

SISÄLLYS	
SISÄLLYS .....	1
1 JOHDANTO.....	2
2 OPINNÄYTETYÖN TYÖELÄMÄYHTEISTYÖ .....	6
2.1 Tutkimuksen taustaa.....	6
2.2 T-Seniority -hanke ja T-Seniorit Tampere .....	6
2.3 Tukea ja toimintakykyä arkeen -projekti.....	8
3 IKÄLINJA.....	10
4 NÄKÖKULMIA IKÄIHMISEN ARKEEN.....	14
4.1 Toimijuus ja ikääntyminen.....	16
4.2 Toimintakyky .....	19
4.2.1 Fyysinen toimintakyky .....	20
4.2.2 Psyykkinen toimintakyky.....	20
4.2.3 Sosiaalinen toimintakyky .....	21
5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS.....	23
5.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset .....	23
5.3 Teemahaastattelu ja aineiston keruu .....	25
5.4 Aineiston analyysi .....	28
6 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS .....	31
6.1 Tutkimuksen luotettavuus ja pätevyys .....	31
6.2 Tutkimuksen eettisyys.....	32
7 TUTKIMUSTULOKSET .....	34
7.1 Ikääntyneet teknologian käyttäjinä .....	35
7.2 Ikääntyneet Ikälinjan käyttäjinä .....	37
8 JOHTOPÄÄTÖKSET .....	40
LOPUKSI.....	50
LÄHTEET .....	51
LIITTEET .....	58

## 1 JOHDANTO

Ikääntyvien kotona asumisen turvaaminen on yksi tärkeimmistä valtakunnallisista vanhustenhuollon tavoitteista. Teknologia ja sen mahdollisuudet ikääntyvien palveluissa ovat nykyaikaa. Teknologia on mahdollistava resurssi, joka voi lisätä toimintamahdollisuuksia sekä asiakkaiden että sidosryhmien kanssa (Äyväri, H. 2009). Ikääntyvien palveluissa haetaan kustannustehokkaita malleja, jotta laadukkaita palveluja saataisiin tarjottua ikääntyvälle väestölle. Ikääntyneiden itsenäisyyteen ja kotona selviytymisen osa-alueita ovat kaikki arkeen kuuluvat toimet: päivittäistoimet kotona ja kotipiirissä, yhteydenpito ja kanssakäyminen, liikkuminen kodin ulkopuolella sekä kaupassa ja pankissa asiointi, turvallisuus, sosiaali- ja terveyspalvelut ja niiden saatavuus sekä virkistyspalvelut (Oulun seudun ammattikorkeakoulu 2006). Nykyteknologian avulla on mahdollista lisätä ihmisten itsenäistä elämää ja luoda turvallisuuden tunnetta, silloin kun toimintakyky syystä tai toisesta on heikentynyt. Myös työntekijöiden ja esimerkiksi omaishoitajien työtä voidaan helpottaa ja keventää erilaisten teknisten laitteiden avulla. (Suhonen & Siikanen 2007, 5.) Opinnäytetyössämme tarkastelemme teoreettisen viitekehyksen kautta Ikälinjan, interaktiivisen kosketusnäytön, osuutta ikääntyneen maahanmuuttajan arjessa. Teoreettisessa viitekehyksessä esittelemme ikääntymisen ja siihen liittyvän toimintakyvyn eri osa-alueet, sosiaalisen toimijuuden teorian sekä geronteknologian.

Tampereen kaupunki on mukana EU:n T-Seniority Expanding the benefits of Information Society to Older People through digital TV channels -nimisessä hankkeessa. T-Seniority -hankkeen tavoitteena on luoda koko Euroopan kattava informaatioyhteiskunta, joka asettaa etusijalle julkisten palvelujen ja elämänlaadun parantamisen sekä toimii kestävän kehityksen periaatteiden mukaan (T-Seniority 2010). T-Seniority Tampereen -hanke keskittyy varmistamaan vaikuttavan ja tehokkaan terveydenhoidon ja sosiaalipalvelut nykytekniikkaa hyödyntäen (Tampereen kaupunki 2008). Ikälinja, interaktiivinen kosketusnäyttö, on luotu nykyteknologiaa käyttäen sekä käyttäjien mielipiteitä

kuunnellen. Parhaimmillaan sen avulla voi saada uusia ystäviä, tuttavuuksia sekä viihdykettä elämään ja turvallisuuden tunnetta sairaanhoitajan tauottoman päivystyksen avulla.

Opinnäytetyömme aihe on ajankohtainen, sillä Suomen väestö ikääntyy kovaa vauhtia. Vuonna 2009 yli 65-vuotiaita oli 910 441 henkilöä, joka on 17 prosenttia koko väestöstä (Tilastokeskus 2010). Yhä suurempi osa ikääntyneistä on ikääntyviä maahanmuuttajia. Suomessa maahanmuutto on varsinaisesti alkanut vasta 1970-luvulla. 1990-luvulla Suomeen alkoi muuttaa myös inkerinsuomalaisia paluumuuttajia perheineen entisen Neuvostoliiton alueilta (Peltola & Metso 2008, 10.). Paluumuuttajalla tarkoitetaan suomalaista, joka palaa ulkomailla asuttuaan Suomeen. Esimerkiksi entisen Neuvostoliiton alueelta Suomeen tulleet inkerinsuomalaiset paluumuuttajat ovat kansallisuudeltaan, mutteivät kansalaisuudeltaan suomalaisia (Hallituksen esitys 145/2002.). Useat paluumuuttajat ovat lähteneet töiden perässä muualle ja myöhemmin halunneet palata takaisin kotimaahansa (Räty 2002, 32). Suurin suomalainen paluumuuttajaryhmä ovat inkerinsuomalaiset. Inkerinsuomalaisten suomalaisperäiset sukujuuret ovat pitkällä sukupolvien takana. Maahanmuuttaja on henkilö, joka muuttaa maahan pitempiaikaisesti tai pysyvästi (Laki maahanmuuttajien kotouttamisesta ja turvapaikanhakijoiden vastaanotosta 493 /1999). Maahanmuuttaja on yleiskäsite, ja sitä käytetään kuvaamaan kaikkia maahan muuttaneita henkilöitä. Maahanmuuttajiksi lasketaan paluumuuttajat, pakolaiset, kiintiöpakolaiset, siirtolaiset sekä turvapaikanhakijat. Maahanmuuttajien asemaa määrittelee Ulkomaalaislaki, jossa ei puhuta maahanmuuttajista vaan ulkomaalaisista. (Ulkomaalaislaki 301/2004.)

Monet ikääntyvät maahanmuuttajat ovat jo Suomeen tullessaan olleet melko iäkkäitä, eivätkä kaikki ole oppineet suomea, eivätkä kotoutuneet tänne lainkaan (Alitolppa-Niitamo, Söderling & Fågel 2005, 63.). Ikääntyvät venäjänkieliset ovat halukkaita tietämään suomalaisesta palvelujärjestelmästä ja yhteiskunnasta lisää ja he haluavat olla osa suomalaista elämää. Ongelmana on se, että palveluita ja etuja koskeva tieto annetaan venäjänkielisille asiakkaille samalla tavalla kuin suomenkielisille. Oletuksena on, että

venäjänkielinen asiakas tietää ja tuntee suomalaisen järjestelmän. Näin ei kuitenkaan välttämättä ole, eivätkä he uskalla kysyä. Asiakas voi itse tulkita tilanteen niin, että hänestä ei välitetä. (Tanttu 2008, 42.) On perusteltua saada lisää tietoa etenkin ikääntyvien venäjänkielisten maahanmuuttajien kokemuksista uuden teknologian sekä palveluiden osalta, sillä tutkimustietoa ikääntyvistä maahanmuuttajista on vielä melko vähän. Opinnäytetyössämme tutkimusryhmänä ovat T-Seniorit -projektin venäjänkieliset Ikälinjan käyttäjät.



Kuva 1. Uusinta geronteknologiaa. Ikälinjan käyttöliittymä mahdollistaa yhteydenpidon esimerkiksi sairaanhoitajaan vain sormen painalluksella. Kuva: Mia Vaelma

Opinnäytetyömme aiheena on Ikälinja ikääntyvän maahanmuuttajan arjessa. Tavoitteenamme on tutkia, tukeeko Ikälinja ikääntyvän maahanmuuttajan arkea ja miten se näyttäytyy siinä. Tarkoituksemme on selvittää T-Seniorit Tampere -projektin asiakkaiden kokemuksia interaktiivisen kosketusnäytön, Ikälinjan, käytöstä. Pyrkimyksenämme on antaa näkemyksiä mahdollisista kehitysehdotuksista ja toiveista, joita käyttäjillä on Ikälinjan palveluiden suhteen. Keräämme tietoa teemahaastatteluja apuna käyttäen. Opinnäytetyömme kuuluu osaksi T-Seniorit -projektin loppuarviota sekä työtämme käytetään

Tukea ja toimintakykyä arkeen -projektin raportoinnissa.

## 2 OPINNÄYTETYÖN TYÖELÄMÄYHTEISTYÖ

### 2.1 Tutkimuksen taustaa

Opinnäytetyömme perustuu T-Seniorit -projektin sekä Tukea ja toimintakykyä arkeen -projektin kanssa tehtävään yhteistyöhön. Tukea ja toimintakykyä arkeen -projektin projektikoordinaattori otti yhteyttä 2009 syksyllä Pirkanmaan ammattikorkeakouluun ja tarjosivat yhteistyötä tutkimuksen pohjalta. Saimme tiedon mielenkiintoisesta tutkimusaiheesta koulutuspäälliköltämme Sirpa Tietäväiseltä ja sovimme tapaamisen, jotta saisimme lisää tietoa aiheesta ja heidän toiveistaan tutkimuksen suhteen.

### 2.2 T-Seniority -hanke ja T-Seniorit Tampere

Tampereen kaupunki on mukana EU:n T-Seniority -nimisessä hankkeessa. T-Seniority Expanding the benefits of Information Society to Older People through digital TV channels -hanke on EU:n kilpailukykyyn ja innovaatioiden puiteohjelman (CIPprogramme) rahoittama hanke. (Tampereen kaupunki 2009). T-Seniorit Tampere -projekti on Vipu-projektin alaprojekti, joka käynnistyi lokakuussa 2008. T-Seniorit -projektissa on mukana Suomen lisäksi, Kreikka (Thessaloniki ja Ateena), Italia (Toscana), Ranska (PACA-seutu ja Lorraine), Iso-Britannia (Kirkleesin kunta) ja Kypros sekä pääkoordinaattorimaa Espanja (Soria ja Girona). Hanke kestää 1.7.2008 - 30.6.2010. T-Seniorityssa TV-kanavan avulla tuetaan ikääntyvien itsenäistä elämää kotona. TV-kanavan avulla on tavoitteena myös saavuttaa tiiviimpi suhde hoidon- ja hoivan antajiin. Jokaisella maalla on oma ratkaisunsa tekniikan ja palveluiden toteuttamisessa. Suomessa asiakkailla on ollut laitteet sekä palvelut käytössä jo elokuusta 2009 lähtien. T-Seniority -hankkeen vaikutuksia tullaan arvioimaan pilottiasiakkaiden käytön mukaan.

T-Seniorit Tampere -projektissa kartoitetaan erilaisia keinoja edistää ikääntyvän väestön hyvinvointia hyödyntäen teknologiaa. Projektin yhteistyökumppaneina Suomessa on muun muassa MediNeuvo Oy, joka vastaa sairaanhoitajan päivystyksestä sekä ohjelmalähetyksistä. Yhdessä MediNeuvo Oy:n kanssa on suunniteltu tekninen alusta ja käyttöjärjestelmä, sekä tiedottamiseen sekä eettisiin ja juridisiin liittyvät seikat. Videra Oy on toimittanut laitteet sekä vastaa niiden toimivuudesta (Tampereen kaupunki 2008).

Projektin tavoitteina on

- parantaa ikääntyvän väestön elämänlaatua ja varmistaa tehokas terveydenhuolto ja sosiaalipalvelut nykytekniikkaa käyttäen.
  - Luoda palveluprosessin toimintamalli videoneuvottelujen avulla
  - Tukea mahdollisimman pitkään kotona asumista ja toimintakykyä.
- (Tampereen kaupunki 2009)

Ikälinja on interaktiivinen kosketusnäyttöinen laite, jonka kautta voi ottaa kuvayhteyden esimerkiksi sairaanhoitajaan. Ikälinjan kautta sairaanhoitaja on tavoitettavissa 24 tuntia vuorokaudessa jokaisena viikonpäivänä. Ikälinja mahdollistaa esimerkiksi Tukea ja toimintakykyä arkeen -projektin palveluohjaajan omakielisen neuvonnan. Ikälinjan kautta lähetetään erilaisia ohjelmalähetysjä, kuten jumppaa, erilaisiin terveysteemoihin liittyviä lähetyksiä sekä tietovisoja.

Tampereen kaupungin yhteistyökumppanina hankkeessa on MediNeuvo Oy, joka on yksityinen terveydenhuollon virtuaalipalveluihin erikoistunut yritys. MediNeuvo Oy tuottaa palveluja kunnille, sairaanhoitopiireille sekä yksityisille yrityksille. Projektissa MediNeuvo Oy vastaa terveysneuvonnasta sekä terveysaiheisten ohjelmalähetysten tuottamisesta ja sairaanhoitajan ympärivuorokautisesta päivystyksestä (Tampereen kaupunki 2008). Videra on Pohjoismaiden johtava etätyöpalveluihin erikoistunut yritys. Videra toimittaa neuvottelu- ja etätyöpalveluita, jotka tuottavat asiakkaille kustannussäästöjä mm. ajankäytön muodossa. (Videra 2010). Videra on toimittanut T-Seniorit

projektin laitteet Tampereelle ja vastaa myös niiden ylläpidosta. Videra Virtual Care on monipuolinen palvelukokonaisuus, jossa hyödynnetään uusinta mahdollista videoneuvottelutekniikkaa. Reaaliaikainen videoyhteys tarjoaa sosiaali- ja terveystoimen toimialalle sekä terveydenhuollon ammattilaisille uusia kustannustehokkaita ratkaisuja. (Videra Virtual Caren 2010)

### 2.3 Tukea ja toimintakykyä arkeen -projekti

Tukea ja toimintakykyä arkeen -projekti on kolmivuotinen RAY:n rahoittama hanke, jota toteuttavat yhdessä Tampereen Vanhuspalveluyhdistys ry ja Settlementiyhdistys Naapuri ry. Tukea ja toimintakykyä arkeen projekti perustuu Kulttuurien koti -projektista saatuihin kokemuksiin sekä hankkeessa kehitettyyn välineistöön (Setlementtiyhdistys Naapuri 2009). Projektin tavoitteena on

- kehittää yksilö- ja ryhmämuotoista palveluohjausta ikääntyvän maahanmuuttajan elämänhallinnan tueksi sekä muistikuntoutusta vastaamaan ikääntyvien maahanmuuttajien tarpeita
- toteuttaa toimintakykyä sekä sosiaalista kanssakäymistä tukevaa monikulttuurista päivätoimintaa

Hankkeessa hyödynnetään mm. asiakastietokansiota, joka sisältää asiakkaan tärkeitä tietoja, kuten tietoja asiakkaan lääkityksestä, kotihoidon palveluista sekä esimerkiksi apuvälineistä ja kokooa ne informaatiopaketti. Yhdessä Kulttuurien koti -projektin kanssa on myös kehitetty suomen kielen tukipaketti, jonka avulla voi harjoitella erilaisia arjen asiointitilanteita. (Setlementtiyhdistys Naapuri 2009).

Tukea ja toimintakykyä arkeen -projektin asiakkaat, jotka ovat T-Seniorit -projektin pilottiin valikoituneet, ovat pääosin entisen Neuvostoliiton alueelta muuttaneita venäjänkielisiä ikäihmisiä. Tukea ja toimintakykyä arkeen -projektin asiakkaista pilottiryhmään valikoitui laitteen esittelytilaisuuden jälkeen kuusi vapaaehtoista, jotka saivat laitteet kotiinsa. Projektin asiakkaat käyttävät myös Naistarissa laitetta. Naistari on Settlementiyhdistys Naapuri ry:n naisten



kansainvälinen kohtaamispaikka, jonka tarkoituksena on tarjota maahanmuuttajanasille ja -lapsille turvallinen tapaamispaikka, missä he voivat esimerkiksi opiskella suomen kieltä, saada tietoa suomalaisesta kulttuurista ja yhteiskunnasta ja sen tarjoamista palveluista sekä tutustua uusiin ihmisiin. Naistarissa työskentelee Tukea ja toimintakykyä arkeen -projektin palveluohjaaja, jolta venäjänkieliset käyttäjät saavat omakielistä palveluohjausta (Setlementtiyhdistys Naapuri 2009).

### 3 IKÄLINJA

Ikälinja on T-Seniorit -projektin tuote, joka perustuu videotekniikalla toimivaan tietokoneen kosketusnäyttöön. Ikälinjan tarkoituksena on tukea ikäihmisen kotona selviytymistä ja toimintakykyä mahdollisimman pitkään. (Pajunen M. 2009) Ikälinjan laitteet toimittaa ja niiden huollon tuottaa Videra Oy. MediNeuvo Oy vastaa puolestaan laitteen ohjelmalähetysistä sekä sairaanhoitajan ympärivuorokautisesta päivystyksestä. Laitteita on asennettu yhteensä 50 kappaletta, joista noin kymmenen on yhteispisteissä, joita ovat mm. Naistari (Naisten kansainvälinen kohtaamispaikka), Senioritalon kerhuhuone, Takahuodin palvelukeskus, Päiväkeskus Annikki, Korttelikerho Peipontupa sekä Ikäpiste. Noin neljäkymmenellä Tamperelaisella on asennettuna kotiin televisionäyttö, web-kamera, mikrofoni ja internet-yhteys, jonka avulla laite toimii. Kotikäyttäjryhmät valikoituivat mm. erikoissairaanhoidosta kotiutuville, Kotiutustiimin kautta, pitkäaikaissairaat terveystalmenttavat, venäjänkieliset paluumuuttajat Tukea ja toimintakykyä arkeen -projektin kautta sekä aivohalvaus- ja afasiapotilaat päiväkeskus Annikin kautta.

Ikälinja mahdollistaa kuvayhteyden esimerkiksi sairaanhoitajaan kaksikymmentäneljä tuntia vuorokaudessa. Ikälinjalla voi ottaa yhteyttä puhelinluettelon avulla muihin käyttäjiin tai käydä vaihtamassa kuulumisia keskusteluhuoneessa. Puhelinluettelon kautta soitetut puhelut ovat kahdenkeskisiä kun taas keskusteluhuoneessa voi useampi olla linjalla samaan aikaan.



Kuva 2. Puhelinluettelon kautta käyttäjät voivat soittaa kahdenkeskisiä puheluita. Kuva: Mia Vaelma

Ikälinjan kautta venäjänkieliset käyttäjät saavat yhteyden omakieliseen palveluohjaajaansa Tukea ja toimintakykyä arkeen -projektista. Laitteella voi soittaa videopuhelun myös esimerkiksi sukulaisille. Pilottiryhmäläisiltä kysyttiin laitteiden asennuksen yhteydessä, haluavatko he ottaa yhteyden esimerkiksi sukulaisiinsa, joilla on mahdollisuus käyttää Internetiä kotonaan. Sukulaisille toimitettiin salasanat ja osoite sekä web-kamera projektin ajaksi, jotta yhteydet saataisiin toimimaan.



Kuva 3. Käyttäjät löytävät Ikälinjan ohjelmälähetysistä aikataulut Viikko-ohjelma -painikkeen alta. Kuva: Mia Vaelma

Linjoilla on myös monenlaista ohjelmaa saatavilla. Ohjelmälähetysten ajat ja tiedot käyttäjä voi tarkistaa Viikko-ohjelma -kohdasta. Laitteen kautta MediNeuvo Oy lähettää päivittäin terveysneuvontaa ja tietoiskuja eri terveysteemoista. Terveysvalmennus, jota MediNeuvo Oy tarjoaa, on tarkoitettu pitkäaikaissairaille, esimerkiksi 2-tyyppin diabeetikoille ja sepelvaltimotautia sairastaville ikäihmisille arjen omahoidon tueksi. Linjan kautta voi saada sekä henkilökohtaista että yleistä ohjausta sairaanhoidollisissa asioissa sekä neuvontaa esimerkiksi sosiaali- ja terveyspalveluista. Lähetysten jälkeen sairaanhoitajalle voi esittää kysymyksiä ja keskusteluhuoneeseen voi jäädä lähetysten jälkeen kertomaan omista kokemuksistaan ja saamaan vertaistukea.

Keskusteluhuoneissa on myös muuta ohjelmaa. Laitteen kautta voi harrastaa tuolijumppaa fysioterapeuttien johdolla sekä saada kirjavinkkejä. Ohjelmälähetystyksiä on ollut myös viihteen puolelta. Musiikkiesityksiä on laitteen avulla saatu lähetettyä sekä tiedotusta taiteen alueelta. Myös erilaisia tietovisoja on pidetty.



Kuva 4. Tietovisa käynnissä Ikälinjan kautta.

Kuva: Sina Huotari

Ikälinjan kautta voi myös itse hakea tietoa ja lukea eri artikkeleita esimerkiksi Duodecimin tietokannasta. Tietolinjaan päivittyy myös säätiedot ja päivän uutisotsikot. Tietolinjasta löytyy tietoa myös eri kielillä. Viihteellisessä puolessa on mahdollisuus kuunnella lintujen ääntelyä, katsella Ylen Elävän arkiston videoleikkeitä aina suomalaisesta televisiohistoriasta suomalaisiin

muusikkoihin.

#### 4 NÄKÖKULMIA IKÄIHMISEN ARKEEN

Vanheneminen on luonnollinen osa ihmisen elämänkaarta. Vanheneminen tapahtuu yksilöllisesti, joten vanhuuden alkamisiän määrittely on melko vaikeaa. Usein turvaudutaankin kronologiseen ikään. Suomessa vanhuuden katsotaan alkavaksi noin eläkeikään tultaessa eli noin 63-vuotiaana. Usein ikääntymiseen liittyvät muutokset alkavat lisääntyä vasta 75. ikävuoden jälkeen ja nykyään vanhuuden ikärajaksi määritellään vasta 85. ikävuosi (Koskinen, Aalto, Hakonen & Päivärinta 1998, 15–16).

Elämänkaarajattelun mukaan ihminen käy läpi tiettyjä kehitystehtäviä eri elämänkaaren vaiheissa, joita ovat Dunderfeltin (1997) mukaan: lapsuus, nuoruus, aikuisuus ja vanhuus. Vanhuuden kehitystehtävä Erik. H. Erikssonin mukaan ovat minän eheys – epätoivo ja katkeruus. Tässä ikäkaudessa arvioidaan elettyä elämää ja ikääntyvä ihminen voi joko kiinnostua aktiivisesti elämän merkityksestä tai lukkiutua kuolemanpelkoon. Minän eheys saavutetaan, kun ihminen kohtaa vanhuuden siihen kuuluvine kokemuksineen ja kehitystehtävineen (Dunderfelt 1997). Ikääntyessä esimerkiksi kognitiiviset perustoiminnot, kuten ajattelevinen, muistaminen, oppiminen ja havaitseminen hidastuvat iän myötä. Koska ihminen on psyko-fyysis-sosiaalinen olento, ikääntymisen fyysiset muutokset vaikuttavat sekä sosiaaliseen että psyykkiseen puoleen. Vanhenemiseen vaikuttavat myös perimä, ympäristö, koulutus ja esimerkiksi elämäntavat.

Vanhenemistä voidaan määrittää biologisen, sosiaalisen ja psyykkisen iän perusteella. Biologisella iällä tarkoitetaan mm. fyysistä kuntoa. Psyykkisellä iällä tarkoitetaan ihmisen henkistä kehitystä, kuten muistia, kieltä sekä älykkyyttä. Sosiaalinen ikä käsittää sisäänsä muutokset, joita tapahtuu esimerkiksi yhteiskunnallisella tasolla, kuten oikeuksissa ja velvollisuuksissa joita yhteisössä on. Ikä on kuitenkin hyvin subjektiivinen käsite. Ihmiset muodostavat oman elämänsä ja tekemisiensä kautta oman ikänsä. (Koskinen ym. 1998, 16–17). Gerontologiassa puhutaan tavanomaisesta vanhenemisestä

(usual ageing), onnistuvasta vanhenemisestä (successful ageing) sekä terveestä vanhenemisestä (healthy ageing). Tavanomaisella vanhenemisellä tarkoitetaan sitä, kuinka ikääntyminen muuttaa ihmistä ja miten sairaudet vaikuttavat ikääntymiseen. Onnistuvaan vanhenemiseen liittyy aktiivisuus, sairauksien ja toimintavajavuuksien välttäminen sekä hyvä fyysinen ja kognitiivinen toimintakyky. Aktiivisen vanhenemisen käsite tarkoittaa tervettä vanhenemistä (Lyyra, Pikkarainen & Tiilikainen 2007, 25).

Vanhenemisen myötä saattaa henkilölle tulla myös negatiivisia tunteita. Negatiivisina asioina vanhenemisen kannalta ovat menetykset, toimintakyvyn lasku, yhteiskunnallisen aseman aleneminen, sairaudet ja yksinäisyys. Positiivisia asioita ovat muun muassa erilaiset vapaudet, kokemusten tuottama viisaus ja taidot sekä seesteisyys. (Tulva ym. 2007, 39). Yhteiskunnalliselta tasolta tarkasteltuna myös vallitseva vanhuskäsitys määrittelee sitä, millainen arvo ikääntyneille annetaan sekä millaisena vanheneminen nähdään. Vanhuskäsitys on samaan aikaan myönteinen ja kielteinen. Lääketieteellinen vanhuskäsitys käsittää vanhuuden sairauksiksi, patologiaksi sekä raihnaisuudeksi, jota hoidetaankin lääkkeillä, kuin vanheneminen olisi sairaus. Sosiokulttuurisesta näkökulmasta nostetaan esille vanhenemisen moninaisuus ja mahdollisuudet ja huomio kiinnittyy ikääntymisen tuomiin voimavaroihin ja vahvuuksiin. (Tulva ym. 2007, 35–36). Vanhuuteen liittyvää käsitteistöä on alettu muodostaa uudelleen. Puhutaan myönteisesti kolmannesta iästä, tuottavasta iästä sekä vahvasta vanhenemisestä. (Tulva ym. 2007, 19).

Koulutuksen sekä sosiaalisen statuksen merkitys on myös suuri vanhenemisen kannalta. Mitä korkeampi koulutus, sitä myönteisemmin ihminen ikääntyy. (Tulva ym. 2007, 28). Ansiotaso on parantunut sotien jälkeen huomattavasti sekä naisten osallistuminen työelämään, jolloin naisten tulotaso on parantunut ja se on taas nostanut eläketasoa. (Tulva ym. 2007, 29–30). Osallistuminen aktiviteetteihin sekä terveyden vaaliminen vaikuttavat myös vanhenemiseen. Sosiaalinen aktiivisuus vaikuttaa myönteisesti ikääntyvän terveyteen. Sosiaalinen hyvinvointi sisältää muun muassa suhteet eri verkostoihin, yhteisöllisen osallistumisen sekä harrastukset ja vapaa-ajan aktiviteetit. Osallistuminen ja aktiivisuus korvaavat iän mukana tuomat roolimenetykset.

(Lyyra ym. 2007, 24, 73, 79. Savikko, Huusko & Strandberg 2006, Lyyran ym. 2007; 96 mukaan). Mielekäs vanheneminen vaatii henkistä ja sosiaalista pääomaa, pelkästään taloudellinen status tai koulutustausta ei pelkältään riitä luomaan pohjaa hyvinvoinnille. (Tulva ym. 2007, 15. Lyyra ym. 2007, 131).

#### 4.1 Toimijuus ja ikääntyminen

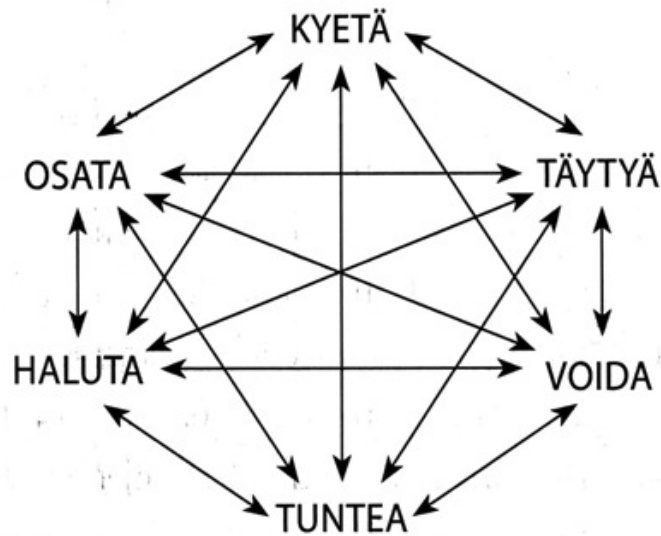
Käsitlemme toimijuutta ja ikääntymistä Jyrki Jyrkämän artikkelin (Gerontologia 2009) pohjalta. Viime vuosina toimijuuskäsite on tullut voimakkaasti myös vanhuustutkimuksen alueelle. Ikääntymistutkimukseen toimijuusnäkökulma on tullut pitkälti elämäntutkimuksen kautta. Elämäntutkijat puhuvat toimijuuden periaatteesta, jonka mukaan yksilöt rakentavat omaa elämäntutkuksensa valintoja tehden, sekä toimien historian ja yhteiskunnallisten olosuhteiden luomissa rajoissa ja mahdollisuuksissa. Eri-ikäiset ihmiset tekevät valintoja ja reflektovat itselleen mahdollisia vaihtoehtoja sen sijaan, että passiivisesti toimitivat yhteiskunnan rajoitteiden ja tekijöiden ohjaamina. Toimijuudessa on kyse ihmisen käyttäytymisestä ja toiminnasta sekä niiden luonteesta ja merkityksistä. Sosiologiassa on pohdittu myös yhteiskunnallisten rakenteiden, toimijan yksilön ja lainalaisuuksien väliset suhteet.

Toimijuutta on yritetty määritellä tarkemmin ja konkreettisemmin. Jyrkämän mukaan David ja Julia Jary ymmärtävät sen tarkoittavan toimijoiden kykyä toimia yhteiskuntarajoitteista riippumatta. Jaryjen mukaan toimijuuskäsite korostaa ihmistoiminnan tavoitteellista ja oman tahdon suuntaamaa luonnetta. Toiminnassa korostuvat tavoitteet, henkilön vapaa tahto sekä moraaliset valinnat että kyvykkyys. Jyrkämä kritisoi Jaryjen luonnehdintaa ikääntyvien näkökulmasta katsottuna, sillä ikäihmiset voivat joutua ottamaan toiminnassaan huomioon monenlaisia ja -tasoisia rajoittavia tekijöitä, mekanismeja ja lainalaisuuksia. Toimijana ihminen on rakenteiden omaksuja, kantaja ja uusintaja mutta yhtäläillä rakenteiden hyväksikäyttäjää. Rakenteet siis luovat yhtäläillä rajoitteita kuin tuovat mahdollisuuksia. Ikää Jyrkämä kommentoi seuraavasti: Esimerkiksi ikä ei ole vain yksilöllinen, kronologinen tai vaikkapa fyysis-psykykinen ominaisuus vaan myös yhteiskunnallinen, rakenteita



aktualisoiva tekijä.

Toimijuutta voidaan tarkastella ns. modaaliteettien eli ulottuvuuksien avulla. Niitä on kuusi: kykeneminen, osaaminen, haluaminen, täytyminen, voiminen ja tunteminen. Kykenemisessä on kyse ensisijaisesti fyysisistä ja psyykkisistä kyvyistä ja henkilön kykenemisistä, jossa henkilön vanhetessa tapahtuu muutoksia. Hyvin laajasti tietoihin ja taitoihin viittaa ”osata”, ja koskee myös erilaisia pysyviä osaamisia, joita henkilö on elämänsä aikana hankkinut tai tulee tulevaisuudessa hankkimaan. Motivaatioon ja motivoituneisuuteen, päämääriin, tahtomiseen ja tavoitteisiin liittyy ”haluta”. ”Täytyä” käsittää fyysiset ja sosiaaliset, moraaliset ja normatiiviset esteet, pakot ja rajoitukset. Mahdollisuuksiin, joita erilaiset tilanteet ja tilanteessa ilmenevät rakenteet ja erilaiset tekijät tuottavat ja avaavat puolestaan viittaa ulottuvuus ”voida”. Ihmisen perusominaisuudesta arvioida, arvottaa, kokea ja liittää kohtaamiinsa asioihin ja tilanteisiin tunteitaan liittyy ”tuntea”. Kun edellä mainitut modaaliset ulottuvuudet kietoutuvat yhteen, syntyy prosessi, jonka tuloksena on toimijuus. Toimijuus puolestaan muotoutuu ja uudistuu edellä mainittujen seikkojen kokonaisdynamiikkana. Iän karttuminen tuo mukanaan erilaista osaamista, toisaalta ikääntyminen voi tuoda mukanaan tilanteita, joissa henkilö ei enää kykenekään. Se, mihin ikäryhmään tai sukupolveen kuuluu, voi vaikuttaa siihen, mitä henkilö haluaa ja mitä ei halua. Ajankohtien vaihtumiset voivat tuoda mukanaan asioita, joita henkilö ei enää kykene, pysty tai halua suorittaa.



Kuvio 1. Toimijuuden modaliteetit (Jyrkämä)

Jyrkämä tarkastelee artikkelissaan toimijuusanalyysissä huomioitavaa toimijuuden prosessisuutta, toimijuutta dynaamisena prosessina. Henkilön osaamiset, kyvyt, voimiset, täytymiset, haluamiset ja tuntemiset muuttuvat ja vaikuttavat toisiinsa ilmentyen eri tavoin. Ikääntyessä kyvyt voivat heiketä, toisaalta henkilö voi samalla oppia jotakin uutta tai haluta jotakin, mitä ei ole ennen halunnut, kohdata uusia rajoja ja rajoitteita, tavoittaa ja tavoitella uusia mahdollisuuksia ja tuntea erilaisia tunteita. Toimijuutta käsitellessään Jyrkämä on ottanut huomioon myös toimijuuden vuorovaikutuksellisuuden. Toimijuus toteutuu suhteena ja suhteessa toisiin ihmisiin. Henkilöt määrittelevät toistensa toimijuutta arjen erilaisissa tilanteissa, erilaisten asioiden suhteen. Olennaista on, että arviointi on avointa, systemaattista ja kokonaisvaltaista, eikä suinkaan vain yhteen osa-alueeseen kohdistuvaa, jolloin kokonaiskuva unohtuu ja lopputulos on kokonaiskuvan kannalta virheellinen. Merkittävänä Jyrkämä pitää myös toimijuuden merkityksellisyyttä, kokemuksellisuutta, tulkinallisuutta, ja monessa tapauksessa myös neuvoteltavuutta. Toimijuus ei aina tarkoita samaa kuin aktiivisuus vaan toimijuuden on mahdollista ilmetä myös laiskuutena ja joutilaisuutena, yhtä hyvin kuin tilanteellisena vastarintana tai tilanteeseen sopeutumisenä. Viitekehyksen näkökulmasta on väärin tulkita toimijuutta on-off

-tilaksi vaan sitä vastoin eri ikäkausina se ilmenee erilaisena ja erilaisella voimakkuudella. (Jyrkämä 2009).

Toimijuus teoreettisena käsitteenä ja empiirisen tutkimuksen lähtökohtana ja kohteena, Jyrkämän mukaan, suuntautuu gerontologisen tutkimuksen alueille, joilla mitataan, tutkitaan ja käsitteellistetään toimintakykyä ja toimintakyvyn biologisia, kognitiivisia, psykologisia ja sosiaalisia tausta-, sekä muita tekijöitä. Edellä kuvatulla kentällä on toimintakyvystä mahdollista puhua eräänlaisena hallitsevana diskurssina, hallitsevana paradigmana. Tällöin toimijuus viitekehyyksenä suuntaa katseen toimintakykyyn oikeana käytössä olevana toimintakykynä. Toimijuuden näkökulmasta toimintakyky voisi olla yksilön omaamien kykyjen ja osaamisten tavoitteellista käyttöä sosiaalisissa tilanteissa, toiminnassa ylipäättään, jotka luovat esteitä ja mahdollisuuksia. Kuitenkaan toimintakyky ja toimijuus käsitteinä eivät kilpaile keskenään, vaan ovat erillisiä käsitteitä, joilla kummallakin on oma merkityksensä ja sisältönsä; toimijuudessa henkilö on oman elämänsä subjektina ja toimintakyky puolestaan kuvaan henkilön ja ympäristön vuorovaikutusta toisiinsa. (Jyrkämä 2009)

#### 4.2 Toimintakyky

Toimintakyky tarkoittaa yksilön mahdollisuuksia suoriutua ja selviytyä erilaisista tehtävistä ja haasteista sekä arkirutiineista. Toimintakyvyn käsite voidaan jakaa kolmeen kategoriaan: fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn. Fyysisellä toimintakyvyllä tarkoitetaan mm. tuki- ja liikuntaelimistön sekä hengitys- ja verenkiertoelimistön toimintaa. Psyykkinen toimintakyky käsittää mm. kognitiiviset toiminnot, psykomotoriset toiminnot sekä psyykkisen hyvinvoinnin. Sosiaalinen toimintakyky tarkoittaa yksilön ja ympäristön välisenä vuorovaikutussuhteena, johon kirjaimellisesti liittyy ikääntyvän kaikki vuorovaikutussuhteet; ystäviin, tuttaviin ja uusiin ihmisiin. (Lyyra ym. 2007, 21). Kun ihminen kohtaa jonkin sairauden tai muun häiriön terveydentilassaan, omatoimisuus vähenee ja avuntarve kasvaa (Lyyra ym. 2007, 22). Toimintakyvyn osa-alueita ei voida erottaa toisistaan riippumattomiksi, sillä muutos yhdellä alueella vaikuttaa myös muihin. Toimintakykyyn vaikuttavat

mm. lapsuudessa hankitut terveydelliset ja sosiaaliset pääomat sekä elämäntilanne ja oma halu, suhtautuminen ja motivaatio. Toimintakyvyn kannalta onkin tärkeää se miten ihminen pitää toimintakykyään yllä. (Lyyra ym. 2007, 24, 73, 79. Savikko, Huusko & Strandberg 2006, Lyyran ym. 2007; 96 mukaan)

#### 4.2.1 Fyysinen toimintakyky

Fyysinen toimintakyky käsittää kyvyn suoriutua päivittäisistä toiminnoista ja asioiden hoidosta. Fyysistä toimintakykyä arvioidaan esimerkiksi testaamalla miten ikääntyvä selviytyy jostakin fyysisestä suorituksesta, kuten raskuskokeesta. Fyysiseen toimintakykyyn liittyy hengitys- ja verenkiertoelinten toiminta. Fyysiset toiminnot hidastuvat ja heikkenevät biologisen vanhenemisen myötä. Jotkin sairaudet heikentävät toimintakykyä huomattavasti, eivätkä kuulu ns. normaaliin vanhenemiseen. Keskimäärin 75. ikävuoden jälkeen toimintakyvyn rajoitukset yleistyvät (Kivelä 2005, 58.). Fyysistä toimintakykyä voidaan mitata erilaisilla testeillä. Yleisimpiä testejä ovat mm. tasapaino, näkö- ja kuulo-testit sekä kävelytesti.

#### 4.2.2 Psykkinen toimintakyky

Psykkinen toimintakyky tarkoittaa kykyä selvitä erilaisista kognitiivisista ja henkisistä tehtävistä. Kognitiivisista toiminnoista selkeimmin muutokset näkyvät havaintotoimintojen hidastumisena sekä tarkkuuden huonontumisena. (Kivelä 2005, 58.). Psykkinen toimintakyky vaatii joustavuutta ikääntymisen tuomiin muuttuviin tilanteisiin. Ihminen sopeutuu psykkinesti kehonsa ikääntymiseen sekä sen tuomiin muutoksiin esimerkiksi pukeutumisessa ja sosiaalisessa asemassa. Sopeutuakseen muutoksiin ikääntyvä käyttää erilaisia kompensatiokeinoja. Kompensoiwa käyttäytymisen tavoitteena on korjata joitakin puutteita tai menetyksiä persoonallisessa statuksessa tai toiminnassa (English & English 1958, Helinin 2000, 23 mukaan). Baltesin ja Baltesin (1990)

kehittämän SOC – teorian (Selection, Optimization and Compensation) mukaan ikääntymiseen liittyvää toimintakyvyn heikkenemistä voidaan vähentää valikoinnin (selection), optimoinnin (optimization) ja kompensaation (compensation) avulla. Näiden kompensoivien prosessien avulla iäkäs ihminen voi säilyttää sopivan toimintatason, sopeutua itsessään ja ympäristössään tapahtuviin muutoksiin sekä muokata ympäristöään. (Lyyra ym. 2007, 23)

#### 4.2.3 Sosiaalinen toimintakyky

Psyykinen ja fyysinen toimintakyky yhdessä sosiaalisen toimintakyvyn kanssa muodostavat kokonaisuuden. Sosiaalinen toimintakyky tarkoittaa henkilön taitoja, kykyjä, voimavaroja ja mahdollisuuksia toimia erilaisissa sosiaalisissa ympäristöissä. Sosiaalista toimintakykyä voidaan tarkastella sosiaalisten taitojen perusteella, kuten ystävyys- ja perhesuhteiden avulla, yhteiskuntaan sopeutumisenä esimerkiksi tulojen ja koulutuksen kautta tai sosiaalista toimintakykyä voidaan lähestyä myös tarkastelemalla, kuinka ikääntyvä kykenee säilyttämään vuorovaikutussuhteensa ja roolinsa yhteiskuntaelämässä (Kivelä 2005, 59.). Sosiaalinen toiminta muotoutuu yksilön ja yhteiskunnan vuorovaikutuksessa, lähipiirissä sekä henkilön koko sosiaalisessa toimintakentässä. Yksilötasolla kyse on siitä, että ihminen oppii tuntemaan omat mahdollisuutensa ja rajansa ja hahmottamaan itsensä suhteessa ympäristöön. Ryhmätasolla on kyse yksilöiden välisistä suhteista (Eloranta 2008, 16). Yhteisön jäsenenä oleminen on osa sosiaalista toimintakykyä.

Kirsi Juhila (2006) kertoo kirjassaan osallisuudesta ja valtautumisesta. Valtautuminen tai voimaantuminen (engl. empowerment) on asiakkaan rohkaistumista kontrolloimaan ja saavuttamaan omia päämääriään. Osallisuudella tarkoitetaan asiakkaan osallisuutta oman elämänsä hallintaan ja yhteiskuntaan. Yhteisöihin kuuluminen, niissä toimiminen ja niiden kautta vaikuttaminen rakentavat osallisuutta ja kansalaisuutta, ja parhaimmillaan ne voivat edesauttaa valtautumista.

Yllä mainitut toimintakyvyn eri osa-alueet, toimijuus sekä henkilön ikääntymisen eri ulottuvuudet vaikuttavat ikääntyvän arkeen. Myös kulttuurilla on ikääntymisen kannalta merkitystä. Ikääntyvät maahanmuuttajat ovat aktiivisia osallistujia ja kerhossa kävijöitä, jotka haluavat asua kotona mahdollisimman pitkään (Takala 2008). Takalan (2008) raportissa mainitaan, että ikääntyvät maahanmuuttajat tarvitsevat arkeensa tueksi palveluohjausta omalla kielellään, sillä he eivät välttämättä ymmärrä kielitaidon puutteellisuuden vuoksi esimerkiksi lääkärissä saatuja ohjeita tai KELA:n papereiden merkitystä. Usean ikääntyvän maahanmuuttajan arkeen kuuluu mm. asiointipalvelut, jolloin tukea niihin tarvitaan. Erityisen tärkeitä maahanmuuttaja vanhuksille ovat erilaiset tapaamispaikat, kielikurssit, kerhot, seurakuntatyö, retket ja neuvontapisteet. Niiden avulla vanhukset saavat paremmin ja helpommin tietoa eri palveluista. Tietoa saa myös paljon ystävien ja sukulaisten kautta, jos sellaisia on. (Tanttu 2008, 40–42.)

## 5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

### 5.1 Tutkimustehtävä ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyömme tutkimustehtävänä on arvioida tukeeko interaktiivinen kosketusnäyttö, Ikälinja, ikääntyvän maahanmuuttajan arkea. Tavoitteenamme on tutkia miten Ikälinja näkyy arjessa sekä mitä kokemuksia ja mielipiteitä käyttäjillä Ikälinjan käytöstä on. Pyrkimyksenämme on antaa näkemyksiä mahdollisista kehitysehdotuksista ja toiveista, joita käyttäjillä on Ikälinjan palveluiden suhteen.

Tutkimuksen pääkysymys oli:

- Tukeeko ikälinja ikääntyvän maahanmuuttajan arkea?

Opinnäytetyön suunnitteluvaiheessa tutkimuskysymyksiksi nousivat myös:

- Millä tavalla Ikälinjan käyttö näkyy arjessa?
- Mitä Ikälinjan palveluita ikääntyvä maahanmuuttaja käyttää?
- Miltä Ikälinjan palveluita tuntuu käyttäen?
- Mitkä tekijät vaikuttavat Ikälinjan käyttöön?
- Miten Ikälinjaa voisi hyödyntää enemmän ikääntyvien maahanmuuttajien palveluissa ja kotona asumisen tukemisessa?
- Miten Ikälinjan palveluita tulisi kehittää, jotta palvelut saataisiin vastaamaan käyttäjien tarpeita?

Koska opinnäytetyöhömmme osallistui kaksi eri työelämätahoa, jotka kumpikin halusivat selvittää Ikälinjan käyttöä hieman eri näkökulmista, huomioimme tutkimuksessamme niin arjen kuin käyttäjätyytyväisyydenkin. T-Seniorit -projekti halusi tietoa nimenomaan käyttäjäkokemuksista ja -tyytyväisyydestä, Tukea ja toimintakykyä arkeen -projekti puolestaan Ikälinjan vaikutuksesta ikääntyvän maahanmuuttajan arkeen.

## 5.2 Tutkimusmenetelmät

Tutkimuksemme on kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009.) Tutkimusmenetelmän valintaan vaikuttaa se, millaista tietoa halutaan ja mikä on tutkimuksen teoreettinen tavoite (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2009, 50.) Tutkimustehtävän ja tavoitteiden perusteella valitsimme tutkimustavaksemme kvalitatiivisen eli laadullisen tutkimuksen. Laadullisen tutkimustavalla saimme erittäin henkilökohtaista ja arvokasta kokemustietoa Ikälinjan käyttäjien arjesta. Valitsimme opinnäytetyöhömmme aineiston keruutavaksi teemahaastattelun. Teemahaastattelulla haastateltavat pystyivät kertomaan itselleen tärkeistä asioista ja tuomaan omia merkityksiä teemoihin. Teemahaastattelu oli mielestämme parhain tapa saada käyttäjiltä tietoa, sillä haastattelun aikana keskustelua pystyi ohjaamaan teemaa tukevilla kysymyksillä. Koimme myös, että teemahaastattelun avulla pääsimme lähemmäs haastateltavaa ja saimme enemmän informaatiota kuin mitä olisimme voineet saada kyselylomakkeella. Kvalitatiiviselle tutkimukselle onkin tyypillistä se, että siinä pyritään keräämään tietoa ihmistä apuna käyttäen. Tutkijan tulee luottaa keskusteluihin ja itse tehtyihin havaintoihin, kuin mitattavaan tietoon. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 164.)

Haastattelimme yhteensä viittä henkilöä, mukaan lukien Tukea ja toimintakykyä arkeen -projektin palveluohjaajan. T-Seniorit -projektiin oli valikoitunut yhdeksi käyttäjäryhmäksi ikääntyneet venäjänkieliset maahanmuuttajat. Nämä venäjänkieliset Ikälinjan käyttäjät olivat samalla Tukea ja toimintakykyä arkeen -projektin asiakkaita. Osa haastateltavista ei osannut puhua suomea lainkaan tai puhui hyvin vajavaisesti, joten kahden haastateltavan kanssa tarvitsimme tulkkia. Kaikki haastateltavat olivat naisia. He olivat asuneet Suomessa jo yli kymmenen vuotta. Kaikilla oli äidinkielenään venäjä, mutta osa puhui ja ymmärsi suomea erittäin hyvin. Tulkin kanssa tehdyistä haastatteluista tuli litterointiin hieman lisää työtä. Kaiken kaikkiaan haastattelut sekä tulkin kanssa, että ilman sujuivat hyvin.



### 5.3 Teemahaastattelu ja aineiston keruu

Teemahaastattelussa on tyypillistä, että haastattelun aihepiirit eli teemat ovat tiedossa, mutta kysymysten tarkka muoto ja järjestys puuttuvat (Hirsjärvi & Remes & Sajavaara 2009, 208). Kyseessä on siis tutkijan aloitteesta ja usein myös tutkijan ehdoilla tapahtuva keskustelu, jossa tutkija pyrkii vuorovaikutuksessa saamaan haastateltavilta selville häntä kiinnostavat asiat, tai ainakin ne, jotka kuuluvat tutkimuksen aihepiiriin (Aaltola & Valli 2001, 24). Teemahaastattelulla pyritään löytämään merkityksellisiä vastauksia tutkimustehtävän mukaisesti. Haastattelijan tehtävänä on varmistaa, että kaikki teemat käydään läpi. Kysymysten tarkka muoto ja järjestys voivat vaihdella haastatteluiden välillä (Eskola & Suoranta 2008, 86).

Teemahaastattelu oli tutkimuksellemme paras tiedonkeruumenetelmä, sillä voimme tarvittaessa esittää lisäkysymyksiä ja selventää tekemiämme kysymyksiä. Koska tutkimuskohteenamme oli Ikälinja ikääntyvän maahanmuuttajan arjessa, koimme, että teemahaastattelulla saisimme parhaiten käyttäjien henkilökohtaiset ajatukset, kokemukset ja tuntemukset esille. Ikälinja on uusi tapa tuottaa palveluita, joten siitä ei vielä kovinkaan paljon tutkimustietoa ole, eikä sillä hetkellä vielä ollut valmista kyselylomaketta, jota olisimme voineet käyttää muotoillessamme omia kysymyksiämme tai joka olisi muotoiltu niin selkeäksi, ettei sen täyttämässä olisi epäselvyyksiä. Haastattelu on muodoltaan myös huomattavasti joustavampi käytettävyydeltään kuin kyselylomake. Pystyimme myös tilanteen mukaan esittämään kysymyksen uudelleen tai muotoilemaan sen eri tavalla, jotta haastateltava ymmärtäisi, mitä tutkitaan. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 73.) Teemat olivat erittäin selkeät sekä meille haastattelijoille että haastateltaville.

Haastattelut suoritettiin kesäkuussa ja syyskuussa 2010. Osa yksilöhaastatteluista tapahtui haastateltavien kotona ja osa tapahtui Naisten kansainvälisessä tapaamispaikassa Naistarissa, jossa haastattelut tapahtuivat neuvotteluhuoneessa tai työntekijöiden huoneissa. Ensimmäiset haastatteluajat sovimme Tukea ja toimintakykyä arkeen -projektin

palveluohjaajan kautta esittäytyessämme Ikälinjalla tuleville haastateltavillemme. Tiedotimme kaikkia haastateltavia Ikälinjan sekä Tukea ja toimintakykyä arkeen -projektin palveluohjaajan kautta. Laadimme haastatteluun suostumus- ja tiedotelomakkeet etukäteen ja selvitimme vielä haastateltavalle haastattelun alussa keitä olimme sekä miksi ja mistä tutkimusta teemme. Haastatteluiden alussa pyysimme kaikilta myös suostumuksen kirjallisesti haastattelun käytöstä opinnäytetyöhömmme.

Suunnittelimme valmiiksi teemat ja hahmottelimme haastattelurungon sekä teemakysymykset. Pääteemanamme olivat Ikälinjan käyttökokemukset arjessa. Keskustelua tukemassa käytimme esimerkiksi seuraavia kysymyksiä:

- Kuvaile normaalia päivääsi/arkea.
- Kerro miten Ikälinja liittyy arkeesi.
- Kuvaile Ikälinjan käyttöäsi.
- Kuinka usein käytät Ikälinjaa?
- Kuvaile kokemuksiasi Ikälinjasta.
- Miltä Ikälinjaa tuntuu käyttää?
- Mikä Ikälinjassa on hyvää, mikä huonoa?
- Minkälaisesta Ikälinjan palvelusta olet nauttinut eniten, entä vähiten?
- Minkälaisesta Ikälinjan palvelusta olet hyötynyt eniten, entä vähiten?
- Kerro mielipiteesi Ikälinjasta.
- Miten Ikälinjan suomenkielisyys on vaikuttanut käyttöön?

Etenimme aina haastateltavan ehdoilla. Jouduimme toisinaan luotsaamaan keskustelua enemmän tai vähemmän. Kysymysten muotoja jouduimme aina tilanteen mukaan muuttamaan, sillä huomasimme, ettei haastateltava välttämättä ymmärtänyt kysymystä tai teemaa, joten kysymyksenasettelua piti muuttaa. Tämä ei kuitenkaan koitunut ongelmaksi, sillä olimme harjoitelleet etenkin avoimia kysymystekniikoita, joita olimme koulussa luennolla käsitelleet. Perehdyimme myös ennen haastatteluja Aaltola & Vallin (2001) sekä Hirsjärven & Hurmeen (2007) kirjoihin sekä tutustuimme opinnäytetyöhön (Kolehmainen L., Liikanen, T. 2009), jossa oli käytetty teemahaastattelua tiedonkeruumenetelmänä. Saimme etenkin opinnäytetöistä hyviä vinkkejä siitä, mitä kannattaa ottaa huomioon teemahaastatteluja tehdessä, sillä ne ovat

haastava tapa kerätä tietoa.

Joidenkin haastateltavien kohdalla saimme nopeammin vastaukset kuin toisten kanssa. Osa haastateltavista kävi päivänsä tapahtumat tarkemmin läpi, osa pääpiirteittäin, mutta kuitenkin riittävän tarkasti tutkimuksemme kannalta. Haastattelut nauhoitettiin videokameralle ilman kuvaa. Haastattelut sujuivat hyvin, vaikka kokemusta haastatteluista ei ollut kummallakaan. Haastattelujen aikana vallitsi mukava ja positiivinen ilmapiiri. Ehkä se, että emme kyselleet ”vaikeita” ja korkealentoisia kysymyksiä suoraan paperilta, vaan tilanteen mukaan selvensimme haastateltaville kysymyksiämme ja mikä tärkeintä annoimme haastateltavalle itse aikaa kertoa omasta arjestaan ja esimerkiksi sairauksistaan, loi avoimen ja helpon vuorovaikutussuhteen haastateltaviamme ja meidän välille. Annoimme haastateltaville mahdollisuuden kertoa itse omasta arjestaan, kommentoimme hyvin vähän ja kuuntelimme aktiivisesti. Saimme luotua luottavaisen ja avoimen vuorovaikutuksen haastateltaviimme, sillä olimme aidosti läsnä sekä toimimme myös kiitokseksi osallistumisesta kahvipaketin jokaiselle haastateltavaksi osallistuneista.

Ensimmäisen haastattelun jälkeen kuuntelimme nauhan, josta teimme huomioita mm. kysymysten asettelussa. Nauhojen kuuntelu auttoi valmistautumaan seuraaviin haastatteluihin ja kiinnittämään huomiota kysymysten asetteluihin. Haastattelun tekoa helpotti myös se, että olemme molemmat erittäin ulospäin suuntautuneita ihmisiä ja olemme olleet töissä asiakaspalvelualalla, jossa vaaditaan tilannetajua. Erittäin tärkeä tekijä haastatteluiden onnistumisen kannalta oli projektien kansa tehty tiivis yhteistyö. Molempien projektien selkeät toiveet auttoivat tiedon rajaamisessa. Haastatteluille oli varattu tunnista puoleentoista tuntiin aikaa, mikä osoittautui riittäväksi ajaksi, eikä kiirettä päässyt syntymään. Tulkin kanssa suoritettuihin haastatteluihin varattiin puoli tuntia enemmän aikaa.

Tukea ja toimintakykyä arkeen -projektin palveluohjaajan haastatteluun olimme suunnitelleet teemat, jotka tukivat käyttäjiltä saatua tietoa. Teemoina olivat palveluohjaajan omat kokemukset Ikälinjan käytöstä sekä Ikälinjan mahdollisuudet. Ajatuksena oli, että voisimme verrata työntekijän ajatuksia

omiin ajatuksiimme pohdintaosuudessa. Tarkoituksena oli myös saada Ikälinjan avulla työtään tekevän henkilön näkökulma tuli esille. Saisimme arvokasta tietoa onko Ikälinjalla mahdollisuuksia tulevaisuudessa esimerkiksi palveluohjaajan työssä mahdollisesti sosionomin työvälineenä.

Haastattelun lopuksi keräsimme T-Seniorit -projektin loppuarviota varten myös kyselylomakkeen avulla käyttäjiltä tietoa käytöstä ja siitä mihin ohjelmalähetysiin haastateltava on osallistunut tai mitä palveluita hän on Ikälinjassa käyttänyt. (Liite 3) Käyttäjäkyselyssä oli eri osuuksia, jolla kerättiin tietoa mm. käytettävyydestä, tyytyväisyydestä, itsenäisyydestä sekä sosiaalisesta elämästä.

Pidimme myös tutkimuspäiväkirjaa haastattelujen jälkeen mm. siitä miten haastattelu meni, millainen ilmapiiri haastattelun aikana vallitsi sekä mielestämme keskeisistä asioista, joita haastattelun aikana haastateltava nosti esille. Tämä auttoi aineiston analysointivaiheessa haastateltavien henkilökohtaisten kokemusten esiin nostamisessa.

#### 5.4 Aineiston analyysi

Ensin olimme valinneet sisällönanalyysitavaksemme induktiivisen eli aineistolähtöisen analyysin. Jouduimme kuitenkin muuttamaan analyysitapaamme, sillä meillä oli jo valmiiksi teoria, johon sitoisimme analyysimme. Vaihdoin analyysitavaksemme teoriaohjaavan analyysitavan.

Haastattelut litteroitiin sanatarkasti tekstitiedoiksi. Litterointitekstiä kertyi yhteensä 27 sivua. Analysoimme aineiston sisällönanalyysin avulla, joka on laadullisessa tutkimuksessa käytettävä analyysimenetelmä. Aineisto pyritään järjestämään selkeään muotoon. Siinä etsitään tekstin merkityksiä esimerkiksi yliviiivamalla ja pyritään luomaan tiivistetty ja selkeä kuvaus (Tuomi & Sarajärvi 2009, 91–108.). Sisällön analyysissä on kolme vaihtoehtoa: teorialähtöinen, aineistolähtöinen sekä teoriaohjaava analyysi. Aineistolähtöisessä ja teoriaohjaavassa analyysissä aineiston hankinta on vapaata suhteessa

teoriassa jo tiedettyyn tutkimustietoon tutkittavasta aiheesta. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 98.) Aineiston analysoinnissa käytimme teoriaohjaavaa eli deduktiivista sisällönanalyysia. Analyysilla luodaan selkeyttä aineistoon, jotta siitä voidaan tehdä luotettavia ja selkeitä johtopäätöksiä. (Tuomi & Sarajärvi 2009) Aineisto hajotetaan ensin osiin, käsitteellistetään ja kootaan uudestaan loogiseksi kokonaisuudeksi. Ennen analyysiä päätetään analysoidaanko ilmisältö (manifest content) vai piilossa olevat viestit (latent content).

Deduktiivisessa sisällön analyysissa koodit ovat peräisin kirjallisuudesta ja aineisto sijoitetaan näihin valmiisiin koodeihin (Kyngäs - Vanhanen 1999, 5). Deduktiivisessa eli teorialähtöisessä sisällönanalyysissä aineiston luokittelu perustuu teoriaan, teoreettiseen viitekehykseen tai käsitejärjestelmään. Deduktiivista sisällönanalyysiä ohjaa tällöin malli, teemat tai käsitekartta. (Kyngäs & Vanhanen 1999, 7-8; Latvala & Vanhanen-Nuutinen 2001, 30–31.) Opinnäytetyössämme käytimme Jyrkämän sosiaalisen toimijuuden teoriaa, johon sidoin analyysimme. Sisällön analyysissä ensimmäinen vaihe on analyysiyksikön määrittäminen tutkimustehtävän mukaisesti. Tulostimme litteroidut haastattelut ja korostimme erivärisillä yliviivaustusseilla ne ilmaisut, jotka olivat tutkimustehtävämme kannalta olennaisia. Teemahaastatteluihin laaditut tukikysymykset helpottivat huomattavasti rajaamaan haastatteluista saatuja vastauksia ja tietoa. Aineistonkeruun menetelmänä käytetyt teemahaastattelun teemat toimivat analyysirunkona (katso Kyngäs & Vanhanen 1999, 9).

Sisällönanalyysin ensimmäinen vaihe on pelkistäminen. Pelkistämisellä tarkoitetaan tutkimustehtävään liittyvien ilmaisujen koodaamista aineistosta. Pelkistämisvaiheessa aineistolta kysytään tutkimustehtävän mukaisia kysymyksiä ja pelkistetyt ilmaisut kirjataan mahdollisimman samoilla termeillä kuin teksti on aineistossa (Kyngäs & Vanhanen 1999, 5.). Haastatteluteemojen alle haettiin niitä vastaavat useammista sanoista koostuvat ajatukset ja tämän jälkeen niistä muodostettiin pelkistetyt ilmaisut käyttämällä samoja termejä kuin aineistossa. Pelkistämisen jälkeen suoritetaan aineiston ryhmittely. Ryhmittelyssä etsitään pelkistettyjen ilmaisujen erilaisuuksia ja yhtäläisyyksiä. Samaa tarkoittavat ilmaisut yhdistetään samaan kategoriaan eli luokkaan ja

sille annetaan sen sisältöä kuvaava nimi. (Kyngäs & Vanhanen 1999, 5.) Pelkistetyt ilmaisut listattiin tämän jälkeen samankaltaisuuksien mukaan. Sisällön analyysin kolmas vaihe on abstrahointi. Tässä vaiheessa yhdistetään saman sisältöiset luokat toisiinsa ja muodostetaan siten niistä yläluokkia. Yläluokat nimetään kuvaamaan sisältöä eli niitä alaluokkia, joista ne on muodostettu. Abstrahoinnissa muodostetaan kuvaus tutkimuskohteesta yleiskäsitteiden avulla. (Kyngäs & Vanhanen 1999, 5.) Pääkategoriamme olivat sosiaalisen toimijuuden teorian mukaiset modaliteetit, joita on kuusi kappaletta: kyetä, osata, voida, haluta, täytyä ja tuntea. Alakategorioiksi nousivat Ikälinjan käyttö ja sen sosiaalinen ulottuvuus. Jaottelimme vastaukset vielä positiivisesti tai negatiivisesti latautuneiksi, jotta saisimme tietää koetaanko Ikälinja negatiiviseksi vai positiiviseksi laitteeksi. Esimerkki analyysistä on liitteessä. (LIITE 4) Haastattelumme teemat tulivat hyvin esille myös kyselylomakkeessa, joten emme analysoineet käyttäjäkyselyn tuloksia. Tutkimuksen analyysi suoritettiin vain Ikälinjan ikääntyneiden maahanmuuttajien haastatteluista.

## 6 TUTKIMUKSEN LUOTETTAVUUS JA EETTISYYS

### 6.1 Tutkimuksen luotettavuus ja pätevyys

Tutkimuksen luotettavuutta arvioitaessa puhutaan reliabiliteetista ja validiteetista. Reliabiliteetilla tarkoitetaan mittaustulosten toistettavuutta ja validiteetilla sitä, että tutkimus mittaa juuri sitä asiaa mitä sillä on ollut tarkoitus mitata. Arvioitaessa luotettavuutta on muistettava, ettei ole olemassa yksiselitteisiä ohjeita luotettavuuden arviointiin laadullisessa tutkimuksessa. Luotettavuutta arvioitaessa tutkimusta on tarkasteltava kokonaisuutena. Tutkimusprosessin sisäinen johdonmukaisuus, koherenssi, on myös erittäin tärkeää. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 133–140.)

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa aineiston analyysivaihetta ja luotettavuuden arviointia ei voida erottaa toisistaan yhtä selkeästi kuin kvantitatiivisessa tutkimuksessa. Laadullista tutkimusta tehtäessä käydään tehtyjen ratkaisujen kanssa vuoropuhelua, ja otetaan kantaa sekä analyysin kattavuuteen että työn luotettavuuteen (Eskola & Suoranta 2008, 208, 212). Tutkimuksen luotettavuutta arvioitaessa tärkeä osatekijä on tutkimuksen eettinen kestävyys (Tuomi & Sarajärvi 2009, 127). Laadullisen tutkimuksen luotettavuutta lisää tutkijan selostus tutkimuksen eri vaiheista.

Validiteetin kannalta olemme pyrkineet kuvaamaan opinnäytetyömme vaiheet mahdollisimman tarkasti ja olemme rajanneet tutkimustehtävän tarkasti. Mietimme yhdessä opinnäytetyömme eri osa-alueita ja haastatteluihin teemoja eri näkökulmista. Mm. teemojen nimeäminen, kategorioiden tekeminen sekä työn rakenne ja asioiden hahmottaminen helpottui kun tekijöitä oli kaksi. Tutkimustehtävä oli opinnäytetyön toteutuksessa koko ajan mielessä. Opinnäytetyöprosessin aikana kuitenkin jouduimme kuitenkin välillä selkeyttämään itsellemme, mitä olemme tutkimassa. Välillä saatoimme lähteä tekemään arviointitutkimusta pelkästään Ikälinjan käytöstä, joka vei

pohdintaosuudessa tutkimustuloksia ja johtopäätöksiä hieman väärään suuntaan tutkimustehtävän kannalta.

Havaintomme sekä tutkimustuloksemme eivät ole sattumanvaraisia, ne vastaavat tämän hetkistä todellisuutta Ikälinjasta ja sen mahdollisuuksista. Kysymykset haastatteluihin oli mietitty etukäteen ja ne tukivat tutkimustehtäväämme. Haastatteluja teimme yhteensä kuusi kappaletta, mukaan lukien työntekijän haastattelu. Kohderyhmän koko oli jo valmiiksi määriteltä. Kohderyhmä edustaa kuitenkin tutkimuksen kannalta olennaista joukkoa. Haastattelut olivat mielestämme riittäviä antamaan luotettavan käsityksen juuri tutkittavan pilottiryhmän aiheesta. Mikäli haastattelut toistettaisiin, tutkimustuloksiin saattaisi vaikuttaa esimerkiksi laitteen palvelujen, sisällön ja käytettävyyden muutokset sekä kielisyys. Myös väestörakenteen muutos pidemmällä aikavälillä saattaisi vaikuttaa myös tutkimustuloksiin, sillä ikääntyvät sukupolvet ovat tottuneet käyttämään uutta teknologiaa. Myös tulkin käyttö saattoi vaikuttaa haastatteluiden tuloksiin hieman, sillä kääntäjän omat tulkinnat kysymyksistä sekä kysymysten asettelu voivat muuttua alkuperäisestä.

Opinnäytetyön aineisto ei ole määrältään kattava ja se tutkimustulokset eivät ole yleistettävissä koskemaan kaikkia ikääntyviä venäjänkielisiä maahanmuuttajia. Tutkimus on pyritty suorittamaan niin, että tutkimuksen kaikki vaiheet tutkimusongelman määrittelystä ja kysymysten laadinnasta haastattelujen suorittamiseen sekä tulosten analysointiin ja raportointiin on tehty huolellisesti ja johdonmukaisesti.

## 6.2 Tutkimuksen eettisyys

Koko tutkimusprosessin aikana eettiset kysymykset ovat läsnä aiheen valinnasta aina tutkimuksesta saataviin tuloksiin asti. Ratkaisuja tehtäessä opinnäytetyötä koskien on vitaalia punnita eri vaihtoehtoja eettisestä näkökulmasta; tutkimuskohteen ja menetelmän valinnassa, aineiston hankinnassa, tiedon luotettavuuden arvioinnissa, tutkittavien kohtelussa sekä



tutkimustulosten vaikutuksien kohdalla. (Kuula 2006, 11.)

Jokaisen haastattelun alussa kerroimme opinnäytetyömme tavoitteesta ja siitä mitä aioimme tutkia sekä vastaajien henkilöllisyyden suojasta ja vastausten salassapitovelvollisuudesta. Pyysimme kaikilta haastateltavilta suostumuksen haastatteluun allekirjoitettavalla suostumuslomakkeella (Liite 2). Jokaiselle haastateltavalle jäi tiedotelomake opinnäytetyötämme koskien yhteystietoineen (Liite 1). Litteroinnin jälkeen haastatteluissa nousseet henkilöiden nimet poistettiin, jotta suojausimme haastateltavien anonymiteettiä. Nauhat alustettiin litterointien jälkeen. Kirjalliseen raporttiin kirjoitimme esimerkkinä lainauksia vain sellaisista vastauksista, joista on mahdotonta päätellä vastaajan henkilöllisyyttä.

Haastatelluille tiedotettiin mahdollisista haastatteluista jo hyvissä ajoin. T-Seniorit -projektin puolesta kotikäyttäjä pilottiryhmään asiakkaita valittaessa heille kerrottiin mahdollisista haastatteluista laitteen käyttöön liittyen. Haastatteluissa on tärkeää, että haastateltavat antavat suostumuksensa osallistumiseensa ymmärtäen haastattelujen tavoitteen sekä tietojen käyttötarkoituksen. Haastattelun onnistumisen kannalta on tärkeää luoda miellyttävä, turvallinen ja avoin ilmapiiri. Kerroimme haastateltaville, että saaduilla palautteilla Ikälinjan mahdollista tulevaisuutta voidaan kehittää käyttäjien haluamaan suuntaan. Haastateltavat oli kutsuttu haastatteluun Ikälinjan kautta heidän omakielisen palveluohjaajan avulla. Jotta haastateltaville tulisi turvallinen olo, olimme käyneet esittäytymässä Ikälinjan kautta haastateltaville etukäteen. Osa haastatteluista pidettiin naisten kansainvälisessä kohtaamispaikassa, Naistarissa ja osa haastateltavien omissa kodeissa. Osassa haastatteluista oli paikalla myös tulkki. Tulkin käytössä haastattelujen luotettavuuteen saattaa vaikuttaa kääntäjän omat tulkinnat ja se, miten hän ymmärtää kysymykset. Suunnittelimme haastattelun teemat niin, että ne olisi helposti ymmärrettävissä ja etteivät kysymykset olisi liian vaikeaselkoisia, jotta välttyttäisiin väärinymmärryksiltä ja liian tungettelevilta kysymyksiltä. Positiivista oli huomata kuinka avoimesti haastateltavat kertoivat omasta arjestaan, Ikälinjan käytöstä sekä omista mielipiteistään. Haastatteluista kiitokseksi annoimme kaikille kahvipaketit.

## 7 TUTKIMUSTULOKSET

Tutkimustuloksissa kuvataan Ikälinjan osuutta ikääntyvän maahanmuuttajan arjessa. Opinnäytetyömme tarkoituksena oli kerätä Ikälinjan käyttäjiltä, jotka tässä tutkimuksessa olivat ikääntyviä maahanmuuttajia, tietoa laitteen käyttäjätyytyväisyydestä ja siitä, tukeeko Ikälinja heidän arkeaan. Tutkimuksesta saatu palaute on tarkoitettu hyödyksi T-Seniorit -projektin loppuarvioinnissa sekä Tukea ja toimintakykyä arkeen -projektin raportoinnissa.

Tarkastelimme teemahaastatteluista saatuja tuloksia reflektoiden niitä tutkimustehtäväämme, jotta saisimme selville, tukeeko Ikälinja ikääntyvän maahanmuuttajan arkea. Haastattelimme viisi Ikälinjan käyttäjää. Teemahaastattelussa haastateltavalla oli mahdollisuus kertoa omin sanoin niin arjestaan kuin Ikälinjan käytöstä. Näin oli mahdollista tuoda käyttäjien omat näkökulmat esille, nostaa esiin niin hyviä kuin huonojakin puolia Ikälinjan käytöstä ja näkymistä arjessa. Teemahaastatteluihin olimme valinneet tutkimuskysymystämme tukevat teemat.

## 7.1 Ikääntyneet teknologian käyttäjinä

Suomen väestö ikääntyy, väestöpoliittisen ennusteen mukaan vuonna 2035 Suomen väestöstä noin 25 prosenttia on 65 vuotta täyttäneitä. Ikääntyminen on haaste hyvinvointiyhteiskunnalle. (Leinonen, 2009). Haasteeseen haetaan vastausta uudesta teknologiasta, jonka tavoitteena on pitää ikäihmiset työskentelykykyisinä ja itsenäisesti arjen askareista selviävinä. Suomalaisen vanhuuspolitiikan tavoitteena on, että mahdollisimman moni ikäihminen voisi asua itsenäisesti. Yhtäläillä iso osa ikäihmisistä haluaa asua omassa kodissaan, jossa he ovat asuneet vuosikymmenet. Kotona asuminen luo kuitenkin omat haasteensa, joihin pyritään löytämään teknologian avulla vastauksia. Ikääntyneille suunnatun teknologian tavoitteena on tukea yleistä turvallisuutta ja pyrkiä lisäämään sitä, säilyttää ikäihmisten itsenäisyys, pitää yllä toimintakykyä ja tukea liikkumista sekä auttaa yhteydenpidossa. Vapaa-aikaa tai virkistystäkään ei ole unohdettu ikäihmisille suunnatun teknologian tavoitteistosta. (Leinonen, 2009)

”Geronteknologia on sellaista ikääntymisen tuntemiseen pohjautuvaa teknologian tutkimusta, jonka tavoitteena on ikäihmisten hyvä elin- ja työympäristö tai heille sopeutettu hoito.” (Kaakinen & Törmä, 2/1999.). Kaakisen ja Törmän tekemän esiselvityksen mukaan geronteknologialle määritellään viisi roolia: ongelmia ennaltaehkäisevä, vahvuuksia korostava ja hyödyntävä, heikkeneviä kykyjä kompensoiva, hoivatyötä tukeva ja tutkimusta edistävä rooli. Geronteknologia -käsite on otettu käyttöön Hollannissa 1990-luvun alussa. Käsitteen keksijä on professori Jan Graafmans Eindhovenin teknillisestä yliopistosta. Geronteknologia on kahden sanan yhdistelmä: ”gerontologia” eli tieteellinen vanhuuden tutkimus ja ”teknologia” eli tekniikan ja tuotteiden tutkimus ja kehittäminen (Eduskunnan kanslian julkaisu 4/2001). Ensisijaisesti käsite geronteknologia viittaa Eindhovenin teknillisen yliopiston kehittämään ohjelmaan, vaikka sitä käytetään myös yleisesti tarkoittamaan ikäihmisiä varten suunniteltavaa teknologiaa. Geronteknologia -käsitteen ydin on monitieteellisyys ja moniammatillisuus. Geronteknologian pyrkimyksenä on

yhdistää eri alojen osaamista ikääntyneille soveltuvan teknologian kehittämiseksi. (Eduskunnan kanslian julkaisu 4/2001).

Jyrkämän (Vanhustenhuollon uudet tuulet 6/2009) mukaan geronteknologia on sisällöllisemmin tulkittuna teknologiaa, jonka pitäisi tukea omatoimista selviytymistä ja autonomiaa. Erityisesti se on toimintaa, jota ei voi jättää vain insinöörien haltuun. Yhtenä näkökulmana Jyrkämä mieltii, mielletäänkö geronteknologia korkean tason teknologiaksi, vaikka suuri osa, ellei jopa suurin osa ole niinkin yksinkertaisia laitteita kuten haarukka tai kumitettu sukan pohja. Erilaisten teknologian muotojen avulla pyritään tukemaan ikäihmisten arkea, jotta he selviäisivät päivittäisistä askareistaan ja pysyisivät toimintakykyisinä mahdollisimman pitkään. (Sirkesalo 2/2007).

Terveys 2015- kansanterveysohjelma ohjaa ikääntyvien terveyden ylläpitämistä ja edistämistä. Ohjelman mukaan ikääntyneiden itsenäisen elämän turvaamiseksi tulisi mm. soveltaa uutta teknologiaa. Teknisten apuvälineiden kartoituksella ja käytöllä voidaan tukea itsenäistä suoriutumista kotona mahdollisimman pitkään (Appelqvist 2006, 6). Tekninen apuväline on väline tai laite, jolla voidaan tukea toimintakykyä silloin, kun henkilön osallistuminen on sairauden, vamman tai ikääntymisen takia heikentynyt. Monella ikäihmisellä on jo käytössään niin sanottua arkitekologiaa, johon kuuluvat erilaiset apuvälineet, kuten erilaiset tarttumakahvat WC:ssä, liukuestematot, kuitenkin varmasti yleisin näkyvä arkitekologinen apuväline on rollaattori. Myös turvapuhelimet, -rannekkeet ja hälytysjärjestelmät kuuluvat arkitekologia - käsitteen piiriin. (Sirkesalo 2/2007).

Hyvinvointitekologia-käsitteen alle kuuluvat erilaiset niin tietotekniset kuin tekniset ratkaisut, joilla ylläpidetään tai parannetaan ikääntyneen tai ikääntyvän elämänlaatua, hyvinvointia tai terveyttä. Hyvinvointitekologian sanotaan edistävän terveyttä, hyvinvointia, itsenäistä suoriutumista ja liikkumista, turvallisuuden tunteen lisäämistä, unohtamatta sairauksien varhaisen toteamisen ja yhteydenpidon sekä kommunikaation helpottamista. Teknologinen apuväline on laite, jonka avulla pyritään helpottamaan ikääntyvän arkea yksinkertaisin keinoin. Sen avulla voidaan kompensoida esimerkiksi

huonontunutta muistia tai heikentynyttä näkökykyä. Esimerkiksi lääkeannostelija, kadonneiden tavaroiden paikannin, havainnollinen kalenteri ja puhelin. (Jokisuu, 2007.)

Järvelin (2006) kertoo raportissaan ikäihmisten olleen aloituskynnyksen ylitettyään innoissaan ja heidän asenteensa tietotekniikkaa ja sen käyttöä kohtaan olleen myönteinen ja taitojen kohentuneen vauhdilla. Järvelin sanoo, että pidemmällä tähtäimellä oleellisinta lienee tietotekniikan tuleminen tutuksi, jolloin se lakkaa olemasta pelottava tai uhkaava asia, vaan siitä muodostuu käyttökelpoinen ja kiinnostava osa arkipäivää (Järvelin, 2006.). Suurin osa haastattelemistamme käyttäjistä olivat erittäin motivoituneita ja kiinnostuneita laitteesta. He eivät arkailleet käyttää laitetta, kunhan laite toimi. Laitteen tullessa tutuksi, sitä uskalsi käyttää paremmin. Kielisyys vaikutti myös käyttöön. Ikälinjan käyttöliittymä toimii tällä hetkellä vain suomeksi. Vastauksista voitiin päätellä, että mikäli laite olisi ollut venäjänkielinen, olisivat sen vaikutukset käyttöön olleet positiivisia.

## 7.2 Ikääntyneet Ikälinjan käyttäjinä

Jyrkämä (2009) puhuu ”teknologisesta toimijuudesta”, jonka kautta voidaan pohtia, mitä ikääntyneen tulee osata ja kyetä tekemään. Toimijuuteen liittyy vahvasti myös sukupolvi. Nyky-yhteiskunnassa ikääntyvä väestö on tottuneempi uudenlaiseen teknologiaan, kuin muutama sukupolvi sitten. Luultavasti tutkimustulokset olisivat huomattavasti erilaiset, kun Ikälinjaa koskeva tutkimus tehtäisi ikääntyvälle sukupolvelle. Tuloksiin voisi vaikuttaa myös se, jos Ikälinja olisi valmiiksi kehitetty tuote, ja käyttäjät ymmärtäisivät sen kaikki mahdollisuudet. Riittääkö Ikälinja ikääntyneen sosiaalisesti toiminnaksi, mikäli fyysinen toimintakyky laskee niin, ettei käyttäjä pääse enää kotoa pois? Toimijuuden näkökulmasta tarkasteltuna Ikälinja voi olla jollekin välttämätön, kuten esimerkiksi turvaranneke. Sairaanhoidajan palvelu voi olla ainoa asia, joka tuo turvaa iltaisin ja joka voi tukea kotona selviytymistä.

Teknologia itsessään on monelle ikääntyneelle hieman pelottava asia. Moni vastaajista mainitsi pelkäävänsä laitteen menevän rikki, mikäli painaa väärää kuvaketta. Iso osa Ikälinjan tuottamista palveluista jäi käyttämättä, sillä niihin ei osattu mennä eikä ollut aikaa. Oliko Ikälinja sitten hyvä laite? Salmisen mukaan hyvän laitteen olevan yksilöllinen ja sellainen, josta käyttäjä kokee hyötyvänsä. Tärkeäksi osoittautui myös, että laite on itseohjautuva ja soveltuu tuttuun arkeen. Huonoksi laitteeksi puolestaan Salminen kuvailee sellaiset laitteet, jotka ovat jollain tavoin pelottavia ja/tai hallitsevia. Huono laite on hankalakäyttöinen ja tuottaa epäonnistumisen kokemuksia, se ei tuo hallinnan vaan hallituksi tulemisen tunteita (Sirkesalo, 2/2007). Ikälinjan käyttö yleisellä tasolla kuvailtiin helpoksi, koska näytössä ei ole liikaa painikkeita ja se on suunniteltu selkeäksi. Puhelinyhteyden ottaminen onnistui kaikilta helposti ja haastatellut kokivat laitteen olleen helppokäyttöinen, heti kun oppivat sitä käyttämään.

*”Nyt minä ei voi käyttää tavallinen tietokone. – Nyt minun tarvitsee Ikälinja.*

*”Siksi se on piste ja kaikki aukeaa. Tämä on hiiri minulla. (näyttää sormeaa)”*

Ikälinjan toimintavarmuuteen tulisi kiinnittää erityistä huomiota, sillä kaikki vastaajat mainitsivat, että laite toimii harvakseltaan. Pitkä käyttökatos nostaa kynnystä aloittaa laitteen käyttö uudelleen. Osalla Ikälinjan käyttö on jäänyt kokonaan, kun laite on ollut liian pitkään käyttämättä rikkoutumisen pelon vuoksi. Pitkään käyttämättä ollut laite jäi helposti jatkossakin käyttämättä. Vastauksissa kävi ilmi, että pitkä käyttökatos nostaa kynnystä käyttää laitetta uudelleen laitteen rikkimenemisen pelossa.

*”No nytkään tämä kone ei ole toiminnassa, sitten pitää soittaa sinne, että toimisi aina.”*

Laitteen suomenkielisyys ei tue ikääntyvien maahanmuuttajien uskallusta yrittää korjata laitetta itse. He eivät uskalla kokeilla, mitä tapahtuu, jos he painavat jotakin nappulaa. Osa teksteistä on suomen kielen lisäksi englanniksi

tai jopa espanjaksi, jolloin käyttö hankaloituu entisestään. Laitteen käyttökieli tulisi olla jokaisen käyttäjäryhmän oma äidinkieli. Silloin käyttäjäryhmällä olisi mahdollisuus saada laitteen ominaisuuksista kaikki irti ja laitteen käyttö helpottuisi huomattavasti. Mm. laitteen rikkimienemisen pelon vuoksi itsenäinen Ikälinjan palveluihin tutustuminen oli jäänyt vähäiseksi. Vain kaksi haastatelluista oli tutustunut Tietolinjan palveluihin. Tietolinja pitää sisällään mm. joka päivä päivittyvät uutiset ja säätiedotteen sekä viihdeosion. Tietolinjan kautta voi hakea itse tietoa ja lukea artikkeleita esimerkiksi Duodecimin tietokannasta. Tietolinjasta löytyy tietoa myös eri kielillä. Yksikään haastatelluista ei maininnut Tietolinjaa tai sen informatiivisia palveluita.

Teknologian käyttöä ajatellen, kronologista ikää merkittävämpi tekijöitä ovat terveys, sairaudet, toimintakykyisyys, kognitiiviset taidot ja aistit, muisti- ja oppimistoimintojen muutokset. Yksilöllisyys tulee niin ikään huomioida, sillä siihen liittyvät olennaisesti fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset tekijät, sekä elämäntyyli. Elämänhistorian vaikutusta teknologian käyttöä ajatellen ei suinkaan tule vähätellä, sillä työelämässä saadut käyttökokemukset teknologiasta, koulutustaso, ammatti ja teknologinen ikä, sekä kulutustottumukset ja taloudelliset tekijät vaikuttavat teknologian käyttöön (Paavilainen, 2004.). Ikälinjan käyttöön tulisi olla laajempi perehdytys, sillä haastattelemlamme käyttäjillä teknologian aikaisempi tuntemus oli kovin vähäistä. Myöskin uuden oppiminen on ikääntyessä hieman hitaampaa. Ikäihmisten kyky oppia on erilainen kuin nuorilla ihmisillä, joten harjoitteluvaiheessa tarvitaan pitkäjänteistä ja rauhallista ohjausta. Motivaatio oppimiseen on ehdottoman olennainen asia ikäihmisten internetin käytön opetteluun peruste. Samalla käytön opettelu helpottuu huomattavasti, kun motivaatio on kohdallaan. (Vanhustyön uudet tuulet, 3-4/2010.)

## 8 JOHTOPÄÄTÖKSET

Johtopäätöksissä käydään vuoropuhelua muiden geronteknologiaan liittyvien selvitysten ja tutkimusten kanssa ja vastataan tutkimuskysymyksiin ja tutkimustehtävään.

### **Mitkä tekijät vaikuttavat Ikälinjan käyttöön?**

Ikälinjan käyttöön vaikutti mm. se, miten asiakas voi Ikälinjaa käyttää ja se kuinka hän kykenee ja osaa käyttää sitä. Jyrkämän (2009) mukaan kyetä ja osata ovat sosiaalisen toimijuuden ulottuvuuksia. Kykenemisessä on kyse ensisijaisesti fyysisistä ja psyykkisistä kyvyistä ja henkilön kykenemisistä, jossa henkilön vanhetessa tapahtuu muutoksia. Hyvin laajasti tietoihin ja taitoihin viittaa ”osata”, ja koskee myös erilaisia pysyviä osaamisia, joita henkilö on elämänsä aikana hankkinut tai tulee tulevaisuudessa hankkimaan. Mahdollisuuksiin, joita erilaiset tilanteet ja tilanteessa ilmenevät rakenteet ja erilaiset tekijät tuottavat ja avaavat puolestaan viittaa ulottuvuus ”voida”. Eräs haastatelluista kertoi huonon kuulon vaikeuttavan käyttöä niin paljon, että ei kokenut saavansa laitteesta hyötyä.

*”En mä halua sitä nyt enää. Se on raskas käyttää, kun en mä kuule.”*

Kuulon alentuminen vaikutti olennaisesti laitteen käyttöön. Sisällönanalyysimme luokitteluista nousi kaikki kuusi sosiaalisen toimijuuden ulottuvuutta. Se, miten Ikälinjaa kykenee käyttämään esimerkiksi vapinaltaan tai kuuloltaan, vaikuttaa yhtä paljon kuin se, miten laitetta osaa käyttää. Laitteen ollessa rikki, sitä ei voi käyttää. Kun laite toimii, käyttöön vaikuttaa se, mitä ohjelmaa käyttäjä haluaa katsoa ja millainen tunnelataus Ikälinjaa tai tiettyä ohjelmaa kohtaan syntyy. Käyttöön vaikutti myös se, mitä käyttäjä haluaa tehdä. Haluaako hän mieluummin mennä esimerkiksi kerhoon vai jäädä kotiin käyttämään Ikälinjaa? Tärkeitä kysymyksiä Ikälinjan kehityksen kannalta ovat mm. mitkä asiat



vaikuttavat käyttäjän kykyyn käyttää laitetta, miten asiakas osaa käyttää laitetta ja voiko asiakas käyttää laitetta. Entä haluaako käyttäjä käyttää laitetta ja osallistua vai onko hän pakotettu siihen. Myös on tärkeätä miettiä, mitä käyttäjä tuntee laitetta käyttäessään. Toimijuuden kannalta olennaista on myös se, pitääkö ikääntyvän maahanmuuttajan osata käyttää uutta teknologiaa. Onko käyttö pakon sanelemaa ja miten pakon sanelemana ikääntynyt ihminen arvioi laitetta.

Ikälinjan käyttöön vaikuttaa myös suuresti se, mitä käyttäjä haluaa laitteen kautta nähdä tai kuulla. Haluaminen on yksi Jyrkämän (2009) sosiaalisen toimijuuden teorian ulottuvuuksista. Motivaatioon ja motivoituneisuuteen, päämääriin, tahtomiseen ja tavoitteisiin liittyy ”haluta” (Jyrkämä, 2009). Haastattelemiemme ikääntyvien maahanmuuttajien toiveissa Ikälinjan ohjelmasisällöstä useampaan kertaan tuli esille kulttuuri. Haastateltavat toivoivat esittelyitä taiteilijoista, historiasta ja kirjallisuudesta. Käyttäjät mainitsivat, että olisi mielenkiintoista saada tietoa Suomen historiasta ja suomalaisista taiteilijoista, säveltäjistä sekä suomalaisesta kulttuurista. Venäjänkielistä ohjelmaa toivottiin myös. Useimmat haastateltavat olivat tottuneet katsomaan dokumenttiohjelmaa tai seuraamaan kulttuuria televisiosta. Ikälinjan kautta tuotetut kulttuuriin liittyvät ohjelmalähetykset olisivat voineet lisätä käyttöä, sillä kulttuurin seuraaminen liittyi monella haastateltavalla normaaliin arkeen.

Teknologiaan ja sen tarpeellisuuteen vaikuttaa myös asenne. Ilmankin pärjää. Paavilainen (2004) on havainnut stereotyyppisen käsityksen ikäihmisten asenteesta teknologiaa kohtaan, vaikka ikääntyneiden asenteet ovat olleet positiivisia. Kuitenkin useista teknologiaa käsitelleistä lähteistä voi päätellä, että paras tapa tottua ja omaksua teknologia on sen riittävän aikainen käyttöönotto. Tietokoneet ja erilaiset tietotekniset välineet sopivat ikääntyneille, joilla muisti toimii hyvin, koska yksinkertaisinkin tietotekninen laite vaatii muistitoimintoja siitä, mitä tapahtuu nappia painettaessa ja mitä laite ylipäätään tekee. (Paavilainen, 2004.). Vastauksista voidaan päätellä, että ikääntyneen omat motivaatiot ja halut näyttelevät suurta osaa Ikälinjan käytön suhteen. Kaikki käyttäjät olivat selvästi kiinnostuneita ja innostuneita laitteesta ja sen

mahdollisuuksista. Ei voida ehkä puhua ikääntyneiden asenteista teknologiaa kohtaan vaan siitä, mitä on totuttu tekemään. Ikälinja oli aivan uusi lisä arkeen, ja sille oli tehtävä tilaa. Haastattelemiemme käyttäjien arkirutiinit olivat useilla niin voimakkaat, että ne syrjäyttivät uuden laitteen ja sen aseman arjessa. Haastatelluista suuri osa kävi erilaisissa kerhoissa, jumpassa ja retkillä.

*”Nyt on vapaa-aikakeskus ja minä menen kuntosalille. Ja jos on jotain liikuntaa, minä aina tulen. --- Tarvitsen harrastuksia.”*

### **Millä tavalla Ikälinjan käyttö näkyy arjessa?**

Haastateltavat nostivat esille fyysisen ja psyykkisen toimintakyvyn ylläpitämisen tärkeyden, jota erilaiset kerhot, vertaisryhmät ja jumpat tukevat. Edellä mainitut aktiviteetit järjestetään samaan aikaan Ikälinjan ohjelmalähetysten kanssa, jolloin osanotto Ikälinjan kautta vähenee. Haastateltavat nostavat fyysisen osallistumisen virtuaalista osallistumista tärkeämmäksi. He kykenevät vielä lähtemään ja osallistumaan erilaisiin harrastuksiin. Haastattelemistamme viidestä käyttäjästä kaikki kertoivat Ikälinjan käytön olevan melko vähäistä juuri ajanpuutteen vuoksi. Haastateltavat kuvailivat seuraavilla tavoilla arkirutiineitaan:

*”--- joka päivä jotakin, ainakin jumpassa käyn.”*

*”Enemmän olen poissa kotona.”*

*”--- päivällä o paljon työtä, tarvitsee kastella kukat ja tämä on likainen ja tämä ei ole, no paljon työtä.”*

*”Minä haluan itse osallistuu, siksi enkä istu kotona.”*

Ikälinjan käyttö ei ollut jokapäiväistä, vaan tiettyihin ohjelmiin linkittyntä. Arkirutiinit veivät päivästä suuren osan. Kaikki vastaajat kertoivat päivien olevan kiireisiä. Illalla käyttäjillä olisi ollut enemmän aikaa osallistua Ikälinjan

lähetyksiin. Lähetysten ohjelmien ajoittuminen päiviin oli kaikilla vastaajilla negatiivinen asia. Poikkeuksena olivat venäjänkielinen ohjelmalähetys kerran viikossa ja keskusteluryhmä. Jokainen haastateltavista mainitsi katsovansa venäjänkielistä ohjelmalähetystä, kun sellaista tulee. Suomenkielisiin ohjelmalähetyksiin eivät haastateltavat juuri ole osallistuneet terveydenhoitajan luentoja lukuun ottamatta. Eräs haastelluista mainitsi ohjelmalähetysten informatiivisuuden jäävän melko pinnalliselle tasolle. Laite ei siis ollut vielä saavuttanut sitä osuutta arjesta, jotta se olisi, kuten Järvelin (2008) kuvaa, kiinnostava osa arkea.

### **Mitä Ikälinjan palveluita ikääntyvä maahanmuuttaja käyttää?**

Haastateltavat käyttivät aktiivisesti vain suppeaa osaa Ikälinjan palveluista. Keskusteluryhmään osallistuminen, venäjänkielisten ohjelmalähetysten katsominen, satunnaiset jumpat ja terveysteemoihin liittyvät ohjelmat nousivat esiin vastauksista Ikälinjan käyttöä kuvailtaessa.

*”No, terveyteen liittyvät ohjelmat, tuolijumppa. No, on ohjelma, joku puhuu vain venäjää, minä osallistun.”*

Ikälinjan kautta monet kuvasivat positiiviseksi omakieliseen palveluohjaukseen saatua kuvayhteyden arvoa. Kuvayhteys toi lisäarvoa palveluohjaukseen, koska palveluohjauksen ei aina tarvinnut tulla käymään, vaan yksinkertaiset asiat pystyttiin hoitamaan Ikälinjan avulla.

*”Tämä on kauheen helpottava juttu, koska just lineksenkin (nimi muutettu) kanssa työskennellessä, kun asioita näkee, niin voi näyttää jotain suoraan, niin on helpompi kommunikoida eikä tarvitse juosta tänne kaiken aikaan. Sama kuin terveydenhoitajan pitää ottaa yhteyttä niin paljon helpommin siellä puhumassa asioista, koska kun sä näät ihmisen ja elkeet niin on paljon helpompi ymmärtää ja selittää asioita, vaikka kieli ei olisikaan täydellisessä hallussa.”*

Kuten yllä jo mainittiin, Ikälinjan kaikkia toimintoja ei käytetty, sillä laite ei toiminut ja käyttökieli oli suomeksi, englanniksi tai espanjaksi. Kielitaito ei siis riittänyt.

### **Miltä Ikälinjan palveluita tuntuu käyttää?**

Käyttäjät olivat myös tottuneet hoitamaan asiat ns. perinteisillä tavoilla, kasvokkain. Perinteisillä tavoilla haluttiin hoitaa jatkossa myös sairaanhoidolliset asiat. Useat haastateltavista kokivat sairaanhoitajan yhteyden tarpeettomaksi, sillä he olivat kuitenkin joutuneet menemään lääkäriin. Konkreettinen apu olisi siis ollut tarpeen. Sitä Ikälinjan kautta on kuitenkin vaikeaa saada.

*”No en minä se sairaanhoitajan apu, millainen se tarvitsisi olla, ettei tarvitsisi aina omalääkärin apua.”*

*”No sama, jos jokin hätä on, niin aina pitää mennä lääkärin luokse, ei se tv-ruudun kautta onnistu. Mutta on se kuitenkin tyhjää parempi.”*

*”Sairaanhoitajalla, vaikka minä ole soittanut, niin se sanoo, että omalääkärin puheille vaan. Ei siitä ole mitään apua, jos minulla on joku hätä. Siitä sairaanhoitajasta ei paljon apua ole, minulla on sellainen käsitys.”*

Sairaanhoitajan yhteydestä saatiin myös positiivisia kokemuksia. Palvelu koettiin ohjaavaksi ja neuvovaksi, ennemmin kuin konkreettiseksi avuksi. Sairaanhoitajan palvelu toi myös turvallisuudentunnetta, koska apu on vain painalluksen päässä.

*”Ei ole yksin ongelmansa kanssa.”*

Haastateltavilla oli läheiset suhteet perheeseen ja sukulaisiin, joiden kanssa he viettivät paljon aikaa. Läheisverkoston kerrottiin tuovan turvallisuutta ja apua arkeen. Kuitenkaan yhdelläkään haastateltavien läheisverkostoon kuuluvalla perheenjäsenellä ei ollut Ikälinjayhteyttä, vaan yhteydenpito hoidettiin perinteisillä tavoilla. Haastateltavista useilla oli paljon tuttuja, joita oli tullut mm. kerhojen ja naisten kansainvälisen kohtaamispaikan, Naistarin kautta. Ikälinjan kautta pidettiin yhteyttä vain venäjänkielisiin tuttuihin, joilla laite oli, joten paljoakaan uusia tuttavuuksia ei ollut syntynyt. Suhteet venäjänkielisiin olivat kyllä syventyneet hieman keskustelutuokioiden myötä, mutta vapaa-aikaa heidän kanssaan ei vietetty. Kohtaaminen tapahtui ainoastaan Ikälinjan kautta tai kerhossa.

*”Sielläkin keskustelutuokion yhteydessä tuli esiteltyä että tämmöstä ja tämmöstä tekee --- mutta yhteydenpitoa tai yhteistoimintaa ei ole. Paitsi venäjänkielisten kanssa ollaan yhteydessä.”*

*”Vierailulla me emme käy. Siellä kerhossa me tavataan ja keskustellaan ja meillä on semmoista, no, mukava kerhossa on olla.”*

Vertaisryhmät ovat tärkeitä avun- ja tiedonlähteitä maahanmuuttajille. Kerhoissa vaihdetaan kuulumiset, keskustellaan ja harrastetaan. Kerhoista saa lisäksi myös tulkkausapua. Kerhot koettiin Ikälinjan käyttöä tärkeämmiksi tavoiksi olla yhteydessä.

### **Miten Ikälinjan palveluita tulisi kehittää, jotta palvelut saataisiin vastaamaan käyttäjien tarpeita?**

Kun puhutaan tietoteknisestä teknologiasta, ensiksi on otettava huomioon, että melko pieni osa työuransa 70-luvulla päättäneistä on päässyt käyttämään tekniikkaa aktiivisesti työuransa aikana. Vielä hekin, jotka ovat lopettaneet työuransa 80-luvulla, ovat lähtökohdiltaan erilaisessa tilanteessa, kuin he, jotka ovat työssään käyttäneet aktiivisesti teknologiaa. Lähtökohdiltaan tekniikan

suhteen ikäihmiset muodostavat melko laajan tarjontaan. Ei kuitenkaan pidä olettaa, etteivätkö ikäihmiset, jotka työuransa aikana käyttäneet teknologiaa haluaisi oppia käyttämään sitä. Tai että he, jotka ovat aikanaan käyttäneet teknologiaa, haluaisivat tai osaisivat edelleen käyttää teknologiaa. VTT:n (Leikas, 2008) tutkimusta lainataksemme; ”Olemmeko luomassa yhteiskuntaa, jossa ikääntyneet syrjäytyvät, koska eivät osaa hyödyntää teknologiaa?”

Sosiaalisuuden ja kohtaamisen tulisi kulkea rintarinnan teknologian kehittämisen ja käytön kanssa. Vaikka erilaiset teknologian muodot yleistyvät, ei tule olettaa, että sosiaalinen ja ihmisen aito kohtaaminen olisi mahdollista tai suotavaa unohtaa. Vaikka ikäihmisten tasa-arvon ja osallisuuden kannalta olisi tärkeää, että heidät saataisiin osaksi tietoyhteiskuntaa, on yhtä tärkeää, että kehittäminen lähtee heidän tarpeistaan ja opetus tapahtuu heidän ehdoillaan. Sosiaalista kohtaamista toisen ihmisen kanssa ei voi mikään tekninen laite korvata, eikä siihen tulisikaan pyrkiä. Vaikka tarkoitus on turvata ja helpottaa ikäihmisten elämää teknologisten laitteiden avulla, tarkoitus ei ole jättää ihmistä yksin kotiin (Stenberg, 3-4/2010).

Sen sijaan, että suunnitellaan erilaisia laitteita ikäihmisille, olisi tärkeää, että heidät otettaisiin myös suunnitteluun mukaan. Ikäihmisillä on omanlaisensa erityistarpeet teknologian suhteen. Ikäihmiset eivät myöskään ole yhtenäinen ikäryhmä, jonka tarpeet ovat yksiselitteiset. Geronteknologian suunnittelussa tulisi ottaa huomioon, että jokainen ikäihminen on yksilö, jolla on omanlaisensa tarpeet. Laitteita testatessa olisi tärkeää huomioida myös laitteen testausaika, jonka tulisi olla tavallista testausaikaa pidempi, sillä käyttöönotossa on kyse myös sopeutumisesta ja hyväksymisestä, joka voi viedä aikaa. Leena Salminen Turun yliopiston hoitotieteen laitokselta kertoo artikkelissa ”Hyvinvointiteknologia tulee hitaasti, eikä käyttäjiä kuunnella” (Sirkesalo, 2/2007), että Forssassa kokeillun diabeetikon hoitokonsolin tärkeä ominaisuus oli käyttäjälleen tullut tunne omatoimisuudesta. Laite on hyvä, kun käyttäjästä tuntuu, että hän on riippumaton ja hänellä on mahdollisuuksia vaikuttaa (Sirkesalo, 2/2007). Jyrkämä (2009) puolestaan pohtii, kehittykö geronteknologia kuitenkin niin, että kalliita laitteita tai kalliisti käytettäviä laitteita kehitetään, ja vasta sen jälkeen kysytään, kenellä niihin on varaa ja kenelle niitä

on varaa myöntää. Sama aihe nousi haastatteluistamme esille. Ikääntyneillä on pienet eläkkeet, eikä se olisi riittävä, mikäli laite tulisi maksulliseksi. Suurin osa käyttäjistä mainitsi, että ei jatkaisi laitteen käyttöä.

VTT:n tutkijan Jaana Leikkaan (2008) tekemän ikääntyneitä ja teknologiaa koskevan tutkimuksen mukaan teknologia halutaan valjastaa arjen auttajaksi, mutta samaan aikaan mietitään, syrjäytyvätkö ikäihmiset, kun kyky hyödyntää uusia järjestelmiä heikkenee. Mahdollista on, että arjen tukemisen sijaan teknologia aiheuttaa syrjäytymistä ja pitkällä aikavälillä jopa passivoi. Tekniikan kehittämisessä ikäihmisille tulee myös huomioida pitkän aikavälin aiheuttamat mahdolliset haittapuolet, ei ainoastaan olettaa, että tekniikka automaattisesti ainoastaan hyödyttää ikäihmisiä. Tekniikan ei kuitenkaan koskaan tulisi korvata ihmisen läsnäoloa. Ilman sosiaalisia kontakteja yksinäisyys ja turvattomuus nousevat esiin, se ei ole geronteknologian tavoite. (Sirkesalo 2/2007).

Ikälinja tarvitsee käyttäjälähtöistä palautetta kehittyäkseen arkea tukevaksi välineeksi. Tärkeintä on, että kohderyhmän ääni otetaan huomioon laitetta kehitettäessä. Parannus- ja kehitysehdotukset pitää lähteä käyttäjäryhmän toiveista ja tarpeista. Myös eettiset kysymykset tulee ottaa huomioon: Onko ikäihmisten tarpeet otettu tarpeeksi huomioon teknologiaa kehitettäessä? Onko etenkin virtuaalisten palvelujen sisällön tuottamisessa otettu huomioon myös iäkkäiden tarpeet ja kiinnostukset? Kehittykö teknologia liian nopeasti iäkkäiden ihmisten näkökulmasta? Sosiaalinen tulisi pitää mielessä ja sen pitäisi olla teknologian kehittämisessä punaisena lankana. Toimijuuden modaliteetit tulisi ottaa huomioon laitteita kehitettäessä. Sosionomin näkökulmasta Ikälinja työvälineenä voisi olla hyödyllinen esimerkiksi palveluohjauksessa juoksevien asioiden hoitoon.

### **Miten Ikälinjaa voisi hyödyntää enemmän ikääntyvien maahanmuuttajien palveluissa ja kotona asumisen tukemisessa?**

Palveluohjauksen näkökulmasta asiakkaalla olisi hyvä olla mahdollisuus ottaa yhteys ohjaajaan suoraan. Suora yhteydenotto nopeuttaisi asioiden hoitoa ja karsisi turhat käynnit. Ikääntyvät maahanmuuttajat osallistuvat paljon erilaisiin

kerhoihin ja tapahtumiin. Ikälinjan kautta lähetettävät osallistavat omakieliset ohjelmat voisivat auttaa kotona asumisen tukemista, sillä ne saisivat ikääntyneen arkeen rytmiä ja ne voisivat tuottaa yhteenkuuluvaisuuden tunnetta. Yhteisöllisyys on monelle maahanmuuttajalle tärkeää ja jos sitä ei jollain tavoin tuoteta, ikääntynyt maahanmuuttaja saattaa pahimmassa tapauksessa syrjäytyä. Palvelujen kannalta laajempi saatavuus, kuten esimerkiksi lääkärin konsultaatio esimerkiksi kerran viikossa voisi olla hyödyllinen. Myös KELA:n erilaisissa neuvontapalveluissa voisi Ikälinjaa hyödyntää. Laitteeseen voisi liittää turvarannekkeen tai vaikkapa kaatumisen tunnistimet, jolloin sairaanhoitaja saisi hälytyksen ja voisi ottaa kuvayhteyden tarkistaakseen asiakkaan voinnin. Ikääntyvän maahanmuuttajan palveluiden kannalta tärkeää olisi saada tulkkausapua aina kun sitä tarvitsee. Ikälinjan käyttökieli tulisi olla jokaisen käyttäjän oma äidinkieli, jotta käyttö helpottuisi.

Haastattelimme myös erästä työntekijää, joka käyttää laitettaan palveluohjaajantyössään apuna. Hänellä oli samanlaisia mielipiteitä laitteesta, kuin asiakkailla. Mikäli laite toimii ja sitä vastaanottaja osaa käyttää, se helpottaa työtä. Mikäli laite ei toimi, työn määrä kasvaa, koska käyttäjiä joutuu opastamaan erikseen puhelimen kautta tai jopa paikan päällä asiakkaan kotona. Kotihoidon piirissä Ikälinja toimiessaan moitteettomasti luo parhaimmillaan turvallisuudentunnetta ja tuo mahdollisesti kotihoidolle säästöjä esimerkiksi pyöröovi -asiakkaiden kanssa.

”Mutta itse mietin venäjänkielisiä ja suomalaisia, että ei kai tämä jätä heitä sinne neljän seinän sisälle. Nyt näyttää siltä, että kaikki palvelut kotiin. Kun meillä on aina ollut tavoitteena saada ne sieltä neljän seinän sisältä liikkeelle.”

”Siltikin hakemus pitää viedä sinne, ei Ikälinjan kautta sitä pysty lähettämään.”

Kuten yllä olevista työntekijän kommenteista käy ilmi, mikään laite ei voi korvata fyysistä läsnäoloa, eikä sen koskaan tulisi korvata ihmisen kosketusta, vaan olla ainoastaan lisä arjen sujumisessa. Näyttöäkään ei vielä teknologian



säästöistä esimerkiksi henkilöstön kuluissa ole. Ikälinjasta tällaisenaan ei ole merkittävää tukea ikääntyvän maahanmuuttajan arkeen, mutta yleismielikuva Ikälinjasta ja sen mahdollisuuksista ikääntyvän arjen tukemiseen ovat positiiviset. Pitää muistaa, että T-Seniorit -projekti on pilottiprojekti, jossa Ikälinjaa kehitetään käyttäjien palautteen mukaisesti. Se ei ole vielä valmis tuote. Laitetta kannattaa kehittää toimivammaksi ja monipuolisemmaksi käyttäjiltä saatujen kokemusten perusteella, sillä Ikälinjan mahdollisuudet vuorovaikutuksen ja osallisuuden kannalta voivat olla suuret. Vielä emme voi vetää johtopäätöstä, ehkäisisikö Ikälinja ikääntyneiden syrjäytymistä tai yksinäisyyttä. Syrjäytyneisyyden ja yksinäisyyden ehkäisyyn pitää teknologiaa kehittäessä kiinnittää erityistä huomiota. Sosiaalinen tulisi pitää punaisena lankana.

## LOPUKSI

Opinnäytetyöprosessi on ollut haastava ja opettavainen kokemus. Työ vei paljon aikaa, sillä opinnäytetyö on prosessi, jossa mennään kolme askelta eteenpäin ja yksi taaksepäin. Tutkimuskysymykset sekä teoreettinen viitekehys ovat tarkentuneet prosessin edetessä. Saimme kokemustietoa siitä, miten tutkimusprosessi etenee ja mitä se vaatii. Koimme ammatillisen tietämyksemme opinnäytetyön tekijöinä ja melkein valmistuneina sosionomeina kasvaneen opinnäytetyöprosessin aikana. Parityönä toteutettuna opinnäytetyö toi erinäisiä haasteita vastaan, mutta toisaalta antoi mahdollisuuden kehittää ryhmätyö- sekä neuvottelutaitoja, jotka ovat tulevaisuudessa erittäin tärkeitä.

Opinnäytetyömme venäjänkielisten ikääntyvien maahanmuuttajien kokemuksia voisi jatkojalostaa seuraavissa tutkimuksissa etenkin geronteknologiaan liittyvissä aiheissa ja palvelujen kehittämisessä. Takalan (2004) mukaan tähän mennessä valtakunnan ja aluetason vanhuspoliittisissa suunnitelmissa ei ole kiinnitetty huomiota ikääntyviin maahanmuuttajiin, tilanne ei ole kovinkaan paljon muuttunut vuoteen 2010 mennessä. Tämän vuoksi on vaarana, että maahanmuuttajat jäävät eristyksiin. Vanhuspoliittisessa suunnittelussa ja kuntien vanhuspoliittisissa strategioissa tarvitaan erityishuomiota, jotta ikääntyneiden maahanmuuttajien asema voitaisiin turvata. Takala (2004) kertoo raportissaan, ettei ikääntyvistä maahanmuuttajista ole tarpeeksi tutkimustietoa, joten on perusteltua saada sitä enemmän, jotta palveluja voitaisiin kehittää maahanmuuttaja-ystävällisemmiksi.

## LÄHTEET

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

Aaltola, J. (toim.) & Valli, R.(toim.)2001. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Ahola, H. 2010. Tutkimus ikääntyneille toteutettavista e-hyvienvointipalveluista HyvinvointiTV@:n kontekstissa. Leppävaara: Laurea ammattikorkeakoulu.

Alanen, A. 2009. Suomessa jo 50 000 venäjänkielistä. Artikkele Tilastokeskuksen Ti-to & trendit -lehdessä 6/2009. Luettu 11.8.2010 Saatavissa: [http://www.stat.fi/artikkelit/2009/art\\_2009-09-08\\_005.html](http://www.stat.fi/artikkelit/2009/art_2009-09-08_005.html)

Alitolppa-Niitamo, A., Söderling, I. & Fågel, S. 2005. Olemme muuttaneet. Näkökulmia maahanmuuttoon, perheiden kotoutumiseen ja ammatillisen työn käytäntöihin. Väestöliitto. Väestötutkimuslaitos ja Kotipuu. Helsinki: Vammalan kirjapaino Oy.

Baltes, P. B. & Baltes, M. M. 1990. Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation. Teoksessa P. B. Baltes & M. M. Baltes (toim.) Successful aging. Perspectives from the behavioral sciences. New York: Cambridge University Press, 1-34.

Dunderfelt, T. 1997. Elämänkaaripsykologia -lapsen kasvusta yksilön kehitykseen. Porvoo, WSOY.

Eduskunnan kanslian julkaisu 4/2001. Ikääntyneiden itsenäistä suoriutumista tukevan teknologian arviointi käyttäjänäkökulmasta. Luotu 8.5.2001. Luettu 27.8.2010.

[http://www.eduskunta.fi/triphome/bin/thw.cgi/trip?\\${APPL}=erekj&\\${BASE}=erekj&\\${THWIDS}=0.3/1282901883\\_54677&\\${TRIPPIFE}=PDF.pdf](http://www.eduskunta.fi/triphome/bin/thw.cgi/trip?${APPL}=erekj&${BASE}=erekj&${THWIDS}=0.3/1282901883_54677&${TRIPPIFE}=PDF.pdf)

Eskola, J. & Suoranta, J. 2008. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

HE 145/2002. Hallituksen esitys Eduskunnalle laiksi maahanmuuttajan erityistuesta ja eräksi siihen liittyviksi laeiksi.

HE 166/ 2005. Hallituksen esitys Eduskunnalle laiksi maahanmuuttajien kotouttamisesta ja turvapaikanhakijoiden vastaanotosta annetun lain muuttamisesta. Luettu 6.8.2010.

Saatavissa: <http://www.edilex.fi/virallistieto/he/20050166>

Helin, S. 2000. Iäkkäiden henkilöiden toimintakyvyn heikkeneminen ja sen kompensatioprosessi. Jyväskylä: Jyväskylä University Printing House.

Hietikko, M. Nieminen, J. Törmä, S. Ikääntyneiden itsenäistä suoriutumista tukevan teknologian arviointi käyttäjänäkökulmasta. Eduskunnan kanslian julkaisu 4/2001. Luettu 25.8.2010.

[http://www.eduskunta.fi/triphome/bin/thw.cgi/trip?\\${APPL}=erekj&\\${BASE}=erekj&\\${THWIDS}=0.46/1284896866\\_367919&\\${TRIPPIFE}=PDF.pdf](http://www.eduskunta.fi/triphome/bin/thw.cgi/trip?${APPL}=erekj&${BASE}=erekj&${THWIDS}=0.46/1284896866_367919&${TRIPPIFE}=PDF.pdf)

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

Hirsijärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Jokisuu, E. Ikääntyneiden kanssa työskentelevän henkilöstön näkemyksiä teknologisten laitteiden ja palvelujen merkityksestä. Agora center/Jyväskylän Yliopisto 2007. [http://www.viisaankivi.fi/filebank/5105-AC-selvitys\\_Henkiloston-nakemyksia-teknologiasta.pdf](http://www.viisaankivi.fi/filebank/5105-AC-selvitys_Henkiloston-nakemyksia-teknologiasta.pdf)

Juhila, K. 2006. Sosiaalityön tekijöinä ja asiakkaina. Tampere: Vastapaino.

- Jyrkämä, J. Toimijuus ja ikääntyneiden arkielämä. 2008. Luettu 8.9.2010  
[http://www.socom.fi/dokumentit/tapahtumat/vanhustyo/ajankohtaispaivat\\_08/toimijuus\\_ja\\_ikaantyneiden\\_arkielama\\_Jyrki\\_Jyrkama.pdf](http://www.socom.fi/dokumentit/tapahtumat/vanhustyo/ajankohtaispaivat_08/toimijuus_ja_ikaantyneiden_arkielama_Jyrki_Jyrkama.pdf)
- Järvelin, J. Tieko-projekti tietoyhteiskunnan kansalaistaitojen tuottajana. Luettu 8.9.2010  
[http://www.kssotu.fi/media/download\\_gallery/Tieka-projekti%20tietoyhteiskunnan%20kansalaistaitojen%20tuottajana.pdf](http://www.kssotu.fi/media/download_gallery/Tieka-projekti%20tietoyhteiskunnan%20kansalaistaitojen%20tuottajana.pdf)
- Kaakinen, J, Törmä, S. Tulevaisuusvaliokunnan Teknologiajaosto, 2/1999. Luettu 8.9.2010.  
[http://www.eduskunta.fi/triphome/bin/thw.cgi/trip?\\${APPL}=erekj&\\${BASE}=erekj&\\${THWIDS}=0.29/1283950949\\_140824&\\${TRIPPIFE}=PDF.pdf](http://www.eduskunta.fi/triphome/bin/thw.cgi/trip?${APPL}=erekj&${BASE}=erekj&${THWIDS}=0.29/1283950949_140824&${TRIPPIFE}=PDF.pdf)
- Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2009. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki: Wsoypro Oy
- Ketola, K. Ihmiseltä ihmiselle. Opinnäytetyö. Tampereen Ammattikorkeakoulu 2010.
- Kivelä, S. L. 2005. Me, ikääntyminen ja lääkkeet. Helsinki: WSOY.
- Kuula, A. 2006. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Kuusi, U. & Raitanen, A. 2000. Ikääntyvät maahanmuuttajat Suomessa. Mamu-projektin loppuraportti. Vanhustyönkeskusliiton raportti nro 3/2000. Vanhustyön keskusliitto.
- Kyngäs H. ,Vanhanen L. Sisällön analyysi. Hoitotiede 1999.
- Laki maahanmuuttajien kotouttamisesta ja turvapaikanhakijoiden vastaanotosta 9.4.1999/493

Laki maahanmuuttajien kotouttamisesta ja turvapaikanhakijoiden vastaanotosta annetun lain muuttamisesta 1215/2005.

Leikas, J. Teknologian nopea kehitys ahdistaa ikääntyneitä. VTT, 2008  
<http://www.vtt.fi/uutta/2008/20080408.jsp>

Leinonen, H. Tekniset apuvälineet ikääntyneiden kotona selviytymisen tukena. Laurea ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. 2009 Luettu 6.8.2010  
[https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/3369/Leinonen\\_Heidi.pdf?sequence=1](https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/3369/Leinonen_Heidi.pdf?sequence=1)

Linderborg, H., 2005. Ikääntyvät maahanmuuttajat -verkosto projektin (2003–2005) loppuraportti. Vanhustyön keskusliitto. Helsinki.

Linderborg, H., 2007. Vanhustyön keskusliitto Ikä-MAMU toiminta. Luettu 3.8.2010  
[http://www.selmanet.fi/temporary/file.asp/data\\_id=2135/180407HLinderborg.ppt](http://www.selmanet.fi/temporary/file.asp/data_id=2135/180407HLinderborg.ppt)

Lyyra, T., Pikkarainen, A. & Tiilikainen, P. 2007.  
Vanheneminen ja terveys. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Mäkelä, K: 1990. Kvalitatiivisen analyysin arviointiperusteet. Teoksesta Mäkelä, K. (toim.) Kvalitatiivisen aineiston analyysi ja tulkinta. Helsinki: Painokaari OY, 42–61.

Oulun seudun ammattikorkeakoulu 2006. Geronteknologia. Päivitetty 9.2.2006. Luettu 27.8.2010.  
[http://www.oamk.fi/sote/hankkeita/aktiivinenvanhuus/vakka\\_verkostoon/Geronteknologia.ppt](http://www.oamk.fi/sote/hankkeita/aktiivinenvanhuus/vakka_verkostoon/Geronteknologia.ppt)

Paavilainen, L. 2004 Hyvinvointitekniologia apuna asumisessa 25.11.2004. Luettu 8.9.2010  
[http://www.hyvite.fi/webhyvite/mm.nsf/lupgraphics/Paavilainen.pdf/\\$file/Paavilainen.pdf](http://www.hyvite.fi/webhyvite/mm.nsf/lupgraphics/Paavilainen.pdf/$file/Paavilainen.pdf)

Pajunen, M. Ikälinja tarjoaa uusia vuorovaikutustapoja ikäihmisille. Päivitetty 13.8.2009. Julkaistu 13.8.2009. Luettu 17.8.2010

<http://www.tampere.fi/tampereinfo/tiedotus/tiedotteet/2009/5izVWrhXL.html>

Paluumuuttajat entisen Neuvostoliiton alueelta. Maahanmuuttoviraston internetsivut. Luettu 6.8.2010. Saatavissa: <http://www.migri.fi>

Peltola, U. & Metso, L. 2008. Maahanmuuttajien kuntoutumisen ja työllistymisen tukeminen Helsingissä. Kuntoutussäätiön tutkimuksia 79/2008. Helsinki: Yliopistopaino.

Pitkänen, M. & Jaakkola, A.(toim.)1997. Inkerinsuomalaiset kunnassa. Suomen kuntaliitto. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Räty, M. 2002. Maahanmuuttaja asiakkaana. Helsinki: Tammi

Setlementtiyhdistys Naapuri 2009. Tukea ja toimintakykyä arkeen. Päivitetty 29.8.2009. Luettu 27.8.2010.

[http://naistari.fi/tukea\\_toimintakyky.shtml](http://naistari.fi/tukea_toimintakyky.shtml)

Sirkesalo, A. Hyvinvointiteknologia tulee hitaasti eikä käyttäjiä kuunnella. Luettu 8.9.2010.

[http://www.stkl.fi/lehdenpdf/200702\\_Sotevi.pdf](http://www.stkl.fi/lehdenpdf/200702_Sotevi.pdf)

Stenberg, L. Vanhusten huollon uudet tuulet 3-4/2010

Stuart-Hamilton, I. 2003. Vanhenemisen psykologia. UNIpress Oy AB.

Suhonen, L. & Siikanen, T. 2007. Hyvinvointiteknologia sosiaali- ja terveysalalla – hyöty vai haitta? Lahden ammattikorkeakoulun julkaisu Sarja C Artikkelikokoelmat, raportit ja muut ajankohtaiset julkaisut, Osa 26. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy (Juvenes Print).

Takala, S. Omassa kotona -omilla mausteilla. Vanhustyön keskusliiton raportti nro 1/2004.

Takala, S. 2008. Kulttuurien koti -hankkeen loppuraportti. Turvallinen ikääntyminen maahanmuuttajille Hervannassa. Saatavilla: [http://www.setlementti.fi/files/161/Kulttuurien\\_koti\\_hanke.pdf](http://www.setlementti.fi/files/161/Kulttuurien_koti_hanke.pdf)

Takalo, P. & Juote, M. 1995. Inkerinsuomalaiset. Sosiaali- ja terveysministeriö, pakolaistoimisto. Helsinki: Painatuskeskus Oy.

Tampereen kaupunki 2008. T-Seniorit. Päivitetty 18.8.2010. Julkaistu 16.12.2008. Luettu 27.8.2010.

<http://www.tampere.fi/tampereinfo/projektit/hyvinvointipalvelut/vipu/tseniorit.html>

Tampereen kaupunki 2009. T-Seniorit Tampere. Luotu 22.5.2009. Luettu 27.8.2010.

[http://www.tampere.fi/material/attachments/t/5h1jniWpQ/TSeniorit\\_yleisesittely.pdf](http://www.tampere.fi/material/attachments/t/5h1jniWpQ/TSeniorit_yleisesittely.pdf)

Tampereen kaupunki 2009. Ikälinja tarjoaa uusia vuorovaikutustapoja ikäihmisille. Päivitetty 13.8.2009. Julkaistu 13.8.2009. Luettu 27.8.2010.

<http://www.tampere.fi/tampereinfo/tiedotus/tiedotteet/2009/5izVWrhXL.html>

Tanttu, J., 2009. Selvitys vähemmistövaltuutetulle. Venäjänkielisenä Suomessa 2008. Helsinki: Edita.

Tilastokeskus 2010. Väestörakenne 2009. Väestö iän mukaan vuosina 1875–2009. Päivitetty 19.3.2010. Luettu 27.8.2010.

[http://www.stat.fi/til/vaerak/2009/vaerak\\_2009\\_2010-03-19\\_tau\\_003\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/vaerak/2009/vaerak_2009_2010-03-19_tau_003_fi.html)

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Jyväskylä: Gummerus



Tulva, T., Uusitalo, I. & Harra, K. 2007. Vanhuuden monet kasvot. Opetus-, kasvatus- ja koulutusalojen säätiö – OKKAsäätiön julkaisuja. Saarijärvi: Saarijärven Offset Oy.

T-Seniority. 2010. Tervetuloa T-Seniorityn pariin! Luettu 27.8.2010.  
<http://tseniority.idieikon.com/>

Työhallinnon julkaisu Nro 243. Kotouttamislain seuranta- ja arviointijärjestelmä 2000. Työministeriön tiedote 248/62/2004. Luettu 9.8.2010. Saatavissa:  
[http://www.mol.fi/mol/fi/99\\_pdf/fi/04\\_maahanmuutto/05\\_paluumuutto/ink tiedote04.pdf](http://www.mol.fi/mol/fi/99_pdf/fi/04_maahanmuutto/05_paluumuutto/ink tiedote04.pdf)

Ulkomaalaislaki 30.4.2004/301. Luettu 18.8.2010  
<http://www.hs.fi/omaelama/artikkeli/Vanhuuteen+voi+varustautua/HS20061106SI1TL023y6>

Vanhustenhuollon uudet tuulet 7/2008.

Videra Oy. 2010. Luettu 31.7.2010.  
<http://www.videra.com/>

Videra Virtual Care 2010. Luettu 31.7.2010.  
<http://www.videravirtualcare.fi/pages/sivut/fi/virtual-care.php>

Äyväri, H. 2009. Teknologia kotona-asumisen tukena. Raportti vanhus -ja lähimmäisliitto ry:n sivuilla. Luettu 24.10.2010  
[http://www.valli.fi/pdf/teknologia\\_kotona\\_asumisen\\_tukena\\_raportti\\_elokuu2009.pdf](http://www.valli.fi/pdf/teknologia_kotona_asumisen_tukena_raportti_elokuu2009.pdf).

## LIITTEET

## LIITE 1

**Tiedote opinnäytetyöstä**

Hyvä Ikälinjan käyttäjä!

Olemme Tampereen ammattikorkeakoulun sosiaalialan opiskelijoita ja valmistumme sosionomeiksi (AMK) tänä vuonna. Opintosuunnitelmaamme kuuluu opinnäytetyön tekeminen, jota kesän ja syksyn kuluessa teemme yhteistyössä T-Seniorit -projektin sekä Tukea ja toimintakykyä arkeen -projektin kanssa. Opinnäytetyömme ohjaajana koulumme puolesta toimii koulutuspäällikkö Sirpa Tietäväinen.

Tampereen kaupunki on mukana EU:n T-Seniority Expanding the benefits of Information Society to Older People through digital TV channels -nimisessä hankkeessa. T-Seniorit Tampere -projekti on Vipu-projektin alaprojekti, joka käynnistyi lokakuussa 2008. Hanke kestää 1.7.2008 - 30.6.2010. T-Seniorit Tampere -projektissa kartoitetaan erilaisia keinoja edistää ikääntyvän väestön hyvinvointia hyödyntäen teknologiaa. T-Seniorit -projektissa on mukana Suomen lisäksi, Kreikka, Italia, Ranska, Iso-Britannia ja Kypros sekä pääkoordinaattorimaa Espanja. Projektin yhteistyökumppaneina Suomessa on muun muassa MediNeuvo Oy, joka vastaa sairaanhoitajan päivystyksestä sekä ohjelmalähetyksistä. Videra Oy on toimittanut laitteet sekä vastaa niiden toimivuudesta.

Tukea ja toimintakykyä arkeen -projekti on kolmivuotinen RAY:n rahoittama hanke, jota toteuttavat yhdessä Tampereen Vanhuspalveluyhdistys ry ja Setlementtiyhdistys Naapuri ry. Tukea ja toimintakykyä arkeen -projekti käynnistyi 2009 ja kestää vuoteen 2011. Tukea ja toimintakykyä arkeen -projektin tavoitteena on kehittää yksilö- ja ryhmämuotoista palveluohjausta ikääntyvän maahanmuuttajan itsenäisen elämänhallinnan tueksi sekä kehittää muistikuntoutusta vastaamaan ikääntyvien maahanmuuttajien tarpeita ja

toteuttaa toimintakykyä tukevaa monikulttuurista päivätoimintaa, jonka avulla voidaan myös monipuolistaa ikääntyvien maahanmuuttajien sosiaalisia verkostoja.

Opinnäytetyössämme tutkimme sitä, tukeeko Ikälinja ikääntyvän maahanmuuttajan arkea. Tutkimme muun muassa sitä, miten Ikälinjan käyttö näkyy jokapäiväisessä elämässä, miten Ikälinjaa voisi hyödyntää enemmän palveluissa sekä kotona asumisen tukena sekä miten Ikälinjan palveluita voisi kehittää, jotta ne saataisiin vastaamaan käyttäjien tarpeita. Materiaalia tutkimukseemme keräämme haastattelemalla käyttäjiä heidän kotonaan tai Naistarin (Kansainvälinen naisten tapaamispaikka) tiloissa. Aikaa haastattelujen tekemiseen tulisi varata noin 1-1½ tuntia.

Kaikki tutkimustyöhön liittyvä materiaali käsitellään luottamuksellisesti ja haastateltavia henkilöitä ja tutkimustietoa käsitellään nimettöminä. Haastattelut teemme osan kesäkuussa ja osan syyskuussa 2010. Haastattelu aika sovitaan jokaisen käyttäjän kanssa henkilökohtaisesti.

Toivomme, että Teillä olisi hetki aikaa ja mahdollisuus osallistua opinnäytetyömme tekemiseen ja antaa näin arvokasta tietoa sekä kokemuksia Ikälinjan palveluista ja käytöstä.

Vastaamme mielellämme tutkimustyöhön ja haastatteluihin liittyviin kysymyksiin. Tavoitatte meidät parhaiten puhelimitse: Sina Huotari ja Suvi Lahti. Lisätietoja saa myös:

1. ohjaajaltamme koulutuspäällikkö Sirpa Tietäväiseltä puh.,
2. palveluohjaaja Hilma Tukmatsovalta puh. sekä
3. projektisuunnittelija Mia Vaelmalta puh.

Ystävällisin terveisin

---

Sina Huotari

Suvi Lahti



TAMPEREEN  
AMMATTIKORKEAKOULU

## LIITE 2

**Suostumuslomake**

## SUOSTUMUS TUTKIMUKSEEN OSALLISTUMISESTA

Olen saanut sekä kirjallista että halutessani myös suullista tietoa Tampereen ammattikorkeakoulun opiskelijoiden tekemästä Ikälinjan käyttöä sekä sen palveluita tutkivasta opinnäytetyöstä, joka toteutetaan yhteistyössä T-Seniorit -projektin ja Tukea ja toimintakykyä arkeen -projektin kanssa.

Ymmärrän, että tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista ja että minulla on oikeus kieltäytyä siitä milloin tahansa syytä ilmoittamatta.

Ymmärrän myös, että tiedot käsitellään täysin luottamuksellisesti.

Tampereella \_\_\_\_\_

Suostun osallistumaan tutkimukseen.

Suostumuksen vastaanottajat

Sina Huotari

Suvi Lahti

## Käyttäjäkysely

## LIITE 3

<b>Kyselyn numero:</b>	
<b>Maa:</b>	
<b>Pilotti:</b>	
<b>Päiväys (pp/kk/vvvv)</b>	

## Osa 1: Henkilötiedot

<b>Nimi:</b>			
<b>Sukupuoli:</b>	<b>Mies:</b> <input type="checkbox"/>	<b>Nainen:</b> <input type="checkbox"/>	
<b>Ikäryhmäsi:</b>	<input type="checkbox"/> 60 - 64 <input type="checkbox"/> 65 - 69 <input type="checkbox"/> 70 - 74 <input type="checkbox"/> 75 - 79 <input type="checkbox"/> 80 - 84 <input type="checkbox"/> 85 - 89 <input type="checkbox"/> 90 - 94 <input type="checkbox"/> 95 - 99 <input type="checkbox"/> 100 >		

	<b>Ei</b>	<b>Kyllä</b>
Asutteko kotona yksin?		
Asutteko palvelutalossa?		
Asutteko perheen kanssa?		

<b>Peruskoulutus?</b>			
<input type="checkbox"/>	Ei koulutusta	<input type="checkbox"/> Peruskoulu	<input type="checkbox"/> Keskkoulu
<input type="checkbox"/>	Ylioppilas	<input type="checkbox"/> Yliopistotutkinto	<input type="checkbox"/> Muu
	Kommentit		

Oletteko koskaan käyttäneet seuraavia laitteita/palveluja?

	Kyllä	En
Matkapuhelin		
Tekstiviestit		
Teksti-TV:n palvelut		
Pelikonsoli		
Tietokone		
Internet		

## Osa 2: Käytettävyyden arviointi

N <sup>o</sup>	Kysymys	1	5			
1	Käytättekö Ikälinja- palvelua?	<b>Ei</b>	<b>Kyllä</b>			
	Tarjoaako Ikälinja mielestänne selkeitä ja käyttäjäystävällisiä palveluja ja tietoa?					
		1	2	3	4	5
		Erittäin vaikea	Vaikea	Ei helppo eikä vaikea	Helppo	Erittäin helppo
2	Millainen Ikälinja on mielestänne oppia?					
	Kommentit					
3	Osaatteko siirtyä Ikälinjassa sivulta toiselle apua kysymättä	<b>Ei</b>	<b>Kyllä</b>			

	Kommentit		
4	Olen voinut sanoa mielipiteeni omista tarpeistani ja toiveistani		
	Kommentit		
5	Olen saanut opastusta ja tukea tarvittaessa		
	Kommentit		
6	Minkä tyyppisiä palveluja olette käyttäneet? <input type="checkbox"/> Yleisiä palveluja (esim. uutiset, sää, viihde, ...) <input type="checkbox"/> Henkilökohtaisia palveluja (esim. yhteydenpito sukulaisiin, yhteys omaan sairaanhoitajaan) <input type="checkbox"/> Ryhmäpalveluja (esim. keskustelufoorumit, ohjelmalinja)		
	Kommentit		

### Osa 3: Tyytyväisyyden Arviointi

		1	2	3	4	5
		Täysin hyödytön	Ei kovin hyödyllinen	Jonkin verran hyödyllinen	Hyödyllinen	Erittäin hyödyllinen
1	Kuinka hyödyllinen Ikälinja					



	Teille on ollut?					
		En koskaan	Kerran kuussa	Muutamaan kerran kuussa	Kerran viikossa	Monta kertaa viikossa
2	Kuinka usein käytätte Ikälinjaa?					
					<b>Ei</b>	<b>Kyllä</b>
3	Onko Ikälinja saanut teidät luottavaisemmaksi uutta teknologiaa kohtaan?					
Kommentit						
4	Onko Ikälinja tuonut jotakin uutta elämäänne?					
Kommentit						
		1	2	3	4	5
		Täysin eri mieltä	Eri mieltä	Ei osaa sanoa	Samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
5	Ikälinja on mukava ja nautin sen kanssa toimimisesta					
6	Teen mieluummin jotakin muuta kuin käytän Ikälinjaa					
7	Ikälinjan käyttö on mielenkiinnostonta eikä se kiinnosta minua					
					<b>Ei</b>	<b>Kyllä</b>
8	Haluatteko jatkaa Ikälinjan käyttöä vielä tämän projektin loputtua?					

9	Ikälinja on vastannut odotuksiani		
10	Suosittelisitteko Ikälinjaa muillekin ikääntyneille?		
11	Oletteko kertoneet Ikälinjasta sukulaisillenne?		

**Osa 4: Kestävä kehitys**

			Ei	Kyllä
3	Olisitteko valmis maksamaan Ikälinjan käytöstä?			
	Jos olisitte, mikä summa olisi mielestänne kohtuullinen?			
	<input type="checkbox"/> 1 - 5 €/kk <input type="checkbox"/> 5 - 10 €/kk <input type="checkbox"/> 10 - 15 €/kk <input type="checkbox"/> 15 - 20 €/kk <input type="checkbox"/> yli 20 €/kk			
	Jos Kyllä, kuka maksaisi?			
	<input type="checkbox"/> Minä itse <input type="checkbox"/> Läheiseni <input type="checkbox"/> Palvelutaloni <input type="checkbox"/> Paikkakuntani <input type="checkbox"/> Vakuutusyhtiöni			

			Ei	Kyllä
3	Olisivatko läheisenne valmiita maksamaan omaisliittymän (Mobile) käytöstä voidakseen olla kuvapuheluyhteydessä kanssanne?			

	Jos olisi, mikä summa olisi mielestänne kohtuullinen?
	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 1 - 5 €/kk <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 5 - 10 €/kk <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 10 - 15 €/kk <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 15 - 20 €/kk <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> yli 20 €/kk
	Jos Kyllä, kuka maksaisi?
	<input type="checkbox"/> Minä itse <input type="checkbox"/> Läheiseni <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Palvelutaloni

### **Osa 5: Itsenäisyys**

		1	2	3	4	5
		Täysin eri mieltä	Eri mieltä	En osaa sanoa	Samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
1	Ikälinja saa minut tuntemaan itseni olevan enemmän ajan tasalla					
2	Ikälinja lisää turvallisuudentunnettani					
3	Ikälinja tukee itsehoitoani					
4	Ikälinja helpottaa elämääni ja auttaa toimimaan omaehtoisesti					

### **Osa 6: Sosiaalinen elämä**

		1	2	3	4	5
		Täysin eri mieltä	Eri mieltä	En osaa	Samaa mieltä	Täysin samaa

				sanoa		mieltä
1	Ikälinjan avulla saan helposti yhteyden omaisiini /läheisiini					
2	Ikälinja on monipuolistuttanut kommunikointitapojani					
3	Ikälinja auttaa minua saamaan uusia kontakteja ja ystäviä					
4	Ikälinja on parantanut sosiaalista elämääni					
	Haluatteko antaa jotain muuta palautetta Ikälinjasta tai projektista? ----- ----- ----- -----					

Terveyslinja24

Rastittakaa lähin vaihtoehto

1. Kuinka usein otitte yhteyttä?	1-5 kertaa	5-10 kertaa	yli 10 kertaa	En kertaakaan	
2. Missä asioissa otitte yhteyttä? - Voitte rastittaa useamman	Terveys	Sairaus	Keskustelu	Lääkitys	Laite- esittely
3. Sain avun asiaani kuvayhteyden avulla?	Täysin eri mieltä	Eri mieltä	En osaa sanoa	Samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
4. Olin tyytyväinen hoitajan kanssa käymääni keskusteluun (ystävällisyys, ammattitaito, kuunteleminen)	Täysin eri mieltä	Eri mieltä	En osaa sanoa	Samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
5. Tavoititteko hoitajan heti ottaessanne kuvayhteyden?	Lähes aina	Aina	Joskus	En koskaan	
6. Jos jouduitte odottamaan hoitajan yhteydenottoa, kuinka kauan?	0-15 minuuttia	15- 30 minuuttia	30- 60 minuuttia	Kukaan ei ottanut yhteyttä	

Jouduin odottamaan					
--------------------	--	--	--	--	--

## Seniorivalmennus

1. Koetteko seniorivalmennuksen itsellenne hyödyllisenä?	Täysin eri mieltä	Eri mieltä	En osaa sanoa	Samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
1.1 Mitä hyötyä olette saaneet (avoin)					
2. Onko valmennuksen yhteydenpitoväli ollut sopiva?	Täysin eri mieltä	Eri mieltä	En osaa sanoa	Samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
3. Valmentaja oli ystävällinen ja empaattinen	Täysin eri mieltä	Eri mieltä	En osaa sanoa	Samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
4. Olen mukana seniorivalmennuksessa	Diabeteksen takia	Sydänsairauden takia	Verenpainetaudin takia	Muu syy	
5. Valmennuksen pituus on ollut minulle riittävä	Täysin eri mieltä	Eri mieltä	En osaa sanoa	Samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
6. Jos jouduitte odottamaan hoitajan yhteydenottoa, kuinka kauan? Jouduin odottamaan	0-15 minuuttia	15- 30 minuuttia	30- 60 minuuttia	Kukaan ei ottanut yhteyttä	

1. Koin ohjelma-aiheet itselleni kiinnostaviksi?	Täysin eri mieltä	Eri mieltä	En osaa sanoa	Samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
2. Pystyin mielestäni vaikuttamaan ohjelmatarjontaan	Täysin eri mieltä	Eri mieltä	En osaa sanoa	Samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
3. Keskustelutilanteet ovat lähetysten aikana olleet mielestäni avoimia ja luottamusta herättäviä	Täysin eri mieltä	Eri mieltä	En osaa sanoa	Samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
4. Mitkä aiheet olette kokeneet itsellenne erityisen tärkeiksi? (avoin)					
5. Mitä muita aiheita olisitte toivoneet? (Avoin)					
6. Ohjelmataitit olivat	Asiantuntevia	Ystävällisiä	Ymmärrettäviä	Ennenkäs	Asiat

## Tietolinja

1. Oletteko tutustuneet tietolinjan artikkeleihin?	Kyllä	Ei		
--	-------	----	--	--

Mielipiteenne artikkeleista (avoin)				
---	--	--	--	--

**Kiitos paljon! Palautteenne on erittäin arvokasta!**

**Kysely on nyt loppu.**



## Esimerkki sisällönanalyysista

## LIITE 4

Pääkategoria	Alakategoria	Pelkistetty ilmaus	Alkuperäisilmaus	Arvolataus
voida	Ikälinjan käyttö	Tavallisen tietokoneen käyttö hankalaa, Tarvitsee Ikälinjaa, jota on helppo käyttää.	<i>Nyt minä ei voi käyttää tavallinen tietokone. -- Nyt minun tarvitsee ikälinja. Siksi se on piste ja kaikki oikeaa. Tämä on hiiri minulla. (näyttää somea)</i>	positiivinen
haluta	Ikälinjan käyttö	Tieto erilaisista sairauksista kiinnostaa, itsellä reuma, saa neuvoa Ikälinjan kautta.	<i>No jos puhuvat erilaisia tauteja, minä aina kyllä kuuntelen. Siksi minulle on reuma ja he puhuvat mitä tekee. --- Ja ne sanoo ja antaa paljon neuvoa. Mikä hoitaa jalat ja mitä tarvitsee vaatteet kun matkustella.</i>	positiivinen
kyetä	Ikälinjan sosiaalinen ulottuvuus	Kaikki tuntevat	<i>Joo, kaikki tietää minut tämän linjan kautta.</i>	positiivinen
osata	Ikälinjan käyttö	Kuvaus omasta osaamisesta	<i>Ei ole vaikeata. -- Jos jotain minä ei ymmärrä, ei se haitta. Minun tarvitsee kuuntelevat. Siksi nyt minä ei puhu suomea. Mutta minun tarvitsee kuuntelee.</i>	positiivinen
tuntea	Ikälinjan käyttö	Mielipide Ikälinjasta	<i>Kyllä se on hyvä.</i>	positiivinen
haluta	Ikälinjan käyttö	Ikälinjan kiinnostavuus	<i>Lisätietoa. Minä haluan tietää kaikki.</i>	positiivinen
haluta	Ikälinjan käyttö	Toiveet Ikälinjan palveluista	<i>Minä haluan suomea historia, minä tiedän paljon, siksi opettajat sanoo, mutta nyt tarvitsen kirjallisuutta minä tiedän vähän. --Suomen taiteesta. Se on tarvitsen niitä. Radiosta ei saa tietoa. No, terveyteen liittyvät ohjelmat, tuolijumppa. No, on ohjelma, joku puhuu vain venäjää, minä osallistun.</i>	positiivinen
osata	Ikälinjan käyttö	Kuvaus palveluista, joita käyttää. Kanssakäyminen venäjän kielellä.	<i>Joku on ollut mutta en muista. Jotain oli. Minä en halua puhua paha, mutta jotain luentoo ei ole hyvä. Vain yleistä tietoa. Tarvitsee jotain ja minä ajattelen, tämä ihmiset ei tiedä, mitä puhuu. Hän katsoo tietokonetta ja jotain. Ja joskus ajattelen, aika tulee. Aika on vietetty, mutta ei ole saanut mitään tietoa.</i>	positiivinen
tuntea	Ikälinjan käyttö	Mielipide Ikälinjan ohjelmasta. Liian pintapuolisesti käsitelty asiat.	<i>Joku on ollut mutta en muista. Jotain oli. Minä en halua puhua paha, mutta jotain luentoo ei ole hyvä. Vain yleistä tietoa. Tarvitsee jotain ja minä ajattelen, tämä ihmiset ei tiedä, mitä puhuu. Hän katsoo tietokonetta ja jotain. Ja joskus ajattelen, aika tulee. Aika on vietetty, mutta ei ole saanut mitään tietoa.</i>	negatiivinen
tuntea	Ikälinjan käyttö	Mielipide Ikälinjasta	<i>No, hyvä, mutta ei niinku korkeempi aste, arvosana.</i>	positiivinen
haluta	Ikälinjan käyttö	Ikälinjan käytön kuvailu ja sen toimivuus	<i>Minä sitä vähän käytän, minulle ikälinja ei keppaa ja jos tulee maksullinen, minä en käytä sitä. No, se on että sen sukulaisten kanssa puhumme joskus. Nyt taas sen panin käymään, mutta se ei ole kunnossa.</i>	negatiivinen