

Liia Arna, Helena Hassinen, Sari Rantala

## ”Ilman kauneutta ei ole hyvää elämää”

Asuinympäristön esteettisyyden merkitys vanhan ihmisen hyvinvoinnille vanhusten itsensä kuvaamana

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Geronomi

Vanhustyö

Opinnäytetyö

30.10.2014

Tekijät Otsikko	Liia Arna, Helena Hassinen, Sari Rantala ”Ilman kauneutta ei ole hyvää elämää” Asuinympäristön esteettisyyden merkitys vanhan ihmisen hyvinvoinnille vanhusten itsensä kuvaamana
Sivumäärä	42 sivua + 3 liitettä
Aika	30.10.2014
Tutkinto	Geronomi (AMK)
Koulutusohjelma	Vanhustyön koulutusohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	Vanhustyö
Ohjaaja(t)	VTT, lehtori Tuula Mikkola
<p>Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää asuinympäristön yhteisten sisätilojen esteettisyyden merkitystä vanhan ihmisen hyvinvoinnille vanhuksen näkökulmasta. Tavoitteena on selvittää vanhusten toiveita oman asuinympäristönsä esteettisyydestä ja sitä, millaisia merkityksiä vanhuset asuinympäristönsä esteettisyydelle antavat.</p> <p>Kyseessä on opinnäytetyö, joka noudattaa kvalitatiivisen (laadullisen) tutkimuksen periaatteita. Yhteistyökumppanimme on eteläsuomalainen kunta ja sen vuokra-asunto-osakeyhtiö, joka suunnittelee uuden senioritalon rakentamista. Tässä opinnäytetyötämme on tarkoitus hyödyntää.</p> <p>Opinnäytetyön aineisto on kerätty ja analysoitu laadullisin menetelmin. Aineisto kerättiin kahdessa ideapajassa, joissa yhdessä vanhusten kanssa rakennettiin pienoismalli senioritalon yhteisistä tiloista. Ideapajoissa vanhuset myös keskustelivat avoimesti asuinympäristön esteettisyydestä ja sen merkityksestä hyvinvoinnille.</p> <p>Keskeisinä tuloksina ilmeni luonnon ja viihtyisyyden merkitys vanhuksen hyvinvoinnille. Esteettinen asuinympäristö mahdollistaa vanhuksen osallisuuden, tasa-arvoisuuden ja itsemääräämisoikeuden sekä toimijuuden toteutumisen. Se luo myös puitteet yhdessäololle ja sosiaaliselle kanssakäymiselle. Johtopäätöksenä voidaan todeta, että esteettinen asuinympäristö vaikuttaa myönteisesti vanhusten kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin.</p>	
Avainsanat	vanhus ja vanhuus, ympäristö, asuinympäristö, senioritalo ja koti, esteettisyys, estetiikka ja esteettinen kokemus sekä kokonaisvaltainen hyvinvointi.

Author(s) Title	Liia Arna, Helena Hassinen, Sari Rantala The Importance of Aesthetic Living Environment to the Well-being of the Elderly
Number of Pages Date	42 pages + 3 appendices Autumn 2014
Degree	Bachelor of Social Services and Health Care
Degree Programme	Elderly Care
Specialisation option	Elderly Care
Instructor	Tuula Mikkola, Senior Lecturer
<p>The purpose of this thesis is to find out what the aesthetics of residential environment mean to the elderly's well-being from their point of view. The aim is to find out what wishes the elderly have concerning their own living environment looks and what meanings they give to their aesthetic environment.</p> <p>This is a thesis that complies with the principles of qualitative research. Our partner is a municipality in southern Finland and its rental housing company which is planning to build a new senior house. It is intended that this thesis can be utilized in the design work.</p> <p>The material was gathered and analyzed using qualitative methods. The data was collected in two workshops where a scale model of the senior house common areas was built together with the elderly. In the workshops the elderly also openly discussed the residential environment, aesthetics and its importance for their well-being.</p> <p>The main results showed that the nature and the comfort of the environment are important for the elderly and their well-being. Aesthetic residential environment allows the elderly inclusion, equality and self-determination, as well as the realization of agency. It also creates a framework for togetherness and social interaction. It can be concluded that the aesthetic living environment has a positive impact on the elderly's overall well-being.</p>	
Keywords	environment, living environment, senior house, aesthetics, overall well-being

## Sisällys

1	Johdanto	1
2	Teoreettiset lähtökohdat	3
2.1	Vanhus, vanhuus	3
2.2	Ympäristö, vanhuksen asuin ympäristö, senioritalo	4
2.3	Esteettisyys, estetiikka, esteettinen kokemus	6
2.4	Kokonaisvaltainen hyvinvointi	8
3	Asuin ympäristön esteettisyyden merkitys vanhuksen hyvinvoinnille	11
3.1	Asumisen kokemuksellisuus	11
3.2	Asumisen odotukset	12
3.3	Asuin ympäristön merkitys	14
4	Opinnäytetyön toteutus, aineisto ja analyysimenetelmät	15
4.1	Tutkimusmenetelmänä ideapajatyöskentely	15
4.2	Aineistoa ideapajoista	16
4.3	Aineiston analyysi	18
5	Asuin ympäristön esteettisyyden merkitys vanhuksen hyvinvoinnille vanhusten itsensä kuvaamana	19
5.1	Asuminen (Having)	19
5.2	Yhteisyyssuhteet (Loving)	24
5.3	Itsensä toteuttamisen muodot (Being)	25
5.4	Asuin ympäristön esteettisyyden merkitys vanhuksen hyvinvoinnille	28
6	Yhteenveto ja pohdinta	31
6.1	Tulosten tarkastelu	33
6.2	Eettisyys ja luotettavuus	35
6.3	Jatkoajatuksia	36
	Lähteet	39
	Liitteet	43

## 1 Johdanto

Suomessa on 1990-luvulta alkaen siirrytty pienimuotoisiin ja kodinomaisiin tilaratkaisuihin sosiaali- ja terveydenhuollon hoitoyksiköissä. Tähän ovat johtaneet sosiaali- ja terveydenhuollon palvelurakenteen muutos laitoksista palveluasumiseen sekä hoitofilosofian muuttuminen kokonaisvaltaisemmaksi. (Hyyppä - Liikanen 2005: 159.) Vireillä oleva valtakunnallinen sosiaali- ja terveydenhuollon uudistus luo toteutuessaan paineita vanhusten hoidon uudelleenjärjestelylle. Tässä vaiheessa on siis paikallaan pohtia myös asuinympäristöjen esteettisyyden merkitystä vanhuksen hyvinvoinnille. Geronomeina näemme vanhuksat kokonaisvaltaisina ihmisinä ja ymmärrämme ympäristön merkityksen vanhuksen hyvinvoinnille. Niinpä meillä on mahdollisuus, ja jopa velvollisuus, kiinnittää tähän asiaan erityistä huomiota ja pyrkiä muuttamaan käsityksiä käytännön vanhustyössä tutkimustietoon pohjaten.

Syksyllä 2012 teimme opintoihimme liittyvänä ryhmätyönä suunnitelman erään vanhustentalon kahvilatilan ehostamisesta kuvataiteen keinoin. Tämä projekti herätti kiinnostusta ja avoimia keskusteluja niin talon asukkaiden kuin myös henkilökunnan kanssa asuinympäristön esteettisyyden merkityksestä ihmisen kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille. Näiden keskustelujen pohjalta syntyi idea opinnäytetyömme aiheesta. Lisäksi olemme itse kiinnostuneita estetiikasta ja taiteesta. Asuinympäristön esteettisyyden merkitys vanhan ihmisen hyvinvoinnille vanhuksen omasta näkökulmasta on mielestämme mielenkiintoinen, mutta terveystieteiden tai gerontologian alueilla vähän tutkittu aihe. Erityisesti haluamme työssämme painottaa vanhuksen näkökulmaa, sillä muun muassa Sosiaali- ja terveysministeriön (2013) Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi korostaa iäkkäiden monimuotoista osallisuutta ja heidän mielipiteidensä huomioimista kaikessa heitä koskevassa päätöksenteossa (STM 2013: 17).

Työhistoriamme ja opintojemme aikana olemme todenneet, että asuinympäristön esteettisyyttä ei huomioida riittävästi vanhusten hoidossa. Vanhuksilla tulisi olla mahdollisuus vaikuttaa omaan ympäristöönsä, mutta heidän mielipidettään ei kuulla riittävästi asuinympäristöjen suunnittelussa ja rakentamisessa. Lupaus kodinomaisesta ympäristöstäkin jää usein vain fraasiksi palvelutalojen tms. esitteisiin ja toteutukseltaan kovin mitättömäksi. Myös Hyyppä ym. (2005) toteavat tutkimuksessaan, että hoitoympäristön arkkitehtuurin painopisteenä on tähän saakka ollut lähinnä henkilökunnan työn tehostaminen ja asiakas on jäänyt sivuosaan (Hyyppä ym. 2005: 159).

Opinnäytetyömme yhteistyökumppanina on eteläsuomalainen kunta ja sen vuokra-asunto-osakeyhtiö. Kunnassa on aiemmin kartoitettu ikääntyvien asukkaiden kokemuksia ja odotuksia asumisestaan. Kartoituksen pohjalta on käynnistetty uuden senioritalon rakentamissuunnitelmat, missä vuokrataloyhtiön toimitusjohtajan mielestä voitaisiin opinnäytetyötämme hyödyntää. Toivomme, että opinnäytetyöstämme olisi hyötyä laajemminkin vanhusten esteettisten asuin ympäristöjen suunnittelussa ja peruskorjauksessa ja vanhusten hyvinvoinnin lisäämisessä.

Opinnäytetyössämme tarkastelemme asuin ympäristön esteettisyyden merkitystä vanhan ihmisen hyvinvoinnille vanhuksen näkökulmasta. Esteettisen asuin ympäristön tarkastelussa keskitymme fyysisten tilojen visuaalisuuteen, viihtyisyyteen ja toiminnallisuuteen. Asuin ympäristön olemme rajanneet koskemaan rakennuksen fyysisiä sisätiloja ja painopisteenämme ovat asukkaiden yhteiskäyttötilat, jotka vaikuttavat merkittävästi vanhuksen viihtymiseen ja toimintakyvyn ylläpitämiseen. Tavoitteenamme on selvittää, millaisia toiveita vanhuksilla on oman asuin ympäristönsä esteettisyyden suhteen.

Tutkimuskysymyksiä ovat:

1. Millainen on esteettinen vanhuksen asuin ympäristö vanhusten itsensä kuvaamana?
2. Millainen merkitys esteettisellä asuin ympäristöllä on vanhuksen hyvinvoinnille vanhusten itsensä mielestä?

## 2 Teoreettiset lähtökohdat

Opinnäytetyömme noudattaa kvalitatiivisen (laadullisen) tutkimuksen periaatteita. Keskeisinä käsitteinä työssämme ovat vanhus ja vanhuus, ympäristö, asuinympäristö, senioritalo ja koti, esteettisyys, estetiikka ja esteettinen kokemus sekä kokonaisvaltainen hyvinvointi.

### 2.1 Vanhus, vanhuus

”Ikääntynyt”, ”seniori”, ”vanhus” ja ”ikäihminen” ovat käsitteitä, joita käytetään vaihtelevasti toistensa synonyymeinä niin arkikielessä kuin virallisissakin yhteyksissä. Opinnäytetyössämme käytämme käsitettä *vanhus*, koska se on perinteinen suomenkielinen ja näin ollen myös luonteva käsite vanhenevalle ihmiselle. Myös Näslindh-Ylispangar (2012) toteaa, että *vanhus* on sanana ja käsitteenä kaunis ja arvostava. Se tarkoittaa henkilöä, jolla on takanaan ainutlaatuinen eletty elämä, viisautta ja kypsyyttä. (Näslindh-Ylispangar 2012: 56.)

Vanhuuden määrittely sekä vanhusten arvostus ja asema ovat kulttuurisidonnaisia. Länsimaisissa kulttuureissa korostuu yksilö- ja autonomiakeskeisyys, ja käsitys hyvästä elämästä ja vanhuudesta on sidoksissa sellaisiin arvoihin kuten omatoimisuus, aktiivisuus, autonomia ja tuottavuus. Vanheneminen myös määritellään suhteessa näihin arvoihin. (Sarvimäki 2010: 88.) Tuoreen ikägallupin mukaan suomalaisten mielestä keskimäärin 70-vuotias on vanha ihminen (Eloisa ikä -avustusohjelma 2013). Kesällä 2013 voimaan tulleen niin sanotun vanhuspalvelulain (2012: § 3) mukaan ikääntyneellä väestöllä tarkoitetaan vanhuseläkkeeseen oikeuttavassa iässä olevaa väestöä ja iäkkäällä henkilöllä (= *vanhus*) henkilöä, jonka fyysinen, kognitiivinen, psyykinen tai sosiaalinen toimintakyky on heikentynyt korkean iän myötä alkaneiden, lisääntyneiden tai pahentuneiden sairauksien tai vammojen vuoksi taikka korkeaan ikään liittyvän rappeutumisen johdosta (Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvveluista 980/2012. § 3).

Ihmisen elämänskaari jaetaan eri ikävaiheisiin; lapsuuteen, nuoruuteen, aikuisuuteen ja *vanhuuteen*. Vanhuus puolestaan voidaan Lyyran ym. (2007) mukaan jakaa kolmannen ja neljännen ikään. Kolmannen iän ihmiset eli 64–74 -vuotiaat ovat yhä toimintakykyisempiä ja terveempiä. He ovat usein itsenäisiä ja omatoimisia eivätkä tarvitse palveluita. (Lyyra – Pikkarainen – Tiikkainen 2007: 5.) Niin sanottu neljäs ikä alkaa, kun

ihmisen toimintakyky on heikentynyt ja hän tulee riippuvaiseksi muista ihmisistä. Ikääntyneet alkavat myös itse tuntea itsensä vanhoiksi siinä vaiheessa, kun toimintakyky ja terveys pettävät sekä raihnaisuus ja riippuvuus lisääntyvät. Se, missä iässä tämä tapahtuu, riippuu osittain yksilöllisistä tekijöistä ja yhteiskunnassa vallitsevan elinajan pituudesta. Pohjoismaissa neljäs ikä eli vanhuus alkaa yleensä noin 80 vuoden iässä, koska silloin toimintakyky alkaa heiketä arkea häiritsevästi. (Sarvimäki 2010: 88.)

## 2.2 Ympäristö, vanhuksen asuinympäristö, senioritalo

Ympäristö on moniulotteinen käsite ja sitä voidaan tarkastella sekä makro- että mikro-tasolla. Makroympäristö tarkoittaa globaalia, kansainvälistä, kansallista, alueellista tai paikallista elämisen ympäristöä. Mikroympäristö puolestaan on välitön ympäristö, jossa ihminen elää ja asuu. Ihmisen ympäristö muodostuu koetusta, muistetusta ja kuvitellusta maailmasta, ei pelkästään objektiivisesta aineen ja tosiasioiden maailmasta. (Tapaninen – Kotilainen 2002: 87.)

Yksilö on vuorovaikutuksessa fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen ympäristön kanssa. Fyysinen ympäristö muodostuu rakennetusta eli ihmisten suunnittelemaasta ja toteuttamasta ympäristöstä, esineistä, materiaaleista ja rakenteista sekä maantieteellisestä luontoympäristöstä. Sosiaalisen ympäristön muodostavat ihmiset ja yhteisöt. Hyvä ympäristö helpottaa sosiaalista vuorovaikutusta ja houkuttelee osaltaan yhteisöllisyyteen. Sekä fyysiseen että sosiaaliseen ympäristöön liittyy kulttuurisia symboleja, kuten kieli, merkitykset, tavat ja säännöt. Psyykkinen ympäristö liittyy ihmisen tunnetasoon ja yksilölliseen kokemiseen. (Pikkarainen 2007: 47.)

Ihminen muodostaa elinympäristöstään niin sanottuja ympäristömielikuvia, jotka ohjaavat ympäristön havaitsemista ja suhtautumista siihen. Ympäristömielikuvat ovat yksilön henkilökohtaisia ympäristökäsityksiä, joihin vaikuttavat aikaisemmat kokemukset. Lap-suuden ympäristökokemukset muodostavat pohjan myös aikuisena käytettäville mielikuville. Koetut ja eletyt tapahtumat ohjaavat toimimaan tutun mallin mukaisesti. Hyvä ympäristö tarjoa jokaiselle mahdollisuuden toteuttaa omaa elämäntapaansa ja omaa yksilöllistä olemassaoloaan sekä käyttää ympäristöä itsesäätelynsä välineenä. Yksilön ja ympäristön välinen suhde voi herättää ristiriitaa silloin, kun yksilön sisäinen tila muuttuu, eikä ympäristö vastaa uusiin tarpeisiin. Esimerkiksi sairastuessa suhde fyysiseen ympäristöön usein muuttuu. Liikkumismahdollisuudet rajoittuvat ja lähiympäristön merkitys korostuu. Sosiaaliset kontaktit ovat normaalia vähäisempiä ja esineistä, joihin liit-



tyy positiivisia mielikuvia, tulee tärkeämpiä. Tällöin ihminen hakee yleensä ympäristöä, jossa viihtyy, jossa kokee voivansa hallita sitä ja josta subjektiivinen mielikuva muodostuu positiiviseksi. (Aura – Horelli – Korpela 1997: 15 – 16; Tapaninen ym. 2002: 86; Kronström-Johansson 2008: 19; Latikka 1997: 11.)

Yhteistyökumppanimme rakennuttaa senioritaloa. Senioritalot ovat melko uusi ilmiö Suomessa, sillä ensimmäiset niistä ovat valmistuneet vuosituhannen vaihteessa. Senioritaloa ei ole yleisesti määritelty, eikä niistä ole lainsäädäntöä. Yleisesti on kyse asuintalosta, joka on tarkoitettu vähintään 55-vuotiaille ja suunniteltu erityisesti ikääntyviä henkilöitä varten, heidän tarpeensa huomioiden. Osassa senioritaloista on tarjolla myös palveluja lähes palvelutaloa vastaavasti, osassa palveluja on vähemmän tai ei ollenkaan. (Tyvimaa 2012: 179.)

Yhteiskäyttötilat, kuten kirjasto- ja taukotilat, monikäyttöinen liikuntasali sekä kuntosali, ovat kiinteä osa senioritaloa. Liikuntasali voi toimia myös erilaisten juhlien pitopaikkana. Muita tiloja voi olla verstaat, työpajat ja muut käsityöharrastuksiin sopivat tilat. (Tyvimaa 2012: 180.) Suunnitteilla olevaan senioritaloon on tarkoitus tulla kotihoidon palveluja päivisin sekä yhteiskäyttötiloja. Kanasen (2012) tutkimuksen mukaan yhteiskäyttötilojen arvo asukkaille on moniulotteinen ja asukkaat arvostavat niitä asumisviihtyvyyden vuoksi. Mahdollisuus tietynlaisiin toimintoihin voi olla arvokasta, vaikka asukas ei sitä hyödyntäisikään. Kerho- tai verstaatilu luo asukkaille mahdollisuuden harrastaa jotain itselle mielekästä toimintaa, vaikka he eivät aktiivisesti tiloja käyttäisikään. (Kananen 2012: 95.)

Yhteiskunnallisessa keskustelussa ja vanhuspolitiikassa hoivaa tarvitsevan vanhuksen koti pelkistyy usein ainoastaan asumiseksi. Kun hoivan tarve ylittää omatoimisen asumisen tavanomaiset edellytykset, ei enää olla kiinnostuneita siitä, mistä kaikesta koti muodostuu. Yhteisöllinen hoiva tai lääketieteellinen hoito asetetaan etusijalle ja niihin kiinnitetään huomiota. Kotiympäristön tervehdyttävää ja ongelmia ennalta ehkäisevää merkitystä ei tällöin huomioida riittävästi. (Vilkko – Suikkanen – Järvinen-Tassopoulos 2010. 215–216.) Vanhuksen kotiympäristönä voi oma koti, palvelukoti, senioritalo tai erilaiset laitokset. Pikkaraisen (2007) mukaan koti kuvastaa ja vahvistaa asukkaansa identiteettiä ja se mielletään usein itsetunnon jatkeeksi. Omassa kodissa saa olla ilman ulkoisia vaatimuksia tai paineita ja siellä saa jatkaa omaa elämäntapaansa. (Pikkarainen 2007: 52, 57; Lahti 1996.) Koti on arkipäiväisyyttä ja rutiinimaisuutta, se tukee ja kannattelee ja on asujansa tuote. Myös vanhuudessa on tärkeää, missä ja miten koti

toteutuu arkisten aktiviteettien, riippumattomuuden, autonomian ja subjektiivisen hyvinvoinnin perustana. (Vilkko ym. 2010: 51; Lahti 1996.)

### 2.3 Esteettisyys, estetiikka, esteettinen kokemus

Sivistyssanakirja määrittelee *esteettisyyden* sanoilla ”taiteellinen, kaunis” (Suomisanakirja n.d.). *Estetiikka* on filosofian ala, jonka tehtävänä on esteettisen kulttuurin ja erityisesti sen keskeisen osa-alueen, taidetoiminnan, selittäminen ja tulkinta eli käsitteellinen hallinta (Sepänmaa 2009: 168). Esteettisyys viittaa yhden käsityksen mukaan kauneus–rumuus -akseliin tai se voidaan liittää kauneuteen tai taiteeseen. Kauneus on arvo, ja taiteelta odotetaan, että se on hyvää. Kauneudella ja taiteella voidaan myös osoittaa muiden asioiden arvoa. Esimerkiksi tärkeitä tilanteita tai tiloja on kautta historian ja eri kulttuureissa pyritty korostamaan tai tekemään kauniiksi taiteen avulla. (Naukkarinen 2011: 26 – 27; von Bonsdorff 2007: 75.)

Antiikin Kreikan filosofi Platon (427 eaa – 347 eaa) kuvasi ”Kauneuden ideaa” seuraavasti: *”Ensinnäkin se on ikuista, se ei synny eikä häviä, ei kasva eikä katoa. Se ei ole yhdellä tavoin kaunista ja toisella rumaa, eikä milloin kaunista, milloin ei, eikä yhteen nähden kaunista, toiseen nähden rumaa, eikä yhdessä paikassa kaunista, toisessa rumaa, niin että jotkut pitäisivät sitä kauniina, jotkut rumana... Se on itsenäinen, itsessään aina yksimuotoinen ja ikuinen...”* (Wikipedia.n.d.)

Esteettisyyttä ei pidetä tavalliseen arkeen kuuluvana. Arki on siis jotain tavallista, yllätyksetöntä, tuttua, luotettavaa, huomaamatonta, jokapäiväistä ja kyseenalaistamatonta. Estetiikka, joka liittyy mihin tahansa muuhun kuin korkeakulttuuriseen taiteeseen, on viime vuosina nimetty arjen estetiikaksi. Käsitteellä *”arjen estetiikka”* pyritään etsimään juuri taidepainotteista estetiikkaa taiteen ulkopuolelta. Esteettisyys näkyy arjessa esimerkiksi sisustuksessa ja on siinä läsnä jonkinlaisena potentiaalina, johon voi ajoittain keskittyä. (Naukkarinen 2011: 20 – 23, 35.)

von Bonsdorff (2007) puhuu *hiljaisesta estetiikasta*. Hiljainen estetiikka ei rajoitu vain ympäristöön, vaan liittyy myös siihen, mitä tila viestii. Esteettisesti merkittävä ja vakavasti otettava viestintä voi olla melko huomaamatonta, mutta silti suoraa. Astuessamme huoneeseen voimme aistia sen kalseuden tai kutsuvuuden, mutta emme pysty heti erittelemään, mihin tunnelma perustuu. Hiljaisen estetiikan yhteiskunnallisesti tärkeimpiä alueita ovat sekä ulko- että sisätilojen suunnittelu ja hallinta sekä inhimillisen vuoro-

vaikutuksen käytännöt. Hiljainen estetiikka sisältää ihmisen tuottamat, kulttuuriset elementit ja luonnonelementit. Muotojen lisäksi on kyse myös materiaaleista ja näköaistin lisäksi siitä, miltä tila kuulostaa, tuntuu ja tuoksuu. (von Bonsdorff 2007: 76.)

Vaikutamme koko ajan oman arkemme estetiikkaan; kaikki tekomme ovat myös esteettisiä tekoja, ja kaikkea tekemäämme voidaan arvioida esteettisestä näkökulmasta. Mutta ympärillämme oleva jokapäiväinen estetiikka ei voi olla päällekkäisen erikoista tai loputtoman luovaa, ei myöskään pysähtynyttä tai perusteelliseen ja tarkkaan analysointiin pakottavaa. Esteettiseen kokemukseen liittyy aistimielihyvä. Esteettinen kokemus on itsessään arvokas ja täyttymyksellinen; kaunis tai ruma, ihana tai kauhistuttava ja lisäksi se voi olla myös väline terveyden ja hyvinvoinnin ylläpitoon. (Naukkarinen 2011: 20–21, 39; Määttänen 2012: 57–58, 82; Kronström-Johansson 2008: 123.)

Kronström-Johanssonin (2008) mukaan esteettisyyden kokeminen on subjektiivista, koska jokaisella ihmisellä on oma kulttuurihistoriallinen taustansa ja kollektiivinen muistinsa. Esteettiseen kokemukseen liittyy muistot, unelmat ja niiden vaaliminen eli hiljainen estetiikka ja se muodostuu kaikkien aistien yhteisestä synestiasta, ei pelkästään näköaistista. (Kronström-Johansson 2008: 123). Vanhuksilla on runsaasti elämän varrella kertyneitä muistoja, jotka vaikuttavat siihen, millainen ympäristö tuntuu heistä viihtyisältä ja millaisia esteettisiä asioita he ympäristöltään toivovat. Niinpä vanhuksen elämänsä historian ja mielipiteiden tunteminen on tärkeää myös esteettisen asuinympäristön luomisessa ja se tulisi ottaa nykyistä paremmin huomioon.

Nykyään vanhusten asuinympäristöjä ”markkinoidaan” kodinomaisina, mutta kenen lähtökohdista tuo kodinomaisuus on rakennettu – henkilökunnan vai vanhuksen? Usein kodinomaisuus toteutetaan melko pienimuotoisesti – ehkä vain keinutuolin tai lähiomaisten valokuvien avulla. Kronström-Johanssonin (2008) tutkimuksen mukaan esteettinen kokemus on aktiivinen, vuorovaikutteinen tapahtuma, jossa myös keho ja kosketus ovat tärkeitä. (Kronström-Johansson 2008: 123). Niinpä pelkkä keinutuoli ei riitä takaamaan laadukasta esteettistä ympäristöä, vaan siinä tulisi huomioida kaikkien aistien stimulointi eli ärsyttämismahdollisuus. Sen tulisi mahdollistaa luonnonympäristöstä ja rakennetusta ympäristöstä nauttimisen kaikin aistein. (Kronström-Johansson 2008: 123.)

## 2.4 Kokonaisvaltainen hyvinvointi

Hyypä ym. (2005) kuvaavat hyvinvointia ja terveyttä ihmismielen, aivotoiminnan ja elimistön toimintaa säätelevän järjestelmän sekä sosiaalisen ympäristön väliseksi tasapainoksi. Tällöin ihminen toimii tunnekokemustensa kautta aktiivisena subjektina, persoonana, itsenään ja itsestään tietoisena. Hän on yhtä aikaa yksilö ja yhteisönsä jäsen. Emootiot yhdistävät ihmisen tietoisuuden itsestään ja kulttuuristaan - tunnekokemukset ovat suorassa kosketuksessa ulkoiseen ympäristöön, sosiaaliseen vuorovaikutukseen ja taustakulttuuriin. (Hyypä ym. 2005: 50 – 54.)

Allardt (1976) määrittelee hyvinvoinnin tilaksi, jossa ihminen saa tyydyttää materiaaliset ja ei-materiaaliset tarpeensa, kuten esimerkiksi perustarpeensa. Hän jakaa hyvinvoinnin kolmeen ulottuvuuteen: elintason, yhteisyyssuhteisiin ja itsensä toteuttamiseen. **Elintason** eli aineellisiin resursseihin (*Having*) kuuluvat muun muassa elinolot, asuminen ja sen taso sekä terveys. Lähtökohtana on ihmisen fysiologisten perustarpeiden kuten ravinnon, lämmön ja perusturvallisuuden tyydyttäminen. (Allardt 1976: 37 – 42.)

**Yhteisyyssuhteet** eli tarve olla suhteessa muihin ihmisiin (*Loving*) pohjautuu ihmisen tarpeeseen kuulua sosiaaliseen verkostoon ja rakentaa omaa sosiaalista identiteettiään suhteessa perheeseen, sukuun, ystäviin ja naapureihin sekä erilaisiin yhteisöihin. Ihminen haluaa saada osakseen rakkautta ja arvostusta sekä olla huolenpidon kohteena, mutta toimia myös antavana osapuolena, jolloin suhteet ovat symmetrisiä. Vasta tämä mahdollistaa yhteisyyden kokemuksen tunteen. Yhteisyys auttaa ihmistä toteuttamaan myös muita arvoja. Yhteisyyden puute voi aiheuttaa haittaa ihmisen terveydelle. (Allardt 1976: 42 – 46.) Tiikkainen (2007) toteaaakin, että sosiaaliseen hyvinvointiin liittyy yksinäisyyden ehkäiseminen ja näin ollen erityisesti hoitoyhteisön ilmapiiriin tulisi tukea ikääntyneen ihmisen kokemusta yhteisöön kuulumisesta ja hyväksytyksi tulemisestä. (Tiikkainen. 2007: 157 – 158).

Kolmas hyvinvoinnin ulottuvuus eli **itsensä toteuttaminen** (*Being*) tarkoittaa Allardtin (1976) mukaan sitä, että yksilöä pidetään persoonana ja hän saa osakseen arvostusta eli kunnioitusta. Lisäksi yksilöllä on mahdollisuus harrastuksiin, vapaa-ajan toimintaan ja poliittiseen osallistumiseen. Tällä on eristäytymistä ehkäisevä vaikutus. Itsensä toteuttamisen vastakohtana voi pitää vieraantumista. Vieraantumisproblematiikan keskeisiä kysymyksiä on, pystyykö yksilö itse vaikuttamaan elämäänsä ja osallistumaan yhteiskunnalliseen toimintaan (Allardt 1976: 46 – 49.)

Elintaso ( <i>Having</i> )	<ul style="list-style-type: none"> <li>- tulot</li> <li>- asumistaso</li> <li>- koulutus</li> <li>- terveys</li> <li>- työllisyys</li> </ul>
Yhteisyyssuhteet ( <i>Loving</i> )	<ul style="list-style-type: none"> <li>- paikallisyhteisyys</li> <li>- ystävyssuhteet</li> <li>- perheyhteisyys</li> </ul>
Itsensä toteuttamisen muodot ( <i>Being</i> )	<ul style="list-style-type: none"> <li>- arvonanto (status)</li> <li>- korvaamattomuus</li> <li>- poliittiset resurssit</li> <li>- mielekäs vapaa-ajan toiminta</li> </ul>

Taulukko 1. Allardtin hyvinvoinnin ulottuvuudet (Allardt 1976: 30)

Pohjoismaisissa yhteiskunnissa hyvinvoinnilla käsitetään ennen kaikkea elintaso ja elämänlaatua. Allardt viittaa elämänlaadulla yksilön subjektiivisiin elämyksiin sekä tunteisiin. Yksilön tyydytetyt tarpeet, esimerkiksi asunto ja miellyttävät ihmissuhteet, voivat toimia resurssina, joka auttavat yksilöä tyydyttämään myös muita tarpeitaan. (Allardt 1976: 9, 17, 32–36.)

Sosiaali- ja terveysministeriö (2013) puolestaan painottaa vanhusten hoidon laatusuosituksessaan vanhuksen osallisuutta, elämänhallintaa ja voimaantumista (empowerment), jotka kuvaavat vanhuksen omaa osuutta hyvinvointiinsa. Osallisuus merkitsee kokemuksellisuutta ja konkreettisuutta sekä vanhuksen osallistumista omien palvelujensa suunnitteluun sekä palvelujen laadun arviointiin myös silloin, kun toimintakyky on heikentynyt. Huomioitavaa kuitenkin on, että vanhusten motivaatio ja voimavarat osallistumiseen ovat erilaiset. (STM 2013: 17.) Voimaantumisen kokemusta ei voi siirtää muille, eikä se ole pysyvä tila. Voimaantumiseen liitetään vapaus, itsemäärääminen, turvallisuus, hyväksyntä, itseluottamus ja toiveikkuus, jotka ovat merkityksellisiä hyvinvoinnin kokemisessa. Voimaantuminen on myös sosiaalinen prosessi ja riippuvainen ympäristöstä. (Siitonen 1999: 95, 162, 164.) Vanhuksen asuinympäristön tulisi tukea näiden toteutumista.

Vanhusten kokonaisvaltaista hyvinvointia voidaan tarkastella myös hyvän elämän näkökulmasta. Hyvä elämä määrittyy ihmisen positiivisen kokemuksen, mielihyvän ja onnen tunteiden pohjalta. Vanhuksen hyvinvointia vahvistavat itsetunto, käsitys omasta itsestä sekä itsemääräämisoikeus. Ne luovat onnellisuutta, nautintoja ja arvostuksen kokemuksia. Yhtenä onnellisuuden ja tyytyväisyyden osatekijänä on myös terveys. (Räsänen 2011: 66.) Read (2010) puhuu elämän tarkoituksellisuuden kokemisesta ja sen yhteydestä hyvinvointiin. Hänen mukaansa elämän tarkoituksellisuus on yhteydessä elämän tyytyväisyyteen, hyvään itsetuntoon, hallinnan tunteeseen ja ulospäin suuntautuneisuuteen. Toiminta, joka pitää yllä hyvää terveyttä ja toimintakykyä, sekä antoisat ihmissuhteet edistävät elämän tarkoituksellisuuden tunnetta. Mielekäs harrastus ja toiminta pitävät mielen ja ruumiin virkeänä ja tuovat merkitystä elämään. Yksilölliset tarpeet huomioivalla ympäristöllä voidaan edistää vanhuksen elämänlaatua. (Read 2010: 237 – 241.)

Hyvään vanhuuteen kuuluu nykyisen vanhuskäsityksen mukaan myös kyky toimia täysipainoisesti eli olla toimintakykyinen. Toimintakyky sisältää fyysiset, kognitiiviset ja psykomotoriset toiminnot, psyykkisen hyvinvoinnin sekä yksilön ja ympäristön välisen vuorovaikutuksen. Toimintakykyä voidaan kuvata määrittelemällä jäljellä olevaa toimintakykyä tai todettuja toiminnanvajauksia. Vanhuksen toimintakykyä kuvatessa olisi kuvaavampaa puhua toimijuudesta, joka Jyrkämän (2008) mukaan tarkoittaa toimintakykyä arkisissa toiminnoissa. Vanhus tulisi siis nähdä toimivana, elämänsä osallisena ja valintoja tekevänä subjektina (toimijana), eikä kohteena, koska myös vanhus haluaa käyttää hupenevat voimavaransa emotionaalisesti tyydyttäviin asioihin. Kun toimijuuden modaliteetit - osaaminen, kykeneminen, haluaminen, täytyminen, voiminen ja tunteminen - ovat eheässä sopusoinnussa vanhuksen arkielämässä, voidaan puhua hyvästä vanhenemisestä. (Näslindh-Ylispangar 2012: 108; Jyrkämä. 2008: 193; Jyrkämä 2010: 276 - 277; Laukkanen 2010: 261; Lyyra 2007: 21.) Vanhus arvioi omaa toimintaansa oman identiteettinsä ja ympäristön määrittelemien normien sekä kulttuurin kautta.

Perusajatuksena hyvinvoinnin rakentumisessa on, että ihminen itse tietää parhaiten, mikä on hänelle hyväksi ja ulkoisilla toimintaedellytyksillä voidaan edistää hyvinvoinnin toteutumista.

### 3 Asuinympäristön esteettisyyden merkitys vanhuksen hyvinvoinnille

Vanhusten asuinympäristön esteettisyyttä ei juurikaan ole tutkittu muutoin kuin pitkäaikaisairaaloissa. Niinpä kuvaamme tässä luvussa asuinympäristön esteettisyyttä yleisellä tasolla yhdistellen sitä käytettävissä olevaan tutkimustietoon. Arkkitehtuurissa, ympäristösuunnittelussa ja toimintaterapiassa käytettävä käsite *ympäristögerontologia* (environmental gerontology) tutkii vanhusten ja ympäristön välistä suhdetta, luo siitä teoriaa ja kehittää käytäntöjä. Vanhusten hoidossa ympäristögerontologinen näkökulma tarkoittaa vanhuksen hyvinvoinnin ja terveyden huomioon ottamista koti- ja hoitoympäristöissä. Ympäristöjen tulisi vastata mahdollisimman hyvin vanhusten muuttuviin elämäntyyliin ja tarpeisiin. Ympäristögerontologian tavoitteena on, että vanukset elävät, asuvat ja harrastavat kaikissa vanhuuden vaiheissa yhdenvertaisesti muiden kansalaisten kanssa. (Elo 2009: 92–93.)

Subjektiviivisessa ihmiskäsityksessä ollaan kiinnostuneita ihmisen kokemusmaailmasta ja siitä, mitä hän on suhteessa toisiin ihmisiin ja ympäristöönsä eri elämänvaiheissa. (Näslindh-Ylispangar 2012: 14–15). Niinpä vanhusten mielipiteiden huomiointi heidän asuinympäristönsä suunnittelussa olisi subjektiivisen ihmiskäsityksen mukaista. Kyttä ym. (2010) toteavat, että ihmiset toivovat asunnoltaan omannäköisyyttä ja sitä, että se tukee omaa elämäntapaa ja sopii yhteen heidän arkensa ja elämäntilanteensa kanssa. Mitä paremmin ihminen kokee omien toiveidensa toteutuvan, sitä paremmaksi hän kokee oman hyvinvointinsa, elämänlaatunsa ja terveytensä. (Kyttä – Pahkasalo – Vaattovaara 2010: 91–92.) Junton (2010) mukaan ihmiset toivovat tulevaisuudessa asumiselta niin esteettisyyttä kuin käytännöllisyyttäkin sekä yhteisyyttä ja yksityisyyttä, luontoa ja palveluita sekä harrastusmahdollisuuksia. He voivat ja haluavat osallistua asumisen innovointiin ja uuden kehittämiseen. Hän toteaa, että nykyratkaisut korostavat liikaa funktionaalisuutta ja käytettävyyttä. Monet haluavatkin täydentää olemassa olevia ratkaisuja esimerkiksi esteettisillä ominaisuuksilla, jotta niissä näkyisi asukkaan persoonallisuus ja yksilöllisyys. (Junto 2010: 296.)

#### 3.1 Asumisen kokemuksellisuus

Lapintie ym. (2010) painottavat, että ikääntyvien kohdalla kertyneet asumisen kokemukset vaikuttavat asumisen tavoitetason asettamiseen. Ikääntyneillä on melko selkeä käsitys omista asumisen tarpeistaan. Niinpä nämä tulisi tunnistaa entistä monimuotoisempina, sillä pelkkä ikä ei määrittele asumisen tarpeita saati mahdollisuuksia. Esimer-



kiksi aktiivisuus ja erilaiset harrastukset ylläpitävät hyvinvointia ja terveyttä. Haasteena onkin tukea aktiivista ja sosiaalista elämänsäasettämistä myös asumisen laadulla ja luoda uusia välineitä mahdollistaa asukkaiden osallistuminen asuinympäristöjen tilojen, tuotteiden ja palvelujen kehittämiseen. (Lapintie – Hasu 2010: 169–172; Junto 2010: 299.)

Ympäristökokemus on hyvin subjektiivinen ja se syntyy, kehittyy ja uusiutuu jatkuvassa vuorovaikutuksessa ympäröivän maailman kanssa. Ympäristökokemus näkyy vanhuksen käyttäytymisenä, kuten viihtymisenä ja rauhallisuutena tai pelkona, levottomuutena, aggressiivisuutena. Kodinomaisella ympäristöllä ja asiakaslähtöisellä ja yhteisöllisellä hoidolla pyritään edistämään vanhuksen kotiutumista uuteen ympäristöön. Koti merkitsee ihmiselle viihtymistä, minkä pitäisi olla jokaiselle perusoikeus – hyvän asumisen ja elämisen peruselementti. Pysyvä ympäristö, jonka vanhus kokee vastaavan hänen tarpeisiinsa, voi olla hänelle merkittävä hyvinvointitekijä muuttuvassa maailmassa. Pitkäaikainen asuminen samalla paikalla antaa myös tunteen kuulumisesta johonkin ja ympäristön hallinnasta, elämän jatkuvuudesta, vaikka oma fyysinen kunto ja voimavarat heikkenisivät. Tunnesiteet ja kognitiiviset taidot säilyvät paremmin tutussa ympäristössä ja auttavat selviytymään itsenäisesti arjessa. (Aura ym. 1997: 88; Pikkarainen 2007: 56, 61–63; Liikanen 2001: 53)

### 3.2 Asumisen odotukset

Liikasen (2001) mukaan ympäristö muovaa ihmisen identiteettiä ja kiinnittymistä tiettyyn ympäristöön ja kulttuuristaustaan. Osa vanhuksista asuu palveluja tarjoavassa senioritalossa, koska heidän terveytensä ja toimintakykynsä ovat alentuneet ja he tarvitsevat ulkopuolista apua. Tällöin haasteeksi muodostuu, miten vanhukselle voidaan uudelleen luoda edes osa menetetyistä kodista ja kodin ympäristöstä. Luonto ja koti ovat suomalaiselle kaikkein tärkeimpiä paikkoja hyvinvoinnin, virkistämisen ja rentoutumisen kannalta. Jo ikkunasta avautuva luontonäkymä voi auttaa terveyden ja hyvinvoinnin tukemisessa. Tämä tulisi ottaa huomioon myös vanhusten asuinympäristöjen suunnittelussa. (Liikanen 2001: 54; Simpanen 2007: 7, 10.)

Teknologian Tutkimuskeskuksessa (VTT) on vuonna 2010 tehty tutkimus, jonka tavoitteena on ollut selvittää, mitä ominaisuuksia ihmiset arvostavat asuinympäristössään ja millaisten heille tärkeiden arvojen toteutumista ne mahdollisesti tukevat. Tutkimuksen mukaan viihtyisyys on konkreettisesti sitä, että paikka houkuttelee paikassa olemiseen ja tekemiseen. Viihtyisyyttä luovat samat tekijät, jotka vaikuttavat ympäristön kykyyn



luoda kokemuksia esimerkiksi kauneudesta, luontoyhteydestä, rauhallisuudesta, turvallisuudesta, yhteisöllisyydestä ja yksityisyydestä. Viihtyisyyttä lisäävät tutkimuksen mukaan viheralueet ja vesielementit, ja sitä vähentää puolestaan muun muassa kolikko arkkitehtuuri. (Arvola – Lahti – Lampila – Tiilikainen – Kyrö – Toivonen – Viitanen – Keskifrantti 2010: 218 – 220.)

Asuinympäristön viihtyisyys on ihmisen hyvinvoinnin ja selviytymisen edellytys. Ympäristön tulisi edistää fyysistä, sosiaalista ja psyykkistä toimintakykyä ja sen säilymistä. On arvioitu, että ihmisen suhde tilaan on herkimmillään vanhana, joten arkkitehtuurilla ja sisustustyyllillä voi olla tällöin suuri merkitys viihtymiseen. Kun ihminen ei syystä tai toisesta kykene, osaa, tahdo tai halua itsenäisesti hakeutua erilaisiin ympäristöihin, on asuinympäristöllä erityisen suuri merkitys hänen hyvinvoinnilleen. Asuinympäristön estetiikan tehtävänä on tuottaa asukkaille hyvää oloa, herättää uusia ajatuksia ja toisaalta viedä ajatuksia pois sairauksista tai elämän hankaluuksista. Estetiikan tehtävänä on myös piristää arkea ja elävöittää muistoja. (Pikkarainen 2007:48.; Seppänen. 2006: 63–64.)

Vanhoja laitoksia peruskorjattaessa tai uusia rakennettaessa pyritään kodikkaisiin ja turvallisiin ratkaisuihin, jotka edistävät asiakkaan toimintakykyä, yksityisyyttä ja sosiaalista kanssakäymistä. Asuinympäristön tulisi olla viihtyisä ja kotoinen, mutta myös tarkoituksenmukainen henkilökunnan kannalta. Toimintakyvyltään heikompien vanhusten mielipiteitä ei välttämättä huomioida suunnittelussa ja kodinomaisuutta tavoitellaan keinotekoisin menetelmin. On tärkeää, että vanhuksset, jotka eivät kykene lähtemään ulos, voisivat kokea vuodenaikojen vaihtelun ja saada luonnonvaloa. Tämä vaatii, että myös istuttaessa tai vuoteessa maata voisi nähdä ulos. (Siitonen 2010: 523, 528.)

Arvolan ym.(2010) mukaan esteettinen asuinympäristö ei ole ihmisille pelkästään lisäarvo-ominaisuus, vaan myös välttämättömyys ja odotusarvo. Tutkimukseen osallistuneet ovat kokeneet visuaalisesti miellyttäväksi huolellisesti mietityn, yhtenäisen ja omaileimaisen tyylin, jossa on sekä harmoniaa että vaihtelua. Värikkyys ja värien yhteensovitus harmauden vastakohtana on koettu tuottavan iloa ja esteettisyyttä. Eri värit vaikuttavat ihmiseen eri tavoin; piristävät, rauhoittavat, rentouttavat. Pimeys, tummuus ja yksitoikkoiset muodot on koettu ankeiksi ja rumiksi. Yllättävillä ja tavallisuudesta poikkeavilla muodoilla ja yksityiskohdilla sekä huolitellulla ympäristöllä voidaan herättää positiivisia tunteita ja mielikuvia ja vahvistaa kauneuden kokemusta. (Arvola ym. 2010: 218 – 220; Simpanen 2007: 21.)

### 3.3 Asuinympäristön merkitys

Monen vanhuksen jokapäiväinen koti on esimerkiksi senioritalo. Tällöin hoitoyhteisön tulisi tarjota mahdollisuuksia luovuuteen ja elämyksiin sekä tukea vanhuksen omaa kulttuuritaustaa. Kronström-Johanssonin (2008) tutkimuksessa tulee esille, että hoiva- ja hoitoympäristöjen lähtökohtana on työkulttuuri, ei asiakkaana tai potilaana oleva ihminen. Tämä ilmenee muun muassa käytettyinä väreinä eli sairaalaympäristössä valkoinen edustaa puhtautta. Tästä syystä siitä on muodostunut sairaalaympäristön ominaisväri. (Kronström-Johansson 2008: 39.) Tämä ”malli” on periytynyt myös useisiin vanhustenhoidon ja –hoivan ympäristöihin, kuten vanhainkoteihin ja sittemmin myös muihin palveluja tarjoaviin yksiköihin.

Yksilölle tärkeintä on vapaus ja mahdollisuus valita oma elämysmaailmansa asuinympäristöstä riippumatta. Useimmiten esteettiset elämykset jäävät toteutumatta. Senioritaloon muuttava vanhus tarkastelee uutta tilaa ennakkoiden, miten siitä voisi rakentua hänelle asumisen paikka. Usein vanhukset eivät oleta rakentavansa tästä uutta kotia itselleen, vaan tyytyvät noudattamaan henkilökunnan neuvoja ja ohjeita asumisessaan ja toimimisessaan. Usein vanhuksen toimintakyky huononee tällaisessa siirtymävaiheessa, eikä vanhus enää kotiudu helposti uuteen paikkaan. Liikanen (2001) toteaa: ”Ihmistä, jolta on evätty henkilökohtainen reviiri, kutsutaan yleensä laitostuneeksi.” (Liikanen 2001: 54; Hyyppä ym. 2005: 105 – 108.)

Eksistentiaalisesti ihmisen sidos ympäristöön on ihmisen olemassaolon olennainen osa (Karjalainen 2006: 115). Elämme jatkuvassa vuorovaikutuksessa ympäristön kanssa. Ihmisen kykyyn toimia ympäristössään vaikuttavat niin ikä, liikunta- ja toimintakyky kuin tottumukset ja mieltymyksetkin. Hyvässä ympäristössä fyysinen, sosiaalinen ja psyykinen ympäristö ovat tasapainossa keskenään. Hyvä ympäristö on turvallinen ja viihtyisä, mutta se tarjoaa myös vaihtelevuutta ja vaihtoehtoisia käyttötapoja toimintakyvyllään erilaisille henkilöille ja heidän kaikille aisteilleen. Asuinpaikka ja koti voivat olla vanhuksen viimeisiä, identiteettiä ja itsenäisyyttä ylläpitäviä, kiinnittymiskohteita. Tuttu ympäristö ja tutut esineet ja näkymät tukevat vanhusten tila- ja aikaorientaatiota. Orientoitumalla tilaan ihminen jäsentää sitä ja rakentaa suhdettaan ympäristöönsä. (Tapaninen ym. 2002: 85, 90, 103 – 104.)

Miellyttävä ja kaunis ympäristö, raitis ilma, valo ja puhtaus edistävät vanhuksen kokonaisvaltaista hyvinvointia ja terveyttä. Näin myös kunnioitetaan vanhuksen olemassa-

oloa ja ainutkertaisuutta. Ympäristön esteettisyys vaikuttaa vanhuksen osallisuuden kokemiseen ja oma osallistuminen korostaa ympäristön merkityksellisyyttä ja se koetaan enemmän omaksi. Laadukas esteettinen ympäristö on myös monitahoinen ja heijastaa aikaa sekä menneisyyteen että tulevaisuuteen ja auttaa vanhusta mielihyvän kokemisessa. On kuitenkin huomioitava, että jokaisella vanhuksella tulisi olla mahdollisuus aistien aktivoinnin lisäksi lepoon, rauhaan ja oman mielipaikan löytämiseen. (Karininen 2009: 21, 26; Näslindh-Ylispangar 2012: 190; Kronström-Johansson 2008: 123.)

#### **4 Opinnäytetyön toteutus, aineisto ja analyysimenetelmät**

Opinnäytetyömme tutkimusosuuden toteutimme eteläsuomalaisen maalaiskunnan vanhusten vuokratalossa. Yhteistyökumppanimme toimi em. kunnan vuokrataloyhtiön toimitusjohtaja, jonka kanssa keskustelimme tutkimuksestamme ja sen toteutuksesta opinnäytetyöprosessin eri vaiheissa. Hän piti tutkimustamme vuokrataloyhtiölle ajankohtaisena ja tarpeellisena ja uskoi, että he voisivat hyödyntää saamiamme tuloksia uuden senioritalon suunnittelussa. Tammikuussa 2014 osallistuimme edellä mainitun hankkeen aloituskokoukseen. Allekirjoitimme opinnäytetyösopimuksen 8.1.2014 ja saimme tutkimusluvan 6.2.2014 kunnan vanhuspäalvelujohtajalta. Ensimmäisessä ideapajassa pyysimme tutkimusryhmäläisiltä kirjalliset suostumukset (Liite 1), ja selvitimme tarkoin osallistumisen vapaaehtoisuuden sekä tutkimuksen tavoitteet ja tarkoituksen. Korostimme myös sitä, että heillä on mahdollisuus keskeyttää tutkimusryhmään osallistuminen niin halutessaan.

##### **4.1 Tutkimusmenetelmänä ideapajatyöskentely**

Tutkimusaineiston tulee perustua hyväksytyihin tutkimusmenetelmiin, eikä sitä saa luoda tyhjästä (Kankkunen – Vehviläinen-Julkunen 2013: 211). Valitsimme tutkimusmenetelmäksemme ideapajatyöskentelyn, jotta vanhusten toiveet tulisivat konkreettisesti ja selkeästi näkyville. Ideapajoissa vanhuksilla oli mahdollisuus valita heidän mielestään sopivimpia materiaaleja ja värejä sekä sisustuselementtejä rakennettavan senioritalon yhteisen tilan pienoismalliin. Pienoismalli rakennettiin suuresta pahvilaatikosta, josta etuseinä ja katto olivat avonaiset. Myöskään ikkunoiden ja ovien paikkoja ei oltu etukäteen määriteltä, vaan vanhuksat määrittelivät ne itse. Tarkoituksena oli, että vanhusten ajatukset saadaan konkreettisesti näkyviksi. Lisäksi tutkimusryhmän van-

huksilla oli ideapajoissa mahdollisuus avoimeen keskusteluun.. Keskusteluissa vanhuksset kertoivat ja kuvasivat, millainen olisi heidän mielestään esteettinen asuinympäristö vanhalle ihmiselle, ja millainen merkitys sillä on heidän mielestään vanhuksen hyvinvoinnille.

Ideapajojen keskustelujen runkona sovelsimme teemahaastattelumuotoa, koska se on, kuten Eskola ym. (1998) toteaa, avointa haastattelua rajatumpi, mutta antaa kuitenkin tutkimukseen osallistuville strukturoitua haastattelua laajemmat mahdollisuudet yksilöllisten tulkintojen esittämiseen (Eskola ym. 1998: 89). Ideapajatyöskentelyn jäsentämiseksi sekä keskustelun ylläpitämiseksi ja tarvittaessa rajaamiseksi laadimme omaan käyttöömme teemojen mukaisia tukikysymyksiä (liite 2). Tukikysymyksiä käytimme, kun keskustelua ei tahtonut syntyä tai kun se alkoi mennä liikaa asiayhteyden ulkopuolelle. Ideapajat toteutettiin maaliskuussa 2014 yhden kalenteriviikon aikana. Tällä pyrittiin säilyttämään tutkimusryhmän työskentelyvire mahdollisimman hyvänä.

#### 4.2 Aineistoa ideapajoista

Tutkimusryhmässämme oli viisi 74–92-vuotiasta vanhusta, neljä naista ja yksi mies, joista suurin osa on syntynyt maaseudulla, ja kaikki ovat asuneet suurimman osan elämästään tutkimuspaikkakunnalla. He asuvat samassa vanhusten vuokratalossa ja ovat toisilleen tuttuja. Tässä toteutui Eskolan ym. (1998) ohje kvalitatiivisen tutkimuksen tutkimusryhmän koosta (4–8 henkilöä) ja ryhmän homogeenisuudesta, jotta kaikki tutkimukseen osallistuvat ymmärtäisivät esitetyt kysymykset ja voisivat yhdessä muistella, tukea ja rohkaista toisiaan. (Eskola 1998: 95, 97–98.) Koska kyseisessä vuokratalossa on myös kotihoidon toimintaa, kotihoidon vastaava hoitaja auttoi meitä tutkimusryhmän kokoamisessa. Osallistujiksi pyydettiin vanhuksia, joilla ei ole vaikeaa muistisairautta.

Ideapajatyöskentelyn ilmapiiriin vaikutti positiivisesti osittain se, että jotkut tutkimusryhmään osallistuneista olivat meille edellisistä projekteista tuttuja, ja ehkä myös se, että ideapajat toteutettiin tutkimusryhmälle tutussa tilassa. Eskola ym. (1998) ohjeistaa, että tutkijoiden tehtävänä on avoimen ja vapaan ilmapiirin luominen ja keskustelun käynnistäminen. Ongelmallista on usein tilanteen aloittaminen ja dominoivien, suulaiden henkilöiden kontrollointi. (Eskola ym. 1998: 95–98.) Pyrimme huolehtimaan vuorotellen keskustelun aloittamisesta ja ylläpitämisestä teemojen ja tukikysymysten avulla. Tutkimusryhmämme jäsenet keskustelivat esillä olevista aiheista eli teemoista vilkkaas-

ti ja vapaamuotoisesti muistellen, kertoen itsestään ja elämästään, kokemuksistaan ja ajatuksistaan. Huolehdimme siitä, että keskustelu liittyi aiheeseen, eikä se lähtenyt rönsyilemään liikaa aiheen ulkopuolelle. Huolehdimme myös siitä, että jokainen ideapajaan osallistunut sai sanoa mielipiteensä. Keskustelua jatkettiin kunnes se laantui tai tutkimusryhmäläiset alkoivat toistaa samoja asioita, eivätkä enää tuoneet esille uusia ajatuksia eli syntyi saturaatio.

Järjestimme kaksi ideapajaa. Ensimmäistä ideapajaa varten olimme varanneet ison pahvilaatikon pienoismallin rakentamista varten sekä kuvia erilaisista maisemista, kuten lasten leikkipaikka, kaupunkikatunäkymä, maalaismaisema sekä jokinäkymä. Ensimmäisessä ideapajassa kerroimme aluksi opinnäytetyömme aiheesta, tavoitteista ja tutkimusmenetelmistä. Selvitimme tutkimusryhmälle ideapajatyöskentelyn kulun ja tarkoituksen. Kerroimme heille, että tarkoituksena on rakentaa tulevan senioritalon yhteisen tilan pienoismalli pahvilaatikosta. Lisäksi selvitimme, että vapaan keskustelun avulla pyrimme löytämään heidän omia toiveitaan ja ajatuksiaan asuinympäristön esteettisyydestä ja sen merkityksestä vanhuksen kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille. Kerroimme myös, että keskustelujen aikana esitämme heille teemaan liittyviä tukikysymyksiä.

Tämän jälkeen tutkimusryhmämme keskusteli vapaamuotoisesti hyvästä vanhuksen asuinympäristöstä ja siihen liittyvistä toiveista, odotuksista ja unelmista. Pyrimme pitämään keskustelun teemojen mukaisena. Ensimmäisen ideapajan lopuksi ja keskustelussa esiin nousseiden toiveiden ja odotusten pohjalta, tutkimusryhmän vanhukset valitsivat sopivimmaksi ikkunamaisemaksi jokinäkymän. Maisema liimattiin yhteisen tilan pienoismalliin heidän määrittelemälleen paikalle. Ideapajakeskustelussa esiin nousseiden ajatusten perusteella kokosimme materiaalia seuraavaa ideapajatyöskentelyä varten.

Toisessa ideapajassa tutkimusryhmä jatkoi pienoismallin rakentamista. Toimimme tilanteessa leikkaajina ja liimaajina, sillä monella tutkimusryhmään osallistuneella oli jonkinasteisia toimintakyvyn rajoitteita. Olimme hankkineet runsaasti erilaisia sisustustarvikkeita, kuten tapetteja ja lattiamateriaaleja, joista tutkimusryhmän vanhukset valitsivat itselleen mieluisimmat kiinnitettäväksi pienoismalliin heidän määräämällään tavalla. Ensimmäisessä ideapajassa esiin tulleiden toiveiden ja ajatusten perusteella olimme varanneet pienoismalleja muun muassa huonekaluista, kuntoilulaitteista, viherkasveista ja tauluista. Tutkimusryhmän vanhukset niin sanotusti ”määrasivät kaapin paikan” eli pienoismalli sisustettiin heidän toivomustensa mukaisesti. Toisen ideapajan tärkein

tulos oli valmis pienoismalli. Ideapajatyöskentelyt videoitiin tutkimusryhmän jäsenten luvalla ja valmis pienoismalli valokuvattiin.

### 4.3 Aineiston analyysi

Halusimme kuulla vanhusten mielipiteitä, toivomuksia ja ideoita rakennettavan senioritalon yhteisten tilojen esteettiseen suunnitteluun liittyen. Aiempien tutkimusten (mm. Juntto 2010) mukaan ihmiset toivovat asumiseltaan esteettisyyttä ja käytännöllisyyttä, yhteisyyttä ja yksityisyyttä, luontoa ja palveluja sekä harrastusmahdollisuuksia. Nykyään rakentamisessa korostetaan käytännöllisyyttä, eikä asukkaan toiveita ja odotuksia huomioida riittävästi. Usein jää taka-alalle myös se, että ihmiset haluavat iästä riippumatta osallistua asumisen ja asuntojen suunnitteluun ja kehittämiseen.

Halusimme opinnäytetyössämme selvittää myös sitä, mitä asuinympäristön esteettisyys merkitsee vanhuksille itselleen ja heidän hyvinvoinnilleen. Ideapaja-aineisto analysoitiin Erik Allardtin (1976) hyvinvointiteoriaan pohjaten, sillä Allardt huomioi hyvinvointimääritelmässään ihmisen sekä materiaalisten että ei-materiaalisten tarpeiden tyydyttämisen hyvinvointiin vaikuttavina tekijöinä. Allardt toteaa, että ihmisen tyydytetyt perustarpeet voivat toimia resurssina muiden tarpeiden tyydyttämiseksi, mikä puolestaan vaikuttaa ihmisen elämänlaatuun. (Allardt 1976: 9, 17, 32–36.)

Muodostimme Allardtin (1976) hyvinvointimääritelmää soveltaen teema-alueet, jota käytimme aineiston keräämisen runkona ideapajoissa:

1. **elintaso (*Having*)**, johon yhdistimme käsitteet asuminen ja esteettinen yhteinen tila. Käytämme käsitettä **asuminen**, koska se soveltuu paremmin aiheeseemme
2. **yhteisyyssuhteet (*Loving*)**,
3. **itsensä toteuttamisen muodot (*Being*)**, jota tarkastelemme toimijuuden, elämänhallinnan ja voimaantumisen (empowerment), hyvän elämän/hyvinvoinnin ja osallisuuden näkökulmasta.

Kvalitatiivisen tutkimuksen aineiston analysointiin liittyy haasteita. Eskola ym. (1998) muistuttaa haastattelujen purkamisen ja litteroinnin haasteellisuudesta (Eskola ym. 1998: 99). Tästä meillä oli myös aiempaa omakohtaista kokemusta. Niinpä litteroimme videoaineistosta tutkimusryhmän keskustelut välittömästi ideapajojen jälkeen. Seuraa-

vaksi analysoimme tutkimusaineiston teemoittelemalla sen ideapajojen teema-alueiden mukaisesti (Liite 3). Valokuvat analysoitiin ja parhaiten vanhusten toiveita kuvaavat kuvat liitettiin opinnäytetyön tutkimustuloksiin. Tutkimustuloksia peilasimme Hirsjärven ym. (2001) ohjeen mukaisesti tutkimuksen taustakirjallisuuteen ja arvioimme tulosten merkitystä, luotettavuutta ja käytettävyyttä (Hirsjärvi – Remes - Sajavaara 2001: 243).

## **5 Asuinympäristön esteettisyyden merkitys vanhuksen hyvinvoinnille vanhusten itsensä kuvaamana**

Estetiikan eli kauneuden tehtävänä on muun muassa hyvinvoinnin lisääminen ja arjen piristäminen. Jostain syystä kuitenkin usein ajatellaan, että esteettisyys ei kuulu arkipäivään, vaan arjen kuuluukin olla tylsää ja harmaata. Moni meistä on kuitenkin tietoinen siitä, että tarve esteettisyyteen on yksi ihmisen inhimillisistä perustarpeista. Näin ollen ”kauneuden kaipuu” on osa ihmisen elämää, siis arkipäivää. Vanheneminen ei vähennä tai poista tätä perustarvetta, päinvastoin. Vanhenemisen myötä toimintakyky voi heikentyä, jolloin ympäristön merkitys korostuu ja se, millaisia esteettisiä nautintoja ympäristö vanhukselle tarjoaa, tulee entistä merkityksellisemmäksi.

### **5.1 Asuminen (Having)**

Tutkimusryhmämme vanhuksista monet ovat syntyneet ja eläneet suurimman osan elämästään maaseudulla. He pitivät tärkeänä rauhallista ikkunanäkymää yhteisestä tilasta ja kahvilaterassilta maalaismaisemaan, luontoon ja läheiseen vesistöön. Ikkunanäkymäksi he valitsivat rauhallisen jokimaiseman.





Kuva 1. Ikkunanäkymä

*”Kauneudentaju... Kyllä se sieltä maaseudulta juontaa, jos olis ihan kaupungissa... onhan siellä puistoja tietysti, mutta ei ne oo heti... niinku koti-ikkunasta näe heti... harvemmalle se näkyy.”*

Tutkimustuloksissamme korostui erityisesti luonnon ja luonnonelementtien merkitys vanhuksille. Tutkimusryhmämme vanhukset ovat juurtuneet omalle paikkakunnalleen ja kokevat kuuluvansa sinne. He kokivat, että ympäristöllä on suuri vaikutus heidän terveyteensä ja hyvinvointiinsa.

*”Mieluummin maalla kuin kaupungissa, luonto mieluummin, ei tiiliseinä...”*

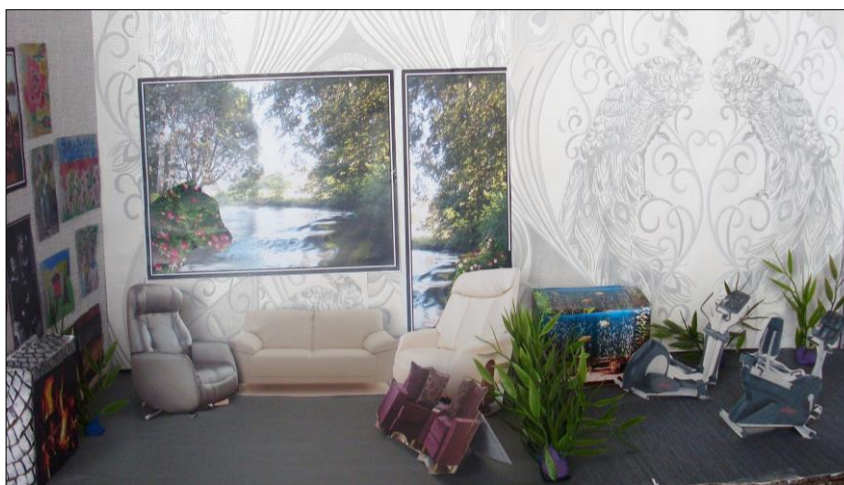
Esille tuli myös toive esteettömästä kahvilaterassista yhteisen tilan läheisyydessä, jossa voisi nauttia luonnon kauneudesta ”puolueettomalla maaperällä”. Vanhukset pitivät tärkeänä, että kahvilaterassille voi mennä silloin, kun itse haluaa. He kokivat ulkona oleskelun ja toisten kanssa seurustelun tärkeäksi hyvinvointia ylläpitäväksi tekijäksi.

*”... joka ei ois kenenkään tilaa, jonne vois tulla jokainen silloin kun on tarvetta... Tulis mentyä varmasti kahville, jos olis pöydät valmiina, ja terassille olis helppo kulkea. Jos jalat kantaa. Pääsee rollarilla ja pyörätuolilla. Ilman muuta esteetön kulku... ollaan kuin pikkuvarpusia, joka penkki täynnä... Kesä oltais kokonaan siellä, ei missään huoneessa...”*



Vanhusten mielestä esteettisen yhteisen tilan tulee olla avara, missä näkee liikettä, sillä ympäristön tapahtumien seuraaminen on heille mieluista. Tila ei saisi kuitenkaan olla ulko-oven lähellä, koska siinä käy veto. Myöskään vilkasta tai meluisaa ympäristöä ei pidetty suotavana. Ideapajassa vanhukset halusivat rakentaa yhteisen olohuoneen, jossa on reilusti seurustelutilaa. Kalusteiksi yhteiseen tilaan toivottiin pehmeitä ja mukavia tuoleja ja sohvia, joissa toimintakyvyltään heikommatkin voisivat viettää aikaa.

*”... semmonen kiva tila, viihtyisä... Yhteinen olohuone. Oma asunto ei korvaa sitä. Mikä mukavampi paikka on kuin semmonen yhteinen tila”*



Kuva 2. Yhteinen olohuone

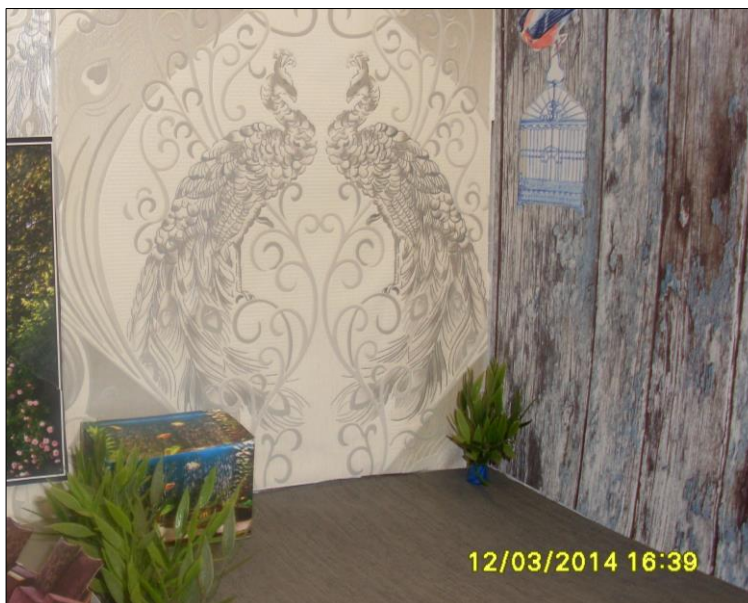
Vanhukset halusivat tuoda luontoa myös sisätiloihin. Luonnonmateriaalit, vesielementit, kasvit ja kukat nousivat tärkeäksi osaksi sisustustoiveita. Vanhukset toivoivat viherkasvien monipuolista käyttöä myös sisätiloissa esimerkiksi tilanjakajana erottamaan tilan eri toimintoja. Ideapajassa vanhukset halusivat erottaa suurilla viherkasveilla yhteisen olohuoneen toiseen päätyyn rakennetun kuntoilunurkkauksen. Näin haluttiin säilyttää näköyhteys tilan eri toimintojen välillä.



Kuva 3. Viherkasvit tilanjakajana

Väreillä on tunnetusti piristävä, rauhoittava tai rentouttava vaikutus ihmiseen. Niillä ja erilaisilla yksityiskohdilla voidaan luoda esteettisyyttä ja viihtyisyyttä. Luonnollisesti värit ovat myös vanhuksille tärkeitä. Tutkimusryhmämme vanhukset eivät halunneet asuin- ympäristöönsä valkoisia seiniä, sillä tilat eivät saisi muistuttaa sairaalaa. Vanhukset kertoivat, että jos kaikki on vaaleaa, se on tylsää. Värien toivottiin olevan kuitenkin pehmeitä, ei kovia tai jyrkkiä. Ideapajassa vanhukset valitsivat yhteisen tilan tapetiksi vaaleasävyisen lintuaiheisen, seinämaalaustyypin tapetin. Yhdelle seinälle tutkimusryhmä valitsi vanhaa lautaseinää muistuttavan tapetin, jolla tilaa haluttiin elävöittää ja tehdä kotoisammaksi. Lattiaan he valitsivat seiniin sopivat värisävyt. Tilasta haluttiin tehdä hillitty. Esille tuli useita kommentteja materiaalien helppohoitoisuudesta ja siitä, miten pöly ja roskat niissä näkyvät.

*”Värejä, kasveja ja kukkia siellä olla pitää.”*



Kuva 4. Yhteisen tilan tapetit ja lattiamateriaali

Tutkimusryhmämme vanukset kuvasivat, että sisustuksen tulisi olla

*”Semmonen, että siellä uskaltaa olla. Semmosta rouheeta ja kotoisaa...”*

Akvaario, luonnonmateriaaleista tehdyt sisustuselementit ja takka olisivat myös toivottavia. Televisiota ei tilaan haluttu, koska tutkimusryhmän mukaan kaikilla on mahdollisuus sen katseluun omassa asunnossaan. Vanukset halusivat sijoittaa omatekemänsä taulut yhteisen olohuoneen seinälle tuottamaan hyvää mieltä ja herättämään tunteita. Vanhoista valokuvista tehdyt taulut toimivat heidän mielestään hyvin myös muistojen herättäjinä.



Kuva 5. Taulut yhteistä tilaa somistamassa

Tutkimustuloksissamme luonto, maaseutu, rauha ja hiljaisuus nousivat tärkeiksi elementeiksi esteettistä ympäristöä määriteltäessä. Vanhukset halusivat, että luonto ja rauhallinen maalaismaisema näkyvät myös yhteisen tilan ikkunasta. Lisäksi luonnonmateriaalien, kuten viherkasvien, monipuolinen käyttö myös sisätiloissa olisi vanhuksista toivottavaa. Vanhukset halusivat avaran seurustelutilan, josta olisi avoin näkymä muihin tiloihin, eräänlaisen yhteisen olohuoneen, johon toimintakyvyltään erilaiset asukkaat voisivat vapaamuotoisesti kokoontua. Tila ei kuitenkaan saisi olla vilkas tai meluisa, ei myöskään vetoisa. Vanhukset toivoivat, että väreillä voitaisiin elävöittää sisustusta ja luoda siihen kotoisuutta. Tilan tulisi olla sellainen, että siellä ”uskaltaa olla”, kuten tutkimusryhmämme asian määritteli. Myös erilaiset taulut ovat vanhusten mielestä viihtyisyyttä lisääviä.

## 5.2 Yhteisyysuhteet (Loving)

*”Siinä sitä ollaan ja sitten alkaa se juttu kiertämään, kun tulee yks niin tulee toinen, ja mikä mukavampi paikka on kuin semmonen yhteinen tila...”*

Tutkimusryhmämme mukaan yhteisen tilan tulisi olla sellainen, että sinne voisi tulla jokainen silloin, kun haluaa. Talon asukkaiden päivittäiset tapaamiset koettiin tärkeiksi.

Yhdessäolo, keskustelu, vuorovaikutus, yhteinen kokoontuminen, oman mielipiteen ilmaiseminen ja kuulluksi tuleminen ovat tutkimusryhmän mukaan tärkeitä vanhuksen hyvinvoinnille. Huolien jakamisen ja vertaistuen saamisen koettiin parantavan mielialaa ja terveyttä. Yksin omien elämän murheiden miettimisestä voi vanhusten mielestä tulla ankea ja paha mieli.

*”Sehän se on pahin yksinäisen ja vanhan ihmisen elämässä, jos rupeaa funtsimaan, mikä tässä elämässä mättää.”*

*”Jos on ankee ja paha mieli, niin ei sitä oo tervekkään.”*

*”...Siellä voi parantaa maailmaa. (naurua...)”*

Opinnäytetyössämme tuli esille vanhusten halu muiden asukkaiden vapaamuotoiseen päivittäiseen tapaamiseen. Vanhukset painottivat, että yhdessäolo, keskustelu ja omien mielipiteiden ilmaiseminen sekä kuulluksi tuleminen ovat merkityksellisiä asioita heidän hyvinvoinnilleen ja terveydelleen. Ne auttavat tutkimusryhmän mukaan erityisesti yksinäisyyden ehkäisemisessä. Fyysisen tilan pitäisi tutkimusryhmän mukaan olla niin viihtyisä, että sinne olisi mukava mennä. Sen tulisi myös mahdollistaa asukkaiden spontaani kokoontuminen muun muassa niin, että tila olisi esteetön, jotta toimintakyvyltään heikommatkin pääsisivät tilaan halutessaan.

### 5.3 Itsensä toteuttamisen muodot (Being)

Opinnäytetyössämme tuli esille, että suunniteltaessa vanhusten asuinympäristöjä tulisi huomioida vanhuksen toimijuus ja tarjota hänelle mahdollisuuksia toteuttaa itseään ja osallistua elämäänsä. Tutkimusryhmämme vanhukset kaipasivat myös ohjattua toimintaa, varsinkin talvella. He kertoivat kokeneensa, ettei omaehtoinen toimintatapa sovellu enää heille, vaan he tarvitsevat siihen ulkopuolisen ohjaajan sekä toimintaan aktivoivan tilan.

*”Vaikka olis kuinka hienot puitteet, jos ei siihen kukaan oo tyrkkimässä, ei se tämmösellä porukalla onnistu... kun ikää tulee lisää, niin ne hoksottimet, ei keksi mitään... joku joka pystyy pitämään ne narut käsissään...”*

Tutkimusryhmämme vanhusten mielestä mielekäs tekeminen ei välttämättä ole mitään suurta eikä erikoista. Toiminnan ei myöskään tarvitse olla virallista. He kertoivat pitä-

vänsä muun muassa kortti- ja lautapeleistä, ristikoiden ratkaisemisesta ja käsitöistä. Yhtä tärkeänä pidettiin myös niiden seuraamista. Vanhukset toivoivat, että yhteisestä olohuoneesta tulisi paikka, jossa voisi näitä mieleisiä asioita harrastaa. He korostivat, että toimintaan osallistumisen tulee olla vapaaehtoista.

*... puuhaamista – maalausta tai askartelua, pienen nurkkauksen vaikka sitäkin varten, jokaiselle jotakin, joka haluaa, että mikään ei oo pakollista...*

Vanhukset toivoivat yhteisen tilan läheisyyteen, esimerkiksi kahvilaterassille, ruukku- tai talvipuutarhaa, missä voisi kasvattaa erilaisia kasveja ja hoitaa niitä vaikka pyörätuolista käsin. Tämä vaatii ympäristöltä esteettömyyttä, mutta tukisi toimijuutta tarjoamalla mielekästä tekemistä. Viherkasvien, kukkien ja ruukkupuutarhan hoitaminen on monille vanhuksille tuttua omasta elämänhistoriastaan ja mahdollisuus harrastuksen jatkamiseen toisi vanhuksille arvostuksen ja onnistumisen kokemuksia. Lisäksi se ylläpitäisi vanhusten tietoja ja taitoja, tukisi osallisuutta ja yhteisöllisyyttä sekä toisi elämään vaihtelua ja tekemisen iloa.

Opinnäytetyössämme vanhukset halusivat tehdä yhteisestä tilasta monitoimitilan, joka mahdollistaa erilaisia toimintoja samanaikaisesti, esimerkiksi kuntoilun, kirjojen lukemisen, seurustelun sekä taide- ja käsityöharrastukset.

*”Kyllähän se soittopeli pitäisi olla, kasettisoitin tai semmonen, ja siihen vähän jokaisen makuun, Mites vanhanaikainen jukeboxi? Se ois mahtavaa!”*

*”Siellä sitten lekotellaan ja jutellaan ja ne toiset kuntoilee siellä toisessa reunassa”*





Kuva 6. Monitoimitila

Tutkimusryhmän vanhuksset pitivät liikuntaa tärkeänä hyvinvoinnin tekijänä ja toivoivat sen olevan osa arkipäivää. Niinpä he halusivat, että yhteisessä tilassa olisi myös kuntoilunurkkaus, josta olisi näköyhteys oleskelutilaan. Näin kuntoilunurkkaukseen olisi helppo mennä aina tilaisuuden tullen.

*... ettei tarviis olla yksin missään. Tärkeätä on se, että vaikka polkee sitä pyörää, voi seurustella samalla siinä.*



Kuva 7. Kuntoilunurkkaus osana yhteistä olohuonetta

Itsensä toteuttamisen kannalta yhteisten tilojen esteettömyyttä pidettiin tärkeänä. Lisäksi toivottiin myös uima-allasta vesijumppaa varten sekä mahdollisuutta itsenäisten ostosten tekemiseen esimerkiksi kioskista tai kanttiinista, ei automaattista.

*”Sitten se uima-allas. (naurua...)*

*...tiski, mistä vois ostaa vaikka suklaapatukan, ettei tarviis aina lähteä kauppaan...”*

Opinnäytetyössämme tuli esille, että itsensä toteuttaminen ja mahdollisuus osallistua elämäänsä ovat vanhuksille tärkeitä hyvinvoinnin tekijöitä. Mieleisten asioiden harrastaminen vapaaehtoisuuteen perustuen on vanhuksille tärkeää. Harrastuksen ei tarvitse olla mitään suurta tai erikoista. On kuitenkin huomioitava, että omatoiminen harrastaminen ei välttämättä kaikilla onnistu, joten lisäksi tarvitaan myös ohjattua toimintaa sekä erityisesti toimintaan aktivoiva tila.

Tutkimusryhmämme vanhukset toivoivat yhteisen tilan läheisyyteen esimerkiksi ruokuputarhaa, jota voisi hoitaa toimintakyvystä riippumatta. Siten voitaisiin tukea vanhusten osallisuutta ja yhteisöllisyyttä. Tämä olisi vanhusten mielestä mielekäästä tekemistä ja toisi vaihtelua heidän arkipäiväänsä.

Opinnäytetyössämme korostui vanhusten toive yhteisen tilan monipuolisuudesta. Tällainen tila mahdollistaisi useammanlaiset toiminnot samanaikaisesti, eikä vanhusten tarvitsisi olla yksin. Myös liikuntamahdollisuus korostui ja tutkimusryhmä halusi sijoittaa pienen kuntoilunurkkauksen yhteisen oleskelutilan yhteyteen. He pitivät tärkeänä, että kuntoilunurkkaukseen olisi mahdollisimman helppo mennä niin halutessaan, ja että sieltä on näköyhteys toisiin oleskelutilassa oleviin asukkaisiin.

#### 5.4 Asuinympäristön esteettisyyden merkitys vanhuksen hyvinvoinnille

Kuvatessaan esteettistä vanhuksen asuinympäristöä, tutkimusryhmämme painotti yhdessäolon, kauneuden, luonnon ja viihtyisyyden merkitystä. Opinnäytetyömme tulosten valossa vanhuksille merkityksellisiä elementtejä asuinympäristössä ovat luonto, rauha ja hiljaisuus. Myös sisätiloista tulisi olla näkymä luontoon ja ulkona oleskelu tulisi olla mahdollista spontaanisti, esimerkiksi yhteisen olohuoneen yhteydessä olevalla kahvila-terassilla. Tilojen tulisi olla avaria ja esteettömiä, ja niiden tulisi tukea vanhusten toimijuutta mahdollistaen monenlaisen omaehtoisen sekä myös ohjatun tekemisen. Vanho-



jen taitojen ylläpitämisen, kuten kasvien ja kukkien hoidon, tulisi olla mahdollista yhteisessä tilassa. Vanhukset pitävät myös tärkeänä mahdollisuutta viettää aikaa toisten asukkaiden kanssa, joten yhteinen olohuone tarjoaisi mahdollisuuden yhteisille ”maailmanparannuskeskusteluille”.

Yhteisen olohuoneen tulisi olla sisustukseltaan kotoisa. Vanhuksille merkityksellistä on, etteivät seinät ole valkoisia, eikä tila muistuta sairaalaa. He toivovat sisustukseen pehmeitä, hillittyjä värejä, tauluja, viherkasveja, pehmeitä ja mukavia oleskelunurkkauksia, huomioiden myös toimintakyvyltään rajoittuneet asukkaat. Takka ja akvaario lisäisivät omalta osaltaan tilan viihtyisyyttä.

Yhteisen olohuoneen tulisi mahdollistaa myös vanhusten erilaiset harrastukset. Vanhuksille liikuntaharrastus on merkityksellinen, joten olisi tärkeää, että esimerkiksi kuntoilumahdollisuus olisi mahdollisimman helposti saavutettavissa yhteisen oleskelutilan yhteydessä. Samoin tulisi olla mahdollisuus lukemiseen, musiikin kuunteluun tai käsitöihin.

*”... jotakin kohtaa se koskettaa, jos on viihtyisää, Totta kai, jos on kovin ankea ja synkkä ympäristö, sitten synkistyy itsekin...”*

Kronström-Johanssonin (2008) tekemän tutkimuksen mukaan laadukas esteettinen ympäristö stimuloi kaikkia aisteja, luo muistoja menneisyydestä, mutta herättää ajatuksia myös tulevaisuudesta. Hyvässä ympäristössä fyysinen, sosiaalinen ja psyykinen ympäristö ovat tasapainossa keskenään. Se on myös turvallinen, viihtyisä ja vaihteleva tarjoten erilaisia toimintamahdollisuuksia ja käyttötapoja toimintakyvyltään erilaisille henkilöille ja heidän kaikille aisteilleen. Vanhuksella tulisi olla myös mahdollisuus levätä ja olla rauhassa mieleisessään paikassa. (Kronström-Johansson 2008: 123.)

Vanhukset kokevat luonnon tärkeäksi ja läheiseksi elementiksi. Se tarjoaa rauhaa ja hiljaisuutta sekä usein myös lohtua surun ja murheen hetkellä. Myös vuodenaikojen vaihtelut ovat tärkeitä elämän jäsentäjiä. Vanhusten mielestä esteettinen asuinympäristö luo hyvää oloa, herättää tunteita ja muistoja. Esteettinen tila myös luo puitteet yhdessä ololle ja sosiaaliselle kanssakäymiselle. Tämä puolestaan ehkäisee yksinäisyyttä ja on tärkeä tekijä hyvinvoinnin ja terveyden ylläpitämisessä. Tilojen esteettömyys on merkityksellinen tekijä itsensä toteuttamisen kannalta.

Opinnäytetyössämme vanhuksat liittivät hyvinvointiin ja hyvään elämään osallistumismahdollisuuden, tasa-arvoisuuden ja itsemääräämisoikeuden. Itsemääräämisoikeutta pidettiin tärkeänä kaikissa vanhuksen elämää koskevissa asioissa, kuten asuinympäristön suunnittelussa sekä toiminnan ja palvelujen järjestämisessä. Tutkimusryhmämme vanhuksat toivoivat tasa-arvoisuuden ja oikeudenmukaisuuden toteutuvan asuinyhteisön toiminnassa esimerkiksi niin, että saunaoluen tai ”yömyssyn” ottaminen olisi yhtäläillä sallittua senioritalossa kuin muuallakin. He pitivät tärkeänä, että he saavat vanheta arvokkaasti säilyttäen itsenäisyytensä ja itsemääräämisoikeutensa.

*”Ootko kuullut, että muoti on siellä maailmalla, että tulee tarjoilu-oikeudet, A-oikeudet, joo, ilman muuta, pianobaari (iso nauru...), kyllähän me osataan pyytää..”*

*”Ilman kauneutta ei ole hyvää elämää.”*

## 6 Yhteenveto ja pohdinta

Geronomiopinnot antoivat meille oivan tilaisuuden tarttua kiinnostavaan aiheeseen ja selvittää opinnäytetyön avulla, millainen on vanhusten esteettinen asuinympäristö vanhusten itsensä kuvaamana, ja millainen merkitys esteettisellä asuinympäristöllä on vanhusten hyvinvoinnille heidän itsensä mielestä. Halusimme myös selvittää, miksi vanhusten asuinympäristöt ovat kolikkoja ja aneemisia, ja kuulla, millaisia toiveita ja odotuksia vanhuksilla itsellään on asuinympäristönsä esteettisyyden suhteen. Samalla halusimme pohtia, mitä vanhusten asuinympäristön esteettisyyteen panostaminen vaatisi – rahaa, vaivaa vai mielikuvitusta.

Kokemustemme mukaan tämän päivän vanhukset ovat vähään tyytyväisiä, mikä saattaa johtaa ajatukseen siitä, ettei asuinympäristön esteettisyydellä ole heille merkitystä. Lisäksi asiaan saattaa vaikuttaa se, että näihin päiviin asti Suomessa on vallinnut vahva sairaala- ja laitospolttuuri, jossa tilat on rakennettu työntekijöitä ja hoitotoimia varten. Sairaalamaisuus on sittemmin siirretty myös niin sanottuihin kodinomaisiin vanhusten asuinympäristöihin, jotka siis edelleen muistuttavat sairaalaympäristöä valkeine seinineen ja kylmän kalseine sisustuksineen. Opinnäytetyössämme tuli selkeästi esille vanhusten jyrkkä kanta siihen, että asuinympäristö ei saa muistuttaa sairaalaa, vaan sen tulisi olla ennen kaikkea kotoisa.

Opinnäytetyömme tuloksista ilmenee vanhusten kokemus siitä, ettei heidän mielipiteitään kuunnella riittävästi suunniteltaessa asuinympäristöjä heille. Tämä on ongelmallista, sillä vanhusten toiveet, tarpeet ja odotukset saattavat olennaisesti poiketa suunnittelijoiden näkemyksistä. Tällainen toimintatapa saattaa perustua asiantuntijoiden yliarvostamiseen eli ajatukseen siitä, että ”kyllä asiantuntijat tietävät” tai siihen, ettei yhteistyötä eri ammattialojen kesken ole totuttu tekemään. Saattaa olla myös niin, että esteettisyyteen panostamisen ajatellaan tulevan kalliiksi ja taloudellisesti perustellen se sysätään syrjään. Toisaalta voi olla niin, että yhteiskunnassamme ei ole tapana kiinnittää esteettisyyteen huomiota, kun rakennetaan vanhusten asuinympäristöjä esimerkiksi julkisilla varoilla – ajatellaan sen aiheuttavan turhia lisäkustannuksia. Voi olla niinkin, että rakennushankkeissa turvaudutaan aiemmin rakennettujen tilojen suunnitelmiin, ja sen enempää miettimättä rakennetaan samantyyppisiä asuinympäristöjä toinen toisensa perään. Tämä kertoo ehkä tietämättömyydestä ja ajatuksesta, että vanhukset olisivat yhtenäinen, homogeeninen joukko, jolla on samanlaiset tarpeet ja toiveet.

Vanhusten asuinympäristön esteettisyys on tärkeä hyvinvoinnin tekijä. Ei ole siis yhdenkään, millaisessa ympäristössä ihminen vanhuudenpäiviään viettää. Kuten aiemmissa tutkimuksissa (mm. Vilkkonen ym. 2010) todetaan, vanhuksen siirtyessä hoivaa tarjoavaan asuinympäristöön, ei olla enää kiinnostuneita siitä, mistä kaikesta vanhuksen uusi koti muodostuu, mistä vanhus joutuu luopumaan ja miten kotiutuminen uuteen ympäristöön onnistuu. Mistä tämä välinpitämättömyys johtuu?

Elämme kaikki osana ympäristöämme. Senioritalo voi olla vanhuksen viimeinen asuinympäristö, joten sen tulisi tukea vanhuksen elämänhallintaa ja hyvinvointia niin fyysisellä, sosiaalisella kuin psyykkiselläkin osa-alueella. Sen tulisi edistää vanhuksen kotiutumista uuteen ympäristöön, olla viihtyisä ja vastata vanhuksen tarpeisiin. Rakentamalla vanhuksille esteettisiä asuinympäristöjä heidän toiveitaan kuunnellen, voidaan edistää heidän kokonaisvaltaista hyvinvointiaan ja elämänhallintaansa. Samalla voidaan osoittaa myös vanhuksen arvostusta ja vaikuttaa hänen osallisuutensa kokemukseensa. Suunnittelijoiden olisi tärkeää pohtia, miltä itsestä tuntuisi elää tällaisessa ympäristössä ja esittää itselleen kysymys: ”Jos tämä olisi minun kotini, miltä haluaisin sen näyttävän?”

Usein ajatellaan, että esteettisyyteen panostaminen vaatii paljon rahaa tai ison remontin. Näinhän ei suinkaan ole. Opinnäytetyössämme tuli esille, kuinka pienillä asioilla on suuri vaikutus esteettisyyden kokemukseen. Esimerkiksi maalaamalla, tapetoinnilla ja tauluilla saadaan tuotettua asukkaille esteettistä mielihyvää. Asuinympäristön esteettisyys tulisi mieltää myös tärkeäksi osaksi jokapäiväistä hoito- ja hoivatyötä. Henkilökunnan tulisi kiinnittää huomiota siihen, miltä tila näyttää, kuulostaa, tuntuu ja tuoksuu. Huomiota tulisi kiinnittää erityisesti yhteisten tilojen järjestykseen, tunnelmaan, siisteyteen ja yleisilmeeseen. Tämä ei vaadi suuria ponnistuksia, vaan tavanomaista huolenpitoa siitä, että esimerkiksi tuolit ovat paikallaan ja pöydät siistit.

Kotoista tunnelmaa voisi lisätä myös viherkasveilla, tauluilla tai julisteilla, erilaisilla valaisimilla, tekstiileillä ja sisustustyynyillä. Huonekalujen järjestely ja sijoittaminen järkevästi ja esteettömästi, esimerkiksi samanlaiset tuolit saman pöydän ympärille, selkeyttää tilan hahmottamista ja rauhoittaa yleisilmettä. Pöytäliinoilla ja luonnosta kerätyillä, ajankohtaan sopivilla kukka- tms. asetelmilla voidaan lisätä tilan esteettisyyttä ja viihtyisyyttä. Vuodenaikojen voisi tuoda esille myös perinteisten juhlapäivien, kuten joulun, pääsiäisen ja juhannuksen huomioimisella sisustuksessa. Tämä orientoisi asukkaita

ajankulkuun, toisi elämään jatkuvuuden tunnetta ja elävöittäisi muistoja. Tämä kaikki vaatii vain pientä vaivaa, hiukan mielikuvitusta, eikä juurikaan rahaa.

## 6.1 Tulosten tarkastelu

Opinnäytetyömme kohdistui suunnitteilla olevan senioritalon yhteisiin sisätiloihin ja tutkimusryhmämme vanhusten mielipiteistä, toivomuksista ja ideoista voi muodostaa selkeän suuntaviivan siitä, millaisiin yhteisiin tiloihin ja esteettisiin ratkaisuihin tulisi pyrkiä. Hoivaympäristöön siirtyminen on suuri muutos vanhuksen elämässä, ja esteettinen asuinympäristö voisi auttaa vanhusta sopeutumaan uuteen elämäntilanteeseen ja säilyttämään oman identiteettinsä ja arvokkuutensa. Samalla se tukisi myös toimijuutta, elämänhallintaa ja hyvinvointia. Opinnäytetyössämme tuli esille, että vanhusten mielestä arvokkaaseen vanhenemiseen, hyvinvointiin ja hyvään elämään liittyy osallistumismahdollisuus, tasa-arvoisuus ja itsemääräämisoikeus. Näiden arvojen tulisi toteutua kaikessa vanhusten hoito- ja hoivatyössä.

Opinnäytetyömme tuloksista käy ilmi, että esteettisyys ja esteettiset kokemukset ovat vanhuksille merkityksellisiä elämänlaadun, terveyden ja hyvinvoinnin kannalta. Tähän viittaavat myös Allardt (1976), Hyyppä ym. (2005) sekä myös Määttänen (2012) ja Kronström-Johansson (2008). Yhteys luontoon ja mahdollisuus nauttia luonnon kauneudesta sekä vuodenaikojen vaihtelusta nousivat ideapajakeskusteluissa erittäin tärkeäksi osaksi esteettistä asumista. Vanhukset kokevat luonnon seuraamisen ja luonnossa oleskelun voimaannuttavaksi ja rauhoittavaksi tekijäksi. Myös aiemmissa tutkimuksissa (mm. Kronström-Johansson 2008) on tuotu esille, että vuodenaikojen vaihtelun seuraaminen ikkunanäkymän kautta on tärkeää erityisesti niille vanhuksille, jotka joutuvat viettämään paljon aikaansa sisätiloissa. Luontonäkymien lisäksi tutkimusryhmämme vanhukset toivoivat myös viherkasvien monipuolista käyttöä sisätiloissa esimerkiksi tilanjakajina.

Opinnäytetyömme tulokset kertovat, että vanhuksilla on tarve yhteisöllisyyteen. Senioritalossa asutaan omissa asunnoissa, mutta lisäksi tarvitaan niin sanottu yhteinen olohuone, jossa voi tavata muita ihmisiä. Tämä ehkäisee yksinäisyyttä ja antaa mahdollisuuden myös vertaistukeen. Kuten Allardt (1976) kuvaa, ihminen haluaa saada ja antaa rakkautta, arvostusta ja huolenpitoa. Vanhusten mielestä huolien jakaminen sekä toisten tukeminen vaikuttavat myönteisesti mielialaan sekä terveyteen yleensä. Asuinympäristön esteettisyyden avulla voidaan mahdollistaa vanhusten yhteisöllisyyden to-

teutumisen huomioimalla vanhusten toiveet ja mielipiteet sisustuksessa. Opinnäytetyössämme vanhuksat toivoivat avaraa, viihtyisää ja esteetöntä yhteistä tilaa, josta on näköyhteys muihin tiloihin. Tila ei saisi kuitenkaan olla meluinen tai rauhaton. Tämä asettaa vaatimuksia suunnittelulle, kun pitäisi aikaansaada viihtyisiä, lämmintunnelmaisia, rauhallisia ja esteettömiä yhteisiä tiloja.

Opinnäytetyömme osoitti, että esteettisen tilan käsitteeseen liittyy vanhusten kohdalla vahvasti myös toiminnallisuuden ja toimijuuden käsitteet. Allardtin (1976) mukaan itsensä toteuttaminen on osa hyvinvointia. Vanhusten mielipiteet ja toiveet, toimijuus ja tarpeet tulisi huomioida tilojen suunnittelussa nykyistä paremmin. Tilan esteettisellä suunnittelulla voidaan aktivoida vanhuksia erilaiseen mielekkääseen toimintaan ja harrastamiseen, joka tutkimusryhmämme vanhusten mielestä piristää ja tuo vaihtelua vanhuksen arkeen. Vanhusten mukaan mielekäs tekeminen ei ole mitään suurta tai erikoista, ei myöskään virallista. Opinnäytetyön tulosten perusteella vanhuksat pitävät tärkeänä, että yhteisessä tilassa on mahdollisuus erilaisiin toimintoihin toimintakyvystä riippumatta. Tarve toimijuuteen nousi opinnäytetyössämme esiin toiveena esimerkiksi kahvilaterassista, missä voisi kasvattaa erilaisia kasveja ja hoitaa niitä vaikka pyörätuolista käsin. Monien tutkimusryhmämme vanhusten elämänhistoriasta johtuen mahdollisuus kasvien hoitamiseen ylläpitäisi heidän tietojaan ja taitojaan, tukisi osallisuutta ja yhteisöllisyyttä sekä toisi elämään vaihtelua ja elämäniloa.

Opinnäytetyömme tuloksista selvisi, että esteettinen ja esteetön asuinympäristö vaikuttaa myönteisesti vanhusten kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Vanhuksat pitävät tärkeänä, että heillä olisi mahdollisuus yhteisöllisyyteen ja osallisuuteen, arvokkuuden kokemiseen, itsenäisyyteen ja tasa-arvoisuuteen. Yhteisen tilan tulisi olla kutsuva ja kotoinen, jonne kaikkien vanhusten olisi hyvä tulla. Opinnäytetyömme tuloksissa vanhuksat toivat esille, että yhteisen tilan tulisi tarjota erilaista vapaamuotoista tekemistä kaikille asukkaille toimintakyvystä tai kellonajasta riippumatta. Vanhusten ideoima yhteinen olohuone mahdollistaisi esimerkiksi kuntoilun, ”lekottelun”, seurustelun ja pienen puuhailun sekä niiden seuraamisen yhtäaikaisesti. Vanhuksat korostivat, että he eivät halua eri toimintojen olevan eristettyinä toisistaan väliseinillä. Vaihtoehdoksi he esittivät tilanjakajiksi suuria viherkasveja, jotka puolestaan lisäisivät yhteisen olohuoneen esteettisyyttä ja viihtyisyyttä. Vanhusten mielestä avara yhteinen olohuone motivoisi heitä erilaisiin toimintoihin ja yhdessäoloon. Esimerkiksi, kun kuntoilulaitteet ovat kätevästi saatavilla, niitä tulee myös käytettyä. Lisäksi näköyhteys eri toimintoihin inspiroisi kokeilemaan. Tutkimusryhmän vanhusten suunnittelemassa esteettisessä yhteisessä

olohuoneessa on oma paikkansa niin kuntoilulle kuin seurustelulle ja muullekin spontaanille tekemiselle. On selvää, että nämä tekijät ylläpitävät ja edistävät vanhusten kokonaisvaltaista hyvinvointia sekä mielekästä ja tyytyväistä vanhuutta.

## 6.2 Eettisyys ja luotettavuus

Opinnäytetyömme pohjautuu teoreettiseen aineistoon sekä ideapajoista saatuun empiriseen aineistoon. Ideapajatyöskentely antoi meille arvokasta tietoa nimenomaan vanhusten omista mielipiteistä ja ajatuksista oman asuinympäristönsä esteettisyyden suhteen. Osa vanhusten ajatuksista oli samansuuntaisia aiempien tutkimusten tulosten kanssa, mutta mielestämme ideapajoissa rakennettu pienoismalli havainnollistaa vanhusten toiveita ja ajatuksia konkreettisemmin. Pidämme keskeisenä opinnäytetyömme arvona sitä, että olemme saaneet näkyviin ja kuuluviin vanhusten mielipiteet esteettisestä asuinympäristöstä ja sen merkityksestä heidän hyvinvoinnilleen.

Arvioidessamme opinnäytetyömme luotettavuutta tarkastelemme tutkimusprosessia ja omaa toimintaamme, kuten Eskola ym. opastavat (Eskola ym. 1998:211). Opinnäytetyömme luotettavuutta lisää ideapajojen toteutuksen ja soveltavan teemahaastattelun tukikysymysten hyvä suunnittelu etukäteen. Ideapajatyöskentelyssä olimme mahdollisimman objektiivisia ja annoimme tutkimusryhmän keskustella vapaasti, emmekä tuoneet esille omia mielipiteitämme esimerkiksi erilaisista sisustusmateriaaleista tai väreistä, emmekä myöskään siitä, mitä tilassa pitäisi olla. Tukikysymyksillä pyrimme ylläpitämään keskustelua, jos se oli vaarassa tyrehtyä. Valokuvauksessa ja videoinnissa huomioimme osallistujien integriteetin ja kuvaus kohdistui ideapajojen tuotoksiin, ei henkilöihin. Huomioimme myös tutkimusryhmäläisten korkea iän ja havainnoimme erityisesti heidän fyysistä ja psyykkistä jaksamistaan ideapajatyöskentelyn aikana.

Eskola ym. (1998) korostavat luottamuksellisuutta ja anonymiteettiä tietojen käsittelyssä ja Kankkunen ym. (2013) painottavat anonymiteetin säilyttämistä erityisesti pienissä aineistoissa (Eskola ym. 1998: 57; Kankkunen ym. 2013: 221). Opinnäytetyömme on toteutettu pienellä paikkakunnalla ja tutkimusaineisto on pieni. Niinpä tutkimusryhmään osallistuneiden anonymiteetin säilyttäminen on opinnäytetyömme keskeinen eettinen periaate. Tämän turvaamiseksi emme kerro raportissamme tutkimuspaikkakuntaa, emmekä kuvaile tarkemmin fyysistä paikkaa, missä opinnäytetyömme tutkimusosuus on toteutettu. Emme keränneet opinnäytetyötämme varten myöskään tutkittavien henkilötietoja, eikä tutkimusryhmään osallistuvien henkilöllisyys ilmene tutkimusraportissa.

Ideapajatyöskentelyssä huomioimme jokaisen tutkimusryhmän jäsenen mielipiteet tasa-arvoisesti ja suhtauduimme heihin kunnioittavasti ja arvostavasti huomioiden muutoinkin heidän fyysisen ja psyykkisen integriteettinsä.

Litteroimme videoaineiston heti aineiston keräämisen jälkeen ja hävitimme sen asianmukaisesti. Toisen ideapajan videointi ei taltioitunut kokonaan, mutta mielestämme saimme kuitenkin vastaukset tutkimuskysymyksiimme, eikä ongelma vaikuttanut tutkimuksen tuloksiin. Litteroinnissa kirjasimme vain sen, mitä tutkimusryhmä toi esille. Pienoismallista otetut valokuvat auttoivat konkretisoimaan vanhusten mielipiteitä. Tutkimustuloksia analysoimme ja tulkitsimme neutraalisti säilyttäen tutkimusryhmän anonymiteetin. Lisäksi olemme salassapitovelvollisia asioista, jotka eivät liity opinnäytetyöhömmе. Olemme tutustuneet aiempiin samantyyppisiin tutkimuksiin, mutta vertailu on ollut haasteellista, koska tutkimuksia on tehty niukasti.

Ideapajatyöskentely soveltui mielestämme hyvin opinnäytetyömme tutkimusmenetelmäksi ja toi hyvin esiin vanhusten oman äänen. Ideapajoissa tuli esille tutkimusryhmän mielipiteet ja ne kuvasivat mielestämme hyvin tämän päivän vanhusten käsityksiä ja toiveita asuinympäristönsä esteettisyydestä. Mielestämme haastattelulla ja strukturoiduilla kysymyksillä vanhusten toiveet ja tarpeet eivät välttämättä olisi tulleet esiin niin laaja-alaisesti kuin ideapajatyöskentelyssä ja vapaamuotoisessa keskustelussa. Ideapajoissa vallinnut hyvä ja turvallinen ilmapiiri antoi vanhuksille mahdollisuuden haaveilulle ja unelmoinnille. Vanhukset uskalsivat olla luovia ja kertoa avoimesti toiveistaan ja niiden merkityksestä omalle hyvinvoinnilleen. Luonnollisesti jotkut tutkimusryhmän vanhuksista toivat enemmän esille omia mielipiteitään kuin toiset, mutta esimerkiksi pienoismallin rakentamisessa vallitsi hyvä yhteisymmärrys ja keskustelua syntyi sitä enemmän mitä pidemmälle työ eteni. Pienoismalli tuo hyvin esille vanhusten omannäköisen yhteisen olohuoneen, sen värimaailman, sisustuksen ja mahdollisuuden erilaisiin toimintoihin.

### 6.3 Jatkoajatuksia

Kukin meistä luo ympärilleen esteettisyyttä usein tiedostamattomasti ehostamalla asuinympäristöään viihtyisäksi ja omia tarpeitaan tyydyttäväksi. Emme kai kuvittele, että tämä esteettisyyden tarve katoaisi, kun tulemme vanhoiksi? Olemme kartoittaneet opinnäytetyössämme vanhusten toiveita, tarpeita ja mielipiteitä asuinympäristönsä esteettisyydestä ja sen merkityksestä heidän hyvinvoinnilleen. Opinnäytetyössämme



olemme osoittaneet, että vanhuksilla on halu vaikuttaa heitä koskeviin asioihin ja he kykenevät ilmaisemaan ajatuksiaan ja toiveitaan, kun vain niitä heiltä kysytään ja ollaan niistä kiinnostuneita. Jatkossa olisi erittäin mielenkiintoista selvittää opinnäytetyömme tutkimusryhmän vanhusten kokemuksia valmiissa senioritalossa asumisesta ja siitä, miten uusi ympäristö tukee heidän yhteisyyssuhteitaan, itsensä toteuttamista ja toimijuuttaan sekä kokonaisvaltaista hyvinvointiaan ja terveyttään. Lisäksi olisi mielenkiintoista tietää, onko vanhusten toiveita, tarpeita ja mielipiteitä huomioitu senioritalon yhteisten tilojen toteuttamisessa.

Mietittäessä vanhustenhoidon tulevaisuuden näkymiä, kodin lisäksi myös muut erilaiset asumisratkaisut tulevat väistämättä olemaan keskeisessä roolissa. Yhteistyökumppanimme suunnitelmissa on, että vanhuset voisivat asua uudessa senioritalossa elämänsä loppuun asti. Tämän tavoitteen toteutumiseen vaikuttaa vanhuksen oma kokemus hyvinvoinnistaan ja elämänlaadustaan. Hyvinvoinnin, elämänlaadun ja terveyden kokemukseen vaikuttaa puolestaan se, miten hyvin ihminen kokee omien toiveidensa toteutuvan. Vanhusten toiveita olisi siis syytä kuunnella tarkalla korvalla! Onneksi tämän huomioi myös valtakunnallinen laatusuositus (STM 2013).

Ennakoitaessa vanhusväestön asumisen tarpeita ja suunniteltaessa niihin sopivia ratkaisuja, tarvitaan suunnittelutyöhön mielestämme teknisen ja taloudellisen asiantuntijuuden lisäksi vankkaa gerontologista osaamista, jotta vanhusten erityispiirteet ja -tarpeet tulisivat selkeästi huomioituiksi. Geronomi voisi laaja-alaisen asiantuntijuutensa puitteissa olla mukana näissä hankkeissa moniammatillisen työryhmän jäsenenä. Hän voisi huolehtia vanhusten mielipiteiden, toiveiden ja tarpeiden kuulemisesta ja huomioimisesta asumisratkaisuisissa. Geronomin tulisi tällöin korostaa muiden ammattialojen edustajille vanhusten omia mielipiteitä esteettisen asuinympäristön merkityksestä heidän hyvinvoinnilleen, esimerkiksi hyödyntäen tätä opinnäytetyötä. Yhtenä tärkeänä geronomin tehtävänä pidämme myös tiedon välittämistä siitä, että vanhusten asuinympäristön esteettisyydestä huolehtiminen vaatii ennen kaikkea pieniä tekoja, uudenlaisia ajatuksia, jonkin verran mielikuvitusta, mutta vain vähän rahaa.

Lopuksi voimme todeta, että esteettisyys merkitsee vanhuksille ennen kaikkea luontoa, rauhaa ja viihtyisyyttä. Ennako-oletuksemme oli, että taide ja värit olisivat nousseet isompaan rooliin esteettisen asuinympäristön suunnittelussa, mutta vanhusten mielipiteissä korostuivat myös tilojen toiminnallisuus, toimintakyvyn ja toimijuuden tukeminen sekä sosiaalinen kanssakäyminen, joiden toteutumista esteettisellä ja viihtyisällä

asuinympäristöllä voidaan tukea. Vanhukset kokivat merkitykselliseksi myös itsemääräämisoikeuden kunnioittamisen asuinympäristön suunnittelussa ja toimintojen ja palvelujen järjestämisessä. He kokivat, että tällöin he voisivat vanheta arvokkaasti, omasta elämästään osallisina, tasa-arvoisina ihmisinä.

On tärkeää muistaa tutkimusryhmämme toteamus: *"Ilman kauneutta ei ole hyvää elämää!"*

## Lähteet

Allardt, Erik 1976. Hyvinvoinnin ulottuvuuksia. Helsinki. WSOY.

Arvola, Anne – Lahti, Pekka – Lampila, Piritta – Tiilikainen, Aimo – Kyrö, Riikka - Toivonen, Saija – Viitanen, Kauko – Keski-frantti, Susanne. 2010. Asuin ympäristön ominaisuudet ja asukkaan arvot. Kuluttajatutkimusnäkökulman sovellus asuin ympäristön koetun laadun tutkimukseen. VTT. Verkkojulkaisu.

<[www.vtt.fi/inf/julkaisut/muut/2010/VOCUP\\_RAPORTTI\\_2010.pdf](http://www.vtt.fi/inf/julkaisut/muut/2010/VOCUP_RAPORTTI_2010.pdf) > Luettu 4.12.2013

Aura, Seppo – Horelli, Liisa – Korpela, Kalevi 1997. Ympäristöpsykologian perusteet. Porvoo. WSOY.

Elo, Satu 2009. Hyvinvointia tukeva ympäristö. Teoksessa Voutilainen, Päivi - Tiikkainen, Pirjo (toim.) Gerontologinen hoitotyö. Helsinki. WSOY Oppimateriaalit. 92 – 108.

Eloisa ikä -avustusohjelma. 2013. Verkkojulkaisu.

<[www.eloisaika.fi/ajankohtaista/uutiset/?x25663=70980](http://www.eloisaika.fi/ajankohtaista/uutiset/?x25663=70980)>. Luettu 26.11.2013

Eskola, Jari – Suoranta, Juha. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere. Osuuskunta Vastapaino.

Hirsjärvi, Sirkka – Remes, Pirkko – Sajavaara, Paula 2001. Tutki ja kirjoita. Helsinki. Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Hyyppä, Markku T. – Liikanen, Hanna-Liisa 2005. Kulttuuri ja terveys. Helsinki. Edita Prima Oy.

Juntto Anneli 2010. Lopuksi: Parempaa asumista asukkaan ehdoilla. Teoksessa Juntto, Anneli (toim.) Asumisen unelmat ja arki. Suomalainen asuminen muutoksessa. Helsinki. Gaudeamus. 287 – 299.

Jyrkämä, Jyrki 2008. Toimijuus, ikääntyminen ja arkielämä – hahmottelua teoreettis-metodologiseksi viitekehyykseksi. Gerontologia 4/2008. 190 - 203.

Jyrkämä, Jyrki 2010. Vanheneva yksilö, toimijuus ja toimintatilanteet. Teoksessa Heikkinen, Eino – Rantanen, Taina (toim.) Gerontologia. Helsinki. Duodecim. 273 – 278.

Kananen, Juha 2012. Asumisen asiakasarvo – Tapaustutkimus yhteiskäyttötiloista. Diplomityö. Tampereen teknillinen yliopisto. Rakennustekniikan koulutusohjelma. Verkkojulkaisu.

<[www.dspce.cc.tut.fi/dpub/bitstream/handle/123456789/20896/kananen.pdf?sequence=3](http://www.dspce.cc.tut.fi/dpub/bitstream/handle/123456789/20896/kananen.pdf?sequence=3)> Luettu 2.3.2014.

Kankkunen, Päivi – Vehviläinen-Julkunen, Katri 2013. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki. SanomaPro.

Karhinen, Panu 2009. Matkalla palvelutaloon. Ikääntyneiden käsityksiä merkityksellisestä toiminnasta ja odotuksia siinä tapahtuvista muutoksista palvelutaloon muutettaessa. Toimintaterapian pro gradu –tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Terveystieteiden laitos.

Karjalainen, Pauli Tapani 2006. Eksistentiaalinen ympäristö. Teoksessa Haapala, Arto – Honkanen, Martti – Rantala, Veikko. Ympäristö, arkkitehtuuri, estetiikka. Helsinki. University Press. Gaudeamus 115 – 128.

Kronström-Johansson, Riikka 2008. Pitkäaikaispotilaan esteettinen ympäristö. Pro gradu –tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Taiteiden ja kulttuurin tutkimuksen laitos. Taidekasvatus.

Kyttä, Marketta – Pakkasalo, Katariina – Vaattovaara, Mari 2010. Asuminen – eletty unelma. Teoksessa Juntto Anneli (toim.). Asumisen unelmat ja arki. Suomalainen asuminen muutoksessa. Helsinki. Gaudeamus. 91 – 120.

Lahti, Pirkko 1996. Juurtuminen, asuminen. Alustus Valtion asuntorahaston seminaarissa. Teoksessa Latikka, Anne-Maria. Tilaa mielenterveydelle – Mielenterveys ja fyysinen ympäristö. Stakes 8/1997. Helsinki. Stakesin monistamo.

Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista 980/2012. Annettu Helsingissä 28.12.2012. Verkkojulkaisu. <[www.finlex.fi](http://www.finlex.fi)>. Luettu 27.11.2013.

Lapintie, Kimmo – Hasu, Eija. 2010. Asumisen monet kulttuurit. Teoksessa Juntto Anneli (toim.). Asumisen unelmat ja arki. Suomalainen asuminen muutoksessa. Helsinki. Gaudeamus. 151 - 176

Latikka, Anne-Maria 1997. Tilaa mielenterveydelle – Mielenterveys ja fyysinen ympäristö. Stakes 8/1997. Helsinki. Stakesin monistamo.

Laukkanen, Pia 2010: Toimintakyky ja ikääntyminen – käsitteestä ja viitekehystä päivittäistoiminnoista selviytymisen arviointiin. Teoksessa Heikkinen, Eino - Rantanen, Taina (toim.) Gerontologia. Helsinki. Duodecim. 261 – 272.

Liikanen, Hanna-Liisa (toim.) 2001. Hyvän asumisen ja elämisen elementit. Suomen ympäristö 531. Ympäristöministeriö. Asunto- ja rakennusosasto. Helsinki. Edita Oyj.

Lyyra, Tiina-Mari - Pikkarainen, Aila - Tiikkainen, Pirjo (toim.) .2007. Johdanto. Teoksessa Lyyra, Tiina-Mari - Pikkarainen, Aila - Tiikkainen, Pirjo (toim.) Vanheneminen ja terveys. Tampere. Edita. 5-8.

Lyyra, Tiina-Mari 2007. Terveys ja toimintakyky. Teoksessa Lyyra, Tiina-Mari - Pikkarainen, Aila - Tiikkainen, Pirjo (toim.) Vanheneminen ja terveys. Tampere. Edita. 16 – 28.

Määttänen, Pentti 2012. Taide maailmassa. Pragmatistisen estetiikan lähtökohtia. Helsinki. Gaudeamus Oy.

Naukkarinen, Ossi. 2011. Arjen estetiikka. Aalto-yliopiston taideteollinen korkeakoulu. Keuruu. Otavan Kirjapaino Oy.

Näslindh-Ylispangar, Anita 2012. Vanhuksen terveyden, hyvinvoinnin ja hyvän elämän edistäminen. Helsinki. Edita.

Pikkarainen, Aila 2007. Ympäristö. Teoksessa Lyyra, Tiina-Mari - Pikkarainen, Aila - Tiikkainen, Pirjo (toim.) Vanheneminen ja terveys. Tampere. Edita. 41-68.

Read, Sanna 2010. Elämän tarkoituksellisuuden tunne. Teoksessa Heikkinen, Eino - Rantanen, Taina (toim.) Gerontologia. Helsinki. Duodecim. 231 – 241.

Räsänen, Riitta 2011. Ikääntyneiden asiakkaiden elämänlaatu ympärivuorokautisessa hoivassa sekä hoivan ja johtamisen laadun merkitys sille. Väitöskirja. Lapin yliopisto. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Verkkojulkaisu. <[www.doria17kk.lib.helsinki.fi/bitstream/handle/10024/72064/R%C3%A4s%C3%A4nen\\_Riitta\\_DORI\\_A.pdf?sequence=4](http://www.doria17kk.lib.helsinki.fi/bitstream/handle/10024/72064/R%C3%A4s%C3%A4nen_Riitta_DORI_A.pdf?sequence=4)> Luettu 2.12.2013.

Sarvimäki, Anneli. 2010. Vanheneminen eri kulttuureissa ja etnisissä ryhmissä. Teoksessa Heikkinen, Eino – Rantanen, Taina (toim.) Gerontologia. Helsinki. Duodecim. 85-94.

Seppänen, Päivimaria. 2006. Hyvää oloa vanhainkotiin arjen pienillä kulttuuriteoilla. Sosiologian pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Verkkojulkaisu. <[www.jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/11557/URN\\_NBN\\_fi\\_jyu-200626.pdf?sequence=1](http://www.jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/11557/URN_NBN_fi_jyu-200626.pdf?sequence=1)>. Luettu 5.12.2013.

Sepänmaa, Yrjö 2009. Jälkisanat. Teoksessa Dickie, George. Estetiikka. Tutkimusalueita, käsitteitä ja ongelmia. Helsinki. Hakapaino Oy. 161 – 170.

Siitonen, Juha 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Väitöskirja. Oulun yliopisto. Oulu.

Siitonen, Tuomo 2010. Elinympäristön kehittäminen. Teoksessa Heikkinen, Eino - Rantanen, Taina (toim.) Gerontologia. Helsinki. Duodecim. 523 – 530.

Simpanen, Marjo-Riitta ja Keski-Suomen Sairaanhoidopiiri 2007. Terveyttä taiteesta. Jyväskylä, Helsinki. Minerva Kustannus OY.

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

Suomisanakirja. Verkkojulkaisu. <[www.suomisanakirja.fi](http://www.suomisanakirja.fi)> Luettu 1.12.2013.

Tapaninen, Annika – Kotilainen, Helinä 2002. Ympäristö on osa hyvinvointia. Teoksessa Tapaninen, Annika – Kauppinen, Tapani – Kivinen, Kirsti – Kotilainen, Helinä - Kurenniemi, Marja – Pajukoski, Marja. Ympäristö ja hyvinvointi. Porvoo. WS Bookwell Oy. 85 – 148.

Tiikkainen, Pirjo. 2007. Yksinäisyys ja yhteisyys. Teoksessa Lyyra, Tiina-Mari - Pikkarainen, Aila - Tiikkainen, Pirjo. (toim.) Vanheneminen ja terveys. Helsinki. Edita. 146 – 168.

Tyvimaa, Tanja 2012. Suomalaisen seniorin asunnon valinta. Verkkojulkaisu. <[www.rakennustieto.fi/bin/get/id/631CStSjs%3A\\$47\\$RK120801\\$46\\$pdf/RK120801.pdf](http://www.rakennustieto.fi/bin/get/id/631CStSjs%3A$47$RK120801$46$pdf/RK120801.pdf)> Luettu 2.3.2014.

Vilkko, Anni – Suikkanen, Asko – Järvinen-Tassopoulos, Johanna (toim.) 2010. Kotia paikantamassa. Rovaniemi. Lapin yliopistokustannus.

Wikipedia. Verkkojulkaisu. <[fi.wikipedia.org/wiki/Platon](http://fi.wikipedia.org/wiki/Platon)> Luettu 19.10.2013.

von Bonsdorff, Pauline 2007. Hiljainen estetiikka. Teoksessa Bardy, Marjatta - Haapalainen, Riikka – Isotalo, Merja – Korhonen, Pekka (toim.) Taide keskellä elämää. Helsinki. Like. 75 – 80.



Liia Arna, Helena Hassinen, Sari Rantala

SV11S2

Vanhustyön koulutusohjelma, geronomi

## SUOSTUMUS TUTKIMUKSEEN

### **Opinnäytetyö: Asuinympäristön esteettisyyden merkitys vanhan ihmisen hyvinvoinnille – vanhuksen itsensä kuvaamana**

Opinnäytetyössämme tarkastelemme asuinympäristön esteettisyyden merkitystä vanhan ihmisen hyvinvoinnille vanhuksen näkökulmasta. Esteettisen asuinympäristön tarkastelussa keskitymme fyysisten tilojen visuaalisuuteen, viihtyisyyteen ja toiminnallisuuteen. Asuinympäristön olemme rajanneet koskemaan rakennuksen fyysisiä sisätiloja ja painopisteenämme ovat asukkaiden yhteiskäyttötilat.

Tavoitteenamme on selvittää, mitä tulisi huomioida suunniteltaessa uusia tai peruskorjattaessa vanhoja vanhusten asuinympäristöjä. Tutkimuksen tavoitteena on ideapajatyöskentelyn avulla saada selville, millainen olisi vanhusten mielestä esteettinen asuinympäristö vanhalle ihmiselle. Ideapajatyöskentelyä videoidaan ja tuotoksia valokuvataan. Emme kerää tutkimuksessamme tutkimukseen osallistuvien henkilötietoja, eikä heidän henkilöllisyytensä ilmene tutkimusraportissa. Valokuvauksessa / videoinnissa huomioidaan osallistujien integriteetti ja kuvaus kohdistuu ideapajojen tuotoksiin, ei henkilöihin. Videoaineisto on vain tutkijoiden käytettävissä ja se hävitetään litteroinnin jälkeen.

Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista ja osallistuvilla on mahdollisuus esittää kysymyksiä ja keskeyttää tutkimukseen osallistuminen niin halutessaan.

Opinnäytetyömme yhteistyökumppanina on **Mäntsälän kunta, Mäntsälän Vuokra-asunnot Oy**. Tutkimuslupa on myönnetty 6.2.2014.

**Mäntsälässä** 10.3.2014

Tutkimukseen osallistujan allekirjoitus

## IDEAPAJAN TEEMAT JA TUKIKYSYMYKSET

### Hyvinvoinnin ulottuvuudet

Taustatiedot:

- ikä
- sukupuoli

#### 1. Having: asuminen

- tarvitaanko yhteisiä tiloja, miksi?
- millainen on / mistä koostuu viihtyisä yhteinen tila?
  - värit?
  - luontoyhteys?
  - taide: minkälaista?
  - kulttuuri: musiikki – millaista?
  - sisustus: takka, ryijyt, matot, akvaario, patsaat, vesiaihe?

#### 2. Loving: tarve olla suhteessa muihin ihmisiin

- minkä takia yhteiseen tilaan menisi?

#### 3. Being: itsensä toteuttamisen tarve

- mitä haluaisitte tehdä yhteisessä tilassa?
- mikä merkitys yhteisillä tiloilla on?

Hyvä elämä:

Miten asuinympäristö vaikuttaa vanhuksen hyvään elämään?



## TEEMOITTELU

Liite 3

**ASUINYMPÄRISTÖN ESTEETTISYYDEN MERKITYS VANHAN IHMISEN HYVINVOINNILLE – VANHUSTEN ITSENSÄ KUVAAMANA**

Tutkimuskysymyksinä ovat:

1. Millainen on esteettinen vanhuksen asuinympäristö vanhusten itsensä kuvaamana?
2. Millainen merkitys esteettisellä asuinympäristöllä on vanhuksen hyvinvoinnille vanhusten itsensä mielestä?

ALKUPERÄISTEKSTI	PELKISTETTY ILMAUS	ALALUOKKA
Kaikki haastateltavat ovat asuneet suurimman osan elämästään maaseudulla ja tutkimuspaikkakunnalla. 74 – 92 vuotiaita naisia + yksi mies	"maalaisia", neljäskäläisiä	tausta
Hassu tuossa eteisaulassa, kun siinä on ulkoa tuleva liikenne. Ei se ole kiva se. Ei nyt mahottoman suuri tarvitse olla. Kyllähän se hyvä olemassa olla on. Joo, monikäyttötila. Eikö se olis ruokailutila samalla? Joo, tuossa XXX:llä on erillinen tila. Ainakin alakerrassa on ruokailutila erikseen. Ja kahvilatila siinä. joka ei ois kenenkään tilaa, jonne vois tulla jokainen silloin kun on tarvetta? Joo, kyllä. Yhteinen olohuone. oma koti ei korvaa sitä? Ei, ei, me ollaan aina siellä omassa kodissa. mikä mukavampi paikka on kuin semmonen yhteinen tila  Täällähän oli semmonen kuntosali, sinne tuotiin semmoset hirmu isot rautaiset vehkeet, mitkä oikein kuntosalin tavaroita, minusta ne olivat liian järeitä, ei se tarvihe niin hirmu tila olla Eikä sitä tarvitsis mihinkään muutella, sen verran iso Sitten se uima-allas. (naurua...) Kyllä semmonen kiva tila, viihtyisä. Avoin, avara, mistä näkee liikettä. Pitäis olla jonkinlainen tiski, mistä vois ostaa vaikka suklaapatukan, XXX:lläkin on semmonen, ettei tarviis aina lähteä kauppaan,  No, varmaankin niitä mukavia tuoleja. Onks värit tärkeitä siellä tilassa ? Kyllähän ne tietysti on. Mut ei mitään kovia ja jyrkkiä värejä. Pehmeitä, Talvipuutarha. ruukkupuutarhoja Onko semmonen parveke tärkeä, jos sinne tekis jonkun jutun, Jos kerrostalo tulee, niin sitten	Yhteinen tila, ei ulko-oven lähellä, monikäyttötila, <b>yhteinen olohuone</b> , oma koti ei korvaa yhteisiä tiloja, kun kotona saa aina olla.  Kuntoilunurkkaus, ei kovin iso, yhteisten tilojen yhteydessä – laitteet vanhalle ihmiselle sopivia. Uimaallas vesijumppaa varten.  Avara tila, josta näkee liikettä.  Kioskipalveluja.  Kiva tila, viihtyisä.  Pehmeitä ja mukavia tuoleja.  Värit tärkeitä, ei kovia tai jyrkkiä värejä, vaan pehmeitä, ei valkoista. Ei saa muistuttaa sairaalaa.  Talvipuutarha tai ruukkupuutarha.  Kahvilaterassi yhteisen tilan yhteydessä. Pöydät valmiina, helppo kulkea terassille. Pianobaari, A-oikeudet. CD-soitin tai jukeboxi.  Avoin ikkunamaisema luontoon. Ei vastapäistä taloa.  Sisustus: luonnonmateriaalit, akvaario, taulut, vesielementit, sisustustakka, ei TV:tä.  Sisustus sellainen, että siellä uskaltaa olla, rouheeta ja kotoisaa, jos kaikki vaaleaa, se on tylsää, värejä,	asuminen (having) (esteettinen yhteinen tila)

<p>Jos olis sellainen kahvitila. Se olis mukava, semmonen yhdistetty ulkotila, pöydät valmiina, ja terassille olis helpo kulkea</p> <p>Ootko kuullut, että muoti on siellä maailmalla, että tulee tarjoilu-oikeudet, A-oikeudet, joo, ilman muuta, pianobaari (iso nauru...), kyllähän me osataan pyytää. Kyllähän se soittopeli pitäisi olla, kasettisoitin tai semmonen, ja siihen vähän jokaisen makuun, Mites vanhanaikainen jukeboxi? Se ois mahdollavaa.</p> <p>Kyllä ikkuna pitää olla. Semmonen ikkuna on hyvä, jossa ei oo naapurua, periaatteessa vois olla avoinkin vaikka, niin kuin meidän parvekkeetkin vaikka, Mites siellä sisällä, teidän omatekemät taulut tai patsaat tai ryijyt ja. Luonnonmateriaaleista koristeet ovat kivoja, Vesielementit, tulielementit? Akvaario, mä ainakin tykkäisin, kyllä, Miksi se olis kiva? Kun ne ovat eläimiä. Pitäiskö siellä televisio olla? En tiä tota, jokainen kattoo kotona sitä, että sinne mentäis vaan seurustelemaan</p> <p>Oisko takka hyvä, semmonen sähkötakka? Semmonen tuliaihe? Onhan niitä semmosia...Sisustustyyli? Semmonen, että siellä uskaltaa olla. Semmosta rouheeta ja kotoisaa... Jos on oikein vaaleeta, sekin on tylsää, värejä, kasveja ja kukkia siellä olla pitää, Mieluummin maalla kuin kaupungissa, luonto mieluummin, ei tiiliseinä.</p> <p>Mukava tulla, värit, viihtyisyys, luonto</p> <p>Kauneudentaju? Kyllä se sieltä maaseudulta juontaa, jos olis ihan kaupungissa, onhan siellä puistoja tietysti, mutta ei ne oo heti, niinku kotikkunasta näe heti, harvemmalle se näkyy.</p> <p>Ikkunamaisema rauhallinen ja luonto, kun vielä vesistöalueella on</p> <p>Sisätilat täytyy yrittää tehdä mieleiseksi. Että viihtyy. Yhteisillä tiloillakin on merkitystä.</p>	<p>kasveja ja kukkia.</p> <p>Maalaismaisema. Rauhallinen. Vesistö.</p>	
<p>jonne vois tulla jokainen silloin kun on tarvetta</p> <p>Siellä voi parantaa maailmaa. (naurua...)Yhteinen olohuone.</p>	<p>maailman parantaminen, oman mielipiteen ilmaiseminen, tarve tulla kuulluksi, yhdessäolo, keskustelu, vuorovai-</p>	<p>tarve olla suhteessa muihin ihmisiin (loving),</p>

<p>Ei me nähdä silloin naapuruksia ja toisia. Siihen sitten naapuri tulee jos tulee. Siinä sitä ollaan ja sitten alkaa se juttu kiertämään, kun tulee yks niin tulee toinen, ja mikä mukavampi paikka on kuin semmonen yhteinen tila voi saman tien seurustella viihtyisä mistä näkee liikettä</p> <p>Siellä sitten lekotellaan ja jutellaan ja ne toiset kuntoilee siellä toisessa reunassa</p> <p>ettei tarviis olla yksin missään. Tärkeätä on se, että vaikka polkee sitä pyörää, voi seurustella samalla siinä.</p> <p>Pitäiskö siellä televisio olla? En tiä tota, jokainen kattoo kotona sitä, että sinne mentäis vaan seurustelemaan voisko vierestä seurata, kun toinen saa aikaseks jotain...</p>	<p>kutus näkee toisia ihmisiä oleskelu, yhteinen tekeminen tai tekemisen seuraaminen kokoontuminen yhteen yksinäisyyden ehkäiseminen</p>	
<p>aiemmat olivat liian järeitä, ois pitänyt aina olla joku joka ois nostanu siihen ratsun selkään, lhan semmosia kevyitä kuntolaitteita, semmonen, siinä on semmoset pedaalit, se tekee jalkavoimia hyvin, ja sinne ei tarvii kenenkään nostaa, tai täytyyhän tietysti vähän auttaa jos on huono, mutta eihän semmoisiin hirveisiin telineisiin kenenkään vanhuksen voimat riitä, semmonen vähän kevyempi, vaikka kuntopyörä</p> <p>Sitten se uima-allas. (naurua...)</p> <p>tiski, mistä vois ostaa vaikka suklaapatukan, ettei tarviis aina lähtee kauppaan, puuhaamista, samaa mitä te teitte täällä – maalausta tai askartelua, pienen nurkkauksen vaikka sitäkin varten, jokaiselle jotakin, joka haluaa, että mikään ei oo pakollista, oisko ensin kysyty mitä haluaa,</p> <p>vois soittaa tai kuunnella, Joo, varmaan jotkut kaipaa sitä, jos joku osaa laittaa ne cd:t paikalleen</p> <p>harrastaa sitä puutarhajuttua. Palvelutalossa alkaa olla ihmiset sellaisia, ettei ne pysty kyykkimään missään, semmosia ruukkupuutarhoja, jotta ne on korkeella, vaikkapa pyörätuolissa istuis ja hoitais, ja laittelis sinne, keittiökasveja tai mitä semmoisia, vois perustaa oman kasvimaan, salaattia kasvattaa ja Tulis mentyä varmasti kahville, jos olis</p>	<p>kuntoilu – kuntoilun mahdollistaminen helpokäyttöisillä, yksinkertaisilla ja vanhuksille suunnitelluilla välineillä</p> <p>vesijumppa</p> <p>mahdollisuus pikkuostoksiin</p> <p>taide- ja käsityöharrastukset</p> <p>musiikki</p> <p>puutarhan hoito</p> <p>mahdollisuus ruokailla tai kahvitella ulkona lähellä omassa ympäristössä, esteetön pääsy</p>	<p>itsensä toteuttamisen tarve (being), toimijuus</p>

<p>pöydät valmiina, ja terassille olis helppo kulkea. Jos jalat kantaa. Pääsee rollarilla ja pyörätuolilla. Ilman muuta esteetön kulku. Tässäkin, kun mennään ulos, ollaan kuin pikkuvarpusia, joka penkki täynnä. Siihen mennään joka päivä. Iltapäivällä se on useinkin täynnä tuo. Kun ei paista enää aurinko siihen, Kesä oltais kokonaan siellä. ei missään huoneessa .., ilman muuta, pianobaari (iso nauru...), kyllähän me osataan pyytää</p> <p>Kyllähän se soittopeli pitäisi olla, kasettisoitin tai semmonen, ja siihen vähän jokaisen makuun, jukeboxi? Se ois mahtavaa</p> <p>Käsityöt? Se aika on ohi, virkatakin voi, voisko vierestä seurata, kun toinen saa aikaseks jotain...</p> <p>ristikoitakin voi tehdä, ei sen tarvii olla niin virallista</p> <p>Kaikenlaista toimintamuotoa, varsinkin talvella, kun ei mihinkään pääse, ja onpa se kesälläkin, jos on huono liikumaan. Meillähän yritettiin, että oltais niinku itte omatoimisesti pidetty perjantaina asukkaiden yhteinen iltapäivä, eihän se päässy alkuunkaan, kun ei ollut ketään, kuka ois tehny. Silloin pitäis olla semmonen, joka on tomera. Aina tarvitse jonkun, ei siitä tämmösesä porukasta kukaan pysty,</p> <p>Vaikka olis kuinka hienot puitteet, jos ei siihen kukaan oo tyrkkimässä, että nyt tehdään sitä ja tätä, ei se tämmösellä porukalla onnistu, vaikka kuinka oltais yhtä köyttä –yhdistys, jokainen oottaa vain, että tee sinä nyt sitä, sun vuoros, ja siihen se lopahtaa</p> <p>Kun ikää tulee lisää, niin ne hoksottimet, ei keksi mitään, joku joka pystyy pitämään ne narut käsissään,</p>	<p>ohjattua toimintaa</p>	
<p>semmonen toiminnallisuus, että ois mahdollista tehdä jotakin? Kyllä, sillä on, sitä ei rupea miettimään turhia, niitä omia juttujaan. Ajatus on ihan siinä tekemisessä, sehän se on pahin yksinäisen ja vanhan ihmisen elämässä, jos rupeaa funtsimaan, mikä tässä elämässä mättää, yksinään on hankala puhua, kortin pelaaminen, pöytäpelit,</p>	<p>omien elämän murheiden miettiminen toiminta vie ajatukset pois omista asioista huolien jakaminen, vertaistuki yhdessäolo toimeentulo</p>	<p>elämänhallinta, voimaantumisen (empowerment)</p>

<p>Jos on ankea ja paha mieli niin, ei sitä oo tervekkään.</p> <p>Tiiättekö mitä. Monta kertaa viihtyminen on omasta itsestä kiinni. On, on se siitäkin.</p> <p>Toimeentulo, hynää pitää olla, joka senttinsä saa laskea.</p> <p>yhdessä oleminen mielialaan? Kyllä, kyllä se vaikuttaa ilman muuta.</p>		
<p>oisko ensin kysytty mitä haluaa parantaa maailmaa</p> <p>Ilman kauneutta ei ole hyvää elämää.</p> <p>Ympäristöllä vaikutusta terveyteen ja hyvinvointiin. Totta kai. Kaunis luonto.</p> <p>ympäristöllä vaikutusta teidän mielialaan? Viihdyttävä vaikutus, jotakin kohtaa se koskettaa, jos on viihtyisää, Totta kai, jos on kovin ankea ja synkkä ympäristö, sitten synkistyy itsekin</p> <p>semmonen yhdessä oleminen mielialaan? Kyllä, kyllä se vaikuttaa ilman muuta.</p> <p>siihen vähän jokaisen makuun,</p> <p>Pääsee rollarilla ja pyörätuolilla. Ilman muuta esteetön kulku.</p> <p>Ootko kuullut, että muoti on siellä maailmalla, että tulee tarjoiluoikeudet, A-oikeudet, joo, ilman muuta, pianobaari (iso nauru...), kyllähän me osataan pyytää</p>	<p>itsemääräämisoikeus</p> <p>yhdessäolo</p> <p>kauneus</p> <p>luonto</p> <p>viihtyisä ympäristö koskettaa, jos on synkkä ympäristö, synkistyy itsekin</p> <p>tasa-arvoisuus</p> <p>osallisuus yhteiskuntaan</p>	<p>hyvä elämä / hyvinvointi, osallisuus</p>