

Terhi Repo

# TOIMINTAKESKUKSEN KEHITYSVAM- MAISTEN ASIAKKAIDEN INNOSTAMI- NEN VAPAA-AJAN HARRASTAMISEEN KERHOPILOTILLA

Opinnäytetyö  
Sosionomi

2018



**Kaakkois-Suomen  
ammattikorkeakoulu**

<b>Tekijä/Tekijät</b>	<b>Tutkinto</b>	<b>Aika</b>
Terhi Repo	Sosionomi (AMK)	Huhtikuu 2018
<b>Opinnäytetyön nimi</b>		38 sivua 2 liitesivua
Toimintakeskuksen kehitysvammaisten asiakkaiden innostaminen vapaa-ajan harrastamiseen kerhopilotilla		
<b>Toimeksiantaja</b>		
Luumäen toimintakeskus		
<b>Ohjaaja</b>		
Kati Vapalahti		
<b>Tiivistelmä</b>		
<p>Opinnäytetyön aiheena oli mielekkään vapaa-ajan harrastuksen löytäminen toimintakeskuksen lievästi kehitysvammaisille asiakkaille. Jokaisella on oikeus itselleen mieluisaan vapaa-ajan viettoon. Kehitysvammaiset henkilöt eivät aina pysty itsenäisesti löytämään mieluisia harrastuksia, vaan he tarvitsevat siihen usein apua ja ohjausta.</p> <p>Teemahaastattelujen avulla selvitettiin toimintakeskuksen kehitysvammaisten asiakkaiden harrastustoiveita. Teemahaastattelut analysoitiin teemoitellen. Teemahaastatteluissa nousi esiin haastateltavien haluavan valmistaa itse ruokaa. Opinnäytetyön tuotoksena kehitettiin kokkikerhopilotti, jonka toimintaa havainnoitiin tarkkailevalla havainnoinnilla. Palautetta kokkikerholaisilta kerättiin suullisesti ja hyödyntäen palautteenkeruumenetelmänä niin sanottuja palautepipareita. Palautepiparit olivat pieniä piparinmuotoisia tarroja, joiden kasvot ilmaisivat erilaisia tunnetiloja. Jokaisen kerhokerran jälkeen palautepiparilla arvioitiin kerhon tunnelmaa. Palautepipareiden käytön tarkoituksena oli tukea kehitysvammaisten osallisuutta palautteenantotilanteessa.</p> <p>Kokkikerhopilotti osoittautui toimivaksi keinoksi järjestää mielekästä harrastetoimintaa kehitysvammaisille asiakkaille. Avustajien avulla toimintakyvyiltään eritasoiset kehitysvammaiset pystyivät selviytymään heille annetuista ruuanvalmistus- ja leivontatehtävistä. Järjestetyn vapaa-ajan toiminnan avulla kehitysvammaiset saivat kokemuksia yhteisöllisyydestä, vuorovaikutuksesta, osallisuudesta ja uuden oppimisesta. Myös kokkikerhon vetäjä ja avustat, kertoivat nauttineensa yhteisistä hetkistä kokkikerholaisten kanssa. Pilotin tuloksena kehitysvammaisten kokkikerho järjestetään jatkossa kaksi kertaa vuodessa vaihtuvien teemoin. Voidaan siis todeta, että kehitettävänä ollut vapaa-ajan harrastuksen kerhopilotti juurtui käytäntöön.</p>		
<b>Asiasanat</b>		
esteettömyys, itsemääräämisoikeus, kehitysvammaisuus, osallisuus, vapaa-aika		

Author (authors)	Degree	Time
Terhi Repo	Bachelor of Social Services	April 2018
<b>Thesis title</b>		
Inspiring the intellectually handicapped clients of a day centre for leisure activities through a pilot project		38 pages 2 pages of appendices
<b>Commissioned by</b>		
Luumäki day centre for the intellectually disabled		
<b>Supervisor</b>		
Kati Vapalahti		
<b>Abstract</b>		
<p>The objective of thesis was to find meaningful leisure activities for the intellectually disabled clients of the day centre. Everyone has the right to have pleasant leisure time. Mentally handicapped persons need help and guidance for finding pleasant hobbies.</p>		
<p>The theme interviews showed that mentally handicapped clients of the day centre wanted to make food by themselves. The interviews were analysed by using themes. The output of this functional thesis was the cooking club pilot for mentally handicapped clients of the day centre. The activities at the cooking club were observed. The feedback was gathered verbally and by the so called feedback cookies.</p>		
<p>The club pilot was seen as a practical method of organizing the cooking club for mentally handicapped people. They could manage their tasks with the help of aids. The cooking club pilot gave to the mentally handicapped experiences in interaction and being part of something. The mentally handicapped clients of the day centre learned new things such as preparing food. Also the leader of the cooking club and the helpers told that they had enjoyed the moments together with the members of a cooking club. In the future the cooking club for the intellectually disabled is organized twice per year with changing themes. So one can state that the pilot club has been rooted well in the practice.</p>		
<b>Keywords</b>		
free access, the rights of self-determination, intellectual disability, participation, leisure time		

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	6
2	KEHITYSVAMMAISUUS .....	8
2.1	Kehitysvammaisuuden määrittelyä .....	8
2.2	Sosiaalisen ja toimintakyvyn näkökulma kehitysvammaisuuteen .....	9
2.3	Älykkyydosamäärä ja älykkyydikä .....	10
2.4	Kehitysvammaisuuden esiintyminen.....	11
2.5	Kehitysvammaisten vapaa-ajan toiminta ja harrastaminen.....	12
2.6	Osallisuus .....	13
2.7	Itsemääräämisoikeus.....	14
2.8	Esteettömyys .....	15
3	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET .....	16
4	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	17
4.1	Toiminnallinen opinnäytetyö .....	17
4.2	Alkukartoitus harrastamisesta haastattelujen avulla .....	17
4.3	Alkuhaastattelujen analysointi .....	19
4.4	Toiminnan pilotointi taustahaastatteluihin perustuen .....	20
4.5	Kerhopilotin havainnointi.....	22
4.6	Palautteen kerääminen toiminnallisesta kerhopilotista .....	23
5	TULOKSET JA TUOTOKSET.....	24
5.1	Alkukartoitushaastattelujen tulokset.....	24
5.2	Erytishuomioita kokkikerhon järjestämisestä .....	25
5.2.1	Kommunikointi ja vuorovaikutus .....	25
5.2.2	Oppiminen .....	26
5.2.3	Itsemääräämisoikeus ja esteettömyys .....	27
5.2.4	Kokkikerhopilotin kustannukset.....	27
5.3	Osallistujien palaute.....	28
5.4	Juurruttaminen.....	29

6	POHDINTA .....	30
7	JOHTOPÄÄTÖKSET .....	33
8	OPINNÄYTETYÖN TARKASTELUA .....	34
8.1	Prosessin arviointia.....	34
8.2	Opinnäytetyön eettisyys.....	35
8.3	Opinnäytetyön luotettavuus ja merkitys .....	37
8.4	Jatkotutkimusaiheita .....	38
	LÄHTEET.....	39

## LIITTEET

Liite 1. Haastattelulomake

Liite 2. Hakemus tilavuokran huojentamiseksi

## 1 JOHDANTO

Vammaisen ihmisen ihmisarvoiseen elämään tulee kuulua hoidon, kuntoutuksen tai biologisten perustarpeiden lisäksi muutakin sisältöä. Vaikka vamma on osa vammaisten ihmisten arkea, ei sen pidä olla ainoa heidän elämäänsä määrittävä asia. Vammaisten taloudellinen asema on vammaatonta väestöä alhaisemmalla tasolla johtuen alhaisesta koulutustasosta. Työnsaantimahdollisuudet ovat vähäiset ja useat elävät perustulon varassa. (Tilastokeskus 2013.)

Harajärven (2015) mukaan kehitysvammaisen henkilö ei pysty osallistumaan kaikkiin haluamiinsa toimintoihin itsenäisesti johtuen vammansa aiheuttamista rajoitteista. Näihin osallistumiseen hän tarvitsee toisen ihmisen apua. Avustamista kehitysvammaisen ihminen tarvitsee esimerkiksi harrastuksissa ja yhteiskunnallisessa osallistumisessa sekä sosiaalisen vuorovaikutuksen ylläpitämisessä.

Tämän opinnäytetyön aihe on työelämälähtöinen. Toimeksiantaja on Luumäen toimintakeskus. Toiminnallisessa osuudessa toimintakeskuksen kehitysvammaisille asiakkaille järjestetään mahdollisuus osallistua heitä kiinnostavaan, kustannuksiltaan huokeaan vapaa-ajan toimintaan. Kyseinen toimintakeskus järjesti opinnäytetyön tekemisen aikaan päivä- ja työtoimintaa kehitysvammaisille, vaikeavammaisille, mielenterveyskuntoutujille sekä työttömille ja vailla ammatillista koulutusta oleville nuorille. Toimintakeskuksen toiminta on sittemmin hieman muuttunut siten, että työttömät henkilöt eivät enää kuulu asiakaskuntaan. Vammaispalvelun asumisen ohjaus auttaa ja opastaa asiakkaita asumiseen ja vapaa-aikaan liittyvissä asioissa. Näin ollen myös tämä linkittyy vahvasti opinnäytetyöhön, ja idea kehitysvammaisten vapaa-ajan toimintojen kehittämiseen on asumisen ohjauksesta lähtöisin.

Toimintakeskuksen ohjaajien ja vammaispalvelun asumisen ohjaajien mukaan toimintakeskuksen kehitysvammaisilta asiakkailta puuttui vapaa-aikaan liittyvää mielekästä toimintaa. Työpäivän aikana toimintakeskuksen päivä- ja työtoiminnassa käyvillä on monenlaista toimintaa ja harrastepiirejä, mutta useimmat asiakkaat vaikuttivat viettävän vapaa-aikansa pelkästään kotona oleskelemalla ja uutta työpäivää odottamalla. Vapaa-ajan harrastuksien löytämisellä

kehitysvammaisille asiakkaille saataisiin myös vahvistettua heidän jäsenyytensä kyläyhteisön jäsenenä.

YK:n vammaisten henkilöiden oikeuksia koskeva yleissopimus on astunut voimaan vuonna 2008 (Yhdistyneet kansakunnat 2016). YK:n yleissopimus vammaisten henkilöiden oikeuksista (2016) täydentää jo voimassa olevia YK:n ihmisoikeussopimuksia. Uutta näkökulmaa edustaa elämistä itsenäisesti ja osallisuutta yhteisössä käsittelevä 19. artikla, jonka mukaisesti vammaiset henkilöt ovat yhteiskuntansa aktiivisia jäseniä. (Mahlamäki 2016, 4–6.) Sopimus vahvistaa ihmisoikeuksien ja perusvapauksien kuulumisen myös vammaisille henkilöille ilman syrjintää (Suomen YK-liitto 2016). Vammaisilla henkilöillä tulee olla saatavissa henkilökohtaista apua, jolla tuetaan elämistä ja osallisuutta omassa yhteisössä (Finlex 2016a). Vammaisilla ihmisillä on yhdenvertaisesti oikeus osallistua kulttuurielämään. Yhdenvertainen osallistuminen virkistys- ja urheilutoimintaan sekä vapaa-ajan toimintaan varmistetaan sillä, että eri järjestöt järjestävät vammaisille kyseisiä palveluja. (Finlex 2016b.) Tämä opinnäytetyö osaltaan vahvistaa toiminnassa mukana olleiden kehitysvammaisten aktiivisuutta ja osallistumista vapaa-ajan toimintaan järjestämällä sitä heille.

Opinnäytetyö on toiminnallinen kehittämistyö, jonka kehittämistarpeena on toimintakeskuksen kehitysvammaisten asiakkaiden innostaminen ja osallistaminen vapaa-ajan harrastamiseen. Mäen (2008) mukaan osallisuus on henkilön mahdollisuutta itse vaikuttaa omaan elämäntilanteeseensa. Monipuolinen ja aktivoiva toiminta kehittää tietoisuutta omasta ympäristöstä ja itsestään sekä hyödyntää kehitysvammaisen motorisia valmiuksia. Kehitysvammaisen henkilön toimintaa aktivoimalla annetaan tälle mahdollisuus kommunikoida, tehdä valintoja, olla vuorovaikutuksessa sekä oppia uutta. (Mäki 2008, 3–4.)

Alkukartoitus tehtiin haastattelemalla kaikki toimintakeskuksen kehitysvammaiset asiakkaat kesän ja syksyn 2017 aikana. Haastattelujen avulla saatiin selville heidän mielenkiintonsa kohteet liittyen vapaa-ajan harrastamiseen. Kartoituksen jälkeen tarkoituksena oli löytää heille sopivia harrasteryhmiä kunnasta ja auttaa heitä lähtemään mukaan heille mieluisaan harrastukseen. Uuden harrastuksen tutuksi tultua he voisivat käydä siellä itsenäisesti. Haastattelujen myötä nousi kuitenkin voimakkaasti esille kehitysvammaisten halu val-

mistaa itse ruokaa. Heidän asuinkunnassaan ei ollut toiminnassa olevaa aikuisten kokkikerhoa, johon he olisivat voineet mennä mukaan. Näin ollen opinäytetyön toiminnallisessa osuudessa kehitettiin kokkikerhopilotti, joka koontui neljä kertaa marras-joulukuussa 2017. Kerhopilotilla oli tarkoituksena luoda kehitysvammaisille kokemus mieluisasta harrastuksesta sekä löytää yhteistyökumppaneita toiminnan järjestämiseksi myöskin tulevaisuudessa.

## **2 KEHITYSVAMMAISUUS**

### **2.1 Kehitysvammaisuuden määrittelyä**

Vammaisia henkilöitä ovat ne, joilla on pitkäaikainen aistivamma tai ruumiillinen, henkinen tai älyllinen vamma. Kyseinen vamma estää henkilön täysimääräisen ja tehokkaan osallistumisen yhdenvertaisesti muiden kanssa yhteiskuntaan. (Vammaisten henkilöiden oikeuksien neuvottelukunta s.a.) Kehitysvammaisen henkilön elämässä selviämiseen vaikuttaa hänen toimintakykynsä. Toimintakyky muotoutuu älyllisten toimintojen tasosta ja rajoituksista, henkilön muista ominaisuuksista ja niiden vuorovaikutuksesta elinympäristön kanssa. (Kaski ym. 2012, 18–19.)

Maailman terveysjärjestön (WHO) mukaan älyllisellä kehitysvammaisuudella tarkoitetaan tilaa, jossa henkisen suorituskyvyn kehitys on epätäydellinen tai se on estynyt. Erityisesti kehitysiässä puutteellisesti kehittyneitä ovat kognitiiviset, kielelliset, motoriset ja sosiaaliset taidot, jotka vaikuttavat yleiseen henkiseen suorituskykyyn. Älyllisen kehitysvammaisuuden rinnalla voi esiintyä psyykkisiä tai fyysisiä tiloja. Älyllisen kehitysvammaisuuden asteet ovat lievä, keskivaikea, vaikea, syvä, muu määrittely sekä määrittelemätön älyllinen kehitysvammaisuus. (Kaski ym. 2012, 16–18.)

*The American Association on Intellectual and developmental Disabilities* -järjestön (AAIDD) mallin mukaisesti kehitysvammaisuuden määrittelyssä ratkaisevat tekijät ovat edellytykset eli kyvyt, ympäristö ja toimintakyky. Toimintakyky on yhteydessä älylliseen toimintarajoitukseen ja AAIDD:n määritelmän mukaan kehitysvammaisuus tarkoittaa henkilön tämän hetkisen toimintakyvyn huomattavaa rajoitusta. Kehitysvammaisilla on merkittävästi keskimääräistä heikompi älyllinen suorituskyky, johon saman aikaisesti liittyy rajoituksia kommunikaatiossa, itsestään huolehtimisessa, kotona asumisessa, sosiaalisissa



taidoissa, yhteisössä toimimisessa, itsehallinnassa, terveydessä, turvallisuudessa, oppimiskyvyssä, vapaa-ajassa ja työssä. (Kaski ym. 2012, 16; Huttunen 2016.)

Kehitysvammaisuus vaikeuttaa uusien asioiden oppimista ja ymmärtämistä. Lievästi kehitysvammaiset tulevat melko itsenäisesti toimeen ja tarvitsevat tukea vain joillakin elämänsä osa-alueilla, kun taas vaikeasti kehitysvammaisten tuen tarve on jatkuvaa. (Kehitysvammaliitto s.a.) Kehitysvammaisuuden aste vaihtelee vaikeasta vammasta lievään vaikeuteen oppia asioita. Vaikka kehitysvamma rajoittaa ihmisten toimintoja, rajoittaa se niitä vain osittain. Jokaisella on erilaisia vahvuuksia ja kykyjä, ja heidän tulee saada tukea, jotta he voivat löytää omat mahdollisuutensa. Kehitysvammaisuutta voidaan tarkastella lääketieteen ja diagnoosien näkökulman lisäksi myös sosiaalisesta näkökulmasta sekä toimintakyvyn näkökulmasta. (Kehitysvamma-alan verkkopalvelu 2017a.)

## **2.2 Sosiaalisen ja toimintakyvyn näkökulma kehitysvammaisuuteen**

Sosiaalisessa näkökulmassa kehitysvammaisuus näyttäytyy yhteisön suhteena yksilöön. Vammaispolitiikalla pyritään vaikuttamaan kehitysvammaisten asemaan yhteiskunnassa. Suhtautuminen kehitysvammaisuuteen riippuu kulttuurista ja sen sidoksista yhteiskunnan esteisiin ja asenteisiin. Sosiaalinen näkökulma korostaa, että vammaisuus ei johdu itse vammasta, vaan ympäristöstä ja yhteiskunnasta eli siitä, miten ympäristö ja yhteiskunta suhtautuvat kehitysvammaisiin. (Koivu 2016, 8.) Sosiaalinen näkökulma on voimistunut viime vuosina. Sen mukaan kehitysvammaisten ihmisten rajoitus ei ole itse vamma, vaan erityinen riippuvuus muista ihmisistä, ennakkoluulot ja syrjintä. (Kehitysvamma-alan verkkopalvelu 2017a.)

Toimintakyvyn näkökulman mukaan kysymys on yksilön ja ympäristön välisestä suhteesta. Kehitysvammaisen ihmisen toimintakyky riippuu ympäristöstä ja se näyttäytyykin erilaisena esimerkiksi kotona kuin työpaikalla tai vapaa-aikana. Haasteita kehitysvammaisen elämään tuo hänen toimintakykynsä riittämättömyys tilanteista suoriutumiseen. Tällöin hän tarvitsee selviytyäkseen oh-

jausta ja auttamista. (Koivu 2016, 6–7.) Yksilön toimintakyky muotoutuu yksilön ominaisuuksien ja elinympäristön jatkuvassa vuorovaikutuksessa (Kaski 2002, 149).

### 2.3 Älykkyydosamäärä ja älykkyyosikä

Kehitysvamma on aivojen toiminnan häiriöistä johtuva oire tai oirekokonaisuus. Aivokuoren eri alueet osallistuvat useiden eri toimintojen säätelyyn ja tämän vuoksi kehitysvammaan voi älykkyyteen liittyvien häiriöiden lisäksi liittyä myös muita häiriöitä. Tyypillisiä liitännäisoreita ovat esimerkiksi kömpelö liikkuminen, vaikeus tuottaa puhetta ja poikkeava käytös. Mielen ja oppimisen kehitys on kehitysvammassa viiveinen tai pysähtynyt. Kehitysvammaiseksi ei lueta henkilöä, jolla on pelkästään fyysiseen eli ulkoiseen ominaisuuteen liittyvä poikkeama tai hän on liikuntarajoitteinen. Kehitysvammaan liittyy aina normaalia heikompi älykkyytaso. (KV-tietopankki 2016.)

Älyllisen kehitysvammaisuuden aste selvitetään psykologisten testien avulla, ja se perustuu henkilön sen hetkiseen toimintakykyyn. Psykologisista testeistä saatu älykkyyosikä (ÄI) jaetaan henkilön iällä ja saatu osamäärä kerrotaan luvulla 100. Näin saatu luku on henkilön älykkyydosamäärä (ÄO). (Kaski ym. 2012, 17–18.) Älyllisesti kehitysvammaisten lasten ja aikuisten älykkyydosamäärä (ÄO) on noin 70 tai vähemmän (Kaski ym. 2012, 17; Huttunen 2016).

Älyllinen kehitysvammaisuus määritellään alkavaksi lapsuudessa tai nuoruudessa ennen aikuistumista (Huttunen 2016). Kehitysvammaisuuden aste on merkittävä elinajan ennusteeseen vaikuttava tekijä. Syvästi kehitysvammaisilla eliniän odote on 30 % lyhyempi muuhun suomalaisväestöön verrattuna, kun taas lievästi kehitysvammaisilla se on normaali. (KV-tietopankki 2016.)

Taulukko 1. Älyllinen kehitysvammaisuus Maailman terveysjärjestön (WHO) mukaan (Kaski ym. 2012, 18).

Älyllisen kehitysvammaisuuden aste	Älykkyydosamäärä (ÄO)	Älykkyyosikä (ÄI) vuosina
Lievä	50–69	9–11
Keskivaikea	35–49	6–8

Vaikea	20–34	3–5
Syvä	alle 20	0–2
Muu määrittely	-	-
Määrittelemätön	-	-

Maailman terveysjärjestön (WHO) mukaisen älyllisen kehitysvamman aste-luokituksen (taulukko 1) mukaan lievästi älyllisesti kehitysvammaisen älykkyysosamäärä on 59–69 ja älykkyysikä 9–11 vuotta. Keskivaikeassa asteessa älykkyysosamäärä on 35–49 älykkyysiän ollessa 6–8 vuotta. Vaikeasti kehitysvammaisten älykkyysosamäärä on 20–34 ja älykkyysikä 3–5 vuotta. Syvässä asteessa älykkyysosamäärä jää alle 20 älykkyysiän sijoittuessa 0–2 vuoden välille. Diagnoosin ollessa muu määrittely tai määrittelemätön älykkyysosamäärää tai älykkyysikää ei määritellä. (Kaski ym. 2012, 18.)

#### 2.4 Kehitysvammaisuuden esiintyminen

Kehitysvammaisuuteen kuuluu älyllisen jälkeenjääneisyyden lisäksi esimerkiksi liikuntavammat ja puhe- ja aistivammat. Älyllistä kehitysvammaisuutta Suomessa esiintyy arviolta 50 000 henkilöllä eli noin 1 %:lla koko väestöstä. (Kaski ym. 2012, 21; KV-tietopankki 2016.) Kehitysvammaisista miehiä on 54 % ja naisia 46 %. Tämä selittyy muun muassa kehitysvammaisuutta aiheuttavien perinnöllisten tautien periytymistavasta sekä toisaalta poikiin kohdistuvien tapaturmien suuremmasta määrästä. (KV-tietopankki 2016.)

Häiriöt perintötekijöissä tai ongelmat odotusaikana saattavat olla syynä kehitysvammaisuuteen. Muita syitä ovat esimerkiksi synnytyksen aikainen hapenpuute sekä lapsuusiän onnettomuus tai sairaus. Kehitysvammaisuuden syy jää tuntemattomaksi 50 prosentissa lievistä kehitysvammoista ja 30 prosentissa vaikeista kehitysvammoista. Kehitysvammaisuutta ei pidä sekoittaa muihin vammaisuuden muotoihin, kuten liikuntavammoihin tai cp-vammaan. Tämän arvion mukaan Suomessa kehitysvamma on noin 40 000 ihmisellä. (Kehitysvamma-alan verkkopalvelu s.a; Kehitysvammaliitto s.a.)

Kehitysvammaisuus ei ole este onnelliselle elämälle, vaan kehitysvammaiset tuntevat itsensä valtaväestön kanssa yhtä onnellisiksi. Perheisiin kehitysvammaiset tuovat iloa, rakkautta ja ylpeyden aiheita siinä missä muutkin perheen

jäsenet. Kehitysvammaisen perheenjäsen opettaa näkemään elämää uusista näkökulmista. Jokaisella kehitysvammaisella on lukuisia yksilöllisiä taitoja, persoonallisia ominaisuuksia ja kiinnostuksen kohteita. Nämä ominaisuudet ja tukea vaativat erityispiirteet tulee ottaa huomioon, jotta voidaan kohentaa heidän kokonaisvaltaista hyvinvointiaan. (KV-tietopankki 2016.)

## **2.5 Kehitysvammaisten vapaa-ajan toiminta ja harrastaminen**

Mahdollisuus henkilön kulttuuriseen osallistumiseen on turvattava riippumatta iästä, sukupuolesta, seksuaalisesta suuntautumisesta, kielestä, vammaisuudesta, etnisyydestä, uskonnollisesta tai kulttuurisesta taustasta tai varallisuudesta (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2014, 10).

Aikuisten kehitysvammaisten on usein vaikea löytää ilman tukea ja ohjausta sopivia harrastuksia. Heidän vapaa-ajan toimintaansa voidaan lisätä tarjoamalla monipuolista toimintaa ja opettamalla heille vapaa-ajan viettämisen taitoja huomioiden kehitysvammaisten yksilölliset tarpeet. Vapaa-ajan käytön harjoittelu voi olla päivittäisten puuhien tekemistä, kuten ostoksilla käymistä, asioimista pankissa tai muuta vastaavaa. Kehitysvammaisen henkilön yksilöllisempien harrastusten valinta tulisi jättää kunkin omaan harkintaan. Eri vaihtoehtojen tarjoaminen ja opastaminen harrastusten pariin on ohjaajan tehtävä. Ohjaajan olisi hyvä irrottautua perinteisestä ajattelusta ja rohkeasti tarjota uusiakin vaihtoehtoja kehitysvammaisen henkilön harrastusvaihtoehdoksi. (Kaski ym. 2012, 207.)

Kehitysvammaisilla ihmisillä on todettu olevan hyvin vähän kontakteja perheen, asuinympäristön ja työn ulkopuolella. Tarjoamalla heille tilaisuuksia yhdessä tekemiseen voidaan edistää vuorovaikutus- ja ystävyys-suhteiden syntymistä. Järjestettäessä vapaa-ajan yhteistoimintaa on pyrittävä tarjoamaan onnistumisen ja selviytymisen kokemuksia tuottamalla osallistujille iloa ja uskallusta yrittää uusia asioita. (Kaski ym. 2012, 205.)

Kehitysvammaisen elämän piiriä voidaan auttaa laajentumaan, ja hänelle voidaan tarjota virikkeitä päivä- ja iltakerhojen, keskustelupiirien, klubitoinnin ja leirien avulla. Näihin osallistumalla voi löytää vapaa-aikaansa toimintaa ja

harrastuksia sekä ihmissuhteita. Tämän tyylinen toiminta liittyy usein askarteluun, liikuntaan, musiikkiin, teatteriin, retkiin ja matkoihin. Erilaista kerhotoimintaa järjestävät esimerkiksi kunnat, seurakunnat ja tukiyhdistykset. (Kaski ym. 2012, 321–322.)

Kaikilla on oikeus mielekkääseen ja monipuoliseen vapaa-aikaan. Kehitysvammaisille harrastukset ovat tärkeitä ja he toivovat usein lisää vapaa-ajan toimintaa ja liikuntapalveluja. On olemassa kehitysvammaisille järjestettyjä harrasteryhmiä, mutta yhtä lailla heillä on oikeus osallistua myös muuhun kuin kehitysvammaisille suunnattuun vapaa-ajan toimintaan. Tarvittaessa avustaja voi olla mukana avustamassa. (Kehitysvamma-alan verkkopalvelu 2016.)

Savolaisen (2007) opinnäytetyön aiheena on kehitysvammaisille henkilöille tarkoitettu *Keharikaveri-tukitoiminta*. Hän esittelee toimintamallin tukihenkilötoiminnan toteuttamiseksi. Eri toimijat voivat hyödyntää kyseistä toimintamallia suunnitellessaan ja käynnistäessään tukihenkilötoimintaa kehitysvammaisille henkilöille. Keharikaveritoiminta on vuonna 2003 aloitettu helsinkiläisille yli 12-vuotiaille kehitysvammaisille nuorille ja aikuisille suunnattua tukihenkilötoimintaa. Kehitysvammaiset henkilöt kaipaavat tukihenkilöitä arjen tilanteisiin, kuten seuraksi teatteriin, ulkoilukaveriksi, asiointiavuksi sekä juttukaveriksi riippumatta asumismuodosta. (Savolainen 2007, 5–8.)

## 2.6 Osallisuus

Osallisuus on mukana olemista, vaikuttamista sekä huolenpitoa ja yhteisesti rakennettuun hyvinvointiin mukaan pääsemistä. Sosiaali- ja terveyspolitiikalla tuetaan muun muassa erityisryhmien osallisuutta ja ihmisarvoista elämää. Yksi tavoite osallisuuden edistämiseksi on syrjäytymisen ehkäiseminen. (Sosiaali- ja terveysministeriö s.a.) Osallisuuden katsotaan toteutuvan silloin, kun ihmiset voivat tehdä työtä, harrastaa ja ottaa tasa-arvoisesti osaa yhteiskunnan toimintaan muiden kanssa. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2016, 6).

Osallisuus on ryhmätoimintaa. Piironen (2007) mukaan yksin ei kukaan voi olla osallinen, vaan osallisuus toteutuu ryhmässä. Käsitteitä *osallisuus* ja *osallistuminen* käytetään usein rinnakkain puhuttaessa samasta asiasta. Yksilön

osallistuessa toimintaan, jonka kulkuun hän ei voi vaikuttaa käytetään käsitettä osallistuminen. Osallisuudessa on kokemus siitä, että pystyy vaikuttamaan tapahtumiin ja siinä ollaan vahvasti vuorovaikutuksessa muiden kanssa. (Korppi & Latvala 2010, 10–12.)

Osallisuus on tasa-arvoista ja täysivaltaista toimimista lähiyhteisössä. Jokaisella on oikeus osallistua yhteiskunnan toimintaan, vaikuttaa omaan elämäänsä ja päättää itse omista ja yhteisistä asioista. Osallisuus voidaan nähdä syrjäytymisen vastakohtana. (Kehitysvammaisten Tukiliitto ry s.a.a.) Parhaiten osallisuutta vahvistetaan kuulemalla vammaisia henkilöitä sekä antamalla heille tarvittava apu ja tuki (Vammaisten henkilöiden oikeuksien neuvottelukunta 2017). Ilman apua ja tarvittavia palveluita vammaiset jäävät ulkopuolelle. Esimerkiksi harrastamiseen ja yhdenvertaiseen osallistumiseen ja toimimiseen muiden kanssa vammaiset henkilöt tarvitsevat tukea. (Vammaisfoorumi 2018.)

Mustajärvi (2014, 33–34) on tutkinut kehitysvammaisten henkilöiden osallisuuden kokemuksia työssä sekä vapaa-ajan toiminnoissa. Hänen tutkimuksensa haastateltavien vapaa-aikaan kuuluivat kotityöt ja kotona sekä kodin ulkopuolelle tapahtuvat harrastustoiminnot. Kotona vietettävään vapaa-aikaan kuului kotitöiden lisäksi esimerkiksi television katselu, musiikin kuuntelu, palapelien tekeminen, piirtäminen, värityskirjan värittäminen, käsityöt ja urheilu. Haastateltavat kuvasivat näitä harrastuksikseen. Kodin ulkopuolisina harrastuksina haastateltavilla oli taidepiiri sekä liikunnalliset harrastukset, kuten keilailu ja liikuntakerho. Aikaisempina harrastuksina esille tulivat koripallo ja musiikkiharrastus, joita haastateltavat halusivat alkaa harrastamaan vielä joskus uudestaan. Unelmaharrastuksina esiin nousivat ratsastus, flamencon tanssiminen ja korinpunonta.

## **2.7 Itsemääräämisoikeus**

Vammaisten henkilöiden palvelut tulee järjestää niin, että ne tukevat itsenäistä elämää. Vammaisilla henkilöillä on oikeus saada palveluja ilman, että he joutuvat erotetuksi perheistään puutteellisten palveluiden vuoksi. Myöskään palveluiden puuttuminen ei saa estää vammaisten henkilöiden parisuhteen muo-

dostamista eikä perheen perustamista. Itsemääräämisoikeuden mukaisesti jokaisella ihmisellä on oikeus päättää itse omista asioistaan. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2016, 6–8.)

Itsemääräämisoikeuden mukaisesti yksilöllä on oikeus päättää omista asioistaan sekä omasta elämästään. Jokaisella on yhdenvertainen oikeus henkilökohtaiseen vapauteen sekä koskemattomuuteen. Henkilön on voitava itse tai tuettuna päättää omista asioistaan. Henkilön mielipide on selvitettävä kaikin olemassa olevin keinoin. (Kehitysvamma-alan verkkopalvelut 2017b.)

Kärkkäisen ja Nybergin (2008) opinnäytetyö selvittää asumispalveluyksikön asukkaiden toiveita ja tarpeita liittyen vapaa-ajan viettoon. Aluksi he selvittivät asukkaiden harrastukset ja mielenkiinnon kohteet. Asukkaat saivat vapaa-ajanvihkot, joihin he keräsivät kuvia omista mielenkiinnonkohteistaan kahden viikon ajan. Määräaikaan mennessä vihkonsa palautti 11 asukasta, yksi vihko jäi palauttamatta. Yleisiä mielenkiinnon kohteita olivat ruoka, idolit, kuntosali, uiminen, ristikot ja pelit. Asukkaiden, omaisten ja ohjaajien kanssa pidettiin yhteinen vapaa-aikatoimikunnan kokous, jossa tuli esille asiakkaiden mielipide 22 vapaa-ajan toimintaideasta. Omaisilta saatu tieto lisäsi merkittävästi asukailta ja ohjaajilta saatua tietoa siitä, mistä asukkaat pitivät ja mistä eivät. (Kärkkäinen & Nyberg 2008, 38–40.) Tässä opinnäytetyössä kehitysvammaisten omia toiveita harrastamiselle selvitettiin omaisten ja ohjaajien avustuksella, jolloin saatiin selville heidän mielipiteensä siitä, mitä he todellisuudessa halusivat harrastaa.

## **2.8 Esteettömyys**

Suomen vammaispoliittinen ohjelma vuosiksi 2010–2015 määrittelee esteettömyyden olevan saavutettavuutta. Hyvässä saavutettavuudessa on helppoa ja vaivatonta liikkua, nähdä, kuulla sekä hankkia tietoa. Pyörätuolin käyttäjille tulee olla madalletut kynnykset ja liuskat portaissa. Esteettömiin tiloihin kuuluvat myös esteetön wc sekä induktiosilmukka kuulovammaisia varten. Uusia asuinalueita suunniteltaessa ja rakennettaessa on esteettömyys otettava huomioon. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2016, 6–9.) Laajemmin tarkasteltuna kokonaisuutena esteettömyys tarkoittaa sujuvaa osallistumista eri elämänaloilla, kuten

työnteossa, harrastuksissa, kulttuurissa ja opiskelussa (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2014, 15).

Esteettömän liikkumisen lisäksi esteettömydessä tulee ottaa huomioon myös esimerkiksi näkemiseen ja kuulemiseen sekä sähköiseen viestintään liittyvät asiat. Tilojen tulee olla helppokäyttöiset ja kaikkiin tiloihin ja kerrostasoihin tulee olla helppo päästä (Invalidiliitto 2017.) Esteettömyyttä on se, että myös kehitysvammaisen ihminen saa samoja palveluja, välineitä, tietoa sekä mahdollisuuksia osallistua ja vaikuttaa. Myös kehitysvammaisilla tulisi yhtäläisesti olla mahdollisuus työntekoon, harrastuksiin, kulttuuriin ja opiskeluun ilman ympäristön rakenteiden tai asenteiden sitä ehkäisemättä. (Kehitysvammaisten Tuki-liitto ry s.a.b.)

Tutkimus *Serious leisure and people with intellectual disabilities: benefits and opportunities* (2009) käsittelee vammaisten henkilöiden mahdollisuuksia harrastaa samoja vapaa-ajan aktiviteetteja kuin vammattomat. Tutkimuksessa haastateltiin Australian Brisbarnessa itsenäisesti asuvia vammaisia aikuisia. Haastateltavien 10 henkilön ikäjakauma oli 19–57 vuotta. Heistä kuusi oli miehiä ja neljä naisia. Tutkimuksen yhteenvedossa todetaan, että vakavissaan harrastaminen (serious leisure) on tärkeää vammaisille ihmisille. Harrastamisen avulla itsetunto kasvaa, saa uusia taitoja sekä itsevarmuutta muiden kanssa kommunikointiin. (Patterson & Pegg 2009, 387, 395, 399.)

Esteettömästä ympäristöstä on etua meille kaikille. Kynnysten, portaiden ja jyrkkien luiskien puuttuminen helpottaa tavaroiden kuljettamista, siivousta ja tilojen huoltoa. Rakennusvaiheessa esteettömyyden huomioiminen ei yleensä aiheuta ylimääräisiä kustannuksia, kyse on hyvästä suunnittelusta ja näiden suunnitelmien toteuttamisesta. (Invalidiliitto 2017.)

### **3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET**

Opinnäytetyöllä on tarkoitus ja tavoite, jotka kertovat, mitä opinnäytetyö selvittää, kehittää, kokeilee tai tuottaa sekä sen, minkä vuoksi se sen tekee. Tarkoitus ja tavoite kertovat myös, mitä ja millaista hyötyä ja kenelle opinnäytetyön



tekemisestä on. Tavoite ilmaisee toimeksiantajalle tulevan hyödyn sekä kehittää opiskelijan ammatillista kehittymistä kohti asiantuntijuutta. (Kajaanin ammattikorkeakoulu s.a.a.)

Tämä opinnäytetyö on toiminnallinen opinnäytetyö, jonka tarkoituksena oli selvittää toimeksiantajana toimivan toimintakeskuksen kehitysvammaisten asiakkaiden harrastustoiveita sekä kehittää näiden toiveiden mukaista harrastustoimintaa. Toimeksiantaja hyötyi opinnäytetyöstä saamalla tietoa asiakkaidensa harrastustoiveista sekä saamalla asiakaskunnalleen toivomaansa järjestettyä vapaa-ajan toimintaa. Opinnäytetyöprosessissa syntyi toimeksiantajalle toimintamalli harrastustoiminnan järjestämiseksi. Myös osallistuneet asiakkaat hyöttyivät saadessaan osallistua toiveidensa mukaiseen harrastustoimintaan vapaa-ajallaan. Kokemukset kehitysvammaisten harrastustoiminnan suunnittelusta, järjestelyistä ja toteutuksesta kasvattivat opiskelijana omaa asiantuntijuuttani kehitysvammaisten parissa työskentelystä. Opinnäytetyön tavoitteena oli juurruttaa opinnäytetyön toiminnallisessa osuudessa kehitetty kerhopilotti muutaman kerran vuodessa järjestettäväksi kehitysvammaisten kokkikerhoksi.

## **4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS**

### **4.1 Toiminnallinen opinnäytetyö**

Toiminnallisessa opinnäytetyössä tuotoksena on jokin konkreettinen asia, kuten ohjeistus, messu- tai esittelyosasto tai tapahtuma. Opinnäytetyön raportoinnissa käsitellään tuotoksen saavuttamiseksi käytettyjä keinoja. (Airaksinen & Vilkkä 2003, 51.) Toiminnallisessa opinnäytetyössä opiskelija tuottaa opinnäytetyönään joko fyysisen tuotoksen tai kehittää jotakin toiminnallista osaa aluetta. Opinnäytetyön tavoitteena on kehittää oman alan ammatillista taitoa ja tietoa. (Vilkkä 2006, 76.)

### **4.2 Alkukartoitus harrastamisesta haastattelujen avulla**

Yksi käytetyimmistä tiedonkeruumuodoista on haastatteleminen. Se on joustava menetelmä ja tämän vuoksi se sopii moniin erilaisiin tutkimustarkoituksiin. Yhtenä etuna on suora kielellinen vuorovaikutus, jossa haastattelijalla on mahdollisuus suunnata tiedonhankintaa haluamaansa suuntaan. Haastattelun yhteydessä haastattelija pystyy havainnoimaan myös haastateltavan ei kielellisiä

vihteitä. Haastattelu on keino saada selventäviä vastauksia haastatteluteemoista lisäkysymysten avulla. Haastattelu sopii käytettäväksi, kun kyseessä on alhaista koulutustasoa edustava ryhmä, jolla saattaa olla vaikeuksia täyttää kyselylomaketta. (Hirsjärvi & Hurme 2009, 34–36.)

Hirsjärvi ja Hurme (2009) nimittävät puolistrukturoitua haastattelumenetelmää *teemahaastatteluksi*. Haastattelu kohdennetaan tiettyihin teemoihin, joista haastattelussa keskustellaan. Haastattelu etenee valittujen keskeisten teemojen varassa, jolloin vastaukset syntyvät vuorovaikutuksessa. (Hirsjärvi & Hurme 2009, 47–48; Puusniekka & Saaranen-Kauppinen 2015a.) Teemahaastattelussa pyritään keskustelemaan ennalta määrätty teemat läpi kaikkien tutkittavien kanssa antaen ihmisten vapaalle puheelle tilaa. Voidakseen keskittyä haastatteluun tutkijalla on mukanaan lyhyet muistiinpanot teemoista pikkutarkkojen kysymysten sijaan. Haastateltavia ei tule valita satunnaisesti, vaan valitaan henkilöitä, joilta parhaiten arvellaan saatavan tietoa tutkimuksen kiinnostuksen kohteena olevista asioista. (Puusniekka & Saaranen-Kauppinen 2015b.) Haastattelut voidaan suorittaa yksilö, pari- tai ryhmähaastatteluina (Ronkainen ym. 2011, 116).

Aineisto toimintakeskuksen kehitysvammaisten asiakkaiden nykyisistä harrastuksista ja mielenkiinnon kohteista uusiin harrastuksiin kerättiin teemahaastatteluilla. Kaikki haastattelut tehtiin yksilöhaastatteluina. Keskustelun runkona käytettiin haastattelulomaketta (liite1), johon oli laadittu kolme selkeää ja lyhyttä kysymystä. Ensimmäisenä teemana oli haastateltavan aikaisemmat harrastukset, toisena nykyiset harrastukset ja kolmantena, mitä tämä haluaisi harrastaa. Teemahaastattelussa käsitellään keskustellen ennalta suunniteltuja teemoja (Puusniekka & Saaranen-Kauppinen 2015b). Tämän opinnäytetyön toiminnallisen osuuden suunnittelun kannalta olennaista oli saada tietoa kolmanteen kysymykseen eli mitkä harrastukset toimintakeskuksen kehitysvammaisia kiinnostaisivat mahdollisina uusina harrastuksina.

Ennen haastatteluja päätetään haastattelun ajankohdasta, paikasta, tarvittavasta välineistöstä sekä arvioidaan kuinka kauan haastattelut suunnilleen kestävät. Haastattelupaikka on yleisimmin joko haastateltavan koti tai jokin yle-

nen paikka, kuten esimerkiksi haastateltavan työpaikka. Tutkimuksen tarkoituksesta riippuu tarvittavan tiedon ja haastateltavien määrä. (Hirsjärvi & Hurme 2009, 58, 73–74.)

Kaikki kyseisen toimintakeskuksen asiakkaat haastateltiin, jotta saatiin kattavat tiedot heidän harrastustoiveistaan. Haastateltavia oli yhteensä 12, seitsemän naista ja viisi miestä. Tutkija voi antaa haastateltavan itse ehdottaa, missä ja milloin haastattelu suoritetaan (Hirsjärvi & Hurme 2009, 74). Haastatteluista yhdeksän suoritettiin asiakkaiden omissa kodeissa. Kaksi haastatteluista tehtiin toimintakeskuksen pienryhmätilassa asiakkaiden työpäivän aikana. Yksi asiakkaista ei haastattelun aikana ollut mukana toimintakeskuksen toiminnassa, mutta hänen toiveestaan haastattelu tehtiin kodin sijasta toimintakeskuksen pienryhmätilassa hänelle sopivana päivänä ja kellonaikana.

Haastattelujen kesto vaihteli haastateltavien mukaan riippuen siitä, kuinka paljon he tuottivat puhetta aiheesta. Suurin osa haastatteluista kesti viidestätoista kahteenkymmeneen minuuttia. Kaksi haastateltavista naisista jutteli aiheesta oma-aloitteisesti pidempään ja heidän haastattelunsa kestivät noin 45 minuuttia.

Asiakkaiden vastaukset kirjattiin haastattelulomakkeelle (liite 1). Täytettyjä haastattelulomakkeita tuli yhteensä 12. Haastattelulomakkeisiin ei kirjattu asiakkaan nimeä, vaan heidät numeroitiin vastaajan yksityisyyden varmistamiseksi. Haastattelujen nauhoittaminen ei tässä tapauksessa ollut tarpeen, koska tarvittavat tiedot oli tarkoituksen mukaista kirjata haastattelulomakkeisiin ja tulokset analysoitiin teemoitellen vastausten perusteella. Nauhoittaminen olisi voinut jännittää haastateltavia ja viedä heidän huomionsa haastattelukysymyksistä.

### **4.3 Alkuhaastattelujen analysointi**

Analyysiprosessissa tutkija nostaa esille asioita tutkimustuloksista eli tulkitsee aiheitaan oman ymmärryksensä varassa. Aineiston analyysissä on kolme vaihetta, joista ensimmäinen on aineiston käsittely vertailtavaan muotoon. Toinen vaihe on tulkitseminen ja kolmatta vaihetta voidaan kutsua luennaksi. Ensimmäinen

mäisessä vaiheessa aineistoa järjestetään systemaattisesti ja opitaan tuntemaan se. Toisessa vaiheessa haetaan aineiston yhtäläisyyksiä ja eroja. Kolmannessa vaiheessa haetaan tulkintaideoita. (Ronkainen ym. 2011, 123–125.) Teemahaastatteluaineistoa analysoitaessa käytetään teemoittelua. Haastatteluaineistosta muodostetaan keskeisiä aiheita eli teemoja, joita taulukoimalla voidaan havainnoida esimerkiksi eri vastausten esiintymistä. Aineistoa järjestellessä voidaan eri teemojen tiedot koota omiin ryhmiin. (Puusniekka & Saaranen-Kauppinen 2015c.)

Alkuhaastattelujen tavoitteena oli saada toiminnallisen osuuden pohjaksi tietoa siitä, mitä harrastuksia haastateltavat toivoivat uusiksi harrastuksikseen. Vastaukset luokiteltiin listaksi merkiten kunkin kohdalle, kuinka moni oli maininnut saman harrastuksen. Näin saatiin selville eniten kiinnostusta herättävät harrastukset.

Tiedostot, joista ilmenee henkilön kooditiedot, säilytetään aina erikseen. Näin pystytään säilyttämään aineiston tietoturva. (Ronkainen ym. 2011, 118–119.) Opinnäytetyössä haastattelulomakkeet numeroitiin ja lisäksi oli erillinen lomake, josta ilmeni haastateltavan henkilötiedot numeron takana. Haastattelulomakkeet ja henkilötietolista säilytettiin prosessin ajan eri paikoissa aineiston tietoturvan varmistamiseksi.

#### **4.4 Toiminnan pilotointi taustahaastatteluihin perustuen**

Haastattelujen perusteella toimintakeskuksen kehitysvammaiset asiakkaat toivoivat eniten matkustelua, retkeilyä ja ruuanlaittoa harrastukseksi. Päätin lähteä toteuttamaan kokkikerhoa, koska se osoittautui huokeimmaksi vaihtoehdoksi pienituloisille asiakkaille osallistua toivotuista vaihtoehdoista. Heidän asuinkunnassaan ei ollut olemassa aikuisille tarkoitettua kokkikerhoa, johon he olisivat voineet mennä mukaan, joten aloin selvittämään mahdollisuuksia järjestää kerhopilottina kokkikerhoa toimintakeskuksen kehitysvammaisille asiakkaille.

Otin ensin yhteyttä paikallisiin Marttoihin, mutta heidän aikataululleen asia tuli liian nopeasti. Seuraavaksi otin yhteyttä tuttuun kotitalousopettajaan ja tiedustelin hänen innokkuuttaan ja mahdollisuuksiaan lähteä toteutukseen mukaan.

Hän olikin heti valmis osallistumaan ja näin olin löytänyt itselleni tarpeellisen yhteistyökumppanin, joka vastasi kokkikerhon varsinaisen sisällön suunnittelusta ja ohjauksesta. Hän oli hiljattain perustanut toiminimen, jonka kautta saatiin mutkattomasti järjestettyä käytännön rahaliikenne. Työskentelytiloiksi vuokrasimme paikallisen koulukeskuksen opetuskeittiön.

Aloitimme suunnittelun palaverilla, johon osallistui kotitalousopettajan ja itseni lisäksi yksi toimintakeskuksen pitkäaikainen ohjaaja. Päädyimme järjestämään kehitysvammaisille kerhopilotin, jonka kesto olisi neljä kokoontumiskertaa. Kerrallaan kerho kestäisi noin kaksi tuntia ja kokoontumiset olisivat marras-joulukuussa 2017. Teemaksi valitsimme jouluisen ruuanlaiton ja leivonnan. Kotitalousopettaja suunnitteli eri kertojen sisällöt, tilasi tarvittavat ainekset kaupasta sekä maksoi ne. Sovimme, että kertyneet kustannukset jaetaan kerholaisten kesken. Kustannukset koostuivat materiaaleista, tilavuokrasta ja suunnittelusta. Apukokkina toimivat eläkeläisrouvat olivat mukana vapaaehtoisina ilman korvausta. Lisäksi kotitalousopettaja laati reseptivihkosen, josta löytyivät kaikkien kerhopilotin aikana valmistettujen ruokien ja leivonnaisten reseptit. Jokaisella kerholaisella oli oma nimikoitu reseptivihkonsa, jonka he saivat itselleen kerhon päättymisen jälkeen.

Opetuskeittiön tilojen perusteella järkevää oli ottaa kokkikerholaisia mukaan kahdeksan kappaletta. Opetuskeittiössä oli neljä työpistettä, johon kuhunkin mahtui työskentelemään kaksi kerholaista ja yksi avustaja. Vernerinet (2017) sivuston mukaan asiakkaan itsemääräämisoikeutta rajoitettaessa on asiakkaan oman arvion lisäksi otettava huomioon hänen kanssaan päivittäin työskentelevien ihmisten näkemykset. Heillä on luotettavaa tietoa asiakkaan harvintakyvystä sekä ymmärryksestä oman käyttäytymisensä säätelyyn.

Tähän kokkikerhopilottiin osallistujat valittiin siinä mielessä itsemääräämisoikeutta rajoittaen, että toimintakeskuksen ohjaajat ja vammaispalvelun asuimisen ohjaajat valitsivat yhdessä asiakkaat, jotka heidän mielestään eniten hyötyisivät kerhosta ja joiden toimintakyky riittäisi kyseiseen toimintaan. Valintakriteereinä käytettiin asiakkaiden toimintakyvyn lisäksi heidän oletettavaa innokkuuttaan lähteä mukaan toimintaan sekä kerhon mahdollista aktivoivaa vaikutusta asiakkaiden omatoimiseen ruuan valmistamiseen kodeissaan.

Toimintakeskuksella on 12 kehitysvammaista asiakasta. Yksi vanhempi nainen ilmoitti, ettei tunne jaksavansa osallistua iltatoimintaan. Toinen naisasiakas ei tahtonut osallistua, koska hänen liikkumisensa on hankalaa ja hänellä on vaikeuksia tasapainon säilyttämisessä. Toimintakeskuksen kehitysvammaisissa asiakkaissa on kaksi pariskuntaa. Päätettiin, että pariskuntien miehet hyötyisivät enemmän kokkikerhosta, koska heidän puolisonsa tekevät pääosan pariskuntien keittiötoista. Kahdeksasta valitusta kokkikerholaisesta viisi oli miehiä ja kolme naisia. Itsemääräämisoikeuden varmistamiseksi kaikilta mukaan valituilta varmistettiin vielä henkilökohtaisesti, että he olivat halukkaita osallistumaan kokkikerhoon.

#### 4.5 Kerhopilotin havainnointi

Ideana havainnoinnissa on kerätä tietoa tutkittavana olevasta ilmiöstä sen luonnollisessa ympäristössä (Ronkainen ym. 2011, 115). Tietoinen havainnointi eli *observointi* on tutkijan aktiivisesti tekemiä havaintoja tutkimuskohteestaan. Havainnoinnissa havainnoijalla on aina mukana omat tunteet ja tuntemukset ja hän tekee havainnoista omia päätelmiään. (Vilkkä 2006, 8–9.) Observointia voidaan käyttää muiden tiedonkeruutapojen rinnalla (Hirsjärvi & Hurme 2009, 37).

Yksi havainnointitapa on tarkkaileva havainnointi, joka on ulkopuolista havainnointia eikä siinä tutkija osallistu tutkimuskohteensa toimintaan. Tarkkailu on ennalta jäseneltyä ja järjestelmällistä ja siinä havainnoidaan ennalta määrättyjä asioita tutkimuskohteesta. Tarkkaileva havainnointitapa on toimiva, kun tiedonhankinnalle ei ole merkittävää tutkijan ja tutkimuskohteen vuorovaikutus. (Vilkkä 2006, 42-43, 67.) Tässä opinnäytetyössä havainnointi oli tarkkailevaa havainnointia ja havainnot kirjattiin muistivihkoon reaaliaikaisesti. Sovimme etukäteen kokkikerhon ohjauksesta vastaavan kotitalousopettajan kanssa, etten osallistu varsinaiseen toimintaan, jotta minulla olisi paremmin mahdollisuus tarkkailuun ja havainnointiin koko ryhmän osalta. Havainnoin kerhon koontumisien aikana liikkumalla ympäri opetuskeittiötä eri kerholaisten yksittäisen toiminnan lisäksi heidän osallisuuttaan, itsemääräämisoikeuden toteutumista sekä tilojen ja toimintojen esteettömyyttä. Lisäksi havainnoin älyllisen

kehitysvammaisuuden mahdollisesti mukanaan tuomia rajoituksia heidän toiminnassaan sekä apukokkien toimintaa omaa ryhmäänsä ohjatessaan. Havainnoinnin kohteet olin päättänyt etukäteen.

Muistiinpanoihin merkitsemiäni havaintoja analysoin raportissa kuvailevalla analyysillä. Kuvailevassa analyysissä tutkimuksen kohteena olevaa ilmiötä havainnoidaan ja tuloksia analysoidaan vastaamalla esimerkiksi kysymyksiin *mitä* ja *minkälainen* (KvantiMOTV 2017). Tässä opinnäytetyössä havainnoin ja analysoin kuvailevalla analyysillä kokkikerhopilottia ja kokkikerholaisten toimintaa.

Onnistuneen tutkimusaineiston kerääminen havainnoimalla vaatii tutkijan uppoutumista. *Uppoutuminen* on havainnoijan eläytymistä tutkimuskohteensa toimintaan ja kykyä toimia tilanteessa luontevasti ilman oman ajatusmaailmansa vaikutusta. Uppoutuminen vaatii, että havainnoija on osallistunut tutkimuskohteensa arjen toimintoihin yhdessä tutkimuskohteiden jäsenten kanssa. Toimintakeskuksen kehitysvammaiset asiakkaat ja heidän arkensa sekä toimintakeskuksella että heidän kotioiloissaan, ovat minulle tuttuja kahden vuoden ajalta. Näin ollen minulle oli luonnollista olla mukana ja eläytyä heidän toimintaansa kokkikerhopilotin aikana. Grönforsin (1985) mukaan liian aktiivinen osallistuminen tutkimuskohteen toimintaan kenttätutkimuksessa muuttaa tutkittavien luonnollista käyttäytymistä (Vilka 2006, 74-75). Tarkkailevana havainnoijana en osallistunut varsinaiseen kerhotoimintaan, vaan tein taustalla omia havaintojani ja muistiinpanojani. Näin ollen läsnäoloni ei vaikuttanut kerholaisten käyttäytymiseen toiminnan aikana.

#### **4.6 Palautteen kerääminen toiminnallisesta kerhopilotista**

Ennen palautteen hankkimista tulee päättää, tarvitaanko suullista vai kirjallista palautetta. Sekä suullinen että kirjallinen palaute voi olla julkista tai kahdenkeskistä. Suullinen palaute annetaan kasvokkain ja kirjallinen palaute yleensä yhdeltä henkilöltä toiselle kirjallisessa muodossa. Kirjallinen palaute voidaan antaa myös sähköisessä muodossa. Suullisesta palautteesta on hyvä tehdä muistiinpanoja, ettei sen sisältö pääse unohtumaan. Kirjallisen palautteen etuna on sen säilyminen juuri siinä muodossa, kuin se on annettu. Suullisen

palautteen saaminen saattaa johtaa keskusteluun aiheesta, kun taas kirjallinen palaute johtaa siihen harvemmin. (Ahonen & Lohtaja-Ahonen 2014, 145.)

Suullisen palautteen pyytäminen kyseiseltä asiakasryhmältä oli luontainen valinta, sillä kaikki eivät olleet luku- ja kirjoitustaitoisia. Suullista palautetta oli myös helppoa ja nopeaa saada, ja siinä samalla pystyi havainnoimaan kerholaisten ja apukokkien ilmeitä, kehonkieltä ja äänenpainoja. Suullisen palautteen lisäksi keräsin palautetta niin sanottujen palautepipareiden avulla. Jokaiselle kerhokerralle askartelin oman keksipurkin (kuva 1), johon kerholainen sai tapaamiskerran jälkeen valita omasta mielestään kerhokertaa kuvailevan piparin ilmeineen. Palautepipareiden käytöllä oli tarkoitus lisätä kerholaisten osallisuutta palautteenantotilanteessa.



Kuva 1. Kexipurkki palautepipareille

## 5 TULOKSET JA TUOTOKSET

### 5.1 Alkukartoitushaastattelujen tulokset

Alkukartoituksen haastattelujen tulosten perusteella voidaan todeta, että 12 haastattelusta kahdeksan haastateltavaa toivoi elämäänsä enemmän matkoja ja retkiä. Seitsemän haastateltavaa toivoi mahdollisuutta päästä itse tekemään ruokaa. Kolmanneksi eniten mainintoja sai tanssiminen, jonka vapaa-ajan harrastustoiveekseen ilmoitti neljä haastatelluista.



Yksittäisiä mainintoja saivat lisäksi erilaiset liikuntamuodot, kuten esimerkiksi sulkapallo, kävely, uinti ja yleisurheilu. Muutamaa kiinnostivat myös käsityöt, laulaminen, näyttelemineen, ammunta ja puutöiden tekeminen. Ratsastus sai kaksi mainintaa.

## **5.2 Erityishuomioita kokkikerhon järjestämisestä**

Kokkikerhoa kehitysvammaisille järjestettäessä tuli ottaa huomioon useita ohjausta ja avustusta tarvitsevia seikkoja. Omasta kodistaan kerhoon saapuvia piti soittamalla muistuttaa oikeasta ajasta lähteä kävelemään. Toimintakeskuksesta työpäivän jälkeen kerhoon lähtevät tarvitsivat saattajan koulukeskukseen. Kokkikerhon jälkeen kaikki osasivat kulkea koteihinsa itsenäisesti.

Kokkikerhoparien muodostamisessa apuna olivat toimintakeskuksen ja asumisen ohjauksen ohjaajat. Heillä oli kokemuksen tuoma tietämys siitä, ketkä tulevat keskenään toimeen ja keitä ei kannata laittaa pareiksi. Muodostetut parit olivatkin niin toimivat, ettei niitä muutettu kerhopilotin aikana. Kokkikerhossa ruokaa laitettaessa tuli ryhmien olla tarpeeksi pienet (kaksi osallistujaa ja avustaja), jotta avustajana toimineella apukokilla oli tarpeeksi aikaa keskittyä kumpaankin avustettavaansa ja antaa heille heidän tarvitsemansa opastus ja ohjeistus. Apukokit olivat kotitalousopettajan toimesta etukäteen ohjeistettu niin, että heidän roolinsa oli neuvoa ja mahdollistaa kehitysvammaisten itse tekeminen.

Kokkikerhopilotin avulla saatiin muistutettua kuntalaisia, että toimintakeskuksen kehitysvammaiset ovat osa kyläyhteisöä. Paikallislehti teki viimeisestä kokkikerhokerrasta sivun pituisen jutun jouluviikon 2017 lehteen. Lehtijuttu runsaine kuvineen antoi lämminhenkisen kuvauksen jouluisen kokkikerhon tunnelmasta ja opinnäytetyön aiheesta. Lehtijutun avulla saatiin osaltaan levitettyä tietoisuutta toimintakeskuksen monimuotoisesta toiminnasta kehitysvammaisille asiakkailleen.

### **5.2.1 Kommunikointi ja vuorovaikutus**

Opetuskeittiön pienehköstä tilasta huolimatta kommunikaatiossa kerholaisten ja apukokkien tai kotitalousopettajan kanssa en havainnoinut vaikeuksia. Kerholaisten sosiaaliset taidot ja yhteistyötaidot eivät näyttäneet tuovan haasteita

yhdessä toimimiselle. Opetuskeittiön suhteellisen pieni koko aiheutti välillä toisten väistelemistä, mutta suurempia haasteita tämäkään ei näyttänyt toimitaan tuovan.

Kerholaisista muodostetuista neljästä parista kolme näytti havaintojeni perusteella kommunikoivan ja tulevan keskenään toimeen ilman mitään havaittavia vaikeuksia. Yhdestä parista nainen kaksi kertaa turhautui siihen, kun mies oli naisen mielestä tämän tiellä. Yhden kokkikerholaisen mielestä erään apukokin puhetyyli oli liian huutavaa.

Kerholaisten, kotitalousopettajan sekä apukokkien välinen vuorovaikutus oli lämmintä ja välitöntä. Osa apukokeista tunsu osan kerholaisista entuudestaan ja uusia tuttavuuksia solmittiin kokkikerhotapaamisten aikana. Sekä kotitalousopettaja, apukokit että kerholaiset ilmaisivat kokkikerhopilotin päättyessä voimakkaasti halunsa jatkaa yhteistyötä samoissa merkeissä tulevaisuudessa.

### **5.2.2 Oppiminen**

Uusien asioiden oppimiseen kerholaiset näyttivät suhtautuvan ennakkoluulottomasti ja luonnollisesti. Yhdelle kerholaiselle ei ollut mieluista syödä kaikkia ruoka-aineita ja mausteita. Kaikkien kerholaisten toimintakyky ja toimintavire näyttivät olevan tarpeeksi korkealla, mikä mahdollisti kerhossa aktiivisesti toimimisen.

Kokkikerhopilotin toimintaa havainnoidessani huomioin eräällä kerholaisista aluksi pelkoa liittyen suuriin keittiöveitsiin ja niiden käyttämiseen. Naiskerholainen ilmaisi itse suullisesti pelkonsa. Kerhon kokoontumisien myötä hän alkoi oma-aloitteisesti käyttää suuria keittiöveitsiä ollen tyytyväinen kyetessään voittamaan pelkonsa. Kehitysvammaisuudesta johtuvina rajoituksina huomioin ajoittaista toimimisen hitautta ja toiminnan loppumista, kun annettu ohjeistus asian tekemiseen oli suoritettu. Hahmottamisen vaikeutta saattoi havaita pöydänkattamistilanteissa, jolloin kerholaisen tehtävänä oli kattaa ruokapöydät annetun mallin mukaisesti.

### 5.2.3 Itsemääräämisoikeus ja esteettömyys

Itsemääräämisoikeus ei tullut juurikaan esille ohjatussa toiminnassa, jossa tuli noudattaa annettuja ohjeita. Jokaisella oli kuitenkin oikeus itse päättää, mitä halusi syödä. Kaksi kertaa kotitalousopettaja muutti ruuan suunniteltuja mausteita toiseksi yhden kerholaisista ilmoitettua, ettei hän syö kyseisiä mausteita. Aurajuusto ja valkosipuli olivat myös makuja, jotka kysyttiin etukäteen. Näitä sisältävistä ruuista tehtiin myös vaihtoehto, johon kyseisiä ruoka-aineita ei laitettu. Itsemääräämisoikeutta kerholainen pääsi käyttämään myös esimerkiksi joulupullia leivottaessa. Kotitalousopettaja näytti useita muotoiluvaihtoehtoja, joista kerholaiset saivat itse päättää, minkälaisia tahtoivat tehdä. Vaaleita pipareita leivottaessa kerholaiset saivat valita itselleen mieluisan piparkakku-muotin.

Esteettömyys opetuskeittiön tiloissa toimi pääosiltaan. Pienet tilat olivat vähän ahtaat tämän kokoiselle joukolle, mutta eivät nostaneet hälytasoa niin, että se olisi vaikeuttanut kuulemista tai kommunikaatiota. Osa astioista ja työvälineistä olivat niin korkealla, että lyhimmät kerholaiset eivät yltäneet niihin itse. Wc-tilat eivät olleet opetustilojen yhteydessä, vaan ne sijaitsivat vähän matkan päässä eri kerrostasossa. Suurin osa kerholaisista kävi wc-tiloissa itsenäisesti, kun heille oli ensin näytetty, missä ne sijaitsivat. Yksi kerholaisista tarvitsi saattajan mukaan jokaisella kerralla käydessään wc-tiloissa. Wc-tiloihin mennessä oli yhdet portaat ja se hidasti niiden kulkemista, joilla oli liikkumis- ja tasapainovaikeuksia.

### 5.2.4 Kokkikerhopilotin kustannukset

Kokkikerhopilotin kokonaiskustannukset saatiin pidettyä alhaisina, millä oli suuri merkitys pienituloisille kerholaisille. Kustannuksia kertyi kotitalousopettajan suunnitteluun ja hankintoihin käytetystä ajasta, kerhossa käytetyistä aineksista sekä tilavuokrasta. Varsinaisesta ohjauksesta kotitalousopettaja ei halunnut ottaa rahallista korvausta ja apukokit olivat mukana talkoolaisina.

Suunnitteluun ja hankintoihin kotitalousopettajalta kului 10 tuntia (a' 20 euroa) eli niistä kustannuksia tuli 200 euroa. Neljän kokkikerhokerran aineksiin meni rahaa 163 euroa. Opetuskeittiön tilavuokra oli 10 euroa tunnilta, ja tunteja ker-

tyi neljästä kerrasta kahdeksan. Koulukeskuksen rehtori ystävällisesti hake-  
mukseni (liite 2) perusteella alensi tilavuokran puoleen, joten tilavuokrasta  
kustannuksia kertyi 40 euroa.

Yhteensä kustannuksia tuli 403 euroa, joista kotitalousopettaja laskutti 400 eu-  
roa. Kokonaiskustannukset jaettiin kerholaisten kesken, jolloin jokaisen mak-  
settavaksi tuli 50 euroa. Jatkossa kustannukset on helppo arvioida kerhopilo-  
tissa toteutuneiden kustannusten perusteella. Kokkikerhopilotilla luotu edulli-  
nen hinta osaltaan auttaa kokkikerhon juurtumista tulevaisuudessa ja mahdol-  
listaa vähävaraisempienkin kerholaisten osallistumisen toimintaan.

### 5.3 Osallistujien palaute

Jokaisen kokkikerhokerran jälkeen osallistujat saivat antaa ohjetaulun (kuva 2)  
mukaisesti palautetta pienillä piparinaamatarroilla. Valintansa mukaisesti he  
ilmaisivat, oliko kerho kerralla ollut heidän mielestään *kivaa*, *ei kivaa/ei tylsää*  
vai *tylsää*. Yhteensä keksipurkkeja (kuva 3) tuli neljä ja kaikkiin purkkeihin ker-  
holaisilta ja apukokeilta ilmestyi pelkkiä hymynaamapipareita. Palautepiparei-  
den lisäksi pyysin heiltä kerhotapaamisten aikana, kerhokertojen välillä ja ker-  
hon päättymisen jälkeen suullista palautetta.



Kuva 2. Palautepipareiden ohjetaulu



Kuva 3. Palautepareiden keksipurkit kaikilta kokoontumiskerroilta

Palautetta kerättiin vielä lopuksi haastattelemalla kerholaisia noin kuukausi kerhopilotin päättymisen jälkeen. Haastattelujen perusteella kerholaiset muistelivat kerhoa erittäin myönteiseksi kokemukseksi. Suurin osa oli sitä mieltä, että kerhokertoja oli ollut sopivasti, yhden haastatellun mielestä kerhokertoja olisi saanut olla enemmän. Tilaa muisteltiin vähän ahtaaksi ja apukokkeja mukaviksi. Uutena opittiin pikkuleipien tekemistä, erilaisia kattamistapoja sekä uusia tyylejä taitella lautasliinoja. Opittiin myös isojen veitsien käyttöä, täytettyjen sämpylöiden leipomista ja aurajuuston yhdistäminen makeaan leivonnaiseen. Kaikki haastateltavat toivoivat, että kokkikerho jatkuisi jossain vaiheessa.

#### 5.4 Juurruttaminen

Kokkikerhopilotin avulla luotua toimintamallia on tarkoitus jatkossa toteuttaa kaksi kertaa vuodessa järjestettävänä kokkikerhona. Eri teemoilla toteutettavista kokkikerhokokonaisuuksista toinen järjestetään aina syksyn ja toinen kevään aikana. Kokkikerhopilotissa mukana ollut kotitalousopettaja suunnittelee, järjestää ja toteuttaa neljä kokoontumiskertaa sisältävät kokkikerhot toimintimensä kautta yhteistyössä toimintakeskuksen henkilökunnan ja vammaispalvelun asumisen ohjaajien kanssa.

Seuraava kokkikerho järjestetään huhtikuussa 2018. Koulukeskuksen rehtori oli tehnyt aloitteen kokkikerhon pikaisesta jatkumisesta ja luvannut jatkossakin aina puolittaa tilavuokran kehitysvammaisille kokkikerholaisille. Kokkikerhopilotin myötä kokkikerhotoiminta näyttää juurtuvan yhdeksi toimintakeskuksen kehitysvammaisten asiakkaiden vapaa-ajan harrastukseksi. Järjestäjänä jatkaa kotitalousopettaja ja apukokkeina samat eläkeläisrouvat, kuin kokkikerhopilotissakin. Kevään 2018 kokkikerhon teemana on *Makumatkoja maailmalle*. Siinä kotitalousopettaja asiakaslähtöisesti yhdistää kehitysvammaisten mielenkiinnon ruuanlaittoon sekä matkustamiseen.

## 6 POHDINTA

Kasken ym. (2012, 207) mukaan aikuiset kehitysvammaiset tarvitsevat tukea ja ohjausta sopivien harrastusten löytämiseksi, valinta harrastuksista heidän tulee saada tehdä itsenäisesti. Kehitysvamma-alan verkkopalvelun (2016) mukaan kaikilla ihmisillä on oikeus omasta mielestään mielekkääseen vapaa-aikaan. Kehitysvammaisille henkilöille harrastukset ovat tärkeitä. Harrastus voi olla kehitysvammaisille järjestettyä tai he voivat osallistua yleisesti asuinkunnassa järjestettyyn harrastustoimintaan.

Tämän opinnäytetyön alkukartoitushaastattelujen perusteella vastauksista nousi esille halu tehdä itse ruokaa. Kokkikerhopilotin avulla toimintakeskuksen kehitysvammaisille asiakkaille saatiin järjestettyä heidän toivomaansa harrastustoimintaa, jota ei ollut heidän asuinkunnassaan muuten saatavilla. Toimintakeskuksen henkilökunta ja asumisen ohjaajat valitsivat mukaan kerhoon heidän mielestään eniten kerhosta hyötyvät toimintakeskuksen kehitysvammaiset asiakkaat. Kerhoon osallistuminen oli vapaaehtoista ja jokainen valituista asiakkaista sai itse päättää, haluaako mukaan toimintaan.

Suurin osa haastatelluista toivoi elämäänsä lisää matkustelua ja retkiä. Matkustelun avulla toimintakeskuksen asiakkaat näkisivät uusia asioita ja saisivat uusia kokemuksia. Toimintakeskuksen työntekijät voivat työajan puitteissa retkeillä asiakkaidensa kanssa, mutta ylitöitä ei saisi kertyä. Tämän vuoksi yön kestävät retket ja matkat eivät ole juurikaan mahdollisia. Kehitysvammaisten on mahdollista osallistua eri järjestöjen järjestämille matkoille, mutta suurin osa kehitysvammaisista ei pysty huolehtimaan itsestään täysin itsenäisesti.

Tämän vuoksi heillä tulisi olla joku vastuhenkilö, joka huolehtisi heistä matkan aikana. Matkustamisesta kertyvät kustannukset voivat estää vähävaraisten kehitysvammaisten mahdollisuudet matkustamiseen. Vammaisilla henkilöillä tulisi olla samanlainen oikeus osallistua yhteiskuntaan aktiivisina toimijoina kuin vammattomilla (Yhdistyneet kansakunnat 2016). Kuitenkin kehitysvammaisten mahdollisuus matkustamiseen kohtaa monia haasteita yhteiskunnassamme.

Tarvittaessa kehitysvammaisella henkilöllä voi olla harrastustoiminnassa mukanaan avustaja (Kehitysvamma-alan verkkopalvelu 2016). Kokkikerhopilottiin osallistuneet kehitysvammaiset henkilöt olivat kaikki älylliseltä kehitysvammaisuuden asteelta lievästi kehitysvammaisia. Heidän toimintakykynsä ei asettanut esteitä kerhossa toimimiseksi, vaan he pystyivät opastettuna ja avustettuna suoriutumaan heille annetuista tehtävistä. Osa kerholaisista oli melko itsenäisiä työskentelyssään ja he tarvitsivat vain vähän ohjeistusta. Osa tarvitsi ohjeistusta ja vieressä seuraamista koko toiminnan ajan. Kokkikerhopilotissa kaikki kerholaiset kuitenkin selkeästi tarvitsivat muiden apua ja ohjausta toiminnalleen. Apukokit olivat vapaaehtoisia ja tiesivät etukäteen, mihin olivat lupautuneet mukaan. He vaikuttivat suhtautuvan kehitysvammaisiin kerholaisiin lämpimästi ja aidon ystävällisesti, eikä heillä vaikuttanut olevan ennakkoluuloja kehitysvammaisia ihmisiä kohtaan. Sosiaalisen näkökulman mukaisesti vammaisuus ei johdu itse vammasta, vaan siitä miten muut suhtautuvat kehitysvammaisiin (Koivu 2016, 8).

Kokkikerhopilottiin osallistuneille lievästi kehitysvammaisille toimintamalli oli toimiva. Vastaavan kaltainen avustettu toiminta sujui varmaankin myös keskivaikeasti ja vaikeasti kehitysvammaisten henkilöiden kanssa ainakin jollakin osallistumisen tasolla. Kyseisessä kerhopilotissa tilat eivät olleet täysin esteettömät ja esimerkiksi pyörätuolilla tiloissa olisi ollut täysin mahdotonta liikkua tilojen ahtauden vuoksi. Tarvittaessa tulisi miettiä soveltavia ratkaisuja osallisuuden tukemiseksi eikä suoralta kädeltä evätä kenenkään osallistumismahdollisuutta haasteellisuudesta huolimatta.

Kehitysvammaisilla on todettu olevan vain vähän kontakteja oman perheen, asuinympäristönsä ja työnsä ulkopuolella. Järjestetyllä vapaa-ajan toiminnalla

voidaan edistää kehitysvammaisten vuorovaikutus- ja ystävyys-suhteiden syntymistä. Tärkeää on pyrkiä tarjoamaan heille onnistumisen ja selviytymisen kokemuksia sekä iloa ja uskallusta uusien asioiden kokeilemiseen. (Kaski ym. 2012, 205.) Havainnoidessani kokkikerhopilotin toimintaa huomioin kerholais-ten ja apukokkien välillä lämmintä vuorovaikutusta. Osa tunsu toisiaan jo en- tuudestaan, mutta ihan uusiakin tuttavuuksia näytti muodostuvan. Kerhoker- roilla kokkikerholaiset ja apukokit keskustelivat yli ryhmärajojen vaihtaen kuu- lumisia keskenään vilkkaasti.

Osallisuutta on se, että ihmiset voivat toimia ja harrastaa tasa-arvoisesti yh- dessä toisten ihmisten kanssa (Sosiaali- ja terveysministeriö 2016, 6; Kehitys- vammaisten Tukiliitto ry s.a.a). Osallisuus on ryhmätoimintaa, joka tapahtuu ryhmässä. Osallisuuden kokemuksen ryhmässä tuo se, että yksilö pystyy vai- kuttamaan tapahtumiin ja tuntee vahvasti olevansa vuorovaikutuksessa mui- den kanssa. (Korppi & Latvala 2010, 10–12.) Kokkikerhopilotti oli vahvasti ryh- mätoimintaa. Sekä toimintaa ohjaava kotitalousopettaja, apukokit ja kerholai- set olivat kaikki tasa-arvoisia ryhmän jäseniä. Kokkikerholaisten osallistumi- nen oli pääasiallisesti heidän osallistumistaan ohjeistuksen mukaisesti ennalta määriteltäviin tehtäviin. Osallisuutta ryhmäläiset kokivat saadessaan omilla va- linnoillaan mahdollisuuksien mukaan vaikuttaa siihen, miten he annetun oh- jeistuksen suorittivat.

Itsemääräämisoikeus ei juurikaan noussut esille valmiiksi ennalta määritel- lyssä toiminnassa ja tehtävissä. Tietyissä työvaiheissa kuitenkin annettiin muutama vaihtoehto, joista kokkikerholaiset saivat valita itselleen mieluisan tavan tehdä annettu tehtävä. Kehitysvamma-alan verkkopalveluiden (2017b) mukaan itsemääräämisoikeus on oikeutta määrätä itse omasta elämästään ja tehdä sitä koskevia päätöksiä. Tarvittaessa henkilöllä on oikeus saada tukea päätöksiinsä ja henkilön oma mielipide tulee selvittää kaikin olemassa olevin keinoin.

Esteettömyys on saavutettavuutta, ja hyvässä saavutettavuudessa on vaiva- tonta ja helppoa liikkua, nähdä, kuulla ja hankkia tietoa (Sosiaali- ja terveysmi- nisteriö 2016, 69). Kokkikerhopilotin työskentelytilana toimineessa opetuskeit- tiössä ahtaus toi pientä hankaluutta liikkumiseen, mutta ei vaikuttanut kerho-



laisten eikä apukokkien mielestä toimintaan muuten. Pienehkö tila ei kokkikerholaisten eikä apukokkien mielestä aiheuttanut ongelmia kommunikaatioon. He kokivat kuulleensa hyvin toistensa puheen. Wc-tilat eivät olleet opetuskeittien yhteydessä ja niihin pääsemiseksi piti kulkea yhdet portaat, mutta ne olivat kuitenkin ilman suuria hankaluuksia kerholaisten saavutettavissa.

## 7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Opinnäytetyön tuotoksena järjestetty kokkikerhopilotti oli onnistunut ja toimiva kokonaisuus. Tulevaisuudessa yhteistyökumppanina toiminut kotitalousopettaja järjestää kokkikerhoja toimintakeskuksen asiakkaille muutaman kerran vuodessa samalla pilotin toimintamallilla. Huhtikuussa 2018 järjestettävän kokkikerhon teema on eri maiden ruokakulttuureihin liittyvä kokonaisuus. Näin yhdistyy toimintakeskuksen kehitysvammaisten asiakkaiden kiinnostus sekä matkailuun että ruuanlaittoon.

Kokkikerhopilotin avulla saatettiin yhteen yritystoimintaa järjestävä kotitalousopettaja ja asiakaskuntana järjestettyä harrastustoimintaa kaipaavat toimintakeskuksen kehitysvammaiset asiakkaat. Alkuperäinen tarkoitus löytää toimintakeskuksen kehitysvammaisille asiakkaille uusia harrastuksia, joissa he voisivat käydä opinnäytetyön valmistumisen jälkeen itsenäisesti, kävi toteen kokkikerhotoiminnan juurtumisen myötä.

Opinnäytetyön yhtenä tarkoituksena oli luoda toimintakeskuksen kehitysvammaisille asiakkaille uusia tuttavuuksia, jotka vahvistaisivat heidän jäsenyyttään kyläyhteisön jäseninä. Toivottu yhteys sekä kotitalousopettajan että apukokkien kanssa saavutettiin, ja kokkikerhopilotin päättymisen jälkeen he halusivat vielä muistaa kokkikerholaisia. He tarjosivat kokkikerholaisille helmikuussa 2018 ystäväpäivän aikaan *Rakkauden aterian*. Rakkauden ateria oli tapahtuma, jossa kotitalousopettaja ja apukokit valmistivat kerholaisille italialaishenkisen ateriakokonaisuuden. Kerholaisten osuutena oli mennä nauttimaan valmis ja osallistujille maksuton ateria.

Paikalla Rakkauden aterialla oli kerholaisten ja itseni lisäksi kotitalousopettaja, hänen miehensä sekä kolme apukokeista. Ruokailun lisäksi kotitalousopettaja miehineen, apukokit ja minä järjestimme leikkimielistä ohjelmaa kerholaisille.

Ilta oli tunnelmaltaan erittäin lämmin ja nimensä mukaisesti rakkautta sisältävä. Rakkauden ateria antoi kokkikerholaisille tunteen, että he ovat tärkeitä ja merkityksellisiä toisille ihmisille. Tämä osaltaan vahvisti heidän jäsenyyttään osana kyläyhteisöä.

## **8 OPINNÄYTETYÖN TARKASTELUA**

### **8.1 Prosessin arviointia**

Toimintakeskuksen asiakkaiden haastatteleminen oli haastavaa, koska juuri kukaan ei tuottanut vastauksia itsenäisesti. Ainoastaan kaksi kahdestatoista haastatellusta keskusteli aiheesta oma-aloitteisesti ja tuotti omia harrastustoi-veitaan täysin itsenäisesti. Kaikkia muita piti ohjalla ja ehdotella erilaisia vaihto-vehtoja, joista he valitsivat itseään miellyttävät harrastusvaihtoehdot. Varsinaista keskustelua ei syntynyt, vaan se oli ennemminkin minun ehdottamiani ajatuksia, joihin he vastasivat myöntävästi tai kieltävästi. Monet muistelivat vanhoja harrastuksiaan, joista osaa he olivat kiinnostuneita harrastamaan tulevaisuudessakin. Uusia ideoita heiltä syntyi vähän. Yksilöhaastattelut, joissa itse kirjasin vastaukset muistiin, olivat kuitenkin hyvä tiedonkeruumenetelmä, jossa sain lisäkysymysten ja keskustelun avulla tietoa heidän harrastustoi-veitaan.

Onnistuin löytämään yhteistyökumppanikseni ennestään tutun paikallisen koti-talousopettajan, jonka avustuksella ja työpanoksella oli suuri merkitys kokki-kerhopilotin toteutumiselle ja onnistumiselle. Kotitalousopettajalla oli pitkä ko-kemus ruuanlaiton opettamisesta yläkoululaisille, ja vaikka hänellä ei juuri ollut aikaisempaa kokemusta kehitysvammaisten ohjaamisesta, oli hän avoin ja en-nakkoluuloton heitä kohtaan. Kokkikerhopilotin päättymisen jälkeen hän totesi, että aikuisten kehitysvammaisten ohjaaminen ei juurikaan poikennut yläkoulu-laisten ohjaamisesta. Sekä yläkoululaiset että kehitysvammaiset ovat jokainen omia yksilöitään, ja joukossa on aina hyvin eri osaamistasoisia ja toimintaky-kyisiä henkilöitä.

Havainnoin kokkikerholaisia osallistumatta itse varsinaiseen toimintaan. Se oli hyvä valinta, joka mahdollisti koko ryhmän havainnoimisen ja liikkumisen eri puolilla opetuskeittiötä. Muistiinpanojen tekeminen oli myös paremmin mah-dollista, kun ei tarvinnut itse keskittyä ruuan laittamiseen tai leivontaan.

## 8.2 Opinnäytetyön eettisyys

Opinnäytetyössä aiheen valinta on tutkimuseettinen kysymys. Ennen prosessin aloittamista on selvitettävä, mikä on siitä saatava tieto tai hyöty, ja onko se merkityksellinen ja toteuttamisen arvoinen. Tärkeää on miettiä, kenen tarpeesta ja ehdoilla aihe opinnäytetyöhön valitaan. (Kajaanin ammattikorkeakoulu s.a.b.) Tämän opinnäytetyön aihe on työelämälähtöinen ja näin ollen merkityksellinen tilaajana toimineelle toimintakeskukselle, jonka kehitysvammaisilla asiakkaila oli tarvetta itselleen mielekkääseen vapaa-ajan toimintaan.

Haastattelutilanteen eettiset kysymykset liittyvät haastattelutilanteessa annettujen tietojen luottamuksellisuuden selvittämiseen. Eettisenä sisältönä suunnitelmassa on saada suostumus tutkimuksen kohteena olevilta henkilöiltä sekä taata luottamuksellisuus. On myös harkittava mahdollisesti aiheutuvia seurauksia kohdehenkilöille. (Hirsjärvi & Hurme 2009, 20.) Haastattelun aluksi haastateltavalta kysyttiin suullisesti lupa haastattelun tekemiseksi. Haastateltavalle selitettiin, että tietoja käytetään opinnäytetyön tekemiseen ja niiden avulla on tarkoituksena järjestää halukkaille mahdollisuus aloittaa jokin uusi harrastus. Heille ymmärrettävällä kielellä kerrottiin lisäksi, ettei heidän tunnistetietojaan tule näkymään valmiissa opinnäytetyössä.

Tutkimuskohteen jäsenten luottamuksen saavuttaa, kun kertoo mahdollisimman varhaisessa vaiheessa heille, mitkä ovat tutkijan kiinnostuksen kohteet ja tutkimuksen luonne (Vilka 2006, 57). Ennen opinnäytetyön toiminnallista osuutta eli kokkikerhopilotin aloittamista kerrottiin sekä kerholaisille että apukokeille, ettei havainnoitsija osallistu varsinaiseen toimintaan, vaan keskittyy pelkästään havainnoimaan kerhon tapahtumia. Havainnoinnin kohteita ei avattu tarkemmin, koska kehitysvammaiset kerholaiset eivät vaikuttaneet olevan kiinnostuneita asiasta sen enempää. Heille näytti riittävän tieto, että havainnoija on mukana, mutta ei osallistu ruuan laittoon. Apukokeille avattiin havainnoinnin kohteita ja tarkoituksia tarkemmin, jotta he eivät jännittäneet eivätkä kiinnittäneet havainnoijaan suurempaa huomiota.

Tutkimusta tehdessä on tavoitteena, että tutkimuskohteena olevien tutkittavien toiminta on mahdollisimman luontevaa. On hyvän tieteellisen tavan mukaista,

että tutkimuksen kohde on antanut suostumuksensa tutkimusaineiston keräämiseen havainnoimalla. Tavoitteena myöskin on, että tutkija voi haastatella tutkittavia sekä osallistua tutkimuskohteen toimintaan. (Vilka 2006, 57.)

Kokkikerholaiset sekä apukokit näyttivät toimivan hyvin luontevasti ja epärommättä. Ennen toiminnallisen osuuden alkamista kaikilta kerholaisilta oli varmistettu henkilökohtaisesti, että heille sopi havainnointien tekeminen opinnäytetyötä varten. Asia käytiin vielä läpi ensimmäisen kokkikerhon aluksi ja samalla kysyttiin apukokkien suostumus havainnointiin. Painotettiin, ettei valmiissa opinnäytetyössä ilmene tunnistustietoja eikä ole valokuvia henkilöistä. Valokuvia otettiin muistoksi toimintakeskuksen arkistoihin. Itse kokkikerhon tapaamisten aikana havainnointi oli pääsääntöisesti toiminnan ulkopuolelta tapahtuvaa, mutta välillä tehtiin lyhyitä haastatteluja kerholaisten tunnelmista toimintaan liittyen. Varsinaiseen tutkimuskohteen toimintaan en havainnoinnin aikana osallistunut.

Tutkijalla on eettinen velvollisuus esittää tietonsa niin varmana ja todennettuna kuin se on mahdollista (Hirsjärvi & Hurme 2009, 20). Havainnot kokkikerhopilotin toiminnasta tein niin kuin ne itse havainnoin ja koin. Tehtyjä havaintoja peilasini eri lähdeaineistoihin ja mahdollisimman tuoreisiin tutkimustietoihin aiheesta.

Tutkimuksen ja havainnoinnin liittyessä ihmisiin ja heidän tietoihinsa on otettava huomioon *henkilötietolaki* sekä *tutkimusetiikka* (Vilka 2006, 58). Henkilötietolaissa on säädetty vaatimus, jonka mukaan täytyy määritellä mihin tarkoitukseen henkilötietoja käytetään sekä tulee suunnitella etukäteen niiden käsittely. Tutkijan tulee informoida kyseessä olevia henkilöitä tietojen keräämisestä ja näillä on halutessaan oikeus saada tarkistaa omat tietonsa. (Tietosuojavaltuutetun toimisto 2013.) Tässä opinnäytetyössä henkilötietoja kerättiin ainoastaan alkukartoitushaastattelutilanteissa. Haastattelulomakkeeseen ei merkitty haastateltavan nimeä, vaan ainoastaan kooditieto. Nimilistä kooditietoineen säilytettiin haastattelulomakkeista erikseen, eikä kukaan ulkopuolinen päässyt näkemään haastattelulomakkeita eikä tunnistetietoja. Sekä haastattelulomakkeet että nimilistat tullaan hävittämään heti opinnäytetyön hyväksymisen jälkeen.

Tutkimustyössä tulee huolellisesti ja tarkasti sekä tallentaa ja esittää kaikki tulokset, jotta tutkimus on hyvien tieteellisten käytäntöjen mukainen. Muiden tutkijoiden työ ja saavutukset tulee ottaa huomioon ja niihin tulee viitata asianmukaisesti. Tiedonhankinnan ja arviointimenetelmien tulee olla eettisesti kestäviä ja julkaisun tulee olla tietosuojan huomioon ottava. (Helsingin yliopisto 2018.) Opinnäytetyössä toimittiin hyvän tieteellisen käytännön mukaisesti. Muiden tutkijoiden töihin viitattiin Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulun opinnäytetyön raportointiohjeiden mukaisesti.

### **8.3 Opinnäytetyön luotettavuus ja merkitys**

Haastattelujen avulla kerätyn aineiston luotettavuus riippuu sen laadusta. Haastatteluaineistoa ei voi sanoa luotettavaksi, jos esimerkiksi on haastateltu vain osaa kohderyhmästä. (Hirsjärvi & Hurme 2009, 185.) Opinnäytetyön kohderyhmänä olivat tietyn toimintakeskuksen kehitysvammaiset asiakkaat. Kaikki 12 kehitysvammaista asiakasta haastateltiin, joten kerättyä aineistoa aiheesta voidaan pitää luotettavana. Toisaalta havainnointi ja päätelmät ovat tehty havainnoitsijan omien huomioiden ja mielipiteiden pohjalta. Grönforsin (1985) mukaan havainnoija havainnoi aina omien tunteidensa ja tuntemuksiansa mukaisesti (Vilka 2006, 8–9).

Opinnäytetyön kriittiseksi kohdaksi miellän alkukartoitushaastattelut sekä omaan havainnointiini perustuvat päätelmät. Kehitysvammaisia asiakkaita haastateltaessa vain kaksi tuotti puhetta ja ajatuksia täysin itsenäisesti, kymmentä piti pohjustaa ja johdatella – toisia vähemmän ja toisia todella paljon. Kasken ym. (2012, 16) mukaan kehitysvammaisten henkilöiden älyllinen suorituskyky on merkittävästi keskimääräistä heikompi, mihin liittyy usein rajoituksia esimerkiksi kommunikaatiossa ja sosiaalisissa taidoissa.

Opinnäytetyön tilaajana toiminut toimintakeskus sai asiakkailleen toivomaansa vapaa-ajan toimintaa, joten opinnäytetyötä voidaan pitää merkityksellisenä. Kerhopilotin avulla saatiin myös selville sen olevan toimiva toimintamalli uuden harrastuksen aloittamiseksi kehitysvammaisille aikuisille henkilöille. Toimintakeskus löysi myöskin kerhopilotin avulla itselleen yhteistyökumppanin paikallisesta yläkoulun kotitalousopettajasta, joka harjoittaa työnsä ohessa yri-

tystoimintaa toiminimellä. Yhteistyön myötä kokkikerho juurtui osaksi toimintakeskuksen kehitysvammaisten asiakkaiden vapaa-ajan harrastamista. Opin- näytetyön tekijänä sain työskennellä itselleni mieluisan asiakasryhmän parissa antaen heille mahdollisuuden mielekkääseen vapaa-ajan toimintaan. Opiskeli- jana opinnäytetyön tekeminen kasvatti kohti ammatillista asiantuntijuutta. Toi- mintakeskuksen asiakkaat saivat kokkikerhopilotista onnistumisen kokemuk- sia sekä oppivat uusia asioita.

#### **8.4 Jatkotutkimusaiheita**

Jatkotutkimuksen mahdollisuutena olisi kehittää samalla kerhopilotin toteutta- mismallilla myös muihin harrastamisen osa-alueisiin liittyviä harrastekerhoja. Kerhopilotti osoittautui toimivaksi ja sen mallilla olisi mahdollista suunnitella ja järjestää monia erilaisia kerhoja toimintakeskuksen kehitysvammaisille asiak- kaille heidän toiveitaan kuunnellen.

Myöskin Savolaisen (2007) *Keharikaveri -tukitoimintaa kehitysvammaisille* mallilla voisi kouluttaa henkilöitä, jotka lähtisivät yksittäisten kehitysvammais- ten tai pienten ryhmien mukaan erilaisiin harrastus- ja vapaa-ajantoimintoihin heidän avukseen ja tuekseen. Mallin avulla voitaisiin saattaa yhteen seuraa tarvitsevia kehitysvammaisia aikuisia ja vapaaehtoistyöstä kiinnostuneita lä- hiyhteisön jäseniä. Myös vertailu kehitysvammaisten henkilöiden harrastus- mahdollisuuksista eri Pohjoismaissa olisi mielenkiintoinen ja tärkeä tutkimus- aihe.

## LÄHTEET

Ahonen, R. & Lohtaja-Ahonen, S. 2014. Palaute kuuluu kaikille. 4. painos. Espoo: Human Interest.

Airaksinen, T. & Vilkkä, H. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Finlex. 2016a. Yleissopimus vammaisten henkilöiden oikeuksista 27/2016. 19. artikla. WWW-dokumentti. Saatavissa: [http://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sops-teksti/2016/20160027/20160027\\_2#idp450904960](http://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sops-teksti/2016/20160027/20160027_2#idp450904960) [viitattu 18.1.2018].

Finlex. 2016b. Yleissopimus vammaisten henkilöiden oikeuksista 27/2016. 30. artikla. WWW-dokumentti. Saatavissa: [http://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sops.teksti/2016/20160027/20160027\\_2#idp450904960](http://www.finlex.fi/fi/sopimukset/sops.teksti/2016/20160027/20160027_2#idp450904960) [viitattu 18.1.2018].

Harajärvi, M. 2015. Kehitysvammaisen henkilö ja henkilökohtainen apu. Vammaispalvelujen käsikirja. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. WWW-dokumentti. Päivitetty 15.7.2015. Saatavissa: <https://www.thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/itsenaisen-elaman-tuki/henkilokohtainen-apu/kehitysvammaisen-henkilo-ja-henkilokohtainen-apu> [viitattu 22.1.2018].

Helsingin yliopisto. 2018. Tutkimusetiikka. WWW-dokumentti. Päivitetty 24.1.2018. Saatavissa: <https://www.helsinki.fi/fi/tutkimus/tutkimusymparisto/tutkimusetiikka#section-125> [viitattu 5.2.2018].

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2009. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.

Huttunen, M. 2016. Älyllinen kehitysvammaisuus. Artikkelit. Duodecim terveyskirjasto. WWW-dokumentti. Päivitetty 15.10.2016. Saatavissa: [http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00556](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00556) [viitattu 15.5.2017].

Invalidiliitto. 2017. Esteettömyys. WWW-dokumentti. Päivitetty 16.5.2017. Saatavissa: <https://www.invalidiliitto.fi/tietoa/liikkuminen-ja-esteettomyys/esteettomyys> [viitattu 17.5.2017].

Kajaanin ammattikorkeakoulu. s.a.a. Tutkimuksen – Opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.kamk.fi/opari/Opinnaytetyopakki/Teoreettinen-materiaali/Tukimateriaali/Tavoite-ja-tarkoitus> [viitattu 24.1.2018].

Kajaanin ammattikorkeakoulu. s.a.b. Opinnäytetyön eettiset suositukset. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.kamk.fi/opari/Opinnaytetyopakki/Opinnaytetyoprosessi/SoTeLi/Opinnaytetyoprosessi/Eettiset-suositukset> [viitattu 19.2.2018].

Kaski, M. 2002. Kehitysvammaisuuden kuva. Luentolyhennelmä. Finnanest-lehti 2 / 2002. PDF-dokumentti. Päivitetty 31.3.2010. Saatavissa: [http://www.finnanest.fi/files/sulat\\_kaski.pdf](http://www.finnanest.fi/files/sulat_kaski.pdf) [viitattu 27.5.2017].

Kaski, M., Manninen, A. & Pihko, H. (toim.) 2012. Kehitysvammaisuus. 5. uudistettu painos. Helsinki: Sanoma Pro.

Kehitysvamma-alan verkkopalvelu. 2017a. Mitä kehitysvammaisuus on? WWW-dokumentti. Päivitetty 15.3.2017. Saatavissa: <http://verneri.net/yleis/mita-kehitysvammaisuus-on> [viitattu 14.5.2017].

Kehitysvamma-alan verkkopalvelu. 2017b. Itsemääräämisoikeus. WWW-dokumentti. Päivitetty 15.3.2017. Saatavissa: <http://verneri.net/yleis/itsemaaraa-misoikeus> [viitattu 9.4.2017].

Kehitysvamma-alan verkkopalvelu. 2016. Vapaa-aika. WWW-dokumentti. Päivitetty 2.3.2017. Saatavissa: [viitattu 9.4.2017].

Kehitysvamma-alan verkkopalvelu. s.a. Kehitysvammaisuus. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://verneri.net/yleis/kehitysvammaisuus> [viitattu 9.4.2017].

Kehitysvammaliitto. s.a. Kehitysvammaisuus. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.kehitysvammaliitto.fi/kehitysvammaisuus/> [viitattu 14.1.2018].

Kehitysvammaisten Tukiliitto ry. s.a.a. Osallisuus. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.kvtl.fi/fi/vaalit/osallisuus/> [viitattu 9.4.2017].

Kehitysvammaisten Tukiliitto ry. s.a.b. Esteettömästi osallistumaan. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://www.kvtl.fi/fi/perhesivut/esteettomyys/> [viitattu 9.4.2017].

Koivu, M. 2016. Kehitysvammaisuus. Määrittely, liitännäissairaudet ja kohtaaminen. PDF-dokumentti. Päivitetty 24.10.2016. Saatavissa: [http://www.avi.fi/documents/10191/7571061/Kehitysvammaisuuden\\_maarittely.pdf/5d3bd133-e6e5-417e-9459-d181b9dc3374](http://www.avi.fi/documents/10191/7571061/Kehitysvammaisuuden_maarittely.pdf/5d3bd133-e6e5-417e-9459-d181b9dc3374) [viitattu 27.5.2017].

Korppi, M. & Latvala, J. 2010. Osallistava vuorovaikutuksen malli lasten osallisuuden mahdollistajana. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. PDF-dokumentti. Päivitetty 3.9.2015. Saatavissa: <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/25307/URN%3ANBN%3Afi%3Aju-201009302820.pdf?sequence=1> [viitattu 15.5.2017].

KvantiMOTV. 2017. Tutkimusprosessi. Menetelmäopetuksen tietovaranto. WWW-dokumentti. Päivitetty 26.6.2017. Saatavissa: <http://www.fsd.uta.fi/metelmaopetus/tutkimus/prosessi.html> [viitattu 30.3.2018].

KV-tietopankki. 2016. Kehitysvammaisuus. Rinnekoti-säätiö. WWW-dokumentti. Päivitetty 19.1.2016. Saatavissa: <http://www.kvtietopankki.fi/kehitysvammaisuus> [viitattu 17.5.2017].

Kärkkäinen, N. & Nyberg, A. 2008. Sosiokulttuurinen innostaminen orientaation kehitysvammaisten asumisyksikköjen vapaa-ajan toiminnan suunnittelussa. Opinnäytetyö. Metropolia Ammattikorkeakoulu. PDF-dokumentti. Päivitetty 10.7.2013. Saatavissa: <http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/1180/Sosiokul.pdf?sequence=1> [viitattu 17.5.2017].



- Mahlamäki, P. 2016. YK:n yleissopimus vammaisten henkilöiden oikeuksista ja sopimuksen valinnainen pöytäkirja. Suomen YK-liitto. PDF-dokumentti. Päivitetty 1.2.2016. Saatavissa: [http://www.ykliitto.fi/sites/ykliitto.fi/files/vammaisten\\_oikeudet\\_2016\\_net.pdf](http://www.ykliitto.fi/sites/ykliitto.fi/files/vammaisten_oikeudet_2016_net.pdf) [viitattu 18.1.2018].
- Mustajärvi, A. 2014. Kehitysvammaisten henkilöiden osallisuuden kokemuksia työssä sekä kulttuuri- ja vapaa-ajan toiminnoissa. Opinnäytetyö. Hämeen ammattikorkeakoulu. PDF-dokumentti. Päivitetty 24.5.2014. Saatavissa: [http://theseus32-kk.lib.helsinki.fi/bitstream/handle/10024/76487/Mustajarvi\\_Annukka.pdf?sequence=1](http://theseus32-kk.lib.helsinki.fi/bitstream/handle/10024/76487/Mustajarvi_Annukka.pdf?sequence=1) [viitattu 20.5.2017].
- Mäki, M. 2008. Toiminnalla osallisuuteen. PDF-dokumentti. Päivitetty 18.12.2008. Saatavissa: [http://papunet.net/tietoa/fileadmin/muut/Esitteet/toimimalla\\_osallisuuteen\\_web.pdf](http://papunet.net/tietoa/fileadmin/muut/Esitteet/toimimalla_osallisuuteen_web.pdf) [viitattu 18.1.2018].
- Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2014. Taiteen ja kulttuurin saavutettavuus. Työryhmämuistioita ja selvityksiä 2014: 15. Loppuraportti. PDF-dokumentti. Päivitetty 20.7.2016. Saatavissa: <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75254/tr15.pdf> [viitattu 20.5.2017].
- Patterson, I. & Pegg, S. 2009. Serious leisure and people with intellectual disabilities: benefits and opportunities. Leisure Studies. PDF-dokumentti. Päivitetty: 24.9.2009. Saatavissa: <http://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/02614360903071688?needAccess=true> [viitattu 21.5.2017].
- Puusniekka, A. & Saaranen-Kauppinen, A. 2015a. Strukturoitu ja puolistrukturoitu haastattelu. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. WWW-dokumentti. Päivitetty 27.11.2015. Saatavissa: [http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6\\_3\\_3.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_3_3.html) [viitattu 24.1.2018].
- Puusniekka, A. & Saaranen-Kauppinen, A. 2015b. Teemahaastattelu. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. WWW-dokumentti. Päivitetty 27.11.2015. Saatavissa: [http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6\\_3\\_2.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L6_3_2.html) [viitattu 27.5.2017].
- Puusniekka, A. & Saaranen-Kauppinen, A. 2015c. Teemoittelu. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. WWW-dokumentti. Päivitetty 27.11.2015. Saatavissa: [http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7\\_3\\_4.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L7_3_4.html) [viitattu 19.2.2018].
- Ronkainen, S., Pehkonen, L., Lindblom-Ylänne, S. & Paavilainen, E. 2011. Tutkimuksen voimasanat. 1. painos. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Savolainen, M. 2007. Keharikaveri -tukitoimintaa kehitysvammaisille ihmisille. Toimintamalli tukihenkilötoiminnan järjestämiseksi. Opinnäytetyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu. PDF-dokumentti. Päivitetty 10.12.2007. Saatavissa: [http://kirjastot.diak.fi/files/diak\\_lib/Jarvenpaa2007/31d04c\\_jarvenpaa\\_savolainen\\_2007.pdf](http://kirjastot.diak.fi/files/diak_lib/Jarvenpaa2007/31d04c_jarvenpaa_savolainen_2007.pdf) [viitattu 9.4.2017].
- Sosiaali- ja terveysministeriö. s.a. Osallisuuden edistäminen. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://stm.fi/osallisuuden-edistaminen> [viitattu 1.4.2018].

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2016. Suomen vammaispoliittinen ohjelma vuosiksi 2010—2015. Oikeus yhdenvertaiseen kohteluun ja tasa-arvoiseen osallistumiseen. PDF-dokumentti. Päivitetty 14.8.2014. Saatavissa: [https://www.thl.fi/documents/470564/817072/selko\\_vampo.pdf/198538d9-a87f-46cd-9e0d-1134f519b081](https://www.thl.fi/documents/470564/817072/selko_vampo.pdf/198538d9-a87f-46cd-9e0d-1134f519b081) [viitattu 15.5.2017].

Suomen YK-liitto. 2016. YK:n yleissopimus vammaisten henkilöiden oikeuksista ja sopimuksen valinnainen pöytäkirja. PDF-dokumentti. Päivitetty 1.2.2016. Saatavissa: [http://www.ykliitto.fi/sites/ykliitto.fi/files/vammaisten\\_oikeudet\\_2016\\_net.pdf](http://www.ykliitto.fi/sites/ykliitto.fi/files/vammaisten_oikeudet_2016_net.pdf) [viitattu 16.2.2018].

Tietosuojavaltuutetun toimisto. 2013. Henkilötietolaki. WWW-dokumentti. Päivitetty 5.12.2017. Saatavissa: <http://www.tietosuoja.fi/fi/index/lait/Henkilotietolaki.html> [viitattu 5.2.2018].

Tilastokeskus. 2013. Vammaisten ihmisoikeudet eivät toteudu. Artikkelit. WWW-dokumentti. Päivitetty 9.12.2013. Saatavissa: [https://www.stat.fi/artikkelit/2013/art\\_2013-09-23\\_005.html?s=0#4](https://www.stat.fi/artikkelit/2013/art_2013-09-23_005.html?s=0#4) [viitattu 18.1.2018].

Vammaisfoorumi. 2018. Vammaisfoorumi ry edistää vammaisten ihmisten yhteiskunnallista asemaa ja hyvinvointia. WWW-dokumentti. Päivitetty 1.2.2018. Saatavissa: <http://www.vammaisfoorumi.fi/> [viitattu 5.2.2018].

Vammaisten henkilöiden oikeuksien neuvottelukunta. 2017. Vammaisten henkilöt toivovat riittävää sosiaaliturvaa ja aitoa osallisuutta. Tiedote. WWW-dokumentti. Päivitetty 1.12.2017. Saatavissa: [http://vane.to/artikkeli/-/asset\\_publisher/kysely-vammaiset-henkilot-toivovat-riittavaa-sosiaaliturvaa-ja-aitoa-osallisuutta?p\\_p\\_auth=BMQ4E1FO](http://vane.to/artikkeli/-/asset_publisher/kysely-vammaiset-henkilot-toivovat-riittavaa-sosiaaliturvaa-ja-aitoa-osallisuutta?p_p_auth=BMQ4E1FO) [viitattu 5.2.2018].

Vammaisten henkilöiden oikeuksien neuvottelukunta. s.a. YK:n vammaisten henkilöiden oikeuksia koskeva yleissopimus ja sen valinnainen pöytäkirja. WWW-dokumentti. Saatavissa: <http://vane.to/vammaisyleissopimus> [viitattu 5.2.2018].

Vernerinet. 2017. Kysymyksiä ja vastauksia itsemääräämisoikeuden rajoittamisesta. Verkkopalvelu kehitysvammaisuudesta. WWW-dokumentti. Päivitetty 15.3.2017. Saatavissa: <http://verneri.net/yleis/kysymyksiä-ja-vastauksia-itsemääräämisoikeuden-rajoittamisesta> [viitattu 30.3.2018].

Vilka, H. 2006. Tutki ja havainnoi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Yhdistyneet kansakunnat. 2016. Ihmisoikeussopimukset. WWW-dokumentti. Päivitetty 17.6.2016. Saatavissa: <http://www.yk.fi/node/257> [viitattu 16.2.2018].

## HAASTATTELULOMAKE

Haastattelupäivä: \_\_\_\_\_

Haastateltava: \_\_\_\_\_

Nykyiset harrastuksesi:

---

---

---

---

---

---

---

Aikaisemmat harrastuksesi:

---

---

---

---

---

---

---

Mitä haluaisit harrastaa:

---

---

---

---

---

---

---

Terhi Repo

HAKEMUS TILAVUOKRAN HUOJENTAMISEKSI

██████████

██████████

██████████

31.10.2017

terhi.repo@edu.xamk.fi

Rehtori ██████████

████████████████████

██████████

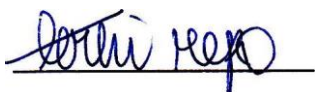
████████████████

#### KEHITYSVAMMAISTEN KOKKIKERHO

Kehitysvammaisten kokkikerho -pilotti kokoontuu ██████████ koulukeskuksen opetuskeittiössä marras-joulukuussa 2017 yhteensä neljänä tiistai iltapäivänä. Jokainen kokoontuminen on kestoaltaan noin kaksi tuntia, eli yhteensä tunteja kertyy kahdeksan tuntia.

Kokkailukerho on osa opinnäytetyötäni (AMK) ja kehitysvammaisille henkilöille se on vapaa-ajan harrastustoimintaa, jonka he rahoittavat itse. Kokkailijat ovat pienituloisia eläkeläisiä ja anon mahdollisuuksien mukaan huojennusta tilavuokraan, jotta kerhon kustannukset pysyisivät heille mahdollisimman alhaisina.

██████████ 31.10.2017



Terhi Repo

sosionomiopiskelija