
MONIAISTISEN TILAN TOTEUTUS PERHEKODISSA



Ammattikorkeakoulun opinnäytetyö

Sosiaalialan koulutusohjelma

Lahdensivu, syksy 2014

Sanna Meskanen

Janica Rahkonen



LAHDENSIVU

Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosiaalipedagoginen kasvatusta

Tekijät	Sanna Meskanen ja Janica Rahkonen	Vuosi 2014
Työn nimi	Moniaistisen tilan toteutus perhekodissa	

TIIVISTELMÄ

Perhekoti Jääskeläinen Oy tarjoaa hoito- ja asumispalveluja sekä kuntoutusta aikuisille kehitysvammaisille. Perhekodilla oli toiveena saada moniaistinen tila, johon oli vuonna 2013 opinnäytetyönä tehty tilasuunnitelma. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli toteuttaa asumisyksikköön moniaistinen tila, joka palvelisi perhekodin asukkaita ja työntekijöitä. Tilaa toteutettaessa pohdittiin, miten tila saataisiin mahdollisimman hyvin vastamaan perhekodin tarpeisiin. Tutkimuksena oli selvittää, miten valmis aistitila vastaa asukkaiden ja työntekijöiden tarpeisiin.


Työn painopisteenä oli tilan toteutus, jonka vuoksi käytettiin toimintatutkimuksellista lähestymistapaa. Opinnäytetyön tutkimusmenetelmänä pidettiin tutkimuspäiväkirjaa ja tilan toteutusta dokumentoitiin valokuvoin. Lisäksi palautelomakkeita käytettiin selvittäessä asukkaiden ja työntekijöiden näkemyksiä valmiista moniaistisesta tilasta. Palautteet analysoitiin sisällönanalyysin avulla.

Opinnäytetyön teoriassa kuvattiin kuntoutusnäkökulmasta, kehitysvammais-, mielenterveysasiakas-, ja autismituntoutusta. Tilan toteuttamiseen liittyviä teorioita olivat fysioakustinen menetelmä, Snoezelen-menetelmä sekä multisensoriset ympäristöt. Muita teoreettisia lähtökohtia olivat elämyksellisyys ja rentoutuminen sekä sosiokulttuurinen innostaminen.

Tutkimuksen perusteella tilan todettiin vastaavan asukkaiden ja työntekijöiden tarpeita. Asukkaat olivat tyytyväisiä valkoiseen huoneeseen ja monitoimitilaan, ja työntekijät kokivat erityisesti valkoisen tilan vastaavan asukkaiden tarpeisiin. Jatkossa tilaa voidaan kehittää toimivammaksi, jos tilaa käytettäessä huomataan, että sinne tarvitaan jotakin muutosta. Seuraavan opinnäytetyön aiheen saisi esimerkiksi moniaistisessa tilassa järjestettävästä toiminnasta.

Avainsanat kuntoutus, kehitysvammaisuus, autismin kirjo, Snoezelen, moniaistisuus

Sivut 42 s. + liitteet 3 s.



LAHDENSIVU

Degree Programme in Social Services
Sociopedagogical Education

Authors	Sanna Meskanen and Janica Rahkonen	Year 2014
Subject of Bachelor's thesis	Implementing a multisensory space in a family home	

ABSTRACT

Perhekoti Jääskeläinen had hoped to get a multisensory space for one of their residential homes. The design for the space had already been done as a Bachelor's thesis. The purpose of this thesis was to implement a multisensory space which would serve all the family home's residents and employees. The aim was to find out how the complete space meet to both residents' and employees' needs.

The main focus was to carry out the space therefore the action research was the approach in the thesis. The research methods were keeping a research diary and documenting the space by photographing. The feedback survey was also used to research residents' and employees' opinions of the complete multisensory space. The feedback was analyzed by using the method of content analysis.

The theoretical background deals with rehabilitation of people with intellectual disabilities, people with mental health problems and autism. Other theories were physioacoustic method, Snoezelen method, multisensory environments, relaxation, memorable experiences and sociocultural animation.

According to the results of the research the multisensory space meet to the needs of the family home. Especially the Snoezelen based white room was successful. In the future the space can be improved if there appear some necessary practical changes. The next thesis could be for instance organizing multi-functional activities in the multisensory space.

Keywords rehabilitation, intellectual disability, spectrum of autism, Snoezelen, multisensory environment

Pages 42 p. + appendices 3 p.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	PERHEKOTI JÄÄSKELÄINEN OY	2
2.1	Perhekodin esittely ja toiminnan kuvaus.....	2
2.2	Tutkimuksen kohderyhmä.....	2
3	OPINNÄYTETYÖN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT	3
3.1	Kuntoutuksen näkökulma.....	3
3.2	Kehitysvammaisen kuntoutus	4
3.3	Mielenterveysasiakkaan kuntoutus	4
3.4	Autismin kirjo	6
3.4.1	Autismiin kuuluvia ominaispiirteitä	6
3.4.2	Aspergerin oireyhtymään kuuluvia ominaispiirteitä	7
3.4.3	Autismikuntoutuksen keskeisiä näkökulmia	8
3.5	Fysioakustinen menetelmä	8
3.6	Snnozelen-menetelmä.....	9
3.7	Moniaistisen ympäristön toteutuksen vaiheet	10
3.8	Elämyksellisyys ja rentoutuminen	12
3.9	Sosiokulttuurisen innostamisen käytäntö tilassa	13
4	TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	14
5	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS JA AINEISTONHANKINTA.....	14
5.1	Laadullinen tutkimus.....	14
5.2	Toimintatutkimuksellinen lähestymistapa.....	15
5.3	Aineiston hankinta.....	15
5.3.1	Tutkimuspäiväkirja menetelmänä	15
5.3.2	Valokuvat tilan toteutuksen havainnollistajana.....	16
5.3.3	Palaute	16
5.4	Eettisyyden huomiointi prosessissa.....	17
6	PROSESSIN KUVAUS TUTKIMUSPÄIVÄKIRJAN POHJALTA	17
6.1	Tutustumiskäynti ja ensimmäiset tilan ideoinnit yhteisesti.....	17
6.2	Ensimmäisiä havaintoja ja toiveita moniaistisen tilan suhteen	18
6.3	Tarkennuksia tilan ideointiin ja keskustelua budjetista.....	19
6.4	Hintavertailua ja muutos budjettiin	20
6.5	Muita toiveita tilaan ja keskustelua tilan jaosta	20
6.6	Ensimmäisiä hankintoja ja toteutuksia	21
6.7	Uusi idea seinämaalaukseen – yhtenäinen kokonaisuus	22
6.8	Lisää hankintoja ja herne pussien tekoa.....	22
6.9	Seinämaalauksen toteutus ja valkoisen huoneen viimeistely	23
6.10	Monitoimitilan toteutus ja aistitilan viimeistely.....	24

7	KUVIA TILASTA ENNEN JA JÄLKEEN TOTEUTUKSEN	25
7.1	Valitun värimaailman perustelu	25
7.2	Kuvakollaasit tilasta	26
7.2.1	Monitoimitilan yleisilme	27
7.2.2	Seinämaalauksen tilan jakamisen hahmottajana	29
7.2.3	Monitoimitilan aktivoivat osiot	30
7.2.4	Valkoinen huone.....	35
8	PALAUTTEIDEN ANALYSOINTI JA JOHTOPÄÄTÖKSET	37
8.1	Asukkaiden näkemykset tilojen tarpeeseen vastaavuudesta	37
8.2	Työntekijöiden näkemykset tilojen tarpeeseen vastaavuudesta	38
8.3	Johtopäätökset tilan onnistumisesta	38
8.4	Tilan jatkokehittelyideat.....	40
9	POHDINTA.....	40
	LÄHTEET	43

Liite 1	Palautelomake Herukkakujan aistitiloihin liittyen asukkaille
Liite 2	Palautelomake Herukkakujan aistitiloihin liittyen työntekijöille
Liite 3	Hankintaehdotuksia

1 JOHDANTO

Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä Perhekoti Jääskeläinen Oy:n kanssa, joka tarjoaa hoito- ja asumispalveluja sekä kuntoutusta aikuisille kehitysvammaisille. Opinnäytetyö tuli toiveena perhekodilta keväällä 2014 harjoittelun yhteydessä. Perhekoti Jääskeläisellä oli jo pitkään ollut tarve saada Herukkakujan asumisyksikön alakerran tila palvelemaan asukkaiden ja työntekijöiden tarpeita. Alakerran tila jakautuu kahteen erikokoiseen tilaan. Perhekodin toiveena oli, että tiloihin toteutettaisiin kaksi erilaista asukkaiden ja työntekijöiden arjen toimintoja rikastuttavaa tilaa; toinen rentoutumista ja toinen aktivoimista varten.

Opinnäytetyön tavoitteena oli suunnitella ja toteuttaa perhekodin asumisyksikön alakertaan Snoezelen-henkinen valkoinen huone rentoutumiseen sekä isompaan tilaan monitoimitila muun muassa pelailemiseen, musisointiin ja askarteluun. Tavoitteena oli työskennellä tiiviissä yhteistyössä erityisesti työelämäohjaajan, mutta myös perhekodin muun henkilökunnan kanssa. Koimme tärkeäksi, että opinnäytetyöstä jää konkreettinen lopputulos, josta olisi todella hyötyä ja iloa perhekodin asukkaille ja työntekijöille.

Opinnäytetyön teoreettiset lähtökohdat on liitetty asukkaiden moninaisuuteen, toimintakyvyn tukemiseen ja moniaistisen tilan käyttöön. Näitä lähtökohtia ovat kuntoutusnäkökulmasta kehitysvammaisen kuntoutus, mielenterveysasiakkaan kuntoutus ja autismikuntoutus. Muita lähtökohtia ovat fysioakustinen menetelmä, Snoezelen-menetelmä, multisensoriset ympäristöt, elämyksellisyys ja rentoutuminen sekä sosiokulttuurinen innostaminen.

Opinnäytetyön tutkimusmenetelmänä käytettiin tutkimuspäiväkirjaa, joka toimii apuvälineenä prosessin etenemisen dokumentoinnissa. Tutkimusotteena käytettiin kvalitatiivista eli laadullista tutkimusta, koska pyrittiin selvittämään asukkaiden ja työntekijöiden näkemyksiä ja kokemuksia tilasta. Tutkimuksellisen osuuden tarkoituksena oli palautekyselyiden avulla selvittää, miten toteutettu aistitila vastaa asukkaiden ja työntekijöiden tarpeisiin.

Reetta Kokkonen on vuonna 2013 tehnyt opinnäytetyön Tukiasunnon asukkaiden osallistaminen suunnitteluun – moniaistisen tilan suunnittelu Perhekoti Jääskeläinen Oy:lle. Kokkonen on tehnyt suunnitelman aistitilan toteuttamiseen yhdessä yhden asumisyksikön asukkaiden kanssa. Lähtökohtaisesti tarkoituksena oli toimia Kokkonen tekemän tilasuunnitelman pohjalta, mutta työntekijöiden toiveiden ja kehittämisajatusten vuoksi suunnitelmaan tehtiin muutoksia. Muutoksista huolimatta tilasuunnitelmaa hyödynnettiin toteutuksen ideointivaiheessa ja hankintoja suunniteltaessa. Kokkonen opinnäytetyö toimi merkittävänä tukena ja apuna tämän opinnäytetyön teossa.

2 PERHEKOTI JÄÄSKELÄINEN OY

Perhekoti Jääskeläinen Oy:n toiminta on alkanut Hämeenlinnassa vuonna 1988 perhekotina aikuisille kehitysvammaapuolen asiakkaille. Perhekoti on toiminut ammattimaisena kehitysvammaisten hoito- ja asumispalveluita tuottavana perheyriksenä vuodesta 2001. Palvelut ovat vuosien mittaan laajentuneet tukiasumispalveluihin, työ- ja päivätoimintaan sekä erilaisiin virkistystoimintoihin. (Omavalvontasuunnitelma n.d.)

2.1 Perhekodin esittely ja toiminnan kuvaus

Perhekoti Jääskeläisen palveluihin kuuluvat Fasaanintien tukiasunto, Voutilantien perhekoti, Herukkakujan tukiasunto, Aaponkujan tukiasunto sekä Haratien tukiasunnot. Kaikkien edellä mainittujen asumisyksiköiden lisäksi Perhekoti Jääskeläinen tarjoaa tuettua itsenäistä asumista. Palveluiden piiriin kuuluu tällä hetkellä yli 50 asukasta. Yritys ostaa joitakin palveluja ostopalveluna. Perhekodin omistajien lisäksi yrityksessä työskentelee 25 motivoitunutta ja ammattitaitoista työntekijää. (Omavalvontasuunnitelma n.d.)

Tuki- ja asumispalveluiden lisäksi Perhekoti Jääskeläinen tarjoaa laadukkaita ja monipuolisia asiantuntijapalveluita. Toiminta sisältää työ-, päivä-, ja virike-toimintaa; muun muassa kuntoutus-, liikunta- ja kerhotoimintaa. Sisällöltään rikas toiminta ja erilaiset elämykset vahvistavat asiakkaan osallisuutta vertaisryhmissä, joissa jäsenet tukevat toisiaan. (Omavalvontasuunnitelma n.d.)

Perhekoti Jääskeläisen tavoitteena on mahdollistaa laadukas yksilöllinen asuminen, joka luo osallisuutta ja yhdenvertaisuutta yhteisössä ja yhteiskunnassa. Moniammatillinen ja osaava henkilökunta tukee nuorten aikuisten kasvua, hyvinvointia ja oman elämän hallinnan taitoja sekä itsenäistymistä. Toiminnan lähtökohtana ovat asiakkaan yksilölliset tarpeet, omien palvelujen suunnittelu ja päätöksentekoon osallistaminen sekä tukeminen. Perhekodissa yksilöitä arvostetaan sekä heille pyritään tarjoamaan sisällöllisesti mahdollisimman rikas ja onnellinen elämä. (Omavalvontasuunnitelma n.d.)

2.2 Tutkimuksen kohderyhmä

Opinnäytetyön kohderyhmänä olivat Perhekoti Jääskeläisen kaikkien yksiköiden asukkaat ja henkilökunta, sillä moniaistinen tila on toteutettu kaikkien yksiköiden yhteiseen käyttöön. Tarkoituksena on, että jokaisesta yksiköstä voidaan tarvittaessa tehdä vierailukäyntejä tilaan. Aistitilaan aiotaan toteuttaa sähköinen varausjärjestelmä, jonka kautta kaikista yksiköistä on mahdollista tehdä tilavarauksia tarpeen mukaan.

Tutkimuksen kohderyhmällä on erilaiset käyttötarpeet tilan suhteen. Asukkaat saavat tilasta arkea rikastuttavia elämyksiä ja kokemuksia. Työntekijät puolestaan käyttävät tilaa monipuolisena työvälineenä asukkaiden kanssa toimi-

essaan. Tarkoituksena oli, että aistitilasta tulisi koko kohderyhmää palveleva monikäyttöinen kokonaisuus.

Kohderyhmää ajatellen tilan toteutuksessa haasteita olivat perhekodin asukkaiden moninaiset tarpeet ja erilaisuuden huomiointi. Nämä tekijät vaikuttivat siihen, että tilan toteutuksessa tuli ottaa huomioon asukkaiden mieltymysten ja mielenkiinnon kohteiden kirjo. Seuraavassa luvussa kuvataan tarkemmin asukkaiden moninaisuutta teorialähtöisesti.

3 OPINNÄYTETYÖN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT

Tämän opinnäytetyön teoreettiset lähtökohdat ovat kehitysvammaisen kuntoutus, mielenterveysasiakkaan kuntoutus sekä autismikuntoutus. Nämä näkökulmat on valittu, koska ne kuvaavat perhekodin asukkaiden moninaisuutta. Muita lähtökohtia ovat fysioakustinen menetelmä, Snoezelen-menetelmä, moniaistisuus, elämyksellisyys, rentoutuminen sekä sosiokulttuurinen innostaminen. Seuraavassa alaluvussa käsitellään eri näkökulmia kuntoutusnäkökulmasta.

3.1 Kuntoutuksen näkökulma

Kuntoutus voidaan jakaa kasvatukselliseen, lääkinnälliseen, ammatilliseen ja sosiaaliseen kuntoutumiseen. Partasen (2010, 50) mukaan kuntoutus eli toimintakyvyn parantaminen perustuu aina kuntoutujalle tehtävään kuntoutussuunnitelmaan eli yksilöllisesti rakennettuun kuntoutuskokonaisuuteen. Kyseisen suunnitelman puolestaan täytyy perustua kuntoutettavan laajaan tutkimiseen ja tämän toimintakyvyn rehelliseen arviointiin (Malm, Matero & Repo 2004, 80; Malm 2004, 82.)

Lääkinnällistä kuntoutusta järjestetään terveydenhuollossa. Se sisältää muun muassa sopeutumisvalmennusta, yksilö tai ryhmäpsykoterapiaa tai toimintaterapiaa. Ammatillinen kuntoutus on puolestaan työhallinnon toimintaa. Siinä yksilöä autetaan muun muassa työkyvyn tarkastelussa ja työelämään siirtymisessä. Sosiaalisesta kuntoutuksesta vastaa kunnan sosiaalitoimi. Tässä kuntoutusmuodossa kuntoutuminen vahvistaa yksilön toimintakykyä oman yhteisön jäsenenä ja kansalaisena. Kuntoutujaa tuetaan sosiaalisten suhteiden ylläpitämisessä, ja tällä tavalla estetään kuntoutujan syrjäytyminen. Kasvatuksellinen kuntoutus on taas suunnattu lapsille ja nuorille. Se on kasvatustyötä ja sitä tarjotaan tukitoimena. (Heikkinen-Peltonen, Innamaa & Virta 2008, 224–225.)

Tässä opinnäytetyössä sosiaalisella kuntoutumisella on prosessissa merkittävä rooli. Sosiaaliseen kuntoutukseen kuuluvilla palveluilla pyritään mahdollisuuksien mukaan poistamaan toimintakyvyn rajoittuneisuudesta johtuvia vaikeuksia. Nämä palvelut tukevat ja helpottavat esimerkiksi kuntoutujan liikumista, asumista, työssäkäyntiä ja sosiaalista elämää. Sosiaalisen kuntoutuksen palveluilla halutaan siis turvata kuntoutujan arkielämästä selviytyminen,

vuorovaikutuksessa oleminen toisten ihmisten kanssa sekä osallistuminen yhteisöihin ja yhteiskuntaan. (Repo 2004, 105.)

3.2 Kehitysvammaisen kuntoutus

Kehitysvammaisuudelle on olemassa monenlaisia määritelmiä. Se tarkoittaa muun muassa ymmärtämisen vaikeutta. Suomen kehitysvammalaki luokittelee kehitysvammaiseksi henkilön, jonka kehitys on häiriintynyt synnynnäisesti tai esimerkiksi jonkin vamman tai sairauden seurauksena. (Matero 2004b, 165; Laki kehitysvammaisten erityishuollosta 519/1997 1:1 §.)

Kasken, Mannisen ja Pihkon (2012, 224) mukaan kehitysvammaisuudella tarkoitetaan kehon toimintojen vajavuuksia, joita ei voida parantaa hoidoilla. Näitä vajavuuksia voidaan kuitenkin rajata ja helpottaa kuntoutuksella. Kehitysvammaisen kuntoutuksessa tuetaan henkilön toimintakykyä, opetellaan erilaisia elämäntaitoja ja kuntoutujan elinympäristöstä pyritään tekemään mahdollisimman esteetön.

Kuntoutus on aina vuorovaikutuksessa tapahtuvaa moniammatillista yhteistyötä. Myös kuntoutuja ja hänen läheisensä otetaan mukaan kuntoutuksen suunnitteluun. Ratkaisuja toimivaan kuntoutukseen etsitään kuntoutujan jakamisesta ja elämänhallinnan taidoista. Erityisen tärkeää on, että kuntoutustyölle asetetaan tavoitteet, joita kohti pyritään vähitellen. Kuntoutujan omaa ratkaisukykyä pyritään parantamaan mahdollisuuksien mukaan ja häntä tuetaan aktiivisena toimijana asetettujen tavoitteiden saavuttamiseksi. Toisaalta liiallinen kehottaminen hankalien asioiden yrittämiseen voi vaikuttaa kuntoutujan negatiivisesti, eikä tämä enää tue henkilön toimintakyvyn paranemista. (Kaski ym. 2012, 228, 230.)

Kuntoutusprosessi on siis aina henkilökohtainen, mutta sen tärkein tarkoitus on jokaisen yksilön kohdalla sama: Tarkoituksena on edesauttaa kehitysvammaisen kuntoutujan toimintakykyä ja parantaa hänen tyytyväisyyttään elämäänsä. Samalla yhteiskunnalliset kustannukset vähenevät, kun kuntoutujan kyky toimia mahdollisimman itsenäisesti paranee. (Kaski ym. 2012, 224.)

3.3 Mielenterveysasiakkaan kuntoutus

Erilaiset mielenterveyden häiriöt ja henkiset ongelmat ovat lisääntyneet länsimaissa 2000-luvulta lähtien. Erityisesti ahdistus, päihdeongelmat ja masennus ovat yleistyneet. Ongelmien havaitseminen ajoissa vaikuttaa hoidon onnistumiseen ja tärkeää olisi antaa apua mahdollisimman oikein kohdennettuna. Mielenterveyden häiriöiden diagnosoiminen on tärkeää, sillä tällä tavoin voidaan mahdollistaa yksilölle hänen tarpeidensa mukainen hoito. Näin myös tarvittavien kuntoutumismahdollisuuksien järjestäminen on helpompaa. Myös yhteiskunnan tarjoama sosiaalinen tuki vaatii yksilön sairauden psykiatrisen diagnoosin. (Turtonen 2006, 11; Heikkinen-Peltonen ym. 2008, 136.)

Mielenterveys rakentaa pohjaa ihmisen hyvinvoinnille. Se voidaan nähdä voimavarana, joka luo ihmiselle mielekkään elämän. Mielenterveys on alati muuntuva kehitysprosessi, joka on yhteydessä ihmisen fyysiseen terveyteen. Mielenterveyteen kuuluu sen uudistuminen ja kyky inhimilliseen kasvamiiseen. Mielenterveys käsittää positiivisen mielenterveyden sekä mielenterveyden niin sanotun negatiivisemmän puolen, kuten erilaiset mielenterveyden häiriöt ja sairaudet. (Heikkinen-Peltonen ym. 2008, 8-10.)

Mielenterveys muodostuu neljästä eri ulottuvuudesta, joita ovat fyysinen, psyykkinen, henkinen sekä sosiaalinen ulottuvuus. Tasapainoinen mielenterveys rakentuu monista tekijöistä. Henkiseen hyvinvointiin vaikuttavat yksilön voimavarat, ihmissuhteet, sosiaalinen tukiverkosto, kasvuolosuhteet sekä yhteiskunnan antamat elämisen edellytykset. Eläminen ja elämän erilaiset tapahtumat vaikuttavat luonnostaan ihmiseen ja hänen henkiseen tasapainoonsa. (Heikkinen-Peltonen ym. 2008, 8-10.)

Mielenterveyskuntoutus on moniammatillista yhteistyötä. Kuntoutujalle rakentuu tukiverkosto, joka muodostuu eri toimijoista ja niiden tarjoamista palveluista. Kuntoutumisen alussa on tärkeää, että asiakas saa tietoa sairaudestaan, sen hoidosta ja kuntoutumismahdollisuuksista. Tietojen tulee olla todennukaisia, tilanteeseen sopivia sekä herättää kuntoutujassa uskoa ja luottamusta toimintakykynsä eheytymiseen. Kuntoutumisprosessissa kuntoutuja saa myös kokemuksen tukiverkoston tärkeydestä ja ylipäättään tuen saamisesta. (Heikkinen-Peltonen ym. 2008, 224–225, 227–229.)

Mielenterveyskuntoutuksen tavoitteena on edesauttaa yksilön kuntoutumisvalmiutta ja auttaa häntä vahvistamaan elämänhallintaansa, tavoittelemaan päämääriään ja osallistumaan sosiaalisiin yhteisöihin. Prosessissa painotetaan yksilön omaa aktiivisuutta ja osallisuutta. Yksilön asenteita ja toimintatapoja pyritään muuttamaan kuntoutumista edistävään suuntaan. Kuntoutuja oppii, kasvaa ja alkaa kiinnittää yhä enenevässä määrin huomiota omaan elämänlaatuunsa kuntoutumisen aikana. Sen päämääränä on toimintakyvyn palautuminen, uusien ajattelutapojen oppiminen sekä elämän mielekkyyden löytäminen. Kuntoutuminen voi olla hyvinkin pitkäkestoinen prosessi, jossa kuntoutujalta vaaditaan sisua ja mahdollisesti myös kykyä kestää pettymyksiä. (Heikkinen-Peltonen ym. 2008, 224.)

Yhtenä kuntoutuksen muotona voidaan järjestää yhteisöllistä kuntoutusta. Sitä voidaan järjestää kuntouttavana työtoimintana, päivätoimintana tai tuettuina asumispalveluina. Tässä kuntoutusmuodossa korostetaan sosiaalista kanssakäymistä muiden kuntoutujien kanssa ja kuntoutujan omaa vastuuta yhteisistä asioista. Yhteisössä ilmapiiri on avoin ja tasavertainen ja se rohkaisee kuntoutujia avoimeen vuorovaikutukseen. Kuntoutuksen aikana keskustellaan sekä annetaan paljon palautetta. Yhteisössä pyritäänkin tasa-arvoiseen työskentelyyn, vastuun jakamiseen oikeudenmukaisesti sekä vertaistukeen sosiaalisessa toiminnassa. (Heikkinen-Peltonen ym. 2008, 234.)

3.4 Autismin kirjo

Partasen (2010, 24–25) mukaan autismin kirjo pitää sisällään monia diagnooseja. Näitä ovat esimerkiksi tässä luvussa käsiteltävät autismi ja Aspergerin oireyhtymä. Kirjoon kuuluvat henkilöt poikkeavat toisistaan muun muassa älykkyytensä ja toimintakykynsä osalta. Heidän kognitiiviset kykynsä voivat olla kömpelöitä ja heidän älykkyystasonsa vaihtelevat laajasti. Heitä jokaista yhdistää kuitenkin erilaisuus neurobiologisessa kehityksessä. Autismin kirjoon kuuluvilla henkilöillä on myös tiettyjä ominaispiirteitä, joiden vuoksi he kuuluvat saman käsitteen alaisuuteen.

Autismin kirjon vaihtelevuudesta huolimatta näillä henkilöillä on yhdistäviäkin piirteitä. Näitä ovat kyvyttömyys tai hankaluudet sosiaalisissa tilanteissa, kommunikoinnin ongelmat, aistitoimintojen erilaisuus ja tuttujen toimintojen rutiininomainen toistaminen. Koska tutut toimintatavat ovat autismin kirjon henkilöille turvallisia, niiden vähäisenkin muuttumisen seurauksena saattaa esiintyä haastavaa käytöstä. (Partanen, 2010, 26–27.) Perhekodissa asukkaiden päivän tapahtumat strukturoidaan yhteisesti aamukokouksessa. Tämä helpottaa asukkaita ohjaamaan toimintaansa itsenäisesti päivittäin.

Autistiset henkilöt elävät täysin erilaisessa aistikokemusmaailmassa, mitä ulkopuolisen saattaa olla vaikeaa ymmärtää. Aistitoimintojen poikkeavuudet vaikuttavat merkittävästi muun muassa siihen, miten autismin kirjon henkilö toimii erilaisissa tiloissa ja tilanteissa. Esimerkiksi kirkkaat valot tai värit voivat tuntua kivuliailta ja vaikeuttaa keskittymistä tilassa. Tästä syystä he saattavat vältellä tilaan menemistä ensimmäisen käyntikerran jälkeen. (Partanen 2010, 34.)

Seuraaviin alalukuihin on kirjattu tarkemmin autismiin ja Aspergerin oireyhtymään kuuluvia ominaispiirteitä. Lisäksi luvun lopussa on käsitelty autismikuntoutuksen keskeisiä näkökulmia. Edellä mainitut osa-alueet ja erityisesti autististen henkilöiden aistiherkkyys on pyritty huomioimaan moniaistista tilaa toteutettaessa.

3.4.1 Autismiin kuuluvia ominaispiirteitä

Matero (2004a, 219–220) määrittelee autismin neurobiologiseksi keskushermoston kehittymishäiriöksi. Kyseinen häiriö vaikuttaa näkyvimmin autistisen henkilön käyttäytymiseen ja vuorovaikutustaitoihin. Autismi voidaan havaita erityyppisinä sosiaalisten tilanteiden ongelmina ja erikoisina käyttäytymismalleina.

Autismin tyypillisiä ominaispiirteitä ovat muun muassa omissa oloissa viihtyminen ja poikkeuksellinen vuorovaikutus sosiaalisissa tilanteissa. Autistinen henkilö saattaa esimerkiksi toistella sanoja tai lauseita keskustellessaan jonkun kanssa. Myös ihmisten ilmeiden ja eleiden tulkitseminen on autistiselle

henkilölle ongelmallista. Tästä syystä he tulevatkin helposti väärinymmärretyiksi vuorovaikutustilanteissa. (Matero 2004a, 219–220.)

Yksi merkittävä autismiin kuuluva piirre on tuttujen toimintojen säilyminen samankaltaisina, sillä autistinen henkilö tarvitsee tarkat rutiinit selvitäkseen arjestaan. Jos näitä rutiineja muutetaan, seurauksena saattaa ilmetä ahdistuneisuutta. Tilanteet, joissa autistin pitäisi muuttaa totuttuja toimintamallejaan, hän kokee erityisen uhkaavina ja pelottavina. Uusien toimintatapojen ja tilanteiden opetteleminen auttaa autistista henkilöä sietämään muutoksia. Autisti ei pidä itsenäistymistä itselleen merkittävänä, minkä vuoksi siihen on kuntoutuksessa rohkaistava ja kannustettava. (Matero 2004a, 220.)

3.4.2 Aspergerin oireyhtymään kuuluvia ominaispiirteitä

Autismissa ja Aspergerin oireyhtymässä on havaittavissa monia samankaltaisuuksia. Kerolan, Kujanpään ja Timosen (2000, 156) mukaan merkittävimpiä Aspergerin oireyhtymän ominaispiirteitä ovat muun muassa sosiaalisen vuorovaikutuksen ja kommunikoinnin vaikeudet, erikoiset mielenkiinnon kohteet ja toistuvat rutiininomaiset toiminnot. Muita tyypillisiä piirteitä ovat tuttuihin toimintoihin jumiutuminen ja aistiherkkyys. Asperger-henkilöillä kehityksen häiriöt ovat laaja-alaisia, mutta satunnaisilla alueilla heillä saattaa olla paljonkin älyllistä ymmärrystä ja osaamista. Heidän on helppo omaksua uutta informaatiota, mutta sen soveltaminen käytäntöön on heille ongelmallista. (Matero 2004a, 230; Kerola ym. 2000, 157.)

Asperger-henkilöille on tyypillistä vetäytyä vuorovaikutustilanteista, koska he saattavat kokea, ettei heitä ymmärretä. Myös katsekontaktin välttely on heille ominaista. Asperger-henkilöt viettävät aikaa mieluiten yksin omien harrastustensa parissa. Näitä harrastuksia tai erityisiä mielenkiinnon kohteita voivat olla esimerkiksi tietotekniikka, autot tai vaikka dinosaurukset. Asperger-henkilö uppoutuu usein kiinnostuksen kohteeseensa erittäin intensiivisesti, kunnes kohde vaihtuu. (Kerola ym. 2000, 157.)

Asperger-henkilön puhe on useimmiten kirjakielistä ja hienoa. Heidän on kuitenkin ajoittain vaikea ymmärtää toisten puhetta tarkasti, mikä hankaloittaa keskustelujen pitkäkestoisuutta. (Kerola ym. 157–158.) Yleensä keskustelut heidän kanssaan ovatkin lyhyitä ja vähäsanaisia.

Attwoodin (2005, 72–73) mukaan Asperger-henkilöiden tunteidenilmaisussa on puutteita. Heille on ongelmallista valita tilanteisiin sopivia keinoja ilmaista tunteitaan. Tätä helpottamaan voidaan ottaa käyttöön esimerkiksi tunnemittari, jolla mitataan tunteiden voimakkuutta. Myös väreillä voidaan helpottaa mittarin asteikon käyttöä. Perhekodissa on käytössä tunnekortit, joiden avulla havainnollistetaan asukkaiden tuntemuksia joka päivä. Vihreä kortti kuvaa hyvää mieltä, keltainen neutraalia ja punainen pahaa mieltä.

3.4.3 Autismikuntoutuksen keskeisiä näkökulmia

Autismin taustalla olevat monimuotoiset hankaluudet vaikuttavat henkilön kykyyn toimia ja oppia asioita. Nämä yksilölliset vaikeudet huomioidaan silloin, kun selvitetään, millaista apua henkilö tarvitsee selvitäkseen arjestaan. Autismikuntoutuksen lähtökohtana ovat henkilön jo oppimat asiat ja uusien asioiden oppimisen kapasiteetti. Kuntoutujan elinympäristön on oltava otollinen uusien taitojen oppimisen mahdollistajana. Lisäksi kuntoutujan toimintakykyä on tuettava. (Partanen 2010, 55, 29.)

Kuntoutusta suunniteltaessa ja toteutettaessa on oleellista pitää mielessä, että kokonaisuuksien hahmottaminen ei ole autismin kirjon henkilölle itsestään selvää. Partanen (2010, 29, 50–51) mukaan kuntoutuksen tärkeimpiä tekijöitä autismin kirjon henkilölle onkin sen sisällyttäminen osaksi hänen arkeaan. Näin hänen on helpompi ymmärtää opeteltavan asian tarkoitus omassa elämässään. Konkreettinen tavoite, jota autismin kirjon henkilö ei pidä itselleen merkittävänä, ei palvele tämän kuntoutumista eikä motivoi saavuttamaan tavoitetta. Siksi onkin merkittävää, että tavoitteet ovat nimenomaan kuntoutujan itse asettamia.

Vaikka asetetut tavoitteet olisivatkin asiakaslähtöisiä, kuntouttajan on tärkeää yrittää motivoida kuntoutujaa poistumaan mukavuusalueeltaan. Esimerkiksi vuorovaikutustilanteisiin kannustettaessa voidaan kuntoutujalle kertoa sosiaalisten tilanteiden mahdollisista positiivisista seurauksista: Hän saattaa löytää uusia ihmissuhteita ja samalla hänen arkensa rikastuu. Näin kuntoutujan kiinnostus vuorovaikutustilanteisiin saattaa herätä ja motivaatio kasvaa. (Partanen 2010, 32.)

Autismikuntoutuksen perimmäinen tarkoitus on siis lisätä kuntoutujan oma-toimisuutta ja elämäntaitojen hallintaa. Samalla hänen tuen tarpeensa vähenee koko elämää ajatellen. Voidaan siis olettaa, että mitä aiemmassa vaiheessa kuntoutusta toteutetaan, sitä vähäisemmällä tuella autismin kirjon henkilö tulee toimeen elämässään.

3.5 Fysioakustinen menetelmä

Fysioakustinen menetelmä on musiikkiterapeutti Petri Lehikoisen kehittämä. Menetelmä perustuu tietoteknisesti hallinnoitavaan, yksinkertaiseen äänivärähtelyyn. Ääni värähtelee kehoon fysioakustisen tuolin kautta. Tuolissa oleviin kaiuttimiin voidaan myös yhdistää musiikkia hoidon ajaksi. Yksi hoitokerta tuolissa kestää noin 20 minuuttia. (Matero 2004, 191.)

Menetelmää kehitettäessä tausta-ajatuksena oli, että tuntoaistia aktivoivalla äänivärähtelyllä ja musiikin kuuntelulla on terapeuttinen vaikutus. Materon (2004, 191) mukaan tätä menetelmää on hyödynnetty esimerkiksi vaikeasti vammaisten kuntoutuksessa. Kuntouttamisen lisäksi sillä voidaan lievittää kipuja ja stressiä, alentaa verenpainetta sekä edesauttaa lihasten kunnossapitoa.

Fysioakustista tuolia käyttämällä on saatu mainioita tuloksia esimerkiksi autistien, aivovaurioisten, CP-vammaisten ja aggressiivisten henkilöiden hoidossa.

Perhekodin aistitilaan on hankittu fysioakustinen tuoli helpottamaan asukkaiden rentoutumista ja mahdollisia kiputiloja. Tuoliin ohjelmoidaan jokaiselle asukkaalle henkilökohtainen ohjelma, jonka asukas voi helposti itse laittaa toimimaan, vaikka tilassa ollaankin aina työntekijän läsnä ollessa. Tuolin avulla asukkaille tuotetaan rentoutumiskokemuksia ja aistielämyksiä heidän toimintakykynsä parantamiseksi.

3.6 Snoezelen-menetelmä

Snoezelen-menetelmän tarkoituksena on tukea henkilön toimintakykyä aktiivomalla eri aisteja ja käyttämällä virikkeellistä ympäristöä. Menetelmää käyttämällä on tarkoitus tarjota uusia kokemuksia ja elämyksiä eri aistien avulla. Snoezelen tarkoittaa sekä nuuhkimista että torakahtamista. Menetelmässä ihminen kokee ikään kuin kolme erilaista tapahtumaa, toiminnallisen ja rauhoittavan sekä näiden tasapainon. Näiden eri aistimusten avulla on tarkoitus rakentaa otollinen ilmapiiri tilanteen mukaan, esimerkiksi oppimiselle, luovuudelle, rentoutumiselle tai vuorovaikutukselle. Mahdollisimman kokonaisvaltaisen tunnelman luomisella pyritään henkilön arjen rikastamiseen ja elämyksellisyyden kokemiseen. (Ala-Opas & Sirkkola 2005, 13, 52–54.)

Multisensorisia ympäristöjä on luokiteltu erilaisiin huonetyyppeihin. Näitä huoneita ovat muun muassa valkoinen huone, pimeä huone, musiikkihuone ja aktivointihuone. Multisensorista ympäristöä ei kuitenkaan tarvitse rajata huoneiksi, vaan ympäristön voi suunnitella myös eteiseen, kuistille tai puutarhaan [kirjoittajien suomennos]. (Pagliano 1999, 42–47.)

Valkoinen huone on kaikkein suosituin multisensorisista ympäristöistä. Se on alun perin suunniteltu aikuisten käyttöön, minkä vuoksi tila on ollut yleensä suuri. Huoneessa pyritään luomaan kontrastia visuaalisten efektien ja välineiden sekä valkoisten pintojen välille. Valkoiseen huoneeseen voidaan heijastaa väriefektejä ja muita valoesityksiä sisältäen peilipalloja ja kohdevaloja. Valkoista huonetta käytetään usein vapaa-aikaan, rentoutumiseen, aromaterapiaan ja hierontaan. Tilassa voidaan stimuloida monipuolisesti ihmisen eri aisteja käyttämällä visuaalista, auditiivista, hajuaistiin liittyvää, tuntoaistiin liittyvää tai liikkeeseen perustuvaa stimulaatiota [kirjoittajien suomennos]. (Pagliano 1999, 43–44; Pagliano 1999, 3.)

Pagliano (1999, 83) kuvaa Kewinin (1994) valkoisen huoneen toteuttamisen suosituksia. Valkoisen huoneen toteutuksessa tulisi huomioida huoneeseen pääsy eli sisääntulo tulisi jättää avoimeksi. Toiseksi tulisi huomioida mukavuus ja turvallisuus. Tilaan tulisi tuoda pehmeyttä materiaaleilla, erityisesti lattioille. Kolmanneksi täytyisi kiinnittää huomiota valaistukseen. Olisi hyödyllistä, jos tilaan laitettaisiin projektori, spotti-valaisimia, väriä vaihtava dis-

ko-valaisin tai peilipallo. Tilassa olisi hyvä olla kiinnostavia ja muuttuvia valoefektejä tai jokin katseenvangitsija, kuten kuplaputkivalaisin tai valokuituvalaisin. Toteutuksessa tulisi huomioida myös äänimaailma, tilaan olisi hyvä hankkia musiikkisoitin tai kaiuttimet. Huomiota tulisi kiinnittää myös seiniin, esimerkiksi valkoiset seinät heijastaisivat hyvin värejä.

Valkoisen huoneen tuokioissa voidaan käyttää miellyttäviä tuoksuja, rauhoittavaa musiikkia, kosketeltavia seinämateriaaleja ja seinälevyjä. Näiden lisäksi niissä voidaan käyttää tuulikelloja, säkkituoleja ja isoja kuplaputkia, jotka ovat täynnä vettä ja toimivat sähköllä luoden loputtoman määrän ilmakuplia. Projektorilla tilaan voidaan heijastaa erilaisia kuvioita, kuten nestemäisen näköisiä öljykuvioita, jotka liukuvat heijastuksessa ja muuttavat muotoaan. Tilassa voi olla myös äänijärjestelmä, josta voidaan soittaa erilaisia tunnelmaan sopivia kappaleita. Kaikkien visuaalisten ja auditiivisten elementtien ollessa yhtä aikaa päällä tilan tunnelma on erittäin vaikuttava [kirjoittajien suomenos]. (Pagliano 1999, 3.)

3.7 Moniaistisen ympäristön toteutuksen vaiheet

Moniaistisesta tilasta toivottiin hyvin monikäyttöistä sekä rentoutumiseen että aktivoimiseen. Erityisesti monitoimitilasta oli tarkoitus tulla monipuolinen, jotta siellä voisi herätellä ja aktivoida useita eri aisteja. Huoneessa voi katsoa elokuvia, pelata, askarrella, lukea lehtiä, musisoida ja kokeilla tuntoaistielementtejä.

Moniaistisuudella eli multisensorisuudella tarkoitetaan useiden eri aistien käyttöä samanaikaisesti. Multisensorisella työllä tarkoitetaan kaikkia toiminnallisia ja luovia työmenetelmiä, joissa käytetään hyväksi ihmisen eri aisteja. Useiden aistien käytöllä samanaikaisesti pyritään aikaansaamaan miellyttäviä kokonaisvaltaisia aistikokemuksia ja -elämyksiä. (Multisensorinen toiminta, 2014)

Multisensorista ympäristöä on mahdotonta määritellä tarkasti. Jokainen ympäristö on omalla tavallaan moniaistinen. Multisensorinen ympäristö tarkoittaa myös erilaisia asioita eri ihmisille. Tila aikaansaa kaksi erilaista multisensorista kokemusta: yksilölle voi olla merkityksellistä jo itse fyysinen tila, mutta myös tilan tuottama vaikutus voi olla merkityksellinen. Samalla fyysisellä tilalla voi olla useita erilaisia merkityksiä tilan eri käyttäjille, samoin kuin tila tuottaa käyttäjille erilaisia aistielämyksiä. Multisensorinen tila soveltuu niin aikuisille kuin lapsillekin uudistumiseen, vapaa-ajan viettoon, terapiaan tai opetukseen [kirjoittajien suomenos]. (Pagliano 1999, 10–11.)

Multisensorinen tila voi olla tarkoitettu niin rentoutumiseen kuin aktivoimiseen. Aististimulaatio voi olla kontrolloitua, manipuloitua, voimistettua stimulaatiota tai aististimulaatioiden heikentämistä. Sitä voidaan tehdä aktiivisessa tai passiivisessa vuorovaikutuksessa. Tuokion voi suunnitella jokaisen käyttäjän motivaation, kiinnostuksen, rentoutumisen tarpeen, terapeuttisten tarpei-

den tai koulutuksellisten tarpeiden mukaan [kirjoittajien suomennos]. (Pagliano 1999, 10–11.)

Peruslähtökohtia huoneen suunnittelulle on huoneen koko. Se antaa osviittaa sille, kuinka paljon ja minkälaisia esineitä huoneeseen voidaan laittaa. Huoneen suunnittelussa tulisi muistaa, että usein yksinkertainen on paras. Liian monimutkainen ja sekava huone voi aiheuttaa käyttäjässä levottomuutta ja jopa ahdistusta. Muita huomionarvoisia asioita ovat hyvä ilmanvaihto, sopiva lämmitys ja viilennys sekä toimivat säilytysratkaisut esineille, jotka eivät ole koko ajan käytössä. Paglianon (1999, 42–43) mukaan tavaroita hankittaessa täytyy huomioida lukuisia eri näkökulmia, kuten tuotteen hinta, hintalaatusuhde, kestävyys, turvallisuus sekä varastoitavuus [kirjoittajien suomennos].

Kirjassa Multisensoriset ympäristöt kuvataan huoneen suunnittelua ja toteutusta kuuden eri tason kautta. Kirjoittajan mukaan multisensorisen tilan toteutuksen onnistumiseksi ja käyttäjille sopivan ympäristön aikaansaamiseksi olisi tärkeää valita vaihe vaiheelta -lähestymistapa. Lähestymistavan alussa kuvataan sitä, että toteutukseen osallistujien tulisi ymmärtää aidosti, mikä multisensorinen ympäristö on. Tietoa aiheesta voi hankkia muun muassa kirjallisuudesta. Myös vierailu multisensorisessa ympäristössä voi lisätä ymmärrystä tilan käyttötarkoituksesta. [kirjoittajien suomennos]. (Pagliano 1999, 76.)

Seuraavassa vaiheessa tulisi selvittää, ketkä tulevat käyttämään ympäristöä, ja mitä tarkoitusta varten. Olisi tärkeää tietää tulevatko tilan käyttäjät vaihtumaan ajan mittaan. Vaiheessa kolme tulisi selvittää mahdollista pääomaa eli budjettia tilan toteuttamiselle ja sen ylläpidolle. Vaiheessa neljä tulisi päättää ryhdytäänkö tilan toteutukseen vai laitetaanko projekti hautumaan vai hylätäänkö se kokonaan. Mikäli projekti aloitetaan, olisi tärkeää tiedostaa oma henkilökohtainen arvomaailma, mieltymykset ja viitekehys, sillä tämän itse-tietoisuuden kautta jokainen tiimin jäsen voi tunnistaa ja kunnioittaa muiden tiimin jäsenien yksilöllisiä eroja. Nämä seikat huomioimalla edesautetaan yhteistyön sujumista ja prosessin etenemistä. [kirjoittajien suomennos]. (Pagliano 1999, 76–78.)

Projektin edetessä mahdollisista ratkaisuvaihtoehdoista tulee keskustella ja arvioida niitä yhdessä. Niistä valitaanärkevin toteutusvaihtoehto, tehdään vastuunjako sekä aikataulutetaan asian hoitaminen. Toteutus käsittää suunnitelman viimeistelyn, tehdyn ratkaisun onnistumismahdollisuuden arvioinnin sekä varsinaisen toteutuksen. Viimeinen vaihe ratkaisun toteuttamisessa on arviointi, joka johtaa jälleen uuteen suunnittelu-toteutus-arviointi -kiertoon tai asian loppuun viemiseen [kirjoittajien suomennos]. (Pagliano 1999, 78.)

Vaihe viisi käsittää yksityiskohtaisen hinta-arvion tekemisen. Multisensorisen ympäristön toteuttamisen hinta voi vaihdella hyvin hintavasta aika edulliseen toteutukseen. Tähän vaikuttavat monet tekijät: huoneen koko ja huoneeseen tulevat erilaiset elementit sekä se, kuka huoneen toteuttaa. Toteutettavan huoneen kuluihin sisältyvät myös henkilökunnan käyttämät työtunnit, jos he ovat

kokonaisvaltaisesti mukana huoneen toteuttamisprosessissa. Merkittävää on huomioida, että kuitenkin työntekijöiden huoneen suunnitteluun käyttämä aika maksaa itsensä takaisin huoneen toimiessa suunnitellulla tavalla. [kirjoittajien suomennos]. (Pagliano 1999, 79.)

Viimeisessä vaiheessa viimeistellään rahoituksen hinta-arvio ja päätetään rakennetaanko multisensorinen ympäristö vaiheittain vai heti valmiiksi. Aikataulusta huolimatta olisi tärkeää suunnitella lopullinen toteutus alusta alkaen, jotta tilan valmistuttua sieltä löytyisivät kaikki toivotut ja tarpeelliset toiminnot [kirjoittajien suomennos]. (Pagliano 1999, 79.)

3.8 Elämyksellisyys ja rentoutuminen

Elämyksellisyttä ja kokemuksellisuutta on pidetty tärkeänä niin ihmisen kasvamisessa, oppimisessa kuin kuntouttavassa työssä. Näiden kahden käsitteen sisällöt ovat moniulotteisia ja käsitteiden selkiyttämiseksi tarvittaisiin teoreettista ja käytännön keskustelua sekä käsitteiden tarkentamista. Kokemuksellista oppimisesta ja elämyspedagogiikkaa on pidetty jopa synonyymeinä keskenään. (Karppinen & Latomaa 2007, 11.)

Elämystä pidetään mielensisäisenä tapahtumana, jota ei voi kontrolloida, sillä siihen liittyy aisti- ja tunneulottuvuuksia. Elämys on monitasoinen ja subjektiivinen ilmiö. Se on aina henkilökohtainen ja kokonaisvaltaisesti vaikuttava tunnekokemus. Elämysten aikaansaamisessa oleellisinta ovat yksinkertaiset toiminnot, joten kalliita hankintoja ei välttämättä tarvita. Hyvin tuotetussa elämyskokemuksessa on huomioitu elämyksen kaikki osatekijät, kuten moniaistisuus, yksilöllisyys ja vuorovaikutus. (Karppinen 2007, 86; Tarssanen & Kylänen 2007, 103–106, 113.)

Katajan (2003, 22–24) mukaan rentoutuminen on tajunnan tilojen vaihtelua. Silloin, kun tietoinen huomio siirtyy sivuun, rentoutumisen prosessi voi alkaa. Rentoutuessaan ihminen on muuttuneessa tajunnan tilassa. Kokemuksena rentoutuminen on aina henkistä, vaikka sitä tehtäisiin fyysisessä harjoituksessa. Jos rentoutumiselle annetaan riittävät olosuhteet, se leviää ihmiseen kokonaisvaltaisesti ja käsittää muun muassa autonomisen hermojärjestelmän, ääreishermoston sekä immuunijärjestelmän. Tästä voi tehdä päätelmän, että rentoutuminen on erittäin tärkeää ihmisen kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille, ja että se edistää ihmisen tasapainoista ja hyvinvoivaa elämää.

Rentoutuneeseen tilaan pääseminen vaatii keskittymistä esimerkiksi oman hengityksen havainnointiin. Rentoutuminen ei täysin mahdollistu, jos mielessä on monia ajatuksia, jotka vievät huomiota muualle. Asennon merkitystä on painotettu rentoutumisen onnistumisessa. Makuuasento edesauttaa rentoutumista. Istuma-asennot saattavat kuitenkin olla toimivampia, sillä makuuasennossa ihminen voi ajautua lähelle unen tilaa. Nukkuminen on kuitenkin eri asia kuin rentoutuminen. Mikäli rentoutumisella on joitakin tehtäviä ja tavoitteita, vaikka jokin harjoitus, se ei onnistu unetilassa. (Kataja 2003, 33.)

Rentoutumisen edellytyksiä ovat myös vedoton tila sekä tilan sopiva lämpötila. Erilaisilla peitoilla ja huovilla voidaan vaikuttaa ihmisen kokemaan lämmön tuntuun. Makuu- tai istumapaikan tulisi olla pehmeä ja mukava. Tilassa ei saisi olla liikaa meteliä, mutta tilanteeseen sopiva äänimaailma puolestaan edistää rentoutumista. Hämärän valaistus on myös rentoutumista edesauttava. (Kataja 2003, 34.)

Rentoutumisen aikana ihmisessä tapahtuu erilaisia psykofysiologisia tapahtumia, kuten hengitystiheyden ja sydämen lyöntitiheyden vähenemistä. Ihmisessä tapahtuvia muutoksia on tutkittu rentoutumisen aikana, esimerkiksi stressin ja rentoutumisen vaikutusta. Rentoutuminen aikaansaa paljon positiivisia vaikutuksia ja muutoksia. Näitä ovat voimavarojen lisääntyminen, jännitystilojen poistuminen, keskittymiskyvyn paraneminen ja itsetuntemuksen vahvistuminen. Rentoutumisella on välitön vaikutus ihmisen rauhoittumiseen ja parantumiseen. (Kataja 2003, 27 – 28.)

Rentoutuminen on hyvin kokonaisvaltainen kokemus ja sillä on monia päämääriä. Se vaikuttaa ihmisen fyysiseen ja psyykkiseen puoleen. Se luo mahdollisuuksia kehittää ihmisen omia voimavaroja, joita ihmisellä on luonnostaan paljon. Voimavarojen merkitys tulee ihmiselle tärkeäksi silloin, kun hän kokee, etteivät hänen voimavaransa riitä tai hän ei koe löytävänsä niitä. Rentoutumisen avulla ihminen voi vahvistaa ja lujittaa omia voimavarojaan. (Kataja 2003, 35, 45.)

3.9 Sosiokulttuurisen innostamisen käytäntö tilassa

Sosiokulttuurisen innostamisen termi on monimuotoinen. Käsitteenä sillä tarkoitetaan muun muassa elämää, herättelyä, motivoitumista ja liikkeelle laittamista. Toimintana puolestaan se on esimerkiksi toimintaan motivoimista ja vuorovaikutussuhteisiin kannustamista. Sosiokulttuurisella innostamisella pyritään siis parantamaan ihmisten elämänlaatua. Innostaminen on kehittynyt vapaaehtoistyöstä ammatiksi 1960-luvulla. (Kurki 2000, 19.)

Kurjen (2000, 15) mukaan innostamisesta voidaan puhua silloin, kun innostaja tiedostaa, millaista toimintaa ollaan tekemässä ja miksi. Moniaistisessa tilassa sosiokulttuurinen innostaminen voidaan sisällyttää siellä järjestettäviin toimintatuokioihin ja ohjaustilanteisiin. Perhekodin työntekijät voivat innostaa ja motivoida asukkaita esimerkiksi pelaamaan yhdessä lautapelejä tai askartelemaan. Aktiviteettien yhteydessä asukkaat kommunikoivat keskenään ja uusien kaverisuhteiden muodostumisen mahdollisuus kasvaa. Kaverisuhteet puolestaan rikastuttavat asukkaiden elämää ja sen laatua. Voidaan siis olettaa, että tilaa käytettäessä käytäntö tukee innostamisen teoriaa ja toisinpäin.

4 TUTKIMUSTEHTÄVÄ JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Opinnäytetyön tarkoitus oli toteuttaa moniaistinen tila perhekodissa. Asumisyksikön alakertaan toteutettiin kaksi erilaista aistitilaa. Toinen tiloista on rentoutumiseen tarkoitettu valkoinen huone ja isompi tiloista on monitoimitila, jossa asukkaat voivat muun muassa katsella elokuvia, pelailla konsoli- ja lautapelejä, askarrella, musisoida tai lukea lehtiä.

Prosessin aikana tutkimustehtävänä oli selvittää, millä tavoin moniaistinen tila toteutetaan vastaamaan perhekodin tarpeisiin. Tutkimuskysymysten pohjalta selvitettiin toteutuneen tilan tarkoituksenmukaisuutta sekä tarpeisiin vastaavuutta. Tutkimusaineisto hankittiin palautelomakkeilla. Palautteiden vastausten perusteella etsitään vastauksia seuraaviin tutkimuskysymyksiin:

- Miten aistitila vastaa asukkaiden näkökulmasta heidän tarpeisiinsa?
- Miten aistitila vastaa kohderyhmän tarpeisiin työntekijöiden näkökulmasta?

5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS JA AINEISTONHANKINTA

Seuraavassa luvussa esitellään opinnäytetyön laadullista tutkimusotetta, toimintatutkimuksellista lähestymistapaa sekä aineistonhankintamenetelmiä. Aineistonhankintamenetelmänä on käytetty tutkimuspäiväkirjaa ja valokuvausta, sillä nämä sopivat hyvin kuvaamaan toiminnallista opinnäytetyötä. Palautekyselyn avulla hankittiin vastauksia tutkimuskysymyksiin. Luvun lopussa käsitellään prosessin eettisyyttä.

5.1 Laadullinen tutkimus

Opinnäytetyössä käytetään kvalitatiivista eli laadullista tutkimusotetta, jossa pyritään ymmärtämään kohteen laatua, ominaisuuksia ja merkityksiä kokonaisvaltaisesti. Kvalitatiivinen tutkimus valittiin, koska tutkittavasta asiasta haluttiin saada tietoa mahdollisimman monipuolisesti. Tutkimuksessa haluttiin kuulla ihmisten näkemyksiä ja mielipiteitä, joita ei voi määrällisesti mitata. Määrien sijaan haluttiin saada tietoa merkityksistä. (Koppa 2011; Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2013, 160–161.)

Kvalitatiivinen tutkimus käsittää monenlaisia tutkimuksia, joihin kuuluu erityyppisiä tutkimuksen lajeja. Näitä ovat esimerkiksi elämäkertatutkimus, osallistava tutkimus, sisällönanalyysi ja toimintatutkimus. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2013, 161–164.) Tässä opinnäytetyössä näistä edellä kuvatuista lajeista on käytetty toimintatutkimuksellista lähestymistapaa, jota kuvataan seuraavassa alaluvussa.

5.2 Toimintatutkimuksellinen lähestymistapa

Toimintatutkimukselliselle lähestymistavalle on tyypillistä toiminnan ja tutkimuksen samanaikaisuus. Heikkisen mukaan (2010, 214) sen tavoitteena on saada suoraa ja käytännöllistä hyötyä tutkimuksesta. Toimintatutkimuksessa teoria ja käytäntö ovat rinnakkaisia keskenään eli ajatuksena on, että teoria sisältyy käytäntöihin ja päinvastoin. Toimintatutkimuksen keskeisimpiä tarkoituksia on tutkia ja kehittää ihmisten välistä sosiaalista yhteistyötä. Toimintatutkimuksellisuus näyttäytyi tässä opinnäyteprosessissa yhteistyönä Herukkajän asumisyksikön työntekijöiden kanssa.

Toimintatutkimuksen keskeisiä piirteitä on useita. Tähän opinnäyteyöhön on kirjattu niistä prosessia kuvaavimmat piirteet. Yhtenä edellytyksenä on reflektiivisyys, jossa ihminen käsittelee omia kokemuksiaan ja ajatusmallejaan. Tällä tarkoitetaan uudenlaisen toiminnan ymmärtämistä ja kehittämistä. Tässä prosessissa reflektiivisyys näkyi jatkuvana ideoimisena sekä tehtyjen hankintojen ja materiaalien tarpeellisuuden perusteluna. (Heikkinen 2010, 219.)

Heikkisen mukaan (2010, 220) toimintatutkimuksessa toiminta, toiminnan havainnointi, reflektointi ja toiminnan uudelleensuunnittelu muodostavat niin sanotun kehän, jossa prosessin vaiheet seuraavat toisiaan muodostaen koko toteutuksen ajan kestävän kierron. Prosessin aikana suunnittelun, havainnoinnin, toiminnan ja arvioinnin vaiheet voivat olla epätarkkoja ja mahdollisesti sekoittua keskenään. Tämä voi tuoda haasteita tutkijalle, jos hänellä on toiveena erottaa edellä mainitut vaiheet selkeästi toisistaan. Opinnäytetyön edessä nämä haasteet olivat koko ajan läsnä tilan toteutusvaiheessa.

5.3 Aineiston hankinta

Opinnäytetyön ensisijaisena aineistonhankintamenetelmänä käytettiin tutkimuspäiväkirjaa, jota päivitettiin säännöllisesti prosessin edetessä. Toinen aineistonhankintamenetelmä oli valokuvaus, jolla haluttiin havainnollistaa tilan muutosprosessia. Valokuvia otettiin koko toteutuksen ajan.

Moniaistisen tilan tarkoituksenmukaisuutta selvittäessä koettiin, että palautelomake on sopivin aineistonhankintamenetelmä. Toiminnallisen osuuden eli tilan toteutuksen loppupuolella laadittiin palautelomakkeet erikseen asukkaille ja työntekijöille. Aistitalan valmistuttua lomakkeet lähetettiin sähköisesti kaikkiin asumisyksiköihin. Palautelomakkeet on liitetty opinnäytetyön liitteeseen.

5.3.1 Tutkimuspäiväkirja menetelmänä

Opinnäytetyön tutkimusmenetelmänä on käytetty tutkimuspäiväkirjaa, jota on kirjoitettu ajantasaisesti koko prosessin ajan. Tutkimuspäiväkirjan rooli prosessissa oli toimia kirjoittajien apuna prosessin jäsentämisessä, suunnittelussa sekä muistin tukena. Päiväkirja prosessin apuna mahdollisti kirjoittajille va-

paamuotoisen strukturoimattoman dokumentoinnin sekä myös yksityiskoh-
taisten tietojen dokumentoinnin. (Hirsjärvi ym. 2010, 218–219.) Opinnäyte-
työn tutkimuspäiväkirjassa keskityttiin erityisesti prosessin kuvauksen ja ete-
nemisen kirjaamiseen.

Tutkimuspäiväkirja voi olla joko vapaamuotoinen tai rajattu. Siihen voidaan
kirjata esimerkiksi havaintoja, teoriaa, ajatuksia ja tulkintoja. Tutkimuspäivä-
kirja on mainio apuväline kirjoittajalle, sillä se auttaa hahmottamaan työn
edistymistä ja seuraamista. Sitä käytettäessä on tärkeää kirjata merkintöjä
säännöllisesti, jotta tutkija on ajan tasalla prosessin kulusta. Päiväkirjaa lu-
kiessaan tutkija voi kerrata, miten mihinkin vaiheeseen on edetty ja miten teh-
tyihin ratkaisuihin on päädytty. Valintojen ja ratkaisujen perusteet unohtuvat
helposti, mutta tutkimuspäiväkirjasta ne löytyvät vaivattomasti, kun tutkimus-
ta kirjoitetaan lopulliseen muotoon. (Hirsjärvi ym. 2010, 45.)

5.3.2 Valokuvat tilan toteutuksen havainnollistajana

Tutkimuspäiväkirjan rinnalla ja tukena päätettiin käyttää valokuvausta tilan
toteutuksen dokumentoinnissa. Valokuvien avulla saatiin ikuistettua toden-
mukainen ja havainnollistava näkymä tilasta ennen ja jälkeen toteutuksen. Li-
säksi valokuvat helpottivat tilaan tehtyjen hankintojen perustelua.

Valokuvia otettaessa kunnioitettiin perhekodin asukkaiden ja työntekijöiden
yksityisyyden suojaa, joten ketään kohderyhmän henkilöä ei esiinny kuvissa.
Kuvia otettiin koko prosessin aikana noin 200, joista valittiin onnistuneimmat.
Valituista kuvista tehtiin kuvakollaasit, joissa vasemmanpuoleiset kuvat ha-
vainnollistavat tilaa ennen toteutusta ja oikeanpuoleiset toteutuksen jälkeen.
Näin lukijan on helppo hahmottaa tilan muutosprosessia. Kuvakollaasit ovat
nähtävissä luvussa 7.

5.3.3 Palaute

Aineistonhankintamenetelmänä käytettiin palautetta, koska palaute-käsite on
neutraalimpi verrattuna esimerkiksi kyselyyn tai arviointiin. Palaute päätettiin
lähettää asumisyksiköihin sähköisesti. Tähän ratkaisuun päädyttiin, koska sen
ajateltiin olevan selkein tapa tavoittaa kohderyhmä. Koettiin, että palauttee-
seen vastaaminen on sekä työntekijöille että asukkaille vaivattominta. Lo-
makkeet laadittiin erikseen asukkaille ja työntekijöille, mutta sisällöt pidettiin
samankaltaisina vastaajien roolit huomioiden.

Lomakkeista päätettiin tehdä mahdollisimman yksinkertaiset ja selkeät, jotta
kohderyhmän olisi helppo vastata niihin. Molemmista lomakkeista tehtiin yh-
den sivun mittaiset nimenomaan selkeyden vuoksi. Lomakkeisiin laadittiin
monivalintakysymyksiä, väittämiä sekä avoimia kysymyksiä.

Tilojen valmistuttua kaikkiin perhekodin yksiköihin lähetettiin sähköinen tiedoksianto tilan valmistumisesta, mahdollisuudesta tilassa vierailuun sekä sen käyttämiseen myös jatkossa. Sähköpostiviestiin oli liitetty palautekyselyt tilasta niin työntekijöille kuin asukkaille. Työntekijöiden toivottiin järjestävän vierailu tilaan mahdollisimman pian ja heitä pyydettiin vastamaan palautelomakkeisiin. Kiireistä aikataulua pahoiteltiin, sillä vierailuajalle ja palautteisiin vastaamiselle voitiin antaa vain kaksi viikkoa aikaa, koska tilan toteutus vei suunniteltua kauemmin.

5.4 Eettisyyden huomiointi prosessissa

Opinnäytetyöprosessissa Hämeen ammattikorkeakoulussa noudatetaan tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjeita. Hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu, että tutkija tai tutkijat kunnioittavat alkuperäisen tekstin kirjoittajan työtä kirjaamalla lähdeviitteet opinnäytetyöhön asianmukaisesti. Lisäksi tutkimusta tehdessä toimitaan rehellisesti, huolellisesti ja tarkasti sekä vaadittavat tutkimusluvut hankitaan ennen tutkimuksen toteutusta. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012–2014.) Opinnäytetyössä on noudatettu HAMK:n ohjeita lähdeviitteiden merkitsemisessä sekä tutkimuslupa ja vaaditut sopimukset on hankittu ja allekirjoitettu heti prosessin alkupuolella.

Tutkimusprosessin lisäksi eettisyys näkyi myös asumisyksikön arjen kohtaamisissa. Perhekodin asukkaiden yksityisyydensuoja huomioitiin ottamalla seuraavassa luvussa näkyvät valokuvat niin, ettei ketään asukasta esiinny kuvissa. Eettisyys näkyi myös sekä asukkaiden että työntekijöiden arvostavana, kunnioittavana ja aitona kohtaamisena. Kaikkien osapuolten mielipiteitä haluttiin kuulla tasapuolisesti ja ottaa esitetyt toiveet huomioon tilan toteutuksessa mahdollisuuksien mukaan.

6 PROSESSIN KUVAUS TUTKIMUSPÄIVÄKIRJAN POHJALTA

Tässä luvussa kuvataan tilan toteutuksen vaiheita. Tutkimuspäiväkirja on raportoitu ja jaettu sisältöalueittain, jotta prosessin kulusta saa mahdollisimman aidon käsityksen. Kaikkiin vaiheisiin on poimittu otteita alkuperäisestä tutkimuspäiväkirjasta elävöittämään kuvausta.

6.1 Tutustumiskäynti ja ensimmäiset tilan ideoinnit yhteisesti

Tilan toteutusprosessi aloitettiin toukokuun puolivälissä, jolloin puhelimitse sovittiin tutustumiskäynti Herukkakujan asumisyksikköön. Tarkoituksena oli käydä tapaamassa opinnäytetyötä ohjaava työelämän edustaja sekä tutustua yksikköön ja sen asukkaisiin. Toiveena oli keskustella tulevasta yhteistyöstä sekä nähdä alakertaan toteutettava tila konkreettisesti. Asumisyksikön tiloista sai nykyaikaisen ja hienon vaikutelman. Asumisyksikössä oli myös erään työntekijän koira piristämässä asukkaiden arkea.

Esittelimme itsemme ja kyselimme asukkaiden kuulumisia. Eräs asukas otti meidät todella lämpimästi vastaan ja esitteli heidän asumisyksikköään ja erityisesti omaa huonettaan.

Opinnäytetyöstä keskustellessamme ohjaaja kertoi omia ja työyhteisön toiveita moniaistisen tilan suhteen. Lisäksi keskustelimme aiemman opinnäytetyön tilasuunnitelmasta ja siihen toivottavista kehitysideoista. Yllätyimme, kuinka paljon suunnitelmaan halutaan muutoksia. Meidän tulee siis panostaa toteutuksen lisäksi myös suunnittelutyöhön. Kirjasimme ideoita ylös ja keskustelua jatkettiin hankittavista materiaaleista.

Lopuksi tutustuttiin varsinaiseen tilaan, mikä auttoi kehitysideoiden hahmottamisessa. Tila sijaitsee asumisyksikön alakerrassa. Se on ikkunaton ja huonekorkeus on hyvin matala. Siellä on ruskeanvärinen laminaattilattia ja isomman tilan seinät on maalattu valkoisiksi. Tilan saa halutessaan suljettua haitariovella. Tila jakautuu kahteen erikokoiseen huoneeseen: isommasta huoneesta käytämme nimitystä monitoimitila ja pienemmästä huoneesta valkoinen huone. Valkoisessa huoneessa on siniset seinät ja myös sama ruskea laminaattilattia. Tilan saa myös suljettua omaksi tilakseen tilan isommasta osasta.

6.2 Ensimmäisiä havaintoja ja toiveita moniaistisen tilan suhteen

Monitoimitilassa oli sohva, pelinurkkaus ja iso ruskea pöytä, jonka ääressä perhekodin työntekijät voivat askarrella ja puuhastella asukkaiden kanssa. Pöydän ääressä työntekijöiden on mahdollista pitää palavereita. Tilassa oli kaksi rikkiäistä nojatuolia ja korituoli, jotka olivat menossa kaatopaikalle. Huoneen yhdellä reunalla oli myös laatikoita pinossa. Tälle seinälle olisi tarkoitus tulla hyllyjä, joissa pelejä ja askartelutarvikkeita säilytettäisiin. Toiveena olisi, että jokaisen pelin kohdalla olisi pelin nimi ja kuva kyseisestä pelistä, jotta asukkaat voisivat olla hyvin omatoimisia tavaroiden käytön suhteen. Samaiselle seinälle toivottiin maalattavan myös yksinkertaisia, iloisia ja värikkäitä kuvia, kuten palloja, kukkia ja aurinko, mitkä tekisivät seinästä kutsuvamman. Kuvien tarkoituksena olisi innostaa asukkaita käyttämään tilaa sekä erityisesti hyllylle tulevia pelejä ja askarteluvälineitä.

Yhdessä huoneen nurkassa oli myös kosketinsoitin, jossa asukkaat voivat musisoida itsenäisesti tai ohjaajan avustuksella. Myös musiikkiterapeutti vieraillee asumisyksikössä säännöllisesti. Yhdelle isomman tilan tyhjälle seinälle toivottiin kosketeltavaa tuntoaistiseinä, jossa olisi erituntuisia ja -värisiä pintoja.

Meille annettiin vapaat kädet suunnitella ja toteuttaa tuntoaistiseinä. Olimme tästä hyvin iloisia, sillä pääsisimme vapaasti kokeilemaan omaa luovuuttamme. Tilaa tulevat käyttämään niin asukkaat kuin työntekijät, joten seinän suunnittelussa meidän tulee huomioida se, että asukkaat saavat siitä erilaisia aistikokemuksia, mutta myös se, että seinä olisi visuaalisesti hauskan näköinen ikään kuin taide-esineenä.

Pienemmästä huoneesta toivottiin Snoezelen-henkistä valkoista huonetta rauhoittumista ja rentoutumista varten. Valkoisessa huoneessa oli valmiina ruskea fysioakustinen tuoli ja iso valkoinen kaksiovinen kaappi. Huoneen seinät olivat alun perin vaaleansiniset, mutta ohjaajamme kertoi maalaavansa ne valkoisiksi, minkä jälkeen seinille ripustettaisiin valkoinen voilee-kangas pehmentämään huonetta. Tarkoituksena oli, että kaikki huoneeseen tulevat hankinnat olisivat valkoisia. Valkoiseen huoneeseen toivottiin myös, että siellä toimisi ainoana valaistuksena oranssin sävyinen suolakivilamppu. Tällä pyrittiin siihen, että huoneen tunnelma olisi mahdollisimman rauhoittava ja rentouttava.

6.3 Tarkennuksia tilan ideointiin ja keskustelua budjetista

Toukokuun lopulla tila valokuvattiin ja materiaalivalintoja suunniteltiin tarkemmin ohjaajan kanssa. Edellisellä tapaamiskerralla työelämäohjaaja oli jo esitellyt Kokkosen opinnäytetyön tilasuunnitelmaa ja tällä kertaa hän kertoi lisää kehitysideoitaan tilojen suunnitelman suhteen. Lopuksi vielä tulevien hankintojen koosta, materiaaleista sekä niiden määristä neuvoteltiin. Budjetiksi toteutukseen annettiin 600 euroa.

Työelämäohjaajan kanssa sovittiin eri liikkeiden kiertelemisestä ja hankintalistan tekemisestä. Ohjaaja oli sitä mieltä, että hankinnat tehtäisiin ainoastaan Hämeenlinnan alueelta, eikä esimerkiksi internetistä tilattaisi mitään. Tarvitavien tuotteiden hintoja vertailtiin ja niistä yritettiin löytää hintalaatusuhteeltaan sopivimmat tuotteet, jotka sitten käytäisiin hankkimassa yhdessä ohjaajan kanssa. Seuraavalla tapaamiskerralla tarkoituksena oli esitellä tehty lista hankintaehdotuksista työelämäohjaajalle sekä sopia ensimmäisen ostoskäynnin ajankohta.

Pohdimme keskenämme 600 euron budjettia. Olemme hiukan huolissamme budjetin niukkuudesta, sillä tällä rahalla meidän tulee pystyä toteuttamaan kaksi eri tarkoitukseen toteutettavaa aistitilaa. Pelkkä Fatboy-säkkituoli tulisi jo syömään kolmannen budjetista. Onko budjetti realistinen?

6.4 Hintavertailua ja muutos budjettiin

Varsinainen toiminta aloitettiin kesäkuun alussa. Hintavertailua tehtiin kiertelemällä Hämeenlinnan alueen huonekalu- ja sisustusliikkeitä. Sopivien vaihtoehtojen nimet, koot, mahdolliset tuotemerkit, pesuasteet ja hinnat kirjattiin ylös. Myöhemmin hankinnoista tehtiin lista Excel-taulukkoon. Lista on liitetty opinnäytetyön liiteosioon.

Lopuksi laskettiin yhteen mahdollisten hankintojen kokonaissumma. Ne tuotteet, joita ei vielä löydetty, lisättiin budjettiin suuntaa-antavasti. 600 euron budjettiin nähden hankittavaa oli yllättävän paljon. Tässä vaiheessa näytti siltä, että budjetti ylittyisi noin 100–150 eurolla. Seuraavaksi olikin tärkeää tarkentaa mahdollisia hankintoja ja ohjaajan käsitystä hinta-laatusuhteesta. Tarkennus koski erityisesti hintavampia hankintoja, kuten kuplaputkivalaisinta ja säkkituolia.

Etsimme hankintoja 9.6, 10.6. ja 11.6.2014. Hinta-laatusuhteeltaan hyvien ja sopivien tuotteiden löytyminen oli hyvin haastavaa budjetin rajallisuuden vuoksi. Pohdimme myös, että käsityksemme hyvästä hinta-laatusuhteesta voi olla hyvin erilainen, kuin ohjaajallamme. Nyt näyttää siltä, että budjetti ylittyy reilusti. Joko meidän täytyy tinkiä laadusta tai budjettia on pakko nostaa.

Kolmannen kerran asumisyksikössä käytiin heinäkuun alussa. Budjettiin ja hankintoihin tehtiin tarkennuksia sekä valkoisen tilan ympärysmittaa mitattiin voilee-kangasta ajatellen. Tiloihin tulevista yksityiskohdista ja budjetista keskusteltiin pitkään. Ohjaaja kertoi, että lopullinen budjetti olisikin 1200 euroa.

6.5 Muita toiveita tilaan ja keskustelua tilan jaosta

Keskusteltiin jälleen valkoisesta huoneesta. Huoneeseen hankittaisiin yhden hengen sänky, kaksi suolakivilamppua, cd-soitin ja kaiuttimet, kaksi isoa valkoista mattoa sekä yksi pyöreä matto. Henkilökunnan toiveena oli, että valkoiseen huoneeseen hankittaisiin kaksi valkoista säkkituolia, jotta tilaa voi tarvittaessa käyttää 3-4 asukasta samanaikaisesti. Asukkaiden hierontaa ja rentouttamista varten valkoisen huoneen kaappiin voitaisiin hankkia esimerkiksi huiveja, hierontapalloja, pölyhuiskuja, pensseleitä ja päähierontalaitteita.

Lisäksi puhuttiin monitoimitilan jakamisesta kahteen osaan väliverholla, sillä tilan selkeä jakaminen auttaisi perhekodin asukkaita hahmottamaan tilan eri käyttötarkoituksia. Tila olisi hyvä jakaa esimerkiksi askartelualueeseen, musiikinurkkaukseen, pelitilaan sekä oleskelutilaan. Myös työelämäältä toiveena tullut tuntoaistiseinä toimisi omana toimintonaan tilassa.

Ensimmäisillä tapaamiskerroilla olimme keskustelleet siitä, että kaikki hankinnat tehtäisiin ainoastaan Hämeenlinnan alueella sijaitsevista sisustusliikkeistä ja tavarataloista, eikä internetistä tilattaisi mitään. Nyt työelämäohjaajamme haluaisi kuitenkin tilata noin 500 euron arvoisen kuplaputkivalaisimen verkkokaupasta, koska sitä ei ole saatavilla Hämeenlinnasta. Budjetin tuplaantumisesta huolimatta pohdimme, syökö kuplaputkivalaisin liian suuren osan budjetista. Voisiko samalla rahalla hankkia tilaan jotain muuta?

6.6 Ensimmäisiä hankintoja ja toteutuksia

Heinäkuun puolessa välissä tehtiin ensimmäisiä hankintoja valkoista huonetta varten. Rautakaupasta ostettiin valkoinen seinämaali ja kiskot valkoisen huoneen kattoon sekä välikisko monitoimitilaan. Huonekaluliikkeestä ostettiin edulliset valkeat tarjousmatot sekä luontaistuotekaupasta kaksi suolakivilamppua. Voilee-verhokangas tilattiin kangaskaupasta ja tilaus noudettiin viikkoa myöhemmin. Voilee-kangas laskostettiin valkoisen tilan ympärille kiskoihin. Tilan mataluuden vuoksi kankaasta ylijäänyt kaistale otettiin mukaan hyödynnettäväksi kattolaskokseen.

14.7.2014. Sovittiin, että toteutus aloitetaan valkoisesta huoneesta, koska siihen meillä on selkeä idea ja suunnitelma. Huoneen valmistuttua siirrymme toteuttamaan suurempaa tilaa. Tämä on meistä hyvä ratkaisu, jotta isomman tilan yksityiskohtia ehditään vielä hioa.

21.7.2014. Ostoskäynti. Hankimme valkoiseen huoneeseen tyynejä, kaksi huopaa, päiväpeitteen, helmalakanan, froteelakanan sekä tyynyliinat. Meistä oli mukava huomata, että ostosten tekeminen ja yhteisymmärrykseen pääseminen sujuivat vaivattomasti.

Tilattu verho ja ylijäänyt kangaskappale vietiin asumisyksikköön viikko tilauksen tekemisen jälkeen. Samalla ensimmäiset itse tehdyt erimuotoiset ja -tuntuiset hernepussit vietiin valkoisen huoneen kaappiin. Hernepussit olivat yksi työelämän toiveista ja niitä tehtiin myöhemmin lisää. Samalla käynnillä suunniteltiin tuntoaistiseinää ja seinämaalausta, joka maalattaisiin yksinkertaisten kuvien sijaan monitoimitilan seinälle. Lisäksi ylijäänyttä voileekangasta ideoitiin valkoisen huoneen kattoon.

2.8.2014. Tällä käynnillä pohdimme, miten ylijääneen kankaan saisi ripustettua valkoisen huoneen kattoon. Yritimme myös hahmotella kankaan asettelua mallintamalla sitä konkreettisesti. Toinen meistä keksi, että kankaan laskostamisen apuna voisi käyttää esimerkiksi jonkinlaista rengasta.

Seuraavan kerran toteutuksia ja mahdollisia hankintoja pohdittiin käynnin lopuksi. Näitä ostoksia olivat herneet ja makaronit hernepusseihin, vanerilevy tuntoaistiseinää varten sekä säilytyskorit valkoisen huoneen kaappiin. Ennen lähtöä erästä työntekijää pyydettiin pesemään jo hankkimamme lakanat ja tyynyliinat, jotta ne olisivat valmiina valkoisen huoneen sisustamisen viimeistelyä varten.

6.7 Uusi idea seinämaalaukseen – yhtenäinen kokonaisuus

Alun perin seinälle toivottiin maalattuja yksittäisiä, iloisia ja värikkäitä kuvia. Ideoita maalaukselle pohdittiin ja maalauksista yritettiin suunnitella toimivaa kokonaisuutta. Pitkän pohdinnan jälkeen päädyttiin siihen, että yksittäisten kuvien sijaan seinälle tulisikin isompi, yhtenäinen maalaus.

Meitä jäi mietityttämään ajatus yksittäisistä ja toisistaan irrallisista kuvista. Kukat, pallot ja aurinko voivat luoda tilaan sekavan vaikutelman ja luulemme, että yhtenäisempi seinämaalaus rauhoittaisi tilaa.

Käytiin keskustelemassa monitoimitilan seinään tulevasta seinämaalauksesta. Maalauksen ideana oli puu, jonka oksilla olisi laulavia lintuja. Yhden linnun nokasta lähtisi nuottoviivasto aaltoilevasti musiikkinurkkaukseen saakka. Näin kuvasta tulisi selkeä kokonaisuus, mutta samalla se myös jakaisi askartelutilan ja musiikkinurkan luontevasti, mikä oli työelämän toive. Työelämäohjaajamekin innostui maalausideastamme ja pääsimme lopulta yhteisymmärrykseen tulevasta maalauksesta.

Olemme erittäin innoissamme uudesta maalausideasta ja siitä, että työelämäkin tykästy ajatukseen!

Asumisyksiköltä lähdettiin askarteluliikkeeseen varaamaan tarvittavat maalit seinämaalausta varten. Sovittiin, että askarteluliikkeessä käydään yhdessä ostamassa maalit seuraavalla kerralla, kun tehdään muitakin hankintoja.

6.8 Lisää hankintoja ja hernepussien tekoa

Seuraavan kerran asumisyksikölle mentiin elokuun alussa. Työelämäohjaaja oli saanut ripustettua verhon valkoisen huoneen seinille. Tällä kertaa lähdettiin jälleen ostoksille tekemään viimeisiä hankintoja valkoiseen huoneeseen ja ensimmäisiä hankintoja monitoimitilaa varten. Huonekaluliikkeestä ostettiin iso musta säkkituoli sekä jalat aistihuoneen sänkyyn. Askarteluliikkeestä haettiin varatut maalit ja pensselit seinämaalausta varten sekä kaksi isoa silkkipaperista koristepalloa ja vihreä puinen koriste. Lisäksi hankittiin valkoinen metallirengas kattolaskosta varten ja höyhenkoriste ripustettavaksi valkoisen huoneen kattoon. Ostosten jälkeen tarkoituksena oli viimeistellä valkoista huonetta, mutta tämä ei valitettavasti sopinut työelämälle palaverin vuoksi.

9.8.2014 Sovimme ohjaajamme kanssa, että menemme etsimään rautakaupoista hyllyjä moniaistisen tilan pelihyllyiksi. Meidän tulee etsiä kahta tasoa, toinen olisi leveydeltään kaksi metriä ja toinen 120 senttimetriä. Näiden lisäksi meitä pyydettiin etsimään sopivaa vanerilevyä tuntoaistiseinän tekemistä varten.

9.8.2014 Kävimme keskenämme hankkimassa makaronit ja herneet hernepusseja varten. Kiersimme myös kirpputorilla etsimässä aistitilaan sopivia löytöjä. Sieltä löytyikin laadukas raidallinen kangas hernepusseja varten ja puisia kehyksiä tuntoaistiseinän toteuttamiseen. Ostokset maksoivat yhteensä noin 10 euroa.

18.8.2014. Innostuimme tekemään hernepusseja raitakankaasta. Niiden täytteeksi laitoimme herneitä ja makaronia, mutta myös kierremakaronia, riisiä, pahvinpalasia ja muoviva, jotta ne tuntuivat mahdollisimman erilaisilta. Teimme pusseja yhteensä 17 kappaletta aiemmin asumisyksikköön vietyjen lisäksi. Niitä voi käyttää esimerkiksi asukkaiden hieromisessa.

6.9 Seinämaalauksen toteutus ja valkoisen huoneen viimeistely

Elokuun lopulla tilaan maalattiin seinämaalaukset. Samalla sinne vietiin aiemmin tehdyt hernepusset. Maalaus toteutettiin uuden idean pohjalta toisen opiskelijan äidin toimesta. Seinämaalaukset valmistui noin viidessä tunnissa. Herukkakuun henkilökunta oli erityisen ilahtunut ja tyytyväinen maalaukseen.

25.8.2014. Sovimme menevämmme viimeistelemään valkoista huonetta sekä ostamaan hyllyt ja tuntoaistiseinän vanerilevyn. Ohjaajamme ei kuitenkaan muistanut tapaamista. Odottaessamme häntä huomasimme, että ylijäänyt voilee-kangas oli jo laskostettu sängyn yläpuolelle. Tämä oli meille pieni pettymys, sillä meillä olisi ollut idea verhon laskostukseen. Olimme kuitenkin iloisia siitä, että huone oli jo melkein valmis.

Valkoisen huoneen viimeistelyideoita suunniteltiin ja lisättiin muun muassa kangas valkoisen huoneen väli-ikkunaan. Ikkunaa ei haluttu laittaa kokonaan umpeen, jotta valo toisesta huoneesta kajastaisi tilaan luoden siihen oman tunnelmansa.

Työelämäohjaajan saavuttua paikalle todettiin, että monitoimitilaan hankitaan tilanjakajahylly peleille ja valkoiseen huoneeseen tarvitaan uusi sänky, koska hankitut sängynjalat eivät sopineetkaan jo olemassa olevaan sänkyyn. Monitoimitilaan oli jo hankittu värikkäät verhot. Tilan mataluuden takia verhot olivat liian pitkät. Tästä syystä ne otettiin mukaan ja lyhennettiin tutulla ompel-

lijalla, jotta niistä tulisi tasalaatuiset. Päivän päätteeksi käytiin vielä rautakautissa varaamassa vanerilevyä.

25.8.2014. Keskustelimme hankittujen verhojen kuosista, joka valitettavasti riiteli valitsemamme värimaailman kanssa. Halusimme korostaa tilan värimaailmassa luonnonvärejä, kuten vihreää, sinistä, keltaista ja ruskeaa, mutta meistä tuntuu, että kuosissa on liian voimakkaita värejä ja levottomia yksityiskohtia. Pohdimme, tuleeko tilan yleisilmeestä liian sekava, kun verhot laitetaan paikoilleen.

30.8.2014. Saavuimme tilaan ja huomasimme sängyn, joka oli jo pedattuna huoneessa. Ohjaajamme oli omatoimisesti lisännyt sängyn yläpuolelle laitetun kattokankaan päälle kirkkaat jouluvalojen tyyppiset sisävalot. Tämä on mielestämme loistava lisä huoneen tunnelmaa ajatellen!

6.10 Monitoimitilan toteutus ja aistitilan viimeistely

Ostoksia lähdettiin tekemään yhdessä ohjaajan kanssa. Monitoimitilaan hankittiin tilanjakajahylly, vanerilevy sekä tarvikkeita tuntoaistiseinää varten. Tuntoaistiseinään ostettiin muun muassa pölyhuiskuja, tiskiharjoja, liinoja, tiskirättejä, puhdistussieniä, valokuvakehyksiä sekä kaksi erilaista pöytätablettia. Ostoskäynnin jälkeen monitoimitilaa jakavat verhot laitettiin paikoilleen, puunvärisiä kehyksiä maalattiin omaan väriteemaan sopiviksi sekä kehyksiin suunniteltiin tulevia tunnustelumateriaaleja ja niiden väriyhdistelmiä.

Syyskuun alussa tilasta haettiin kuivumaan jätetyt kehykset ja vanerilevyn reunat maalattiin vihreiksi kehystämään tuntoaistiseinää. Maalin kuivuttua levyyn liimattiin vielä narusta tehty palmikko. Palmikko toimii myös yhtenä kosketeltavista elementeistä tuntoaistiseinässä.

Seuraavana päivänä vaneriin tulevat tuntoaistikehykset tehtiin valmiiksi. Eri-laisia tiskisieniä ja -rättejä sekä pöytätabletteja liimattiin ja kiinnitettiin valokuvakehyksiin. Kehysten valmistuttua ne käytiin kiinnittämässä vanerilevyyn.

Kävimme viimeistelemässä tiloja 13.9 ja 16.9.2014. Teimme tuntoaistiseinän valmiiksi ja kiinnitimme sen yhdessä ohjaajamme kanssa monitoimitilan seinälle. Levy ei lopulta päätynyt-kään alkuperäisen suunnitelman mukaiseen paikkaan sohvan viereiselle seinälle, vaan se kiinnitettiin vastakkaiselle seinälle. Paikan vaihdos tuli toiveena asumisyksikön työntekijöiltä.

Valkoinen huone viimeisteltiin laittamalla huonekalut paikoilleen. Huonetta oli jo kokeiltu ensimmäisiä kertoja. Huoneeseen laitettiin oikea valaistus, jonka jälkeen siitä otettiin valokuvat.

Ennen loppukatselmusta tarkistettiin, että alakerran tila oli kaikin puolin siisti ja järjestyksessä. Katselmukseen saapui perhekodin johtajan sijaan hänen poikansa, sillä johtaja oli estynyt pääsemään paikalle. Katselmuksessa tilakokonaisuus käytiin läpi, perusteltiin valintoja ja kuvailtiin tilan eri käyttömahdollisuuksia. Samalla yhteistyöstä ja koko prosessin kulusta kerrottiin yleisesti. Katselmuksen jälkeen valmis monitoimitila valokuvattiin.

Meitä ilahduttaa kovasti, että tila on vihdoinkin valmis, ja että toimeksiantaja on tilaan erityisen tyytyväinen!

7 KUVIA TILASTA ENNEN JA JÄLKEEN TOTEUTUKSEN

Tässä luvussa kuvataan valitun värimaailman perusteluja sekä esitellään aistitilaa kuvakollaaseilla. Värimaailmaa on perusteltu sen vuoksi, että osalle tilan käyttäjistä eri väreillä ja niiden määrillä on merkitystä tilassa viihtymisen kannalta. Kollaaseilla on haluttu selventää sitä, miltä tila näytti ennen prosessin alkua ja toteutuksen jälkeen.

7.1 Valitun värimaailman perustelu

Monitoimitilan värimaailmaa lähdettiin suunnittelemaan tilassa jo olemassa olevien huonekalujen väreistä. Kuvan 8. vaalea sohva ja vihreä matto olivat värimaailman ensimmäisiä lähtökohtia. Tilan ikkunattomuuden takia tilaan haluttiin tuoda luonnon väreinä vihreää, ruskeaa, sinistä ja iloista keltaista. Tämä näkyy esimerkiksi tilaan maalatussa seinämaalauksessa (ks. Kuva 3). Iloisten värien lisäksi tilaan haluttiin tuoda kontrastia ripauksella mustaa. Valkoinen väri on merkittävässä osassa toteutusta erityisesti Snoezelenhenkisessä valkoisessa huoneessa.

Väreihin liittyy paljon tunnesiteitä ja symbolisia merkityksiä. Värit vaikuttavat ihmisen mielentilaan ja luovat erilaisia tilavaikutelmia. Voimakkaat ja puhtaat värit, kuten punainen ja keltainen saattavat vaikuttaa voimakkaammin, kuin neutraalimmat pastellivärit. (Wetzer 2000, 91.) Seuraavissa kappaleissa perustellaan aistitilaan valittuja värejä ja niiden vaikutuksia teoreettisesti.

Vihreässä värissä korostuu tasapainottava luonnon energia. Kohderyhmää ajatellen täytyi välttää voimakkaita ja levottomia värejä, joten tilaan valittiin neutraali vihreä. Siinä yhdistyvät muutkin tilaan valitut päävärit; sininen ja keltainen. Verner-Bonds (1999, 23) kirjoittaa teoksessaan, että vihreä auttaa väsymykseen ja ahdistukseen. Se lievittää ärtymistä ja päänsärkyä sekä tekee suljettujen tilojen sietämisestä helpompaa. Wetzlerin (2000, 93) mukaan vihreän fyysinen vaikutus näkyy muun muassa verenpaineen ja pulssin alenemisena ja tunteiden rauhoittumisena. Vihreä kuvaa levollisuutta, mutta se ei kuitenkaan ilmaise toimeksiantajien toivomaa passiivisen aktiivisuuden.

Tumman vihreä kuvastaa turvallisuutta ja varmuutta ja vaalea vihreä puolestaan rauhaa ja hyväntahtoisuutta. (Luukkonen 1998, 40.)

Sininen on levollisuuden ja tyyntymisen väri, joka vaikuttaa ihmiseen rauhoittavasti ja hillitsevästi. Sininen on mietiskelyn, vapauden ja vilpittömyyden väri. Sinisen värin puuttuminen ympäristöstä tuntuu hapen puutteena ja siltä, kuin ei voisi hengittää. Wetzlerin (2000, 94) mukaan tämä ilmenee ikkunattomissa tiloissa, joissa ulkomaailmaa ei näe, eikä tilaan ole luotu korvaavia elementtejä. Sininen on vihreän tavoin avoin, kevyt ja levollinen. (Verner-Bonds 1999, 23.)

Keltainen on iloinen väri, joka säteilee kuin auringon valo sekä edistää myönteistä mieltä. Keltainen edistää loogista ajattelua ja auttaa keskittymään. Se myös lisää stressinsietokykyä sekä vähentää negatiivisuutta ja alakuloa. Keltainen on inspiroiva ja silmiinpistävä väri, jonka luonne on lämmin, mutkaton ja sykehdyttävä. Keltainen väri kiihdyttää tunteita, lisää aineenvaihduntaa sekä nostaa ihon lämpötilaa ja pulssia. (Luukkonen 1998, 30–31; Wetzler 2000, 93.)

Ruskea liitetään useimmiten luontoon. Ruskea väri symboloi turvallisuutta. Sitä voidaan pitää vertauskuvana maalle, sillä maasta lähtee liikkeelle uuden elon ja vihreyden kasvu. Ruskea on vahva osa luontoa; siitä lähtee uuden alku ja siihen päättyy luonnon kiertokulku. Pyrkimys luonnonläheisyyteen näkyy tilassa erilaisina puupintoina huonekaluissa. (Luukkonen 1998, 75.)

Valkoinen väri heijastaa kaikkia muita värejä, se mahdollistaa muille väreille tilan loistaa. Se on värinä puhdas, tyyni ja avoin, mutta liiallisena kylmä ja ikäviä mielikuvia aiheuttava. Tilassa valkoinen avartaa ja keventää tilan vaikutelmaa. (Wetzler 2000, 95.) Valkoisessa huoneessa liikaa puhdasta valkoista on pyritty rikkomaan luonnonvalkoisilla matoilla ja suolakivilamppujen oranssilla sävyllä ja lämpimällä valolla. Näin huone ei aiheuta sen käyttäjille sairaalaan viittaavia mielikuvia.

7.2 Kuvakollaasit tilasta

Tässä luvussa esitellään kuvakollaaseja aistitilasta. Kuvien lomassa avataan Herukkakujan työntekijöiden esittämiä toiveita ja perustellaan tehtyjä valintoja. Tila on toteutettu noin 1200 euron budjetin puitteissa ja toteutuksessa on hyödynnetty jo olemassa olevia huonekaluja mahdollisimman paljon.

7.2.1 Monitoimitilan yleisilme



Kuva 1. Näkymä ovelle sekä moniaistisen tilan pöytä ennen ja jälkeen toteutuksen

Ennen toteutusta (Kuva 1. kuvat vasemmalla) tilan sivulla oli tietokonetaso osissa ja sen vieressä oli pinossa vetolaatikoita. Monitoimitilan yhdessä nurkassa oli kosketinsoitin ja nojatuoli ja huoneen keskellä iso pöytäryhmä. Tilan sisääntulon viereisellä seinällä nojasi irrallinen valkotaulu, johon oli tarkoitus heijastaa projektorin kuvaa esimerkiksi henkilökunnan palavereiden aikana.

Toteutuksessa tietokonetaso koottiin ja vetolaatikat vietiin pois. Kosketinsoitin ja nojatuoli jäivät nurkkaukseen. Kuvissa oikealla näkyvä puunvärinen sermi siirrettiin huoneen tälle puolelle rajaamaan musiikkinurkkausta (ks. Kuva 6.) muusta tilasta. Toivottu ja pidetty tuntoaistiseinä päättyi lopulta valkotaulun paikalle sisääntulon viereiselle seinälle.



Kuva 2. Näkymä ovelta monitoimitilaan ennen ja jälkeen toteutuksen

Näissä kuvissa (Kuva 2.) on näkymä aistitilan ovelta monitoimitilan perälle. Vasemman puoleinen kuva on otettu ennen prosessin alkua. Kuvan etualalla näkyy korituoli sekä kaksi ruskeaa nojatuolia, mitkä poistettiin tilasta. Tilassa on kellertävä sohva, kaksi mattoa, pieni punainen pöytä, hylly sekä puunväri-
nen sermi. Kuvan oikeassa reunassa on iso ruskea pöytä niin asukkaiden as-
kartelu- ja lukuhetkiä kuin työntekijöiden palavereita varten.

Oikean puoleisessa kuvassa näkyy tila toteutuksen jälkeen. Suunnittelussa pi-
dettiin tärkeänä jo olemassa olevien tavaroiden hyödyntämistä, mikä edesaut-
toi myös budjetissa pysymistä. Kellertävä sohva ja vihreä matto jäivät tilaan,
kuten myös iso pöytäryhmä. Poistettujen ruskeiden nojatuolien ja korituolin
tilalle hankittiin musta säkkituoli. Myös pieni punainen pöytä vietiin pois ti-
lasta. Etuosassa näkyvä harmaa matto oli jo ennestään asumisyksikössä, ja si-
tä hyödynnettiin käytävämattona.

Pagliano (1999, 41) kuvaa Kewinin (1991) näkemystä, jonka mukaan liian
suuri määrä tavaroita voi aiheuttaa tilaan sekaannusta. Tavarointa hankittaessa
olisi tärkeää pohtia, että jokaisella esineellä olisi perusteensa tilassa ja että ky-
seinen esine sopisi myös tilan muihin esineisiin [kirjoittajien suomennos].

Uutena lisänä tilaan tuotiin televisio pelaamista ja elokuvien katsomista var-
ten. Tilaan laitettiin myös väliverhot jakamaan elokuva- ja pelikulma askarte-
lutilasta. Näin asukkailla on tarvittaessa mahdollisuus omaan rauhaan. Väli-
verhot olivat erään työntekijän hankkimat. Myös takaseinän tapetti oli työ-
elämäohjaajan idea ja omatoiminen toteutus tilaan. Ohjaaja koki, että valkoi-
nen seinä kaipasi jonkin piristävän yksityiskohdan.

7.2.2 Seinämaalaukset tilan jakamisen hahmottajana



Kuva 3. Seinämaalaukset

Seinämaalauksen (Kuva 3.) maalasi toisen opiskelijan äiti 23.8.2014. Alun perin ohjaaja oli suunnitellut tälle seinälle maalattavaksi värikkäitä, iloisia ja yksinkertaisia kuvia, kuten palloja, kukkia ja aurinko. Työelämän yhtenä toiveena oli kuitenkin maalauksen ajattomuus. Toinen toive oli, ettei maalaus veisi asukkaiden huomiota varsinaisilta toiminnoilta, kuten musisoinnilta tai askartelulta. Ajatuksena lopputuloksessa oli, että puun oksalla istuva ja laulava lintu laulaisi nuottiviivaston, joka kasvaisi aaltoilevasti nurkan yli toiselle seinälle saakka. Näin kuvasta saatiin yhtenäinen ja herkkä kokonaisuus yksittäisten kuvien sijaan. Samalla se myös rajaa musiikkinurkkausta huomaamattomasti.

7.2.3 Monitoimitilan aktivoivat osiot



Kuva 4. Tilanjakajahylly ja säkkituoli

Tilaan hankittiin avohyllyjen sijaan tilanjakajahylly (Kuva 4.), jotta hyllyä olisi jatkossa mahdollista hyödyntää myös konkreettisesti tilan jaossa. Hylly päätettiin sijoittaa lähelle sisääntuloa käytännön syistä. Hyllyn voi nähdä heti tilaan tullessaan ja tavarat ovat hyvin esillä. Ajatuksena oli, että tilan käyttäjiä rohkaistaisiin aktiivisuuteen ja oma-aloitteisuuteen. Esilläolon ja saatavuuden vuoksi uskomme, että tilan käyttäjät innostuvat kokeilemaan helposti saatavissa olevia tavaroita ja pelejä.

Hyllyyn on laitettu lautapelejä, lehtiä, kirjoja ja askarteluvälineitä. Tarkoituksena oli, että hyllystä löytyisi jokaiselle tilaa käyttävälle jotain mieleistä, ja tällä pyritään lisäämään tilan käyttäjien viihtyvyyttä. Hyllyn viereen laitettiin suuri musta säkkituoli istuskelua varten. Tilaan olisi haluttu aito Fatboy-säkkituoli, mutta se päädyttiin korvaamaan edullisemmalla vaihtoehdolla budjetin rajallisuuden vuoksi.

Hintavien tuotteiden hankkiminen ei tarkoita, että tilasta tulisi välttämättä parempi. Edullisemmilla välineillä ja tavaroilla on monia etuja: Mikäli esineet eivät sovi käyttötarkoitukseltaan tilaan ne voidaan heittää pois ilman, että tarvitsee harmitella hukkaan menneitä rahoja. Edullisemmilla valinnoilla henkilökunnalla on enemmän mahdollisuuksia tehdä erilaisia kokeiluja ja katsoa, mitkä tuotteet olisivat tarpeenmukaisimpia [kirjoittajien suomennos]. (Paglia-no 1999, 41.)



Kuva 5. Tuntoaistiseinä

Tuntoaistiseinän (Kuva 5.) piti alun perin tulla tapetin tilalle sohvan viereiselle päätyseinälle. Totesimme kuitenkin, että aistiseinää tunnuksileva asukas saattaa häiritä esimerkiksi elokuvaa katsovaa asukasta, mikäli he ovat tilassa samaan aikaan. Koska tilassa ei toistaiseksi ole projektoria, voitiin tuntoaistiseinä kiinnittää valkotaulun paikalle heti sisääntulon viereen. Paikan vaihtaminen teki tilasta toimivamman kokonaisuuden.

Tuntoaistiseinän vanerilevyn mitat ovat 1x2 metriä. Aistiseinän toteutuksessa on pyritty toistamaan alkuperäisen värimaailman värejä. Vanerilevyn reunat maalattiin rauhoittavalla vihreällä. Ideana oli, että pieniä tauluja kehystäisi niin sanotusti isompi taulu. Pieniin tauluihin laitettiin erilaisia tunnukselupintoja, kuten tiskisieniä ja -rättejä, pöytätabletteja, siivousliinoja ja rypyttettyä foliota jääpalapussin taakse. Muita tunnukseltavia elementtejä seinässä ovat pölyhuiskut, tiskiharjat ja vihreän maalin reunaan liimattu narupalmikko.



Kuva 6. Musiikkinurkka ennen ja jälkeen toteutuksen

Musiikkinurkka (Kuva 6.) säilyi omalla paikallaan tilan valmistuttua. Piristyksenä nurkkaan tuli toisen opiskelijan äidin maalaama seinämaalauk. Tilassa ollut puunväriäinen sermi laitettiin rajaamaan nurkkaa, jotta asukkaat voisivat musisoida omassa rauhassaan. Asumisyksikössä käy säännöllisesti musiikki-terapeutti, joka totesi musiikkinurkkauksen toimivaksi.



Kuva 7. Tietokonenurkka

Tietokonenurkka (Kuva 7.) tuli tilaan yllättävänä lisänä. Alun perin puhuttiin siitä, että tietokonetaso olisi lähtenyt tilasta pois, mutta se kuitenkin jätettiin tilaan itsenäistä pelailua varten. Ensiksi seinälle olisi pitänyt tulla tilanjakajahylly peleineen, mutta käytännöllisyyden ja toimivuuden vuoksi se siirrettiinkin vastakkaiselle seinälle. Seinän värikäs sabluunamaalaus oli työelämäohjaajan ajatus ja toteutus.



Kuva 8. Peli- ja elokuvakulma

Peli- ja elokuvakulmaan (Kuva 8.) jätettiin vaaleanrusehtava hylly peleille ja elokuville. Kulman tarkoituksena oli mahdollistaa pelaaminen konsolipeleillä sekä elokuvien katsominen. Aukkaat voivat tuoda hyllyyn omia pelejään ja elokuviaan jo olemassa olevien lisäksi. Hyllyssä on monipuolinen valikoima konsolipelejä ja elokuvia, mistä varmasti löytyy jokaiselle jotakin.

Lautapelit siirrettiin tästä hyllystä tilanjakajahyllyyn (Kuva 4.) ja voimakkaan punainen pöytä poistettiin tilasta. Televisiolle hankittiin taso ja vihreä matto jätettiin tilaan. Tila voidaan jakaa omaksi tilakseen väliverhoilla, joilla tilaan saa oman rauhan pelailla ja oleskella.

7.2.4 Valkoinen huone



Kuva 9. Fysioakustinen tuoli ja suolakivilamppu

Kuvissa (Kuva 9.) näkyy sisääntulonäkymä ovelta valkoiseen huoneeseen ennen toteutusta ja toteutuksen jälkeen. Vaaleansiniset seinät maalattiin valkoiseksi ja huoneen ympärille laitettiin valkoinen voilee-kangas. Ruskeaa fysioakustista tuolia pyrittiin naamioimaan vaaleammaksi valkoisilla huovilla, jotta se sopisi paremmin valkoiseen teemaan ja Snoezelen-henkeen. Fysioakustiseen tuoliin kuuluu tietotekninen järjestelmä, johon sisällytetään jokaiselle asukkaalle henkilökohtainen ohjelma. Alun perin ruskean tuolin piti tulla huoneen toiseen nurkkaan, mutta prosessin loppupuolella sen paikka vaihtui vastakkaiseen nurkkaan. Työntekijät kokivat, että huoneen toinen puoli on parempi paikka sängylle (ks. Kuva 10.)

Huoneen tarkoituksena oli, että kaikki hankinnat olisivat valkoisia, sillä huone toteutettiin Snoezelenin valkoisen huoneen hengessä. Rusehtavan lattian hiomista ja maalausta harkittiin, mutta se olisi tullut liian kalliiksi. Toisaalta ruskea lattia tasapainottaa muuten valkoista huonetta.

Huoneesta tuli täysin valkoinen suolakivilamppuja lukuun ottamatta. Suolakivilamppujen tarkoituksena oli tuoda lämpöä ja tunnelmaa huoneeseen. Toinen lamppuista laitettiin fysioakustisen tuolin lähelle ja toinen huoneen toiselle puolelle sängyn viereen. Valaistuksen tarkoituksena oli lämpimän ja hämärän tunnelman luominen, jotta tila olisi mahdollisimman rentouttava.



Kuva 10. Sänky, kattolaskos ja toinen suolakivilamppu

Harmaa jumppapallo poistettiin tilasta asumisyksikön muuhun käyttöön. Valkoisen huoneen sänky (Kuva 10.) päätettiin sijoittaa niin, että työntekijän on helppo esimerkiksi hieroa asukasta hänen maatessaan sängyllä. Valkoisen huoneen kaapissa on hernepusseja, päähierontalaitteita ja muita hierontaan sopivia välineitä.

Paglianon (1999, 41) mukaan itse tehdyt esineet voidaan helposti räätälöidä vastaamaan erityisesti kohderyhmän tarpeisiin. Hernepusseja tulivat toiveena työelämästä, koska työntekijät kokivat niiden vastaavan asukkaiden tarpeisiin. Hernepusseja tuomaan aistielämyskokemusta laajennettiin siten, että hernepusseja sisällöistä tehtiin mahdollisimman erilaisia. Asukkaat saavat monipuolisia ja vaihtelevia tuntoaistikokemuksia tunnistellessaan hernepusseja.

Valkoisen huoneen hyllylle laitettiin musiikkisoitin, josta voi soittaa eri tuokioihin ja tunnelmiin sopivaa musiikkia. Työntekijät olivat tuoneet samalle hyllylle tuoksutikkuja, kun he olivat ennen tilan varsinaista valmistumista kokeilleet tilaa asukkaiden kanssa.

Seinälle ripustettu voilee-kangas pehmentää huoneen vaikutelmaa. Luonnonvalkoiset matot tuovat tilaan pehmeyttä ja lämmön tuntua. Lisäksi laskokseen laitetut sisävalot ja toinen suolakivilamppu lisäävät huoneen rentouttavaa ja rauhoittavaa tunnelmaa. Asukkaan maatessa sängyllä, hän voi katsella höyhenistä tehtyä unisiepparia. Huoneessa on myös valkoinen pallopeitto, jota voidaan tarvittaessa käyttää asukkaiden rauhoittamiseen. Erityisesti yksi asukas onkin jo kovasti tykästynyt valkoiseen huoneeseen.

8 PALAUTTEIDEN ANALYSOINTI JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimusaineisto eli saadut palautteet analysoitiin sisällönanalyysillä. Kananen mukaan (2008, 94) sisällönanalyysi voidaan tehdä aineisto- tai teorialähtöisesti. Opinnäytetyössä analyysi on tehty aineistolähtöisesti eli aineisto on kuvattu tiiviissä muodossa. Tiivistämällä ja oleellisimman tutkimustiedon löytämisellä saatiin aikaan sanallinen ja selkeä kuvaus kohderyhmän näkemyksistä tilaan liittyen.

Aineistolähtöinen sisällönanalyysi käsittää useita vaiheita; pelkistäminen eli redusointi, klusterointi ja abstrahointi. Klusteroinnissa aineisto käydään läpi ja siitä etsitään samankaltaisuuksia tai eroavaisuuksia ja niitä ryhmitellään. Abstrahoidessa oleellinen tieto erotetaan epäoleellisesta ja näistä kootaan teoreettinen käsitteistö. (Kananen 2008, 94.)

Aineiston niukkuudesta ja vastausten ytimekkyydestä johtuen redusointia ei tarvinnut tehdä. Myöskään abstrahointia ei tarvittu, sillä vastauksissa ei ollut epäolennaista tai aiheeseen kuulumatonta tietoa. Palautteissa on havaittavissa autismille tyypillinen yksinkertainen ilmaisu ja vähäsanaisuus. Klusterointia käytettiin etsittäessä samankaltaisuuksia ja eroavaisuuksia palautteista. Vastausaineisto oli hyvin yhtenäinen. Vastaukset eivät juurikaan poikenneet toisistaan, eikä huomattavia eroja näkemyksissä ilmennyt.

Seuraaviin alalukuihin on kirjattu palautelomakkeista ilmeneviä näkemyksiä tilan tarpeeseen vastaavuudesta sekä asukkaiden että työntekijöiden näkökulmasta. Palautteita saatiin valitettavasti vain kahdesta perhekodin yksiköstä. Täytetyt lomakkeet saatiin analysoitaviksi lokakuun puolivälissä.

8.1 Asukkaiden näkemykset tilojen tarpeeseen vastaavuudesta

Palautelomakkeeseen vastanneet asukkaat olivat joko käyneet tutustumassa aistitilaan tai viettäneet siellä aikaa. Tilassa on pelattu konsolipelejä, katseltu elokuvia, tehty palapelejä ja käyty rentoutumassa. Suurin osa asukkaista on sitä mieltä, että valkoinen huone on rentouttava ja monitoimitilassa on heille mukavaa tekemistä. Kukaan asukkaista ei ollut tästä täysin eri mieltä, mutta En osaa sanoa -vastauksia oli kahdessa lomakkeessa.

Mieluisinta tilassa on kosketustaulut, PlayStationilla pelaaminen, tietokoneella oleminen ja yleensäkin se, että tilassa on mieluisaa tekemistä. Tilaan toivotaan lisää PlayStation-pelejä, uusia palapelejä ja rentoutus-cd-levyjä. Erityisesti asukkaiden kirjoittamat terveiset kuvaavat hienosti tilan onnistumista:

pajon kodin onaisempi kuin laitokset.

Kiitos! Tuli hieno huone!

Aistitilat ovat hyvät mutta esittelyt joita aistitilassa esitellään ovat hieman huonommat

Tämä yhteinen tila ja rentoutumishuone ovat todella viihtyisiä.

8.2 Työntekijöiden näkemykset tilojen tarpeeseen vastaavuudesta

Perhekodin henkilökunnasta palautelomakkeeseen vastasi valitettavasti vain kaksi työntekijää. Molemmat heistä ovat käyneet tutustumassa tilaan. Työntekijöiden tarkoituksena on käyttää valkoista tilaa rentoutumiseen ja aktivoivaa tilaa muun muassa pelailuun ja lauluhetkiin. Molemmat työntekijät ovat täysin samaa mieltä siitä, että erityisesti valkoinen huone vastaa kohderyhmän tarpeisiin. Monitoimitilan tarpeeseen vastaavuudesta toinen työntekijä oli täysin samaa mieltä ja toinen jokseenkin samaa mieltä.

Työntekijöiden mielestä mieluisinta aistitilassa on valkoinen huone, pehmeät materiaalit, rauhallinen yleisilme ja hyvä tilankäyttö. Heidän mielestään tilaa voisi kehittää parantamalla tilan valaistusta ja tekemällä muutamia hankintoja. Tilaan toivottaisiin esimerkiksi cd-soitinta ja riippukeinua. Lisäksi valkoiseen huoneeseen voisi mahdollisesti hankkia UV-valon. Työntekijöidenkin palautteista näkyy tyytyväisyys tilaan:

Hyvää työtä! ☺

Hienoa, varmasti tulemme käyttämään tiloja!

8.3 Johtopäätökset tilan onnistumisesta

Tähän alalukuun olemme kirjanneet tutkimusaineistosta tekemiämme johtopäätöksiä tilan onnistumisesta. Palautteiden vähäisyyden vuoksi koko kohderyhmän näkemyksiä tilasta ei valitettavasti saatu selville. Toisaalta saattaa olla, että palautelomakkeisiin vastanneet ovat juuri heitä, jotka tilaa tulevat eniten käyttämään.

Saamiemme palautteiden perusteella näyttäisi siltä, että tila on pääosin onnistunut. Muutamilla muutoksilla ja lisäyksillä, mitkä palautteista kävi ilmi, tilasta saataisiin nykyistäkin viihtyisämpi ja toimivampi kohderyhmää ajatellen. Voidaan kuitenkin olettaa, että tila on toimiva sellaisenaankin, kuin se on tällä hetkellä.

Pagliano (1999, 83) kuvaa Kewinin (1994) valkoisen huoneen toteuttamisen suosituksia. Valkoisen huoneen toteutuksessa tulisi huomioida huoneeseen pääsy, sisääntulo tulisi jättää avoimeksi. Toiseksi tulisi huomioida mukavuus ja turvallisuus. Tilaan tulisi tuoda pehmeyttä materiaaleilla, erityisesti lattioille. Kolmanneksi täytyisi kiinnittää huomiota valaistukseen. Palautteissa päätellen toteuttamamme valkoinen huone vaikutti olevan kaikkein onnistunein ja mieluisin kokonaisuus. Huoneen tunnelmallinen yleisilme ja pehmeät materiaalit tekevät siitä houkuttelevan ja rentouttavan. Voidaan siis todeta, että olemme onnistuneet luomaan suositusten mukaisen valkoisen huoneen, johon olemme itsekkin erityisen tyytyväisiä.

Aistitoimintojen poikkeavuudet vaikuttavat merkittävästi siihen, miten autismin kirjon henkilö toimii erilaisissa tiloissa ja tilanteissa. Esimerkiksi kirkkaat valot tai värit saattavat tuntua kivuliaalta ja vaikeuttaa henkilön keskittymistä tilassa. Tästä syystä autistinen henkilö saattaa vältellä tilaan menemistä ensimmäisen käyntikerran jälkeen. Autistiset henkilöt elävät täysin erilaisessa aistikokemusmaailmassa, mitä ulkopuolisen saattaa olla vaikeaa ymmärtää. (Partanen 2010, 34.) Tilan toteutuksen edetessä pohdimme, ovatko monitoimitilaan ripustetut kuviolliset verhot liian levottomat tilaan. Niiden värit ja kuosi saattaisi helposti ahdistaa autismin kirjon henkilöitä. Palautteissa ei kuitenkaan mainittu verhoista tai tilan värimaailmasta mitään eli vaikuttaisi siltä, ettei kukaan kohderyhmästä pidä niitä epämiellyttävinä. Tältä osin teoria ei näyttäisi tukevan saamiemme palautteita.

Elämysten aikaansaamisessa oleellisinta ovat yksinkertaiset toiminnot, joten kalliita hankintoja ei välttämättä tarvita. Hyvin tuotetussa elämyskokemuksessa on huomioitu elämyksen kaikki osatekijät, kuten moniaistisuus, yksilöllisyys ja vuorovaikutus. (Karppinen 2007, 86; Tarssanen & Kylänen 2007, 103–106, 113.) Hankintoja suunniteltaessa meidän täytyi jatkuvasti pitää mielessä rajallinen budjettimme, minkä vuoksi tilaan yritettiin aina löytää mahdollisimman edullisia, mutta laadukkaita tuotteita. Teimme tilaan joitakin hankintoja myös kirpputorilta, teimme hernepussit itse käsityönä ja hyödynsimme tuttujemme osaamista. Näin budjetista säästy merkittävä summa muihin hankintoihin. Palautteiden perusteella näyttäisi siltä, että moniaistinen tila voi olla toimiva, vaikka kaikki hankinnat eivät olleetkaan kalliita. Oleellisempaa on se, mitä tilassa tehdään ja miten. Myös teoria tukee näitä ajatuksia.

8.4 Tilan jatkokehittelyideat

Moniaistisesta tilasta tuli tavoitteisiin, toiveisiin ja budjettiin nähden oikein toimiva kokonaisuus. Kuitenkin tilaa käytettäessä voi nousta esiin mahdollisia kehittämiskohtia, joita ei ole havaittu toteutusvaiheessa. Tilan säännöllisen käyttöönoton jälkeen, kun tilan toimivuutta ja sen eri mahdollisuuksia on kehitelty konkreettisesti, voidaan tilaa kehittää entistä paremmaksi.

Tilaa voisi kehittää toimivammaksi lisähankinnoilla, sillä muutamat toiveet jätettiin toteuttamatta rajallisen budjetin vuoksi. Muun muassa monitoimitilan valaistuksen parantamista ei voitu toteuttaa. Tilaan voisi kuitenkin hankkia loisteputkivalaisinten tilalle tai lisäksi esimerkiksi plafondi-valaisimet, jotta tilan valaistus olisi miellyttävämpi. Myös kuplaputkivalaisin oli budjettiin nähden liian arvokas. Tilaan voisi kuitenkin halvemmalla hankkia jonkin samankaltaisen vaikutelman luovan katseenvangitsijan, kuten laavalampun.

Alun perin toiveena oli, että pelihyllyyn laitettaisiin jokaisen pelin kohdalle kunkin pelin nimi ja kuva, jotta asukkaat voisivat olla hyvin omatoimisia pelien käytön suhteen. Tämä jäi kuitenkin toteuttamatta, sillä halusimme keskittyä siihen, että tilan isommat linjat ja hankinnat saadaan toteutettua opinnäytetyöprosessin aikarajan puitteissa. Tilaan voisi myös hankkia tilan käyttäjien toiveiden mukaisia hankintoja. Asukkaat toivoivat palautelomakkeissaan tilaan lisää PlayStation-pelejä, uusia palapelejä sekä rentoutus-cd-levyjä. Työntekijät puolestaan toivoivat monitoimitilan valaistuksen parantamista ja cd-soittimen hankkimista myös monitoimitilaan. Tilaan toivottiin myös riippukeinua. Valkoiseen huoneeseen toivottiin hankittavan UV-valon.

Tilassa on mahdollista tehdä monia jatkotutkimuksia tilaa hyödyntämällä. Siellä voisi järjestää monipuolista toimintaa, esimerkiksi erilaisia moniaistisia tuokioita asukkaille. Opinnäytetyön aiheena voisi olla asukkaiden osallistaminen moniaistisen tuokion suunnitteluun ja toteutukseen. Valkoisessa huoneessa voisi puolestaan järjestää rentoutumistuokioita, kuten aromaterapiatuokioita tai erilaisia hierontahetkiä. Mahdollisen opinnäytetyön aihe voisi esimerkiksi olla rentouttavien moniaististen tuokioiden merkitys arjen voimavarana.

9 POHDINTA

Opinnäytetyö tuli toiveena työelämältä harjoittelun yhteydessä keväällä 2014. Kiinnostuimme aiheesta sen luovuuden, käytännöllisyyden ja erilaisuuden vuoksi. Opintojemme aikana opittuja luovia menetelmiä oli mielenkiintoista päästä kokeilemaan käytännössä. Opinnäytetyöprosessi alkoi toukokuussa 2014. Opinnäytetyön toiminnallinen osuus eli tilojen toteutus tapahtui toukokuuskuun aikana ja teorian kirjoittaminen aloitettiin syyskuussa. Opinnäytetyön painopiste olikin toiminnallisessa osuudessa. Olisimme halunneet osallistaa myös asukkaita järjestämällä heille toimintaa valmiissa tilassa. Opinnäytetyö päätettiin kuitenkin rajata pelkkään tilojen toteutukseen, jotta vältyttäisiin opinnäytetyön liialliselta laajenemiselta.

Prosessin alusta alkaen pyrimme toimimaan yhteistyössä ohjaajamme ja perhekodin muiden työntekijöiden kanssa, sillä heillä on käytännön tietoa ja osaamista asukkaiden kanssa toimimisesta. Pidimme tärkeänä yhdessä suunnittelemista ja tekemistä. Pyrimme työntekijöiden kuulemiseen ja heidän mielipiteidensä ja näkökulmiensa huomioonottamiseen prosessin aikana. Olisimme kuitenkin toivoneet vielä enemmän yhteistyötä työntekijöiden kanssa. Näin aistitilan toteutuksesta olisi saatu koko työyhteisön yhteinen projekti ja mekin olisimme mahdollisesti päässeet paremmin osaksi yhteisöä.

Paglianon (1999, 72) mukaan multisensorisessa ympäristössä toimiminen voi olla merkittävää monivammaisen yksilön elämänlaadun edistämässä avartamalla hänen kokemusmaailmaansa ja kanssakäymistään [kirjoittajien suomennot]. Erilaiset moniaistiset tuokiot tai rentoutumishetket lisäävät asukkaiden arjen toimintojen määrää, monipuolistavat heidän arkeaan ja tukevat toimintakykyä. Tuokioissa asukkaat saavat äänensä kuuluviin, kun heille annetaan mahdollisuuksia osallistua niiden toteuttamiseen. Ala-Oppaan ja Sirkkolan (2005, 53–54) mukaan tilan käyttäjille tulisi antaa valinnanmahdollisuuksia päättää esimerkiksi siitä, millaisia aistiärsyksiä he haluaisivat tuokiossa käytettävän. Samalla tavoin perhekodin asukkaat voivat saada virikkeitä ja uusia kokemuksia arkeensa. Tilassa heille mahdollistuu tilaisuuksia vuorovaikutustaitojen harjoitteluun.

Moniaististen tuokioiden suunnittelussa ja toteuttamisessa on tärkeää muistaa huomioida asukkaiden yksilölliset toiveet ja tarpeet. Työntekijän rooli tuokioissa olisi mahdollistaja, omatoimisuuteen kannustaja ja kanssakokija. Erityisen tärkeää on, että asukkaat tulevat aidosti ja yksilöllisesti kuulluiksi. Toinen merkittävä asia on asukkaisiin suhtautuminen arvokkaina ja merkityksellisinä ihmisinä. Työntekijä voi kysyä asukkailta, mikä tilassa on mieluisinta tai mitä he haluaisivat siellä tehdä. Tuokion yhteyteen voi lisätä asukkaiden toivomia elementtejä, kuten musiikkia tai heille mieluisia kuvia. Näin tuokioista saadaan asukkaille mahdollisimman kokonaisvaltaisia ja miellyttäviä elämyksiä.

Valkoinen huone mahdollistaa monenlaisten aistituokioiden järjestämisen. Hyvinvointia voidaan lisätä asukkaan tarpeiden mukaan joko rentoutumisen tai aktivoimisen avulla. Valkoisen huoneen aistituokioissa tärkeintä onkin rentoutumisen ja voimavarojen kartuttamisen lisäksi elämyksellisyyden tarjoaminen ja arjen rikastuttaminen. (Ala-Opas & Sirkkola 2005, 52.) Kehitysvammaisille ja autismin kirjon asukkaille valkoinen huone on ympäristönä ihanteellinen erilaisten rentoutumistuokioiden järjestämiseen, sillä tila on suunniteltu nimenomaan tähän tarkoitukseen. Huone on tarkoituksellisesti tehty mahdollisimman rauhoittavaksi ja lämpimäksi aistielämysympäristöksi.

Tuokioiden tarkoituksena on lisätä asukkaiden energiatasoa ja voimavaroja. Samalla heidän toimintakykynsä arjessa paranee. Yksilön mieliala laskee ja psyykinen toimintakyky surkastuu, jos hän kokee elämänsä merkityksettömäksi. Mitä mielekkäämpiä toimia ja tapahtumia ihmisen elämässä on, sitä toimintakykyisempi hän on. Useat tutkimukset ovat osoittaneet, että mitä

enemmän yksilö käyttää sosiaalisia, fyysisiä ja henkisiä voimavarojaan, sitä kauemmin ne säilyvät. (Kähäri-Wiik, Niemi & Rantanen 2007, 150.) Koska opinnäytetyö rajattiin tilan toteutukseen, sen käyttö ja tuokioiden järjestämisvastuu on perhekodin työntekijöillä. Uskomme, että positiiviset aistieliämykset ja -kokemukset lisäävät perhekodin asukkaiden hyvää oloa ja yleistä tyytyväisyyttä. Näin myös asukkaiden onnellisuus ja kokemukset hyvästä elämästä varmasti lisääntyvät.

Erityisesti tilan toteutusvaiheessa useilta yllätyksiltä ja haasteilta ei välttytty. Esimerkiksi tilan tavaroiden paikkoja vaihdeltiin monta kertaa, mikä ajoittain ihmetytti meitä. Olisimme toivoneet, että vaihdoksista ja suunnitelmien muutoksista olisi ilmoitettu meillekin ajantasaisesti ja niistä olisi keskusteltu yhteisesti. Prosessissa ilmenneet haasteet vaativat joustavuutta ja sopeutumiskykyä suunnitelmien muutoksiin kaikilta osapuolilta. Lisäksi ymmärryksen ja kärsivällisyyden merkitys yhteistyötä tehdessä korostui etenkin siinä vaiheessa, kun aika opinnäytetyön tekemiseen alkoi käydä vähiin. Onneksi meillä kaikilla oli kuitenkin yhteinen päämäärä, johon lopulta pääsimme yhteistyöllä: Aistitila saatiin käyttövalmiiksi perhekodin käyttöön ja tila on tällä hetkellä niin toimiva, kuin se näillä resursseilla voi olla.

Opiskelijoiden välinen yhteistyö sujui hienosti koko opinnäytetyöprosessin ajan. Koemme, että päätös ryhtyä tekemään opinnäytetyötä yhdessä oli erittäin hyvä ratkaisu erityisesti aikataulutuksen ja jaksamisen kannalta. Molempipuolinen motivoituneisuus ja innostus sekä toistemme tukeminen auttoivat viemään prosessin kunnialla loppuun haasteista huolimatta. Olemme erityisen kiitollisia opinnäytetyötämme ohjanneelle opettajalle hänen avustaan opinnäytetyön selkiyttämässä ja rajaamisessa. Hän on myös kannustanut ja tukenut meitä jaksamaan prosessin loppuun saakka.

Kaiken kaikkiaan meidän olisi pitänyt olla tiukempia toteutuksen aikataulutuksen suhteen, sillä vaikka toteutus oli merkittävä osa prosessia, se oli kuitenkin vain osa koko opinnäytetyökokonaisuudesta. Tilan toteutuksen nopeuttamiseksi tilaa olisi voitu työstää pidemmän aikaa kerralla, kun kävimme asumisyksikössä. Siten käyntejä ei olisi tarvinnut tehdä niin paljon, jolloin aikaa olisi säästynyt opinnäytetyön kirjalliseen osioon panostamiseen. Aikataulut ja tilan työstäminen oli kuitenkin mahdutettava niihin aikarajoihin, jotka asumisyksikön arki ja ohjaajamme työajat asettivat.

Toteutuksen edetessä alkuperäinen suunnitelma eli jatkuvasti, mikä asetti ajoittain haasteita, mutta toisaalta sai aikaan parhaan mahdollisen lopputuloksen resurssien puitteissa. Olemme tyytyväisiä lopputulokseen ja iloisia siitä, että tila pääsee oikeuksiinsa aktiivisessa käytössä. Toivomme, että tila innostaa ja rohkaisee työntekijöitä kokeilemaan uutta sekä motivoi hyödyntämään tilaa monipuolisena työvälineenä. Toivomme, että valmiista tilasta voi poimia ideoita moniaistisen tilan suunnitteluun, toteutukseen ja käyttömahdollisuuksiin. Meistä on tärkeää, että opinnäytetyöstä jää jotakin konkreettista hyötyä perhekodin arjen rikastajaksi ja innostavaksi työvälineeksi.

LÄHTEET

Ala-Opas, T. & Sirkkola, M. (toim.) 2005. Sosiokulttuurinen multisensorinen työ – kokemuksia vammaistyöstä. HAMKin julkaisuja 7/2005.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2013. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Heikkinen, H. 2010. Toimintatutkimus – Toiminnan ja ajattelun taitoa. Teoksessa Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Helsinki: WS Bookwell Oy.

Heikkinen-Peltonen, R., Innamaa, M. & Virta, M. 2008. Mieli ja terveys. Helsinki: Edita Prima.

Kananen, J. 2008. KVALI. Kvalitatiivisen tutkimuksen teoria ja käytänteet. Jyväskylä: Jyväskylän yliopistopaino.

Karppinen, S. & Latomaa, T. 2007. Elämyksestä ja kokemuksesta teoriaa ja käytäntöä. Teoksessa Karppinen, S. & Latomaa, T. (toim.) Seikkaillen elämyksiä. Seikkailukasvatuksen teoriaa ja sovelluksia. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

Kaski, M., Manninen, A. & Pihko, H. 2012. Kehitysvammaisuus. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Kaski, M., Manninen, A. & Pihko, H. 2009. Kehitysvammaisuus. Helsinki: WSOY.

Kataja, J. 2003. Rentoutuminen ja voimavarat. Helsinki: Edita Prima Oy.

Kerola, K., Kujanpää, S. & Timonen T. 2000. Autismikuntoutus. Juva: WS Bookwell Oy.

Koppa. 2011. Laadullinen tutkimus. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 28.4.2013. <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimussstrategiat/laadullinen-tutkimus>

Kurki, L. 2000. Sosiokulttuurinen innostaminen. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Kähäri-Wiik, K., Niemi, A. & Rantanen, A. 2007. Kuntoutuksella toimintakykyä. Helsinki: WSOY.

Laki kehitysvammaisten erityishuollosta nro 519/1997. 23.6.1977.

Luukkonen, H. 1998. Parantava sateenkaari. Väriterapiaopas. Hämeenlinna: Karisto Oy.

Malm, M. 2004. Kuntoutuksen ja kuntoutumisen muodot. Teoksessa Malm, M., Matero, M., Repo, M. & Talvela, E-L. Esteistä mahdollisuuksiin. Vammaistyön perusteet. Helsinki: WSOY, 80–123.

Matero, M. 2004a. Autismi. Teoksessa Malm, M., Matero, M., Repo, M. & Talvela, E-L. Esteistä mahdollisuuksiin. Vammaistyön perusteet. Helsinki: WSOY, 219-235.

Matero, M. 2004b. Kehitysvammaisuus. Teoksessa Malm, M., Matero, M., Repo, M. & Talvela, E-L. Esteistä mahdollisuuksiin. Vammaistyön perusteet. Helsinki: WSOY, 165-203.

Multisensorinen toiminta. 2014. Papunet. Viitattu 26.7.2014. <http://papunet.net/tietoa/multisensorinen-toiminta>

Omavalvontasuunnitelma. n.d. Perehdytyskansio. Perhekoti Jääskeläinen Oy.

Pagliano, P. 2012. The Multisensory Handbook. A guide for children and adults with sensory learning disabilities. London and New York: Routledge.

Pagliano, P. 1999. Multisensory Environments. London: David Fulton Publishers.

Partanen, K & Autismisäätiö. 2010. Voimaa autismin kirjon kuntoutukseen. Helsinki: WS Bookwell Oy.

Repo, M. 2004. Kuntoutuksen ja kuntoutumisen muodot. Sosiaalinen kuntoutuminen. Teoksessa Malm, M., Matero, M., Repo, M. & Talvela, E-L. Esteistä mahdollisuuksiin. Vammaistyön perusteet. Helsinki: WSOY, 80–123.

Tarssanen, S. & Kylänen, M. 2007. Entä jos elämyksiä tuotetaan? Teoksessa Karppinen, S. & Latomaa, T. (toim.) Seikkaillen elämyksiä. Seikkailukasvatuksen teoriaa ja sovelluksia. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus, 99–126.

Turtonen, J. 2006. Mielenterveysongelmat mistä apua? Jyväskylä: Minerva kustannus Oy.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012-2014. HTK-ohje 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö. Viitattu 5.10.2014. <http://www.tenk.fi/fi/htk-ohje/hyva-tieteellinen-kaytanta>

Verner-Bonds, L. 1999. Väriterapia. Henkiseen tasapainoon ja terveyteen värien avulla. Hämeenlinna: Karisto Oy.

Wetzer, H. 2000. Värivaaka. Helsinki: Tammi.

PALAUTELOMAKE HERUKKAKUJAN AISTITILoihin LIITTYEN ASUKKAILLE

1. Rastita, missä yksikössä asut?

- Voutilan yksikkö
- Herukkakujan yksikkö
- Fasaanintien yksikkö
- Haratien yksikkö
- Aaponkujan yksikkö

2. Rastita sopivat vaihtoehdot.

- Olen käynyt katsomassa tiloja
- Olen viettänyt aikaani tiloissa
- En ole käynyt aistitiloissa

3. Kerro, mitä olet tehnyt tiloissa?

4. Valkoinen huone on mielestäni rentouttava...

- Samaa mieltä
- En osaa sanoa
- Eri mieltä

5. Harrastetilassa on minulle mukavaa tekemistä...

- Samaa mieltä
- En osaa sanoa
- Eri mieltä

6. Mikä on mielestäsi mieluisinta tiloissa?

7. Toivoisitko tiloihin jotain lisää, jotta viihtyisit niissä paremmin?

8. Haluatko vielä sanoa jotain?

Kiitos vastauksestasi! 😊



**PALAUTELOMAKE HERUKKAKUJAN AISTITILOIHIN LIITTYEN
TYÖNTEKIJÖILLE**

1. Rastita, missä yksikössä työskentelet?

- Voutilan yksikkö
- Herukkakujan yksikkö
- Fasaanintien yksikkö
- Haratien yksikkö
- Aaponkujan yksikkö

2. Rastita, oletko tutustunut Herukkakujan aistitiloihin? Voit rastittaa sopivat vaihtoehdot.

- Olen käynyt tutustumassa tiloihin
- Olen järjestänyt toimintaa tiloissa
- En ole käynyt aistitiloissa

3. Kerro millaista toimintaa olet tehnyt tai toteuttanut asukkaiden kanssa?

4. Rastita sopiva vaihtoehto, valkoinen tila vastaa hyvin yksikköni asukkaiden tarpeisiin...

- Täysin samaa mieltä
- Jokseenkin samaa mieltä
- En osaa sanoa
- Jokseenkin eri mieltä
- Täysin eri mieltä

5. Rastita sopiva vaihtoehto, harrastetila vastaa hyvin yksikköni asukkaiden tarpeisiin...

- Täysin samaa mieltä
- Jokseenkin samaa mieltä
- En osaa sanoa
- Jokseenkin eri mieltä
- Täysin eri mieltä

6. Mikä on mieluisinta aistitiloissa?

7. Voisiko tiloja vielä kehittää asukkaiden tarpeita ja viihtyvyyttä ajatellen? Miten?

8. Terveisiä tai muuta, mitä haluat vielä sanoa?

Kiitos vastauksestasi! 😊



HANKINTAEHDOTUKSIA

Tokmanni/Tiiriö	Valk. fleeehuopa		Kotikulta	120X150	10 €
	Valk. fleeehuopa		Kotikulta	130X170	5 €
	Valk. Päiväpeitto		Kotikulta	180X260	45 €
	Valk. Koristetyyny		Kotikulta	45X45	10 €
	Kukkataulu (lasinen)			40X40	5 €
	Canvastaulu			60X40	7 €
	Sisustustarroja/tekstejä				6 €
	Korisetti				4€/3kpl
Jysk	Valk. tyynynpäällinen			40X40	8,90€/2kpl
	Sisustustyyny			50X50, 40 C	3 €
	Sisustustyyny			40X40, 40 C	3 €
	Velurekangas			3 m. pakka	6 €
	Valk. letizia-huopa			140X200, 40C	17 €
Eurokangas	Voile kangas	Alareunassa lyijypaino		Lev. 3 m.	2,95 €
Asko	Puuvillamatto	Saa valkoisen tilauksesta		Koon saa valita	89 €
Vepsäläinen	Fatboy-säkkituoli	Original			247 €
Luontaistuotekauppa	Suolakivilamppu	(sähköjohdolla)			10 €
Prisma	Valaisimia	Tunnelma/kohdevalo			30-80€
K-rauta/Kodin terra	Kiskot				
Aistiseinään					
	Tiskiharjoja				2-4€
	Pesusieniä				2-5€
	Hammasharja				1 €
	Pölyhuiska				2 €
Puulo	Valokuvakehykset	erilaisia			10-15 €
Prisma	Maaleja kehyksiin	Pienet purkit		0,1 litraa	7,95 €