

Anni Pitkänen, Ida Rantala

Mahdollisuus yhdessäoloon

Ikäihmisten omaehtoisen ryhmän käynnistäminen

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Sosionomi (AMK)

Sosiaalialan koulutusohjelma

Opinnäytetyö

8.4.2013

Tekijät Otsikko Sivumäärä Aika	Anni Pitkänen, Ida Rantala Mahdollisuus yhdessäoloon. Ikäihmisten omaehtoisen ryhmän käynnistäminen. 44 sivua + 2 liitettä kevät 2013
Tutkinto	Sosionomi (AMK)
Koulutusohjelma	Sosiaalialan koulutusohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	Sosiaaliala
Ohjaajat	Lehtori Seija Mäenpää Yliopettaja Jyrki Konkka
<p>Opinnäytetyössä tarkoituksena oli yhteisöllisyyden tunteen vahvistaminen Mäntsälän Osuustien vanhustentalon asukkaiden keskuudessa. Aukkaat olivat toivoneet yhteistä aikaa ja paikkaa, jossa kohdata muita talossa asuvia henkilöitä. Yhteisöllisyyden tunteen vahvistamiseen ja kohtaamisen mahdollistamiseen pyrittiin kehittämistehtävällä, jossa käynnistettiin Osuustien vanhustentalon yhteinen ajanvieteryhmä. Pyrkimyksenä oli osallistaa asukkaat ajanvieteryhmän käynnistämiseen prosessiin. Ryhmä sai myöhemmin nimekseen osallistujien päätöksellä Asukastapaaminen. Toimintaa ohjasi sosiokulttuurisen innostamisen teoria. Toiminnalla pyrittiin tuomaan esille osallistujien piilossa olevia voimavaroja, joiden avulla asukkaat pystyisivät toimimaan mahdollisimman omaehtoisesti.</p> <p>Ryhmän käynnistämiseksi toteutettiin kuusi noin tunnin mittaista toimintaa sisältävää tapaamista. Tapaamiset pidettiin Osuustien vanhustentalon yhteisessä kahvihuoneessa. Pyrkimyksenä oli innostavan toiminnan avulla saada osallistujat aidosti osallistumaan ryhmän käynnistämiseen, ideointiin ja suunnitteluun sekä päätöksentekoon. Tapaamisissa tutustuttiin muihin asukkaisiin, vaihdettiin kuulumisia, luettiin ja pelattiin yhdessä, sekä toteutettiin erilaisia työpajoja. Toimintaa toteutettiin osallistujien toiveiden ja tarpeiden pohjalta, ja sen suunnittelussa otettiin huomioon ryhmän omaehtoisuus. Toiminta pyrittiin rakentamaan sellaiseksi, että sen toteuttaminen olisi mahdollista ilman ulkopuolista ohjaajaa.</p> <p>Asukkaiden yhteisen ajan ja tilan mahdollistaminen oli tavoite, jonka toteutumista tukivat ryhmän käynnistämiseen liittyvät osatavoitteet, kuten ryhmään orientointi ja osallistujien toisiinsa tutustuminen, ympäristön muokkaaminen toimintaa tukevaksi, ideointiin ja toimintaan innostaminen sekä omaehtoisuuden tukeminen. Osatavoitteiden toteutumisen kautta arvioitiin prosessin aikana syntyneen Asukastapaamisen käynnistämistä. Tavoitteet saavutettiin pääasiassa hyvin. Tavoitteiden toteutumista arvioidessa voitiin kuitenkin todeta, että osallistujien omaehtoisuuden tukemiseen olisi voitu panostaa enemmän, sillä vielä lopuksi osallistujat kokivat ryhmän tarvitsevan tuekseen myös ohjausta. Ohjauksen tarpeeseen vastattiin rekrytoimalla ryhmän tueksi vapaaehtoistoimija. Yhteisöllisyyden tunteen voitiin kokea kasvaneen ja vahvistuneen Asukastapaamiseen osallistuneilla. Kokemus nousi osallistujien kanssa käydyistä keskusteluista.</p>	
Avainsanat	Ikäihmiset, sosiokulttuurinen innostaminen, omaehtoisuus

Authors Title Number of Pages Date	Anni Pitkänen and Ida Rantala Chance of Being Together. Starting an Independent and Autonomous Group of Elderly People. 44 pages + 2 appendices Spring 2013
Degree	Bachelor of Social Services
Degree Programme	Social Services
Specialisation option	Social Services
Instructors	Seija Mäenpää, Senior Lecturer Jyrki Konkka, Principal Lecturer
<p>The aim of this thesis was to strengthen a sense of community in Osuustie assisted living residence, which is located in Mäntsälä. Residents of Osuustie assisted living residence had hoped for a common time and place in which they could spend time together. A group was started with residents, and afterwards it got the name Meeting of the Residents. The purpose of the group was to strengthen the sense of community and to enable interaction of residents. The theoretical data and activity were based on the theory of socio-cultural animation. The goal was to try to bring out hidden resources of the participants and strengthen the existing ones. Action was the way how hidden resources could be found and strengthened. The found resources would help residents to act independently.</p> <p>The group gathered six times once a week. The meetings were carried out in a common coffee room. The aim was to get the participants to take a part in planning, ideation and starting the group. Contents of meetings were as follows: getting to know other residents, telling each other how they felt, putting workshops into practice and reading and playing together.</p> <p>Activities were carried out on the basis of the residents' wishes, and planning took into account the independence and autonomy of the group. Activities were planned so that it would be possible to carry out them without an external supervisor.</p> <p>Common time and place for residents comprised a purpose that was supported by other smaller aims. These aims, such as group orientation, getting to know another, making the place suitable for group activity, encouraging the residents to plan and make decisions and giving support to residents' independence were the tools which helped starting the group and making evaluation of it. The aims were mainly reached well. However, we found that we could have been more supportive with residents' independence and autonomy. In the end residents felt they still needed someone's guidance in their group. The solution was to find a volunteer who would give support to the group. We concluded that the sense of community was strengthened. This came out in the conversations between the residents and us.</p>	
Keywords	elderly people, socio-cultural animation, independent and autonomous action

Sisällys

1	Johdanto	1
2	Ikäihmiset aktiivisina toimijoina yhteisössään	2
2.1	Hyvinvointia ikäihmisten arkeen	2
2.2	Aktiivinen ikääntyminen	3
2.3	Yhteisöllisyys ikäihmisen arjessa	7
3	Sosiokulttuurinen innostaminen	9
3.1	Yleistä innostamisesta	9
3.2	Innostamisen ja innostajan tehtäviä	10
3.3	Innostamisen piirteet lähtökohtana omaehtoiselle toiminnalle	12
3.4	Innostamisen menetelmät	13
4	Kehittämistehtävä	16
5	Toimintatutkimuksellinen lähtökohta	17
6	Omaehtoisen ryhmän käynnistäminen	19
6.1	Ryhmän suunnittelu ja lähtökohdat	19
6.2	Ryhmän käynnistäminen	21
6.2.1	Ryhmän koko ja muoto	21
6.2.2	Omaehtoinen ja turvallinen ryhmä	21
6.2.3	Orientoituminen ryhmään	24
6.2.4	Ympäristön muokkaaminen toimintaa tukevaksi	24
6.2.5	Ideointiin virittäytyminen	26
6.2.6	Kokeilemalla ja toiminnalla innostaminen	28
6.2.7	Toiminnan jatkuvuuden turvaaminen	30
7	Arviointi	32
7.1	Tavoitteiden saavuttaminen	32
7.2	Ryhmän käynnistämisen tulokset	35
8	Pohdinta	37
	Lähteet	43
	Liitteet	

Liite 1. Tiedote Osuustien vanhustentalon asukkaille

Liite 2. Tiedote Osuustien vanhustentalon kotihoidon henkilökunnalle

1 Johdanto

Tarve liittyä ja kuulua johonkin ei katoa elämän myöhempinäkin vuosina. Elämän tunteminen merkitykselliseksi on tärkeää jokaiselle ihmiselle, myös ikääntyvälle. Hakosen (2008: 129) mukaan ikäihmisillä merkitykselliseksi elämän tekevät yhteisön jäsenenä oleminen, kuuluminen johonkin sekä osallistuminen merkitykselliseen toimintaan. Tässä opinnäytetyössä tarkoituksena on mahdollistaa yhteisöllisyyden tunteen vahvistamista innostamisen keinoin ja menetelmin Mäntsälän Osuustien vanhustentalossa. Kehittämistehtävää tarkastellaan sosiokulttuurisen innostamisen näkökulmasta ja se toimii opinnäytetyön teoreettisena viitekehyksenä.

Opinnäytetyö toteutetaan osana Hyvinvointia ja energiatehokkuutta asumiseen -hanketta. HEA -hankkeessa haetaan erityisesti ikääntyvien ihmisten asumiseen sosiaalisia ja teknisiä ratkaisuja, jotka tukevat hyvinvointia, toimijuutta sekä mahdollistavat energiatehokkaan asumisen (Hyvinvointia ja Energiatehokkuutta Asumiseen 2012). Aihe opinnäytetyölle syntyi syksyllä 2012 opinnäytetyön tekijöiden ollessa työelämäharjoittelussa Osuustien vanhustentalolla viriketoiminnan käynnistäjinä. Ohjattu viriketoiminta koettiin tärkeäksi, mutta sen lisäksi nousi toive tilasta, jossa olisi mahdollisuus kohdata toisia talossa asuvia ihmisiä ja viettää aikaa yhdessä. Talossa asuvien toiveeseen vastattiin ja opinnäytetyönä käynnistettiin omaehtoisuuteen pyrkivä ajanvieteryhmä, joka myöhemmin sai nimekseen asukkaiden aloitteesta Asukastapaaminen. Kehittämistehtävän toteutusosa pitää sisällään kuusi toiminnallista kertaa, jotka ajoittuvat viikon välein kuuteen perjantaihin. Ensimmäinen tapaaminen orientoi tulevaan toimintaan ja loput viisi pitävät sisällään erilaisia toiminnallisia kokeiluja. Pyrkimyksenä on, että kehittämistehtävän päätyttyä Asukastapaamisesta muodostuisi jatkuva ryhmätoiminto, jonka talon asukkaat kokevat merkitykselliseksi ja johon osallistuminen tapahtuu mahdollisimman matalalla kynnyksellä.

Osuustien vanhustentalon asukkaita tarkastellaan alueellisena yhteisönä, jolla on yhteisen toiminnan avulla mahdollisuus muodostua toiminnalliseksi yhteisöksi. Yhteinen toiminta voi parhaimmillaan muodostua Osuustien asukkaita yhdistäväksi tekijäksi ja vahvistaa yhteenkuuluvuuden tunnetta. Opinnäytetyössä pyritään vahvistamaan Osuustien asukkaiden yhteisöllisyyden tunteita luomalla tila kohtaamisella ja yhteiselle ajanvietolle. Edellytyksiä omaehtoiselle ryhmätoiminnalle pyritään luomaan kokeilemal-

la uutta ja hyödyntämällä aiemmin mielekkääksi koettua toimintaa. Innostamisen menetelmin pyritään tukemaan Osuustien vanhustentalon asukkaiden osallisuutta tarjoamalla erilaista tekemistä, jota he voivat jatkossa omaehtoisesti toteuttaa. Jokaisen osallistujan ääni pyritään saamaan kuuluviin kokoontumiskerroilla. Yhdessä asukkaiden kanssa pyritään ryhmätoimintaa muokkaamaan sellaiseksi, että jokaisella olisi mahdollisuus osallistua toimintaan omien voimavarojensa mukaan. Merkityksellisen ryhmätoiminnan avulla on ikäihmisen mahdollisuus tuntea itsensä yhä tarpeelliseksi itsensä ja ympäröivän yhteisön kannalta.

Kehittämistehtävän tuloksista hyötyvät välittömästi Osuustien vanhustentalossa asuvat ikäihmiset mahdollisesti vahvistuvan yhteisöllisyyden kokemusten muodossa. Välillisiä hyötyjiä tulevat olemaan vanhustyön- tai vapaaehtoistyöntekijät saaden opinnäytetyöstä ideoita omaehtoisen ryhmätoiminnan virittämiseen. Asukkaiden omaehtoisen ryhmän käynnistäminen luvussa kuvataan tarkemmin ryhmän käynnistämisen prosessia. Prosessia ei kuvata kronologisessa järjestyksessä, vaan ryhmän käynnistämisen asetettujen osatavoitteiden kautta. Opinnäytetyössä tuotettua raporttia voidaan hyödyntää jatkossa alan työntekijöiden ja opiskelijoiden ideoissa omaehtoista toimintaa ikäihmisille. Raportti voi antaa rohkaisua toiminnan järjestämiseen myös ikäihmisille itselleen. Parhaassa tapauksessa opinnäytetyössä toteutettava toiminta vaikuttaa kohteeseensa siten, että se auttaa Osuustien vanhustentalon asukkaita toimimaan ja järjestämään toimintaa itsenäisesti.

2 Ikäihmiset aktiivisina toimijoina yhteisössään

2.1 Hyvinvointia ikäihmisten arkeen

Opinnäytetyössä työelämäkumppanina toimii HEA eli Hyvinvointia ja energiatehokkuutta asumiseen, joka on kesällä 2011 aloitettu 2,5 vuotta kestävä hankekokonaisuus. HEA -hankkeen osahankkeissa haetaan erityisesti ikääntyvien hyvinvointiin ja asumiseen liittyviä käyttäjälähtöisiä ja innovatiivisia ratkaisuja yhdistämällä hyvinvointialan asiakasymmärrystä ja huipputeknologian soveltamisen asiantuntemusta. (Metropolia ammattikorkeakoulu 2012.) HEA -hanke koostuu kuudesta eri osahankkeesta, jossa kehitystyötä tehdään ikäihmisten, heidän omaistensa, kuntien, tutkijoiden ja muiden sidosryhmien, kuten vapaaehtoistyöntekijöiden kanssa. Pilotointi on aktiivisessa roolissa hankekokonaisuudessa. Pilotoinnin tarkoituksena on nopeuttaa uusien ratkaisuiden

käyttöönottoa ja havainnoida ovatko innovoidut ratkaisut käyttäjälähtöisiä. (Hyvinvointia ja Energiatehokkuutta Asumiseen 2012.) Opinnäytetyö tehdään HEA -hankkeelle ja se toteutetaan Mäntsälän Osuustien vanhustentaloon, joka on yksi HEA -hankkeen pilotti-kohteista.

Osuustien vanhustentalo on Mäntsälän vuokra-asuntojen hallinnoima kerrostalo, jonka asuinhuoneistoihin asukkaat ovat vuokrasuhteessa. Kiinteistössä työskentelee Mäntsälän kotihoidon yksikkö joka päivä klo. 6.00 - 21.00. Kotihoidon lisäksi asukkailla on mahdollisuus saada tukipalveluja ateria-, vaatehuolto-, kauppa-, sauna-, turvapuhelin palveluin. Asukkaita vanhustentalossa asuu 43, joista kaikki eivät kotihoitoa vielä tarvitse. Osuustien vanhustentalon asukkaiden yhteisenä tilana toimii kahvihuoneeksi kutsuttu tila, jossa kotihoito tarjoilee päivittäin aamupalan sekä päiväkahvin. (Hyvinvointia ja energiaterhokkuutta asumiseen 2012.) Kahvihuone on vanhustentalon ainoa tila, jossa yhteistä toimintaa on mahdollista järjestää. Tällä hetkellä Osuustien vanhustentalon kahvihuoneella SPR:n vapaaehtoiset järjestävät kahden viikon välein luku- ja laulupiiriä, seurakunta kuukausittain hartaushetkiä ja Mäntsälän senioreiden mieskuoro satunnaisesti yhteislaulutilaisuuksia. Kahvihuoneessa tapahtuu myös kehittämistehtävän toteutus, omaehtoisen ryhmätoiminnan käynnistäminen.

2.2 Aktiivinen ikääntyminen

Ihmiset elävät 2010-luvulla edellisiin vuosikymmeniin verrattuna yhä pidempään ja terveempinä. Tästä syystä vanhenemisen teorit ovat alkaneet painottua myönteisempään vanhuuskäsitykseen tuoden esiin vanhuuden voimavaroja. (Haarni 2010:33.) Ikääntyneiden osallistumista on alettu tukea yhä enemmän ja aktiivisen, tuottavan sekä onnistuneen vanhenemisen näkökulmat ovat nousseet yhteiskunnallisen keskustelun kohteiksi (Haarni 2010:31) Pitkän eliniän havaitsee myös Osuustien vanhustentalossa, jossa asukkaiden keski-ikä on noin 85 vuotta. Korkeasta iästä huolimatta asukkaat haluavat osallistua yhteiseen toimintaan omien voimavarojensa mukaan. Kotihoidon työntekijät tukevat ja kannustavat asukkaita toimintaan, joka on yleensä ohjattua viriketoimintaa.

Helsingin sanomien artikkelissa Päivi Repo (2012) kirjoittaa ikääntymisestä. Ikärakenne Suomessa on muutoksessa, joten panostus vanhustyöhön on panostus tulevaisuuteen. Ikäihmisiä ei tulisi nähdä homogeenisena ryhmänä vaan vanhustyön kenttä tulisi nähdä monimuotoisena. Opinnäytetyössä pyritään panostamaan monimuotoisuuteen, joka

tulee ilmi toiminnan organisoinnin mahdollisuuksissa. Aiemmissä tutkimuksissa ja opinnäytetyöissä ikäihmisten viriketoimintaa on tutkittu lähes poikkeuksetta ohjattuna viriketoimintana. Tässä opinnäytetyössä pyritään tekemään ja näkemään aktivoiva ja virikkeellinen toiminta toisin. Yhdessä tekeminen ja toimiminen ei aina tarvitse olla ohjaajavetoista. Osuustien vanhustentalon asukkaita ei pyritä pakottamaan toimintaan, vaan luodaan mahdollisuuksia osallistumiselle. Haarnin (2010: 150) mukaan osallistumiseen motivoiva asia on onnistumisen ilo. Ihmisen ikääntyessä toimintaan mukaan lähteminen halutaan olevan vapaaehtoista, itselle sopivassa tahdissa olevaa sekä omissa resurssien ja mielenkiinnon kohteiden pohjalta lähtevää. Tärkeää on, että toiminta tuo iloa elämään. Iloa tuottaa muiden tapaaminen, toiminnan mukavuus ja virkistävyys sekä se että voi auttaa muita ja olla hyödyksi. Omaehtoisen ryhmän toimintaa eivät opinnäytetyössä suunnittele työn toteuttajat yksin vaan yhdessä Osuustien asukkaiden kanssa. Yhdessä suunnitellen etsitään iloa elämään tuottavia erilaisia toimintoja. Suunnittelussa otetaan huomioon Osuustien asukkaiden oman elämänsä asiantuntemus, vain he voivat parhaiten tietää, mikä on heistä mielekästä toimintaa. Opinnäytetyön toteuttajat voivat vain antaa ehdotuksia toiminnalle, mutta he eivät suunnittele ryhmäkertojen runkoja valmiiksi. Valmiiksi suunniteltu toiminta ei ole omaehtoista, vaan ohjattua.

Usein iäkkäitä ihmisiä saatetaan kuvata homogeenisenä ryhmänä ihmisiä, joilla on joukko sairauksia. Ikäihmisillä, kuten muillakin, on sairauksista ja muista iän tuomista haasteista huolimatta käytössään paljon voimavaroja. (Heikkinen - Rantanen 2008: 422-423.) Vaikka fyysiset voimavarat heikkenisivät, on aktiivinen oleminen yhä mahdollista. Aktiivisuuden voi ymmärtää paremmin mahdollisuutena elää omaa elämää omia valintoja tehden elämän loppuun saakka. Ihmisen tulee kiinnittyä sellaisiin toimiin, jotka tekevät hänen elämästään merkityksellisen. (Hakonen 2008: 156.) Ikäihmisten omaehtoista ryhmätoimintaa käynnistettäessä ei iän tuomia haasteita voi kuitenkaan sivuuttaa. Ottamalla henkilön toimintakyvyn haasteita huomioon, mahdollistetaan henkilön osallistumista ryhmään täysipainotteisemmin. Yleisiä haasteita iäkkäät henkilöt saattavat kokea kuulon, näön ja muistin kanssa. Iäkkäiden henkilöiden kuulo- ja näköongelmat ovat yleisiä, ja usein henkilöllä saattaa olla samanaikaisesti sekä heikentynyt kuulo että näkö. On tutkittu, että yli 75 vuotiaista jopa 22 prosentilla on näköongelmia ja 50 prosentilla kuulo-ongelmia. Haasteet kuulon ja näön kanssa saattavat pahimmillaan heikentää henkilön toimintakykyä. (Lupsakko - Ikäheimo 2008: 146.) Keskustelemisesta saattaa kuulon heikentyessä muodostua monen mielestä vaivalloista ja tämä puolestaan aiheuttaa henkilön ärtymistä ja väsymistä. Myös kanssaihmiset saattavat turhau-

tua jatkuvaan henkilön heikentyneen kuulon huomioimiseen, kuten toistamiseen ja selvittämiseen. Kuulo-ongelmat voivat vaikeuttaa ymmärtämiseksi tulemista sekä henkilön tunne-elämä saattaa joutua koetukselle. (Heikkinen - Rantanen 2008: 162-163.)

Muistisairaus voi vaikeuttaa henkilön keinoja ilmaista itseään, jolloin muiden saattaa olla vaikeaa ymmärtää muistisairaana henkilön tarpeita. Muistisairaudesta huolimatta henkilöllä yleensä säilyy monia kykyjä, joita tulee kunnioittaa. Usein muistisairaiden ihmisten vahvuutena ovat kyky aistia tilanteita ja tuoda esille tunteitaan herkemmin. (Sulkava – Eloniemi-Sulkava 2008: 101.) Muistioireisen itsensä ilmaisemisen vaikeus saattaa hämmentää muita ryhmään osallistuvia henkilöitä, mutta toisaalta henkilön omien tunteiden esille tuominen saattaa olla myös ryhmää vahvistava tekijä, jolloin ryhmän muutkin osallistujat saattavat rohkaistua puhumaan tunteistaan ja ajatuksistaan avoimemmin. Turvallisuutta muistioireisen henkilön elämään luovat jatkuvuus, muuttumattomuus ja tuttuus. Muistioireinen henkilö pystyy nauttimaan nykyhetkestä, kun arjen turvallisuuden kokemuksia tuetaan. Tätä edesauttavat häntä arvostavat ja hänet hyväksyvät tutut ihmiset. (Sulkava – Eloniemi-Sulkava 2008: 103.) Osuustien vanhustentalolla ajanvieteryhmästä voisi muodostua osa arjen rutiineita, jolloin osallistujat oppisivat tuntemaan naapurinsa. Kuuluminen tuttuun ja turvalliseen yhteisöön, sekä seurustelu aikuisessa seurassa voivat tukea muistisairaana henkilön kuin kenen tahansa turvallisuuden tunteen muodostumista ja toimintakykyä. Ajanvieteryhmän negatiiviset vaikutukset on myös otettava huomioon. Tällaisia voivat olla esimerkiksi muiden asukkaiden suhtautuminen oudoksuen tai syrjivästi henkilön muistisairauden mukana tuomiin muutoksiin.

Mielekkäät harrastukset ja toiminta ovat ihmiselle elämän tarkoituksellisuuden kannalta tärkeitä lähteitä. Ne edesauttavat pitämään sekä ruumiin että mielen virkeänä. Myös sitoutuminen tunteena edesauttaa elämän merkitykselliseksi kokemista. Sitoutumisen kohteina voivat toimia esimerkiksi erilaiset tehtävät, ihmiset, arvot ja ihanteet. Ihmissuhteet koetaan usein elämän tarkoituksellisuutta eniten tuovaksi ja puolestaan yksinäisyys tarkoituksettomuutta tuovaksi tekijäksi. (Heikkinen - Rantanen 2008: 238-239.) Omaehtoisen ryhmätoiminnan tarkoituksena on vahvistaa Osuustien vanhustentalon asukkaiden yhteisöllisyyden tunteita yhteisen tekemisen avulla. Ryhmä voi parhaimmillaan tukea osallistujien elämän tarkoituksellisuutta ja ryhmään sitoutunut voi tuntea ”johonkin kuulumisen”-tunteita.

Ikääntymiseen liittyy usein elämän aikana itse luotujen suhteiden väheneminen, kuten suhteet ystäviin, työtovereihin ja harrastuskumppaneihin. Samaan aikaan suhteet institutionaalisiin toimijoihin lisääntyvät ja vahvistuvat. Ikääntyvän henkilön tukiverkko saattaa näin ollen muodostua vieraaksi ja ulkopuoliseksikin. (Heikkinen - Rantanen 2008: 74) Myöhäisellä iällä sosiaalinen yhteys muihin ihmisiin tukee osaltaan minuuden ylläpitämistä. Ikääntyneen henkilön hyvinvoinnin kannalta olisikin tärkeää, että sosiaalinen verkosto ei häviäisi. Sosiaalisessa verkostossa vastavuoroiset ja tasavertaiset suhteet voivat toimia henkilöä voimaannuttavina suhteina. Näissä suhteissa molemmat osapuolet sekä antavat että saavat. Yhteisesti jaetut arvot vahvistavat luottamusta ja kartuttavat sosiaalista pääomaa. Tasavertaisessa suhteessa henkilö voi kokea aitoa osallisuutta. (Hakonen 2008: 137.)

Unelma paremmasta ja muutoshalukkuus voivat parhaissa tapauksissa johtaa todelliseen muutokseen tai uuteen toimintatapaan. Loppukiri -senioritalo on esimerkki osallistujien toiveista, tavoitteista ja toteutuksesta tehdä unelmista totta. Vaihtoehtoisesta ja yhteisöllisestä senioriasumisesta kertovat Dahlström ja Minkkinen, jotka asuvat Loppukiri nimisessä senioritalossa Helsingin Arabianrannassa. Loppukiri -talo on syntynyt Loppukiri -hankkeessa, jossa pääasiallisena toimijana on ollut Aktiiviset Seniorit -yhdistys. Loppukirissä keskiössä on yhteisöllisyys. Yhteisöllisyyttä vahvistetaan osallistumalla yhteiseen asukastoimintaan, kuten talon siivoukseen ja ruoanlaittoon yhdessä. Talon askareita toteutetaan yhdessä asukkaiden kesken talkoohengessä. Pyrkimyksenä on, että asukkaat tukevat toisiaan ja auttavat naapuria selviytymään ikääntymisen tuomista haasteista. Ihanteena on, että apu löytyy lähempää ja helpommin, kuin normaalissa kerrostalossa. Loppukiri ei ole kuitenkaan hoivalaitos, vaan yhteisöllinen senioritalo. (Dahlström - Minkkinen 2009: 21, 65-68.)

Toiminta, joka rikastuttaa elämää ja kiinnittää henkilön yhteisöön vaatii toteutuakseen sosiaalisia verkostoja sekä kohtaamisen paikkoja. Toiminta, jossa ihminen kokee itsensä merkitykselliseksi ja onnistuneeksi, vahvistaa tämän identiteettiä ja suuntaa kohti myönteistä kasvua ja kehitystä. (Hakonen 2008: 141.) Osuustiellä asukkaiden oman ajanvieteryhmän käynnistäminen, ja asukkaan siihen osallistuminen voivat parhaillaan olla osaltaan tukemassa asukkaan omaa eheytymistä ja elämän merkitykselliseksi kokemista.

2.3 Yhteisöllisyys ikäihmisen arjessa

Opinnäytetyön tekijöille yhteisöllisyys Osuustien vanhustentalossa näyttäytyy erityisesti jokapäiväisessä kahvihetkessä, jossa käyvät useimmiten samat ihmiset. Kahvihetkessä yhteisöllisyys näyttäytyy esimerkiksi toisista huolehtimisena: fyysisesti huonommassa kunnossa olevia autetaan sekä kannetaan huolta naapureista, esimerkiksi jos normaalisti kahvilla käynyt ei jostain syystä saavu paikalle. Kaikki asukkaat eivät yhteiseen ajanviettoon ja toimintaan osallistu. Aina ei voi tietää onko osallistumatta jättämisen taustalla halu jättäytyä tietoisesti yhteisön ulkopuolelle vai esimerkiksi se, että ei tunnetta muita tai yhteiseen tekemiseen ei uskalleta ottaa osaa.

Tarvetta yhteisöllisyydelle ja yhteisöllisyyden kokemuksille on ilmennyt Osuustien vanhustentalolla; kehittämistehtävän aihe saatiin talon asukkailta. Opinnäytetyön tekijöiden suorittaessa työelämäharjoittelua Osuustien vanhustentalolla talossa asuvat ilmaisivat suullisesti tarpeesta kokoontua ja viettää aikaa yhdessä. Haastavaa kehittämistehtävässä on innostaa yhteiseen toimintaan myös niitä asukkaita, jotka osallistuvat harvoin tai eivät laisinkaan. Yhteiseen toimintaan osallistuminen ei saa, eikä voikaan olla pakollista. Silti jokaisella Osuustien vanhustentalon asukkaalla tulisi olla mahdollisuus osallistua ja tuntea kuuluvansa yhteisöön. Osallistuminen ajanvieteryhmään pyritään pitämään mahdollisimman matalakynnyksisenä. Kenenkään ei tarvitse osata mitään tiettyä taitoa tai tietoa, vaan ajanviete voi olla esimerkiksi yhdessä keskustelua. Voidaan myös opetella kaikille uusi taito, jonka opettelussa kaikki lähtevät samalta viivalta.

Opinnäytetyön tarkoituksena on yhteisöllisyyden tunteen vahvistuminen Osuustien vanhustentalon asukkaiden keskuudessa. Yleispätevää määritelmää käsitteelle yhteisö on vaikea määrittää. Opinnäytetyössä yhteisö määritellään Elina Nivalan (2008: 50-51) väitöskirjaa mukaillen seuraavasti: joukko ihmisiä muuttuu yhteisöksi silloin, kun sen jäseniä yhdistää jokin tekijä, joka saa aikaan jäsenten välisen yhteenkuuluvuuden tunteen. Väitöskirjassaan Nivala (2008: 50-51) tarkastelee yhteisön käsitettä neljästä eri näkökulmasta: alueellisesta, muodollisesta, toiminnallisesta ja symbolisesta. Alueellisuus tai muodollisuus voi olla yhteisöä yhdistävä tekijä. Alueellisissa yhteisöissä, esimerkiksi tietyllä alueella asuvat ihmiset tai muodollisissa yhteisöissä, esimerkiksi Kemi-Tornion ammattikorkeakoulun opiskelijat voivat muodostaa ulkoapäin tarkasteltuna yhteisön. Tällöin ulkoinen tekijä toimii yhteisöllisyyden määrittäjänä, eikä kerro mitään ihmisten välillisistä suhteista ja yhteenkuuluvuuden tunteesta. Toiminnalliset ja symboliset yhteisöt puolestaan sisältävät jonkin yhteenkuuluvuuden tunnetta aikaansaavan

tekijän. Yhteinen toiminta, sille asetetut säännöt ja tavoitteet sekä vuorovaikutus saavat aikaan yhteenkuuluvuuden tunteen toiminnallisissa yhteisöissä. Symbolisissa yhteisöissä yhteiset ajattelutavat muodostavat yhteenkuuluvuuden tunteen. Symboliset yhteisöt voivat perustua joko jaettuun kulttuuriperintöön tai jaettuihin ihanteisiin. Symbolisilla yhteisöillä ei välttämättä tarvitse olla fyysistä kokoontumispaikkaa kuten toiminnallisilla yhteisöillä, vaan yhteenkuuluvuuden perustaksi riittää se, että tiedostaa samalla tavoin ajattelevien ihmisten olemassaolosta.

Nivalan (2008: 50-51) yhteisöjaottelun mukaan Osuustien vanhustentalon asukkaita, kuten missä tahansa muussa vuokratyöyhtiössä asuvia voidaan nimittää alueelliseksi yhteisöksi. Talon 43 asukkaasta kaikki asuvat samassa kerrostalossa ja ovat naapureita keskenään. Kotihoidon henkilökunnan kertoman myötä on tullut ilmi, että useimmat asukkaat ovat vain niin kutsuttuja hyvän päivän tuttuja keskenään ja tuntevat toisensa pintapuolisesti. Yhteinen tekeminen ja ajanvietto sekä ihmisten tapaaminen ovat olleet usean Osuustien asukkaan toiveissa tiedusteltaessa sitä, millaista toimintaa haluttaisiin lisää. Tästä syystä kehittämistehtävänä käynnistetään ryhmätoimintaa, johon osallistamalla Osuustien asukkailla olisi mahdollisuus yhteisen toiminnan kautta kokea yhteenkuuluvuuden tunnetta. Pyrkimyksenä on luoda tila, jossa Osuustien vanhustentalon asukkaat voisivat omaehtoisesti toiminnan avulla muodostua yhteisöksi. Omaehtoisessa toiminnassa Osuustien asukkailla olisi mahdollisuus toimia oman elämänsä asiantuntijoina ja yhteisönä demokraattisesti päättää oman toimintansa säännöt se, kuinka he haluavat toimintansa järjestettävän ja jatkuvan.

Saastamoinen (2009: 42) kertoo kaikille yhteisöille yhteistä olevan yhteisöön mukaanotto, mutta myös yhteisöstä poissulkeminen. Jokaisessa yhteisössä tehdään tiedostettuja ja osin tiedostamattomia määrittelyjä siitä, ketkä ovat yhteisön jäseniä ja ketkä eivät. Yhteisö on sanana positiivissävytteinen, mutta aina yhteisö ei ole hyvä kaikille. Yhteisöllä voi olla myös negatiivinen vaikutus henkilöön, jos tämä kokee yhteisön hänen itsetuntoaan tai hyvinvointia alentavana tekijänä. Yhteisössä ihminen voi joutua mukautumaan enemmistön mielipiteeseen, arvoihin tai käyttäytymiseen ja luopumaan näin omista tavoista toimia ja ajatella. (Saastamoinen 2009: 53.) Osuustien vanhustentalolla ajanvieteryhmän riskinä voi olla se, että ryhmä muodostuu toisilleen jo entuudestaan tutuista henkilöistä, jotka muodostavat keskenään niin sanotun kuppikunnan. Tällaisessa tilanteessa ryhmän ulkopuolelle voi jäädä henkilöitä, jotka haluaisivat osallistua toimintaan, mutta jättävät kuitenkin osallistumatta. Pahimmassa tapauksessa muu

ryhmä saattaa tahallisesti sulkea jonkun henkilön ulkopuolelle tai kieltää tätä osallistumasta.

Yhteisöllisyyskokemuksia määrittävä tekijä on usealle yhä edelleen paikallisuus. Kokemus yhteisöllisyydestä liittyy ihmisten mielikuvissa tiettyyn paikkaan kuulumiseen. Kuuluminen ei ole vain fyysiseen paikkaan liittyvää vaan myös kuulumista paikan ihmisiin ja elämänmuotoon. Tiettyyn paikkaan kuuluminen ja paikallisuus synnyttävät muistoja ja määrittävät identiteettiämme sekä suhdettamme muihin ihmisiin. (Saastamoinen 2009:43.) ”Johonkin kuulumisen” -tunne kertoo vahvasta paikkasidoksesta. Paikkasidoksella tarkoitetaan yksilön juurtumisen ja kotiutumisen tunteita sekä hänen suhdettaan paikalliskulttuuriin, -perinteisiin ja -yhteisöihin. Paikkasidos-käsitteen avulla tarkastellaan ihmisen tapaa tulkita ja kuvata omaa paikkaansa yhteisöissä. Paikkasidos voi olla joko vahva tai heikko tai joskus ihminen ei luo paikkasidosta lainkaan. Heikko paikkasidos tai paikattomuus ymmärretään juurettomuuden ja ulkopuolisuuden kokemuksiksi. (Hyväri 2008: 11.) Osuustien vanhustentalolla yhteisen toiminnan avulla pyritään vahvistamaan asukkaiden ”johonkin kuulumisen”- tunnetta; on tietty ryhmä, johon tuntee kuuluvansa. Osa Osuustien vanhustentalon asukkaista on asunut talossa yli kymmenen vuoden ajan ja useat näistä pitkäaikaisasukkaista tuntevat toisensa. Ajanvieteryhmä voi olla myös tutustumisen väline ja auttaa vasta vähän aikaa Osuustiellä asuneita asukkaita tutustumaan toisiinsa sekä jo pidempään asuneisiin ihmisiin.

Hyypän (2002: 180) mukaan naapuriverkostot näyttävät olevan käynnistävä voima yhteisöllisyyden muodostumisessa. Tosin naapurisuhteet täytyy jollain keinoin käynnistää. Usein yhteinen uhka tai tavoite ollaan nähty käynnistäviksi tekijöiksi. Osuustien vanhustentalossa halu viettää aikaa yhdessä on useimmille osallistujille tavoite, miksi yhteiseen ajanvieteryhmään tullaan. Mielekkään toiminnan löytyessä voivat Osuustien asukkaat sitoutua ryhmään ja tuntea kuuluvansa sen myötä mahdollisesti muodostuvaan yhteisöön.

3 Sosiokulttuurinen innostaminen

3.1 Yleistä innostamisesta

Sosiokulttuurinen innostaminen toimii pääteorianana joka ohjaa innostajien roolia kehittämistehtävässä. Innostamisen käsitettä avataan opinnäytetyössä, koska innostaminen

on lähtökohta toiminnalle. Innostamisen avulla pyritään luomaan edellytyksiä omaehtoisien ryhmien käynnistämiseksi ja toiminnan jatkumiseksi. Innostaminen ja innostajana toimiminen eivät ole yksiselitteistä toimintaa, ja molempiin tarvitaan harjaantumista. Innostaminen tulee olemaan opinnäytetyön tekijöiden yksi ammatillisen kehittymisen osa-alue.

Sosiokulttuurinen innostaminen on käsitteenä laaja-alainen. Se on sopeutumista yhteisölliseen toimintaan, mutta myös vapautumista. Innostamisen tarkoituksena on saada ihmiset liikkeelle herättelemällä heidän tietoisuuttaan ja organisoimalla toimintaa. Perusajatuksena innostamisessa on parantaa ihmisten elämänlaatua luomalla tämän mahdollistavia tiloja ja tilanteita. Innostamisen voidaan myös kuvata olevan joukko toimenpiteitä, joihin osallistumalla ihmiset voivat kasvaa aktiivisiksi toimijoiksi yhteisöissä. (Kurki 2000: 19-21.) Osuustien vanhustentalon asukkaiden kanssa lähdetään liikkeelle toiminnan kautta. Toiminnalla pyritään innostamaan asukkaat kehittämään ja toteuttamaan toimintaa myös jatkossa.

Kurki (2007: 60) näkee sosiokulttuurisessa innostamistyössä tärkeimpänä tukijalkana toivon paremmasta huomisesta. Innostamistyössä on tärkeää tutkia ja analysoida todellisuutta, nähdä kuva paremmasta tulevaisuudesta, tarttua kiinni tulevaisuuden kuvaan ja etsiä keinot sen saavuttamiseksi. Kehittämistehtävässä opinnäytetyön toteuttajien tulee varautua siihen, että osallistujien innostaminen toimintaan saattaa hetkittäin tuntua haasteelliselta. Innostajien tulee säilyttää usko paremmasta huomisesta sekä onnistumisesta ja luoda tätä uskoa myös osallistujiin. Toiminnassa kokeiluilla on suuri merkitys. Tuulenmäki (2010: 19) toteaa kokeiluiden onnistuvan aina, koska silloin syntyy se mitä pitikin tai sitten opitaan se mikä ei onnistu. Pelkässä suunnittelussa ennen toimimista on se ongelma, että suunnittelu nojaa liikaa nykyhetkeen, joka saattaa tuoda esille liikaa riskejä lähteä edes yrittämään.

3.2 Innostamisen ja innostajan tehtäviä

Vastuu innostamisen tehtävistä on kaikilla osallistujilla, ei vain innostajilla. Kaikki osallistujat vastaavat toiminnasta. (Kurki 2000: 77.) Innostamisen tehtävät voidaan jaotella kolmeen osaan ja innostamisen prosessissa tulisivat olla läsnä kaikki kolme tehtävää. Ne saattavat painottua innostajasta ja projektista riippuen eri tavalla. Innostamisen tehtävät tarvitsevat toisiaan toteutuakseen kulloisenkin tilanteen vaatimalla tavalla. (Kurki

2000: 79.) Opinnäytetyössä innostamisen tehtävät kuvaavat osa-alueita, jotka toiminnassa tulisivat olla esillä.

Innostamisen tehtäviä ovat: tekninen tuotantotehtävä, helpottaminen ja välittäjänä toimiminen sekä valaistuminen. Tekninen tuotantotehtävä tarkoittaa projektia, jota ollaan toteuttamassa. Projektin toiminta on ulkoapäin tarkasteltuna rationaalista toimintaa, jonka tavoitteet ovat teknillisiä ja taloudellisia. Tuottamisessa voi olla erilaisia tavoitteita, kuten sosiaalisten suhteiden muodostaminen tai älyllisten ja fyysisten kykyjen harjoittaminen. Projektissa tuotetut tuotteet voivat olla informaation vaihtoa, ilmaisullista suhdetta, kommunikaatiota, selvitystä sekä työtä ja teoriasointia. (Kurki 2000: 78) Osuustien vanhustentalolla on tarkoituksena tuottaa asukkaiden yhteistä aikaa sekä tilaa olla ja tehdä yhdessä. Innostamisen tehtävä helpottajana ja välittäjänä toimijana tarkoittaa, että innostajat toimivat mahdollistajina ja ryhmän elämän helpottajina. Helpottaminen liittyy ryhmän organisointiin, toiminnan suunnitteluun sekä puheen ja luovuuden herkistämiseen. (Kurki 2000: 78-79.) Kehittämistehtävässä innostajana toimiminen on toiminnan suunnittelua, mutta kokoontumiskerroilla ohjaajan roolin ottamista sekä tuen antamista, silloin kun ryhmä sitä tarvitsee. Valaistumisella taas pyritään selkeyttämään osallistujien hämäriä tunteita, vapauttamaan puhetta ja asettamaan tavoitteita. (Kurki 2000: 78-79.) Valaistumista voi konkreettisesti toteuttaa toistamalla yhden osallistujan ehdottaman idean kuuluvalla äänellä myös muille osallistujille, tai auttamalla osallistujia tuomaan esille heidän aitoja ideoitaan ja toiveitaan. Yhteinen tekeminen ja tutustuminen voivat auttaa vapauttamaan puhetta ja osallistujien tuntemuksia.

Innostajan täytyy olla itse innostunut toteutettavasta toiminnasta. Innostajan toteuttaman innostamistyön tulee olla luonteeltaan uudistavaa ja edistyksellistä työtä, jossa toiminta ei lähde työntekijöistä vaan ihmisistä itsestään. (Kurki 2000: 81.) Innostajan on osattava myös kohdata ongelmia ja konflikteja, sekä ratkottava niitä. Innostajan johtamisen täytyy tapahtua ilman määräilyä, jolloin hänen tulee omata persoonallista työotetta herättelyyn ja yllyttämiseen. (Kurki 2000: 83.) Innostamistyössä toiminnan ydin on ihmisten aktivointi ja osallistuminen, joten innostajan päämäärä on tehdä itsensä tarpeettomaksi. Toiminnassa osallistumisen lisäksi on siis tärkeää se, että toiminta on sellaista, johon ihmiset osallistuvat luontevien alueella toimivien ryhmien kautta. Ryhmän toiminta on harjaannutettava sellaiseksi, että ihmiset pystyvät itse ottamaan toiminnasta vastuun kulloisenkin tilanteen mukaan. Tarkoituksena on mahdollistaa osallistujien osallistuminen todelliseen päätöksentekoon. (Kurki 2000: 136.) Ajanvieteryhmän suunnittelussa ja toteutuksessa osallistujat ovat päätöksentekijöitä yhdessä innos-

tajien kanssa. Opinnäytetyön tekijöiden suorittama päätöksenteko ilman osallistujia olisi ristiriidassa innostamisen teorian kanssa.

3.3 Innostamisen piirteet lähtökohtana omaehtoiselle toiminnalle

Innostamisen piirteet muodostavat innostamisen perustan. Innostaminen on toimintaa, jolla pyritään sosiaalisen liikkeen aikaansaamiseen sekä muutoksen luomiseen ja vahvistamiseen (Kurki 2000: 24). Ihmiset tulee saada herkistetyiksi ja motivoituneiksi lähtemään liikkeelle ja osallistumaan aidosti. Herkistymisellä tarkoitetaan ihmisten tietoisuuden koskettamista, jolloin ihminen hylkää passiivisen roolinsa ja havaitsee omat kykynsä. (Kurki 200: 133.) Kehittämistehtävässä pyritään herättelemään osallistujien omia kykyjä ja mielenkiinnonkohteita, sekä tietoisuutta osallistujien omista mahdollisuuksista kehittää yhteisössään toimintaa, joka on juuri heille mielekästä. Jos kehittämistehtävässä ei saada aikaan konkreettista muutosta eli tässä tapauksessa toimivaa ryhmää, voidaan saavuttaa kuitenkin muutos toimintaan osallistuneiden henkilöiden tietoisuudessa.

Ihmisten mielenkiinnon kohteiden herättelystä vastaa motivointi. Motivoinnin avulla ihmisten huomio saadaan kiinnitetyksi sellaiseen toimintaan, joka koetaan oman elämän kannalta merkitykselliseksi ja arvokkaaksi. Ihmisten herkistäminen ja motivointi tehdään todellisen tilanteen pohjalta, käytännön kokemuksen kautta ei kuuta taivaalta kurkottaen. (Kurki 2000: 133.) Ajanvieteryhmässä ei aseteta tavoitteita toiminnalle niin korkeaksi, että osallistujat pelkäisivät lähteä edes yrittämään. Herkistämisen ja motivoinnin onnistumisen kannalta on hyvä löytää toimivia perusrhymiä ja -yhteisöjä, joiden kanssa voidaan viritellä toimintaa tai yhteisiä kokoontumisia. Tällaiset sosiaaliset liikehdinnät voivat olla vaikeasti kartoitettavia, joten niiden selvittämiseksi on tehtävä tutkimusta. (Kurki 2000: 134.) Asukkaiden ryhmää tukevana elementtinä toimii jo olemassa oleva asukkaiden yhteinen kahvihetki, joka voidaan liittää ajanvieteryhmän yhteyteen.

Innostaminen on myös kasvatusta, joka on henkilöitä osallistavaa, mutta ei ohjaavaa. Kasvatus ei ole opettamista, joten ihmisten hierarkkiset suhteet pyritään kumoamaan ja saamaan toiminnasta yhteisöllistä. Toiminnalla pyritään herättämään ja motivoimaan yksilöt ja ryhmät kasvattamaan itse itseään. Innostamisen tavoitteena on myös kulttuurisen demokratian saavuttaminen. Innostamisessa tulee ymmärtää erilaisia kulttuureita sekä yksilöiden kulttuurisia tarpeita. (Kurki 2000: 25.) Kasvatus osana innostajien toi-

mintaa Osuustiellä voidaan nähdä asukkaiden kasvattamisena ottamaan vastuuta omasta ja ryhmän toiminnasta. Innostamisen tulee koostua sosiaalisista käytännöistä, jotka saavat aikaan aloitteellisuutta, osallistumista sekä aikaan saadun toiminnan reflektointia. Toiminnan tulisi tukea yksilöiden sekä ryhmän oma-aloitteisuutta, jonka avulla ihmiset kehittelevät omia vaihtoehtoja ja ratkaisumalleja tarpeisiinsa. (Kurki 2000: 26.) Oma-aloitteisuus, sisäinen innostus, oma pyrkimys ja mielenkiinto ovat käsitteitä, jotka sisältyvät sanaan omaehtoisuus (Metsämuuronen 1997:32). Omaehtoisuus on sisään kirjoitettu käsitteeseen innostaminen. Kurjen (2000: 24, 81) mukaan innostamisessa toiminta lähtee ihmisistä itsestään, jolloin yksilö itse on ensisijainen toimija sosiaalisen liikkeen ja muutoksen aikaansaamiseksi.

Luovien ja kokemuksellisten toimintojen tulisi olla konkreettisesti yhteydessä ihmisten kulloiseenkin tilanteeseen, ja toimintojen tulisi olla luonteeltaan pysyviä ja jatkuvia. Innostamisessa tarvitaan innostamisen käytännöissä tarvittavia tekniikoita. Tämä tarkoittaa sosiaalisen työn menetelmiä, joiden avulla luodaan kommunikaatiota, monipuolista ilmaisua sekä sellaisten asenteiden ja toimintatapojen syntymistä, jotka mahdollistavat ihmisen osallistumisen. (Kurki 2000: 26.)

Innostaminen on voimavarakeskeistä toimintaa, jolla on aina päämäärä. Mitä tahansa aktivoivaa ja ryhmän muodostamiseen keskittyvää toimintaa ei voida nimittää innostamiseksi. Toimintaa suunnitellessa, arvioidessa ja toteutettaessa tulee pohtia mitä yksilö tai ryhmä on yhteisössään, alueellaan ja yhteiskunnassa ja kuinka tämä voi alueellaan vahvistua ja kehittyä. Toimintaa tulisi jatkuvasti tutkia ja kehittää, eli reflektoida, jotta se palvelee kulloistakin tilannetta parhaalla mahdollisella tavalla. (Kurki 2000: 26-27.) Osuustien vanhustentalolla tavoitteet pyritään keräämään ryhmään ja toimintaan osallistuvilta henkilöiltä. Kuitenkin, jos tavoitteiden asettaminen ja tarkentaminen tuntuu toimintaan osallistuvista haastavalta, voivat ohjaajat auttaa tarkentamaan ryhmän käynnistämisen tavoitteita.

3.4 Innostamisen menetelmät

Innostamisen menetelmät eivät eroa kohderyhmästä riippuen, mutta niissä voidaan painottaa eri asioita kontekstin ja ryhmän mukaan. Ikäihmisten parissa toteutettavassa innostamisessa tulisi innostamisen menetelmien olla mahdollistavia. Menetelmien tulee olla myös motivoivia, siten että niillä on yhteys todellisuuteen ja ihmisten arkielämään. Ikäihmisten kanssa tehtävässä innostamistyössä tulee ajatella, että kolmas ikäkausi on

mahdollisuus, ei ongelma. Toiminnan tulee olla dialogista ja siinä lähdetään liikkeelle ikäihmisten kiinnostuksen kohteista, tarpeista ja tavoitteista. Menetelmien tulee tukea yhteistä osallistumista ja yhteistyötä, sekä ryhmän perustamista. Toiminnan on hyvä olla koherenttia, eli se kumpuaa aikaisemmin toteutetusta toiminnasta, ja näin juurtuu paremmin arkipäivän toimintoihin. (Kurki 2007: 88.) Kehittämistehtävässä pyritään innostamisen menetelmin, Kurjen (2000: 23) sanoin tukemaan ja saamaan liikkeelle niitä kykyjä, jotka ovat yksilöllä jo olemassa, mutta mahdollisesti heikot tai tiedostamattomat. Positiivisen palautteen ja kannustuksen avulla sekä motivoinnin avulla pyritään siihen, että ajanvieteryhmään osallistuvat tuntisivat itsensä kyvykkäiksi ja huomaisivat, että heillä on korkeasta iästä ja mahdollisista toiminnallisista rajoitteistaan huolimatta mahdollisuus osallistua. Onnistumisen kokemukset voivat edesauttaa yksilöiden sekä ryhmän luottamusta itseensä ja kykyihinsä. Koska kokoontumiskerroilla harjoitellaan ryhmän toimintaa tulevaisuutta varten, on kehujen ja kannustuksen antaminen myös keino motivoida osallistujia tulemaan ryhmään uudelleen ja saamaan itseluottamusta toiminnan onnistumisesta.

Innostamisen menetelmin pyritään mahdollistamaan osallistujien osallisuuden kokemusten lisääntymistä, jotta kokemus yhteisöllisyydestä vahvistuisi. Kanniston (2012: 23) mukaan ryhmäprosessin alkuvaiheessa herätetään innostamisen menetelmin osallistujien aloitteellisuutta, pyritään siihen, että kerta kerralta ohjaajien rooli häviää, pyritään tekemään ohjaajan rooli tarpeettomaksi. Seuraavaksi rohkaistaan osallistujia yhdessä tekemiseen ja yhteen liittymiseen. Kehittämistehtävässä päämääränä olisi, että osallistujat löytäisivät itseltään piilossa olleita voimavaroja ja uskaltaisivat luottaa omiin kykyihinsä toteuttaa ajanvieteryhmää omehtoisesti. Omiin kykyihin luottaminen vaatii usein ryhmässä osallistujien kesken syntyviä onnistumisen kokemuksia.

Kurjen (2000: 26-27) mukaan innostamisessa on mukana erilaisia tekniikoita sisältävä elementti, joka auttaa yksilöitä tiedostamaan ongelmiaan sekä tarpeitaan ja yhdessä toisten ihmisten kanssa ratkomaan nämä ongelmat. Käytettävien tekniikoiden avulla luodaan kommunikaatiota sekä sellaisten asenteiden ja toimintatapojen syntyä, jotka mahdollistavat yksilöiden osallistumisen yhteisöön. Jotta toiminta olisi mahdollistavaa, on sen oltava joustavaa ja huomioitava menetelmien käytön kunkin yksilön, persoonan ja ryhmän tarpeiden mukaisesti. Joustavuus näkyy myös siten, ettei toimintaa lähdetä kehittämään vain niin sanotun ikäihmisille soveliaan toiminnan näkökulmasta. Innostamisessa edistetään ja kunnioitetaan yksilöiden ja ryhmien omaa aloitteellisuutta. Menetelmien tulee tukea aktiivisuutta. (Kurki 2007: 88-89.) Kurjen (2000: 135) mukaan esi-

merkiksi erilaiset ryhmätyön, organisoinnin sekä sosiaalisen kommunikaation ja suullisen ilmaisun taidot ja menetelmät ovat toimivia innostamisen välineitä saada ihmisiä liikkeelle.

Toiminta, toiminnan reflektio ja reflektioon perustuva uusi toiminta ovat sosiokulttuurisen innostamisen ydin (Kurki 2000: 26). Toiminnan avulla on mahdollisuus kokeilla uusia asioita. Innostajien on hyvä havainnoida tilannetta ja kokoontumiskerran päätteeksi reflektoida toimintaa: kiinnostiko kokeiltu toiminta osallistujia vai ei. Kehittämistehtävässä toiminnan avulla innostaminen toimii yhtenä innostamisen menetelmä. Ajanvieteryhmässä pyritään toteuttamaan erilaisia toiminnallisia kokeiluja. Kokeiltavan toiminnan avulla mahdollistetaan osallistumista ja sitoutumista ryhmään sekä luodaan tila jokaisen osallistujan ajatusten ja ideoiden ilmitulemiselle. Osallistujilta kerättyjen ideoiden, toiveiden ja ajatusten pohjalta suunnitellaan ja toteutetaan jokaisella kokoontumiskerralla kokeilevaa toimintaa.

Tavoitteena on luoda kokoontumiskertojen toiminnasta osallistujia aktivoivaa ja uusia ajatuksia herättävää tekemistä ja puhetta. Osallistujat nähdään aktiivisina ja kyvykkäinä suunnittelemaan ja toteuttamaan toimintaa ensiksi yhdessä innostajien kanssa ja mahdollisesti myös täysin itsenäisesti ja omaehtoisesti. Esimerkkinä toiminnallisesta menetelmästä on puheoikeusmaskotin käyttö. Sarmian (2012: 10) mukaan puheoikeusmaskotin käyttö on menetelmä, jonka tarkoituksena on saada jokaisen osallistujan ääni kuuluviin, myös hiljaisten. Ryhmälle valitaan maskotti, joka kiertää osallistujalta toiselle. Maskotin ollessa osallistujalla annetaan hänelle puheenvuoro, jota kaikki kuuntelevat. Kehittämistehtävässä innostajat pyrkivät olemaan mahdollisimman herkkinä osallistujien toiminnassa käyttämälle puheelle ja poimimaan puheista ideoita toteutettavaan toimintaan. Osallistujilta kerättyjen ideoiden sekä heidän puheistaan kerättyjen toiveiden ja ajatusten pohjalta suunnitellaan ja toteutetaan jokaisella kokoontumiskerralla kokeilevaa toimintaa. Tavoitteena on luoda kokoontumiskertojen toiminnasta osallistujia aktivoivaa ja uusia ajatuksia herättävää tekemistä ja puhetta.

Ajanvieteryhmää suunnitellessa ja toteuttaessa pyritään siihen, että toiminta on helpos- ti toteutettavaa ja katse pidetään tulevaisuudessa. Yrityksenä on luoda ajanvietetyh- mästä osallistujille kohtaamispaikka, jota he voivat omaehtoisesti hyödyntää opinnäyte- työn toteuttajien lähdettyä. Kurjen (2000: 23) mukaan ryhmätasolla tapahtuvaa innos- tamista toteutetaan motivoimalla erilaisten ryhmäprosessien liikkeelle lähtemistä sekä yksinkertaistetaan rakenteita ja toimintoja sellaisiksi, että ne edistävät ja mahdollistavat

ryhmien itseohjautuvuutta ja omaehtoisuutta. Rakenteiden ja toimintojen yksinkertaistaminen ja selkiyttäminen toimii tärkeänä tekijänä ajanvieteryhmää suunniteltaessa ja toteuttaessa. Toiminnan tulee olla jatkossa toteutettavissa ilman ohjaajaa.

4 Kehittämistehtävä

Kehittämistehtävänä käynnistetään Mäntsälässä, yhdessä Osuustien vanhustentalon asukkaiden kanssa omaehtoisuuteen pyrkivä ajanvieteryhmä. Tarve ryhmälle on noussut Osuustien asukkailta, jotka ovat ilmaisseet halun kokoontua ja viettää aikaa yhdessä. Kehittämistehtävän tarkoituksena on innostamisen keinoin, toimintatutkimuksellisella työotteella käynnistää ryhmä, joka vahvistaa osallistujien yhteenkuuluvuuden ja yhteisöllisyyden tunteita. Kehittämistehtävän toteutusosa pitää sisällään kuusi toiminnallista kertaa, jotka ajoittuvat viikon välein kuuteen perjantaihin. Ensimmäinen tapaaminen orientoi tulevaan toimintaan ja loput viisi pitävät sisällään erilaisia toiminnallisia kokeiluja, jotka ovat erilaisen yhdessä tekemisen muotoja.

Yhdessä osallistujien kanssa suunnitellaan ja ideoidaan kertojen sisältöjä sekä mietitään ryhmän tavoitteita. Yhdessä olo ja yhteisen ajanvietto on alkukartoituksen mukaan se mitä Osuustien asukkaat toivovat ajanvieteryhmältä. Ryhmäkertojen toteutuksissa pyritään siihen, että ne tulevat sisältämään Osuustien vanhustentalon asukkaiden ryhmälle asettamia toiveita. Jos toiveena on yhteinen ajanvietto, pyritään mahdollistamaan sen toteutumista esimerkiksi auttamalla turvallisen ilmapiirin muodostumista. Turvallisen ilmapiirin vallitessa, turvallisessa ryhmässä yksilölle muodostuu parhaimmillaan tunne siitä, että hän saa olla juuri sellainen kuin on, vahvuuksineen ja heikkouksineen. Turvallisessa ryhmässä yksilöllä on mahdollisuus kokeilla sellaisia ulottuvuuksia, joita hän ei välttämättä tiennyt itsellään edes olevan. (Aalto 2000: 17). Omien vahvuuksien löytämiseen pureutuu sosiokulttuurin innostamisen teorian ydin: innostamisen menetelmien avulla pyritään tukemaan ja saamaan liikkeelle niitä kykyjä, jotka ovat yksilöllä jo olemassa, mutta mahdollisesti heikot tai tiedostamattomat (Kurki 2000: 23).

Yhteinen ajanvietto voi sisältää erilaista tekemistä kuten yhdessä pelaamista tai lukemista, kuulumisten vaihtamista, tietokilpailuja ja visailuja tai musisointia. Kuuden toteutusosan sisältöä ei suunnitella täysin etukäteen, sillä edellinen kerta määrittää seuraavaa. Keskiössä ovat osallistujat, joiden kanssa yhdessä suunnitellaan toimintaa ja toteutetaan sitä innostamisen menetelmin. Kehittämistehtävässä osallistujat nähdään

omaehtoiseen toimintaan kykenevinä. Tästä syystä toiminta pyritään suunnittelemaan ja toteuttamaan sellaisena, että osallistujilla on mahdollisuus sitä toteuttaa itsenäisesti kehittämistehtävän päätyttyä.

5 Toimintatutkimuksellinen lähtökohta

Kehittämistehtävässä lähtökohtana on Osuustien vanhustentalon asukkaiden tukeminen toimijuuteen ja osallisuuteen omaehtoisen ryhmän käynnistämisprosessissa. Pyrkimyksenä on kannustaa asukkaat itse toimimaan oman tavoitteensa, yhteisen ajanvietyryhmän käynnistämisen hyväksi. Koska kehittämistehtävää toteutetaan yhdessä asukkaiden kanssa toimintatutkimuksellisella otteella, on toimintatutkimuksen määritelmä hyvä selventää.

Perinteisessä tutkimuksessa vallitsee ajatus, että tutkijan tulee ainoastaan havainnoida tutkimuskohdetta ja tehdä tulkintoja havainnoistaan, eli ei vaikuttaa tutkimuskohteeseen. Toimintatutkimuksessa mennään havainnointia syvemmälle, selvitetään tekijöitä ja rakenteita, jotka aiheuttavat tutkimuskohteen ulkoisen käyttäytymisen. Puuttuminen tehdään, jotta saadaan asioita selville. (Engeström 1995: 109.) Toimintatutkimuksessa päämääränä on tutkimuksen avulla muuttaa vallitsevia käytäntöjä sekä ratkaista erilaisia haasteita. Toimintatutkimuksessa pyrkimyksenä on muuttaa tutkittavaa todellisuutta, kuten sosiaalisia käytäntöjä ottamalla tutkimuskohteen henkilöt aktiivisiksi osallisiksi koko tutkimusta. Tutkimus tapahtuu tieteen ja käytännön toimijoiden välisenä yhteistyönä, jossa molemmat hakevat ratkaisua käytännön ongelmaan. (Kuula 1999: 9.) Ihmiset aktiivisina toimijoina näkee myös emansipaation teoria, jossa ihmistä ei nähdä holhouksen ja toimenpiteiden kohteena vaan toimijana, oman elämänsä subjektina (Ranne 2005: 16). Opinnäytetyössä emansipatorinen pyrkimys on läsnä, sillä ikäihmisiä sosiokulttuurisen innostamisen avulla motivoidaan olemaan aktiivisia toimijoita.

Toimintatutkimuksessa oleellista on uuden tiedon tuottamisen lisäksi pyrkiä tutkimisen avulla reaaliaikaisesti asiantilojen muutokseen, edistämällä ja parantamalla niitä eri keinoin. Toimintatutkimuksessa muutos joko onnistuu tai ei, mutta tutkimuksen onnistumiselle on aina edellytykset. Muutoksen yrittäminen voidaan nähdä myös metodina, jonka avulla kyetään paljastamaan pimentoon jääviä piirteitä todellisuudesta. (Kuula 1999: 11, 174.) Osuustiellä asiantilan parantamisena näyttäytyy yhteisöllisyyden vahvistaminen asukkaiden keskuudessa, ja heidän oma aktivointi vahvistamisen hyväksi.

Toimijoita eli asukkaita Osuustien vanhustentalossa aktivoidaan omia voimavarojaan hyödyntäen luomaan omaehtoista toimintaa, joka toteutuisi jatkossa itsenäisesti tai tarvittaessa vapaaehtoistoimijoilla tuettuna asukkaiden keskuudessa.

Toimintatutkimusta voidaan lähestyä eri tavoin. Toimintatutkimuksessa voi olla lähtökohtana ajatus itse toiminnalla ja toiminnan kautta tuotetusta uudenlaisesta tiedosta ja toiminnasta. Tällöin muutoksen aikaansaamiselle ei riitä pelkkä sanallinen tai kirjallinen suunnittelu, vaan tarvitaan toiminnallisia kokeiluja. Näin muodostuu myös tilaisuus tutkia itse toimintaa tuottavaa prosessia ja etsiä keinoja ja mahdollisuuksia muutosprosessille. Toimintatutkimus voi myös itsessään toimia metodina, jonka avulla saavutetaan tietoa muutoksen estävistä tekijöistä, joita ei saataisi esille pelkällä haastattelulla tai kyselyllä. (Kuula 1999: 219-220.) Toiminta on se tekijä, joka yhdistää toimintatutkimuksen ja sosiokulttuurisen innostamisen. Kurjen (2000: 26) mukaan toiminta ja toiminnan reflektio sekä reflektion pohjalta suunniteltu ja mukailtu uusi toiminta ovat sosiokulttuurisen innostamisen ydin. Voidaan sanoa, että innostamistyössä on aina toimintatutkimuksellisia piirteitä.

Osallistavassa toimintatutkimuksessa tutkittavien henkilöiden aktiivinen osallistuminen muutos- ja tutkimusprosessiin tarkoittaa heidän rohkaisemistaan itse pohtimaan ratkaisua ongelmiinsa. Tutkija ei anna ongelmia tai niiden ratkaisuehdotelmia valmiina, vaan pyrkii erilaisten ryhmätyömenetelmien avulla saamaan henkilöt diagnosoimaan ja ratkaisemaan ongelmat itse. (Kuula 1999: 116-117.) Tarve ajanvieteryhmälle on lähtenyt Osuustien vanhustentalon asukkailta. Kehittämistehtävän toteuttajat ovat visioineet ideoita asukkaiden kesken toteutettavasta toiminnasta, mutta toiminnan muodosta ja toteutuksesta päättävät lopulta asukkaat itse. Kuulan (1999: 141) mukaan tutkijan asiantuntijarooli ja konsultoiva ote toimintatutkimuksessa ovat sisäänrakennettuja elementtejä, joita tulee tukahduttaa, mutta toisaalta tarpeen mukaan myös käyttää. Tutkijan tulee pyrkiä olemaan asiantuntija siten, ettei näyttäydy kaikkietävän hahmona, mutta ei myöskään panttaa omaa tutkimuksen kannalta relevanttia tietämystään.

Toimintatutkimuksellisen lähtökohdan avulla mahdollistetaan osallistujien toimijuuden kokemusten vahvistuminen. Kyetessään toimintaan ja toimimaan henkilö voi tuntea itsensä kyvykkääksi ja tarpeelliseksi. Jyrkämän (2007: 201) mukaan toimijuuden muotoutuminen, rakentuminen ja muuttuminen tapahtuvat aina jossakin sosiaalisessa todellisuudessa. Tästä syystä toimijuutta ei voida selvärajaisesti jakaa fyysiseen, psykiseen tai sosiaaliseen, sillä niiden kaikkien kokonaisuudella on vaikutus siihen, millai-

sena ihminen toimintakykynsä näkee ja kuinka hän sitä käyttää. Käytössä olevaa toimintakykyä kutsutaan performatiiviseksi toimintakyvyksi, eli kysymys on siitä miten ihmiset käyttävät tai eivät käytä olemassa olevaa toimintakykyään.

6 Omaehtoisen ryhmän käynnistäminen

6.1 Ryhmän suunnittelu ja lähtökohdat

Opinnäytetyössä kyse oli kehittämistehtävästä, sen toteuttamisesta ja arvioinnista. Kehittämistehtävänä käynnistettiin omaehtoinen ryhmä yhdessä Osuustien vanhustentalon asukkaiden kanssa. Opinnäytetyön toteuttajat auttoivat mahdollistamaan osallistujien ideoimaa toimintaa. Asukkaat olivat tottuneet talossaan melko ohjattuun toimintaan. Ohjatulla toiminnalla asukkaat käsittivät ikään kuin esityksen, jota tyydytään seuramaan. Yhteisöllisyyden vahvistamiseksi asukkaiden kanssa lähdettiin kokeilemaan toimintaa, joka olisi omaehtoisempaa. Omaehtoisessa toiminnassa tutustutaan muihin asukkaisiin, osallistutaan ja otetaan vastuuta. Koska innostamisessa tavoitteena on edistää ja kunnioittaa yksilöiden ja ryhmien omaa aloitteellisuutta, tulee myös toiminnassa käytettyjen menetelmien tukea osallistujien aktiivisuutta (Kurki 2007:89). Toiminnan, jonka avulla ryhmän käynnistäminen tapahtui, oli oltava suunniteltu siten, että se antoi tarpeeksi mahdollisuuksia jäsenille osallistua haluamallaan tavalla omatoimisen ryhmän käynnistämiseen. Myös ikääntyvälle on tärkeää olla toimija ja tuottaja pelkän passiivisen vastaanottajan sijaan (Hakola 2008:137).

Kehittämistehtävää lähdettiin toteuttamaan tiedottamalla asukkaille ideasta käynnistää heidän yhteinen ajanvieteryhmä. Tiedotus järjestettiin Osuustien vanhustentalon yhteisessä kahvihuoneessa. Tiedotustilaisuudessa marraskuussa 2012 asukailta kerättiin alustavia ideoita heidän yhteiselle ajanvieteryhmälleen. Tiedotustilaisuudessa toiminnasta kiinnostuneille myös selvennettiin ryhmän käynnistämisen toimivan osana opinnäytetyöprosessia. Alustavien ideoiden pohjalta koottiin tiedote (LIITE 1), johon oli luotu ehdotelma toiminnan luonteesta ja kokoontumisajasta kevättälvelle 2013, jolloin toiminnan oli määrä käynnistyä. Ilmoituksia levitettiin runsaasti Osuustien vanhustentalon seinille. Tiedotteessa kutsuttiin avoimesti mukaan kaikki asukkaat, joita yhteinen vapaamuotoinen ajanviette kiinnostaa.

Toiminnan suunnittelu oli prosessi, jossa edellinen kokoontumiskerta määritteli tulevien kokoontumisten teemaa ja sisältöä. Jokaisen kokoontumiskerran etukäteissuunnittelu ei ollut tarkoin edes mahdollista. Suunnittelussa voitiin kuitenkin jo etukäteen miettiä, mitä ryhmän käynnistäminen vaatii. Prosessin alussa tarkoituksena oli keskittyä ryhmän käyttötarkoituksen ja toiminnan ideointiin yhdessä ryhmään osallistuneiden kanssa. Käytännön asioista, kuten kokoontumisajasta ja muista olennaisista ryhmän säännöistä sovittiin, sillä ne voivat vaikuttaa ryhmän toimivuuteen. Tavoitteita, joita ryhmän käynnistäminen vaati, pyrittiin määrittämään yhdessä asukkaiden kanssa. Määrittämisessä innostajat auttoivat asukkaita luomaan suuremmista tavoitteista yksityiskohtaisempia ja konkreettisempia osatavoitteita. Jos osallistujat tavoittelivat sitä, että kaikki sitoutuisivat tulemaan joka kerta paikalle, innostajat muokkasivat tavoitetta konkreettisemmaksi, kuten orientoiminen ryhmän yhteiseen tarkoitukseen sekä saapumisen helpottaminen erilaisin muistutuksin ja saattoavuin, sekä tutustuminen muihin osallistujiin. Ryhmän käynnistämisen tavoitteena oli Osuustien vanhustentalon asukkaiden yhteisen ajanvieron ja kohtaamisen mahdollistaminen. Tähän pyrittiin siten, että jokaisen kerran pysyviä tavoitteita olivat ryhmän turvallisuudentunteen mahdollistuminen ja osallistujien omaehtoisuuden tukeminen. Kerroittain vaihtuvia osatavoitteita olivat: orientointi, tutustuminen ja ryhmään sitouttaminen, ympäristön muokkaaminen toimintaa tukevaksi, ideointi sekä kokeilemalla ja toiminnalla innostaminen.

Kehittämistehtävässä pyrittiin vahvistamaan Osuustiellä jo olevia sosiaalisia verkostoja sekä ryhmätoiminnan avulla luomaan uusia verkostoja osallistujien välille. Innostajat uskoivat, että sosiaalisten verkostojen avulla, yksilön voimavarojen vahvistuessa myös yhteisöllisyyden tunne voi vahvistua. Hakosen (2008: 140-141) mukaan ryhmätoimintaa suunniteltaessa tarvitaan selvitys siitä, miten ja missä ihmiset kohtaavat toisiaan. Tärkeää on löytää keinoja luoda luottamusta ihmisten välille rakentamalla sellainen sosiaalinen ympäristö, joka on turvallinen ja jossa on kohtaamisen paikkoja. Toimintaa suunniteltaessa ja organisoitaessa on otettava huomioon ikääntyvien heterogeenisuus, se ettei jokainen ikäihminen koe samojen asioiden tekoa mielekkääksi. On tärkeää, että jokaisella olisi mahdollisuus löytää itselleen sopiva tapa toimia. Haaste toiminnan suunnittelulle oli löytää Osuustien asukkaita aidosti kiinnostavaa toimintaa. Aikaisemmin toteutettu viriketoiminta kuten bingon peluu ja muistelutyö olivat tuttua ja usean asukkaan mukaan mieluisaa toimintaa. Opinnäytetyössä pyrittiin erilaisten toiminnallisten harjoitteiden avulla löytämään yhdessä asukkaiden kanssa myös totutunlaisesta viriketoiminnasta poikkeavia ideoita ja tapaa toimia yhdessä. Osallistujien osallistuminen suunnitteluun oli osa kehittämistehtävän toimintatutkimuksellista toimintatapaa.

Toimintatutkimuksellinen lähtökohta omaehtoisen ryhmän käynnistämiseksi oli nähdä Osuustien vanhustentalon asukkaat oman asiatilansa asiantuntijoina.

6.2 Ryhmän käynnistäminen

6.2.1 Ryhmän koko ja muoto

Kehittämistehtävän toteutusosa piti sisällään kuusi, noin tunnin mittaista toiminnallista kokoontumiskertaa, jotka ajoittuivat viikon välein kuuteen perjantaihin. Kokoontumiset järjestettiin iltapäivällä, ennen Osuustien asukkaiden yhteistä kahvihetkeä. Tämä oli asukkaiden oma toive ajanvieteryhmän myös tulevalle ajankohdalle. Kahvihetki oli luonnollinen jatkumo yhteiselle ajanvietteelle. Ensimmäinen tapaaminen orientoi tulevaan toimintaan ja loput viisi pitivät sisällään erilaisia toiminnallisia kokeiluja ja ideointityöpajoja.

Asukkaiden yhteisen ajanvieteryhmän käynnistämiseen lähti mukaan noin 15 asukasta, joista vaihtelevasti oli paikalla kokoontumiskerroilla 12-15 osallistujaa. Iso osa ryhmän käynnistämiseen osallistuneista henkilöistä olivat keskenään jo ennestään tuttuja, mutta prosessin aikana myös muutama taloon muuttanut uusi asukas lähti mukaan toimintaan. Ryhmän käynnistäminen toimi näin ollen myös paikkana tavata uusia asukkaita ja luoda uusia sosiaalisia verkostoja. Ryhmä pidettiin kaikille avoimena alusta loppuun saakka.

6.2.2 Omaehtoinen ja turvallinen ryhmä

Yhteiskunnassa vallitseva käsitys vanhuudesta näyttäytyy myös vanhustyössä siinä, millaisina ikäihmiset nähdään: aktiivisina ja omaan elämäänsä vaikuttavina vai passiivisina avuntarvitsijoina. Yhteiskunnassa vallitsevana oleva vanhuuskäsitys vaikuttaa myös siihen, miten ihmiset suhtautuvat omaan vanhenemiseensa. (Lukkarinen 1997: 11-12.) Omaehtoisuuteen tukeminen on väylä nähdä ikäihmiset aktiivisina, omaan elämäänsä vaikuttavina yksilöinä. Kehittämistehtävä, Asukastapaamisen käynnistäminen piti sisällään omaehtoisuuden käsitteen. Asukastapaamisiin tuleminen oli jokaiselle Osuustien vanhustentalon asukkaalle omaehtoista, opinnäytetyön tekijät eivät pakotta- neet ketään asukasta tapaamisiin osallistumaan. Asukastapaaminen ei ollut suljettu vaan avoin ryhmä, joten jokaisella Osuustien asukkaalla oli mahdollisuus osallistua.

Asukastapaamiseen osallistuneita tuettiin jokaisella toimintakerralla kohti omaehtoisuutta. Pyrkimyksenä oli se, että toiminta oli asukkaiden omista toiveista lähtevää. Jokaiselle kokoontumiskerralle oli suunniteltu erilaisia vaihtoehtoja, joista osallistujat saivat valita. Toisella tapaamiskerralla opinnäytetyön toteuttajat toivat mukanaan erilaisia korttipelejä, joista jokainen osallistuja sai valita mihin peliin halusi ottaa osaa. Muutama Asukastapaamiseen osallistuneista ilmoitti haluavansa vain katsella muiden pelaamista. Omien sanojensa mukaan he olivat tyytyväisiä siitä, että saivat seurailta pelaamista ja seurustella paikalla olijoiden kanssa. Muutaman osallistujan halu omaehtoiseen toimintaan tuli ilmi kolmannen kokoontumiskerran päätteeksi, kun Tikki-nimistä peliä pelannut ryhmä koki pelaamisen mielekkäänä toimintana. He kysyivät voisivatko jatkaa myös seuraavalla kerralla pelaamista, vaikka tarkoituksena olisi ollut yhteinen lehdenlukutuokio.

Turvallisuuden tunteen syntyminen ryhmässä koostuu viidestä eri osatekijästä. Ensimmäinen osatekijä on luottamus, joka voidaan jakaa luottamiseen ja luotettavaksi osoittautumiseen. Luottamus on avoimutta olla toisten edessä, kun taas luotettavaksi osoittautuminen tarkoittaa sitä, ettei käytä hyväksi toisten avoimuutta. Toinen osatekijä on hyväksyntä. Mitä enemmän yksilö saa hyväksyntää ryhmän jäseniltä, sitä turvallisemmaksi hän kokee olonsa ryhmässä. Kolmas osatekijä on avoimuus. Yksilö on yleensä sitä avoimempi, mitä turvallisemmaksi hän ryhmän kokee. Tuen antaminen on neljäs osatekijä. Tukea ryhmän jäsenelle antaessaan yksilö viestii tuen saajalle sitä, että tämä kykenee selviytymään mahdollisista haasteista. Viides osatekijä on sitoutuminen, joka kertoo luottamuksesta ryhmää kohtaan sekä halusta ponnistella yhteisen päämäärän eteen. (Aalto 2000:16.)

Toteutuskertojen edetessä huomattiin, että turvallinen ympäristö tukee omaehtoista toimintaa. Tämä tuli ilmi esimerkiksi viidennen kokoontumiskerran päätteeksi, kun usea osallistuja oli halunnut jatkaa keskustelua vielä Asukastapaamisen virallisesti päätyttyä. Innostajat olivat huomanneet, että omia toiveita ja huolenaiheita oli uskallettu sanoa ääneen; luottamus toisiin ryhmän jäseniin oli alkanut lisääntyä. Eräänlaista me-henkeä oli alkanut muodostua Asukastapaamisissa käyneiden välille. Me-henki ja uskominen omiin kykyihin tulivat ilmi, kun juttelu kahvihuoneessa siirtyi tulevaan kesään ja yhteistuumiin osallistujat alkoivat miettiä yhteisen retken toteuttamista seurakunnan leirikukukseen.

Kolmannen kerran kokoontuminen aloitettiin osallistujille uudella harjoituksella, Puheoikeusmaskotti-harjoituksella. Harjoituksessa maskotti, Asukastapaamisessa apina, kiersi osallistujalta toiselle ja omalla vuorollaan jokainen sai kertoa kuulumisensa, päivän tunnelmiaan, mietteitä edellisestä Asukastapaamisesta tai remontin kokeneesta kahvihuoneesta. Osallistujia muistutettiin siitä, että maskotin ollessa osallistujalla kuunneltiin puheenvuoron saanutta ja kerrottiin myös puheenvuoron vapaaehtoisuudesta. Kaikki eivät puheenvuoroaan halunneet käyttää, mutta valtaosa halusi tuoda äänensä kuuluviin. Jo seuraavalla, neljännellä tapaamiskerralla puheoikeusmaskotti-apinalle oli luontevaa puhua ja jokainen osallistuja otti puheenvuoron sekä uskaltautui kertomaan kuulumisistaan. Kuulumisten kertominen muodostui neljännellä kokoontumisella niin tärkeäksi osallistujille, että puheoikeusrinki vei aikaa puolet kokoontumisajasta. Osalle osallistujia omien kuulumisten kertominen vaikutti olevan tärkeää, ja muut osallistujat hiljentyivät kuuntelemaan. Puheenaiheina olivat yleisesti arjen askareet, perheen ja sukulaisten kyläilyt sekä yhteisen kokoontumisen merkitys omalle viikolle. Esille nousivat myös luottamuksellisimmat aiheet kuten läheisen kuolema tai oma vanhenemisen pelko. Kuulumiskierroksen aiheista huokui luottamuksen rakentuminen ja avoimuus, sillä osallistujat uskaltautuivat puhumaan hyvien kuulumisten lisäksi myös surullisista kuulumisista, kuten läheisten kuolemasta. Edellä mainittu voi kertoa siitä, että osallistujat kokivat Asukastapaamisen ilmapiirin turvalliseksi kertoa myös huolistansa.



Kuvio 1. Puheoikeusringissä käytetty puheoikeusmaskotti (Pitkänen – Rantala 2013).

6.2.3 Orientoituminen ryhmään

Orientointi ja tutustuminen olivat keskiössä ensimmäisellä kokoontumiskerralla. Opin- näytetyön tarkoituksena oli yhteisöllisyyden kokemusten vahvistuminen Osuustien vanhustentalon asukkaiden keskuudessa. Yhteenkuuluvuuden tunne on osa yhteisöllisyyttä ja tunne usein vahvistuu, kun yhteisön jäsenet tuntevat toisensa. Tästä syystä tutustumisharjoitus toteutettiin heti orientaatiokerran alussa. Toisiin tutustumisen avulla toivottiin myös olevan sitouttava vaikutus muodostuvaan ryhmään. Pöydille oli aseteltu erilaisia tavaroita ja ohjeistuksena osallistujille oli valita itselleen yksi tavara. Valinnan jälkeen pyydettiin jokaista vuorollaan kertomaan oman nimensä ja miksi oli valinnut kyseisen esineen. Harjoituksen tarkoituksena oli tutustuminen ja myös hiljaisempien äänen kuuluville saaminen, sillä jokainen sai oman henkilökohtaisen vuoronsa kertoa hieman itsestään.

Tutustumiskierroksen jälkeen keskusteltiin ajanvieteryhmän kokoontumisajankohdasta. Yleisen keskustelun jälkeen sovittiin, että paras ajankohta kaikille olisi perjantaisin klo. 13–14. Opinnäytetyön tekijät kertoivat olevansa osallistujien apuna ryhmän käynnistämässä seuraavat viisi perjantaita ja alustavasti kyseltiin siitä, että miltä tuntuisi, jos osallistujat alkaisivat järjestää toimintaa itse opinnäytetyön tekijöiden lopetettua. Omaehtoinen ryhmätoiminta Osuustien asukkaiden itse vetämänä herätti vastustusta ja epäilyä: ”Muistaisivatko kaikki tulla aina samaan aikaan paikalle?” ”Useaa joutuisi mennä kotoa asti hakemaan toimintaan.” ”Hankala keksiä joka kerralle ohjelmaa.”

6.2.4 Ympäristön muokkaaminen toimintaa tukevaksi

Asukastapaamisten tilaa, eli kahvihuonetta, pyrittiin muokkaamaan siten, että se tukee tasavertaista osallistumista. Tilan muokkaus tapahtui esimerkiksi pöytien sijoitteluna niin, että samassa pöydässä istuvien on mahdollista kuulla ja nähdä toisensa. Ensimmäisellä kokoontumiskerralla tilan suhteen saatiin yksi kommentti, jonka mukaan pöydät tulisi järjestellä niin, että kaikilla olisi helpompi kuulla toisiaan. Asukastapaamisen ensimmäisillä kerroilla kahvihuoneessa oli kaksi pitkää pöytää ja keskustelu kauempana istuvien kanssa oli usein hankalaa. Ehdotus pöytien järjestelyyn oli se, että pöytiä voitaisiin erotella toisistaan, jolloin yhdessä pöytäryhmässä istuvien olisi helpompi kommunikoida toistensa kanssa. Ennen toista ryhmäkertaa pöydät järjesteltiin uudelleen siten, että ne olivat pienempiä, jolloin pöydän ääressä istujat kuulisivat ja näkisivät paremmin toisena. Tämä helpottaisi myös kokoontumiskerran toimintaa eli pelaamista.

Huonejärjestyksen muuttaminen sai aikaan pääasiassa positiivista kommentointia ja yllättyntä ihmetystä. Yleisesti uusi järjestys koettiin toimivana, mutta osa osallistujista epäroi järjestyksen käytännöllisyyttä.



Kuvio 2. Osuustien vanhustentalon yhteinen kahvihuone (Pitkänen – Rantala 2013).

Kahvihuoneeseen oltiin suunniteltu remonttia, jonka myötä tila saataisiin aina avoimena olevaksi. Aiemmin tila oli ollut lukossa ja avoimena ainoastaan erilaisten tilaisuuksien aikana. Remontin myötä kahvihuoneen yhteydessä oleva keittiö suljettaisiin ovella, jolloin keittiö saataisiin pysymään hygieniamääräysten mukaisessa kunnossa ja yhteinen tila mahdollistettua talon asukkaille. Kolmannella kokoontumiskerralla remontti oli valmistunut ja pöydät tilassa oli järjestelty uudella tavalla: kaksi pöytää oli laitettu vastakkain ja yhden pöytäryhmän ympärille mahtui kahdeksan ihmistä. Osallistujat kokivat, että uudenlainen järjestys toi haasteellisuutta pelaamiseen. Esimerkiksi korttipakan ollessa keskellä pöytää, eivät kaikki peliin osallistuneet yltäneet ottamaan kortteja pakasta tai kuulleet toisiaan riittävän hyvin. Ratkaisua pulmaan ei varsinaisesti kyetty löytämään, sillä remontin myötä tila oli muuttunut suorakulmion muotoiseksi ja pöytien muulla tavoin asettelu ei onnistunut. Ainoana ratkaisuna nähtiin, että tilaan olisi pitänyt hankkia usea pyöreä pöytä, joka mahdollistaisi sen, että kaikki pystyisivät kommunikoimaan samassa pöydässä olevien kanssa.

6.2.5 Ideointiin virittäytyminen

Ensimmäisellä kokoontumiskerralla ideointiin virittäytyttiin Osuustien kahvihuoneessa olleen asukkaiden toivomuspuun avulla. Puun lehtiin asukkaat olivat tehneet talossa vierailleiden Metropolia ammattikorkeakoulun geronomiopiskelijoiden avustuksella erilaisia toiveita. Toivomuspuuta käytettiin hyödyksi kyselemällä lehdillä olevien toiveiden ajankohtaisuudesta: olivatko toiveet yhä ajankohtaisia vai eivät ja oliko osallistujille tullut uusia toiveita. Osa toivoi pelaamista, mutta ei liian hankalia pelejä. Lapsuudesta tutut Pekka –pelikortit olisivat mieluisat kuten myös erilaiset arvoitukset ja visailut. Heikkonäköinen rouva kertoi, ettei ole pystynyt enää moneen vuoteen lukemaan sanomalehtiä ja kokisi mukavaksi, jos joku hänelle lukisi päivän tapahtumia lehdistä. Suurta määrää uusia ideoita ei virinnyt, vaan usea kertoi kaikenlaisen toiminnan käyvän. ”Me olemme kaikkiruokaisia.”

Viidennellä kerralla ideointiharjoituksena toimi työpajatoiminta. Osallistajat olivat ensimmäisellä kerralla ideoita kerätessä toivoneet erilaisia visailuita ja arvoituksia, joten työpajatoimintana päätettiin laatia Murre-visan, johon osallistajat saisivat kerätä erilaisia murre-sanoja. Murre-sanoista opinnäytetyön toteuttajat työstivät viimeiselle kokoontumiskerralle Murre-visa –kortit. Toisessa työpajassa laadittiin yhdessä ilmoitustaulu, josta tuli ilmi ryhmän nimi ja kokoontumisaika. Ilmoitustaulun tarkoituksena oli tukea muistamista ryhmän olemassaolosta ja ryhmään tulemisen ajankohdasta. Molempiin työpajoihin otti osaa myös yksi opinnäytetyön toteuttaja. Työpajoissa innostajat pyrkivät toimimaan mahdollistajan roolissa. Keskustelua viriteltiin työpajan alussa ja saatettiin toistaa osallistujien sanomisia toisille työpajaan osallistuneille, mikäli kuulemisen suhteen ilmeni pulmia.

Murretyöpajan alussa osa osallistujista oli sitä mieltä, ettei keksi yhtään murre-sanaa. Tällaiset ajatukset hälvenivät nopeasti, kun yksi osallistuja alkoi arvuutella erinäisiä murre-sanoja mukaan tuomastaan Pornaisten murrevihosta. Pitkän keskustelun sai aikaan pellavan käsittely langaksi saamiseksi. Keskustelussa innostaja toimi ihmettelijän roolissa ja osallistajat pääsivät toimimaan ammatillisina ja kertomaan erinäisistä pellavankäsittelyn työvaiheista. Murre-sanat toivat mieleen paljon muistoja ja tarinoita elämän varrelta. Usea kertoi siitä kuinka nuorena uudelle paikkakunnalle muuttaessa vierasta murretta oli ollut hankala ymmärtää ja tämän takia oli syntynyt jälkepäin muisteltuna hauskoja kimmelluksia.

Ilmoitustaulutyöpajassa osallistujat ideoivat itse ilmoitustaulun ilmettä ja sisältöä. Innostaja otti vastuun ulkoisesta toteutuksesta. Alussa oli puhetta ilmoituksen muunneltavuudesta, mutta työryhmä päätyi siihen, että ilmoitustaulu olisi yksinkertainen ja ilmoitus tapaamisesta olisi pysyvä, jolloin aika ja paikka olisivat aina samat. Ratkaisu toisi asukkaiden mukaan säännöllisyyttä ja tapaamisen ajankohta olisi helpompi muistaa. Edellä mainittu ratkaisu kertoo opinnäytetyön tekijöiden mukaan asukkaiden sitoutumisesta tapaamiseen. Ryhmän nimi, Asukastapaaminen sovittiin myös ilmoitustaulutyöpajassa, tosin nimiehdotuksia kysyttiin myös Murvisa-työpajaan osallistuneilta. Tästä saattoi päätellä, että ryhmän jäsenet kokivat nimen keksimisen kuuluvan koko ryhmälle ja yhteistä kompromissia nimestä pidettiin tärkeänä. Nimiehdotukset olivat innovatiivisia: viiden kerroksen väkeä, juttutuokio, juttutupa, asukaskerho, mummo- ja pappakerho. Lopulta yhteistuumiin päädyttiin nimeen Asukastapaaminen, sillä nimi Asukastapaaminen antoi osallistujien mukaan mahdollisuuden monenlaiselle toiminnalle.



Kuvio 3. Työpajassa toteutettu ilmoitustaulu Asukastapaamisesta (Pitkänen – Rantala 2013).

Ideointiharjoituksena viidennellä kokoontumiskerralla toimi myös ajatusten kerääminen osallistujilta koko kuluneesta prosessista sekä asukastapaamisen tulevaisuudesta. Kysymyksiä olivat: Mikä asukastapaamisessa on ollut parasta? Mikä on se syy, minkä vuoksi haluat tapaamisessa käydä? Mikä voisi olla este sille, ettei asukastapaaminen jatkossa toteutuisi? Osallistujat saivat pohtia kysymyksiä pienissä ryhmissä keskenään ja innostajat kirjasivat vastauksia ja keskustelusta nousseita keskeisiä kommentteja ylös. Osallistujat toivat kommentteissa esille toisten asukkaiden yhdessä vietetyn ajan merkityksellisyyden, mutta epäilyjä nousi Asukastapaamisen jatkumisen suhteen

6.2.6 Kokeilemalla ja toiminnalla innostaminen

Toimintakerroilla kokeiltiin erilaista toimintaa, kuten yhteistä kuulumisrinkiä, yhdessä pelaamista ja lukemista. Toiminnallisten kokeilujen avulla pyrittiin tuomaan Osuustien asukkaille uudenlaista toimintaa ja työtapoja. Kurjen (2000: 26) mukaan sosiokulttuurisen innostamisen toiminnan ydin on toiminta, siihen perustuva reflektio ja uusi toiminta. Asukastapaamiseen osallistujien toiveisiin pyrittiin vastaamaan. Asukastapaamisessa ei toteutettu sellaista toimintaa, johon osallistujat eivät olisi pystyneet tai halunneet osallistua. Innostajat kokivat roolinsa Asukastapaamisissa mahdollistajina, sillä erilaisien harjoitusten, kuten naapuriavun, kompromissien teon, pelisäännöistä neuvottelun sekä puheenvuoron antamisen ja ottamisen avulla pyrittiin mahdollistamaan ja helpottamaan Asukastapaamiseen osallistumista.

Toisella osallistumiskerralla rohkaistiin osallistujia yhdessä tekemiseen. Osallistujille esiteltiin heidän edellisellä kerralla toivomiaan pelejä, joita opinnäytetyön tekijät olivat tuoneet mukanaan. Kokoontumisen teemana oli opetella yhdessä pelien pelaamista. Mukana oli toivottu Pekka, aiemmalta nimeltään Mustapekka -korttipeli, tavalliset pelikortit sekä kaikille ennestään tuntematon Skip-Bo korttipeli. Pelien vaikeusasteiden vaihtelulla tuotiin haastetta erilaisiin tarpeisiin. Ryhmiin jakaantumisen jälkeen alettiin harjoitella pelaamista. Muutama asukkaista ilmoitti haluavansa vain seurata muiden osallistujien pelaamista. Pelaaminen yhdessä herätti yleisesti innostusta. Alussa monet osallistujista olivat epävarmoja taidoistaan, mutta varsinkin ennestään tutut pelit lähtivät sujumaan kuin itsestään. Uuden pelin oppiminen koettiin haasteellisempänä, mutta kun muutama osallistujista alkoi päästä ideasta kiinni, herätti uuden pelin oppiminen kiinnostusta ja myös onnistumisen kokemuksia. Lopussa sovittiin, että pelien pelaamista jatketaan myös seuraavalla kerralla. Pelaaminen vaati osallistujien mukaan vielä harjoittelua, mutta oli usean osallistujan mielestä mieluisaa puuhaa. Ne henkilöt, jotka eivät konkreettisesti pelaamiseen osallistuneet, olivat omien sanojensa mukaan myös tyytyväisiä siitä, että saivat seurailta pelaamista ja seurustella.



Kuvio 4. Yhteinen pelihetki Asukastapaamisessa (Pitkänen – Rantala 2013).

Kolmannen kerran kokoontuminen aloitettiin osallistujille uudella harjoituksella, Puheoikeusmaskotti-harjoituksella. Harjoituksessa maskotti, Asukastapaamisessa apina, kiersi osallistujalta toiselle ja omalla vuorollaan jokainen sai kertoa kuulumisensa, päivän tunnelmiaan, mietteitä edellisestä Asukastapaamisesta tai remontin kokeneesta kahvihuoneesta. Osallistujia muistutettiin siitä, että maskotin ollessa osallistujalla kuunneltiin puheenvuoron saanutta ja kerrottiin myös puheenvuoron vapaaehtoisuudesta. Kaikki eivät puheenvuoroaan halunneet käyttää, mutta valtaosa halusi tuoda äänensä kuuluviin. Oman äänen kuuluville tuominen, puheenvuoron saaminen ja uusien ideoiden viriäminen olivat harjoitteen tarkoituksena. Koska niin moni halusi tuoda ajatuksiaan julki, puheoikeusrinki päätettiin ottaa käyttöön jokaisen tapaamisen alussa, erityisesti kuulumisten vaihdon mahdollistajana. Puheoikeusmaskotti-harjoituksen ensimmäisen kerran antia oli kiivas keskustelu kokoontumistilana toimivan kahvihuoneen vastavalmistuneesta remontista, joka herätti mielipiteitä niin puolesta kuin vastaan. Myös Asukastapaaminen ja sen olemassaolo puhututti: “Aika kiva tämä (Asukastapaaminen) on, tulee sellainen yhteisöllinen tunne”. Asukastapaaminen yhteisenä ajanviettomahdollisuutena koettiin tärkeäksi: “Minä tulen mielelläni, olen ollut seurallinen aina.”

Puheoikeusmaskotin käyttö muodostui tavaksi jokaisen Asukastapaamisen aloituksessa. Opinnäytetyön toteuttajien havaintojen mukaan osallistujat pitivät puheoikeusmas-

kottia turvallisena keinona puhua omasta arjestaan muiden kuunnellessa. He saattoivat myös hahmon sympaattisen ulkomuodon vuoksi halata apina-hahmoa ja luoda positiivista ja nauravaista ilmapiiriä hahmon hellittelyllä muihin osallistujiin. Puheoikeusmaskotti toimi puheoikeutena. Tämä mahdollisti myös heikompi-kuuloisten osallistujien osallistumisen paremmin, koska muut osallistujat maltoivat olla puheoikeuden saaneen osallistujan puhuessa hiljaa, eikä yleinen hälinä häirinnyt puhetta, tai sen kuulumista.

6.2.7 Toiminnan jatkuvuuden turvaaminen

Osuustien vanhustentalon kotihoidon henkilökuntaa pyrittiin saamaan tietoisiksi Asukastapaamisten sisällöistä ja kokoontumiskertojen omaehtoisuuteen pyrkimisen periaatteesta. Henkilökunnan työmäärää ei pyritty millään tavoin lisäämään, vaan pyrkimyksenä oli pitää heidät ajan tasalla Asukastapaamisten toiminnasta. Lisäksi toivottiin, että kotihoidon henkilökunta voisi perustyönsä ohessa muistuttaa talossa asuvia Asukastapaamisten ajankohdasta. Koska kaikille Osuustien vanhustentalolla kotihoidossa työskenteleville ei pystytty suullisesti Asukastapaamisten toiminnasta kertomaan, tehtiin kotihoidon henkilökunnalle yhteinen kirje (LIITE 2), jossa kerrottiin toiminnasta tiivistetyksi.

Tarve Asukastapaamis-ryhmän jatkumiseen tarvittavasta tuesta tuli esille asukkaiden puheissa ryhmän jatkumisesta ilman ohjaajaa. Monet asukkaat olivat huolissaan siitä, hiipuisiko ryhmä ilman henkistä ohjaajaa ajan kuluessa pois. Tähän kohtaan haettiin ratkaisua rekrytoimalla Asukastapaamiseen tukihenkilöä, joka mahdollistaisi ryhmän jatkumisen ja antaisi osallistujille henkistä turvaa. Yhteydessä oltiin Mäntsälässä toimiiviin vapaaehtoisiiin, jotta Asukastapaamiseen löydettäisiin mahdollinen tukihenkilö toiminnan turvaamiseksi. Tukihenkilö ei olisi perinteinen ohjaaja, vaan hän olisi pikemminkin toiminnan mahdollistaja. Tukihenkilö voisi muistuttaa huonommin muistavia Asukastapaamiseen tulemisesta tai juurruttaa Naapuriapua osaksi asukkaiden arkea. Hän voisi myös toimia siltana heikommin kuulevien ja näkevien sekä muiden Asukastapaamiseen osallistuneiden välillä esimerkiksi toistamalla sanottua tai lukemalla kirjoitettua tekstiä.

Sähköpostitse oltiin yhteydessä eri toimijoihin kuten SPR:n, Mäntsälän lukioon ja seurakuntaan. Fyysisesti opinnäytetyön tekijät osallistuivat HEA -hankkeen Mäntsälän Osuustien vanhustentalon eri toimijoiden verkostokokoukseen helmikuussa 2013. Verkostokokous keskittyi lähinnä Mäntsälän lukion opiskelijoiden vapaaehtoistyön kurssiin

ja sen sisältöön, joten kokouksen myötä ei toiminnalle löytynyt jatkajaa. Tästä ei lannistuttu vaan sähköpostitse oltiin yhteydessä Mäntsälän seurakunnan vapaaehtoistyöstä vastaavaan diakoniatyöntekijään yhdessä HEA -hankkeen projektipäällikön Tuula Mikolan kanssa. Sähköpostiyhteys poiki yhteisen puhelinpalaverin, jossa kerrottiin seurakunnan diakoniatyöntekijälle kehittämistehtävän lähtökohdista, sekä Asukastapaamisen prosessinomaisesta muotoutumisesta kevään aikana. Diakoniatyöntekijälle selvennettiin myös sitä, minkälaista vapaaehtoistoimijaa Asukastapaamiseen kaivattaisiin toimimaan ja osallistujia tukemaan. Seurakunnan diakoniatyöntekijä piti ideoita Asukastapaamisesta hyvänä, ja näki sen olevan tulevaisuudessa mahdollinen vaihtoehto vapaaehtoistyön toteuttamiselle. Palaverissa sovittiin yhteisen tapaamisen Mäntsälän Osuustien vanhustentalolle maaliskuiseksi perjantaiksi, aikaan jolloin asukkaiden asukastapaamisen olisi määrä kokoontua. Tapaamisessa opinnäytetyön tekijät voisivat tarkemmin kertoa toiminnasta, esitellä tiloja sekä diakoniatyöntekijä voisi itse tutustua Asukastapaamiseen. Tällöin diakonin olisi helpompaa tulevaisuudessa perehdyttää mahdollista vapaaehtoistoimijaa Asukastapaamisen tukihenkilöksi.

Kun kolme viikkoa viimeisestä yhteisestä Asukastapaamisesta oli kulunut, Osuustien vanhustentalolle tehtiin vierailu, josta ei oltu etukäteen ilmoitettu kuin vain kotihoidon henkilökunnalle. Asukastapaamisen alkamisajankohta on kello 13 ja paikalle saavuttiin kello 13.30, jolloin kahvihuoneessa oli seitsemän osallistujaa, kuusi naista ja yksi mies. Asukkaat kertoivat kokoontuneensa pienellä porukalla edellisten viikkojen ajan. He olivat tapaamisissa keksineet pientä ajanvietettä. Paikalle saavuttaessa Asukastapaamiseen osallistujat olivat aloittelemassa bingon peluuta. Asukastapaaminen oli täynnä yhteistä juttelua, ryhmä vaikutti ulkopuolisen silmin viihtyvän yhdessä. Vielä opinnäytetyön toteuttajien lähdettyä Osuustieltä jäi ryhmä viettämään yhteistä aikaa kahvihuoneeseen. Vaikutti siltä, että asukkaat olivat omaksuneet sen, että tilassa voi viettää aikaa vaikka siellä ei olisi ohjattua toimintaa. Tätä saattoi edesauttaa se, että aiemmin kerrosten aulatiloihin olleet sohvaryhmät tuli paloturvallisuussyistä poistaa ja yhteinen ajanvietto aulatiloihin hankaloitui. Nykyisin kahvihuone toimii ainoana yhteisenä ja avoimena ajanviettotilana.

Osuustien asukkaille ennalta ilmoittamattoman vierailun yhteydessä Mäntsälän vapaaehtoistyöstä vastaava diakoniatyöntekijä perehdytettiin fyysisesti Osuustien vanhustentaloon ja hän esittäytyi osalle talon asukkaista. Diakoniatyöntekijä kertoi asukkaille yrittävänsä etsiä vapaaehtoistyöntekijöitä tukihenkilöksi Asukastapaamiseen, mutta ei voinut vielä luvata, että varmuudella löytäisi sopivan henkilön. Asukkaat pitivät tärkeä-

nä sitä, että Asukastapaamista koordinoisi joku talon ulkopuolinen henkilö ja olisi fyysisesti läsnä.

Kotihoidon henkilökunnan kertoman mukaan asukkaat olivat kokoontuneet myös muulla ajalla kahvihuoneeseen, esimerkiksi viikonloppuisin asukkaat olivat päiväkahvin jälkeen jääneet viettämään aikaa yhdessä. Kotihoidon henkilökunta kertoi, että olivat kannustaneet yhtä talon aktiivista henkilöä ottamaan vastuuta ryhmästä omien voimiensa mukaan. Kyseinen henkilö oli ottanut tehtävän vastaan ja oli alkanut aktiivisesti järjestää toimintaa muille Osuustien asukkaille.

7 Arviointi

7.1 Tavoitteiden saavuttaminen

Osuustien asukkaiden yhteisöllisyyden tunteen kasvu ja vahvistuminen on ollut tavoite, jota kohti opinnäytetyössä on pyritty. Yhteisöllisyyden tunteen kasvua ja vahvistumista on kehittämistehtävässä tuettu osatavoitteiden avulla. Asukastapaamisissa yhteisöllisyyden tunteen kasvua ja kehittymistä mahdollistettiin jokaisella kerralla pyrkimällä tukemaan ryhmän turvallisuuden tunteen kasvua ja omaehtoisuutta. Toimintakerroittain vaihtuvia osatavoitteita olivat: orientointi, tutustuminen ja ryhmään sitouttaminen, ympäristön muokkaaminen toimintaa tukevaksi, ideointi sekä kokeilemalla ja toiminnalla innostaminen.

Osatavoitteista ideointi harjoitusten avulla sekä kokeilemalla ja toiminnalla innostaminen ovat tavoitteita, jotka osittain saavutettiin, mutta niiden laajempi saavuttaminen olisi kokemuksemme mukaan vaatinut mahdollisesti useamman kuin kuuden toimintakerran kokonaisuuden. Toimintakerroilla päädyttiin yhdessä osallistujien kanssa ratkaisuun, että yhdellä kokoontumiskerralla kokeiltiin yhdenlaista tekemistä jota mahdollisesti jatkettiin vielä seuraavalla kerralla. Tällainen toiminta mahdollisti sen, että yhteistä tekemistä, kuten kortin peluuta pystyttiin harjoittelemaan niin, että se muodostui tutuksi osallistujille. Asukastapaamista ei olisi mahdollisesti palvelut niin hyvin se, että erinäistä tekemistä olisi ollut jokaiselle kerralle paljon ja jokaisen erilaisen toiminnan harjoittelu olisi jäänyt pintapuoliseksi. Koska erilaista yhteistä tekemistä ei ehtinyt olla kovin paljoa, ei voida olla varmoja siitä löysivätkö kaikki osallistujat itselleen mielenkiintoista ja mielekästä toimintaa, johon ottaa osaa.

Koemme, että yhteisöllisyyden tunne kasvoi ja vahvistui Asukastapaamiseen osallistuneilla. Viimeisellä kokoontumiskerralla kysyttiin, mikä Asukastapaamisessa on ollut parasta ja mikä olisi syy siihen, minkä vuoksi Asukastapaamisiin haluttaisiin tulla myös vastaisuudessa. Kysymykseen saatiin seuraavanlaisia vastauksia: ”Mukava nähdä toisia asukkaita”, ”Tämä on tilaisuus tutustua toisiimme paremmin” ja ”Tapaamisesta saa positiivista energiaa viikkoon”. Neljä osallistujaa jutteli kyseisellä kerralla myös Asukastapaamisen mahdollisesta jatkosta ja sen onnistumisesta: ”Meidän täytyy nyt tehdä se sopimus että me tullaan tänne!”. Yhteisöllisyyden tunteen kasvaminen tuli ilmi erityisesti viidennellä kokoontumiskerran päätteeksi, kun osallistujat alkoivat spontaanisti suunnitella yhteistä kesäretkeä seurakunnan leirikeskukseen. Vaikka kesäretki ei koskaan konkreettisesti toteutuisikaan, olivat yhteisen toiminnan suunnittelu ja toteutus tapahtuneet osallistujien ajatuksen tasolla. Ajatus kertoo mahdollisesti osallistujien uskosta itseensä ja muodostuneeseen ryhmään sekä Asukastapaamisen olemassaoloon myös tulevaisuudessa.

Osuustien vanhustentalon asukkaat toivoivat yhteisesti sovittua aikaa ja tilaa tavata muita talossa asuvia ja viettää heidän kanssaan yhteistä aikaa. Asukkaiden toiveena oli myös se, että yhteiseen ajanviettoon osallistuisi mahdollisimman paljon eri ihmisiä, sillä useat talossa asuvat henkilöt toivat ilmi sitä, että yhteisiin tapahtumiin osallistuivat pääsääntöisesti aina samat ihmiset. Ryhmän käynnistämisessä pyrittiin tiedottamisen avulla tavoittamaan mahdollisimman usea talossa asuva ja saamaan heidät tietoisiksi yhteisestä ajanviettomahdollisuudesta. Ajanvieteryhmään osallistuminen toimi vapaaehtoisuuden periaatteella, joten ketään talossa asuvaa ei voitu pakottaa ottamaan osaa ryhmään. Kurjen (2000: 83) mukaan innostajan tulee omata persoonallista työtettä herättelyyn ja motivointiin, jolloin johtamisen tulee tapahtua ilman määräilyä. Koska Osuustien asukkaita ei pakotettu osallistumaan, oli motivointi tärkeässä roolissa. Viimeisillä kokoontumiskerroilla itse ryhmään osallistuminen motivoi osallistujia tulemaan Asukastapaamisiin. Viidennellä toimintakerralla osallistujilta kysyttäessä Asukastapaamisen mukanaan tuomia positiivisia asioita, saatiin vastauksia, joissa korostui osallistumisen ja osallisuuden merkitys: ”Tekemistä tärkeämpää on se, että saa nähdä ja tavata ihmisiä”. Keskiössä ei ollut se mitä tehtiin, vaan se että oltiin yhdessä.

Kehittämistehtävässä pyrittiin tukemaan ja saamaan liikkeelle niitä kykyjä, jotka ovat Osuustien vanhustentalon asukkailla jo olemassa, mutta mahdollisesti heikot tai tiedostamattomissa. Koska tunsimme suurimman osan Osuustien asukkaista jo entuudes-

taan, tiesimme myös osan heidän vahvuuksistaan ja heikkouksistaan. Tästä syystä heti Asukastapaamisen käynnistyessä pystyttiin antamaan jokaiselle osallistujalle henkilökohtaista palautetta, sillä suurin osa Asukastapaamisiin osallistuneista oli osallistunut aiemmin ohjaamaamme toimintaan. Positiivisen palautteen ja kannustuksen annolla pyrittiin siihen, että Asukastapaamiseen osallistujat tunsivat itsensä kyvykkäiksi ja huomasivat, että heillä on korkeasta iästä ja mahdollisista toiminnallisista rajoitteistaan huolimatta mahdollisuus olla merkityksellisenä osana yhteisöään. Positiivisen kannustuksen avulla pyrittiin myös siihen, että osallistujille olisi tullut tunne oman elämänsä subjektina olost. Konkreettisesti osallistujien omiin kykyihin luottaminen tuli ilmi kolmannella kokoontumiskerralla korttia pelatessa. Aiemmillä kerralla osallistujat kokivat tarvitsevansa ohjaajaa sääntöjen selventäjäksi ja tueksi yhdessä tapahtuvaan pelaamiseen. Aluksi osallistujat epäroivät omia kykyjään, mutta seuraavilla kokoontumiskerroilla pelien käynnistämässä ei tarvittu enää ohjaajan apua vaan pelaaminen onnistui suurimmalta osalta täysin omaehtoisesti.

Ryhmään sitouttaminen oli osallistujilta jo ensi alkuun noussut tavoite. Osallistujat olivat huolissaan siitä, ettei ryhmässä alkuhuvan jälkeen motivoituisi käymään kovin montaa henkilöä. Sitouttamiseksi ryhmään saapumiselle pyrimme luomaan keinoja, joilla osallistujat sekä halusivat että muistaisivat saapua paikalle, ja jotka mahdollistaisivat osallistujien paikalle saapumisen esimerkiksi saattamisen avulla. Tutustumisharjoitukset toimivat myös ryhmään sitouttamisen välineenä. Sitouttamisen tavoitteen saavuttamista voidaan arvioida osallistujien keskusteluissa esille tuoduista kommentoinneista. Epäröintiä Asukastapaamisen luontevasta jatkumisesta käynnistämisen prosessin jälkeen esiintyi: ”Tuleekohan tänne (Asukastapaamiseen) ketään ensi viikolla?”. Tämä voi kertoa siitä, että ryhmään ei oltu täysin sitoutuneita, koska keskusteluissa tuotiin ilmi epäröintiä muiden henkilöiden jatkamisesta ryhmässä. Näin ollen voidaan todeta, ettei tavoite osallistujien sitouttamisesta ryhmään toteutunut siinä määrin kuin sitä tavoiteltiin.

Osuustien vanhustentalon asukkaita osallistavana innostamisen menetelmänä kokeiltiin naapuriapua, jonka periaatteesta osallistujille kerrottiin toisella kokoontumiskerralla. Naapuriavun toteutumisessa ja toteuttamisessa pyrittiin siihen, että se olisi ollut omaehtoista kuten myös koko muu toiminta. Muutama osallistuja kokeili naapuriapua silloin tällöin. Osa osallistujista oli muistuttanut toisia Asukastapaamisiin osallistuneita kokoontumisajankohdasta esimerkiksi Osuustien vanhustentalon käytävillä muita osallistujia nähdessään. Naapuriapu olisi voinut juurtua paremmin käytännöksi, mikäli olisi ollut enemmän aikaa harjoitella naapuriapua konkreettisesti. Olisi voitu esimerkiksi koo-

ta vapaaehtoisuuden periaatteella talon jokaiselle neljälle kerrokselle muutamat kerros-
vastaavat, jotka olisivat voineet koota yhdestä kerroksesta Asukastapaamiseen osallis-
tuvat. Yhdessä he olisivat voineet mennä kokoontumistilana toimineeseen kahviuo-
neeseen.

Yhtenä tavoitteena kehittämistehtävässä oli Osuustien asukkaiden omaehtoisuuden
tukeminen ja lisääminen. Omaehtoisuuden tukemiseen pyrittiin jokaisella kokoontumis-
kerralla. Kerta kerralta osallistujien ohjausta vähennettiin jotta, he olisivat tulevaisuu-
dessa valmiita jatkamaan Asukastapaamisten toimintaa itsenäisesti. Koimme kuitenkin,
että ohjaajien ollessa paikalla, osallistujat turvautuivat ohjaajien sanaan, ja odottivat
ohjeita siitä mitä tehdä seuraavaksi. Asukastapaamisen käynnistämässä asukkaiden
omaehtoisen roolin kehittämiseen olisi voitu panostaa erilaisin menetelmin vielä
enemmän. Vastuun hivuttaminen ryhmästä ohjaajilta osallistujille ei käytännössä ollut
yksinkertaista, sillä ryhmätoiminta Osuustien vanhustentalolla oli aiemmin ollut perin-
teistä ohjaajavetoista viriketoimintaa. Osallistujat odottivat toiminnalta ohjauksellisuutta,
ikään kuin esitystä, jota tulisivat seuraamaan.

7.2 Ryhmän käynnistämisen tulokset

Omaehtoisen ryhmän käynnistämisen edellytyksenä oli se, että aiemmin lukittuna ollut,
kokoontumistilana toiminut kahvihuone saatiin Osuustien vanhustentalon asukkaille
aina avoimena olevaksi tilaksi. Asukastapaamisten pyrkimyksenä oli omaehtoisuuden
lisääntyminen osallistujien keskuudessa. Omaehtoisuutta ei olisi tukenut ajatus siitä,
että tila, jota osallistujat Asukastapaamisissa käyttäisivät, olisi ollut lukittu. Avoimena
oleva tila mahdollisti tunteen siitä, että tila on talon asukkaille tarkoitettu ”meidän” paik-
ka, eikä tila ole käytössä vain pyydettyä. Kahvihuoneen tilan käyttö lisääntyi osallis-
tujen oppiessa Asukastapaamisissa tuntemaan toisia Osuustien vanhustentalon asuk-
kaita. Kerta kerralta osallistujat jäivät yhä pidemmäksi aikaa Asukastapaamisten pää-
tyttyä tilaan juttelemaan toistensa kanssa. Tosin kaikki ryhmään osallistuneet eivät jää-
neet tilaan virallisen ohjelman päätyttyä.

Innostamistyössä toiminnan ydin on ihmisten aktivointi ja osallistuminen, jolloin innosta-
jan päämäärä on tehdä itsensä tarpeettomaksi (Kurki 2000: 136). Kehittämistehtävässä
pyrittiin tukemaan osallistujien omaehtoisuutta. Ryhmäkerroilla pyrittiin pois ohjaajave-
toisuudesta ja osallistujia kannustettiin toimimaan itse. Myös Osuustien vanhustentalon
kotihoidon henkilökuntaa pidettiin ajan tasalla Asukastapaamisten toiminnasta ja ko-

koontumiskertojen omaehtoisuuteen pyrkivistä toimintatavoista. Myös kotihoidon henkilökunta kannusti Osuustien asukkaita omaehtoiseen toimintaan. Tämä ilmeni esimerkiksi henkilökunnan kannustaessa asukkaita viettämään yhteistä aikaa kahvihuoneessa vielä päiväkahvien jälkeen. Opinnäytetyön tekijöinä koemme, että omaehtoisuuteen tukeminen olisi vaatinut mahdollisesti enemmän aikaa kuin kuusi kokoontumiskertaa. Viidennellä kokoontumiskerralla palautetta Asukastapaamisen käynnistämisestä kysyttäessä eräs osallistuja toi esille ohjatun toiminnan tärkeyttä. Hänen mukaansa Osuustien asukkailla on joka päivä mahdollisuus päiväkahvien jälkeen jäädä viettämään aikaa muiden asukkaiden kanssa, mutta kahvit juotuaan harvoin kukaan jää kahvitilaan. ”Kokoonnutaan kahville joka päivä ja ei moni jää juttelemaan”. Ohjattu toiminta houkuttelee hänen mukaansa ihmisiä paikan päälle. Tästä voidaan päätellä, ettei omaehtoisuuden tukemisessa ja siihen innostamisessa täysin onnistuttu, sillä muutamat osallistujat kokivat ohjatun toiminnan ryhmän käynnistämisen jälkeen edelleen omaehtoista parempana.

Osallistujat kokivat, että tarvitsevat jatkossa Asukastapaamisen tueksi tukihenkilön, joka henkisesti johtaa ryhmää. Osallistujat eivät omasta joukostaan vielä opinnäytetyöprosessimme aikana löytäneet henkilöä, joka voisi ottaa tapaamisesta enemmässä määrin vastuuta. Aloimme selvittää Mäntsälän vapaaehtoistoimijoiden kentältä sitä, mistä löytyisi halukas ja sopiva taho Asukas-tapaamisten tukihenkilöksi. Tahon tai henkilön löytyminen koettiin haasteelliseksi. Tukihenkilöksi tulevan tai useamman henkilön olisi hyvä sitoutua toimintaan, siten että henkilön olo ryhmässä olisi mahdollisimman säännöllistä. Useille tahoille oltiin yhteydessä puhelimitse, sekä osallistuttiin yhteiseen verkostopalaveriin, jossa kokoontui Mäntsälän vapaaehtoistoimijoita, sekä HEA -hankkeen ja Osuustien vanhustentalon edustajia. Vapaaehtoistoimijan rekrytointiin olisi vaadittu enemmän aikaa ja panostusta, sekä toimijoiden tarkempaa tehtävään perehdyttämistä. Lopulta yhteistyötä luotiin Mäntsälän seurakunnan diakonityöntekijän kanssa, joka saapui tutustumaan ja perehtymään Asukastapaamiseen paikan päälle. Seurakunnan edustaja oli kiinnostunut ideasta ja aikoi yrittää hankkia toimintaan mukaan siitä kiinnostunutta vapaaehtoistyöntekijää, jonka itse mahdollisesti perehdyttäisi. Ajatusta tukehenkilön tarpeellisuudesta puolsi vierailu, joka tehtiin Osuustielle kolmen viikon päästä viimeisestä yhteisestä Asukastapaamisesta. Vierailusta ilmoitettiin vain kotihoidon henkilökunnalle. Asukastapaamisten alkamisajankohtana kahvihuoneessa oli seitsemän osallistujaa, kuusi naista ja yksi mies. Asukkaat kertoivat kokoontuneensa pienellä porukalla edellisten viikkojen ajan. Motivaatio osallistua Asukastapaami-

seen oli osalta osallistujilta mahdollisesti lakannut erikseen nimetyn ohjaajan puuttessa, joten tarve tukihenkilölle oli todellinen.

8 Pohdinta

Nyky-yhteiskunnassa sekä sosiaalinen ja henkinen, että taloudellinen syrjäytyminen ovat monen ikäihmisen kohtalo. Moni ikäihminen menettää toivon elämästä ja tulevas- ta. Ikäihmisten sosiaalista syrjäytymistä tulisi välttää, eikä periksi saisi antaa niin hel- polla. Meidän kaikkien tulisi voida nauttia elämästä vielä myöhemmälläkin iällä. (Kaup- pila 2012: 22-23.) Sosiaaliset verkostot ovat ensiarvoisen tärkeitä, joten niiden säilyt- tämiseen tulisi kiinnittää huomiota. Tässä kehittämistehtävässä pyrkimyksenä oli saada kohderyhmä itse osallistumaan heidän arkeaan aktivoivan sosiaalisen toiminnan suun- nitteluun ja toteutukseen. Tehtävää toteuttaessa nousivat esille kysymykset: kuinka saada esille osallistujien aitoja ideoita ja tätä kautta heille mielekästä toimintaa? Saa- tiinko osallistujat kertomaan, mitä he todella haluaisivat tehdä? Koimme, että toimimalla oli mahdollisuus kokeilla uusia asioita.

Lähdimme kehittämistehtävän suunnittelussa osallistamaan asukkaita mukaan ryhmän organisointiin mahdollisimman aikaisessa vaiheessa. Ennen ryhmän käynnistämisker- toja, järjestimme Osuustien vanhustentalon asukkaille infotilaisuuden opinnäytetyössä toteutettavasta kehittämistehtävästä. Infotilaisuuksissa keräsimme alustavia ideoita ja mielipiteitä asukkaiden oman ajanvieteryhmän toteuttamiseksi. Pohdimme, että tämän lisäksi olisimme mahdollisesti voineet kerätä yksilöllisempiä ajatuksia henkilökohtaisin keskusteluin yhteisen ajanvieteryhmän käynnistämisen suunnitelmaan. Tähän vaihee- seen olisimme voineet panostaa enemmän, jolloin useamman henkilön ääni olisi pääs- syt kuuluviin. Ajatukset toimivat kuitenkin pohjana kehittämistehtävän suunnitelmalle. Myöhemmässä vaiheessa toiminnan avulla luotu keskustelu toi esille osallistujilta niin ideoita, kuin kritiikkiäkin toimintaa kohtaan. Koimme, että suurempi palaute osallistu- jilta toiminnan etenemisestä tuli esille henkilökohtaisissa, sekä muutaman osallistujan kanssa jaetuissa keskusteluissa. Tämä vaati meiltä ohjaajina herkkyyttä tarttua keskus- teluissa ilmenneisiin ajatuksiin. Suoran palautteen antaminen ja ideoiden esittäminen yhteisessä keskustelussa oli vähäistä, joten pyrimme hyödyntämään vapaita keskus- tutilanteita Aukastapaamisen kehittämisessä.

Prosessin aikataulutus onnistui kokemamme mukaan melko hyvin. Toteutimme prosessin aikana kaikki suunnittelemamme tapaamis- ja toimintakerrat. Jälkikäteen pohdimme kuitenkin, olivatko ohjatut kerrat ryhmän käynnistämiseksi riittävän pitkiä ja oliko niitä tarpeeksi monta. Olisivatko osallistujat esimerkiksi hyötäneet ajallisesti pidemmistä tuokioista? Toisaalta, osallistujat itse vakuuttivat tunnin olevan riittävä aika yhteiselle tapaamiselle, ja moni osallistuja toi esille väsymistään ajallisesti pidemmissä tuokioissa. Ohjaajina koimme tunnin olevan melko rajallinen aika, sillä pelkkään kuulumiskierrokseen saattoi kulua jo puolet ajasta.

Yhteistyö eri toimijoiden kanssa opinnäytetyötä ja sen kehittämistehtävää toteutettaessa oli ensiarvoisen tärkeää. Yhteistyömme Osuustien vanhustentalon kotihoidon henkilökunnan kanssa oli mutkatonta, ja henkilökunta tuki opinnäytetyön toteuttamista. Omalta osaltamme pyrimme tiedottamaan henkilökuntaa prosessin etenemisestä mahdollisimman hyvin. Tiedottaminen tuki kotihoidon henkilökunnan osallistumista prosessiin, kuten talon asukkaiden motivoimisessa toimintaan mukaan. Tarkoituksena ei kuitenkaan missään vaiheessa ollut kotihoidon henkilökunnan työllistäminen toiminnalla, vaan se että he voivat keskusteluissa tukea asukkaita osallistumaan yhteiseen ajanvieteryhmään olemalla tietoisia ryhmässä tapahtuvasta toiminnasta. Myös HEA -hanke oli tukenamme koko kehittämistehtäväprosessin ajan. HEA -hankkeen projektipäällikön kanssa käydyt keskustelut auttoivat meitä jatkamaan tehtävässämme oikeaan suuntaan.

Vapaaehtoisten toimijoiden rekrytointi Asukastapaamisen tueksi oli kehittämistehtävissä prosessin aikana ilmennyt tarve. Koimme vapaaehtoistoimijoiden hankinnan lyhyellä ajanjaksolla melko haastavaksi. Vapaaehtoistoimijoiden mukaan saattaminen olisi vaatinut suunnitelmallisempaa työskentelyä, ja jossain määrin myös innostamista. Koska tarve vapaaehtoistoimijoille nousi konkreettisemmin esille vasta ryhmän käynnistämisen vaiheessa, ei rekrytointiin ollut laadittu tarkempaan aikataulua tai suunnitelmaa. Rekrytoinnissa hyödynsimme aiempia edellisen syksyn työharjoittelun aikana saamiimme vapaaehtoistoiminnan kontakteja, sekä HEA -hankkeen kontakteja Mäntsälän alueella. Myös HEA -hankkeen projektipäällikkö avusti meitä vapaaehtoistoimijan löytämisessä. Ihanteellinen olisi ollut tilanne, jossa vapaaehtoistoimija olisi ehditty perehdyttää Asukastapaamisryhmän tukihenkilötoimintaan jo ryhmän käynnistämisen vaiheessa.

Kehittämistehtävän toteuttaminen eteni prosessimaisesti, ja tämä toi toteuttamiseen omat piirteensä sekä haasteensa. Prosessimaiseen työskentelyyn kuului tavoitteiden ja päämäärienkin muokkaantuminen prosessin edetessä. Tämä vaikeutti luomasta selkeiden päätavoitteiden alle yksityiskohtaisempia osatavoitteita, sillä tavoitteita ja tarpeita Asukastapaamisen toiminnalle syntyi toiminnan kautta prosessin edetessä. Pieniä osatavoitteita, kuten ryhmään saapumisen mahdollistamista, ei olisi voinut laatia ennen toiminnan käynnistämistä, koska tarve saapumiseen liittyvästä mahdollistamisesta ilmeni vasta ryhmän käynnistämisvaiheessa osallistujien aloitteesta.

Tavoitteiden asettamista jälkeinpäin pohtiessa voidaan todeta, että tarkempien tavoitteiden asettamiseen olisi voitu kiinnittää suurempaa huomiota jo ryhmän käynnistämisen alussa käydyissä yhteisissä keskusteluissa. Keskustelutilanteissa osallistujien tavoitteet vaikuttivat selkeiltä, kuten toive ja tavoite asukkaiden omasta kokoontumishetkestä ja -paikasta. Tavoitteet, joita asukkaat nostivat yhteisissä keskusteluissa esille, olivat jälkeinpäin pohdittaessa melko laajoja, joten keskustelutilanteessa niitä olisi voinut yhdessä tarkentaa. Toisin sanoen asukkaiden keskusteluissa ja toiminnan lomassa esille tuomia tarpeita ja tavoitteita olisi tullut sanoittaa paremmin osallistujien kanssa ääneen. Näin osallistujien asettamista tavoitteista johdetut pienemmät osatavoitteet, ja niiden toteutumisen seuranta olisivat muodostuneet huomattavasti helpommiksi. Tavoitteet olisi tullut konkretisoida niin yksinkertaisiksi, että arvioinnissa niiden toteutumiseen olisi ollut helpompaa vastata. Innostamisen idealle vastaisesti joitakin osatavoitteita toiminnalle tuli johdettua jopa liiaksi ohjaajien aloitteesta käsin.

Toiminnalla tavoitelluista päämääristä saattoi myös muodostua uusia päämääriä. Keskustelun ja ideoiden kehittäjäksi loimme tapaamiseen puheoikeusringin, jossa jokainen osallistuja saisi äänensä kuuluviin. Puheoikeusringistä ei kuitenkaan rakentunut ideoimiseen keskittyvä tapahtuma, vaan ennemminkin kuulumisten vaihdon ja osallistujien toisiinsa tutustumisen apuväline. Puheoikeusringistä muodostui jopa Asukastapaamisen tärkein ja aikaa eniten vievin tapahtuma. Tästä saattoi päätellä, että kuulumisten vaihdolla, ja oman äänen kuuluviin saamisella oli ryhmässä osallistujille suuri merkitys. Vaikka puheoikeusringillä ei tavoitettu sen alkuperäistä tarkoitusta, joka olisi ollut ideoiden syntyminen ja toiminnasta palautteen kerääminen, sillä saatiin aikaan tutustumista ja luottamuksen rakentumista ryhmän jäsenten välille.

Toiminnan alkaessa osallistajat toivoivat, että ryhmään tulisi mukaan myös niitä asukkaita, jotka eivät normaalisti osallistu esimerkiksi yhteiseen kahvihetkeen. Pohdimme

lopuksi sitä, jäikö niiden asukkaiden, jotka eivät yleensä osallistu, motivointi toimintaan liian vähäiselle. Alkuun ajatuksena oli, että toimintaan osallistuminen on vapaaehtoista, joten ketään ei lähdetty pakottamaan mukaan. Ryhmän käynnistämiseen kuitenkin osallistui pääasiassa henkilöitä, jotka osallistuvat myös yhteiseen kahvihetkeen. Jos mukaan toimintaan olisi haluttu saattaa henkilöitä, jotka eivät yleensä osallistu, olisi siihen kaivattu suunnitelmallisuutta ja panostusta. Pohdimme kuitenkin, olisiko systemaattinen houkuttelu toimintaan rajannut sen omaehtoista luonnetta?

Innostajina toimiessa tarkoituksena oli luoda yhteistoiminnallista asennetta ja innostavaa ilmapiiriä Osuustien vanhustentalolla. Kehittämistehtävän toteuttaminen innostamisen teoreettisista lähtökohdista käsin opetti meille sosiokulttuurisen innostamisen ydintä. Innostaminen ei ole mitä tahansa aktivoivaa ryhmätoimintaa, vaan toiminnan tulee lähteä toimijoista itsestään ja harjaantua sellaiseksi, että toimijat itse voivat ottaa vastuuta sen toteutuksesta tilanteen mukaan (Kurki 2000: 136). Sana innostaminen saattoi hahmottua mielessämme ensi alkuun kepeänä toimintaan aktivoimisena, mutta prosessin edetessä käsitimme sen olevan paljon syvällisempää vaikuttamista innostamisen kohteeseen. Kurjen (2000: 136) mukaan innostamisessa ohjaaja tekee lopulta itsestään tarpeettoman. Tämä oli myös meidän pyrkimyksemme innostajan roolissa: saada osallistujat itse ottamaan vastuuta ryhmän synnystä ja eteenpäin viemisestä.

Pohdimme kuinka soveltaa innostamisen teoriaa konkreettisiksi innostamisen menetelmiksi. Innostamisen menetelmillä haluttiin luoda osallistujien ryhmään ja toimintaan sitoutumista ja motivoitumista, sekä omien ideoiden esille tuomista. Erityisesti osallistujien aitojen ideoiden esille tuominen, sekä tätä kautta heitä aidosti kiinnostavan tekemisen ja aiheen toteuttaminen muodostui toiminnan keskiöksi ja samalla haasteeksi. Vastasimme haasteeseen lähtemällä rohkeasti toteuttamaan ensimmäisenä asukkaiden ehdottamaa toimintaa, joka tässä tapauksessa oli pelaaminen yhdessä. Toivoimme toiminnan synnyttävän asukkaissa uusia ideoita siitä, kuinka lähteä kehittämään toteutettavaa toimintaa eteenpäin. Eräs osallistuja, joka koki pelaamisen korteilla haasteelliseksi heikentyneen näkökykynsä vuoksi, ehdotti sanomalehden tai muun ajankohtaisen kirjallisuuden ääneen lukemista, jotta hän saisi kuulla, mitä lehdissä kirjoitetaan. Seuraavalla kokoontumiskerralla perustettiin ehdotuksen myötä pieniä lukupiirejä, jossa asukkaat lukivat toisilleen.

Innostajana oleminen vaati kokemamme mukaan ennakkoluulottomuutta, mutta myös kärsivällisyyttä. Osallistujien tuli antaa itse ratkoa ryhmän käynnistämiseen liittyviä ky-

symyksiä ja mahdollisia haasteita. Innostajan roolissa meidän tuli pohtia, mitä tavoitteita innostamisella todella halutaan saavuttaa. Meidän tuli erottaa omat pyrkimyksemme ja tavoitteet ryhmän osallistujien tavoitteista. Ammatillisena haasteena innostamisessa koimme uskon ja motivaation luomisen Asukastapaamisen osallistujiin, kun aiheena oli toiminnan jatkaminen heidän omin voimin. Motivointia teimme kiinnittämällä huomion osallistujien onnistumisen kokemuksiin, jotka puolestaan motivoisivat heitä jatkamaan omaehtoisessa toiminnassa, kun he saisivat luottamusta omiin kykyihin. Tässä kohtaa pohdinnan aiheeksi nousi ajan rajallisuus. Koimme, etteivät kaikki osallistujat ehtineet saavuttaa omia onnistumisen kokemuksia yksilötasolla. Voidaan kysyä, olivatko saavutettavat tavoitteet liian korkealla? Pohdittavaksi myös jää olivatko saavutettavaksi asetetut tavoitteet tarpeeksi motivoivia sekä osallistujan omista lähtökohdista muodostettuja?

Kehittämistehtävää eteenpäin viedessä oppiminen epävarmuuteen oli oleellista. Meidän tuli antaa itsellemme armoa, sillä kaikki ei aina onnistu täydellisesti. Maailman historian suurimmissa onnistuneissa innovaatioissa, kuten taiteessa ja bisneksessä, löytyy taustalta aina otettu riski eli epäonnistumisen uhka. Onnistumista kohden on aina olemassa epäonnistumisia. Jos idea epäonnistuu, ei se kuitenkaan aina tarkoita idean olleen huono, vaan jokin pieni yksityiskohta kuten ajankohta on saattanut vain olla väärä. (Tuominen – Lindroos 2011: 168.) Kehittämistehtävässä ajattelimme onnistumisen ja epäonnistumisen näin: ellei näkyvää muutosta tapahdu ja Asukastapaaminen täysin juurru, on jotain muutosta saattanut tapahtua. Koimme ettei prosessissa täydellistä epäonnistumista voisi tapahtua, sillä kaikki toiminta mitä toteutimme yhdessä asukkaiden kanssa ja heidän ehdoillaan, saattoi tuottaa heissä uudenlaista ajattelua ja yhdessäolon kokemuksia. Vaikka ryhmän käynnistäminen ei täydellisesti onnistuisi, on prosessi saattanut toimia osallistujille myös vahvistavana kokemuksena. Ryhmän ensimmäistä kokoontumista pidettäessä eräs osallistujista kommentoi toisen osallistujan epärointiä ajanvieteryhmän toimivuudesta heidän omin voimin: ”me pystymme kyllä!”

Jos lähtisimme toteuttamaan prosessia uudelleen, kiinnittäisimme suuremman huomion alkukartoituksen ja suunnittelun tärkeyteen. Koska tarkoituksena on toiminnan lähteminen osallistujista itsestään, ovat heidän toiveet, ideat ja päätökset ensisijalla. Tämä kehittämistehtävä koski ryhmän käynnistämistä, joten tällä hetkellä ryhmän jatko on sekä Osuustien vanhustentalon asukkaiden, että mahdollisen vapaaehtoistoimijan käsissä. Meidän tehtävämme ollessa ryhmän käynnistäminen, voisivat seuraavat toimijat ja innostajat olla mukana ryhmän juurruttamisessa. Jatkossa seuraava toimija voisi

esimerkiksi ohjata vapaaehtoistoimijaa omaehtoisen ryhmän tukemiseen. Tätä opinnäytetyötä voidaan hyödyntää tulevaisuudessa, kun halutaan kehittää erilaisia lähestymistapoja ikäihmisten aktiivisen arjen tukemiseen. Arkea tukevassa toiminnassa osallistujille tulisi antaa mahdollisuus olla mukana sen suunnittelussa ja toteutuksessa niin pitkälle kuin mahdollista.

Lähteet

Aalto, Mikko 2000. Ryppäästä Ryhmäksi. Ryttylä : My Generation.

Engeström, Yrjö 1995. Kehittävä työntutkimus. Perusteita, tuloksia ja haasteita. Helsinki: Painatuskeskus.

Dahlström, Marja – Minkkinen, Sirkka 2009. Loppukiri. Vaihtoehtoista asumista seniori-iässä. Helsinki: WSOY.

Haarni, Ilka 2010. Kolmas elämä. Aktiiviset eläkeikäiset kaupungissa. Helsinki: Gaudeamus.

Hakonen, Sinikka 2008. Ikääntyvien voimavarat. Teoksessa Suomi, Asta – Hakonen, Sinikka (toim.) Kuluerästä voimavaraksi, sosiokulttuurinen puheenvuoro ikääntymiskysymyksiin. Jyväskylä : PS-Kustannus.

Hakonen, Sinikka 2008. Kolmas ikä voimaantumisen aikana. Teoksessa Suomi, Asta – Hakonen, Sinikka (toim.) Kuluerästä voimavaraksi, sosiokulttuurinen puheenvuoro ikääntymiskysymyksiin. Jyväskylä : PS-Kustannus.

Heikkinen, Eino – Rantanen, Taina (toim.) 2008. Gerontologia. Helsinki: Duodecim.

Hyvinvointia ja Energiatehokkuutta Asumiseen 2012. Pilotit. Verkkodokumentti. <http://hea.metropolia.fi/?page_id=342>. Luettu 11.10.2012.

Hyvinvointia ja Energiatehokkuutta Asumiseen 2012. Projekti. Verkkodokumentti. <<http://hea.metropolia.fi/>>. Luettu 11.10.2012.

Hyväri, Susanna 2008. Paikkasidos elämäntavassa ja elämänkulussa – maaseutu ja kaupunki yhden ikäryhmän kokemana. Helsinki : Diakonia-ammattikorkeakoulu.

Hyyppä, Markku T. 2002. Elinvoimaa yhteisöstä. Jyväskylä : PS-kustannus.

Jyrkämä, Jyri 2007. Toimijuus ja toimijatilanteet – aineksia ikääntymisen arjen tutkimiseen. Teoksessa Seppänen, Marjaana – Karisto, Antti – Kröger, Teppo (toim.) Vanhuus ja sosiaalityö, Sosiaalityö avuttomuuden ja toimijuuden välissä. Jyväskylä: PS-kustannus.

Kannisto, Ulla 2012. Sosiokulttuurinen innostaminen Ystäväpiiri-toiminnassa. Teoksessa Jansson, Anu (toim.) Psykososiaalinen ryhmätoiminta ikäihmisten yksinäisyyden lievittäjänä. Helsinki: Vanhustyön keskusliitto.

Kauppila, Reijo A. 2012. Ikäihmisen osa. Raportti ikäihmisen syrjinnästä ja huonosta hoidosta Suomessa. Mediapinta.

Kuula, Arja 1999. Toimintatutkimus. Kenttätyötä ja muutospyrkimyksiä. Tampere: Vastapaino.

Kurki, Leena 2007. Innostava vanhuus. Sosiokulttuurinen innostaminen vanhempien aikuisten parissa. Helsinki: FINN LECTURA.

Kurki Leena 2000. Sosiokulttuurinen innostaminen. Tampere: Vastapaino.

Lukkarinen, 1997. Omatoiminen arvostettu vanhuus. Kangasniemen ja Ristiinan vanhuspoliittisissa ohjelmissa. Gerontologian ja kansanterveyden pro gradu -tutkielma. Jyväskylä: Jyväskylän Yliopisto.

Lupsakko, Taina – Ikäheimo, Kirsi 2008. Iäkkäiden aistiongelmät: kun ei kuule ja näkökin reistaa. Teoksessa Hartikainen, Sirpa – Lönroos, Eija (toim.) Geriatria. Arvioinnista kuntoutukseen. Helsinki: Edita.

Metropolia ammattikorkeakoulu 2012. Tutkimus ja kehitys. Hyvinvointia ja energiatehokkuutta asumiseen (HEA). Verkkodokumentti <<http://www.metropolia.fi/tutkimus-ja-kehitys/hankkeet/yhteiset/hea/>>. Luettu 10.10.2012.

Metsämuuronen, Jari 1997. Omaehtoinen oppiminen ja motivaatiostruktuurit. Vantaa: Opetushallitus.

Nivala, Elina 2008. Kansalaiskasvatus globaalin ajan hyvinvointiyhteiskunnassa, Kansalaiskasvatuksen sosiaalipedagoginen teoriakehitys. Kuopio : Snellman-instituutti.

Pitkänen, Anni – Rantala, Ida 2013. Osuustien vanhustentalon yhteinen kahvihuone. Kuva. Mäntsälän Osuustien vanhustentalo 8.3.2013.

Pitkänen, Anni – Rantala, Ida 2013. Puheoikeusringissä käytetty puheoikeusmaskotti. Kuva. Mäntsälän Osuustien vanhustentalo 15.2.2013.

Pitkänen, Anni – Rantala, Ida 2013. Työpajassa toteutettu ilmoitustaulu Asukastapaamisesta. Kuva. Mäntsälän Osuustien vanhustentalo 8.2.2013.

Pitkänen, Anni – Rantala, Ida 2013. Yhteinen pelihetki Asukastapaamisessa. Kuva. Mäntsälän Osuustien vanhustentalo 8.3.2013.

Ranne, Kaarina 2005. Sosiaalipedagogiikka koulutuksessa ja työelämän kehittämisesä. Teoksessa Kaarina Ranne, Anne Sankari, Tuula Rouhiainen-Valo & Tuula Ruusuinen (toim.) Sosiaalipedagoginen ammatillisuus – Madsenin kukasta toiminnan tulppaaniksi. Pori: Satakunnan ammattikorkeakoulu.

Repo, Päivi 2012. Vanhoja on pian miljardi. Helsingin Sanomat 6.10.2012: Kotimaa. Vantaa: Sanomala Oy.

Saastamoinen, Mikko 2009. Aikalaiskeskustelua yhteisöllisyydestä. Teoksessa Filander, Karin – Vanhalakka-Ruoho, Marjatta (toim.) Yhteisöllisyys liikkeessä. Helsinki: Kansanvalistusseura Aikuiskasvatuksen tutkimusseura.

Sarmia, Vesa 2012. Yhdessäolon taidot ja toimivan ryhmäytymisen menetelmät - työkirja ammattilaisen käyttöön. Helsinki: Helsingin opetusvirasto.

Sulkava, Raimo – Eloniemi-Sulkava, Ulla 2008. Muistisairaudet. Teoksessa Hartikainen, Sirpa – Lönroos, Eija (toim.) Geriatria. Arvioinnista kuntoutukseen. Helsinki: Edita.

Tuominen, Saku - Lindroos, Katja 2009. Ravistettava – omskakas, toisinajattelijan käsikirja. Tammi.

Tuulenmäki, Anssi 2010. Lupa toimia eri tavalla. Porvoo: WSOYpro.

Tiedote Osuustien vanhustentalon asukkaille

Tiedote annettu 14.11.2012 Osuustien vanhustentalon asukkaille.

Hyvät Osuustien asukkaat!

Yhteistä ajanviettoa?

Erilaisia pelejä?

Tila, jossa voi kokoontua yhteen?

Bingoa?

Käsityöpiiri?

Juttelua?

Yhteistä tekemistä?

Jos jokin yllä olevista kuulostaa tekemisen arvoiselle, niin tule tekemään ja suunnittelemaan asioita yhdessä. Ovet ovat kaikille avoimet. Tule, vaikket olisi aiemmin yhteiseen toimintaan osallistunut!

Tavataan perjantaina **11.1.2013 klo. 13.00** kahvihuoneessa!

Asukkaiden yhteisen toiminnan käynnistäminen toimii osana opinnäytetyötämme Metropolia ammattikorkeakoulussa.

Terveisin: Anni Pitkänen ja Ida Rantala

Tiedote Osuustien vanhustentalon kotihoidon henkilökunnalle

Tiedote Osuustien henkilökunnalle!

8.2.2013

Asukkaiden oma tapaaminen perjantaisin klo 13.00 - 14.00. Sosionomiopiskelijoiden Annin ja Idan opinnäytetyönä toteuttama asukkaiden omaehtoisen ajanvieteryhmän käynnistäminen.

Olemme tammikuusta lähtien toteuttaneet Osuustien vanhustentalolla joka perjantai klo. 13 alkaen asukkaiden oman ajanvieteryhmän käynnistämistä. Tapaamisissa olemme yhdessä asukkaiden kanssa ideoineet tapaamisajankohdan, ryhmän "pelisääntöjä", yhteistä tekemistä ja käytännön järjestelyitä tapaamiselle. Tapaamisissa olemme harjoitelleet asukkaiden toivomaa yhteistä tekemistä. Suosioon ovat nousseet korttien pelaaminen, lehtien ja erilaisten murre- ja kotiseutukirjojen lukeminen sekä yhteinen jutustelu. Tapaamisten alussa olemme pitäneet aina yhteisen kuulumiskierroksen, jossa puheenvuoron antajana on toiminut puheoikeusmaskotti. Maskottia pidellessä asukas on saanut kertoa kuulumiset ja muut ovat hiljentyneet kuuntelemaan.

Olemme yhdessä asukkaiden kanssa miettineet omaehtoisen ryhmän tueksi mahdollisesti tarvittavan vapaaehtoista toimijaa, joka esim. hakee muutamia asukkaita kotoa ryhmään, auttaa heitä paikoilleen ja voi mahdollisesti toimia keskustelun herättelijänä. Vapaaehtoistoimijan saaminen toimintaan, on yrityksistä huolimatta tuntunut melko haastavalta. Yrityksemme kuitenkin jatkuu, ja pyrimme siihen että perehdyttäisimme mahdollisen vapaaehtoisen itse mukaan toimintaan.

Asukkaat ovat viimeisimmissä tapaamisissa melko itsenäisesti muodostaneet toimintaa, kuten erilaisia pelirinkejä. Osa asukkaista on tykännyt vaihdella kuulumisia. Oman kokemuksemme mukaan asukkaat ovat kokeneet tärkeänä sen, että he voivat kerran viikossa kokoontua yhteen, istahtaa alas rauhassa ja päivittää viikon tapahtumat. Tapaamisten aikana myös uusia asukkaita on tullut toimintaan mukaan, ja tapaamiset ovat toimineet hyvänä areenana tutustua uuteen naapuriin. Olemme ideoineet myös naapuriavusta, jossa esim. saman kerroksen naapuri käy ovella muistuttamassa tapaamisesta ja saattaa kahvitilaan. Tämä on toiminut muutaman asukkaan kohdalla.

Jotta toiminta jatkuisi mahdollisimman hyvin ja omaehtoisena, on teidän henkilökunnan hyvä tietää mitä olemme tapaamisissa tehneet ja mitä edellytyksiä toiminta vaatii toteutuakseen. Ennen kuin kahvitila saadaan täysin avoimeksi, olisi hyvä jos tilan voisi avata ennen klo 13 perjantaisin. Me (Anni ja Ida) tulemme tapaamiseen mukaan vielä 15.2.2013. Tämän jälkeen mietimme perjantain jolloin tulemme katsomaan kuinka toiminta on lähtenyt etenemään asukkaiden omin voimin. Uskomme että asukkaista löytyy henkilöitä, jotka jatkavat tapaamisissa käymistä ilman ohjaajienkin tukea ja keksivät itse tekemistä. Osan asukkaista osallistumiselle selkeästi vaaditaan tukihenkilö. Tapaamisen idea on kuitenkin asukkaiden omaehtoinen kokoontuminen, joten paineita mahdolliselle tukihenkilölle ei tarvitse asettaa ns. "toiminnan järjestämisestä". Omaehtoisessa tapaamisessa toiminnan tulee olla sellaista, ettei se aseta paineita asukkaiden onnistumiselle ilman ohjaajaa!

Asukkaiden toimintaa tapaamisessa esim.

- Korttipelien pelaaminen
- Lehden luku: asukas lukee toiselle asukkaalle, jolla itsellään luku ei onnistu heikentyneen näön vuoksi

- Kuulumisten kertominen, muistelu
- Vanhojen valokuvien yhdessä katselu
- Pienimuotoinen askartelu esim. pääsisäis- tai joulukortit (jos joku asukkaista innostuu ideoimaan)
- Mikä tahansa arkinen puuha, jossa asukkaat tuntevat onnistuvansa!

Jos tulee kysyttävää, laittakaa ihmeessä sähköpostia tai soittakaa.

Anni Pitkänen, xxxx.xxxx@metropolia.fi, 040 xxx xx xx

Ida Rantala, xxxx.xxxxx@metropolia.fi, 044 xxx xx xx

Ihanaa kevään odotusta! Ollaan yhteydessä!