestön toimintakyvyn tukemisesta ja sosiaali- ja terveyspalveluista (2012/980) sekä Laatusuosituksessa hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palveluiden parantamiseksi (2013) painotetaan ikääntyneiden kansalaisten osallistamista ja osallisuutta yhteiskuntaan. Tämä toteutuu järjestöyhteistyön kautta. Satakunnan Vanhustuki ry:n edustus on ollut mukana Satakunnan alueen sosiaali- ja terveydenhuollon uudistuksen (Satasoten) suunnittelu- ja valmistelutyössä ikääntyneiden

palveluiden työryhmässä tuomassa ikääntyvien palvelunkäyttäjien ääntä ja tarpeita kuuluviin.

2 KOLMANNEN SEKTORIN TOIMINTA

Tässä luvussa käsitellään tarkemmin yhteiskunnan kolmannen sektorin toimintaa. Esiin nostetaan myös ajankohtainen keskustelu julkisen sektorin ja järjestöjen välisestä yhteistyöstä.

2.1 Kolmannen sektorin määrittelyä

Amerikkalainen sosiologi Amitai Etzioni (1973) oli yksi ensimmäisistä tutkijoista, joka käytti käsitettä kolmas sektori. Käsitteellä hän viittasi valtion ja markkinoiden välisellä harmaalla vyöhykkeellä toimiviin organisaatiomuotoihin. Käsite korvasi samalla aiemmin käytössä olleita taloudellisiin ja verotuksellisiin seikkoihin perustuvia käsitteitä, kuten verovapaa sektori tai voittoa tavoittelematon sektori. (Helander 1998, 51.)

Yhteiskuntaelämä voidaan jaotella neljään eri sektoriin. Ensimmäinen sektori sisältää markkinat ja yrityselämän, toinen sektori tarkoittaa valtiota ja julkista sektoria, kolmas sektori sisältää kansalaisjärjestöt ja vapaaehtoisen kansalaistoiminnan sekä neljäs sektori perheen, kotitaloudet ja intiimit suhteet. Eronteko yhteiskuntaelämän sektoreiden välillä perustuu ajatukseen, että sektorit edustavat suhteellisen itsenäisiä sosiaalisen todellisuuden alueita ja että kukin niistä toimii oman erityisen logiikkansa mukaisesti. Sektoreilla viitataan useimmiten kyseisten yhteiskuntaelämän alueiden järjestäytyneeseen, pysyviksi rakenteiksi institutionalisoituneeseen puoleen. Termi kolmas sektori viittaa siten yleisimmin kansalaisyhteiskunnan järjestöihin ja säätiöihin. (Konttinen 2017.)

1970-luvulla kolmannen sektorin käsite tuli laajempaan käyttöön myös Euroopassa. Vapaaehtoisjärjestökentän merkitys työllisyyden hoidossa ja sosiaalisten palveluiden

tuottajana nousi huomion kohteeksi 1980-luvulla. Kolmannen sektorin vapaaehtoisjärjestöt edustivat inhimillistä vaihtoehtoa työllistämässä. Ajateltiin myös, että kolmas sektori voisi toimia mahdollisena palveluiden tuottajana ja julkisten palveluiden osittaisena korvaajana valtiontalouden ajautuessa rahoituskriisiin. Paikalliset yhdistykset, itseapu- ja naapuriapu-ryhmät kykenisivät julkissektoria paremmin huomioimaan palveluita tarvitsevien tarpeet. (Konttinen 2017.)

Kolmas sektori tulee käsitteenä lähelle kansalaisyhteiskunnan käsitettä, ja toisinaan niitä on käytetty lähes synonyymeina (Konttinen 2017). Kansalaisyhteiskuntaan kuuluvat Suomessa vapaamuotoinen kansalaistoiminta, järjestötoiminta, ammattiyhdistystoiminta, puolue toiminta, uskonnollisten yhdyskuntien toiminta, uusosuuskunnat, säätiöt, vapaa sivistystyö ja sosiaalinen media (Harju 2010b, 13). Luterilainen ja ortodoksinen kirkko jäävät jaottelussa julkisen asemansa vuoksi kolmannen sektorin ulkopuolelle, vaikka ne toimivat voittoa tavoittelemattomalla perustalla ja niiden toimintaan kuuluu hyvin paljon vapaaehtoistoimintaa (Helander & Laaksonen 1999, 18). Kansalaisyhteiskunnassa kansalaiset järjestävät toimintaa ja palveluja itselleen omista tarpeistaan ja lähtökohdistaan käsin. Kiinnostus jotakin asiaa kohtaan saa ihmiset liikkeelle ja toimimaan. Kansalaisyhteiskunta määrittää itse toimintansa, vaikkakin rahoittajien merkitys toiminnan määrittämisessä on entisestään kasvanut. (Harju 2010b, 14.)

Järjestöjen funktiona on ihmisten kerääntyminen toimimaan yhdessä heille tärkeän asian äärelle. Järjestöt toimivat paitsi kansalaisten kohtaamisen ja osallistumisen mahdollistajina, myös yhteisen hyvinvoinnin edistämiseksi omasta erityistehtävästään käsin. (Mäkelä 2014, 5.) Järjestön organisointitapoja voi olla monenlaisia. Järjestötoiminnan on mahdollista tuoda elastisuus ja joustavuus kaikkeen tekemiseen ja organisoitumiseen. Toimijalähtöisyys, rakenteiden mataluus ja joustavuus sekä jatkuva uudistumiskyky ovat uuden kansalais- ja järjestötoiminnan avainsanoja 2010-luvun Suomessa. Järjestön käytössä olevat taloudelliset resurssit voidaan suunnata kulloisenkin muutoksen mukaan, uudistumista tukien eikä vanhoja rakenteita pönkittäen. (Harju 2010b, 176.) Järjestöjen toimintaa voidaan siis muokata ja uudistaa joustavammin ja nopeammin ajankohtaisten tarpeiden kuin toimintaa julkisen sektorin puolella.

Kansalaisyhteiskunta elää merkitysten kautta. Ihminen on mukana sellaisessa, joka tuottaa hänelle merkitystä elämään. Ihmisellä on tarve kuulua yhteisöön. Kansalaisyhteiskunnan toiminta tarjoaa paikkoja kuulumiselle ja mukanaololle. Kansalaisyhteiskunta on yksi keino murtaa ihmisten yksinäisyyden kehää. (Harju 2010b, 59, 75.) Järjestöjen omissa arvioissa edunvalvonta- ja vertaistuen tarjoajan tehtävät näyttävät olevan vahvistumassa. Järjestökenttä on nyt sisäisesti liikkeessä. On ajankohtaista ja tärkeää, että järjestöissä jatketaan laajasti keskustelua siitä, miten järjestöt itse määrittelevät omaa tehtävänsä ja mihin suuntaan ollaan menossa. Työ on syytä tehdä toiminnan omista lähtökohdista käsin. Se luo edellytykset myös sille, että järjestöt vahvistuvat paikallisina ja alueellisina toimijoina sekä kumppaneina verkostoja kehitettäessä. Muuten on riskinä se, että järjestöt alkavat toteuttaa niille ulkoapäin muiden antamaa tehtävää ja innovatiivinen potentiaali katoaa. Monet hyvinvointiyhteiskuntamme innovaatiot ovat kansalaisaloitteellisuuden ja yhdistysten toiminnan aloittamaa ja aikaansaamaa. (Siisiäinen 2002, 5.)

Pohjoismaiden järjestösektori näyttää kvantitatiivisilta ulottuvuuksiltaan määrällisesti laajemmalta kuin useimmissa muissa länsimaissa jopa palkatun työvoiman määrällä mitattuna. Pohjoismaissa vapaaehtoistoimintaan osallistuminen ylittää länsimaiden keskiarvon ja ne kuuluvat kymmenen parhaan joukkoon 36 maasta laskettaessa palkatun ja vapaaehtoisen järjestötyövoiman osuus aktiivisesta väestöstä. Keskeisin toiminta-alue järjestösektorilla Pohjoismaissa on kulttuuri, urheilu ja vapaa-aika. (Matties 2007, 62.) Suomalaiset tekevät ahkerasti vapaaehtoistyötä omassa lähipiirissään sekä kansalais- ja järjestötoiminnan parissa. Taloustutkimus Oy:n kokoaman tutkimuksen mukaan vuonna 2015 vapaaehtoistyötä oli tehnyt joka kolmas (32.7%) neljän edellisen viikon aikana. Eniten vapaaehtoistyötunteja oli tehty lasten, kulttuurin ja liikunnan parissa. (Kansalaisareenan www-sivut 2017.)

2.2. Julkisen sektorin ja järjestöjen välinen yhteistyö

Kolmannen sektorin toimintaa on Suomessa viimeisten parinkymmenen vuoden aikana enenevästi kartoitettu ja tutkittu. Saatavilla on teoksia kunnan ja kolmannen sektorin yhteistyöstä, esimerkiksi Sakari Möttönen ja Jorma Niemelä ovat pohtineet kun-

tien ja järjestöjen yhteistyötä kirjassaan ”Kunta ja kolmas sektori”. Kirjoittajat nostavat järjestöt esiin toimijoiksi, jotka pitävät yhteiskunnassa yllä sosiaalisen tasa-arvon ja oikeudenmukaisuuden periaatteita. (Möttönen & Niemelä 2005.) Sosiaali- ja terveysjärjestöjen merkitystä arjen hyvinvoinnin asiantuntijoina käsitellään Jorma Niemelän ja Virpi Dufvan toimittamassa kirjassa. Kirjan näkökulmana on kansalaisten toimiminen ja vaikuttaminen järjestöjen kautta, mikä osaltaan suuntaa maamme sosiaali- ja terveystaloutta. (Niemelä & Dufva 2003, 6.)

Kolmas sektori on Suomessa esillä politiikan puheissa nykyään enemmän kuin vielä muutamia vuosia tai vuosikymmeniä sitten. Maan hallitus totesi ohjelmassaan vuonna 2007 haluavansa edistää julkisen, yksityisen ja kolmannen sektorin kumppanuutta palvelutuotannossa. Kolmas sektori on noussut esille myös puhuttaessa kunta- ja palvelurakennemuutoksesta, kun on korostettu tarvetta kehittää kuntiin uudenlaisia tapoja tuottaa palveluja. Myös kunnat itse ovat nostaneet kolmannen sektorin kanssa tehtävän yhteistyön yhdeksi keskeisemmistä keinoista parantaa palveluiden tehokkuutta ja tuotavuutta. (Pihlaja 2010, 11.)

Nykyisessä hallitusohjelmassa on julkisen ja kolmannen sektorin yhteistyö myös otettu esille. Toimintasuunnitelma strategisen hallitusohjelman kärkihankkeiden ja reformien toimeenpanemiseksi 2015-2019 sisältää päivityksessään (2016) maininnan järjestöyhteistyöstä. Kärkihanke 2:ssa edistetään terveyttä ja hyvinvointia sekä vähentään eriarvoisuutta. Tavoitteena on lisätä terveitä elämäntapoja, kuten liikuntaa, ja vahvistaa mielenterveyttä, vähentää rakennuksista aiheutuvia terveyshaittoja sekä kaventaa hyvinvointi- ja terveyseroja. Tätä tavoitetta toteutetaan muuttamalla arkiympäristöjä hyvinvointia ja terveyttä tukevia elämäntapoja mahdollistaviksi. Haavoittuvien ryhmien hyvinvointia ja terveyttä kohennetaan hyvinvointi- ja terveyserojen kaventamiseksi. Muutos toteutetaan ihmisten arkiympäristöissä, osana palveluja ja poikkihallinnollisen yhteistyön avulla. Tavoitteena on, että järjestöt, kunnat ja asiantuntijalaitokset levittävät yhdessä hyviä käytäntöjä laajasti. Ihmiset otetaan mukaan löytämään ratkaisuja. Terveellisiin ja sosiaalista hyvinvointia luoviin valintoihin kannustavat palvelu- ja investointi-innovaatiot lisääntyvät. (Valtioneuvoston www-sivut 2017.)

Järjestöjen rooli on tällä hetkellä murroksessa sosiaali- ja terveystalouden järjestämisvastuun siirtyessä maakunnille. Tavoitteena on, että julkinen ja yksityinen sektori

sekä järjestöt voisivat toimia yhteistyössä erilaisten sosiaali- ja terveysalan ongelmien ratkaisemiseksi. Järjestöjen keskinäinen sekä kuntien ja järjestöjen välinen yhteistyö ja uudet kumppanuudet ovat tärkeällä sijalla erityisesti väestön terveyden edistämässä ja väestöryhmien välisten terveyserojen kaventamistyössä. (THL:n www-sivut.) Hallituksen kärkihankkeessa otetaan esille erityisesti haavoittuvien ihmisryhmien tukeminen ja terveydenedistämistyö. Järjestöt tavoittavat toimintansa kautta erilaisia haavoittuvassa asemassa olevia ihmisryhmiä. Järjestötoiminnan kautta myös näiden ihmisten mukaan ottamista ratkaisujen löytämiseen eli osallistamista on mahdollista toteuttaa.

Samaan aikaan kun julkisen ja kolmannen sektorin yhteistyötä ja kumppanuutta halutaan tiivistää, on lainsäädännössä tapahtunut muutoksia, jotka vaikuttavat kolmannen sektorin toimintaan. Palvelujen järjestämistä, julkisia hankintoja, valtiontukia ja kilpailuneutraliteettia koskevat säädökset ovat mullistaneet kolmannen sektorin toimintaympäristöä. Vastuu palvelujen järjestämistä koskevasta päätöksenteosta on valtion normiohjauksen myötä siirtynyt entistä enemmän kuntiin. (Pihlaja 2010, 14.) Kuntien ja järjestöjen suhdetta on käsitelty paljon määrällisenä kysymyksenä, kun on kuvattu sitä, mitä tehtäviä ja kuinka paljon siirtyy julkiselta sektorilta järjestöille. Sen sijaan yhteistyösuhteiden sisältöjä tarkastelemalla voitaisiin lisätä ymmärrystä siitä, mitä hyvinvointiyhteiskuntakehityksessä tapahtuu. Kuntien ja järjestöjen verkostoyhteistyö, joka perustuu tasa-arvoisuuteen ja luottamukseen, lähentää kuntia ja järjestöjä yhteistyökumppaneina. Pidättäytyminen hierarkkisissa suhteissa ja markkinasuhteiden lisääntyvä käyttö etäännyttävät kuntia ja järjestöjä toisistaan. Julkisen ja kolmannen sektorin verkostomaiselle yhteistyölle on perustana se, että kummankaan sektorin tavoite ei ole taloudellinen voitto. Kilpailuttamisvaateet ja järjestöjen verotuskäytännöt vaikeuttavat verkostomaista yhteistyötä. (Möttönen 2009, 69.)

Suomen sosiaali ja terveys ry:n säännöllisesti kokoama ja julkaisema Järjestöbarometri antaa ajankohtaista tietoa sosiaali- ja terveysjärjestöjen toiminnasta ja tämänhetkisestä toimintaympäristön muutoksesta. Järjestöbarometri on tutkimusraportti, joka käsittelee sekä valtakunnallisten että paikallisten yhdistysten toimintaa. Vuoden 2016 Järjestöbarometri selvittää tulevan sote-uudistuksen merkitystä ja vaikutuksia yhdistysten toimintaan. (Peltosalmi ym. 2016.) Yli puolet valtakunnallisista järjestöistä ja vajaa

viidennes yhdistyksistä arvioi sote-uudistuksen vaikuttavan merkittävästi toimintaansa. Asiantuntemuksen käytön uskotaan lisääntyvän, mutta kunta-avustusten ja edullisten tilojen vähenevän. Kunnissa on esitetty odotuksia erityisesti vapaaehtoistyönä tehtävästä toiminnasta. Järjestöbarometrin mukaan esim. laitospaikkojen vähentäminen ja ikäihmisten kotihoidon lisääminen lisää vapaaehtoistyön tarvetta kotona asuvien iäkkäiden yksinäisyyden lievittämiseksi. (Peltosalmi ym. 2016, 102, 108.)

Kuntien ja kolmannen sektorin välistä kumppanuutta on kartoitettu myös oikeusministeriön yhteydessä toimivan kansalaisyhteiskuntapolitiikan neuvottelukunnan KANEN, Kansalaisareena ry:n ja Suomen Kuntaliiton kyselyllä vuonna 2015. Kyselyyn saatiin vastauksia 114 kunnasta eri toimialoilta ja sektoreilta. Vastausten perusteella yhteistyötä järjestöjen kanssa sekä vapaaehtoistoimintaa kaivataan etenkin täydentämään kuntien omaa palvelutuotantoa. Todennäköistä ei kuitenkaan ole, että kunnat merkittävästi lisäävät järjestöjen taloudellista tukemista lähitulevaisuudessa. (Kansalaisyhteiskuntapolitiikan neuvottelukunta 2015.) Tutkittaessa kunnanvaltuutettujen mielipiteitä kolmannen sektorin merkityksestä ja roolista osana kuntien ikääntyvien hyvinvointipalvelujen tuottajien verkostoa, tulokset olivat myös positiivisia. Kolmannen sektorin palveluiden hyödyntämisen katsottiin vaikuttavan positiivisesti palvelun laatuun. Sen sijaan kunnan resurssien antamiseen kolmannen sektorin käyttöön suhtauduttiin varauksellisemmin. (Aaltonen 2015.)

Paikallisesti merkittävät tutkimukset ovat Sanni Mäkelän vuonna 2014 kokoama ”Asiantuntemus on ihmisen arjen tuntemista” – Yhdistysten näkökulmia kunnan ja yhdistysten väliseen yhteistyöhön (kustantaja Satakunnan Yhteisökeskus) ja Jaana Tuomelan laatimat Satakunnan Hyvinvoinnin järjestöstrategia, Hyvinvointialan maakunnallinen toimintasuunnitelma 2011 – 2014 sekä Satakunnan järjestöstrategia 2035. (Mäkelä 2014; Tuomela 2010; Tuomela 2015.) ”Asiantuntemus on ihmisen arjen tuntemusta” -selvityksessä todetaan, että paikalliset yhdistykset ovat uusien haasteiden edessä. Yhdistyksissä tarvitaan uudenlaista toiminnan hallinnointia ja kehittämistä. Yhdistysten välistä verkostoitumista on edelleen lisättävä. Yhdistysten yhteistyö ja saman tyyppisten kohderyhmien palveleminen yhteistyössä on avainasemassa yhdistysten ja kunnan välisen yhteistyön kehittämisessä. (Mäkelä 2014, 118.)

Vuonna 2015 julkaistun Satakunnan järjestöstrategia 2035 mukaan keskeisempinä käytännön yhteistyökumppaneina Satakunnan alueen yhdistykset näkevät kunnan, kuntayhtymän tai valtion virastojen ja yritysten edustajat, Satakuntaliiton, rahoittajat, seurakunnan sekä eri koulutusasteiden ja vapaan sivistystyön oppilaitokset. Järjestöt ja julkinen sektori tekevät jo tällä hetkellä yhteistyötä monin eri tavoin. Joidenkin järjestöjen toiminnot on jopa viety osaksi julkista palveluprosessia. Järjestöjen näkökulmasta yhteistyössä on kehitettävää. Tulevan sote-uudistuksen jälkeen yhteistyön julkisen sektorin kanssa tulisi edelleen syventyä. (Satasoten www-sivut 2017; Tuomela 2015.)

Suunniteltaessa kolmannen sektorin toimintaa ikääntyneiden kuntalaisten tueksi ja sitä tutkittaessa on hyvä ottaa huomioon myös ns. vanhuspalvelulain velvoitus. Lain neljännessä pykälässä todetaan kunnan yleisiin velvollisuuksiin liittyen, että sen on tehtävä yhteistyötä kunnassa toimivien ikääntyneitä väestöä edustavien järjestöjen ja muiden yleishyödyllisten yhteisöjen kanssa ikääntyneen väestön hyvinvoinnin, terveyden, toimintakyvyn ja itsenäisen suoriutumisen tukemiseksi. (Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluiden järjestämisestä 2012.) Porin yhteistoiminta-alueen vanhuspalveluiden suunnitelmassa vuoteen 2020 on määritelty tavoitteeksi ikääntyneiden asuminen omassa kodissa mahdollisimman pitkään. Yhtenä keinona tämän päämäärän toteuttamiseksi on mainittu yhteistyön lisääminen kolmannen sektorin, yritysten, seurakunnan ja muiden toimijoiden kanssa. (Porin yhteistoiminta-alueen vanhuspalveluiden suunnitelma vuoteen 2020, 13.) Yhteistyön konkreettinen sisältö ja tavoitteet tulisi kuitenkin määritellä selkeästi yhteistyön toteutumiseksi.

Sosiaali- ja terveysministeriö on linjannut 22.5.2017 yleishyödyllisten yhteisöjen toimintaedellytyksiä tulevassa sote- ja maakuntamallissa. Kolmannen sektorin toimijoilla on tärkeä asema sosiaali- ja terveyspalveluiden tuottamisessa sekä hyvinvoinnin ja terveyden edistämisessä maakunnissa. Järjestöt voivat olla yleishyödyllisiä toimijoita, palveluntuottajia tai molempia. Järjestöillä ei ole yhtiöittämisvelvoitetta, mutta palveluiden tuottaminen ja yleishyödyllinen toiminta on erotettava toisistaan. Julkista avustusta voi saada vain yleishyödylliseen toimintaan. Maakunnalla ja kunnilla on yhteistyövelvoite hyvinvoinnin edistämistyössä järjestöjen kanssa. (Alueuudistuksen www-sivut 2017.)

Sosiaali- ja terveysjärjestöjä pidetään oman toimialansa asiantuntijoina. Henna-Riikka Seppälän tutkimuksessa mukana olleet sekä kuntien että järjestöjen edustajat kuvasivat järjestöjen osaamista erikoistuneeksi ja hyväksi. Asiantuntemuksen erityispiirteinä korostuivat vertaistuki ja kokemuksellinen osaaminen. Järjestöjen rooli nähtiin täydentävänä ja aukkoja paikkaavana. Järjestöt tarjoavat sellaista, mihin kunnalla ei ole osaamista tai resursseja ja ne voivat reagoida nopeasti esiin tuleviin ongelmiin ja palvelutarpeisiin. (Seppälä 2011.) Vanhuspalveluiden osalta avuntarvitsijoiden määrä on nopeassa kasvussa. Kuntien palvelutuotannon rinnalle lisäapua haetaan vapaaehtoisuudesta tai omasta lähipiiristä. Vanhusten fyysisten tarpeiden tyydyttämisestä vastaavat kunnat, mutta psyykkisen ja sosiaalisen avun monet vanhukset saavat joko vapaaehtoisilta tai omilta läheisverkostoiltaan. (Rajamäki 2016, 61.) Kolmannen sektorin toiminnan merkitys on suuri henkisen tuen ja jaksamisen vahvistamisessa. Vapaaehtoisuutta ja yhdistysten hanketoimintaa tarvitaan vanhusten kotona asumisen tukemiseksi. Satakunnan Vanhustuki ry toimii tällä hetkellä pienenä, paikallisena yhdistyksenä asiantuntijayhdistyksen roolissa tavoitteenaan tukea kotona asuvia ikääntyviä. Yhdistyksen toiminta on yleishyödyllistä yhdistystoimintaa. Hanketoimintansa kautta yhdistys tekee ikääntyneiden terveyttä edistävää työtä ja tukee näin mm. Porin kaupungin kotihoidon palvelua.

3 SATAKUNNAN VANHUSTUKI RY

3.1 Yhdistyksen tausta ja tarkoitus

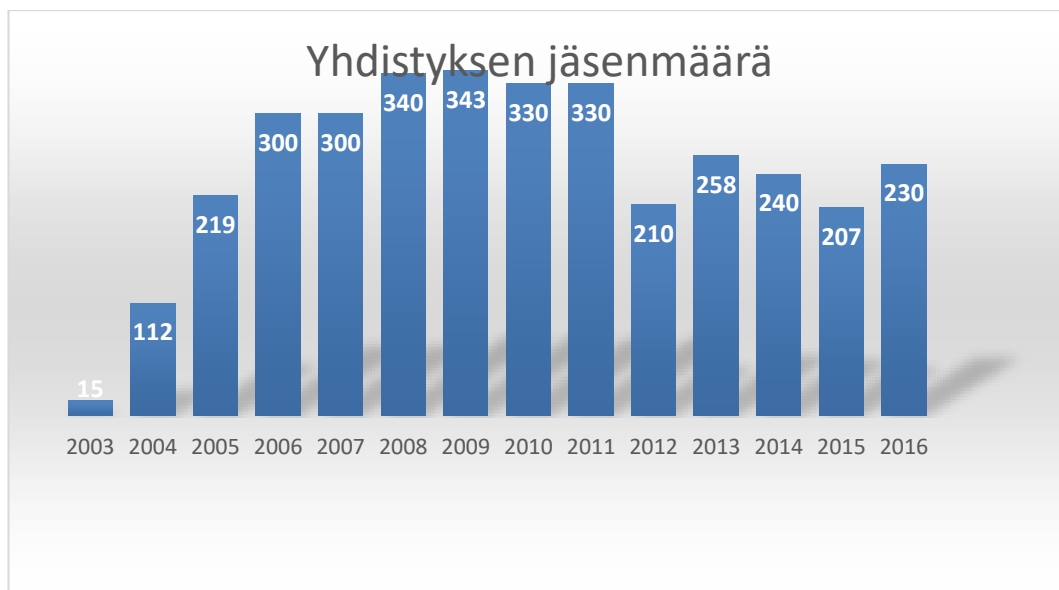
Satakunnan Vanhustuki-yhdistys perustettiin Porissa 10.4.2003. Yhdistyksen perustamisen taustalla ja toiminnan käynnistäjänä toimi Satakunnan Ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan Porin yksikön gerontologinen tutkimus- ja kehittämisprojekti ”Ikäihmiset voimavarana”. Nelivuotisen projektin toiminnan keskeisenä ajatuksena oli gerontologisen tutkimus- ja kehittämistoiminnan käynnistäminen ja ikääntyvien arvostuksen lisääminen maakunnallisesti. Vanhustuki-yhdistyksen perustamisaloite Poriin oli tullut Turusta, jossa oli jo perustettu vastaavanlainen yhdistys. (Satakunnan Vanhustuki ry 2003.)

Yhdistyksen toiminnan tarkoituksena on vanhusten psyykkisen, fyysisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin edistäminen sekä arvokkaan vanhenemisen turvaaminen. Tarkoituksensa toteuttamiseksi yhdistys toimii asiantuntijana vanhuuteen ja vanhenemiseen liittyvissä asioissa, auttaa ja neuvoa terveyden- ja sairaanhoitoon, asumiseen ym. arkielämään liittyvissä asioissa, järjestää ikäihmisille luentoja, keskustelu- ja liikunta- ym. ryhmätoimintaa sekä retkiä ja teatterikäyntejä. Yhdistys toimii yhteistyössä sekä julkisen että yksityisen vanhustenhuollon ja terveydenhuollon kanssa. Yhdistyksen tavoitteena on vaikuttaa aloittein, esityksin ja lausunnoin vanhuksia ja vanhuspalveluita koskevaan päätöksentekoon. (Satakunnan Vanhustuki ry 2017.)

Yhdistyksellä on edustus Porin ja Satakuntaliiton vanhusneuvostoissa. Satakunnan Vanhustuki ry:n puheenjohtaja Irma Roininen on toiminut Porin vanhusneuvossa sen perustamisesta v. 1999 alkaen ja vanhusneuvoston puheenjohtajana vuodesta 2005 alkaen. Toiminnanjohtaja Ritva Kangassalo ja puheenjohtaja Irma Roininen ovat kuuluneet myös Satasoten suunnittelutyöryhmiin. Satakunnan Vanhustuki ry on Vanhustyön Keskusliiton jäsenyhdistys.

3.2 Yhdistyksen toiminta

Satakunnan Vanhustuki ry:n toiminta on alusta asti ollut vilkasta ja määrätietoista ikääntyneille suunnattua toimintaa. Ensimmäisen toimintavuoden 2003 lopussa yhdistyksessä oli 15 jäsenmaksun maksanutta jäsentä. Vuoden 2005 lopussa jäsenmäärä oli jo 219 jäsentä. Suurimmillaan jäsenmäärä on ollut vuonna 2009, jolloin yhdistykseen kuului 343 jäsentä. Tällä hetkellä jäseniä on noin 230 henkilöä. (Satakunnan Vanhustuki ry:n toimintakertomukset 2005-2015.)



Kuvio 1 Yhdistyksen jäsenmäärä

Yhdistyksen jäsenmäärä on ollut korkeimmillaan yhdistyksen ylläpitämän Ikäihmisten neuvolan vilkkaina toimintavuosina. Ikäihmisten neuvolan toiminta päättyi v. 2011 hankerahoituksen loputtua. Yhdistystoiminta jatkui vapaaehtoistoimintana. Yhdistystä hallinnoi kymmenhenkinen hallitus sekä puheenjohtaja ja toiminnanjohtaja. Hallituksen kokouksia on pidetty keskimäärin kahdeksan kertaa vuodessa.

Yhdistyksen toimintaan ovat alusta asti kuuluneet erilaiset asiantuntijaluento- ja keskustelutilaisuudet sekä tapahtumat ajankohtaisista ikääntymiseen liittyvistä aiheista sekä monipuolinen ryhmätoiminta. Yhdistys on tehnyt vuosittain ns. kotiseuturetken sekä järjestänyt yhteisiä teatterikäyntejä. Jäsenille lähetään yhdistyksen jäsenkirje kahdesti vuodessa. Joulujuhla on myös muotoutunut odotetuksi perinteeksi. Kymmenvuotisjuhlaansa yhdistys vietti 12.4.2013. (Satakunnan Vanhustuki ry:n toimintakertomukset.)



Kuvio 2 Yhdistyksen tilaisuuksiin osallistuneet

Yhdistyksen tilaisuuksien kävijämääriä on tilastoitu vuodesta 2011 lähtien. Sitä ennen tilastoitiin osallistujat ja asiakkaat Turvassa kotona- ja Kunnossa kotona-projektien toiminnassa.

Satakunnan Vanhustuki ry:llä on ollut paljon opiskelijayhteistyötä mm. Satakunnan Ammattikorkeakoulun, Diakonia-ammattikorkeakoulun ja Winnovan kanssa. Sairaanhoidtaja-, sosionomi- ja lähihoitajaopiskelijat ovat suorittaneet harjoittelujaksoja yhdistyksen toiminnassa. Erilaisia opinnäytetöitä ja tutkimuksia on tehty useita yhdistyksen ja sen projektien toimintaan liittyen. SAMK:n opiskelijoiden Palvelukeskus Soteekin kanssa on yhteistyösopimus ollut voimassa usean vuoden ajan. Yhdistyksen yhteistyö Porin kaupungin kanssa on ollut alusta asti kiinteää mm. Porin vanhusneuvoston kautta. Lisäksi yhdistys on ollut mukana järjestämässä Porissa kaksi kertaa toteutettua Ikäihmisten kansalaisraatia. Porin Päivien järjestelyvastuussa yhdistys oli mukana vuonna 2015. (Satakunnan Vanhustuki ry:n toimintakertomukset.)

3.3 Yhdistyksen hanketoiminta

Satakunnan Vanhustuki-yhdistyksellä on tällä hetkellä menossa kolmas Raha-automaattiyhdistyksen rahoittama hanke (tämän vuoden alusta rahoittajana on STEA Veikkauksen tuloilla). Yksinäisyydestä aitoon kohtaamiseen -hankkeen tavoitteena on löytää ja tukea yksin asuvia, yksinäisyydestä kärsiviä ikäihmisiä Porin yhteistoiminta-

alueella. Yksinäisyydestä aitoon kohtaamiseen -hankkeen toimintaprosessin kuvauksessa kerrotaan, että hankkeen tavoitteena on tuoda turvaa ja iloa vanhuuteen. Hanke alkoi maaliskuussa 2016 ja on kolmivuotinen. Kokopäiväisiä työntekijöitä on kaksi. Hankkeen toimintaan kuuluu kotikäyntityö sekä monipuolinen ryhmätoiminta. (Yksinäisyydestä aitoon kohtaamiseen -esite.)

Asiakkaat ohjautuvat hankkeen toimintaan mukaan mm. itse soittaen sekä kotihoidon, Porin perusturvan geriatrisen poliklinikan ja Seniorineuvolan, Satakunnan keskussairaalan päivystyksen ja omaisten yhteydenottojen perusteella. Ensimmäinen toimintavuosi on osoittanut hankkeen tarpeellisuuden ja hyödyllisyyden. Ensimmäisen toimintavuoden aikana (14.3.2016 – 31.3.2017) hankkeen työntekijät kävivät 90 eri kodissa ja tekivät 629 kotikäyntiä. Ryhmätoiminnan kautta kohdattiin n. 130 ikäihmistä. Ensimmäiset palautekyselyt kotikäyntiasiakkaille ovat antaneet myönteistä tietoa hankkeen toiminnan merkityksestä ikääntyneille. Vanhustuki -yhdistyksen tavoitteena on saada hanketoiminta pysyväksi toiminnaksi, jota toteutetaan yhteistyössä mm. kaupungin kotihoidon kanssa.

Aikaisempien, vuosina 2005-2011 toteutettujen RAY:n rahoittamien Turvassa kotona ja Kunnossa kotona -hankkeiden puitteissa Satakunnan Vanhustuki ry perusti ja ylläpiti Porissa Ikäihmisten neuvolaa. Ikäihmisten neuvolatyö oli silloin maassamme uutta ja innovatiivista toimintaa. Neuvolan vastaanotolle sai tulla keskustelemaan mistä tahansa elämään ja ikääntymiseen liittyvästä asiasta. Pienet terveystarkastukset (vs, Hb, RR) kuuluivat palveluun. Kotikäynneillä hankkeen kaksi työntekijää tekivät ennaltaehkäisevää työtä ikääntyneiden kotona asumisen ja selviytymisen tukemiseksi. Yhteistyötä julkisen sektorin sekä muiden yhdistysten kanssa toteutettiin ja kehitettiin. Näiden hankkeiden aikana tehtiin yhteensä 5055 kotikäyntiä. Asiakaskäyntejä neuvolassa oli yhteensä 7718 kpl. Turvassa kotona -hankkeessa työntekijät kohtasivat 1214 eri asiakasta ja Kunnossa kotona -hankkeen aikana eri asiakkaita oli 911. Kunnossa kotona -hankkeen ryhmätoiminnassa käyntejä oli 1646 kpl. (Turvassa kotona - ja Kunnossa kotona -hankkeiden loppuraportit.)

Ikäihmisten neuvola -hankkeiden päätyttyä Porin kaupunki jatkoi hyväksi todettua toimintaa perustamalla vuonna 2011 Ikäpisteen Viikkarin Valkamaan. Ikäpiste toimi

lähinnä ikääntyneiden ohjaus- ja neuvontapisteinä. Viime vuonna Porin kaupungin Seniorineuvola aloitti toimintansa. Seniorineuvolan toiminta on laaja-alaista ikäihmisten neuvolatoimintaa, jonka tarkoituksena on tukea ikäihmisen omaehtoista terveyden edistämistä ja kotona asumista. Seniorineuvolan palveluihin kuuluvat myös terveystarkastukset (verenpaine, verensokeri ja hemoglobiini). Ikäpiste toimii Seniorineuvolan rinnalla edelleen neuvontapalvelupisteinä. Ikäpisteen puhelinneuvontapalvelu vastaa puheluihin vuorokauden ympäri. (Porin kaupungin www-sivut 2017.) Satakunnan Vanhustuki ry hakee tällä hetkellä uutta STEA:n rahoitusta ikääntyneiden toimintakykyä tukevaa kotikuntoutus-hanketta varten.

4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Opinnäytetyön tarkoituksena oli kartoittaa Satakunnan Vanhustuki -yhdistyksen toimintaa sekä selvittää, millaista merkitystä ja vaikutusta yhdistystoimintaan osallistuminen tuo ikääntyneen elämään. Miten toimintaan osallistuminen on vaikuttanut ikääntyneiden arjessa selviytymiseen ja osallisuuden kokemiseen? Millaista merkitystä yhdistystoiminnalla on ollut vanhusten hyvinvoinnin tukemisessa?

Hyvinvointiyhteiskunnan syntyminen edellytys ja sen jatkon tausta on elävä ja toimiva kansalaisyhteiskunta (Möttönen & Niemelä 2005, 3). Kansalaisyhteiskunta toimii ja vahvistuu elävän järjestö- ja yhdistystoiminnan kautta. Yhdistystoiminnan merkityksen esille tuominen tutkimuksen avulla vahvistaa julkisen ja kolmannen sektorin yhteistyötä. Sote-uudistuksen toteutuessa palveluiden tuottaminen siirtyy maakuntien vastuulle ja hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen jää kuntiin. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on tuoda esiin yhdistystoiminnan merkitystä ja sen mahdollisuuksia olla mukana ikääntyneiden terveyden edistämistyössä. Satakunnan vanhustuki ry:llä on suunnitelmassa tulevaisuudessa toimia asiantuntija- ja palveluntuottajayhdistyksenä entistä laajemmin.

Lisäksi opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa tietoa, jota voidaan käyttää yhdistyksen keväällä 2016 alkaneen Yksinäisyydestä aitoon kohtaamiseen -hankkeen mahdollisen jatkorahoituksen hankkimisessa. Hankkeen tavoitteena on luoda toimintamalli, jonka avulla voidaan löytää ja tukea yksinäisyydestä kärsiviä ikäihmisiä. Yhdistys voisi tällä palvelulla myös jatkoa tukea mm. kaupungin kotihoidon toimintaa. Julkisen sektorin taloudelliset resurssit niukkenevat edelleen ja kolmannen sektorin toimintaa voidaan hyödyntää ikääntyneiden mielekkään arjen turvaamisessa.

5 OPINNÄYTETYÖN TEOREETTISTA TAUSTAA

5.1 Keskeiset käsitteet

Tässä opinnäytetyössä tutkitaan vanhustyötä tekevän yhdistyksen toimintaa ja sen merkitystä ikäihmisten hyvinvoinnin ja osallisuuden tukemisessa. Tutkimusaihe liittyy siis **kolmannen sektorin** toimintaan. Kansalaisyhteiskunnan ja kolmannen sektorin toimintaa on tutkittu laajemmin parin vuosikymmenen ajan. Suomessa on käyty 1990-luvun puolivälistä asti vilkasta keskustelua kolmannelta sektorilta, joka koostuu järjestöistä ja säätiöistä sekä järjestöpohjaisista uusosuuskunnista. (Harju 2016a.)

Kansalaisyhteiskunta on enemmän kuin pelkkä järjestötoiminta. Se tarkoittaa kaikkea ihmisten yhteisöllisyyttä ihmisten ja perheiden ulkopuolella. (Möttönen & Niemelä 2005, 4.) Sosiaali- ja terveysjärjestöjen keskeisempiä tehtäväalueita ovat jäsenistön edunvalvonta, vertaistoiminnan ja vapaaehtoistoiminnan mahdollistaminen, asiantuntijuus eli tutkimus- ja kehittämistoiminta, hyvinvointipalveluiden tuottaminen sekä kansainvälinen toiminta ja yhteistyö (Niemelä & Dufva 2003, 17).

Keskeisin käsite tässä opinnäytetyössä on hyvinvointi. Tarkoituksena on selvittää yhdistystoiminnan merkitystä ikääntyneen ihmisen hyvinvoinnille. **Hyvinvoinnissa** on kyse hyvin moniulotteisesta asiasta. Kansainvälisissä vertailevissa hyvinvointitutkimuksissa, joita esim. OECD, EU ja UNICEF ovat olleet toteuttamassa, hyvinvoinnin osa-alueiksi on nostettu mm. taloudellinen ja sukupuolten tasa-arvo, asuminen, ympä-

ristön laatu, turvallisuus, terveys, riskikäyttäytyminen, osallisuus, koulutus, mahdollisuus säädellä omaa ajankäyttöä, sosiaaliset suhteet, sosiaaliset verkostot. luottamus, itsensä toteuttaminen, emotionaalinen hyvinvointi ja oma kokemus onnellisuudesta ja elämän mielekkyydestä. (Jokinen 2013, 73.)

Hyvinvoinnin osatekijät jaetaan usein kolmeen ulottuvuuteen: terveyteen, materiaaliseen hyvinvointiin sekä koettuun hyvinvointiin tai elämänlaatuun. Hyvinvointi – käsite suomen kielessä viittaa sekä yksilölliseen hyvinvointiin että yhteisötason hyvinvointiin. (THL:n www-sivut 2017.)

Ikääntynyt ihminen on osa erilaisia yhteisöjä, kuten perhe, harrastuspiirit ja asuinympäristöt, koti, laitos tai palveluasumisyksikkö. Yhteisö muodostuu sosiaalisesta verkostosta ja vuorovaikutussuhteista. **Yhteisöllisyyttä** edistää ryhmään kuulumisen, kaltaisuuden tunne, sosiaalinen hyväksyntä, jäsenten keskinäinen luottamus ja sitoutuminen. (Tiikkainen, 2013, 288.) Yhteisöllisyyden kokeminen on erittäin tärkeä osa ikääntyneen ihmisen hyvinvointia.

Yksinäisyyttä pidetään yhtenä keskeisenä ikääntymisen ongelmana. Yksinäisyys on subjektiivista ja monimuotoista, joten yhtä selittäjää ei sille löydy. Yksinäisyyden taustalla voi olla joko persoonallisuuden piirteitä, erilaisia tilannetekijöitä tai molempia. Yksinäisyys voi olla pitkäkestoista, lähes koko elämän kestävää tai eri tilanteisiin liittyvää, ohimenevää yksinäisyyttä. (Tiikkainen 2013, 288.)

Antti Eskola käsittelee vanhuksen yksinäisyyttä Vanhuus- kirjassaan: ”Kun vanha ihminen kaipaa rauhaa ja vetäytyy omiin oloihinsa, hänen on hyvä olla, jos hän tietää, että jokin hänelle läheinen yhteisö on olemassa ja hän voi halutessaan palata siihen. Jos vanha ihminen ei ole valinnut yksin oloa vaan jäänyt yksin, tilanne on aivan toinen. Hänkin tietää, että tärkeitä ja lämpimiä yhteisöjä on ja on ollut, mutta hänellä ei ole niihin enää pääsyä muuten kuin muistoissa ja mielikuvissa. Erityisen traagista on muistisairaana ihmisen yksinäisyys.” (Eskola 2016, 142, 143.)

Suomalaisista aikuisista lähes joka kymmenes kokee olevansa yksinäinen. Alueellisen terveys- ja hyvinvointitutkimuksen (ATH) perusteella Suomen aikuisväestöstä yksi-

näiseksi olonsa tuntee yli 400 000 henkilöä. Yksinäisyyteen kytkeytyy merkittäviä terveydellisiä ja hyvinvointiin liittyviä ongelmia. Aikuisväestön kokema yksinäisyys näyttää esimerkiksi olevan vahvasti yhteydessä masennukseen. Yli 70-vuotiaista miehistä 12,2 % kertoo kokevansa yksinäisyyttä, naisten prosenttiosuus on 8,4 %. Yli 70-vuotiaista yksinäisistä 16,8 % osallistuu aktiivisesti sosiaali- ja terveysjärjestöjen toimintaan. (Murto, Pentala, Helakorpi & Kaikkonen 2015, 9, 10.)

Yksinäisyyden vähentämisessä järjestöillä on jo nyt merkittävä rooli. RAY:n sosiaali- ja terveysjärjestöille myöntämien avustusten turvin tuetaan yksinäisyyden ehkäisemistä välillisesti noin 100 miljoonalla eurolla vuodessa. (Murto ym. 2015, 14.)

Tällä hetkellä suuri osa yhteiskunnan tai järjestöjen tarjoamasta avusta yksinäisyyden lievittämiseksi painottuu sosiaalisuuden ja sosiaalisten kontaktien lisäämiseen. Tästä näkökulmasta yksinäisyys näyttäytyy pitkälti sosiaalisten kontaktien puutteena. Yhteiskunnan asenteiden merkitys yksinäisyyteen on aikaisemmin lähes kokonaan ohitettu. Iäkkäiden ihmisten yksinäisyyttä voi kuitenkin lievittää se, että he kokevat olevansa arvostettuja yhteiskunnan jäseniä. (Uotila 2011, 73.)

Osallisuudella tarkoitetaan ihmisten päätäntävaltaa omista asioistaan. Osallisuuden tärkeyttä koko elämän ajan on korostanut Maailman terveysjärjestö, joka on määritellyt aktiivisen vanhenemisen seuraavasti: ”Aktiivisella vanhenemisella tarkoitetaan prosessia, jossa pyritään optimoimaan jokaisen mahdollisuudet hyvään terveyteen, osallisuuteen ja turvallisuuteen mahdollisimman hyvän elämänlaadun takaamiseksi vanhetessa. Aktiivisena vanheneminen auttaa ihmisiä saavuttamaan mahdollisimman hyvän fyysisen, sosiaalisen ja henkisen hyvinvoinnin tilan sekä osallisuuden yhteiskunnassa koko elämän ajan ja takaamaan kaikille tarvittavan turvan ja hoivan, kun he sitä tarvitsevat.” (Rantanen 2013, 414.)

Laatusuosituksessa hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palveluiden parantamiseksi todetaan, että osallisuus on monitasoista. Ikääntyneen väestön osallisuudella tarkoitetaan mahdollisuutta olla vaikuttamassa yhteisön jäsenenä ja kansalaisena yhteisön toimintaan ja palveluiden kehittämiseen. Iäkkään henkilön näkökulmasta osallisuus merkitsee osallistumista omien palveluidensa suunnitteluun, oman asiansa käsittelyyn asi-

akkaana sekä palveluiden laadun arviointiin myös silloin, kun toimintakyky on heikentynyt. Osallisuus on kokemuksellista, kuten tunne yhteenkuulumisesta, ja konkreettista, kuten mahdollisuus osallistua, toimia ja vaikuttaa yhteisössä. (Laatusuositus 2013.)

Vanhuus on uniikki vaihe, jolla on omat kehitystehtävänsä ja kriisinsä. Ikääntyvät ovat yhä heterogeenisempi ihmisjoukko yksilöllisine pyrkimyksineen, menetyksineen ja toiveineen. Osalla ikäihmisistä elämä sujuu hyvin, mutta toisilla on ongelmia. Ikääntyminen on aktiivisuuden ja samalla vetäytymisen aikaa, painotus on yksilöllinen. Ikäihmisillä on voimavaroja, joista on heille apua vanhetessaan. He ovat myös itse monella tavalla yhteisöissään voimavarana. Vanhuus on monelle vaikuttamisen aikaa yhteiskunnan, yhteisöjen ja perheen tasolla. Vanhuus on sosiaalisen integraation aikaa. (Hyttinen 2008, 52.)

Varsinainen vanheneminen, ns. neljäs ikä, alkaa siinä vaiheessa, kun ihminen ei enää ole omatoiminen ja aktiivinen, kun hänen toimintakykynsä on heikentynyt niin, että hän tulee riippuvaiseksi muista ihmisistä. Missä kronologisessa iässä tämä tapahtuu, riippuu osittain yksilöllisistä tekijöistä, mutta myös yhteiskunnassa vallitsevan eliniän pituudesta. (Sarvimäki 2013, 94.)

Opinnäytetyössä arvioitavan yhdistyksen nimi on Satakunnan Vanhustuki ry. Tässä raportissa käytetään useimmiten termejä ikäihminen tai ikääntynyt ihminen puhuttaessa yhdistyksen toimintaan osallistuneista. Tällä valinnalla halutaan ilmaista, että vanhuuden ja itsensä vanhukseksi kokeminen on hyvin yksilöllistä. Satakunnan Vanhustuki ry:n toiminta on suunnattu kaikille ikääntyville sekä vanhusten ja vanhenemiseen liittyvistä asioista kiinnostuneille iästä riippumatta.

Ikäihmisten määrän kasvu ja median näkyvästi esiin nostama vanhusten kokema yksinäisyys ja osattomuus vaativat sekä julkisen että kolmannen sektorin toimijoita etsimään keinoja yhteisöllisyyden ja osallisuuden lisäämiseksi. Tässä työssä julkisen sektorin palvelut tarvitsevat kumppanikseen kolmannen sektorin toimintaa. Yhdistystoiminnan tarjoama vertaistuki mm. ryhmätoiminnan kautta sekä monipuolinen asiantuntemus voivat olla hyvin merkittävässä osassa vanhusten hyvinvointia turvattaessa.

5.2 Aiheeseen liittyvää kirjallisuutta ja tutkimuksia

Kolmannella sektorilla on kehitetty ja toteutettu monenlaista sosiaalista aktiivisuutta tukevaa ja terveyttä edistävää toimintaa. Ikääntyneille suunnattu yhdistystoiminta sisältää paljon ryhmätoimintaa, jonka vaikutuksia on tutkittu. Vanhusten ryhmätoimintaa kartoittavassa kirjallisuuskatsauksessa selvitin ryhmätoimintaan osallistumisen vaikutusta vanhusten elämään ja osallisuuden kokemiseen. Finna -tietokannasta etsittyjen ja valittujen teosten ja tutkimusten johtopäätöksinä oli, että vanhusten osallistuminen ryhmämuotoiseen toimintaan vähentää yksinäisyyttä ja lisää osallisuuden kokemista. (Jansson 2012; Niittymaa & Pajanne-Alanko 2009; Pitkälä, Routasalo, Kautiainen, Savikko & Tilvis 2005; Hellsten & Olkkonen 2014.)

Vanhustyön keskusliiton geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishankkeen tutkimusraportissa kuvataan, miten huolellisesti suunniteltu ja toteutettu psykososiaalinen ryhmäkuntoutus voi sosiaalisesti aktivoida ja voimaannuttaa ikääntyneitä. Se paransi osallistujien psyykkistä hyvinvointia, kognitiota ja terveyttä. Hankkeessa tehdyssä tutkimuksessa ryhmäkuntoutukseen osallistui 235 väestökyselyllä rekrytoitua yksinäisyydestä kärsivää vapaaehtoista ikäihmistä. Ryhmäkuntoutuksen sisältöinä oli taide- ja viriketoiminnat, ryhmäliikunta, ryhmäkeskustelut sekä ryhmäterapia ja terapeutin kirjoittaminen. Tutkimustulokset olivat myönteisiä ja innostavia. (Pitkälä ym. 2005.)

Vanhustyön keskusliiton kehittämä Ystäväpiiri -toiminta vähentää ikääntyneiden yksinäisyyden kokemista. Anu Jansson kirjoittaa yksinäisyyden kokemuksen vaikutuksesta terveyteen Vanhustyö –lehdessä: ”Sosiaalinen verkosto, aktiivinen osallistuminen ja toiminnot ovat yhteydessä terveyteen. Ystäväpiiri-toiminnalla on ehkä mahdollista vähentää myös yksinäisyyden terveyttä heikentäviä vaikutuksia. Yksinäisyys vaikuttaa terveyteen kielteisesti muuttamalla terveystyötyymistä, verenpainetta ja stressitekijöitä. Tällöin sosiaalisella tuella voi olla vastakkainen, terveyteen myönteisesti vaikuttava merkitys.” (Jansson 2011, 34, 36.) Enemmän kuin puolet toteutetuista Ystäväpiiri-ryhmistä jatkaa tapaamisiaan keskenään virallisen toiminnan loputtua. Tässä juuri näkyy psykososiaalisen kuntoutuksen ikääntyneitä voimaannuttava ja heidän pystyvyyden tunnettaan vahvistava vaikutus. (Pitkälä & Routasalo 2012, 1215-6.)

Ystäväpiiri-toiminta on ollut osana Satakunnan Vanhustuki-yhdistyksen toimintaa jo usean vuoden ajan. Yhdistyksen toteuttamiin ystäväpiireihin liittyvä tutkimus on tekeillä YAMK -opinnäytetyönä.

Mira Niittymaa ja Satu Pajanne-Alanko kertovat ammattilaisten ohjaamasta psykoterapeuttisesta vanhusten ryhmätoiminnasta artikkelissaan. Vastaavanlaista kommunikointia voi syntyä myös vapaammin kootuista ja määritellyistä vanhusten keskusteluryhmistä. Ikääntyvä ihminen tarvitsee aikaa pohtia elettyä elämäänsä. Silloin ei riitä, että ajankuluksi tarjotaan pelkkää toimintaa. Asioiden työstämiselle on oltava aika ja paikka. Keskusteluryhmään osallistuminen mahdollistaa vanhukselle oman elämänsä läpikäymisen mahdollisuuden ja lisää ymmärrystä omaan itseen ja elämään liittyen. Ryhmässä toteutuva osallisuus ja sosiaalisuuden mahdollistuminen lisäävät ”coping-kokemusta” eli kokemusta pärjäämisestä ja ratkaisujen löytämisestä. (Niittymaa & Pajanne-Alanko 2009, 171-196.)

Helsinki Mission kehittämä Senioripysäkki-toiminta on laajentunut valtakunnalliseksi vanhusten ryhmätoiminnaksi. Kyseessä on ryhmäterapiaan pohjautuva keskusteluryhmätoiminta, joka on suunnattu erityisesti yksinäisyydestä ja lievistä masennuksesta kärsiville yli 60-vuotiaille. Toiminnan vaikuttavuutta on tutkittu mm. Vanhustyön keskusliiton tutkimus- ja kehittämishankkeena, josta on koosteena Ari Marjovuon, Kaisu Pitkälän ja Pirkko Routasalon toimittama raportti, Senioripysäkin ryhmäterapia psykososiaalisena kuntoutuksena, Tutkimusraportti 8. (Marjovuo, Pitkälä & Routasalo 2005.)

Senioripysäkin tavoitteena on ollut kehittää ryhmäterapiamalli, jota voi soveltaa seniori- ja vanhustyössä. Kyse ei kuitenkaan ole pelkästään ryhmien ohjaamisesta. Ikääntyneiden ryhmien kokoaminen ei aina ole helppoa. Yksinäinen ja masentunut vanhus käpertyy helposti omaan kotiinsa. Siksi Senioripysäkissä on luotu malli myös ryhmien kokoamiselle. Tarve ryhmille on suuri, sillä kontakteja on vuosittain ollut tuhansia. (Marjovuo ym. 2005, 5.) Satakunnan Vanhustuki ry toteuttaa Senioripysäkki-ryhmätoimintaa Yksinäisyydestä aitoon kohtaamiseen -hankkeen yhteydessä. Kulloiseenkin ryhmään kootaan noin kahdeksan (8) osallistujaa ja ryhmä kokoontuu suljettuna keskusteluryhmänä 15 kertaa 1,5 h ajan viikoittain. Joka kerralle on määritelty elämäntilanteeseen liittyvä aihe, josta keskustellaan. (Helsinki Mission www-sivut 2017.)

Käytännön hoito- ja vanhustyössä yksinäisyys on ongelmana tunnistettu, mutta jatkossa tulisi kehittää konkreettisia auttamismenetelmiä mm. kotona asuville vanhuk- sille. Tärkeää olisi erottaa emotionaalinen ja sosiaalinen yksinäisyys, koska molempiin ei välttämättä sovellu samat hoitokeinot. Sosiaaliseen yksinäisyyteen on löydettävissä helpommin auttamiskeinoja kuin emotionaaliseen. (Tiikkainen 2006, 63.) Ikääntynei- den yksinäisyyteen liittyvien tutkimusten perusteella yksinäisyyttä lievittää ryhmätoi- minta, jolla on hyvä teoreettinen perusta ja joiden toiminnassa ja suunnittelussa ikäih- miset ovat itse aktiivisesti mukana. Ryhmät ovat tavoitteellisia ja sisältävät sosiaalista aktiivisuutta lisäävää toimintaa ja sosiaalista tukea. (Dickens, Richards, Colin, Grea- ves & Campell 2011; Savikko 2008.) Tutkimusten mukaan myös psykososiaalisen lii- kuntaintervention ryhmillä voidaan lievittää ikääntyneiden koettua sosiaalista yksinäi- syyttä. Emotionaalisen yksinäisyyden helpottaminen on haasteellisempaa ja vaatisi ryhmätoimintojen jatkuvuutta ja pitkäkestoisuutta ystävyys-suhteiden syntyminen tu- kemiseksi. (Hytönen, Routasalo & Pitkälä 2007, 26.)

Sosiaalinen aktiivisuus pidentää elinikää ja vähentää iäkkäiden laitoshoidon tarvetta. Ikivihreät -projektin yhteydessä tehdyssä tutkimuksessa todettiin, että sosiaalisesti ak- tiivisemmilla ikäihmisillä oli noin 17 vuoden seurannan kuluessa pienempi kuollei- suuden ja pitkäaikaiseen laitoshoitoon sijoittumisen riski kuin sosiaaliin toimintoihin vähemmän osallistuvilla. Erilaiset kulttuuriharrastukset, järjestötoiminta, matkustami- nen ja tanssiminen ovat esimerkkejä kollektiivisesta sosiaalisesta aktiivisuudesta, jossa tehdään asioita yhdessä toisten kanssa ja koetaan yhteenkuuluvuutta, hyväksyttynä ja pidettynä olemista. Keskeinen osa ikääntyneiden ihmisten terveyttä edistävää toimin- taa on sosiaalisten tarpeiden kartoittaminen ja osallistumisen tukeminen ja mahdolis- taminen. (Jyväskylän yliopiston www-sivut 2017; Pynnönen, Törmäkangas, Heikki- nen, Rantanen & Lyyra 2012.)

Ikäihmisten kokemuksia sosiaalisesta kanssakäymisestä seurakunnan järjestämässä ikäihmisten kerhotoiminnassa kuvaavassa tutkimuksessa löytyi haastatelluilta viisi osallistumiseen liittyvää merkityskokonaisuutta. Yhteisöllisyys, identiteetin ylläpito, yksinolon katkaiseminen, ajassa kiinnipysyminen sekä henkisen sisällön saaminen nousivat osallistujien keskeisiksi kokemuksiksi. Tutkimuksen tulokset osoittavat, että ulkopuolisen tahon järjestämä sosiaalinen kanssakäyminen tarjoaa välineen yksinolon

katkaisemiselle ja vuorovaikutuksen lisääntymiselle ikääntyneen ihmisen elämässä. Tutkimus antoi myös näyttöä siitä, että järjestetty toiminta voi vahvistaa vuorovaikutuksen lisääntymistä myös ulkopuolisen tahon ohjaamien sosiaalisten tilanteiden ulkopuolella. (Korhonen, Hietanen & Lyyra 2009, 206.)

Ikääntyneiden järjestö- ja vapaaehtoistoimintaan kohdistuva kiinnostus on lisääntynyt väestön ikääntyessä. Järjestöjen tarjoaman avun ja tuen lisäksi yhdistystoimintaan osallistuminen antaa mahdollisuuden itse osallistua vapaaehtois- ja vertaistoimintaan. Yhdistystoiminnassa ikääntynyt voi olla mukana ensin vain tarkkailijana ja osallistujana, mutta lopulta myös aktiivisena toimijana, joka voi antaa oman vapaaehtoispanoksensa yhteiseksi hyväksi. Ikääntyneiden osallistuminen itse vapaaehtoistoimintaan toimijoina voidaan nähdä osana arjen mielekästä tekemistä ja osana mielekästä vanhuutta. (Rajaniemi 2009.) Yhteisöllisyys ja osallisuus toteutuu ja kantaa hedelmää silloin, kun yhä useampi yhdistystoimintaan osallistuva ikääntynyt haluaa myös antaa omaa osaamistaan ja aikaansa toisten hyväksi.

5.3 Satakunnan Vanhustuki -yhdistykseen liittyvät opinnäytetyöt ja tutkimukset

Satakunnan Ammattikorkeakoulussa on tehty lukuisia opinnäytetöitä Satakunnan Vanhustuki ry:n toiminnasta. SAMK:n hoitotyön koulutusohjelmassa on tehty seuraavat opinnäytetyöt: ”Tämä toiminta on erittäin tarpeellista”, tutkimus ikäihmisten kotona selviytymisen tukemisesta neuvolatoiminnan avulla (Ahonen 2009), Virkistyspäivä Satakunnan Vanhustuki ry:lle (Nylund 2013), Ikääntymissuunnitelma ikäihmiselle (Jokinen & Yli-Anttila 2014), Kotona yksin asuvien ikääntyneiden yksinäisyys, terveys ja elämänlaatu (Pekkarinen 2017). SAMK:n sosiaalialan koulutusohjelmassa on tehty opinnäytetyö ”When you share with people, you come closer to people” – Osallistujien kokemuksia Satakunnan Vanhustuki ry:n ja Satakunnan Monikulttuuriryhdistys ry:n yhteistyöstä (Stenfors 2015). Terveystieteen (YAMK) koulutusohjelmassa on tehty Ikäihmisten neuvolatoiminnan ulkoinen arviointi (Härmäläinen 2010).

Erja Latvamäki on tehnyt hoitotieteen pro gradu-tutkielman Turun yliopistossa v. 2006 Satakunnan Vanhustuki ry:n Ikäihmisten neuvolan toimintaan liittyen: ”Ikääntyneiden

yksin asuvien henkilöiden selviytyminen kotona sairaalasta pääsyn jälkeen” (Latvamäki 2006). Mari Rautava haastatteli Vanhustuki-yhdistyksen jäseniä Tampereen yliopistossa tehtyä sosiaalipolitiikan pro gradu-tutkielmaansa varten vuonna 2015 (Rautava 2015).

Latvamäki toteaa tutkimuksessaan, että ikääntyneiden sairaalasta kotiin pääsyn jälkeistä selviytymistä uhkaavat psyykkiset ja sosiaaliset tekijät, joihin on kiinnitettävä huomiota. Kiireetön keskustelu ja henkilön kuunteleminen tukee ikääntyneitä selviytymään kotona. (Latvamäki 2006.) Satakunnan Vanhustuki -yhdistyksen toiminnan avulla tähän tarpeeseen voitiin jossain määrin vastata.

Mari Rautavan tutkimuksen johtopäätöksenä todetaan, että ikäihmisyys ilmenee monin eri tavoin. Ikäihmiset ovat heterogeeninen ja monenlaisia yksilöitä sisältävä ryhmä, jota ei voi kohdella yhtenäisenä joukkona. Yhteiskunnalta edellytetään erityistä herkkyyttä, jotta tulevaisuudessa olisi mahdollista saavuttaa hyvä yhteiskunta kaikenikäisille. (Rautava 2015.)

Taina Granholm haastatteli mm. Ikäihmisten neuvolan työntekijöitä v. 2008 tekemäänsä pro gradu-tutkielmaa varten. ”Julkisen ja kolmannen sektorin välinen yhteistyö ikääntyneiden kotihoidossa” -tutkielmassa todetaan, että julkisen ja kolmannen sektorin työntekijöiden välisen yhteistyön tarpeet ikääntyneiden kotihoidossa liittyivät asiakkaiden palvelutarpeisiin vastaamiseen ja palveluiden piiriin ohjaamiseen. Ikääntyneet tarvitsivat perushoidon ja sairaanhoidon lisäksi kodin ulkopuolista saatto- ja asiointiapua sekä henkisten ja hengellisten tarpeiden huomioimista. (Granholm 2008.) Näiden pro gradu-tutkielmien tulokset tuovat esiin ja painottavat järjestöissä tehdyn sekä ammatillisen että vapaaehtoistyön tarpeellisuutta julkisen sektorin työn rinnalla.

Yhdistyksen toiminnanjohtaja Ritva Kangassalo teki keväällä 2017 haastattelututkimuksen Yksinäisyys -hankkeen asiakkaista. Hän haastatteli kymmenen asiakkaan kokemuksia yksinäisyydestä. Tavoitteena oli tuottaa tietoa yksinäisyyden lievittämiseen tähtäävien interventioiden kehittämiseksi. Tutkimuksessa todetaan, että haasteeksi yksinäisyyden lievittämiseen tähtäävissä interventioissa tulee näiden ikäihmisten uudelleen aktivointi osallistumaan erilaisiin toimintoihin ja sosiaalisiin suhteisiin. (Kangassalo & Teeri 2017.)

6 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN

6.1 Tutkimusmenetelmä

Yhdistyksen toimintaan osallistuneiden kokemusten kartoittamiseen ja yhdistystoiminnan merkityksen arvioimiseen käytettiin tässä työssä BIKVA -mallia. Bikva on asiakaslähtöinen arviointimalli, jonka tavoitteena on ottaa asiakkaat mukaan arviointiin. Mallin lähtökohtana ovat asiakkaiden näkemykset palvelujen laadusta ja vaikuttavuudesta. Kiinnostavaa mallissa on asiakkaiden näkemysten valjastaminen kehittämistyön välineiksi. Osallisten näkemykset ja kokemukset välitetään organisaation eri tasoille ja lopulta poliittisille päättäjille. Asiakkaiden kokemukset pyrkivät näin toimimaan muutosvoimana työn kehittämiseksi. (Krogstrup 2004.)

Bikva-mallin nimi tulee tanskan kielen sanoista Brugrinddragelse i kvalitetsvurdering (asiakkaiden osuus laadunvarmistajana). Mallin kehitti Hanne Krogstrup 1990-luvulla Aalborgin yliopistossa. Alun perin Bikva-menetelmää on kehitetty sosiaalipsykiatrian alalla Tanskassa 1990-luvun lopulla. Myöhemmin menetelmää on alettu soveltaa sosiaalityön kehittämisen välineeksi. Suomeen malli tuli vuonna 2003, jolloin Stakes julkaisi FinSoc-ryhmän kanssa suomenkielisen menetelmäoppaan. Mallia käytetään erityisesti hankearvioinneissa sekä erilaisten palveluiden kehittämisessä. (Krogstrup 2004.) Mallia on kokeiltu noin 20-30 toimintakontekstissa Suomessa ja kokemukset ovat pääosin olleet hyviä. Suomessa Bikvaa on kokeiltu lähinnä projekteissa arvioinnin ja kehittämisen välineenä ja vähemmän perustyössä. (Högnabba 2008, 10.)

Bikva-mallin soveltamisen tarkoituksena arviointi- ja kehittämistyössä on saada aikaan oppimista, kehittymistä ja toimintatapojen muutosta työyhteisössä tai organisaatiossa. Bikva-arviointi voidaan toteuttaa joko osana kehittämishanketta tai perustoiminnan arviointia. Kaikki arvioinnin kannalta oleelliset toimijat tulisi saada sitoutettua menetelmään. Bikva perustuu lähtökohtiin, joiden mukaan asiakkaalla on sellaista kokemustietoa, jota tarvitaan kehitettäessä palvelujen laatua, vaikuttavuutta ja kustannustehokkuutta. Asiakas on tiedonantaja ja kumppani kehittämisessä. Asiakas voi olla oppimisen käynnistäjä. Asiakkaat arvioivat palveluja omien kokemustensa perusteella

ja määrittävät sitä kautta arvioinnin kriteerit. (Koivisto 2007, 17, 45; Högnabba 2008; Krogstrup 2004.)

Bikvassa arviointitietoa kootaan yleensä ryhmähaastatteluun, jotka suoritetaan vaiheittain arviointikohteen kannalta olennaiset henkilöt osallistaen. Ryhmähaastattelut aloitetaan aina asiakkaista. Asiakkaita pyydetään arvioimaan määritellyn palvelun hyviä ja huonoja puolia, miksi ja mihin asioihin he ovat tyytyväisiä ja mihin eivät. Tuloksena saadaan asiakkaiden kokemuksia ja mielipiteitä palvelusta ja sen laadusta. (Krogstrup 2004.) Haastattelun toteutuksessa on tärkeää se, että asiakkaat saavat vapaasti kertoa itselleen merkityksellisiä asioita arvioitavasta kohteesta. Asiakkailta saatu haastatteluaineisto käsitellään niin, että seuraavat, muille ryhmille tehtävät ryhmähaastattelut voidaan suorittaa hyödyntäen asiakkailta kerättyä aineistoa ja palautetta. Asiakashaastatteluiden pohjalta laaditaan ohjeet muita haastatteluja varten. (SOSTE:n www-sivut 2017.)

Käytännössä keskustelut teemoitetaan ja tiivistetään sellaiseen muotoon, että edellisen tason keskustelu on avattavissa seuraavalla haastattelutasolla. Tiivistykseen sisällytetään oleelliset asiat ja teemat kannanottoineen ja mielipiteineen. (Reijonen 2011, 97.) Asiakkaiden palaute esitellään työntekijöille, joiden ryhmähaastattelussa on tarkoitus pohtia, mihin asiakkaiden palaute perustuu. Tavoitteena on saada työntekijät pohtimaan palautteen pohjalta omaa toimintaansa. Seuraavaksi asiakkaiden ja työntekijöiden haastatteluista koottu palaute esitetään organisaation johdolle. Tässä haastattelussa pohditaan asiakkaiden ja työntekijöiden antaman palautteen perusteita ja syitä. Viimeisessä Bikvan vaiheessa kaikista haastatteluista koottu materiaali ja palaute esitetään poliittisille päättäjille. (Koivisto 2007, 17; Krogstrup 2004.)

Bikva-mallin kehittämisen taustalla on se, että 1990-luvun puolivälissä vaadittiin entistä enemmän asiakkaiden ottamista mukaan arviointeihin. Käytettävissä olevat mallit olivat yleensä asiakastyytyväisyystutkimuksia, mutta sentyyppisiin tutkimuksiin alettiin suhtautua entistä kriittisemmin. Olennaisin kritiikki kohdistui siihen, että asiakastyytyväisyystutkimukset eivät arvioikaan asiakkaiden tyytyväisyyttä. Sen sijaan ne arvioivat tyytyväisyyttä käyttäen lähtökohtana muiden kuin asiakkaiden määrittämiä kysymyksiä ja kriteerejä. (Krogstrup 2004, 7.) Bikva perustuu kaksikehäiseen oppimisen

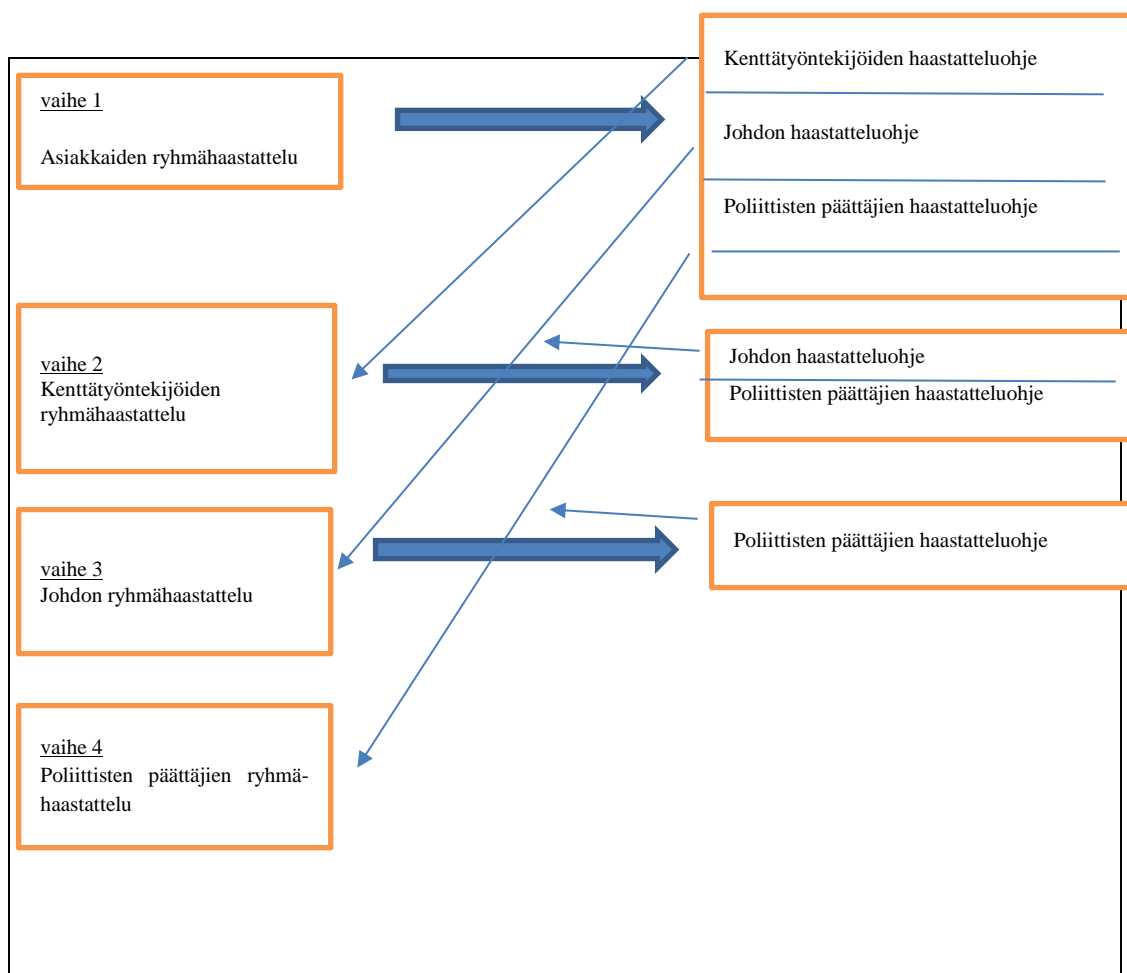
ajatukseen, jonka mukaan organisaatio pystyy Bikvaa soveltaessaan näkemään tilanteen monelta kannalta ja kyseenalaistamaan olemassa olevat toimintatavat. Menetelmän toimivuuden edellytyksenä on, että organisaatio on avoin asiakkaiden näkökannoille. (Koivisto 2007, 18.)

Mikko Reijonen on perehtynyt Bikva-mallin käyttöön suorittaen arviointityötä viidessä eri organisaatiossa Bikva-menetelmää käyttäen (Reijonen 2011). Hänen mukaansa Bikva-arvioinnin käyttöönottoa valmisteltaessa on hyvä ottaa huomioon lähtökohdaksi se, mikä on aiottu arvioinnin kohde ja kuka on Bikva-arvioinnin toteuttamisesta ja aikatauluttamisesta vastuussa. Osallistujille tulee ilmoittaa arvioinnin tarkoitus ja se, mihin tietoja tullaan käyttämään. Ryhmähaastatteluja voidaan tehdä useampia ja arviointia tekevät voivat valita dokumentointitavan. Bikvassa ei ole valmiita kysymyksiä tai teemoja, joita lähdetään asiakkailta kysymään. Muistiinpanotekniikka on avoin. Hyvällä alkuvalmistelulla saadaan haastatteluihin keskustelumyönteinen ilmapiiri. Bikva-menetelmää voidaan soveltaa hyvin erilaisiin toimintakäytäntöihin. Se on arviointimenetelmänä mukautettavissa hyvin erilaisiin tilanteisiin, toimintaympäristöihin ja kohderyhmiin. Bikvan avulla on mahdollista tuoda asiakasta ja hänen asiantuntijuuttaan kunnioittaen esiin heidän aitoja ajatuksia ja kehittämiskohteita ja ottaa saatu tieto kehittämistyöhön mukaan. (Reijonen 2011.)

Bikva-menetelmää käyttävän arvioijan on hyvä tiedostaa, mistä positiosta hän tekee arvioinnin ja pohtia myös eettisten näkökulmien vaikutusta prosessin etenemiseen. Bikvan ideana on, että haastattelijana on neutraali ja asiakkaille vieras henkilö. Täydellinen neutraalius ei kuitenkaan ole koskaan mahdollista. Haastattelijana joutuu valikoimaan ja käsittelemään haastattelumateriaalin ja tarvittaessa ohjaamaan keskustelua lisäkysymyksillä, mikä toisaalta edellyttää organisaation ja käsiteltävien asioiden tuntemusta. (Högnabba 2008; Koivisto 2007.)

Bikva-malliin sisällytetty neljäs vaihe, tiedon vieminen poliittisille päättäjille, toteutuu suomalaisissa Bikva-arvioinneissa varsin harvoin. Jos arvioinnista halutaan mahdollisimman tuloksekas, olisi jo alussa sovittava menettelytavoista, kuinka arvioinnin tuloksia tullaan viemään poliittisille päättäjille. Myös asiakkailta lähteneen tiedon palauttaminen prosessin lopussa takaisin asiakkaille tulisi hyvin tehdyssä Bikva-prosessissa varmistaa. (Reijonen 2011, 104.)

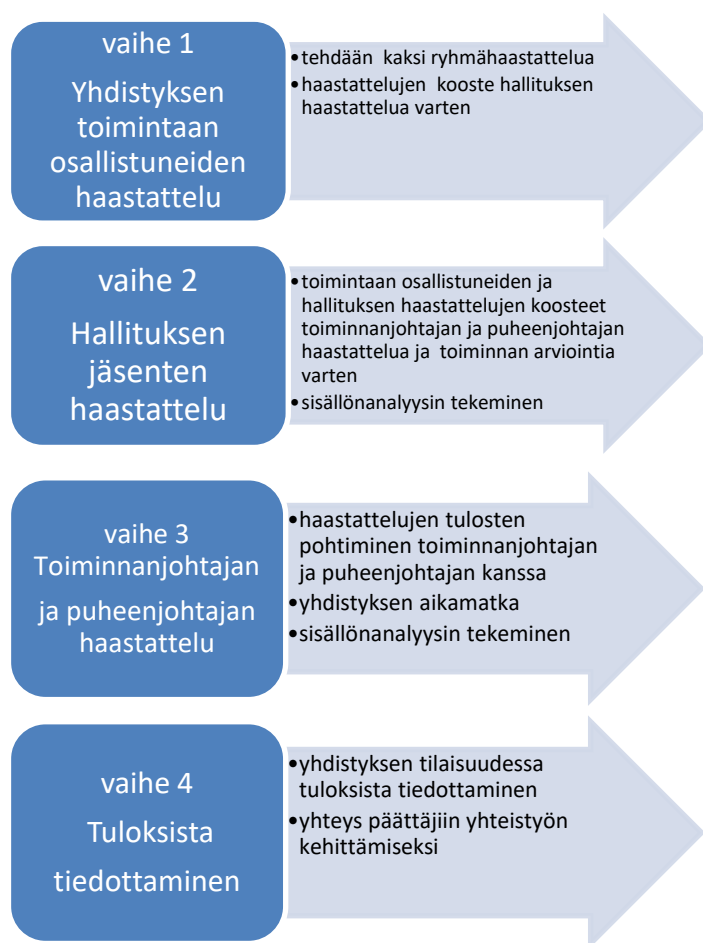
Monipuolisen sovelluttavuutensa ansiosta Bikva-malli sopii myös kolmannen sektorin toiminnan arvioimiseen ja kehittämiseen. Yhdistystoimintaan osallistuneet ovat mukana yhdistyksen järjestämässä toiminnassa vapaaehtoisesti ”asiakkaina”. Heidän mielipiteitään halutaan kuulla ja tutkia tavoitteena yhdistystoiminnan kehittäminen. Yhdistystoiminnassa mukana olevat saavat näin itse osallistua heille suunnatun toiminnan arvioimiseen ja kehittämiseen. Bikva-haastattelujen kautta osallistujia kannustetaan aktiivisuuteen ja oman äänen kuuluvaksi tekemiseen. Haastattelujen kautta saatu palaute käsitellään ja muutetaan yhdistystoimintaa arvioivaksi ja kehittäväksi tiedoksi. Dokumentoitu tieto esitetään myös päättäjille julkisen ja kolmannen sektorin yhteistyön kehittämistä tukemaan.



Kuvio 3 BIKVA – malli (Krogstrup 2004, 16 mukaan)

Tässä opinnäytetyön tutkimuksessa alkuperäisen Bikva-mallin mukaista haastattelu-järjestystä sovellettiin siten, että ensimmäiseksi haastateltiin yhdistystoimintaan osallistuneet, sitten yhdistyksen hallituksen jäsenet ja lopuksi yhdistyksen toimintaa ohjaavat ja siitä vastaavat hallituksen puheenjohtaja ja toiminnanjohtaja yhdessä. Bikva-mallin mukaiset haastattelut aloitettiin yhdistyksen toimintaan osallistuneiden kahdella haastattelulla, joista koottu tieto esitettiin kommentoitavaksi ja pohdittavaksi hallituksen jäsenten haastattelussa. Näiden haastatteluiden tulokset esitettiin yhdistyksen puheenjohtajalle ja toiminnanjohtajalle heidän yhteisessä haastattelussaan. Haastattelujen kautta esiin tullut tutkimus- ja arviointitieto viedään raportin valmistuttua myös päättäjien tietoisuuteen.

Seuraavassa kuviossa kuvataan tämän opinnäytetyön tutkimuksen kulku edellisessä kuviossa esitettyä alkuperäistä Bikva-mallia mukailleen:



Kuvio 4 Mukailtu BIKVA- mallin eteneminen

Haastattelun lisäksi yhdistyksen puheenjohtajaa ja toiminnanjohtajaa pyydettiin myös tekemään Yhdistyksen AIKAMATKA -arviointi (Liite 1). Yhdistyksen Aikamatka on suunniteltu hyödynnettäväksi kaikille, jotka haluavat tulevaisuuden ennakoinnin pohjaksi tietoa siitä, miten yhdistys on kehittynyt ja muuttunut vuosien aikana ja jotka kokevat tärkeäksi arvioida, mitä menneisyys kertoo nykyisyydestä ja tulevaisuudesta. Aikamatka on hyödyllinen esimerkiksi strategiaa uudistaessa tai kun halutaan tarkastella yhdistyksen kehitystä, toiminnan keskeisiä muutosvaiheita ja peilata yhdistyksen historiaa tulevaisuuden näkyymiin. (SOSTE:n www-sivut 2017.)

Aikamatka-arviointia voidaan toteuttaa ryhmätyönä, esim. työpaja-tyyppisesti työyhteisössä. Tässä opinnäytetyössä tehtävä annettiin puheenjohtajalle ja toiminnanjohtajalle henkilökohtaisesti tehtäväksi. Aikamatka-arvioinnissa mietitään, mitä yhdistyksen menneisyys kertoo nykyisyydestä ja mitä nykyhetki viestii tulevasta. Tarkoituksena on palauttaa mieleen oman yhdistyksen keskeisiä vaiheita ja merkittäviä tapahtumia. Pohdintaa tehdään yhdistyksen olemassaoloon, talouteen, henkilöstöön, toiminnan sisältöihin, toimintatapoihin ja kohderyhmään liittyvistä asioista. Lopuksi johtopäätöksinä pohdinnoista kirjataan kolme myönteistä päähavaintoa koskien tulevaa sekä kolme huolenaiheita herättävää päähavaintoa koskien tulevaa. (SOSTE:n www-sivut 2017.)

Aikamatka-arviointi liitettiin puheenjohtajan ja toiminnanjohtajan haastatteluun yhdistyksen toiminnan arvioinnin laajentamiseksi. Tarkoituksena oli koota kirjalliseen muotoon puheenjohtajan ja toiminnanjohtajan ajatuksia yhdistyksen menneestä toiminnasta sekä heidän ajatuksensa, suunnitelmansa ja tavoitteensa yhdistyksen tulevaan kehittämiseen liittyen. Yhdistyksen hallituksen puheenjohtaja ja toiminnanjohtaja ovat olleet yhdistyksen toiminnassa mukana 14 toimintavuoden ajan ja heidän kokemuksensa ovat perustana tulevalle yhdistyksen kehittämislle.

6.2 Aineiston kerääminen

Vanhustuki-yhdistyksen toiminnan merkitystä tutkittaessa haastattelut aloitettiin kahdella yhdistyksen toimintaan osallistuneiden ryhmähaastattelulla. Haastattelujen tavoitteena oli, että haastateltavat saivat itse valita näkökulman, jolla he haluavat näkemyksiään kuvata. Haastateltavia pyydettiin kertomaan, millaista merkitystä Vanhustuki-yhdistyksen toimintaan osallistumisella on ollut heille. Onko yhdistystoimintaan osallistuminen tukenut heidän hyvinvointiaan? Haastattelut olivat avoimia Bikvamallin mukaisesti ja niiden tavoitteena oli, että osallistujat voivat omin sanoin kuvailla ja tulkita näkemyksiään aiheeseen liittyen.

Haastatelluille esitetty tutkimuskysymys oli: Millaista merkitystä yhdistystoimintaan osallistumisella on ollut omalle hyvinvoinnille sekä arjen sujumiselle ja osallisuuden kokemiselle? (Liite 2)

Haastattelutilanteissa mukana olleilta myös kartoitettiin, kuinka kauan kukin on yhdistyksen toimintaan osallistunut sekä annettiin lopuksi mahdollisuus esittää toiveita yhdistyksen tulevaa toimintaa ajatellen.

Yhdistystoimintaan osallistuneita henkilöitä haastateltiin kahden yhdistyksen järjestämän tilaisuuden yhteydessä. Haastattelutilanteet poimittiin yhdistyksen järjestämistä kokoontumisista sopivien ajankohtiensa vuoksi. Ajatuksena oli, ettei haastateltavia erikseen valita, vaan annetaan satunnaisille kokoontumisiin osallistujille mahdollisuus osallistua myös haastatteluun. Ensimmäisessä haastattelussa (H1) oli mukana kahdeksan (8) osallistujaa. Heidät haasteltiin 8.2.2017 yhdistyksen avoimen Yhdessäolon iltapäivätilaisuuden yhteydessä. Toinen haastattelu (H2) toteutettiin 22.2.2017 pidetyn avoimen luentotilaisuuden alussa. Tähän tilaisuuteen osallistui noin 40 henkilöä. Keskustelussa puheenvuoron käytti kuitenkin vain 15 henkilöä. Ryhmiltä kysyttiin lupa haastattelua varten ja heille kerrottiin, miten ja mitä tarkoitusta varten haastattelut tehtiin. Haastateltavia pyydettiin kertomaan mielipiteitään yhdistyksen toiminnasta edellä kuvatun haastattelukysymyksen avulla. Haastatteluiden lopuksi osallistujia pyydettiin kertomaan myös mahdollisia toivomuksia yhdistyksen tulevaa toimintaa ajatellen.

Kumpikin haastattelu kesti noin puoli tuntia. Haastattelut äänitettiin ja litteroitiin kirjalliseen muotoon esitettäväksi 28.2.2017 pidettyä hallituksen haastattelua varten. Haastattelujen pituus litteroituna oli kuusi (6) sivua.

Ensimmäisiin haastatteluihin osallistuneista yli puolet oli osallistunut yhdistyksen toimintaan 1-3 vuoden ajan. Haastatelluista 10 henkilöä oli ollut mukana toiminnassa 5-14 vuoden ajan. Tiedon yhdistyksen toiminnasta moni oli saanut ystävältään taikka lukenut Satakunnan Kansan Menot-palstalla olleen ilmoituksen ja tullut tilaisuuksiin mukaan. Kuusi henkilöä oli jäänyt mukaan toimintaan osallistuttuaan ensin yhdistyksen järjestämään pienryhmätoimintaan (Ystäväpiiri ja muisteluryhmä).

Yhdistyksen hallituksen jäsenten haastattelu (H3) tehtiin hallituksen kokouksen yhteydessä 28.2.2017. Haastattelun tekeminen oli ilmoitettu hallituksen jäsenille merkittävällä se kokouksen asialistaan varsinaisten kokousasioiden jälkeen. Haastatteluun osallistui kuusi (6) hallituksen kymmenestä jäsentä. Heille kerrottiin ja luettiin, mitä yhdistyksen toimintaan osallistuneet olivat tuoneet ryhmähaastatteluissa esille. Hallituksen jäsenet saivat vapaasti kertoa toimintaan osallistuneiden mielipiteistä ja kokemuksista nousevia ajatuksiaan ja kehittämissideoitaan. Tämäkin haastattelu äänitettiin ja litteroitiin tarkempaa analysointia varten. Haastattelu kesti noin puoli tuntia ja litteroitua tekstiä kertyi kaksi (2) sivua.

Toiminnanjohtajan ja puheenjohtajan haastattelu suoritettiin 24.3.2017. Aiempien haastatteluiden tulosten kuvaamisen lisäksi tämän Bikva-mallin mukaisen haastattelun jälkeen toiminnanjohtajan ja puheenjohtajan tehtäväksi annettiin AIKAMATKA, joka on yhdistyksen toiminnan arviointimenetelmä. Yhdistyksen Aikamatka on hyödyllinen työkalu, kun halutaan tarkastella yhdistyksen kehitystä, toiminnan keskeisiä muutosvaiheita ja peilata yhdistyksen historiaa tulevaisuuden näkymiin. Satakunnan Vanhustuki ry:n puheenjohtaja ja toiminnanjohtaja ovat olleet perustamassa yhdistystä ja mukana toiminnassa koko yhdistyksen 14 vuoden olemassaolon ajan. Heidän haastattelunsa sekä yhdistyksen Aikamatka-arviointi loivat hyvän ja laajan pohjan yhdistyksen tulevan toiminnan kehittämiseksi.

Tämä haastattelu- ja arviointitilaisuus kesti noin 1,5 tuntia. Tätä haastattelua ei äänitetty vaan pääkohdat kirjoitettiin ylös. Bikva-mallin käyttöä tutkinut Mikko Reijonen

toteaa, että Bikvaa käytettäessä muistiinpanotekniikka voidaan vapaasti valita (Reijonen 2011). Tässä opinnäytetyössä käytettiin ryhmähaastatteluissa ja hallituksen jäsenten haastattelussa tallennustekniikkana äänittämistä ja puheenjohtajan ja toiminnanjohtajan haastattelussa dokumentointi tehtiin käsin. Näin saatiin kokemus molemmista tekniikoista. Aikamatka-arvioinnin puheenjohtaja ja toiminnanjohtaja tekivät myöhemmin itsekseen ja toimittivat ne kirjallisena opinnäytetyön tekijälle seuraavalla viikolla. Aikamatka-arvioinnin tekemistä varten puheenjohtajalle ja toiminnanjohtajalle annettiin monistetut lomakkeet (Liite 1), jossa arvioinnin tavoitteet esitettiin ja joihin oli mahdollista kirjoittaa päähavainnot yhdistyksen tulevaisuutta koskien. Puheenjohtaja ja toiminnanjohtaja saivat myös yhdistyksen toimintaan osallistuneiden ja yhdistyksen hallituksen haastatteluista koostetut tulostaulukot pohdintaa varten.

6.3 Haastattelujen analysoiminen

Bikva-mallissa tiedonkeruu on kvalitatiivista. Tehdyt ryhmähaastattelut, hallituksen sekä yhdistyksen puheenjohtajan ja toiminnanjohtajan haastattelut analysoitiin sisällönanalyysi-menetelmää käyttäen, jolloin koottu haastatteluaineisto saadaan tiiviiseen ja selkeään muotoon kadottamatta sen sisältämää informaatiota. Sisällönanalyysi-menetelmän tavoitteena on laatia selkeitä ja luotettavia johtopäätöksiä tutkittavasta aineistosta. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 108.)

Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä yhdistellään käsitteitä ja näin saadaan vastaus tutkimustehtävään. Sisällönanalyysi perustuu tulkintaan ja päättelyyn, jossa edetään empiirisestä aineistosta kohti käsitteellisempää näkemystä tutkittavasta ilmiöstä. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 112.) Aineistolähtöinen sisällönanalyysi etenee aineiston pelkistämisen ja ryhmittelyn kautta teoreettisten käsitteiden luomiseen (Tuomi & Sarajärvi 2009, 108).

Kvalitatiivinen aineisto analysoidaan yleensä sen keräämisen yhteydessä. Aineistojen analyysi aloitetaan useimmiten litteroimalla eli kirjoittamalla haastattelunauhojen materiaali tekstiksi. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 132.) Tässä opinnäytetyössä tehdyt avoimet ryhmähaastattelut äänitettiin ja litteroitiin mahdollisimman tar-

kasti ja pian haastattelun jälkeen, jolloin oli mahdollista muistaa myös haastattelutilanteisiin liittyvää havainnointia. Reflektiivisillä huomioilla tai muistiinpanoilla tarkoitetaan tutkijalle tutkimusprosessin aikana syntyviä huomioita. Tutkija voi käyttää niitä hyväksi palautettaessa mieleen tutkimusprosessiaan ja siinä esille tulleita seikkoja. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 133.) Tässä työssä haastattelutilanteissa tekemäni huomiot keskittyivät ryhmän ilmapiiriin sekä vastaajien aktiivisuuteen ja asiaan paneutumiseen. Näitä havaintoja olen pohtinut tutkimustuloksista johtopäätöksiä tehdessäni.

Haastattelut kestivät yhteensä noin 2,5 tuntia ja litteroitua aineistoa oli kaikista neljästä haastattelusta n. 11 sivua sekä aikamatka-arviointimateriaalia n. viisi (5) sivua. Haastattelujen käsitteleminen ja havaintojen miettiminen suoritettiin mahdollisimman nopeasti materiaalin saamisen jälkeen. Tällöin oli mahdollista muistaa myös haastattelujen aikana tehdyt huomiot mm. mielipiteiden esiintuomisen helppoudesta ja aitoudesta. Ensimmäisen esitetyn mielipiteen jälkeen myös monet seuraavat kommentit olivat samansuuntaisia, ”*yhdyn edelliseen mielipiteeseen*” -lause toistui haastateltavilla muutaman kerran. Haastateltavien vastaukset käsitelivät yhdistystoimintaan osallistumisen merkitystä hyvinvoinnille. Esiin nousi kokemuksia mm. yhteisöllisyydestä ja asiantiedon saamisen merkityksestä. Ensimmäiset haastattelut olivat kestoltaan n. puoli tuntia ja havaittavaa oli, että siihen mennessä mielipiteiden sanominen tyrehtyi.

Haastatteluaineiston määrä on tässä työssä suppea. Haastattelujen tarkemmalla suunnittelulla ja valmistelulla sekä haastateltavien mahdollisella valinnalla ja useammalla haastattelukysymyksellä olisi saatu kattavampi aineisto. Ryhmähaastattelujen sopimisella yhdistyksen tilaisuuksien yhteyteen toimittiin kuitenkin siten, kuin yhdistystoiminnassa usein toimitaan. Avoimet tilaisuudet ovat tarkoitettuja kaikille. Näillä haastatteluotannoilla tavoitettiin satunnaisotos haastateltavia, erilaisia yhdistystoimintaan osallistuneita ikääntyneitä.

Sisällönanalyysin tavoitteena on siis ilmiön laaja, mutta tiivis esittäminen, jonka tuloksena syntyy käsiteluokituksia, käsitejärjestelmiä, malleja ja käsitekarttoja. Sisällönanalyysi on enemmän kuin yksinkertainen tekniikka, jolla tuotetaan yksinkertaisesti aineistojen kuvauksia, koska sillä tavoitellaan myös merkityksiä, seurauksia ja sisältöjä. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 134.)

Sisällönanalyysi suoritettiin ensin yhdistyksen toimintaan osallistuneiden kahdesta haastattelusta sekä hallituksen jäsenten haastattelusta. Haastattelut luettiin tarkasti useaan kertaan ja etsittiin yhdistävät tekijät. Esiin nousseet pelkistetyt mielipiteet ja asiat yhdisteltiin ja saatiin aikaiseksi taulukot (TAULUKKO 1 ja 2), joissa kuvataan tutkimustulokset eli saadut vastaukset esitettyyn tutkimuskysymykseen. Haastatteluissa esiin nousseista asioista ja lauseista muodostettiin pelkistettyjä ilmauksia, joista muodostettiin alaluokkia, jotka muodostivat yläluokkia. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 112.) Yläluokat yhdistävän pääluokan otsikoksi muodostui yhdistyksen toimintaan osallistuneiden haastattelutaulukossa Ikääntyneiden hyvinvoinnin ja osallisuuden tukeminen. Yhdistyksen hallituksen haastattelun pääluokan otsikoksi saatiin Yhdistystoiminnan kehittäminen ikääntyneiden osallisuuden ja hyvinvoinnin ylläpitämiseksi.

7 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET

Tässä luvussa esitetään haastatteluissa esiin nousseet ajatukset ja mielipiteet yhdistystoimintaan osallistumisen merkityksestä ikääntyville ihmisille. Tutkimustulokset ovat rohkaisevia kolmannen sektorin toimintaan osallistuville ja sitä kehittäville.

7.1 Yhdistystoimintaan osallistuneiden haastattelut

Satakunnan Vanhustuki ry:n toimintaan osallistuneiden kaksi ryhmähaastattelua toivat esiin ikääntyneiden henkilökohtaisia kokemuksia ja mielipiteitä yhdistystoimintaan osallistumisen merkityksestä. Osallistuminen koettiin mielekkääksi ja sen kerrottiin antavan myönteistä sisältöä omaan arkielämään. Ensimmäinen haastattelu toi esille mm. seuraavat kokemukset osallistumisen merkityksestä:

H1:1: ”*On ollut merkitystä ja jaksaa kotona paremmin, kun käy jossain, esimerkiksi täällä.*”

H1:2: *”On myös paljon tietoa saanut omaan elämään ja sen sujumiseen ja nämä ihanat ihmiset”*

H1:7: *”Tämä vaihtelua antaa, kun saa muitten ihmisten joukossa olla, ja kun olen tällainen höpinä.”*

Ensimmäisen haastattelun osallistujamäärä (8) oli sopiva tällaista tutkimusta varten. Kaikki haastateltavat osallistuivat keskusteluun tuoden esiin ajatuksia käsiteltävästä aiheesta. Toinen haastattelutilanne oli osallistujamäärältään liian suuri, mutta sieltä esiin nousseet mielipiteet olivat samansuuntaisia ensimmäisen haastattelun kanssa ja tukivat sitä.

H2:1: *”Se virkistys, kun näkee toisia ja samanlaisia.”*

H2:2: *”Tämmöinen toiminta tuo viikon ohjelmanumeron, joten kaikki tuntuu mukavalta.”*

H2:3: *”Eihän tänne tulisi, jos se ei mitään antaisi.”*

Kaiken kaikkiaan yhdistyksen toimintaan osallistuneiden haastattelut toivat esiin monenlaisia myönteisiä kokemuksia yhdistyksen toiminnasta ja siihen osallistumisesta. Haastateltavat totesivat, että yhdistyksen tilaisuuksiin on helppo tulla, kynnys on matala ja kaikki ovat tervetulleita mukaan.

H2:4: *”Sanotaan näin, että tänne on helppo tulla, miksi? No, matala kynnys, semmonen, että tuntuu, että on vertaisiaan ihmisiä, ikäihmisiä ja on mihin lähteä pois kotoa neljän seinän sisältä, kun on yksinäinen ihminen, niin on mukava lähteä pois.”*

H2:7: *”Tämä on minusta niin kuin sellaista esiäikää, missä voi vielä, missä on sen kuntoinen, että vielä jaksaa ja sitten kun ei tiedä, mitä on edessä, että jaksako osallistua:”*

Toiminta on poliittisesti sitoutumatonta. Toiminnassa tapaa muita, samassa tilanteessa olevia ihmisiä. Kokoontumisissa keskustellaan kaikenlaisista asioista. Jotkut haastatteluista kertoivat, että toimintaan osallistuminen tuo mukavaa vaihtelua, virkistystä, ohjelmaa ja tekemistä yksin asuvalle. Yhteiset retket mainittiin myönteisinä kokemuksina. Jotkut kokivat myös löytäneensä uusia ystäviä yhdistyksen tilaisuuksista. Ystäväpiiri-toimintaan osallistumisen tärkeä merkitys nousi esille. Määräaikaisen Ystäväpiirin jälkeen on jatkettu osallistumista yhdistyksen muihin tilaisuuksiin. Ystäväpiiriläiset ovat myös ystäväystyneet ja jatkaneet omia tapaamisiaan uusien ystävien kesken.

H2:10: *”Asia, joka minusta on kauhean hieno, on se, että tää ei kytkeydy mihinkään puolueeseen, vaan tänne voi tulla mistä tahansa.”*

H1:4: *”Retket mukaviamonesta asiasta saa tietoa.”*

H1:1: *”Ei enempää voi merkitystä olla, kuin tällä on ollut, tämä on korvannut ainakin mulla sen henkisen hyvinvoinnin kokonaan, yksinasuja kun olen, niin tämä on todella suuri asia ja mielenterveydelle vaikuttaa ihan kovasti ja sille yksinololle..”*

H2:7: *”Minusta tämä on ihan mukavaa toimintaa sellaisille henkilöille, jotka ovat seurallisia, jotka tykkävät vielä lähteä pois kodistaan ja jotka vielä jaksavat lähteä, ehdottoman hyvä ja positiivinen asia.”*

H1:5: *”Yhdyn edellisiin puheenvuoroihin, tämä yhdistyksessä mukana olo on tuonut mulle paljon mukavaa, kivaa yhdessäoloa, ystäviäkin on löytynyt edellisen kurssin jälkeen, meitä on viisi, yhdessäoloa syntynyt.”*

Haastatteluissa tuli esille myös asiantiedon saamisen merkitys. Yhdistyksen järjestämät erilaisten alojen asiantuntijoiden pitämätluentotilaisuudet saivat kiitosta. Haastatteluista usea totesi tiedon saamisen tärkeäksi. Tiedon saaminen vanhusten elämään liittyvistä ja vaikuttavista asioista tukee arjessa selviytymistä. Esimerkiksi viime keväänä yhdistyksenluentotilaisuuksissa on pidetty asiantuntijalääkäreiden luennot muistisairauksista sekä oire- ja saattohoidosta. Näiden tilaisuuksien osallistujamäärät ovat olleet suuret ja palaute positiivista.

H1:3: ”Asiantuntijoiden esitelmää, tosi hyviä, niistä on saanut heidän lukemaansa ja välittämäänsä tietoa monesta asiasta.”

H2:6: ”..kuulee sellaista asiaa, mitä ei tiedä ja vaikka sen uudestikin jo tietäisi, niin millai se sanotaan, on opintojen äiti.”

H2:15: ”Odotetaan oikeen riemulla, että kuullaan, mitä me oikein ollaan ja miten vastustetaan tätä vanhuutta”.

H1:6: ”Käyn vielä eläkeläisyhdistyksessä, mutta tämä on vielä erilaista, täällä keskustellaan kaikista asioista ja kaikki voi osallistua, että tää toiminta on sen tyypistä, on helppo osallistua aina mukaan...tietoa meille vanhuksille tärkeistä asioista.”

Yhdistysten toimintaan osallistuneiden haastattelujen kootut tulokset voidaan kuvata seuraavan sisällönanalyysin avulla muodostetun käsitetaulukon kautta:

TAULUKKO 1

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA	PÄÄLUOKKA
Tukea yksinäisyyteen Mielenterveyden ja hyvinvoinnin tukeminen Vertaistuki Avoimuus ja sitoutumattomuus	Henkinen ja emotionaalinen tuki	Ikääntyneiden hyvinvoinnin ja osallisuuden tukeminen
Tavoitettavuus Yhteisöllisyys Keskustelumahdollisuus Retkeily ja virkistys Ystävien löytäminen	Sosiaalinen tuki	
Tiedon saaminen Asiantuntijuus	Edukationaalinen tuki	

Taulukkoon kootuista haastattelutuloksista voidaan todeta, että yhdistystoimintaan osallistumisella on ikäihmisten hyvinvointiin myönteinen vaikutus. Haastateltujen mielipiteissä esiin nousevat selkeästi esiin henkisen ja emotionaalisen sekä sosiaalisen tuen saaminen yhdistyksen toimintaan osallistumisen kautta. Kolmanneksi tuen saamisen muodoksi nousee edukationaalinen tuki eli oppimisen tukeminen asiantuntijatiedon saamisen kautta.

Henkinen ja emotionaalinen tuki pitää sisältää kokemukset tuen saamisesta yksin elämiseen ja asumiseen sekä tuen mielenterveyden ylläpitämiseen. Henkistä ja emotionaalista tukea saadaan ryhmätoimintaan ja yhteisiin tilaisuuksiin osallistumisen kautta. Vertaistuen saaminen toteutuu toisia osallistujia tavatessa avoimen keskustelun ja kohtaamisen kautta. Kotona yksin asuessa mahdollisesti koettu yksinäisyys helpottuu toisten seurassa. Yhdistyksen järjestämät tilaisuudet tuovat rytmiä arjen elämään. Esiin tullut kokemus ”matalasta kynnyksestä” tukee osallisuuden ja yhteisöllisyyden toteutumista.

Kysyttäessä haastateltavien toivomuksia yhdistyksen tulevaa toimintaa ajatellen, esille nousi tyytyväisyys nykyiseen toimintaan. Toivottiin, että edelleen järjestetään luentoja, retkiä ja ohjattua ryhmätoimintaa. Ystäväpiirien tärkeys myös mainittiin. Yhteisiin kokoontumisiin toivottiin ”iloista ja innostavaa” ohjelmaa. Toivottiin, että tilaisuudet ovat edelleenkin avoimia ja vapaita.

Opinnäytetyön keskeiset käsitteet kappaleesta 5.1 nousevat esiin yhdistystoimintaan osallistuneiden ryhmähaastatteluissa. Hyvinvoinnin vahvistuminen, yhteisöllisyyden kokeminen ja yksinäisyyden helpottuminen ovat erittäin tärkeitä, ikääntyneen ihmisen osallisuutta tukevia ja sitä mahdollistavia kokemuksia. Osallisuus on tunne kuulumisesta yhteisöön ja kokemus mahdollisuudesta vaikuttaa ja toimia siinä (Laatusuositus 2013.)

7.2 Hallituksen jäsenten haastattelu

Hallituksen haastatteluun osallistuneille kerrottiin edellisissä haastatteluissa esiin nousseet ja tuodut ajatukset. Hallituksen jäsenet saivat esittää mielipiteitään niihin liittyen. Hallituksen jäsenten haastattelussa nousi huomion kohteeksi toimintaan osallistuneiden palautteen positiivisuus. Tämä antaa hallituksen toimijoille viestiä siitä, että yhdistyksen toiminta on ollut osallistujien odotusten mukaista. Osallistujien kokemukset ja mielipiteet kannustavat hallituksen jäseniä kehittämään yhdistyksen toimintaa edelleen. Hallituksen jäsenten haastattelussa korostettiin erityisesti yhdistyksen toimintaan ja tilaisuuksiin tulevien ikäihmisten kohtaamista ja jokaisen huomioiduksi tulemistä. Todettiin, että aidosti kohdatut osallistujat tulevat tilaisuuksiin mukaan myös uudelleen.

H3:2: *”Yhdistys on täyttänyt hyvin sen ajatuksen, että tavoitetaan yksinäisiä, annetaan tekemistä ja ollaan samalla tasolla, ei ole yläpuolelta saneltu ja sitten ollaan saatu myöskin mielenkiintoiset luennoitsijat, sekin tuli tässä esille, jotka antaa tietoa. Meillä lähän tehtiin kysely, millaisia tilaisuuksia he toivoi ja sieltä tuli toivomuksia ja sellaisia me on järjestetty. Heiltä tuli nämä aloitteet, et lääkäreitä ja muita asiantuntijoita terveydestä ja mistä kaikesta he halusivat tietää ja sen mukaan on toimittu. Ja tuossa tuli ilmi, että se on ollut ihan oikea suunta, heiltä on kysytty ja sen mukaisesti toimittu.”*

H3:1: *”... ainakin tuntuu siltä, että ne oli kaikki positiivisia, tästä yhdistyksen toiminnasta, kun ei mitään kritiikkiä kuulunut, ei puolella sanalla kukaan ole kritisoinut.”*

H3:4: *”Toimintakertomus oli kattava, on paljon tehty kyllä, kyllä kai aina voi enemmän tehdä. Mielestäni hyvin vointia on se, kun ihminen tulee tänne, niin vuorovaikutus toisiin ihmisiin toteutuu – osallistujaluvut ovat vaikuttavat.”*

H3:4: *”...mitä on se aito kohtaaminen, että tulisi katsekontakti ja joku pieni taputus tai joku semmoinen, ei mitään sanojakaan tarvi, vaan se on se aito, että olet huomionnut sen ihmisen siinä ja sen ihmisen on huomattavasti helpompi tulla uudelleen,”*

Hallituksen jäsenten haastattelu analysoitiin ja siitä muodostettiin taulukko.

TAULUKKO 2

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA	PÄÄLUOKKA
Positiivinen palaute Yhdistyksen tarkoituksen toteutuminen Osallistujien toiveiden täytyminen	Palautteen vastaanottaminen	Yhdistystoiminnan kehittämisen ikääntyneiden hyvinvoinnin ja osallisuuden ylläpitämiseksi
Kohtaaminen ja huomioduksi tuleminen Ystävystyminen Ystäväpiiritoiminta	Toiminnan painopisteitä	
Lisää retkiä Lisää iloista toimintaa Toiminnan suuntaaminen tarpeiden mukaan	Tulevaisuuden toiminnan kehittäminen	

Edellä kuvatuissa ja analysoiduissa haastatteluissa tuli esille samanlaista tietoa, kuin kappaleessa 5.2 kuvatuissa aiemmissa laajoissa tutkimuksissa on todettu. Tämän opinäytetyön haastattelututkimus on suppea, mutta saadut tulokset ovat samansuuntaisia kuin vanhusten ryhmätoimintaan osallistumisesta aiemmin tehdyt tutkimukset. Hyvin suunniteltuun ja toteutettuun ryhmätoimintaan osallistuminen vähentää yksinäisyyden kokemista ja lisää hyvinvointia. (Jansson 2012; Niittymaa & Pajanne-Alanko 2009; Pitkälä ym. 2005; Marjovuori ym. 2005.) Myös kansainväliset, laajat tutkimukset osoittavat ryhmätoiminnan hyödyllisyyden ja tuloksellisuuden interventiona yksinäisyyden ehkäisemisessä (Dickens ym. 2011; Masi ym. 2011).

Yhdistystoimintaan osallistuneiden haastattelut toivat esiin samanlaisia merkityskokonaisuuksia kuin Korhonen, Hietanen & Lyyra (2009) olivat tutkimuksessaan löytäneet.

Yhteisöllisyys, yksinolon katkaiseminen ja henkisen sisällön saaminen nousivat keskeisiksi, arjen hyvinvointia tukeviksi kokemuksiksi, joita yhdistystoimintaan osallistumalla voidaan saavuttaa.

7.3 Yhdistyksen toiminnanjohtajan ja hallituksen puheenjohtajan haastattelu

Yhdistyksen toiminnanjohtajan ja puheenjohtajan haastattelutilanteessa heille kerrottiin edellisissä haastatteluissa esiin tulleet asiat ja heille annettiin haastatteluista muodostetut käsitetaulukot tutkittaviksi (TAULUKKO 1 ja 2). Heitä pyydettiin kommentoimaan niitä ja esittämään niistä nousevia ajatuksia ja mielipiteitä yhdistyksen toiminnan arvioimiseksi ja kehittämiseksi.

Satakunnan Vanhustuki ry:n puheenjohtaja Irma Roininen ja toiminnanjohtaja Ritva Kangassalo olivat hyvin tyytyväisiä yhdistyksen toimintaan osallistuneiden ja hallituksen jäsenten haastatteluissa esiin nousseisiin mielipiteisiin ja kokemuksiin. He kokivat, että esille tuodut mielipiteet antoivat hyvää palautetta siitä, että yhdistyksen 14-vuotinen toiminta on toteuttanut sille perustamisvaiheessa asetettua tarkoitusta. Yhdistyksen toiminnan alussa laaditut tavoitteet ovat toteutuneet, niiden ”punainen lanka” on säilynyt näiden vuosien aikana. Osallistujien antaman palautteen perusteella tämän kaltainen yhdistystoiminta tukee ikääntyneiden hyvinvointia ja kotona selviytymistä. Myönteinen palaute antaa voimaa ja intoa jatkaa toimintaa ja kehittää sitä edelleen.

Asiantuntijatiedon tärkeyden korostaminen on hyvin myönteinen asia. Yhdistyksen toimijat arvostavat ikääntyneitä ihmisiä. He haluavat tarjota toimintaan osallistuville ajankohtaista, arkielämää tukevaa tietoa erilaisten luentotilaisuuksien kautta. Asiantiedon jakaminen on ennaltaehkäisevää terveydenedistämistyötä. Tilaisuuksiin tulijoiden hyvä ja aito vastaanottaminen ja kohtaaminen on tärkeä asia, mikä osaltaan tukee matkan kynnyksen toiminnan toteutumista.

Puheenjohtaja ja toiminnanjohtaja korostivat myös yhdistyksen tarjoaman monipuolisen pienryhmätoiminnan merkitystä. Usea yhdistyksen toimintaan osallistuva kertoi osallistumisen alkaneen Ystäväpiiristä tai yhdistyksen hankkeen järjestämästä ryhmä-

toiminnasta. Pienryhmissä olisi tärkeää ottaa esille myös näkökulma ”hyvän levittämisestä”, voisi siis yhdessä pohtia, mitä mukavaa ryhmäläiset voisivat järjestää jollekin toiselle kohderyhmälle. Yhdistyksen toimintaan osallistuvia voisi ohjata ja kannustaa vapaaehtoistyöhön yhdistyksessä mahdollisuuksiensa mukaan.

Puheenjohtajan ja toiminnanjohtajan haastattelussa tuli esille se, että Satakunnan Vanhustuki-yhdistyksen kaltaisia yhdistyksiä ei lähialueella ole. Yhdistystoimintaan ovat tervetulleita kaikenikäiset ja innokkaiden vapaaehtoisten osallistumista tarvittaisiin entistä enemmän toimintaan ja hallitustyöskentelyyn. Keskustelussa heräsi myös kysymys, kuinka moni n. 230 jäsenrekisterissä olevasta jäsenestä osallistuu yhdistyksen järjestämään toimintaan? Todettiin myös, että toivottuja retkiä pyritään jatkossa järjestämään enemmän, vaikkakin ne vaativat melko paljon panostusta.

Puheenjohtaja ja toiminnanjohtaja toivat esille myös ajankohtaisen satasote-suunnitelun. Sosiaali- ja terveydenhuoltoon liittyvä hyvinvoinnin ennaltaehkäisy jää tulevaisuudessa paljolti kuntien vastuulle. Uudessa tilanteessa tarvitaan yhteistyötä julkisen sektorin, järjestöjen ja seurakuntien kanssa. Satakunnan Vanhustuki-yhdistyksellä on tämän opinnäytetyön sekä aikaisempien tutkimusten perusteella paljon annettavaa ikääntyneiden hyvinvoinnin ja kotona asumisen edistämiseksi ja turvaamiseksi.

Yhdistyksen hallituksen puheenjohtajan ja toiminnanjohtajan haastattelusta muodostettiin sisällönanalyysi-menetelmän avulla seuraava taulukko:

TAULUKKO 3

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA	PÄÄLUOKKA
Innostava palaute Asetettujen tavoitteiden toteutuminen Ikääntyvien arvostaminen	Toiminnalle asetettujen tavoitteiden saavuttaminen	Tavoitteellisen yhdistystoiminnan toteuttaminen ja kehittäminen ikääntyneiden hyvinvoinnin tukemiseksi
Asiantuntijuus Asiatiedon jakaminen Kotona selviytymisen tukeminen Henkinen ja emotionaalinen tuki Yhteistyö kunnan kanssa	Ennaltaehkäisevä terveyden edistäminen	
Ryhmätoiminta, yhteisöllisyyden levittäminen Retkitoiminta Vapaaehtoisen toiminnan lisääntyminen Avoimuus	Yhdistystoiminnan kehittäminen	

7.4 Yhdistyksen Aikamatka

Yhdistyksen hallituksen puheenjohtajaa ja toiminnanjohtajaa pyydettiin haastatteluun osallistumisen lisäksi tekemään Aikamatka-arviointi, joka yhdistystoiminnan arviointityökaluna antaa näkökulmaa yhdistystoiminnan kehittämiseksi tulevaisuudessa. Yhdistyksen Aikamatkassa puheenjohtaja ja toiminnanjohtaja pohtivat, mitä yhdistyksen menneisyys kertoo nykyisyydestä ja mitä nykyhetki viestii tulevasta? (SOSTE:n www-sivut 2017.)

Aikamatka-arvioinnissa kuvattiin yhdistyksen mennyttä aikaa eli vuosia 2003 -2015. Puheenjohtaja ja toiminnanjohtaja kuvasivat yhdistyksen toiminnan aloittamista, joka tapahtui jatkoksi SAMK:n hallinnoiman Ikäihmiset voimavarana -hankkeelle. Tarve ikääntyneiden hyvinvointia tukevalle, omalle yhdistykselle oli ilmeinen. Alusta saakka yhdistys on halunnut profiloitua asiantuntijayhdistykseksi, joka toimii ikääntyvien tukena ja puolestapuhujana. Luentotoiminta on ollut tärkeä toimintamuoto koko yhdistyksen toiminnan ajan. Ryhmätoiminta ja retket ovat olleet jokavuotista toimintaa. Yhdistyksen toimijat ovat koko toiminnan ajan keränneet toimintaan osallistuneilta palautetta ja toivomuksia ja muokanneet yhdistystoimintaa palautteen mukaan. Yhdistyksen kohderyhmä on vähitellen muuttunut vuosien aikana: ikäihmiset elävät pidempään ja ovat terveempiä ja virkeämpiä. Toimintaan osallistuu kaikenikäisiä eläkeläisiä.

Vapaaehtoistyönä toteutetun yhdistystoiminnan rinnalla on vuosina 2005 - 2010 ollut RAY:n hanketoimintaa, jota kuvattiin luvussa 3.3. Yhdistyksen jäsenmäärä on kasvanut erityisesti hankkeiden aikana. Mieleenpainuvana yksityiskohtana yhdistyksen menneiltä vuosilta on 10-vuotisjuhla, johon osallistui yli 100 juhlavierasta. Yhdistyksen toiminnan erityispiirteitä ovat tiivis opiskelijayhteistyö sekä aktiivinen viestintä ja tiedottaminen. Kuluneiden vuosien aikana yhdistyksen toimintaympäristö on muuttunut siten, että yhdistys kuuluu nyt Satakunnan Yhteisökeskukseen lähes 50 muun yhdistyksen kanssa. Myös yhdistyksen toimitilat sijaitsevat Yhteisökeskuksessa. Satakunnan Vanhustuki-yhdistyksen kaltaisia yhdistyksiä ei ole Satakunnan alueelle perustettu.

Yhdistyksen nykyhetki, vuodet 2016-2017, on täynnä toimintaa. Menossa olevan Yksinäisyys-hankkeen lisäksi varsinaista yhdistystoimintaa toteutetaan kuten menneinäkin vuosina. Toimintaa on pyritty suunnittelemaan ja toteuttamaan osallistujien toivomusten ja tarpeiden mukaan. Yhdistyksen jäsenetkin ovat jossain määrin aktivoituneet toimimaan toteuttajina.

Tulevaisuuden (v. 2018-) tärkeimpänä tavoitteena on saada yhdistyksen toiminta vakiintumaan ja laajenemaan maakunnalliseksi. Tarvitaan pysyvä rahoitus työntekijöiden palkkaamiseksi. Tulevaisuuden visio sisältää yhdistystyöhön sitoutuneet työntekijät ja vapaaehtoistoimijat. Tulevaisuuden visiossa yhdistyksen toiminnalla tulee olemaan kaupungin tuki ja yhteistyö Porin perusturvan kanssa toimii. Tavoitteena on saada kolmatta ikää elävät ihmiset mukaan vapaaehtoistoimintaan heti eläkkeelle jäätyään. Poriin perustettavassa Me-talossa toimiminen tarjoaa yhdistykselle mahdollisuuden myös ylisukupolvisen toiminnan kehittämiseen. Satakunnan yhteisökeskus on saanut myönteisen rahoituspäätöksen Me-säätiöltä ja Poriin perustetaan kaikenikäisille tarkoitettu matalan kynnyksen Me-talo, jonka tavoitteena on vähentää eri asuinalueiden välistä eriarvoistumista ja parantaa ihmisten hyvinvointia. (Me Säätiön www-sivut 2017.)

Yksinäisten ja huonokuntoisten ikäihmisten konkreettinen tukeminen on myös edelleen yhdistyksen tärkeä tavoite. On halu tavoittaa niitä, jotka eivät enää jaksaa tai kykene osallistumaan yhteiseen toimintaan. Tähän tarvitaan työntekijöitä. Yhdistyksellä siis riittää jatkossakin toimintakenttää ja haasteita. Toiminnanjohtajan sanoin: *”Sen pitää vain olla ketterä ja antaa tilaa toimijoille!”*

Puheenjohtaja Irma Roininen kiteyttää Aikamatka-arvioinnissa kolme myönteistä päähavaintoa koskien tulevaa: ”1. Olemme saaneet merkittävän aseman kaupungissa vanhustaluiden täydentäjänä., 2. Osallistujamäärät tilaisuuksissamme ovat lisääntyneet., 3. Tähänastinen toiminta antaa vankkaa pohjaa tulevalle.” Kolme huolenaihetta herättävää päähavaintoa koskien tulevaa ovat hänen mielestään: 1. ”Lähi vuosina yhdistys tarvitsee yhtä sitoutuneet ja aktiiviset johtajat kuin nytkin., 2. Satasoteen siirryttäessä yhdistyksen merkityksen ennaltaehkäisevässä työssä pitää lisääntyä., 3. Yhteistyö kaupungin kanssa on ollut hyvää, mutta tulevaisuudessa kaupungin pitäisi tukea toimintaa huomattavasti enemmän, esim. avustuksin.”

7.5 Tuloksista tiedottaminen

BIKVA -mallin viimeinen vaihe, jossa tehtyjen haastattelujen tulokset ja arviointi yhdistyksen toiminnan merkityksestä tiedotetaan päättäjille, toteutetaan tämän opinnäytetyön valmistumisen jälkeen. Vanhustuki-yhdistyksen järjestämässä tilaisuudessa kerrotaan osallistujille, mitä 14-vuotiaalle yhdistykselle kuuluu ja mitä mieltä toimintaan osallistuneet ovat olleet osallistumisen vaikutuksista heidän hyvinvoinnilleen.

Päättäjille tiedottaminen toteutuu yhdistyksen puheenjohtaja Irma Roinisen toimesta. Yhdistystoiminnan merkityksestä tiedotetaan mm. Porin perusturvalautakunnalle ja Porin vanhusneuvostolle. Tällä tiedottamisella vahvistetaan julkisen ja kolmannen sektorin yhteistyön toteutumista. Opinnäytetyön tuloksia voidaan käyttää hyödyksi myös tulevien hankerahoitushakemusten yhteydessä.

8 OPINNÄYTETYÖN LUOTETTAVUUDEN ARVIOINTIA

8.1 Tutkimustyön ja raportoinnin luotettavuus

Koska kaikessa tutkimustoiminnassa pyritään välttämään virheitä, yksittäisessä tutkimuksessa on arvioitava tehdyn tutkimuksen luotettavuutta (Tuomi & Sarajärvi 2009, 134). Tutkimuksen laadusta puhuttaessa viitataan tavallisesti yleisiin tieteellisen tutkimuksen arviointiperusteisiin, mikä tarkoittaa validiteetin ja reliabiliteetin tarkastelua. Validiteetti eli pätevyys tarkoittaa sitä, miten hyvin tutkimus tai mittari kuvaa tutkittavaa ilmiötä. Reliabiliteetilla tarkoitetaan mittauksen tarkkuutta. Validiteettia voidaan tarkastella sekä sisäisenä, että ulkoisena pätevyytenä. Sisäinen validiteetti viittaa tutkimuksen sisäiseen logiikkaan ja johdonmukaisuuteen. Ulkoinen validiteetti kuvaa sitä, miten hyvin tutkimuksen tuloksia voidaan siirtää tutkimuksen yhteydestä toiseen yhteyteen. (Ronkainen, Pehkonen, Lindblom-Ylänne & Paavilainen 2011, 129-130.)

Opinnäytetyötä tehtäessä on koko ajan pidettävä mielessä tutkimuksen totuudellisuus ja objektiivisuus. Laadullisessa tutkimuksessa pyritään mm. kuvaamaan jotain ilmiötä

tai tapahtumaa, ymmärtämään tiettyä toimintaa, antamaan teoreettisesti mielekäs tulkinta jollekin ilmiölle. On tärkeää, että henkilöt, joilta tietoa kerätään, tietävät tutkitavasta ilmiöstä mahdollisimman paljon tai heillä on kokemusta asiasta. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 85.)

Tässä opinnäytetyössä on suoritettu Satakunnan Vanhustuki-yhdistyksen toiminnan kuvaamista ja arviointia. Olen pyrkinyt selvittämään, mitä yhdistyksen toiminta on kuluneiden toimintavuosien aikana sisältänyt ja millaista merkitystä toiminnalla on ollut yksittäisen ikääntyneen osallistujan hyvinvoinnille. Koko opinnäytetyöprosessin ajan olen pyrkinyt toimimaan avoimesti ja rehellisesti sekä kuvaamaan tässä raportissa mahdollisimman selkeästi prosessin aikana esiin nousseet asiat ja syntyneet tutkimustulokset ja päätelmät.

Tutkimushaastatteluja tehtäessä ja raportoitaessa osallistujien vapaaehtoisuus ja anonyymiteetin säilyttäminen on turvattu. Haastatteluihin osallistuneet ovat olleet tutkittavaan asiaa perehtyneitä ja heitä on ollut tarpeeksi suuri joukko. Haastateltaville on selkeästi kerrottu, mistä on kyse ja mihin tarkoitukseen haastatteluja tullaan käyttämään. Haastattelut kirjattiin huolellisesti niin, että haastateltavien kaikki mielipiteet tulivat mahdollisimman oikein tallennetuksi ja ymmärretyksi. Tutkimuksella saadaan näkyviin kuvaa Satakunnan Vanhustuki-yhdistyksen toiminnasta ja sen merkityksestä ikääntyville osallistujille.

Tutkimusta arvioitaessa ja raporttia laatiessa on todettava, että tutkimusaineisto on suppea. Bikva-arviointimalli soveltuu hyvin myös yhdistystoiminnan tutkimiseen, mutta tarkemmalla valmistelulla haastattelumateriaalia olisi varmasti kertynyt enemmän ja sekä yhdistyksen toimintaan osallistuvat että hallituksen jäsenet olisivat sitoutuneet haastatteluihin paremmin. Tutkimuksen validiteetti olisi tällöin parempi. Yhdistyksen toimintaan osallistuneiden haastattelut olivat epäsuhtaiset osallistujamääriltään (tilaisuuksissa 8 ja 40 osallistujaa.) Pienemmässä haastatteluryhmässä keskustelun syntyminen on helpompaa ja kaikki voivat osallistua siihen tasapuolisesti. Samankokoiset haastatteluryhmät ovat paremmin vertailukelpoisia keskenään.

Haastattelukysymyksen tehtävänä oli herättää keskustelu tutkittavasta aiheesta, yhdistystoiminnan merkityksestä ikääntyneen ihmisen elämälle. Bikva-menetelmää käyttäneen ja tutkineen Mikko Reijosen mielestä bikvassa ei ole muista haastattelutekniikoista tai arvioinneista poiketen valmiita kysymyksiä, vaan kysymykset ja aiheet nousivat haastateltavilta itseltään (Reijonen 2011, 51). Tässä tutkimuksessa havaintona on se, että tutkimuskysymys tarvitaan aloittamaan ja suuntaamaan keskustelua suoraan käsiteltävään aiheeseen. Etukäteen suunnitellut lisäkysymykset myös olisivat voineet laajentaa ja monipuolistaa tutkimusaineistoa. Bikva-haastatteluiden lisäksi olisi voinut toteuttaa myös kirjallisen kyselyn yhdistyksen jäsenille tutkimusaineiston laajentamiseksi.

Tutkimuksen luotettavuutta arvioitaessa pitää ottaa huomioon myös puolueettomuusnäkökulma. Vaikka tutkimuksen tulee olla arvovapaata, tutkijan arvot vaikuttavat tutkimuksessa tehtyihin valintoihin. Arvovapaaksi tutkimuksen kuitenkin tekee se, että tutkija paljastaa tutkimukseen vaikuttavat arvonsa. Hän tekee kaikki asiat tutkimuksessa niin sanotusti avoimiksi ja läpinäkyviksi. (Vilka 2015, 198.) Tutkija kokemushistorioineen on tutkimuksen tärkeä osatekijä. Käytännön tutkimustyö perustuu erilaisiin suhteisiin tutkijan ja tutkittavien välillä. (Ronkainen ym. 2011, 70.) Tämän työn haasteena on ollut opinnäytetyön tekijän toimiminen arvioitavan yhdistyksen hanke-työntekijänä. Työntekijäasema on antanut mahdollisuuden perehtyä yhdistyksen toimintaan syvällisesti, mutta se on myös vaatinut pohdintaa objektiivisuuden toteuttamiseksi.

8.2 Työntekijänä ja arvioijana

Tutkijan roolin ja henkilökohtaisen subjektiivisuuden kohtaamisesta syntyy monenlaisia yhdistelmiä. Näitä analysoidaan laadullisessa tutkimuksessa käsitteellä *positio*. Positiolla tarkoitetaan tutkijan suhdetta tutkittaviin ja tutkimuksen kohteeseen sekä tutkijan tietoisesti valitsemaa roolia. (Ronkainen ym. 2011, 71.) Tutkija voi tietoisesti pyrkiä ottamaan tietynlaisen roolin suhteessa tutkittaviin ja tutkimuskohteeseen. Position valinta ei kuitenkaan ole vain tutkijan päätettävissä, sillä myös tutkittavat ja tutkimuskohteet sijoittavat tutkijan johonkin asemaan ja säätelevät näin tutkimuksessa syntyvää suhdetta. Tutkijan tulisi olla tietoinen tästä. (Ronkainen ym. 2011, 72.)

Tässä opinnäytetyössä tutkijan positiota on määrittänyt toimiminen Satakunnan Vanhustuki-yhdistyksen työntekijänä. Olen ollut yhdistyksen palveluksessa hanketyöntekijänä vuosina 2005-2010 sekä vuodesta 2016 (nykyinen hanke päättyy v. 2018). Tämän opinnäytetyön aiheen otin tarkasteltavakseni sen ajankohtaisuuden vuoksi. Yhdistyksen toiminnassa oli nyt myös otollinen aika kartoitukselle ja arvioinnille. YAMK-koulutuksissa yhdistystoimintaa ei ole vielä paljonkaan tutkittu.

Täydellinen objektiivisuus ei ole mahdollista – eihän kenenkään ole mahdollista irrottautua itsestään ja sulkea pois täysin omaa ajatteluaan. Riittää, että tutkija pyrkii aktiivisesti tiedostamaan omat asenteensa ja uskomuksensa, ja koettaa parhaansa mukaan toimia niin, etteivät ne vaikuttaisi tutkimukseen liiaksi. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Olen pyrkinyt työntekijä-arvioija positiossani objektiivisuuteen ja puolueettomuuteen. Pohdintaa on vaatinut se, kuinka hyvin olen siinä onnistunut. Bikvammallissa haastattelijan on oltava mahdollisimman puolueeton, siksi esim. ei ole toimivaa, että johto -tai luottamushenkilöihin kuuluva henkilö tekee asiakas- ja lähityöntekijähaastatteluja (Reijonen 2011, 100). Tässä tutkimuksessa työntekijä-tutkija -rooli on ollut vastakkainen. Työntekijänä olen tutkinut myös johdon, esimiesteni mielipiteitä.

Tutkimushaastatteluihin osallistuneet henkilöt eivät ole nykyisen hankkeemme kotikäyntiasiakkaita eli en ole ollut heihin henkilökohtaisessa yhteydessä työntekijänä. Haastateltujen yhdistyksen puheenjohtajan ja toiminnanjohtajan tuttuuden ja esimies-aseman ansiosta heidän mielipiteidensä ja ajatustensa kirjaaminen on mielestäni ollut helppoa ja johdonmukaista. Haastattelun lisäksi ajatukset koottiin yhteen Aikamatka-arvioinnissa heidän itsensä kirjaamina. Haasteena itselläni tässä tilanteessa on ollut välttää omien ennakkokäsitysten ja mielipiteiden liittämistä aineiston tulkintaan. Olen pyrkinyt kirjaamaan puheenjohtajan ja toiminnanjohtajan ajatukset ylös sellaisenaan.

Työntekijäroolistani huolimatta koin yhdistyksen toiminnan kartoittamisen niin tärkeänä aiheena, että halusin siihen perehtyä. Itselle tuttua toimintaa on toisaalta helppo tutkia ja aiheen tuttuuden takia on haastateltujen ja arvioinnin tulosten ymmärtäminen ja raportoiminen helpompaa. Yhdistyksen hankkeen työntekijänä olen seurannut yhdistyksen toimintaa tällä hetkellä ikään kuin hieman sivusta keskittyen hankkeen

omaan asiakastyöhöni. Yhdistyksen työntekijänä olen saanut kolmannen sektorin toiminnasta laajan ja monipuolisen kuvan. Tämä on auttanut tämän aiheen käsittelemisessä ja kokonaiskuvan luomisessa. Näistä lähtökohdista ponnistaen olen pohtinut ja arvioinut toimintaani ja kykyäni puolueettomuuteen koko opinnäytetyöprosessin ajan.

Objektiivisuuttani on tukenut myös ajatukseni siitä, että henkilökohtaisena tavoitteenani ei ole jatkaa yhdistyksen työntekijänä tai toimijana menossa olevan hankkeen päättymisen jälkeen. Tavoitteenani on ollut tämän työn tekemisen avulla tukea Satakunnan Vanhustuki ry:n toimintaa. Yhdistyksen toiminnan kuvaamisen ja arvioimisen tavoitteena on antaa pohjaa tulevaisuuden luomiselle.

Olen pohtinut omaa oppimisprosessiani tämän opinnäytetyön tekemisen aikana. Olen askel askeleelta paneutunut tutkittavaan aiheeseen ja siihen liittyviin lähteisiin. Opinnäytetyön rakentaminen vähitellen, välillä pahasti kangerrellenkin on opettanut pohtimaan ja näkemään vaivaa enemmän. Kokonaiskuvan saaminen tutkittavasta aiheesta ja tutkimuksen tekemisestä on itselläni syntynyt hitaasti ja arviointivaiheessa ymmärrän, mihin tutkimuksen kohtiin olisi pitänyt panostaa enemmän. Tutkimusmenetelmän käytön tarkempi suunnittelu olisi tuottanut paremman ja laajemman tutkimusaineiston ja lisännyt tutkimuksen validiteettia ja reliabiliteettia. Tämän työn tekeminen on opettanut paljon.

9 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Tässä opinnäytetyössä on selvitetty ja arvioitu Satakunnan Vanhustuki -yhdistyksen toimintaa ja sen merkitystä ikääntyneiden ihmisten hyvinvoinnille. Opinnäytetyön tutkimuksen tärkeimpänä johtopäätöksenä voidaan todeta, että ikääntyneille suunnattua omaa yhdistystoimintaa todella tarvitaan. Yhdistyksen toiminnassa mukana olevien haastattelut osoittavat, kuinka merkittävää ja tärkeää yhdistystoimintaan osallistuminen on sekä toimintaan osallistuville että toimintaa toteuttaville. Tutkimustulokset ja niiden arviointi kertovat siitä, että yhdistystoimintaan ja siinä tarjottuihin erilaisiin ryhmätoimintoihin osallistuminen tukee ikääntyneen hyvinvointia ja arjen jaksamista.

Hyvinvoinnin tukeminen toteutuu mm. yhteisöllisyyden kokemisen ja asiantiedon saamisen kautta. Toimintaan osallistuminen mahdollistaa vertaistuen toteutumista. Keskusteluyhteys samassa elämän vaiheessa olevien kanssa on hyvin tärkeää. Osallisuus yhteiskunnan toimintaan säilyy ikääntyessä yhdistystoimintaan osallistumisen avulla.

Opinnäytetyön tutkimuksen tekijänä olisin odottanut yhdistyksen toimintaan osallistuneilta myös kriittisiä arvioita ja toivomuksia yhdistystoimintaan liittyen. Osallistujien myönteisiä mielipiteitä selittää kuitenkin päätelmä siitä, että yhdistystoimintaan osallistuvat ja tilaisuuksiin tulevatkin vain ne, jotka kokevat toiminnan heitä kiinnostavan. ”Eihän tänne tulisi, jos se ei mitään antaisi” – kuten ensimmäisessä haastattelussa joku totesi. Haastattelujen aikana tehdyt havainnot tukivat myönteisiä tulospäätelmiä. Haastattelujen ilmapiiri oli myönteinen. Erityisesti ensimmäisessä yhdistystoimintaan osallistuneiden haastattelussa kaikki halusivat kertoa hyviä kokemuksiaan. Tulkintani on, että haastateltavat halusivat näin antaa täyden tukensa yhdistyksen toimijoille.

Haastattelujen analysointi sisällönanalyysi-menetelmän avulla nosti esiin kolme pääluokan otsikkoa, jotka kuvaavat yhdistystoiminnan merkitystä ikääntyneen ihmisen hyvinvoinnille. Yhdistyksen toimintaan osallistuneiden haastattelujen pääluokaksi muodostui **Ikääntyneiden hyvinvoinnin ja osallisuuden tukeminen**. Pääluokan alaluokkia ovat henkinen ja emotionaalinen tuki, sosiaalinen tuki ja edukationaalinen tuki. Ikääntyneet yhdistystoimintaan osallistuneet kertoivat, kuinka osallistuminen tukee heidän hyvinvointiaan henkisesti, emotionaalisesti ja sosiaalisesti. Yhdessäolon, keskustelun ja koetun vertaistuen merkitys koettiin tärkeäksi. Merkittävää oli myös asiantiedon saamisen arvostaminen. Tiedon saaminen ikääntyneen ihmisen elämään liittyvistä, kiinnostavista asioista tukee hyvinvoinnin ja osallisuuden kokemista. Elinikäisen oppimisen ajatus ja tavoite toteutuu käytännössä Vanhustuki-yhdistyksen toiminnassa. Tiedon tarjoaminen ja oppimisen mahdollistaminen kaikenikäisille on osoitus ihmisten arvostamisesta.

”Elinikäisen oppimisen kautta kehitämme henkilökohtaisia, sivistyksellisiä ja yhteiskunnallisia tietojamme, taitojamme ja ymmärrystämme eri ulottuvuuksissa, kaikissa elämänvaiheissa. Elinikäinen oppiminen näyttäytyy myös olennaisena välineenä,

jonka avulla pyritään kohti aktiivisen ikääntymisen tavoitetta.” (Tikkanen 2013, 510, 512.)

Yhdistyksen hallituksen jäsenten haastattelun pääluokaksi muodostui **Yhdistystoiminnan kehittäminen ikääntyneiden hyvinvoinnin ja osallisuuden ylläpitämiseksi**. Hallituksen jäsenet olivat tyytyväisiä toimintaan osallistuneiden myönteiseen palautteeseen, mutta samalla myös pohtivat yhdistystoiminnan kehittämistä edelleen. Heidän mielestään ikääntyneiden yhdistystoiminnassa on erittäin tärkeää osallistujien kohdatuksi tuleminen, arvostaminen ja välittäminen. Nämä seikat halutaan ottaa kaikessa yhdistyksen toteuttamassa toiminnassa huomioon. Hyvinvoinnin tukeminen toteutuu hyvin ja aidosti kohdatuksi tulemisesta alkaen. Hallituksen jäsenet haluavat jatkaa ja kehittää toimintaa osallistujien toivomaan suuntaan, luento-, virkistys- ja retki-toimintaa jatkamalla ja lisäämällä.

Yhdistyksen toiminnanjohtajan ja hallituksen puheenjohtajan haastattelun pääluokaksi muodostui **Tavoitteellinen yhdistystoiminnan toteuttaminen ja kehittäminen ikääntyneiden hyvinvoinnin tukemiseksi**. Yhdistyksen toiminnalleen asettamat tavoitteet ovat tämän tutkimuksen mukaan toteutuneet hyvin. Satakunnan Vanhustukiyhdistys toteuttaa toiminnallaan ennaltaehkäisevää terveyden edistämistyötä. Yhdistyksen toiminnanjohtajalla ja puheenjohtajalla on laaja kokemus sosiaali- ja terveydenhuollon alalta. Tämä asiantuntijuus on ohjannut yhdistyksen toimintaa alusta saakka. Tätä tavoitteellista, ikääntyneiden hyvinvointia monipuolisesti tukevaa toimintaa halutaan jatkaa ja kehittää. Satakunnan Vanhustuki ry haluaa edelleen kehittyä ja laajentaa asiantuntijana toimimista vanhuuteen ja vanhenemiseen liittyvissä kysymyksissä. Tässä opinnäytetyössä tehty yhdistyksen toiminnan kartoittaminen ja arviointi toivottavasti innostavat yhdistystoimijoita kehittämään Satakunnan Vanhustuki ry:n ansiokasta toimintaa edelleen.

Ihmisellä on tarve kuulua johonkin, tulla hyväksytyksi sellaisena kuin on, olla osa jotakin yhteisöä. Valitettavasti nämä eivät kaikkien kohdalla toteudu nyky-yhteiskunnassa. Yksinäisyys on lisääntynyt. Kansalaisyhteiskunnan toiminnot tarjoavat tukea ja paikkoja kuulumiselle ja mukanaololle. (Harju 2010b, 75.) Kansalaisyhteiskunta rakentaa tietoisesti merkityksiä ihmisille ja näin tehdessään tekee itsestään tarpeellisen

ja kiinnostavan. Järjestötoiminnassa voidaan vastata ihmisten tarpeisiin asiakas- ja ennen muuta ihmislähtöisesti. (Harju 2010b, 61.) Vanhustyötä tekevien kolmannen sektorin toimijoiden tehtävä on osallistua yhteiskunnan keskusteluun ikääntymiseen ja vanhuuden yksinäisyyteen liittyvissä kysymyksissä. Uotilan tutkimus ikääntyneiden yksinäisyydestä nostaa esille yhteiskunnan asenteiden merkityksen yksinäisyyden kokemisessa (Uotila 2011, 73.) Ikääntyneiden omalla yhdistystoiminnalla ja sen puitteissa tapahtuvalla tiedotuksella voidaan vaikuttaa vanhuksia kunnioittavan asenteen vahvistumiseen yhteisöissämme.

Terttu Mäkitalo kirjoittaa ajankohtaisessa Polemia-sarjassa julkaistussa kannanotossaan: ”Elämänlaatua parantavat ja vireyttä lisäävät erilaiset ulkoiset virikkeet ja sosiaaliset suhteet. Vastentahtoinen yksinäisyys on yksi pahimmista hyvinvoinnin uhkista ja voi olla jopa vakavaan sairauteen verrattavissa oleva riski. Yksinäisyys on usein mielialan, käytöksen ja toimintakyvyn muutosten ja päihdeongelmien sekä terveyspalveluiden runsaan käytön taustalla. Yksinäiset vanhukset tulisi saada mahdollisimman varhaisessa vaiheessa mukaan erilaisiin ryhmä- ja viriketoimintoihin, jotta erakoituminen ja yksinäisyys eivät pääsisi pahenemaan.” (Mäkitalo 2016, 48.)

Tämän opinnäytetyön tulokset ja esillä olleet tutkimukset vanhusten ryhmätoimintoihin liittyen tukevat edellä lausuttua. Vanhusten yhteisöllisyyttä ja osallisuuden kokemista voidaan tukea hyvin suunnitellun ja tavoitteellisen ryhmätoiminnan avulla. Yhdistystoimintaan osallistumiseen olisi hyvä tutustua viimeistään eläkkeelle jäädessä. Myös Satakunnan Vanhustuki ry:n toiminnassa on tilaa ja monenlaisia toiminta- ja osallistumismahdollisuuksia tarjolla kaikenlaisille ja kaikenikäisille ihmisille. Huonokuntoisten ja kotiin ”jääneiden” vanhusten tukemista yhdistys voi toteuttaa palkattujen työntekijöiden sekä vapaaehtoisten auttajien avulla. Vapaaehtoisten saaminen toimintaan mukaan on tärkeää ja vaatii paljon panostusta. Satakunnan Vanhustuki ry:n Yksinäisyys-hankkeessa on mukana vapaaehtoisia tukiystäviä vanhusten luo tehtävässä kotikäyntityössä. Vapaaehtoisia tarvittaisiin paljon enemmän ystävätoiminnan laajentamiseksi.

Fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia lisäävien omais- ja vertaisverkostojen yhteistyötä ja verkottumista pitäisi parantaa ja lisätä (julkinen sektori, järjestöt, yritykset) (Mäkitalo 2016, 50). Yhteistyön toteuttamisessa on vielä paljon kehitettävää. Eri

sektoreilla vanhustyötä tekevien suurimpana haasteena on tavoittaa syrjäytymisvaarassa olevat ja yksinäisyydestä kärsivät vanhukset. Yhteistyön toteutumiseksi tarvittaisiin yhteinen toimintasuunnitelma ja -menetelmät sekä konkreettista työtä toimintalueemme vanhusten tavoittamiseksi ja tukemiseksi. Perusturvan, seurakuntien ja yhdistysten suunnitelmallisella yhteistyöllä syrjäytymisvaarassa olevat yksinäiset vanhukset olisi varmasti mahdollista löytää ja kohdata. Yhdistyksen toiminnan etuna on mahdollisuus suunnata toimintaa ja työtä joustavasti kulloistenkin esiin haasteiden mukaan. Joustava hallinto ja työntekijät mahdollistavat tämän, jos rahoitus on kunnossa.

Mäkitalo ehdottaa valtakunnalliseksi yhteistyön toteuttamisforumiksi seuraavaa: ”Väestön ikääntymisen haasteisiin vastaamiseksi tarvitaan avoimen tiedon, osaamisen ja kehittämisen alustaa, Seniori-Suomen allianssia. Allianssin pitäisi toimia julkisen, yksityisen ja kolmannen sektorin kumppanuustoimintamallin mukaan, ja ikäihmisten äänen tulisi kuulua monipuolisesti. Seniori-Suomen allianssi voi olla kehitysalusta, joka tuottaa ja välittää avointa tietoa ja tietämystä ikääntymisestä sekä tutkimus-, kehitys- ja innovaatiotoiminnan tuloksista ja sovellutuksista. Sen keskeisenä tehtävänä olisi vauhdittaa ja haastaa operatiivista uudistustyötä. Tällaisen kehitysalustan suunnittelussa ikäihmiset voisivat olla aloitteellisia omine järjestöineen.” (Mäkitalo 2016, 79.)

Edellä korostetun hyvän tiedon kulun ja asiantiedon saamisen lisäksi tarvitaan konkreettista työtä ja toimintaa, jota juuri paikalliset yhdistykset pystyvät joustavasti toteuttamaan. Puheenjohtajan ja toiminnanjohtajan haastattelussa ja Aikamatka -arvioinnissa korostui perinteisen yhdistystoiminnan toteuttamisen rinnalla yhdistyksen hanketoiminnan kehittäminen ja laajentaminen. Tavoitteena on yhdistyksen ja kaupungin yhteistyön tiivistäminen hanketoiminnan kautta. Tämä edellyttää hankerahoitusten saamista. Yhdistyksen hankerahoitukset on saatu RAY:n, nykyisin STEA:n rahoituksina. Jatkossa on syytä selvittää myös kaikki muut mahdolliset rahoitustahot. Tulevaisuudessa on mielenkiintoista nähdä, miten kaupunki osallistuu yhdistystoiminnan tukemiseen. Satasoten toteutuessa väestön ennaltaehkäisevä hyvinvointityö jää paljolti kuntien vastuulle. Yhdistykset tarjoavat monenlaista kansalaisten hyvinvointia tukevaa ja terveyttä edistävää toimintaa myös ammattilaisten tekemänä.

Sosiaali- ja terveysministeriön uusi laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palveluiden parantamiseksi (2017-2019) painottaa mahdollisimman terveen ja toimintakykyisen ikääntymisen turvaamista. Tarvitaan palvelurakenteiden muuttamista, joka edellyttää palvelujen sisällöllistä uudistusta sekä iäkkäiden parissa toimivien osaamisen edelleen kehittämistä. Kaikessa kehittämisessä ja päätöksenteossa tulisi kuulua iäkkäiden oma ääni. Iäkkäiden terveyttä ja toimintakykyä tuetaan vahvistamalla iäkkäiden omaehtoista toimintaa, eri toimijoiden (järjestöt, yritykset, seurakunnat, vanhusneuvostot, kansalaisraadit) yhteistä tekemistä sekä kunnan eri toimialojen yhteistyötä. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2017, 7, 10, 15, 16.)

Satasote-suunnittelussa kyllä keskustellaan Satakunnan Järjestöstrategia 2035:ssä esitetyistä näkökulmista julkisen ja kolmannen sektorin tulevaan yhteistyöhön liittyen. Järjestöjen näkökulmasta ainakin seuraaviin asioihin tulisi kiinnittää huomiota: työnjako selkeäksi eri sektoreiden välillä, asiakkaiden tehokkaampi ohjaaminen julkisista palveluista järjestöjen palveluihin, järjestötoiminnan mukaan ottaminen julkisten palveluprosessien ”sisään”, kokemusasiantuntijoiden hyödyntäminen julkisten palveluiden kehittämisessä, järjestöiltä ostettavien palveluiden määrän kasvaminen, yhteistyö hankesuunnittelussa sekä alueellisen hyvinvointitiedon hyödyntäminen järjestöjen toiminnan ohjaamiseksi. (Satasoten www-sivut 2017.)

SOSTE suosittelee, että järjestö-kuntayhteistyö jatkuu elinvoimaisena hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi. Ensimmäisenä tavoitteena on, että kuntalakiin kirjataan, että kunnan perustehtävä on kuntalaisten hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen. Ihmisten hyvinvointi syntyy arjessa ja lähiyhteisöissä. Tätä ei muuta se, että sosiaali- ja terveyspalvelut järjestää maakunta. Kuntien kannattaa jatkaa monipuolista hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä yhdessä järjestöjen kanssa ja turvata muun muassa toiminta-avustuksin ja tiloja tarjoamalla järjestöjen resurssit tähän työhön. Toisena tavoitteena on kunta-järjestöyhteistyön huomioiminen kuntien valtiosuoksissa sekä kolmantena tavoitteena on julkisen vastuun ja kansalaisyhteiskunnan roolin säilyminen kirkkaana. (Peltosalmi ym. 2016, 191.) Sosiaali- ja terveysministeriön 22.5.2017 julkaistussa linjauksessa todetaan, että järjestöt voivat jatkossakin toimia monipuolisesti omien tavoitteidensa mukaisesti ja omalle toiminnalleen tarkoituksenmukaisessa muodossa. Kunnilla, maakunnilla ja valtionapuviranomaisilla on monipuoliset mahdollisuudet tukea järjestöjen toimintaedellytyksiä toimivaltansa rajoissa. Järjestöjen tukeminen on

yksi tapa maakunnan järjestämisvastuun ja maakunnan tehtävien toteuttamiseksi. (Alueuudistuksen www-sivut 2017.)

Porissa olisi syytä ottaa terveyden edistämistyötä tekevät yhdistykset mukaan kaupunkistrategiaan liittyvän hyvinvointiohjelman ja hyvinvointikertomuksen laatimiseen. ”Porin kaupungin elinvoiman ja porilaisten hyvinvoinnin edistämiseen tarvitaan kaikkien osapuolien vahvaa sitoutumista ja työpanosta. Hyvinvointi on kaikkien yhteinen päämäärä ja etu. Hyvinvointia edistävä työ on tulevaisuuden investointia” (Porin kaupungin www-sivut 2017.) Vanhustuki -yhdistyksellä on paljon tietoa ja kokemusta käytettävissä ikääntyneiden porilaisten hyvinvointiin liittyvistä asioista. Yhdistyksen toimintaan liittyvät opinnäytetyöt, niiden puitteissa jäsenistöltä kootut palautteet sekä hankearvioinnit sisältävät runsaasti hyödyllistä, ikääntyneiltä itseltään koottua tietoa.

Satakunnan Vanhustuki ry on ainutlaatuinen asiantuntijayhdistys toiminta-alueellaan. Yhdistyksen toiminta on kuitenkin ollut hyvin Pori-keskeistä. Meneillään olevan Yksinäisyys -hankkeen toiminta-alueena on Porin yhteistoiminta-alue, Pori, Merikarvia ja Ulvila. Tänä keväänä yhdistys on hakemassa toista STEA:n hankerahoitusta Arjen tuki -hanketta varten. Hankkeen tavoitteena on tukea ikääntyneiden kokonaisvaltaista hyvinvointia ja kotona-asumista ennaltaehkäisevän ja kuntouttavan toiminnan kautta. Ajoissa annettu tuki arjen eri asioihin (liikunta, ravitsemus jne.) siirtää mahdollista kotihoidon tarvetta kauemmaksi. Puheenjohtajan ja toiminnanjohtajan mukaan tulevaisuuden suunnitelmiin kuuluu koko yhdistyksen toiminnan vakiinnuttaminen ja laajentaminen. Keväällä 2018 on tarkoitus hakea yhdistyksen toiminnalle jatkuvaa STEA:n rahoitusta, jolla palkataan päätoiminen toiminnanjohtaja yhdistyksen toiminnasta vastaamaan ja sitä kehittämään. Tavoitteena on saada myös pysyvät työntekijät yksinäisten ja syrjäytyneiden vanhusten tavoittamiseksi ja tukemiseksi. Tässä tavoitetilanteessa yhdistys pystyy laajentamaan toimintaansa koko Satakunnan alueelle nimensä mukaisesti sekä kehittämään verkostoitumista ja yhteistyötä muiden yhdistysten ja alueen kuntien kanssa. Tätä kautta yhteistyö julkisen sektorin kanssa edelleen konkretisoituu ja toteutuu.

Satakunnan Vanhustuki ry:n toiminnan kehittämiseksi yhdistyksen olisi hyödyllistä laatia jokavuotisen tilinpäätöksen lisäksi myös sosiaalinen tilinpäätös. Sosiaalisen tilinpäätöksen avulla voidaan konkreettisesti tuoda esille yhdistystoiminnan ja siihen

osallistumisen hyvinvointivaikutukset. Toiminnan kehittämisen ja toiminta-alueen laajentamisen tueksi olisi tarpeen laatia tarkka toimintastrategia. Vision ja strategian luomiseksi voisi järjestää työpajoja, joissa yhdistyksen hallitus, puheenjohtaja ja toiminnanjohtaja sekä aktiiviset vapaaehtoiset voisivat yhdessä pohtia tulevaisuuden toiminnan suuntaviivoja. Yhteistyön kehittämisessä julkisen sektorin kanssa tarvitaan konkreettista näyttöä kirjallisena yhdistystoiminnan tarpeellisuudesta ja sen vaikutuksista. Haasteena yhdistyksellä on myös hankkeiden ikääntyneiden kotona asumista tukevien toimien taloudellisten vaikutusten toteen näyttäminen.

Tässä opinnäytetyössä on käsitelty Satakunnan Vanhustuki ry:n toiminnan merkitystä ikäihmisten hyvinvoinnin tukemisessa. Haastattelututkimus oli suppea, mutta antoi kuvan yhdistyksen toimintaan osallistuneiden myönteisistä kokemuksista. Osallistujien mielipiteet olivat samansuuntaisia vanhusten ryhmätoiminnasta tehtyjen laajojen tutkimusten esittämien tulosten kanssa. Tässä työssä myös kuvattiin yhdistyksen 14-vuotista toimintaa. Kootut asiat vahvistavat näkemystä siitä, että Satakunnan Vanhustuki -yhdistystä tarvitaan jatkossakin ikäihmisten omana toiminta- ja vaikuttamistahona. Kolmannen ja julkisen sektorin välinen yhteistyö on nyt voimakkaan arvioinnin ja kehityksen kohteena ja tässä tilanteessa myös ikääntyneiden kansalaisten äänen pitää tulla kuuluviin.

LÄHTEET

Aaltonen, R. 2015. Kolmannen sektorin merkitys ikääntyvien hyvinvointipalvelujen tuottajana – kunnanvaltuutettujen näkökulma. YAMK-opinnäytetyö. Turun Ammattikorkeakoulu. Viitattu 14.6.2017. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201504285291>.

Ahonen, L. 2008. “Tämä toiminta on erittäin tarpeellista”: tutkimus ikäihmisten kotona selviytymisen tukemisesta neuvolatoiminnan avulla. AMK-opinnäytetyö. Satakunnan Ammattikorkeakoulu. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-200806232764>.

Alueuudistuksen www-sivut 2017. Yleishyödyllisten yhteisöjen toimintaedellytykset sote- ja maakuntauudistuksessa. Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriön raportteja ja muistioita 2014:4. Viitattu 15.6.2017. <http://www.alueuudistus.fi/jarjestot>.

Dickens, A.P., Richards, S.H., Greaves C.J. & Campbell, J.L. 2011. Interventions targeting social isolation in older people: a systematic review. BMC Public Health, 11, 647. Viitattu 6.5.2017. <https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-2458-11-647>.

Eskola, A. 2016. Vanhuus. Tampere: Vastapaino.

Granholm, T. 2008. Julkisen ja kolmannen sektorin välinen yhteistyö ikääntyneiden kotihoidossa. Tampereen yliopisto. Hoitotieteen laitos. Pro gradu-tutkielma. Viitattu 17.5.2017. <http://urn.fi/urn:nbn:fi:uta-1-18096>.

Harju, A. 2010a. Kansalaisyhteiskunnan keskeiset ominaispiirteet. Viitattu 6.2.2017. <http://www.kansalaisyhteiskunta.fi/kansalaisyhteiskunta>.

Harju, A. 2010b. Puheenvuoro kansalaisyhteiskunnan tulevaisuudesta. Helsinki: Siivistysliitto Kansalaisfoorumi SKAF Oy.

Helander, V. 1998. Kolmas sektori. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy.

Helander, V. & Laaksonen, H. 1999. Suomalainen kolmas sektori. Rakenteellinen erittely ja kansainvälinen vertailu. Helsinki; Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto.

Hellsten, S. & Olkkonen, M. 2014. Ikääntyneiden yhteisöllisyys ja sitä lisäävät keinot – systemaattinen kirjallisuuskatsaus. AMK-opinnäytetyö. Kymenlaakson ammattikorkeakoulu.

Helsinki Mission www-sivut. Viitattu 21.2.2017. <http://www.helsinkimissio.fi/senioripysakki>.

Hyttinen, H. 2008. Ikäihminen hoitotyön asiakkaana. Teoksessa Voutilainen, P. & Tiikkainen, P. (toim.) Gerontologinen hoitotyö. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy.

Hytönen, E., Routasalo, P. & Pitkälä, K. 2007. Millä tavoin psykososiaalinen ryhmäliikuntainterventio vaikuttaa ikääntyneiden yksinäisyyteen? *Gerontologia* 1/2007, 17-26)

Härmäläinen, M. 2010. Ikäihmisten neuvolan ulkoinen arviointi. Ylempi AMK-opinnäytetyö. Satakunnan Ammattikorkeakoulu. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201101201564>.

Högnabba, S. 2008. Muuttaako asiakkaan puhe työkäytäntöjä? Tutkimus Bikva-arviointimenetelmän vaikutuksista. Stakesin raportteja 34/2008. Helsinki: Stakes. ISBN 978-951-33-2272-4 (PDF).

Ilvonen, A. (toim.) 2005. Yksilö, yhteisö ja kansalaisyhteiskunta. Vantaa: Opintotoiminnan Keskusliitto Oy.

Jansson, A. 2011. Psykososiaalinen ryhmätoiminta yksinäisyyttä kokeville ikäihmisille on vaikuttavaa. *Vanhustyö* 7/2011, 34-36.

Jansson, A. (toim.) 2012. Psykososiaalinen ryhmätoiminta ikäihmisten yksinäisyyden lievittäjänä. Helsinki: Vanhustyön keskusliitto.

Jokinen, J. & Yli-Anttila, J. 2014. Ikääntymissuunnitelma ikäihmiselle. AMK-opinnäytetyö. Satakunnan Ammattikorkeakoulu. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201403313711>.

Jokinen, K. 2013. Perhesuhteet ja hyvinvointi. Teoksessa Heikkinen, E., Jyrkämä, J. & Rantanen, T. (toim.) *Gerontologia*. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 73,74.

Jyväskylän yliopiston www-sivut 2017. Viitattu 20.6.2017. <http://jyu.fi/ajankoh-taista/arkisto/2012/tiedote-2012-10-03-27-34-236376>.

Kangassalo, R. & Teeri, S. 2017. Yksinäisyys kotona asuvien iäkkäiden elämässä. Artikkelit tulossa *Gerontologia-lehteen*. Saatavissa tekijöiltä.

Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2009. Tutkimus hoitotiteteessä. Helsinki: WSOYpro Oy.

Kansalaisareenan www-sivut 2017. Viitattu 20.6.2017. http://www.kansalais-arena.fi/Vapaaehtoistyö_Suomessa_2010 ja 2015.pdf.

Kansalaisyhteiskuntapolitiikan neuvottelukunta, Kansalaisareena ry ja Suomen Kuntaliitto 2015. Kuntakysely yhteistyöstä kolmannen sektorin kanssa. OM 3/021/2012.

Koivisto, J. 2007. Kuinka paljon asiakkaan sana painaa? Bikva-menetelmän rationaalinen arviointi. Stakesin raportteja 21/2007. Helsinki: Stakes. ISBN 978-951-33-2064-5(PDF).

Konttinen, E. 2016. Kansalaisyhteiskunnan tutkimusportaali. Kolmas sektori. Viitattu 12.2.2017. <http://kans.jyu.fi>.

Korhonen, M., Hietanen, H. & Lyyra, T-M. 2009. Iäkkäiden henkilöiden kokemuksia sosiaalisesta kanssakäymisestä kerhotoiminnassa. *Gerontologia* 4/2009, 200-208.

Krogstrup, H. 2004. Asiakaslähtöinen arviointi Bikva-malli. Hyvät käytännöt Menetelmä-käsikirja. Helsinki: STAKES.

Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi. 2013. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2013:11. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.

Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi 2017-2019. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2017:6. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.

Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista. 2012. L 28.12.2012/980. <http://www.finlex.fi>

Latvamäki, E. 2006. Ikääntyneiden yksin asuvien henkilöiden selviytyminen kotona sairaalasta pääsyn jälkeen. Turun yliopisto. Hoitotieteen laitos. Pro gradu-tutkielma. Viitattu 17.5.2017. <https://www.utu.fi>

Nylund, V. 2013. Virkistyspäivä Satakunnan Vanhustuki ry:lle. AMK-opinnäytetyö. Satakunnan Ammattikorkeakoulu. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201305219868>.

Marjovuori, A., Pitkälä, K. & Routasalo, P. (toim.) 2005. Senioripysäkin ryhmäterapia psykososiaalisena kuntoutuksena. Vanhustyön keskusliitto: Geriatriksen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishanke. Tutkimusraportti 8. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy.

Masi CM, Chen HY, Hawkey LC, Cacioppo JT. 2011. A meta-analysis of interventions to reduce loneliness. *Personality and Social Psychology Review* 15(3), 219-266. Viitattu 7.5.2017. <https://doi.org/10.1177/1088868310377394>.

Matthies, A-L. 2007. Toisenlainen kolmas sektori. Pohjoismaiden sosiaali- ja terveysjärjestöt tutkimuksen valossa. *Yhteiskuntapolitiikka* 72, 57-71.

Me Säätiön www-sivut 2017. Viitattu 7.5.2017. www.mesaatio.fi.

Murto, J., Pentala, O., Helakorpi, S. & Kaikkonen, R. 2015. Yksinäisyys ja osallistuminen, ATH-tutkimuksen tuloksia – Järjestökentän tutkimusohjelma. THL –Työpapereita 25/2015. Helsinki: Tikkurilan Kopiopalvelu Oy.

Mäkelä, S. 2014. ”Asiantuntemus on ihmisen arjen tuntemista” – Yhdistysten näkökulmia kunnan ja yhdistysten väliseen yhteistyöhön. Pori: Paino Tarkat Oy.

Mäkitalo, R. 2016. Suomesta ikäihmisten mallimaa. *Polemia-sarjan julkaisu nro 105*. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

- Möttönen, S. 2009. Ovatko järjestöt hyvinvointivaltion purkajia vai puolustajia. *Yhteiskuntapolitiikka* 74 (2009):1. Viitattu 3.6.2017. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/101187/mottonen.pdf>.
- Möttönen, S. & Niemelä, J. 2005. Kunta ja kolmas sektori. Yhteistyön uudet muodot. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Niemelä, S. & Dufva, V.(toim.) 2003. Hyvinvoinnin arjen asiantuntijat, Sosiaali- ja terveysjärjestöt uudella vuosituhanalla. Jyväskylä:PS-kustannus.
- Niittymaa, M. & Pajanne-Alanko, S. 2009. Vanhusten ryhmäanalyttinen ryhmä erikoissairaanhoidossa. Teoksessa Lindroos, H. & Segercrantz, U. (toim.) *Yksilöksi ryhmässä*. Helsinki: Hakapaino, 171-196.
- Pekkarinen, S. 2017. Kotona asuvien ikääntyneiden yksinäisyys, terveys ja elämälaatu Porissa. AMK-opinnäytetyö. Satakunnan Ammattikorkeakoulu. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201704094488>.
- Peltosalmi, J., Eronen, A., Litmanen, T. Londen, P. & Ruuskanen, P. 2016. Järjestöbarometri 2016. Helsinki: SOSTE. KAKS – Kunnallisan alan kehittämissäätiö.
- Pihlaja, R. 2010. Kolmas sektori ja julkinen valta. Kunnallisan alan kehittämissäätiön tutkimusjulkaisut, nro 61.
- Pitkälä, K., Routasalo, P., Kautiainen, H., Savikko, N. & Tilvis, R. 2005. Psykososiaalisen kuntoutuksen vaikuttavuus. Geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishanke. Tutkimusraportti 11. Helsinki: Vanhustyön keskusliitto.
- Pitkälä, K. & Routasalo, P. 2012. Ryhmästä apua vanhusten yksinäisyyteen. *Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim* 128(12), 1215-6.
- Porin kaupungin www-sivut 2017. Viitattu 6.5.2017. <http://www.pori.fi>sosiaali- ja terveys>vanhuspalvelut>.
- Porin yhteistoiminta-alueen vanhuspalveluiden suunnitelma vuoteen 2020. Porin Perusturvakeskus 2013. Viitattu 18.2.2017. Saatavissa: https://www.pori.fi/material/attachments/hallintokunnat/perusturva/8RWBDo2mF/Vanhuspalveluiden_suunnitelma.pdf
- Pynnönen, K., Törmäkangas, T., Heikkinen, R-L, Rantanen T. & Lyyra, T-M. 2012. Does social activity decrease risk for institutionalization and mortality in older people? *The Journals of Gerontology, Series B: Psychological and Social Sciences*, doi: 10.1093/geronb/gbs076.
- Rajamäki, L. 2016. Järjestösektorin työntekijät näköalapaikalla. Kolmannen sektorin vanhuspalveluiden työntekijöiden käsityksiä hyvinvointiyhteiskunnasta ja vapaaehtoistyöstä. Tampereen yliopisto. Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö. Pro gradu-tutkielma. Viitattu 3.6.2017. <http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/1004/GRADU-1483093704.pdf>.

- Rajaniemi, J. 2009. Mielekkäästi vapaaehtoistoiminnassa. Tuloksia kyselystä järjestöjen ikääntyneille jäsenille. Raportteja 2/2009. Helsinki: Ikäinstituutti. Viitattu 3.7.2017. <http://www.ikainstituutti.fi/content/uploads/2016/09/Mie-lekk%C3%A4%C3%A4sti.pdf>
- Rantanen, T. 2013. Gerontologisen tutkimustiedon soveltaminen ikääntyvän väestön toimintakyvyn edistämiseksi. Teoksessa Heikkinen, E., Jyrkämä, J. & Rantanen, T. (toim.) Gerontologia. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 414.
- Rautava, M. 2015. ”Unelmani on kuolla saappaat jalassa.” Fenomenografinen analyysi eläkeläisten ikääntymiseen liittyvistä käsityksistä. Tampereen yliopisto. Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö. Pro gradu-tutkielma. Viitattu 17.5.2017. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:uta-201506021576>.
- Reijonen, M. 2011. Yhteisellä asialla asiakkaan kanssa – asiakaslähtöisen arvioinnin Bikva-menetelmä ja sen käyttö. Tampereen yliopisto. Kasvatustieteen tiedekunta. ammatillinen lisensiaatintyö. Viitattu 29.6.2017. <http://urn.fi/urn:nbn:fi:uta-1-21192>.
- Ronkainen, S., Pehkonen, L., Lindholm-Ylänne, S. & Paavilainen, E. 2011. Tutkimuksen voimasanat. Helsinki: WSOY.
- Saaranen-Kauppinen, A & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV – Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. Viitattu 29.5.2017. <http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/>.
- Sarvimäki, A. 2013. Vanheneminen eri kulttuureissa ja etnisissä ryhmissä. Teoksessa Heikkinen, E., Jyrkämä, J. & Rantanen, T. (toim.) Gerontologia. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 94.
- Satakunnan Vanhustuki ry 2003. Perustamiskokouksen pöytäkirja. Saatavissa Satakunnan Vanhustuki ry:n puheenjohtaja Irma Roiniselta.
- Satakunnan Vanhustuki ry 2017. Yhdistyksen esite. Saatavissa Satakunnan Vanhustuki ry:n www-sivuilla. <http://satakunnanvanhustuki.fi>.
- Satakunnan Vanhustuki ry:n toimintakertomukset vuosilta 2003 – 2015. Laatinut Irma Roininen. Saatavissa Satakunnan Vanhustuki ry:n puheenjohtaja Irma Roiniselta.
- Savikko, N. 2008. Loneliness of older people and elements of an intervention for its alleviation. Hoitotieteen laitos, Lääketieteellinen tiedekunta, Turun yliopisto, Annales Universitatis Turkuensis. Viitattu 6.5.2017. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-29-3607-6>.
- Seppälä, H-R 2011. Sosiaali- ja terveysjärjestöt osana julkista palvelujärjestelmää. Tampereen yliopisto. Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö. Pro-gradu tutkielma. Viitattu 3.6.2017. <http://urn.fi/urn:nbn:fi:uta-1-21240>.
- Siisiäinen, M. (toim.) 2002. Yhdistykset kolmannen sektorin toimijoina. Tutkimus jyväs kyläläisistä yhdistyksistä. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry.

SOSTE:n www-sivut 2017. Viitattu 27.2.2017. <http://www.soste.fi>.

Stenfors, E. 2015. ”When you share with people, you come closer to people”-Osallistujien kokemuksia Satakunnan vanhustuki ry:n ja Satakunnan Monikulttuuriyhdistys ry:n yhteistyöstä. AMK-opinnäytetyö. Satakunnan Ammattikorkeakoulu. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201601071124>.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen www-sivut. Viitattu 6.2.2017 ja 26.2.2017. <http://www.thl.fi>.

Valtioneuvoston www-sivut 2017. Viitattu 17.6.2017. <http://www.valtioneuvosto.fi>.

Tiikkainen, P. 2006. Vanhuusiän yksinäisyys. Seuruututkimus emotionaalista ja sosiaalista yksinäisyyttä määrittävistä tekijöistä. Väitöskirja. Jyväskylän yliopisto. Studies in sport, physical education and health 114. Viitattu 7.5.2017. <http://urn.fi/URN:NBN:fi:ELE-1251691>.

Tiikkainen, P. 2013. Sosiaalinen toimintakyky. Teoksessa Heikkinen, E., Jyrkämä, J. & Rantanen, T. (toim.) Gerontologia. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 288.

Tikkanen, T. 2013. Elinikäinen oppiminen – kohti aktiivista vanhuutta. Teoksessa Heikkinen, E., Jyrkämä, J. & Rantanen, T. (toim.) Gerontologia. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 510,512.

Tuomela, J. 2010. Satakunnan hyvinvoinnin järjestöstrategia. Hyvinvointialan maakunnallinen toimintasuunnitelma 2011-2014. Satakunnan yhteisöt ry.

Tuomela, J. 2015. Satakunnan järjestöstrategia 2035. Ulvila: Satakunnan yhteisökeskus / Satakunnan yhteisöt ry.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Livonia Print. Latvia.

Turvassa kotona – ja Kunnossa kotona – hankkeiden loppuraportit 2008 ja 2010. Saatavissa Satakunnan Vanhustuki ry:n hallituksen puheenjohtaja Irma Roiniselta.

Uotila, H. 2011. Vanhuus ja yksinäisyys. Tutkimus iäkkäiden ihmisten yksinäisyyskokemuksista, niiden merkityksistä ja tulkinnosta. Väitöskirja. Tampereen yliopisto. Viitattu 19.2.2017. <http://urn.fi/urn:isbn:978-951-44-8553-4>

Vilka, H. 2015. Tutki ja kehitä. Jyväskylä: PS-kustannus.

AIKAMATKA – arvioinnin kyselykaavake

SOSTE:n www-sivut 2017. <http://www.soste.fi>arviointityökaluja-3>

Yhdistyksen Aikamatka

Mitä yhdistyksesi menneisyys kertoo nykyisyydestä? Mitä nykyhetki viestii tulevasta? Palauta mieleesi oman yhdistyksesi keskeisiä vaiheita ja ennakoi, mitä asioita tulevaisuudessa on vastassa. Pohdi myös keskeisiä merkittäviä tapahtumia.

Kirjaa aikamatka janalle siinä määrin, mitä koet olennaiseksi oman yhdistyksesi kohdalta kirjoittaa.

Yhdistyksen olemassaoloon, talouteen ja henkilöstöön liittyviä asioita:

1. Milloin yhdistys perustettiin?
2. Miten yhdistyksen jäsenistö on kasvanut/vähentynyt vuosien aikana?
3. Miten palkatun henkilöstön määrä on muuttunut vuosien aikana? Millainen suunta näyttää olevan?
4. Miten vapaaehtoisten määrä on muuttunut vuosien aikana? Onko muutoksia näköpiirissä?
5. Miten avustukset ovat muuttuneet vuosien aikana (avustajat, summat)? Millaisia muutoksia on näköpiirissä?
6. Mitä samaa jäsenistöä palvelevia yhdistyksiä on ollut ja tullut vuosien aikana ns. ”kollegayhdistyksiksi”?

Yhdistyksen toiminnan sisältöihin, toimintatapoihin ja kohderyhmään liittyviä asioita:

7. Mitä toimintaa on ollut ennen ja nyt? Miten sisällöt ja painopisteet ovat muuttuneet? Mikä on suunta?
8. Miten toiminnan ja tekemisen tavat ovat muuttuneet vuosien aikana? Miten tekniikka on muuttunut? Miten viestintäkanavat ovat kehittyneet?
9. Miten toiminnan keskeinen kohderyhmä on muuttunut tarpeiltaan vuosien aikana?

10. Mitä järjestöjen toimintaympäristöön liittyviä muutoksia heijastuu myös teidän yhdistyksen toimintaan lähitulevaisuudessa ja mahd. pitkällä aikavälillä kokonaisuudessaan?

Kolme myönteistä päähavaintoani koskien tulevaa:

1. _____
2. _____
3. _____

Kolme huolenaiheita herättävää havaintoani koskien tulevaa:

1. _____
2. _____
3. _____

Yhdistyksen toimintaan osallistuneiden BIKVA - haastattelujen tutkimuskysymys:

Millaista merkitystä yhdistystoimintaan osallistumisella on ollut omalle hyvinvoinnille sekä arjen sujumiselle ja osallisuuden kokemiselle?

Lisäkysymyksiä: Onko ollut merkitystä? Millaista?

Kuinka kauan on osallistunut yhdistyksen toimintaan?

Onko toivomuksia yhdistyksen tulevaan toimintaan liittyen?