

HUOM! TÄMÄ ON RINNAKKAISTALLENNE

Rinnakkaistallennettu versio *voi* erota alkuperäisestä julkaistusta sivunumeroiltaan ja ilmeeltään.

Tekijä(t): Pikkarainen, Aila

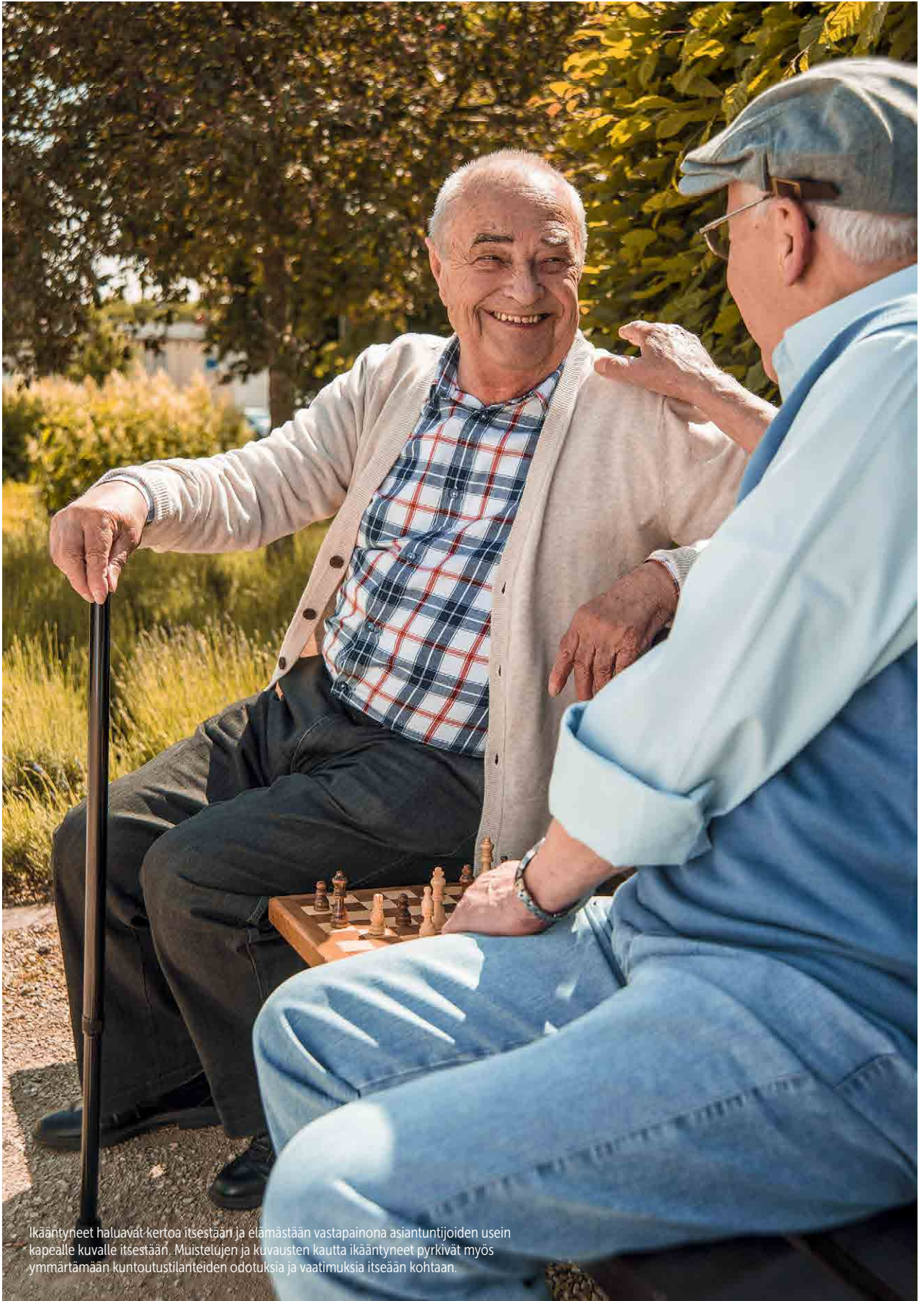
Otsikko: Temporaalisuus ja refleksiivisyys ikääntyneiden aikuisten toimijuuslähtöisessä kuntoutuksessa

Vuosi: 2020

Versio: Kustantajan pdf

Käytä viittauksessa alkuperäistä lähdettä:

Pikkarainen, A. (2020). Temporaalisuus ja refleksiivisyys ikääntyneiden aikuisten toimijuuslähtöisessä kuntoutuksessa. *Fysioterapia*, 66(6), 32–39.



WESTEND61 / LEHTIKUVA

Ikääntyneet haluavat kertoa itsestään ja elämästään vastapainona asiantuntijoiden usein kapealle kuvalle itsestään. Muistelujen ja kuvausten kautta ikääntyneet pyrkivät myös ymmärtämään kuntoutustilanteiden odotuksia ja vaatimuksia itseään kohtaan.



Aila Pikkarainen

KM (väit.), THM, tt, lehtori,
Jyväskylän ammattikorkeakoulu
aila.pikkarainen@jamk.fi

Temporaalisuus ja reflektiivisyys ikäntyneiden aikuisten toimijuuslähtöisessä kuntoutuksessa

Onko kuntoutus kulttuurisena ja institutionaalisen rakenteena pystynyt uudistumaan samassa tahdissa kuin asiakkaidemme tilanteet ja elämäntilat ovat muuttuneet, kysyy tänä syksynä väitellyt Aila Pikkarainen.

Kuntoutusta on kritisoitu tavasta tehdä asioita niin kuin on aina ennenkin tehty. Lisäksi kuntoutuksen arvioidaan perustuvan edelleen yhden teorian periaatteeseen, josta seuraa haasteita tuottaa vaikuttavia ja pitkäkestoisia muutoksia asiakkaan arkeen (1).

Erityisesti ikääntyneiden aikuisten kuntoutuksen perusteet ovat näkemysni mukaan vasta muotoutumassa. Heidän kuntoutuksessaan näyttäisi olevan jotain lainattua, jotain uutta ja erityisen paljon sellaista vanhaa, joka ei välttämättä sovellu lainkaan vanhuuden ikävaiheeseen.

Ikääntyneiden kuntoutuksen vaikuttavuuden tulosmuuttajat ovatkin heikkoja mittaamaan niitä kokemuksellisia muutoksia, jotka syntyvät ryhmämuotoisessa kuntoutuksessa. Vaikka kuuden metrin kävelyn tai käden puristusvoiman muutos ei näy seurantamittauksissa, ikääntynyt itse kertoo koko elämänsä muuttuneen ja suuntautuvansa toiveikkaasti tulevaisuuteen. Mittaammeko siis väärä ilmiöitä, vaikka teemme ihan oikeita asioita ja laadukasta kuntoutusta?

Tarve ymmärtää toimijuuden rakenteellisia ja yksilöllisiä tekijöitä

Olen ollut mukana tutkimassa ja kehittämässä ikääntyneiden gerontologista kuntoutusta monien vuosien ajan. Tuona aikana yhteiskunnalliset tilanteet ovat muuttuneet ja samalla ikääntyneiksi asiakkaiksi on tullut uusia sukupolvia uudenaikaisine tarpeineen.

Uudet sukupolvet luovat uudenlaista vanhuutta. Heidän palvelujensa tulisi muotoutua niin rakenteiltaan kuin sisällöltään sellaisiksi, että ne vastaavat näihin uudistuviin tarpeisiin. Onko kuntoutus kulttuurisena ja institutionaalisen rakenteena pystynyt uudistu-

maan samassa tahdissa kuin asiakkaidemme tilanteet ja elämäntilat ovat muuttuneet?

Väitöskirjatutkimukseni ajoittui vuosille 2014–2020. Tutkimuksessani syvensin ja laajensin IKKU-hankkeen tuloksia (2) hyödyntämällä aikuiskasvatustieteen toimijuusnäkökulmaa eli subjektikeskeistä sosiokulttuurista toimijuuden viitekehystä (lyh. SCSC, 3–4).

Lähestymistavan avulla halusin ymmärtää toimijuuden keskeisesti liittyviä rakenteellisia ja yksilöllisiä tekijöitä sekä niiden vastavuoroisuutta. Irrottauduin tietoisesti lääketieteeseen perustuvasta lääkinnällisen kuntoutuksen lähestymistavasta ja laajensin näkökulmaani myös toimintakykykuntoutuksen ulkopuolelle. Tarkastelin kuntoutusta sosiaalisena ja kulttuurisena raken-

teena, joka saattaa huomaamatta jopa estää ikääntyneiden kuntoutumista ja samalla asiakaslähtöisyyden toteutumista kuntoutusinterventioita eri vaiheissa. (5)

Rakenteita on kuvattu samantyyppisyyttä luovina ja valtasuhteita ylläpitävinä (6). Kuntoutusrakenteet ohjaavat kuntoutustyöntekijöiden työtä sekä määrittävät esimerkiksi kuntoutusprosessien arviointikäytänteitä ja tavoitteiden asettamista entistä tiukemmin.

Kärjistetysti voidaan sanoa: mitä tiukemmin asiakasryhmäkohtaisia toimintakyvyn arviointoja ohjeistetaan, sitä enemmän ikääntyneiden arviointitulokset alkavat tuottamaan homogeenista vanhuskuvaa, yhteneviä terveyden ja toimintakyvyn ongelmia sekä samantyyppisyyttä luovia kuntoutusinterventioita.

Tässä artikkelissa pohdin sellaisia ikääntyneiden kuntoutuksen uusia käsitteitä, joiden kautta ikääntyneiden toimijuuslähtöistä kuntoutusta voidaan ymmärtää ja myös kehittää. Näitä käsitteitä ovat elämäntilanteen ja toimijuuteen kiinteästi kuuluva *ajallisuuden eli temporaalisuuden käsite* sekä *yksilöllinen ja kollektiivinen reflektiivisyys*. Molemmat käsitteet ovat laajoja, ja niiden

Mittaammeko väärä asioita, vaikka teemme ihan oikeita asioita ja laadukasta kuntoutusta?



Asiakaslähtöisessä työssä tulisi hahmottaa ja tunnistaa kunkin ikääntyneen tapa olla ja toimia temporaalisesti suhteessa tarjottuun kuntoutusympäristöön ja kuntoutusinterventioon.

taustalla on erilaisia teoreettisia lähestymistapoja, joita on voinut sisällyttää väitöskirjatyöhöni.

Temporaalisuus

Temporaalisuus on toimijan yksilöllinen sisäinen kokemus mutta samalla myös häntä ympäröivän maailman ja sen erilaisten instituutioiden kiinteä osa. Konkreettisesti tämä tulee esille siinä, miten koemme olevamme saman tahtisia tai eri tahtisia ympäröivän maailman kanssa.

Ajallisuus ei ole ollut suomalaisessa kuntoutuksessa juurikaan esillä. Toimintaterapiassa se on yleensä määritelty ympäristön yhdeksi keskeiseksi ulottuvuudeksi ja myös yksilön sisäiseksi kokemukseksi. Kuntoutus- ja terapiatilanteissa temporaalisuus on aina läsnä terapeutin ja asiakkaan välisen toiminnan ja vuorovaikutuksen osana. (7–9)

Elämänkulun toimijuudessa ajallisuus nähdään menneen, nykyisen ja tulevan jatkumona. Erityisesti **Emirbayer ja Mische** (10) nostavat esille, miten

tekijän (actor) inhimillinen kokemus on luonteeltaan temporaalinen eli tekijä elää tai voi elää samanaikaisesti ja joustavasti menneessä, nykyisessä ja tulevassa. Hän arvioi ja säättää näitä temporaalisia ulottuvuuksia suhteessa kulloisiinkin ympäröiviin rakenteisiin ja sen kontekstuaalisiin tekijöihin. Samalla hän tunnustelee, mikä ja millainen orientaatio on kulloinkin tarkoituksenmukainen. Jossain ajassa ja paikassa näkökul-

maksi valikoituu – ja myös joustavasti vaihtuu – menneisyys, joskus nykyinen tilanne ja joskus tulevaisuus.

Emirbayer ja Mische (10) kuvaavat tätä relationaaliseksi eli suhteelliseksi käytännöksi (*relational pragmatics*). Kun tätä kuvausta sovelletaan ikääntyneiden toimijuuteen kuntoutuksessa, heillä on enemmän menneisyyttä ja vastaavasti vähemmän tulevaisuutta kuin nuoremmilla aikuisilla. Menneisyyteen sisältyy luontaisesti enemmän toimijuuden kokemuksellista materiaalia, johon jokaista uutta tilannetta voi suhteuttaa. Muistelujen ja kuvausten kautta ikääntyneet pyrkivät ymmärtämään kuntoutus-

Elämänkulun toimijuudessa ajallisuus muodostuu menneisyyden, nykyisyyden ja tulevaisuuden jatkumona.

Emirbayer ja Mische (10) nostavat esille, miten

tilanteiden odotuksia ja vaatimuksia itseään kohtaan. Kertoessaan laajasti ja rönsyilevästi itsestään ja elämästään he pyrkivät vastapainottamaan sekä syventämään asiantuntijoiden usein kapeaa kuvaa itsestään, kuten kuntoutuselosteiden ja epikriisien kuvauksia itsestään. Ikääntynyt tuo siis kuntoutukseen koko elämänsä ja toimijuutensa, josta työntekijät ottavat työstämisen kohteeksi pilkottuja toimintakyvyn osa-alueita (vrt. 11).

Flaherty (12) kritisoi perinteistä behavioraalista käsitystä ihmisen aktiivisuudesta normatiivisena ärsyke-vastetoimintana. Hänen mukaansa ärsyke ilmenee menneessä ja vaste tulevassa, jolloin nykyisyys jää niiden väliin. Tässä nykyisyyden tilassa ihminen havaitsee, valitsee ja päättää, mihin ärsykkeeseen hän reagoi ja miten. Itsemäärääminen ja ajallisuus ovatkin osa toimijuutta. Ihminen on toimija ja subjekti koetussa ja ulkoisesti kellonaikana mitattavassa ajan virrassa eikä siis vain ympäristön ärsykeisiin spontaanisti reagoiva objekti. (10,13)

Edellä kuvattua ajallista kerroksellisuutta ikääntyneet tuovat esille erilaisissa kuntoutustilanteissa. Samalla nykyisyyden työtehtävissään kiinni oleva työntekijä yrittää viedä työn tekojaan eteenpäin. Hän siis tekee työtään, kiirehtii ja samalla katkaisee asiakkaansa kerronnan ja oman kuuntelemisensa.

Ajallisuus on yksi keskeisiä määrittäviä tekijöitä toimijuuden yksilöllisessä ilmenemisessä ja tulee näkyväksi aina suhteessa ympäröiviin rakenteisiin. Ulkoisesti havaittava ajallisuus tulee esille tekemisen kestoina (duration), kertoina tai tiheytenä (frequency) sekä tekemisen ja toimintojen ajallisena järjestyksenä (sequence), ajoituksena (timing) ja allokointina eli tietoisena ajan varaamisena toimintaan (allocance) (12). Nämä kaikki ajalliset ulottuvuudet voivat aiheuttaa epärytmiä yksilöllisen toimijuuden ja ympäröivän maailman välillä, kuten esimerkiksi tarkkaan ohjelmoidussa kuntoutuksessa. Samalla kun primääriseen vanhenemiseen kuuluva yksilön tekeminen hidastuu (rauhottuu), ulkoinen maailma nopeutuu toimintarytmiltään (14).

Aika ei kuntouta ketään – ikääntyneen oma tapa olla ja toimia

Tutkimustulosten mukaan kokemuksellinen, yksilön sisäinen aika voi varioida monella tavalla. Sellaisia ovat: (1) *pitkittynyt kesto* eli kulunut aika tuntuu pitemmältä kuin konkreettisesti kulunut kellonaika, (2) *synkroninen kesto* eli kellolla mitattu ja havaittu koettu aika vastaavat toisiaan, (3) *pakkautunut tai tihentynyt aika*, jossa havaittu aika tuntuu lyhyemmältä kuin kelloaika, (4) *flow-aika* eli ajattomuuden tunne, (5) *interstitiaalinen*

aika eli havaitun kellonajan pysähtyminen ja (6) *ajallinen repeämä*, jossa tapahtuu havaitun ja kellonajan synkronisuuden häiriö. (8)

Ajallisuuden keskeisyys ikääntyneiden toimintakyvyn arvioinnissa ja kuntoutuksen keskeisenä käsitteenä tulee esille yleisessä heitä koskevassa *aktiivisuuspuheessa* (vrt. 15). Aktiivisuudella tarkoitetaan yleensä ulkoista aktiivisuutta eli mitä ihmiset tekevät, mihin he osallistuvat ja ovatko he fyysisesti ja kehollisesti aktiivisia tai passiivisia.

Ajallisuuteen kuuluu kuitenkin aina myös *sisäinen aika*, jota jokainen yksilö elää ja josta hän itse päättää. Tosiasiassa ajallisuuden näkökulmasta ihminen voi olla ajan suhteen vain rajallisesti aktiivinen, sillä tehdessään jotain hän ei voi tehdä jotain muuta. Nykyisin käytetään myös käsitteitä *ajan tihentyminen eli pakkautuminen sekä ajallisuuden ennakointi* (16), mikä tulee esille nykyisessä elämänrytmissä.

Ajan tihentyminen ja pakkautuminen tarkoittavat, että yksi aika ja hetki voi tihentyä moniksi ajatuksiksi, tunteiksi ja tapahtumaryppäiksi. Ajallisuuden ennakointi puolestaan tarkoittaa mahdollisuutta ennakoida tekemisen kestot hyvinkin tarkkaan (matkustaminen Jyväskylästä Helsinkiin). Ulkopuolinen maailmamme onkin erilaisten palvelujen tarjoamista aikaperustaisesti erilaisina kestoina (kirjan lainausaika, kuntosalikortin käyttöaika).

Tuhlattu aika (*wasted time*) ja aika on rahaa (*time is money*) ovat tuttuja sanontoja sosiologian perusteoksista, joissa kansalaisten produktiivisuus ja yhteiskunnan taloudellinen kasvu vaativat tiettyä tempora-

alista systeemiä (12). Tehokas ja taloudellinen kuntoutus perustuu sovittuihin käyntien määrään, niiden rytmityksiin sekä tapaamisten kestoihin. Käytänteet ovat syntyneet pitkälti työntekijöiden työnjaon ja tehokkaan ajan käytön pohjalle – perusteina eivät ole olleet niinkään ajatukset ikääntyneiden oppimisesta, keskittymiskyvystä tai sisäisestä ajan kokemisesta.

Jokainen toimija on erilainen temperamentiltaan sekä rytmiltään ja tempoltaan biologisena, ruumiillisena että inhimillisenä olentona (17). Asiakaslähtöisessä työssä tulisi hahmottaa ja tunnistaa kunkin ikääntyneen tapa olla ja toimia temporaalisesti suhteessa tarjottuun kuntoutusympäristöön ja kuntoutusinterventioon. Myös kuntoutuksen rakenne perustuu kuntoutusintervention pituuteen (kertoina tai päivinä), kuntoutustapahtumien kestoihin (45 min) ja niiden rytmityksiin (2 x viikossa), mikä voi olla itse kuntoutuksen tavoitteen ja intervention sisällön kannalta epätarkoituksenmukaista – ja erityisesti kuntoutujan temporaalisuuden kannalta ei-asiakaslähtöistä. Temporaalisuus ▶

onkin kuntoutuksessa enemmän työn johtamisen ja työntekijäresurssien väline kuin aito toimijuutta edistävä interventio osa. Aika sinällään ei kuntouta ketään.

Ajallisuuteen kuuluu siis rakenteiden eli kuntoutusinstituutioiden ja myös kuntoutusinterventioiden erilaiset rytmit, ketjut ja kestot. Oman temporaalisuuskäsitykseni mukaan kuntoutustapahtumien, kuntoutuspäivien ja kokonaisten kuntoutusjaksojen tulisi olla saman rytmisiä ikääntyneen kuntoutujan kanssa – tosiasiaa siis joustavasti muotoutuvia, jotka sallivat erilaisia muutoksia tarpeen mukaan. Esimerkiksi kuntoutujaryhmän rauhoittuminen yhteen tilaan ja tapahtumaan riittävän pitkäksi aikaa voi parhaimmillaan tuottaa yksilöllistä ja yhteistä oppimista ja oivaltamista, jossa tapahtuu kuntoutujien välistä jakamista ja vastaanottamista monella tasolla. Samalla kuntoutustyöntekijä voi kokea syyllisyyttä, kun hänelle määrätty kuntoutustyön teot jäävät toteutumatta osittain tai kokonaan – aika menee hukkaa, vai meneekö?

Parhaimmillaan temporaalinen kuntoutusympäristö mahdollistaa tai pahimmillaan estää ikääntyneen kuntoutujan orientoitumisen ja asettumisen eri kuntoutustapahtumiin sekä täysivaltaisen osallistumisen, jolloin kuntoutustyöntekijöiden on luonteva ottaa vastuu päätösten ja valintojen tekemisestä. Toisaalta kuntoutusympäristön tulisi kannustaa ikääntynyttä kuntoutujaa tunnustamaan, yrittämään tai jopa ylittämään omia rajojaan – mutta onko tähän aikaa?

Temporaalisesti asiakaslähtöinen ympäristö ei ole yllätyksellinen, pelottava tai nöyryyttävä, vaan se kannustaa yrittämään ja osallistumaan omassa tahdissa ja omalla tavalla. Kuntoutusympäristössä on temporaalisesti myös löydettävä sopivan levon ja toiminnan erilaiset rytmit, jaksot ja vuorottelut. (17)

Toimijuutta määritellään useissa tieteissä ja hyödynnä tieteenalakohtaisia käsitteitä. Kaikissa toimijuuden lähestymistavoissa on kuitenkin keskeistä yksilön ja rakenteen välinen suhde. Juuri tässä vastavuoroisessa yksilön ja rakenteen välisessä suhteessa temporaalisuus saa merkityksensä. Onko ikääntynyt kuntoutujana kuntoutusrakenteen temporaalisen rytmin vanki?

Sosiologi **Margaret Archerin** näkemyksen mukaan ihminen elää maailmassa, jossa hän kohtaa olemassa olevat sosiaaliset rakenteet ja kulttuurit. Ihmisen yksilöllinen toimijuus on vastavuoroisessa suhteessa näihin rakenteisiin, joissa toiminta ja niiden seuraukset sekä rakenteet kietoutuvat toisiinsa ja muotoutuvat aina uudelleen (18, 19, s. 87–99). Kuntoutusta voidaan kuvata tällaisena sosiaalisena ja kulttuurisena rakenteena, jossa ikääntynyt aikuinen käyttää toimijuuttaan

ja jossa rakenne vastavuoroisesti tuottaa hänen toimijuudelleen erilaisia mahdollisuuksia ja esteitä.

Yksilöllinen ja kollektiivinen refleksiivisyys kuntoutuksessa

Archer (18–19) kuvaa toimijuutta yksilön kyvyksi tarkastella itseään eli hänen *refleksiivisyytensä*, joka tarkoittaa yksilön kykyä käydä sisäistä keskustelua (engl. *internal conversation*). Sisäinen puhe puolestaan ilmenee yksilöstä ulospäin suuntautuvaksi puheeksi esimerkiksi itseä ympäröivästä maailmasta mutta myös näkemykseksi itsestä suhteessa ympäröiviin sosiaalisiin ja kulttuurisiin rakenteisiin (tarkemmin 20–22).

Archerin kuvaamista refleksiivisyyden muodoista ensimmäinen on *kommunikatiivinen reflektiivisyys*, jota voidaan kuvata ajatteluksi puheen avulla. Toimija pohtii omaa tilannettaan ja elämäänsä muiden kanssa keskustelemalla ja nojautuen näiden

keskustelujen tuottamiin erilaisiin näkemyksiin. Tätä kommunikatiivista refleksiivisyyttä toteutetaan esimerkiksi kuntoutuksen alussa ja lopussa keskustelemalla eri asiantuntijoiden kanssa mutta myös ryhmäkuntoutuksen aikana keskustelemalla vertaiskuntoutujien kanssa. (soveltaen 19–22).

Toinen refleksiivisyyden muoto on *autonominen eli itsenäinen refleksiivisyys*, joka tarkoittaa niitä kuntoutujia, jotka käyvät sisäisiä

keskusteluja ilman tarvetta keskusteluun muiden kanssa. He tekevät itsenäisiä valintoja ja päätöksiä kuntoutuksessa, eivätkä he tarvitse niiden pohdintaan aikaan tai muita ihmisiä. He voivat myös rajata kuntoutuksensa vain niihin elämäalueisiin, jotka ovat heille oleellisia, ja ohittaa muut kuntoutustapahtumat merkityksettöminä.

Kolmannen ryhmän muodostavat yksilöllisen *meta-refleksiivisyyden omaavat toimijat*, jotka käyvät sisäistä keskustelua aikaisemmista päätöksistään ja valinnoistaan. He kykenevät toimimaan uudella tavalla näiden arviointinsa pohjalta ja voivat suuntautua uudella tavalla myös kuntoutukseensa sen edetessä. He siis löytävät luovia ja vaihtoehtoisia tapoja kuntoutujuu-delleen kuntoutusprosessin aikana. Usein työntekijät kuvaavatkin heitä yllätyksellisiksi kuntoutujiksi eli omien olettamustensa rikkojiksi.

Metarefleksiivisyyden toinen ilmenemismuoto on relationaalinen ja kollektiivinen metareflektiivisyys (19, s. 61). Sitä harjoitetaan ja tuotetaan yhdessä muiden kanssa arvioiden ja pohtien yksilöllisiä ja yhteisiä kuntoutumisen oivalluksia. Parhaimmillaan kollektiivinen metarefleksiivisyys syntyy ja rakentuu ryhmäkuntoutuksen aikana, mutta se voi myös kehittyä ja kasvaa kuntoutuksen jälkeisessä arjessa ja sen eri ympäristöissä.

Kuntoutustapahtumien tulisi olla saman rytmisiä ikääntyneen kuntoutujan kanssa eli joustavasti muotoutuvia.

Neljäs refleksiivisyyden muoto on *särkynyt tai murtunut refleksiivisyys*, jossa sisäiset keskustelut eivät tuota tarkoituksenmukaisia valintoja, päätöksiä tai toimintaa. Reflektiivisyyteen haastaminen näyttäisi tuottavan osalle kuntoutujista stressiä ja orientoitumisvaikeuksia omaan tilanteeseensa niin yksilöllisenä toimijana kuin suhteessa ulkoisiin kuntoutusrakenteisiin. Särkynyt refleksiivisyys voikin olla sanattomuutta tai mykkyyttä itselle. Konkreettisesti tämä tulee esille esimerkiksi niukkana ja yleisluontoisena puheena sekä kohteliaana sopeutumisenä kuntoutuskontekstiin.

Refleksiivisyys toimijuuden aineosana kuntoutuksessa

Refleksiivisyyden kautta yksilö ilmaisee itselleen tärkeitä asioita sitoumuksina ja huolenaiheina sekä suuntautuu itselleen tärkeisiin toimijuuden tekoihin ja suunnitelmiin (engl. *agentic project*). Kuntoutus voidaan määrittellä yhdeksi tällaiseksi toimijuuden projektiksi elämäkulussa. **Ruuskanen-Parrukoski** (25, s. 24) kuvaa tätä ihmisen harjoittamaksi tilanteisesti muuttuvaksi sisäiseksi puheeksi, jonka kautta ihminen pitää yllä tapojaan, arvioi ja muuttaa niitä. Hänen mukaansa puhe voi olla monimutkaista elämän peruskysymyksiin liittyvää keskustelua itsen kanssa tai yksinkertaistettua pohdintaa arjen ratkaisuisissa esiin tulevien haasteiden ja mahdollisuuksien puitteissa.

Juuri kuntoutuksen tuottamissa uusissa ja oudoissa tilanteissa ihminen käy sisäistä keskustelua ja tutkiskelee itseä suhteessa kuntoutuksensa sosiaalisiin konteksteihin ja toisinpäin. Tämä pohdinta on myös perusta sille, miten hän määrittelee tulevaisuuden tavoitteitaan ja arvioi mahdollisuuksiaan saavuttaa ne. **Jyrkämä** (26, s. 17–18) käyttää ikääntyneiden kohdalla myös tilanne-refleksiivisyyden ja pohdinnallisuuden käsitteitä.

Archerin (27) mukaan toimijuuteen liittyvä refleksiivisyys ei ole koskaan yhtenäinen ilmiö, vaan se vaihtelee yksilön sosiaalisen ja mikrokulttuurisen taustan sekä hänen psyykkisen rakenteensa mukaan. Refleksiivisyyden tavat vaihtelevat yksilön toimiessa eri aikoina erilaisissa konteksteissa ja tilanteissa. Näissä tilanteissa jokainen yksilö voi asettaa itsensä objekti-objekti-, subjekti-objekti- tai subjekti-subjekti-suhteeseen niin yksilöllisissä kuin ryhmätilanteissa. Nämä voivat ilmetä erilaisina kehollisina (objekti-objekti), praktisina (subjekti-objekti) ja diskursiivisina (subjekti-subjekti) tapoina olla vuorovaikutuksessa.

Yleensä kuntoutuksessa niin sanotut passiivisesti läsnä olevat *kohde-objekti*-kuntoutujat ja käytännöllisesti reagoivat *tekijä-objekti*-kuntoutujat ovat kuntoutusrakenteeseen mukautuvia. He myös ovat niin sanottuja



Aika sinällään ei kuitenkaan kuntouta ketään vaan kuntoutuksessa tapahtuvat oppimis- ja oivallusprosessit. Niiden syntymiseen ei kukaan voi oikeastaan laskea mitään vakioaikaa.

Ikääntyneiden aikuisten kuntoutukseen tarvitaan nykyisiä kuntoutusperinteitä laajempaa monitieteistä lähtökohtaa.

motivoituneita kuntoutujia kuntoutustyöntekijöiden näkökulmasta. Jos työ on tehokkaasti aikataulutettua ja kiireistä, nämä ikääntyneet toimijat helpottavat työntekijää selviytymään kiireisestä arjesta. Sen sijaa *analysoija-subjekti*-kuntoutujat kysyvät, vaativat, ehdottavat, vertailevat, ihmettelevät ja arvioivat saamiaan kuntoutusinterventioita, jolloin he rikkovat kuntoutuksen käytäntöjä ja vievät aikaa työntekijöitä (vrt. 18 s. 293, 19 s. 95, 23 s.11)

Jokaiseen edellä kuvattuihin positioihin on yhteydessä eritasoinen refleksiivisyys: objekti-objekti-positiossa refleksiivisyyden tärkeys on minimaalista, praktisessa subjekti-objekti-positiossa kohtalaisen tärkeää ja erityisesti diskursiivisessa subjekti-subjekti-positiossa maksimaalisen tärkeää, (21, s. 77–79). Tämän näkökulman mukaan kuntoutus tulee olemaan todella haastavaa asiantuntijatyötä tulevaisuudessa, kun ikääntyneet aikuiset diskursiivisina subjekteina tulevat hakemaan kuntoutuspalveluja. ▶



Juuri kuntoutuksen tuottamissa uusissa ja oudoissa tilanteissa ihminen käy sisäistä keskustelua ja tutkiskelee itseä suhteessa kuntoutuksensa sosiaalisiin konteksteihin ja toisiin. Tämä pohdinta on myös perusta sille, miten hän määrittelee tulevaisuuden tavoitteitaan ja arvioi mahdollisuuksiaan saavuttaa ne.

Johtopäätökset

Kuntoutumisessa on kyse yksilön halusta johonkin henkilökohtaiseen muutokseen, jota hän haluaa tai toivoo nykyiseen tilanteeseensa. Tämän muutoksen tavoittelu vaatii puolestaan koetun tarpeen ja siihen liittyvän tavoitteen kuvaamista. Kun tavoite on sanoitettu ja määritelty, alkaa oppimisen ja oivaltamisen prosessi. Kuntoutumisessa on siis kyse yksilöllisen toimijuuden ja kuntoutusrakenteen välisestä vastavuoroisesta suhteesta. Siinä asiakasta kannattelevan tutkimisen sekä yhteisen neuvottelun ja päätöksenteon kautta käynnistyy niin sanottu *yhteistoimijuuden prosessi* (mm. 28).

Aikaa tarvitaan. Sitä tarvitaan nimenomaan tilanteen avoimeen tutkimiseen yhdessä ja neuvotteluun. Kuntoutuksessa ei siis tulisi pyrkiä pikaiseen ja sokeaan ongelmanratkaisuun (45 minuutin tavoitteen asettaminen), jossa automaattisesti ja useimmiten asiantuntija tuottaa olemassa olevan rakenteen mukaiset vakioratkaisut.

Ikääntyneiden aikuisten kuntoutukseen tarvitaan nykyisiä kuntoutusperinteitä laajempaa monitieteistä lähtökohtaa. Jatkossa tulisi tunnistaa ikääntyneiden elämäntilanteen toimijuuden erilaiset yksilölliset tekijät mutta myös heidän toimijuutensa vaikuttaneet yhteiskunnalliset rakenteelliset tekijät. Kuntoutuksen perimmäisenä tavoitteena on omaksi itsekseen tuleminen ja oman itsen uudelleen omistaminen sairastumisen tai vammautumisen jälkeen, mutta myös ikääntymismuutosten edetessä ja kasaantuessa (re-having, tarkemmin 29). Tähän tarvitaan ikääntyneen oman *elämäntilanteen refleksiivisyyden* kuuntelemista ja ymmärtämistä – eli missä tilanteissa, miten ja miksi hän ryhtyy kertomaan itsestään kuntoutuksen erilaisissa kohtaamisissa (22 s. 44, 26 s. 14).

Ikääntyneiden kuntoutuksen vaikuttavuus on riippuvaista kuntoutusrakenteen toimintatavoista, joiden taustalla vaikuttavat ikääntyneisiin kohdistuvat asenteet ja uskomukset sekä heikko gerontologinen tieto ikääntymisestä ja ikääntyneiden oppimisesta. Ikääntyneitä aikuisia koskevat puheet ovat yllä nykyisiä perinteisiä kuntoutuskäytäntöjä (30). Kuntoutuksen palvelumuotoiluun tarvitaan näiden puheikäntöjen tunnistamista ja tunnustamista, jotta kuntoutuksen uudistaminen on mahdollista.

Kuntoutustuotteita suunnitellaan ja tuotetaan entistä useammin kilpailutusprosessien kautta. Onkin luonnollista, että kilpailutuksessa hinnan määrittelee useimmiten temporaaliset tekijät kuten kuntoutustuotteiden kerrat, kestot ja ajoitukset. Samalla kilpailutusasiakirjat toimivat implisiittisesti ja huomaamatta intervention perusteena: kuka tekee, mitä tekee ja miten usein.

Onkin erityisen haastavaa yrittää tehdä yhdellä ja samalla asiakirjalla edullista kuntoutusta ja asiakaslähtöistä kuntoutusinterventioita – tai ainakin työntekijöiden tulisi tunnistaa tämä ristiriita. Aika sinällään ei kuitenkaan kuntouta ketään vaan kuntoutuksessa tapahtuvat oppimis- ja oivallusprosessit. Niiden syntymiseen ei kukaan voi oikeastaan laskea mitään vakioaikaa. ■

Lähteet

- (1) Hammell K: Rethinking rehabilitation's assumptions: Challenging "Thinking-as-usual" and envisioning a relevant future. Teoksessa McPherson K, Gibson GE, Leplege A: Rethinking rehabilitation. Theory and Practice. Boca Raton: CRC Press 2015, p. 66–89.
- (2) Pikkarainen A, Vaara M & Salmelainen U: Gerontologisen kuntoutuksen toteutus, vaikuttavuus ja tiedon välittyminen. Ikääntyneiden kuntoutujien yhteistoiminnallisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishankkeen loppuraportti. Helsinki: Kela 2013. <http://urn.fi/URN:978-951-669-929-8>

SUMMARY

Temporality and reflectivity in agency-based rehabilitation of older adults

The article examines group-based rehabilitation of older adults through temporality and reflexivity. Both concepts are essentially related to life course agency, which was explored in the dissertation.

According to the research results, agency-based rehabilitation helps to understand the benefits brought by older people's rehabilitation. In addition, it makes visible the holistic processes of change that do not become visible in traditional medical rehabilitation.

Temporality helps to understand the life course of an older adult and their approach to rehabilitation from the perspective of the past, present, and future, but also by combining different time orientations and life course experiences in rehabilitation situations. Especially in group-based rehabilitation, individual reflexivity — i.e. the ability to have a conversation with oneself and produce external speech about oneself — helps to understand the unique peer experiences and group processes of rehabilitation. ■

For more information

Aila Pikkarainen

MSc (Adult Education), MSc (Gerontology and Public Health),

Occupational therapist, lecturer

JAMK University of Applied Sciences

aila.pikkarainen@jamk.fi

- (3) Eteläpelto A, Vähäsantanen K, Hökkä P, Paloniemi S: What is agency? Conceptualizing professional agency at work. *Educational Research Review* 2013;10:45–65. doi.org/10.1016/j.edurev.2013.05.001.
- (4) Eteläpelto A, Vähäsantanen K, Hökkä P, Paloniemi S: Miten käsitteellistä ammattillista toimijuutta työssä? *Aikuiskasvatus* 2014;34(3):202–214. http://urn.fi/URN:NBN:fi:ELE-1641114
- (5) Pikkarainen A: Ikääntyneiden aikuisten toimijuus kuntoutuksessa. JYU dissertations 262. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto 2020. http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-8250-8
- (6) Vanhalakka-Ruoho M: Toimijuus elämäntulussa: Ohjaustyön perusta? *Aikuiskasvatus* 2014;34(3):201–214. http://urn.fi/URN:NBN:fi:ELE-1641110
- (7) Larson E: The time of our lives: The experience of temporality in occupation. *Canadian Journal of Occupational Therapy* 2014;71(1):24–35. doi:10.1177/000841740407100107
- (8) Larson E, von Eye A: Beyond flow: Temporality and participation in everyday activities. *American Journal of Occupational Therapy* 2010;64(1):152–163.
- (9) Zemke R: Time, space, and the kaleidoscopes of occupation. *American Journal of Occupational Therapy* 2004;58(6):608–620.
- (10) Emirbayer M, Mische A: What is agency? *American Journal of Sociology* 1998;103(4):962–1023.
- (11) Kinni R: Gerontologinen sosiaalityö ja ihmisten työstäminen: Kategorisointia sairaalan moniammatillisessa työssä. *Dissertations in Social Sciences and Business Studies* 92. Kuopio: Itä-Suomen yliopisto 2014.
- (12) Flaherty MG: Time work: Customizing temporal experience. *Social Psychology Quarterly* 2003;66(1):17–33.
- (13) Giddens A: The constitution of society: Outline of the theory of structuration. Berkeley and Los Angeles: University of California Press 1984.
- (14) Pikkarainen A: Ympäristö. Teoksessa: Lyyra TM, Pikkarainen A, Tiikkainen P (toim.): Vanheneminen ja terveys. Tampere: Tammerpaino 2007, s. 42–68.
- (15) Katz S: Busy bodies: Activity, aging, and the management of everyday life. *Journal of Aging Studies* 2000;14(2):135–152. doi:10.1016/S0890-4065(00)80008-0
- (16) Flaherty MG, Meer MD: How time flies: Age, memory, and temporal compression. *The Sociological Quarterly* 1994;35(4):705–721.
- (17) Clark F: Reflections on the human as an occupational being: Biological need, tempo and temporality. *Journal of Occupational Science* 1997;4(3):86–92.
- (18) Archer MS: Structure, agency and the internal conversation. Cambridge: Cambridge University Press 2003.
- (19) Archer MS: Making our way through the world: Human reflexivity and social mobility. Cambridge: Cambridge University Press 2007.
- (20) Archer MS: Routine, reflexivity, and realism. *Sociological Theory* 2010;28(3):272–303.
- (21) Archer MS, Donati P: The plural subject versus relational subject Teoksessa Donati P, Archer MS (eds.): The relational subject. Cambridge: Cambridge University Press 2015, p. 33–76.
- (22) Virkola E: Toimijuutta, refleksiivisyyttä ja neuvottelua: Muistisairaus yksinasuvan naisen arjessa. *Jyväskylä Studies in Education, Psychology and Social Research* 491. Jyväskylä: University of Jyväskylä 2014.
- (23) Archer MS: The reflexive imperative in late modernity. Cambridge: Cambridge University Press 2012.
- (24) Tapola-Haapala MS: Sosiaalityön ammatilliset refleksiivisinä toimijoina: Tutkimus erikoistumiskoulutuksesta Margaret Archerin teorian valossa. *Sosiaalityöiden laitoksen julkaisuja* 4. Helsinki: Helsingin yliopisto 2011.
- (25) Ruuskanen-Parrukoski P: Palveluasuminen ikääntyneen asumisen kontekstina. Tapaustutkimus ikääntyneiden toimijuudesta sekä vallasta ja sosiaalisista suhteista. *Acta Universitatis Lapponiensis* 364. Rovaniemi: Lapin yliopisto 2018.
- (26) Jyrkämä J: Refleksiivisyys toimijuuden aineosana. Teokasessa A. Sarvikoski & I. Syrén (toim.) Ikääntyminen ja mielen voimavarat. Seminaariesityksiä 29–31.11.2010. Oraita 2. Helsinki: Ikäinstituutti 2011, 11–18.
- (27) Archer, M.S: The relational subject and the person: Self, agent, and actor. Teoksessa Donati P, Archer MS (toim.) The relational subject. Cambridge: Cambridge University Press 2015, p. 85–122.
- (28) Vehviläinen S: Ohjaustyön opas. Yhteistyössä kohti toimijuutta. Helsinki: Gaudeamus 2014.
- (29) Stone A, Papadimitriou C: Rehab as an existential, social and learning process: A thought experiment. Teoksessa McPherson K, Gibson BE, Leplège A (toim.): Rethinking rehabilitation. Theory and practice. Boca Raton: CRC Press 2015, p. 273–290.
- (30) Pikkarainen A, Hökkä P, Vähäsantanen K, Paloniemi S, Eteläpelto A: Ikääntyneet aikuiset kuntoutustyöntekijöiden puheessa. Työn kohteesta osallistuvaksi aikuiseksi? *Aikuiskasvatus* 2019; 39(3):194–210. DOI: 10.33336/aik.85709