

Katja Suursalmi, 1605023

Ikäihmisen toimijuutta tukeva toimintatapa Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Terveystieteiden tutkimuskeskus
Terveydenhoitaja YAMK

Kuntoutuksen tutkinto-ohjelma

Opinnäytetyö

27.11.2017

| | |
|--|---|
| Tekijä(t) Otsikko Sivumäärä Aika | Katja Suursalmi Ikäihmisen toimijuutta tukeva toimintatapa Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa 56 sivua + 9 liitettä 27.11. 2017 |
| Tutkinto | Terveystieteiden maisteri YAMK |
| Tutkinto-ohjelma | Kuntoutus ylempi AMK |
| | |
| Ohjaaja(t) | Yliopettaja, FT Salla Sipari Yliopettaja, FT Pekka Paalasmaa |
| <p>Tämän tutkimuksellisen kehittämistyön tarkoituksena oli kehittää ikäihmisen toimijuutta tukeva toimintatapa asukkaan toimintakyvyn vahvistumiseksi. Kehittämistyö toteutui Kotimäen palvelukeskuksen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa, jossa mukana olivat ikäihmiset, heidän omaisensa ja henkilökunta.</p> <p>Kehittämistyössä hyödynnettiin toimintatutkimuksellista logiikkaa, koska työn tavoitteena oli uuden yhteisen toimintatavan kehittäminen Kotimäen tuettuun ja tehostettuun palveluasumiseen. Haastattelun ja kahden yhteiskehittelyn menetelmin saatiin tuotettua aineisto ja muodostettua yhteinen ymmärrys. Teemahaastattelulla kerättiin aineistoa siitä, miten ikäihmisen toimijuutta tuetaan tällä hetkellä Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa. Teemahaastattelun runkona käytettiin Jyrkämän toimijuuden modaaliteoriata (2007) ja ICF:n toimintakyky-osiota (THL 2016). Yhteiskehittelyssä selvitettiin tekijöitä, jotka lisäsivät ja vähensivät ikäihmisen toimijuuden tukemista ja kuvattiin ikäihmisen toimijuutta tukeva toimintatapa Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa. Aineisto analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä.</p> <p>Kehittämistyössä tuotettiin ikäihmisen toimijuutta tukeva toimintatapa, jossa esille nousivat asukaslähtöisyys, asukasta tukeva ilmapiiri, yhteisöllisyys, verkostotyö, tiedonkulku ja turvallisuus. Toimintatavassa korostuu ikäihmisen rooli sekä hänen autonomian, valinnanvapauden ja itsemääräämisoikeuden mahdollistaminen arjessa, palveluasumisessa.</p> <p>Kehittämistyössä luotiin uutta toimintatapaa ja vahvistettiin Kotimäen ikäihmisen, omaisen ja työntekijän mahdollisuutta uudenlaiseen oppimiseen yhteisössä. Kotimäen toimijuutta tukevaa toimintatapaa voidaan hyödyntää myös muissa palveluasumisen ja asiakaspalvelun yksiköissä sekä verkostoissa tai rajapinnat ylittävissä verkostotyöissä. Tulevaisuudessa myös kehittämistyössä käytettyjä menetelmiä sekä kehittämisprosesseja voi käyttää erilaisissa jatkokehittämishankkeissa ja -prosesseissa, jotka tukevat kehittäjäryhmän osallistumista ja yhteistä oppimista.</p> | |
| Avainsanat | Toimijuus, toimintakyky, ikäihminen, tuettu- ja tehostettu palveluasuminen |

| | |
|--|---|
| Author(s) Title Number of Pages Date | Katja Suursalmi A method to support for strengthening the age agency in supported and intensified service housing in Kotimäki 56 pages + 9 appendices 27 November 2017 |
| Degree | Master of Health Care |
| Degree Programme | Rehabilitation |
| Instructor(s) | Salla Sipari, Principal Lecturer Pekka Paalasmaa, Principal Lecturer |
| <p>The aim of this thesis was to develop a method to support for strengthening the age agency in supported and intensified service housing. The thesis was made in cooperation with the elderly, their relatives and the staff of Kotimäki.</p> <p>The thesis was carried out by using logics of action research because the aim of the thesis was to create a new perspective and method for the elderly of the supported and intensified service housing in Kotimäki. The data was collected by interviews and workshops using collaborative methods and the method of dual simulation in order to enhance common understanding. A thematic interview was used to collect material on how older people's work is currently supported by Kotimäki's supported and enhanced service housing. Jyrkämä's modality theory (2007) and the ICF's functional capacity partition (THL 2016) as the theme interview theme. In community development, the developer group identified factors that increased and reduced the support of older people's agency and a description was made of a method of supporting older people's role in supported and intensified service housing. The data was analyzed by using content- based content analysis.</p> <p>The results show that methods to support the age agency are the elderly orientation, a supportive atmosphere, community, elderly network, flow of information and safety. The role of the older people's and their right to autonomy, freedom of choice and self- determination are emphasized.</p> <p>Using new methods created the thesis and it also enabled a new way of collaborative learning with the elderly, their relatives and staff. A method to support the age agency can also be used in other places, for example another supported and intensified service houses and other customer service units. It is also possible to take advantage of the variety of methods used in other creating process or development programs when the aim is to participate and learn together.</p> | |
| Keywords | Agency, performance, elderly, supported and intensified service housing |

Sisällys

| | | |
|-----|--|----|
| 1 | Johdanto | 1 |
| 2 | Ikäihmisen toimijuuden vahvistuminen | 3 |
| 2.1 | Ikäihmisen toimijuus | 3 |
| 2.2 | Ikäihmisen toimintakyky | 5 |
| 2.3 | Ikäihmisen toimijuus ja toimintakyky palveluasumisessa | 8 |
| 3 | Toimintaympäristön kuvaus | 10 |
| 4 | Tutkimuksellisen kehittämistyön tavoite ja tarkoitus | 11 |
| 5 | Tutkimuksellisen kehittämistyön menetelmälliset ratkaisut | 11 |
| 5.1 | Tutkimuksellinen lähestymistapa ja tiedon intressi | 11 |
| 5.2 | Tiedon tuottajien valinta ja kuvaus | 13 |
| 5.3 | Aineiston kerääminen | 14 |
| 5.4 | Aineiston analysointi | 17 |
| 5.5 | Tutkimuksellisen kehitystyön eteneminen | 18 |
| 6 | Tulokset | 20 |
| 6.1 | Asukkaan toimijuuden tukeminen toimintakyvyn vahvistumiseksi | 20 |
| 6.2 | Asukkaan toimijuuden tukemista lisäävät ja vähentävät tekijät | 23 |
| 6.3 | Asukkaan toimijuutta tukeva toimintatapa | 28 |
| 7 | Kuvaus asukkaan toimijuutta tukevasta toimintatavasta Kotimäessä | 36 |
| 8 | Pohdinta | 38 |
| | Lähteet | 49 |
| | Liitteet | |
| | Liite 1- 3 Tutkimushenkilötiedote ikäihmiselle, työntekijälle ja omaiselle | |
| | Liite 4- 6 Suostumusasiakirja ikäihmiselle, työntekijälle ja omaiselle | |
| | Liite 7 Teemahaastattelun runko | |
| | Liite 8 Näyte aineiston sisällönanalyyseistä | |

1 Johdanto

Tänä päivänä käydään paljon julkista keskustelua siitä, mitä on hyvä hoito. Miten se määritellään? Ikäihmisiin suhtautuminen ja niiden asema yhteiskunnassa menee kulloisenkin vanhuuskäsityksen määrittämisen mukaan. Vanhuuskäsityksessä yhdistyvät lääketieteen tuottama kuva ikääntymisestä ja ikäihmisistä, sekä arvoa ja kohtelemista määrittelevät filosofiset, moraaliset sekä eettiset ajattelutavat. (Kuikka 2012: 8). STM (2013) kuvaa ikäihmisen seuraavanlaisesti: Ikäihmisellä tarkoitetaan henkilöä, jonka fyysinen, psyykinen, kognitiivinen tai sosiaalinen toimintakyky on heikentynyt korkean iän myötä alkaneiden, lisääntyneiden tai pahentuneiden sairauksien/vammojen vuoksi tai korkeaan ikään liittyvän rappeutumisen johdosta. (STM 2013: 10.) Yhteiskuntamme ikääntyessä, meidän on muutettava toimintatapojamme, jotta ihmisten hyvinvointi ja elämänlaatu voidaan turvata. (Seppänen – Koskinen 2010: 388-390).

Hyvinvointi 2015 – ohjelma on linjannut tavoitteet, jossa yhtenä kohtana on ikäihmisen toimintakyvyn ylläpitäminen. Tavoitteena on, että 65- 79- vuotiaiden ikäihmisten toimintakyky ja kyky mahdollisimman itsenäiseen elämään olisivat tallella. (Heimonen 2009: 7; STM 2007: 41.) Toimintakyvyn tukemista voidaan miettiä myös toimijuuden kautta. Ihmisen toimijuus muotoutuu, kun erilaiset toimijat muodostavat toimintakäytänteitä. (Koivula 2009: 33.) Toimijuus nähdään ihmisen tilannekohtaisena toimintakyvyn käytönä. Ikäihmisen arjessa tämä näyttäytyy siten, että toimintakykyä tarkastellaan hänen ominaisuuksista arkitoimintoihin, tilanteisiin ja toimintakäytäntöihin, siihen miten arki sujuu. (Suvikas – Laurell – Nordman 2013: 340.) Terveys 2015 – ohjelmassa sosiaalisten verkostojen, osallistumisen edistämistä ja yhteisöllisyyden hyödyntämistä pidetään ikääntyneelle tärkeinä seikkoina. Ikääntyneen elämän tarkoituksettomuuden, yksinäisyyden ja turvattomuuden tunteen torjumiseksi verkostojen olemassa olo on erityisen tärkeitä. (Heimonen 2009: 7; STM 2007: 41.)

Sosiaali- ja terveysministeriön tilannekatsauksessa (2015) todetaan, että ikäihmisten kuntoutuksessa huomioitavaa on toimintakyvyn ylläpito ja edistäminen sekä omassa arjessa ja toimintaympäristössä selviytyminen. Kuntoutuksen lähtökohtana nähdään ikäihminen, jossa hän on aktiivinen osallinen. Vapaaehtoistyöntekijöiden osallistumisella ikäihmisten arkeen voidaan parantaa yhteisöllisyyttä ja osallisuutta. Kuntoutus nähdään kokonaisuutena, ei puuttavana palana yhteiskunnassa (STM 2015: 19.) Hallitus on linjannut kuntoutumisen yhdeksi isoksi tulevaisuuden kehitettäväksi asiaksi. Vuonna

2017 STM:n annettavassa laatusuosituksessa ikäihmisten mahdollisuutta omanlaiseen elämään omassa yhteisöissä painotetaan. Hyvässä elämänlaadussa korostuvat erias- teisesta hoidon ja huolenpidon tarpeen arvioinnin ja siihen vastaamisen lisäksi hyvin- voinnin ja terveyden edistämisen. Toimivan arjen turvaaminen, hyvän elämänlaadun parantaminen ja itsemääräämisoikeuden edistäminen ovat päämääränä hyvän elämän edistämisessä. (STM 2017:13.) Hyvään vanhuuteen kuuluu ihmisen tunne ja kokemus siitä, millaiseksi oma vanhuus muodostuu. Elämä voi tuntua mielekkäältä ja elämisen arvoiselta, vaikka toive vireästä ja terveestä vanhuudesta ei toteutuisikaan. (Laine 2013: 7-8).

Vanhuspalvelulain mukaan ikäihmisten hyvinvointia, toimintakykyä, itsenäistä suoriu- tumista ja heidän terveyttä on tuettava. Vanhuspalvelulain mukaan pitkäaikaista hoitoa ja huolenpitoa turvaavat sosiaali- ja terveystalvet on toteutettava niin, että ikäihminen voi kokea elämänsä turvalliseksi, merkitykselliseksi ja arvokkaaksi ja hän voi ylläpitää sosiaalista vuorovaikutusta sekä osallistua mielekkääseen, hyvinvointia, terveyttä ja toimintakykyä edistävään ja ylläpitävään toimintaan. Tavoitteena on myös parantaa ikäihmisten mahdollisuuksia saada laadukasta sosiaali- ja terveystalvet sekä myös mahdollisuutta vaikuttaa heille järjestettävien palveluiden sisältöön ja toteutumistapaan. Tämän lisäksi ikäihmisten tulee saada ohjausta muiden tarjolla olevien palveluiden käyttöön riittävän ajoissa. (Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkään sosiaali- ja terveystalvetuista 920/2012 § 1-2.)

Yhteiskunnallinen kuntoutusajattelu on murroskohdassa. Ikäihmisen roolin vahvistumi- nen ja muuttuminen nousee uudessa ajattelu- ja toiminta-ajatuksessa esille. Ikäihminen nähdään oman kuntoutusprosessin keskiössä, hän on oman kuntoutussuunnitelman subjekti aiemman objektin sijaan. (Järvikoski 2013: 23). Kuntoutus on ikäihmisen osal- listumista tukevaa toimintatapaa, jossa ratkaisukeskeisyys nähdään hänen voimava- roista ja ympäristön sekä elinolojen muutostarpeista. (Järvikoski – Härkäpää 2011: 188-189).

Tutkimuksellisen kehittämistehtäväni ympäristönä toimii Keravan palvelutalvetuosaatiö, Kotimäen palvelukeskus. Kotimäki tuottaa tehostettua ja tuettua palveluasumista ikäihmisille ja vaikeasti vammautuneille henkilöille. Tässä työssä mukana ovat tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa olevat ikäihmiset, heidän omaisensa ja henkilökun- ta. Kotimäen ikäihmiset ovat asukkaita ja käytän jatkossa heistä nimitystä asukkaat. Kehittämistyöni aihe nousi esille työyhteisön tarpeesta. Kotimäessä on meneillään or-

ganisaatiomuutoksia ja tarve yhtenäisten toimintatapojen luomiseksi Kotimäen tuettuun ja tehostettuun palveluasumiseen on noussut esille.

Kehittämistyöni tarkoitus on kehittää ikäihmisen toimijuutta tukeva toimintatapa. Tavoitteena on ikäihmisen toimintakyvyn vahvistuminen Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa.

2 Ikäihmisen toimijuuden vahvistuminen

2.1 Ikäihmisen toimijuus

Toimijuuden modaliteettimalli-teoria on professori Jyrki Jyrkämän kehittämä. Teoria pohjautuu ikäihmisen käytössä olevaan toimintakykyyn. Toimintakyky on Jyrkämän mukaan osaamisen ja kykyjen käyttämistä sosiaalisissa tilanteissa ja toiminnassa (Jyrkämä 2007: 215.) Toimintakyvyn tukemista voidaan miettiä myös toimijuuden kautta. Ihmisen toimijuus muotoutuu, kun erilaiset toimijat muodostavat toimintakäytänteitä. Ihmiset kohdataan erilaisissa elämäntilanteissaan, jolloin toimijuuden tukemiselle rakentuu ajallinen kulku. Työntekijät tuovat omat resurssinsa, tavoitteensa, sääntönsä sekä määrittelynsä. Ikäihminen tuo omansa. Näiden yhteinen toiminta luo seuraukset ikäihmisen toimijuudelle. (Koivula 2009: 33.) Ihminen nähdään vapaana ja luovana yksilönä toimijuuden näkökulmassa, mutta se on sidoksissa samaan aikaan erilaisiin muiden luomiin rajoituksiin sekä yhteiskunnallisiin ja organisaatiotason rakenteisiin, joilla on vaikutusta yksilön toimintaan ja tuovat sille velvoitteita. Toimijuus nähdään siis kertaluonteisena tai tilanteeseen sidonnaisena asiana. (Koivula 2013: 105, 157.)

Toimijuus on Jyrkämän mukaan sitä, mitä syntyy, muotoutuu tai/ja uusiutuu toimijuuden modaalisten ulottuvuuksien yhteen kietoutuvana kokonaisdynamiikkana. Modaliteeteissa ovat seuraavat ulottuvuudet: osata, kyetä, haluta, täytyä, voida ja tuntea. (kuva 1), (Jyrkämä 2007: 206-207; Jyrkämä 2013: 423.) Ulottuvuudet luovat sisällön ikäihmisen toimijuudelle .

| Toimijuus/ Modaliteetti | Sisältö toimijuudelle |
|----------------------------|--|
| Osata | Tiedot ja taidot pysyvään osaamiseen |
| Kyetä | Psyykkinen ja fyysinen kyky, ruumiillinen toimintakyky |
| Haluta | Motivaatio ja motivoituneisuus, tahtominen päämääriin ja tavoitteisiin |
| Täytyä | Fyysiset ja sosiaaliset pakot ja rajoitukset |
| Voida | Mahdollisuudet, mitä tilanne ja siinä ilmenevät erilaiset rakenteet tuottavat ja avaavat |
| Tuntea | Ihmisen kyky arvioida, arvottaa, kokea ja liittää kohtaamisiinsa asioihin ja tilanteisiin tunteitaan |

Kuva 1. Toimijuuden modaliteetit (Jyrkämä 2007: 206-207; 2013:423)

Ikäihmisen tiedot, taidot ja pystyvä osaaminen tulevat esille osata- ulottuvuudessa. Psyykkinen ja fyysinen kyky ovat kyetä- ulottuvuutta. Motivaation, motivaatioisuuden, tahtomisen, tavoitteiden ja päämäärien löytäminen liittyy haluta-ulottuvuuteen. Täytyä- ulottuvuuteen liittyvät fyysiset ja sosiaaliset pakot ja rajaukset. Voida-ulottuvuus pitää sisällään mahdollisuuden, mitä tilanne ja siinä ilmenevät rakenteet tuottavat ja avaavat ihmiselle. Tuntea –ulottuvuus liittyy ikäihmisen kykyyn arvioida, arvottaa, kokea ja liittää tunteita kohtaamiinsa tilanteisiin ja asioihin. (Jyrkämä 2007: 206-207; Jyrkämä 2013: 423-424.) Toimijuus määräytyy ikäihmisen vapauteen, mutta vuorovaikutus ja muiden ihmisten luomat pakot, rajoitukset ja velvoitteet muokkaavat sitä (Koivula 2013: 105).

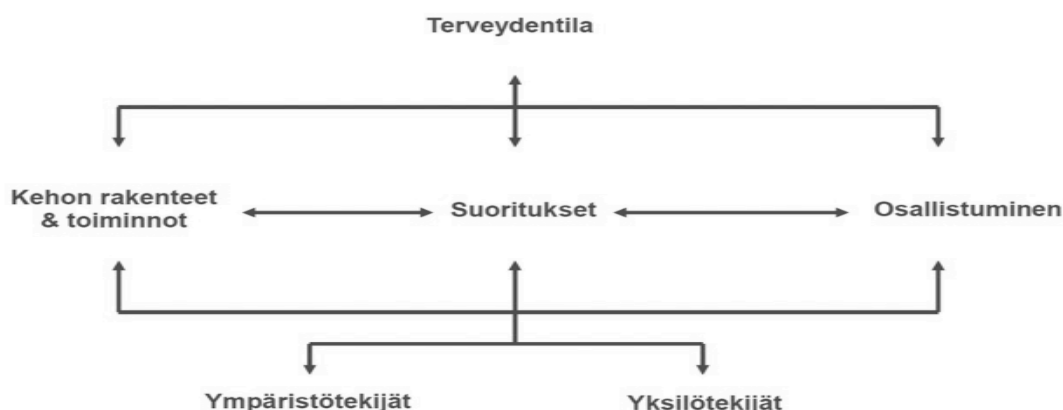
Jyrkämän (2013) mukaan toimijuutta tarkastellessa olennaista on toimintakyvyn käyttö aktuaalisena, käytössä olevana toimintakykynä, arjen tilanteissa ja niissä toimintakäytännöissä, joissa ikäihminen niitä käyttää. Toimijuus on sitä, miten ikäihminen käyttää omaa toimintakykyään ja jota he myös muokkaavat ja rakentavat koko elämänsä ajan. Ikäihmiset tekevät valintoja ja ratkaisuja kulloisenkin tilanteen mukaan itselleen parhaaksi. (Jyrkämä 2013: 422.) Ikäihmisen elämänkulku, kulloisenkin ajankohdan ja ympäristön sekä ikäihmisen itsensä yksilöstä ja tilanteesta käsin muodostuva toimijuus, on osa hänen joka päivästä elämää.

2.2 Ikäihmisen toimintakyky

Ihmisen toimintakykyä voidaan tarkastella monesta eri näkökulmasta. Toimintakyky on ihmisen hyvinvointiin liittyvä käsite, joka voidaan määritellä toiminnan jäljellä olevan toimintakyvyn tai sen vajausten tasoja kuvaillen. (Heimonen 2009: 9.) Vanhuspolitiikassa toimintakyky nähdään tavoitteena edistää ikäihmisen selviytymistä arjen toiminnoissa (Mikkola 2009: 39; Jyrkämä 2007: 195-200). Toimintakyky mielletään usein ikäihmisen kyvyksi selviytyä omassa elämässään. Toimintakykyyn ja sen vajavuuksiin vaikuttavat henkilö itse, elämäntavat, sosiaalinen ja kulttuurinen järjestelmä, sosiaalinen ympäristö ja suhteet. Toimintakykyä mietittäessä on hyvä huomioida, miten ikäihminen suoriutuu omien odotustensa, yhteisönsä ja ympäristön asettamista tavoitteista ja vaatimuksista. Ympäristön asettamat vaatimukset muuttuvat sen mukaan, asuuko ikäihminen omassa kodissaan tai palvelutalossa, kaupungissa tai maalla. (Heimonen 2009: 9, Pitkälä- Valvanne – Huusko 2010: 438-440, Pohjalainen 2009: 19.)

International Classification of Functioning, Disability and Health eli ICF luokittelee ihmisen toimintakyvyn ihmisen kehon toiminnoista sekä osallistumisesta, rakenteesta ja suorituksesta. ICF-luokituksen mukaisessa toimintakyvyssä ihmisen toimintaympäristö huomioidaan, sillä toimintakyky on vuorovaikutuksessa terveydentilan ja yksilö- että ympäristötekijöiden kanssa. (Paltamaa – Anttila 2015: 18; Heimonen 2009: 9-10.) Ihmisen toimintakyky voidaan kuvata kokonaisvaltaisena ilmiönä; pää- ja alaluokissa. ICF-luokitus jakautuu kahteen osaan; toimintakykyä ja toimintarajoitetta kuvaavaan osaan (pitää sisällään ruumiin/kehon toiminnot ja rakenteet, suoritukset ja osallistumisen) sekä kontekstuaalisia tekijöitä kuvaavaan osaan (pitää sisällään ympäristö- ja yksilötekijät) (kuva 2) (THL 2016; Paltamaa – Musikka-Siirtola 2016: 39-42).

ICF-luokituksen osa-alueiden vuorovaikutussuhteet



Kuva 2. ICF- luokitus (THL 2016)

ICF-luokituksen mukaisessa toimintakyvyssä ikäihmisen toimintaympäristö tulee huomioida, sillä toimintakyky on vuorovaikutuksessa terveydentilan ja yksilö- että ympäristötekijöiden kanssa (Paltamaa – Anttila 2015: 18; Heimonen 2009: 9-10). ICF kuvaa toimintakykyä siis kolmella tasolla: kehon rakenteina ja toimintoina, niiden varaan osittain rakentuvina suorituksina sekä osallistumisena eri elämäntilanteisiin ja yhteisön elämään. ICF-luokitus perustuu biopsykososiaaliseen malliin, jossa ikäihmisen terveyden ja konkreettisen elämäntilanteen vaatimusten väliset epäsuhdat nähdään toimintarajoitteina. Ikäihmisen terveydentilaan liittyvien tekijöiden lisäksi huomioon on otettava myös ympäristö- ja yksilötekijöiden vaikutus, jotta epäsuhta voidaan minimoida. Näitä ovat esimerkiksi saatavilla oleva tuki ja palvelut, motivaatio, apuvälineet, perhe ja harrastukset. Toimintakyky on siis dynaamisesti yhteydessä niin terveydentilaan kuin yksilö- ja ympäristötekijöihin. (THL 2016.)

Toimintakyvyn kuvaaminen kokonaisvaltaisena ilmiönä mahdollistuu ICF- luokituksen avulla (Sainio ym. 2013: 56-64). Asiakaskeskeistä hoitoprosessia suunniteltaessa ICF avaa uuden näkökulman, jossa ikäihmisen yksilölliset vahvuudet ja voimavarat hyödynnetään ja lähiympäristön sekä yhteiskunnan palvelujärjestelmän tarjoamat mahdollisuuden huomioidaan prosessia edistävinä tekijöinä (Paltamaa – Musikka-Siirtola 2016: 39).

Saajanahon (2016) tekemässä tutkimuksessa tarkasteltiin ikäihmisten henkilökohtaisia tavoitteista, miten ne muuttuvat iän lisääntyessä, miten elämän voimavarat ovat yhteydessä tavoitteisiin ja miten liikuntakyvyn muutokset vaikuttavat tavoitteiden muuttumiseen. Lisäksi tutkimuksessa tarkasteltiin tavoitteiden sisällön yhteyttä liikunta-

aktiivisuuteen ja muutokseen elinpiirissä. Aineisto oli kerätty kahdesta eri tutkimusprojektista; 824 ikäihmistä Jyväskylän ja Muuramen alueelta sekä FITSA- (The Finnish Twin Study on Aging) Projektista, jossa mukana oli 308 naista eri puolelta Suomea. Tavoitteissa näyttäytyi vahvasti ikäihmisten päämäärä terveyteen ja toimintakyvyn ylläpitämiseen. Kahdeksan vuoden seurannassa tuloksissa näyttäytyi se, että elämän voimavarat vaikuttavat ikäihmisen tavoitteiden asettamiseen. Monien aktiiviseen elämään liittyvien tavoitteiden asettamista voivat estää heikko terveys ja toimintakyky. Tutkimustulosten mukaan näyttäytyy siis siltä, että aktiivisten elämäntavoitteiden kautta voidaan edistää terveyttä ja toimintakykyä lisäämällä elämään liikunta-aktiivisuutta ja elinpiirin laajuutta. Mielekkään ja aktiivisen vanhuuden toteutumista voitaisiin edistää ikäihmisen itselleen merkityksellisten tavoitteiden luomista ja keinoja, joilla tuetaan omiin tavoitteisiin pyrkimistä. (Saajanaho 2016: 77- 78.)

Ikäihmisen toimintakyvyn heikkeneminen on väistämätöntä niillä, jotka elävät vanhoiksi. Avun tarve kasvaa ja päivittäisissä toiminnoissa selviytymissä tulee haasteita. Tehokkailla ennaltaehkäisevillä ja kuntoutumista tukevilla toimilla ikäihmisen toimintakykyä voidaan pitää mahdollisimman pitkään hyvänä. (Heikkinen – Kauppinen – Laukkanen 2013: 301- 302.) Gerontologinen kuntoutus nähdään laaja-alaisesti vanhenemisen eri puolet huomioon ottavaan ja ympäristön huomioimaan kuntoutukseen. Tavoitteena kuntoutumiselle on ikäihmisen arkielämän selviytyminen ja hyvä toimintakyky. (Järviskoski 2013: 63.) Gerontologisessa kuntoutuksessa keskeisenä käsitteenä on fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen toimintakyky. Ikäihminen nähdään aktiivisena toimijana eikä hoidon ja hoivan passiivisena vastaanottajana. Ikäihmisen motivoituneisuus ja yhdessä asetetut tavoitteet mahdollistavat onnistuneen kuntoutumisen ja ikäihminen toimii aktiivisesti tavoitteen saavuttamiseksi. (Pitkälä- Valvanne – Huusko 2010: 438-444.)

Toimintakykyä voidaan katsoa toiminnan vajeena tai toimintakyvyn olemassa olevana tasona, voimavaralähtöisesti. Ihmisen oma arvio siitä, miten hän kokee oman toimintakykynsä, on yhteydessä hänen terveyteen, sairauksiin, asenteisiin, toiveisiin ja tekijöihin arjessa. (Voutilainen 2006: 21-42; Heimonen 2009: 11.) Ikäihmisen toimintakyky voi vaihdella päivittäin. Toimintakyvyn vaikutus näkyy ikäihmisen elämän laadussa ja se määräytyy yksilöittäin eri tavoin sekä vaihtelee ajankohdan ja elämäntilanteen mukaan. (Aejmelaues – Kan – Katajisto - Pohjola 2007: 35.) Ikäihmisen toimintakyky muuttuu eletyn ajan mukaan ja on ikäihmisen tilanteesta ja jäljellä olevasta toimintakyvystä kiinni, miten ikäihminen pärjää omassa arjessaan. Ikäihmisen oma kokemus pärjäämisestä ja omasta tilanteestaan sekä toimintakyvystään vaikuttaa myös pärjäämiseen arjessa.

2.3 Ikäihmisen toimijuus ja toimintakyky palveluasumisessa

Vanhuudessa hyvinvointia määrittävä seikka on ikäihmisen toimintakyky (Rantanen 2013: 415). Ikäihmisen toimintakyvyssä tapahtuvat psyykkiset ja fyysiset muutokset ilmentävät vanhentumista. Ikäihminen on osa ympäristöään, osa yhteiskuntaa ja aikaansa. Ympäristön ja yhteiskunnan muutokset vaikuttavat ikäihmisen yksilötason muutoksiin. (Jyrkämä 2013: 421.) Ainoastaan toimintakykyä tarkastelemalla ikäihmisen elämäntilanteen monimuotoisuus jäisi huomioimatta. Toimijuus käsitteenä mahdollistaa ikäihmisten muuttuvien elämäntilanteiden, niissä selviytymisen ja hyvän arkielämän tarkastelemisen, johon kuuluu ikäihmisen elinympäristö. (Jyrkämä 2013: 421.) Iällä, elämänvaiheilla, ajankohdalla, paikalla ja tilalla on vaikutusta siihen, miten toimijuus mahdollistuu. Toimijuuden eri muodot vaikuttavat arjessa eri tilanteissa eri lailla. Elämänkulun kokonaisuus muotoutuu toimijuuden eri kontekstien vuorovaikutuksissa ja ikäihmisen kyvyt vaikuttavat siihen omalta osaltaan, mutta eivät määräävinä osatekijöinä. (Järvikoski – Härkäpää 2011: 101-102.)

Jyrkämän (2013) toimijuuden näkökulmasta hyvän vanhenemisen perusta on arjen ja sen eri tilanteissa tulevan tyytyväisyyden, ilon, onnen ja myönteisyyden tunteet. Ne ovat tilannekohtaisia, muuttuvia, dynaamisia asioita, joissa ikäihmiselle tulee tunne, että opin uuta, sain uusia mahdollisuuksia ja selvisin tästä. Kun ikäihmisen arki elämässä ovat sopusoinnussa osaaminen, voiminen, kykeneminen, haluaminen, täytyminen ja tunteminen, voi puhua ikäihmisen näkökulmasta puhua suotuisasta tai hyvästä vanhenemisestä. Olennaisena on, että ikäihminen nähdään valintoineen, tahtomisineen ja tekemisineen ja uusia asioita voi opetella, uusia asioita voi haluta, uusia elämyksiä voi tulla tai mahdollisuuksia. Vaikka ei kykenisi eritoten aktiivisuuteen, voi silti elää hyvää vanhuutta. (Jyrkämä 2013: 425.) Toimintakyvyn heiketessä ja ikääntyessä toimijuuden ilmeneminen arjessa saattaa muuttua ja silti ikäihminen on toimija omassa arjessa. Osallisuus voi olla valinta tekemättä mitään. (Jyrkämä 2008: 196.) Toimiesseen ihmiset ovat vuorovaikutuksessa keskenään, jolloin toimijuus näyttäytyy sosiaalisena kontekstina. Tämä sosiaalisuus voi tuoda mukanaan tahattomia seurauksia toisista poikkeavista näkökulmista tai yksilöllisistä lähtökohdista käsin. (Jyrkämä 2005: 305.)

Tuettu palveluasuminen tarkoittaa normaaleissa vuokra- ja omistusasunnoissa asumista lähes itsenäisesti, kuitenkin niin, että ikäihmisen tukena saattaa olla joku tukihenkilö/tuki muutaman tunnin viikossa. Tehostettu palveluasuminen on ikäihmisen vuorokautista palveluasumista. (THL 2012.) Palveluasuminen ympäristönä antaa hyvin toteu-

tettuna paremmat edellytykset ikäihmisen itsenäisyydelle, omatoimisuudelle ja sosiaalisten suhteiden ylläpitämiselle. (Koskinen – Aalto – Hakonen – Päivärinta 1998: 242.)

Hoiva-asumisessa päivittäinen arki muodostuu yhdessä elämisessä ja toimimisesta. Hoiva-asumisen tavoitteena on luoda turvallinen ja kodinomainen asuinpaikka, jossa tuetaan ja kannustetaan ikäihmisen omia jäljellä olevia voimavaroja käyttämään ja vahvistamaan sekä säilyttämään itsenäisyyden ja omatoimisuuden omassa arjessaan. (Suvikas – Laurell – Nordman 2013: 358.) Laitosoloissa yhteisöllisyyttä voidaan tukea ja hyödyntää järjestämällä toimintaa, joka antaa elämyksiä, piristää ja virkistää (Suvikas – Laurell – Nordman 2013: 336-337). Ikäihmisten toimintakykyä, toimijuutta sekä terveyttä voidaan kohentaa oikea-aikaisella ja oikein suunnatulla kuntoutuksella. Parhaimmillaan se kohentaa ikäihmisen itsenäisen ja omatoimisen elämän mahdollisuuksia. (Pitkälä- Valvanne- Huusko 2010: 438-444.) Ikäihmisten omatoimista toimijuutta vahvistetaan tarvittaessa apuvälineen kanssa tai ammattilaisen avustamana. Toiminta perustuu ikäihmisen voimavaroihin, on jatkuvaa ja tavoitteellista, ja vaatii ikäihmisen aktiivisuutta sekä pitkäjänteisyyttä. (Järvikoski 2013: 23-24.)

Ikäihmisen tukemista omassa toimintaympäristössään pidetään hyvän hoidon ja palvelun lähtökohdaksi. Ikäihmisen voimavaroja lisätään ja ylläpidetään. Lisäksi hyvä hoito tarkoittaa hyvän elämän tukemista, itsemääräämisoikeuden tukemista, sekä itsenäisessä suoriutumisessa tukemista. Ikäihmisen hoito- ja palvelutoiminnoissa painotetaan toimintakykyä tukevaa työtettä ja asiakkaan ja omaisten osallistumismahdollisuuksien parantamista. (Luoma 2007: 41.) Toimintakykyä pystytään usein ylläpitämään tai sen heikentymistä hidastamaan. Ikääntyessä kuntoutumisen tarpeen huomiointi olisi hyvä tehdä jo ennen kun toimintakyky on merkittävästi alentunut. Ajoissa aloitetut ja säännöllisiksi elintavoiksi omaksutut sosiaaliseen toimintaan osallistuminen, aktiivinen liikuminen ja terveyttä ylläpitävä ravitsemus tukevat ikäihmisen toimintakykyä. (Autti-Rämö – Mikkelsen – Lappalainen – Leino 2016: 62.) Vanhustyössä nähdään kuntoutumisen näkökulmaksi se, että kuntoutuminen on mitä tahansa edistävää toimintaa, joka ei ole kiellettyä tai turvatonta ikäihmiselle. Ikäihminen voi käyttää voimavarojaan; taitojaan ja osaamistaan, joita hänellä on sekä harrastaa. Lisäksi uuden oppiminen on nähty tuovan hyötyä ikäihmisen elämään. Kuntoutustoiminta nähdään edistävänä asiana silloin, kun ikäihmisen tavoitteet ovat yksilöllisiä ja toiminta näyttäytyy mielekkäänä, tavoitteellisena ja arvioitavissa olevana ikäihmiselle. (Suvikas – Laurell – Nordman 2013: 336-337.) Ikäihmisen toimintakyvyn ja toimijuuden tukeminen ikäihmisen omassa arjessa, on hänen omista voimavaroista lähtevää, omatoimisuutta tukevaa ja hyvän

elämän tavoittelemista. Palveluasumisessa se näyttäytyy arjen toimimisena ja elämisenä yhdessä.

3 Toimintaympäristön kuvaus

Keravan palvelutalosaatiön alaisuudessa toimiva Kotimäen palvelukeskus tuottaa palveluasumista ikäihmisille ja vaikeasti vammautuneille henkilöille. Säätiö määrittelee perustehtäväkseen parantaa ikäihmisten, vanhusten ja muiden erityispalveluiden ja sosiaalisen tuen tarpeessa olevien henkilöiden elinolosuhteita. Kotimäessä on tuettua (36 asiakkaalle) ja tehostettua (25 asiakkaalle) palveluasumista. Kotimäen palvelukeskuksessa toimii neljä yksikköä: Kotituvat (tuettua palveluasumista), Kotivintti (tehostettua palveluasumista), Kotipesä (tehostettua palveluasumista) ja Kotisiipi (13 asiakasta, vaikeavammaisten ryhmäkoti). Kotimäen palvelukeskuksessa työskentelee eri alojen ammattilaisia. Yksiköt tarjoavat erilaisia palveluita ikäihmisille ja muille erityisryhmille mahdollistaen elämisen ja ikääntymisen turvallisessa kodinomaisessa olosuhteissa yksityisinä palvelusopimusasiakkaina tai kunnan maksusitoumuksella. Asukasvalintojen perustana on palveluiden tarve. Asukkailla tehdään hoitosuunnitelma ja/tai hoito- ja palvelusopimus. (Keravan palvelutalosaatiö 2017.)

Kotimäen palvelukeskus nostaa itse yhdeksi arvoksi turvallisen arjen. Tämä pitää sisällään asukkaan asuinympäristön turvallisuuden ja siihen on huomioitu ympäristön esteettömyys. Kaikilla asukkailla on käytössä turvapuhelin. Hoitohenkilökunnan kokoaikainen saatavuus on yksi turvallisuuden perusta Kotimäessä. Kotimäessä toimii moniammatillinen tiimi; sairaanhoitajia, lähihoitajia, fysioterapeutti ja lääkäri on tavattavissa kerran viikossa. Kotimäessä toimii tukipalvelutiimi, joka hoitaa siivous- ja asukaspyykinhuollon. (Keravan palvelutalosaatiö 2017.)

Kehittämistyön ympäristönä toimii Kotimäen palvelukeskuksen tuettu ja tehostettu palveluasuminen. Olen rajannut kehittämistyöhöni mukaan Kotimäen ikäihmiset; asukkaat, heidän omaisensa ja henkilökunnan tuetussa ja tehostetussa palveluasumisesta.

4 Tutkimuksellisen kehittämistyön tavoite ja tarkoitus

Kehittämistyön tarkoitus oli kehittää ikäihmisen toimijuutta tukeva toimintatapa. Tavoitteena oli ikäihmisen toimintakyvyn vahvistuminen Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa.

Kehittämistehtävät:

1. Selvittää, miten ikäihmisen toimijuutta tuetaan tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa Kotimäessä toimintakyvyn vahvistumiseksi.
 - a) ikäihmisen näkökulmasta
 - b) työntekijän näkökulmasta
 - c) omaisen näkökulmasta
2. Selvittää, mitkä tekijät lisäävät ja mitkä vähentävät ikäihmisen toimijuuden tukemista tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa Kotimäessä.
3. Tuottaa kuvaus ikäihmisen toimijuutta tukevasta toimintatavasta tuettuun ja tehostettuun palveluasumiseen Kotimäessä.

Tuotoksena oli kuvaus ikäihmisen toimijuutta tukevasta toimintavasta Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa.

5 Tutkimuksellisen kehittämistyön menetelmälliset ratkaisut

5.1 Tutkimuksellinen lähestymistapa ja tiedon intressi

Tässä tutkimuksellisessa kehittämistyössä menetelmällisenä lähestymistapana käytettiin toimintatutkimuksellista otetta, jossa tutkittavat eli arjessa toimivat ikäihmiset, heidän omaisensa ja henkilökunta olivat aktiivisesti osallisia ja yhteistyö sekä aktiivinen tekeminen tulivat merkilliseksi tutkimisen kanssa. (Kuula 2006.) Tämän tutkimuksellisen kehittämistyön tavoitteena oli toimintakyvyn vahvistuminen toimijuuden tukemisen kautta. Ikäihmisen, heidän omaisensa ja henkilökunnan aktiivista roolia tarvittiin tämän tavoitteen toteutumiseksi. Toimintatutkimuksessa tutkittavat olivat aktiivisia koko tutkimus- ja muutosprosessin ajan. Toimintatutkimuksellista lähestymistapaa voitiin käyttää myös muuttamaan sosiaalista todellisuutta, ei vaan kuvaamaan tai selittämään sitä (Kuula 2006.) Sosiaalinen muuttuva ympäristö oli kiinnostuksen kohteena (Robson

2011: 24). Toimintatutkimus oli yksilön tai pienen ryhmän suorittama sekä niiden soveltama ja arvioima kokonaisuus (Robson 2011: 4,6). Toimintatutkimuksellinen lähestymistapa sopi tähän kehittämistyöhön, sillä kehittäminen toteutui yhteiskehittelynä ja monimuotoisesti ikäihmisen omassa arjessa palveluasumisessa ja mukana kehittämässä olivat ikäihmiset, heidän omaisensa ja henkilökunta. Osallistujat toimivat aktiivisina kehittäjinä koko kehittämisprosessin ajan.

Toikko- Rantasen mukaan toimintatutkimukselle on tunnusomaista toiminnan ja tutkimuksen samanaikaisuudessa tapahtuvaa kehittämisprosessi, joka etenee syklisesti suunnitellen, toimien, havainnoiden ja reflektoiden. Syklin vaiheet vuorottelivat kehämaisesti ja muodostivat peräkkäin toimintatutkimuksellisen spiraalin. Toiminta eteni prosessimaisesti täydentyen koko toimintatutkimuksen ajan. (Toikko - Rantanen 2009: 53.). Tässä kehittämistyössä tehtiin syklin suunnitteluvaihe, josta kehittämistyön tulokset viedään toimintaan. Toiminta, havainnointi ja reflektointi jäivät työyhteisön toteutettaviksi. Tutkimuksellisella kehittämistyöllä kuvattiin toimijuutta tukeva toimintatapa, joka vahvistaa ikäihmisen toimintakykyä palveluasumisessa. Työyhteisön toteutettavaksi jäi toimintatavan käyttöönotto arjessa, sen havainnointi ja reflektointi jatkossa. Tämä tutkimuksellinen kehittämistyö oli omalta osaltaan toimintatutkimuksen logiikan mukainen, jossa oli suunnittelu-, toiminta-, havainnointi ja reflektointivaihe (taulukko 1).

Tässä tutkimuksellisessa kehittämistyössä tietoa kerättiin koko kehittämisprosessin ajan, haastatteluiden ja yhteiskehittelyjen aikana toteutettiin havainnointia ja haastatte- luita kaikilta osallistujilta. (Vilka 2006: 70.) Tässä tutkimuksellisessa kehittämistyössä tutkijan rooli oli ulkopuolinen, joka ohjasi toimintaa, reflektoi ja rohkaisi kehittämään yhteistoimintaa tukevana ja koordinoivana. Toiminnan ohjauksen rollissa tutkijan rooli oli viedä kehittämisprosessia eteenpäin, toimijuuden tukemisen toimintatavan selvittä- miseksi. Reflektointia tapahtui tutkijan näkökulmasta erilaisten mielipiteiden esiintuomi- sella, kerätyn tiedon pohtimista kriittisesti, oman toiminnan arvioimisella, tukea jokaista osallistujaa uuden oppimiseen ja näkemyksiensä eteenpäin kehittämiseen. Tutkijan tehtävänä oli myös tiedon kerääminen ja sen välittäminen kehittäjäryhmälle. (Anttila 2006: 444.)

Kehittämisen tavoite; mihin tietoa tuotettiin, määritti toimintatutkimuksen tiedonintressi- teorian. Tiedonintressiteorioita on kolme: tekninen, praktinen ja emansipatorinen. Tä- män tutkimuksellisen kehittämistyön tiedon intressi oli emansipatorinen. Tavoitteena oli itseymmärryksen parantuminen, ammatillinen kehittyminen, uudenlainen tietoisuus, toimintatapojen muuttaminen ja toiminnan tehokkuuden ja vaikuttavuuden kehittämi-

nen. (Heikkinen – Kontinen – Häkkinen 2007: 45-47). Ikäihmiset, heidän omaisensa ja henkilökunta olivat uudella tavalla mukana keskustelussa ja kehittämisessä toimintaa. Tässä kehittämistyössä ikäihmiset olivat vahvasti osallistuvassa roolissa tasa-vertaisina kumppaneina ja toiminta kehittäjäryhmän jäsenten kesken oli vastavuoroista. Kaikki osallistujat tavoittelivat yhteistä hyvää kaikille palvelutalon ikäihmisille ja arkeen osallistuville. Tutkijan rooli oli käynnistää ja koordinoita kehittäjäryhmätoimintaa ja jakaa muiden osallistujien kanssa vastuuta yhteistä tavoitetta kohti.

5.2 Tiedon tuottajien valinta ja kuvaus

Tutkimuksellisen kehittämistyön aineiston keruuseen oli rajattu ikäihmiset, heidän omaisensa ja henkilökunta Kotimäessä. Kotimäessä on tällä hetkellä yksi fysioterapeutti, joka työskentelee kaikkien ikäihmisten kanssa. Kotimäen osastojen henkilökunta yhdessä fysioterapeutin kanssa miettivät ikäihmisen kunnon ja voinnin mukaan mahdollisuuden osallistua. Ikäihmiseltä kysyttiin halukkuutta lähteä mukaan kehittämistyöhön (liite 1). Ikäihmisiä valittiin mukaan 7 henkilöä sekä tuetusta että tehostetusta palveluasumisesta. Fysioterapeutti ja henkilökunta miettivät, ketkä omaisista voisivat osallistua. Omaisista valittiin mukaan 3 (liite 3). Kotimäen vanhus- ja vammaispalvelupäällikkö yhdessä fysioterapeutin kanssa miettivät ja pyysivät henkilökunnasta osallistujat (liite 2). Henkilökuntaa osallistui 7 henkilöä sekä tuetusta että tehostetusta palveluasumisesta. Kaikkien osallistuvien osallistuminen oli vapaaehtoista. Haastatteluihin osallistuneet henkilöt olivat osa samoja, kuin yhteiskehittelyssä olleet henkilöt. Henkilökunnasta osallistuminen oli laaja-alaista, mukana olivat sairaanhoitajat, lähihoitajat, fysioterapeutti, laitoshoitaja ja vanhus- ja vammaispalvelupäällikkö.

Ikäihmisten valintakriteereinä osallistumiselle oli, että ikäihminen haluaa ja pystyy osallistumaan sekä se, että ikäihminen ymmärtää, mihin osallistuu. Valinnassa otettiin huomioon ikäihmisen koko tilanne. Lopullisen valinnan tekivät Kotimäen vanhus- ja vammaispalvelupäällikkö sekä fysioterapeutti. Omaisista osallistujien vapaaehtoisuuden jälkeen valinnan tekivät henkilökunta yhdessä Kotimäen vanhus- ja vammaispalvelupäällikön kanssa. Henkilökunnan osallistumisen vapaaehtoisuuden jälkeen valitsi Kotimäen vanhus- ja vammaispalvelupäällikkö. Osallistujat valittiin ilmoittautumisjärjestyksessä.

5.3 Aineiston kerääminen

Kehittämistyössä aineisto kerättiin teemahaastattelulla ja kahdella kehittäjäryhmätapaamisella kehittämistehtävien tarkoituksen mukaisesti (taulukko 1).

Taulukko 1. Kehittämisprosessin sykli

| Kehittämisprosessi | Aineiston keruu ja analysointi | Tulos |
|---|--|---|
| Tehtävä 1: Miten toimijuutta tuetaan tällä hetkellä Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa? | Asukkaan ja työntekijän teemahaastattelut nauhoitettamalla. Aineiston analyysi sisällön analyysillä. | Tietoa siitä, miten toimijuutta tuetaan tällä hetkellä Kotimäessä. |
| Tehtävä 2: Mitkä tekijät lisäävät tai vähentävät toimijuuden tukemista tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa? | Yhteiskehittely, Learning Cafe-menetelmä. Kehittämisryhmätapaaminen nauhoitettiin. Aineiston analyysi sisällönanalyysillä. | Tietoa siitä, mitkä tekijät lisäävät toimijuutta ja toimijuuden tukemista Kotimäessä. |
| Tehtävä 3: Mitä on toimijuutta tukeva toimintatapa Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa? | Yhteiskehittely, ryhmätyö. Kehittämisryhmätapaaminen nauhoitettiin. Aineiston analyysi sisällönanalyysillä. | Tietoa siitä, mitä toimijuutta tukeva toimintatapa Kotimäessä on. |
| Laadittu yhteenveto tuotoksesta; toimijuutta tukeva toimintatapa Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa. | | |

Ensimmäinen kehittämistehtävä oli selvittää, miten ikäihmisen toimijuutta tuetaan toimintakyvyn vahvistumiseksi tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa Kotimäessä a) ikäihmisen b) työntekijän ja c) omaisten näkökulmasta. Aineistoa kerättiin teemahaastattelujen avulla (liite 7). Teemahaastattelussa poimitaan keskeiset aiheet tai teemat, joilla pystyttiin selvittämään vastaus kehitystehtävän kysymykseen. (Vilka 2005: 101). Teemahaastattelurungon rakentamiseen käytettiin Jyrkämän toimijuuden teoriaa (2007) ja ICF:n toimintakyky-osiota (THL 2016). Vilkan (2005) mukaan teemahaastattelut voidaan tehdä yksilö- tai ryhmähaastatteluina. Ryhmähaastattelua pidetään mielek-

käänä tapana kerätä aineistoa, kun halutaan kehittää työelämää koskevia toimintatapoja. (Vilkkä 2005: 102-102.) Kun halutaan muodostaa yhteistä näkemystä olemassa olevaan ilmiöön, ryhmähaastattelu sopii silloin hyvin (Hirsjärvi- Hurme 2000: 61). Teemahaastattelu tehtiin parihaastatteluna, jossa olivat mukana asukas ja (oma)hoitaja.

Teemahaastatteluun päädyttiin sen takia, että haluttiin saada vastaukseen syvällisempää selvyyttä ja tuoda esiin toimijuuden tukemiseen liittyvien asioiden erinäiset näkökulmat. Teemahaastattelun tavoite oli, että vastaajat pystyivät antamaan oman kuvauksen kaikista käsiteltävistä teemoista (Vilkkä 2005: 101-102). Teemahaastattelujen kysymykset eivät olleet tarkassa muodossa ja järjestys puuttui (Hirsjärvi – Remes – Sajavaara 2009: 208). Teemahaastattelun sopivuus tähän työhön tuki sitä, että asukkaiden ääni tuli kuulluksi ja sen, että vaikka kysymykset menivät teemojen mukaan, aiheen syvyys meni vastausten mukaan. Teemahaastattelu toi esille ihmisen kokemuksen ja tulkinnan asioista. (Hirsjärvi - Hurme 2000: 47-48.)

Teemahaastatteluihin ilmoittautui viisi asukasta. Teemahaastatteluihin varattiin aikaa 60 minuuttia ja ne toteutettiin parihaastatteluna. Teemahaastatteluissa mukana olivat neljä tuetun palveluasumisen asukasta ja heidän (oma)hoitajansa sekä yksi tehostetun palveluasumisen asukas ja omahoitaja. Haastattelut tehtiin asukkaiden kotona, rauhallisessa ympäristössä. Haastattelujen aluksi käytiin läpi tutkimuksellisen kehittämistyön tarkoitus ja tavoite. Haastatteluihin osallistuneet allekirjoittivat suostumuksen osallistumisestaan tutkimukselliseen kehittämistyöhön (liite 4 ja 5). Teemahaastattelulla saatiin tietoa toimijuudesta, jossa lähtökohtana oli toimijuuden modaaliteettiteoria (osata, voida, kyetä, täytyä, haluta ja tuntea) sekä ICF:n toimintakykyosiosta suoritukset ja osallistuminen (liikkuminen, itsestä huolehtiminen, yhteisöllinen elämä). Teemahaastattelut nauhoitettiin digitaalisella nauhurilla ja puhelimen sanelin- toiminnolla. Nauhoitettua materiaalia tuli yhteensä 3 tuntia, 5 minuuttia. Nauhoitettu teksti litteroitiin eli kirjoitettiin auki. Litteroitua tekstiä tuli 36 x A4 sivua fontilla Arial 11, riviväli 1,5.

Ensimmäiseen kehittämisryhmätapaamiseen ilmoittautui ja osallistui seitsemän asukasta, kolme omaista ja kuusi henkilökunnan jäsentä. Tapaaminen järjestettiin yhteisessä kerhuhuoneessa Kotimäen palvelutalossa. Asukkaita oli ilmoittautunut yksi enemmän, kun suunnitelmassa oli. Yhteisen keskustelun jälkeen fysioterapeutin ja vanhus- ja vammaispalvelupäällikön kanssa tehtiin päätös heidän osallistumisestaan kehittäjäryhmään. Kehittäjäryhmään kuului kaksi pariskuntaa ja molemmat pariskunnan haluttiin mukaan tuomaan asukasnäkemystä esille.

Ensimmäisessä kehittämisryhmätapaamisessa, toisen kehittämistehtävän tiedon keruu menetelmänä käytettiin Learning- cafe- menetelmää. Learning cafe-menetelmä on yhteistoimintaan tarkoitettu menetelmä, jossa keskustelun kautta tuotettiin ja siirrettiin tietoa. Learning cafe:ssa pöytäkunnittain mietittiin teemoja, joihin haluttiin vastauksia. Jokaisessa pöydässä oli kirjuri, joka pysyi pöydässä, kun muut vaihtoivat pöytää 15 minuutin välein. Muut ryhmän jäsenet liikkuvat ryhmänä seuraavaan pöytään, jossa keskustelu jatkui kirjurin kerrottua ensin edellisen ryhmän ajatukset lyhyesti. Kaikki ryhmät kiertävät kaikki pöydät ja teemat. Lopuksi kirjurit esittelevät lopputulokset kaikille osallistujille. Pienimmissä ryhmissä työskentely mahdollisti jokaisen ryhmän jäsenen äänen kuulemisen. Tavoitteena oli löytää yhteinen ymmärrys aiheesta ja menetelmä ohjasi yhteisten ratkaisujen tekemiseen. (Järvensivu – Nykänen – Rajala 2010: 68-69.)

Ensimmäisessä kehittäjäryhmätapaamisessa työstettiin, mitkä tekijät lisäävät ja mitkä vähentävät ikäihmisen toimijuuden tukemista tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa Kotimäessä. Ensimmäiseen kehittäjäryhmätapaamiseen käytettiin kolme ja puoli tuntia. Kehittäjäryhmätapaaminen alkoi tutkimuksen tavoitteen ja tarkoituksen esittelyllä. Jokainen osallistuja allekirjoitti suostumuksen osallistumisestaan tutkimukselliseen kehittämistyöhön (liite 4-6). Kaikille osallistujille esiteltiin tutkimuksellisen kehittämistyön toimintatutkimuksen lähestymistapa. Alkuun esiteltiin lyhyesti haastatteluiden analyysin pohjalta orientaationa yhteiskehittelylle, miten toimijuuden tukeminen näyttäytyy tällä hetkellä asukkaan toimintakyvyn vahvistumiseksi Kotimäessä. Haastattelun analyysivaiheessa analyysi jätettiin tarkoituksen mukaisesti pelkistys- alaluokkatasolle, koska haluttiin käyttää mahdollisimman konkreettista tekstiä. Konkreettinen ja käytännön läheinen teksti auttoi kehittäjäryhmää ymmärtämään, mitä toimijuuden tukeminen käytännössä on Kotimäessä. Asukkaat, heidän omaisensa ja henkilökunta jaettiin neljään ryhmään ja jokaisessa ryhmässä oli neljä henkilöä. Kehittäjäryhmätapaamisessa kirjattiin keskustelujen pohjalta osallistujien tuottamat tekstit fläppitauluille ja käytiin ne yhdessä läpi. Keskustelut nauhoitettiin digitaalisella nauhurilla ja puhelimen sanelin-toiminnolla. Nauhoitettua materiaalia tuli kolme tuntia. Nauhoitettu teksti litteroitiin. Litteroitua tekstiä tuli 7 x A4 sivua fontilla Arial 11, riviväli 1,5. Fläppitauluja tuli 8 ja niiden tekstit analysoitiin analysointivaiheessa.

Toiseen kehittäjäryhmätapaamiseen ilmoittautui ja osallistui seitsemän asukasta, kaksi omaista ja seitsemän henkilökunnan jäsentä. Asukkaat ja omaiset pystyivät samoina, kun ensimmäisessä kehittämisryhmätapaamisessa, henkilökunnassa oli muutoksia. Tapaaminen järjestettiin yhteisessä kerhohuoneessa Kotimäen palvelutalossa.

Toisen kehittäjäryhmätapaamisen ja kolmas kehittämistehtävä oli tuottaa kuvaus asukkaan toimijuutta tukevasta toimintavasta tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa. Kehittäjäryhmätapaaminen alkoi tämän tutkimuksellisen kehittämistyön tavoitteen ja tarkoituksen esittelyllä. Jokainen osallistuja allekirjoitti suostumuksen osallistumiseensa tutkimukselliseen kehittämistyöhön (liite 4-6). Haastattelujen ja ensimmäisen kehittäjäryhmätapaamisen analyysien lyhyiden esittelyiden jälkeen lähdettiin ryhmätyön muodossa työstämään toimintatapoja toimijuuden tukemiseksi. Analyysit jätettiin tarkoituksen mukaisesti pelkistys- alaluokkatasolle, jotta konkreettiset ja käytännön asiat tulivat selkeästi esille kehittäjäryhmän jäsenille. Tiedon keruu tapahtui ryhmätöinä eri teemoissa, teemat olivat nousseet aikaisempien aineistojen ja kehittäjäryhmätapaamisten pohjalta.

Toiseen kehittäjäryhmätapaamiseen käytettiin kolme ja puoli tuntia. Ryhmätyön teemoja oli kuusi ja ryhmiä oli neljä. Ryhmätyöt suoritettiin papereiden siirtymisinä ryhmästä toiseen ja jokainen ryhmä sai vastata jokaiseen teemaan. Kehittäjäryhmätapaamisessa kirjattiin keskustelujen pohjalta osallistujien tuottamat tekstit fläppitauluille ja käytiin yhdessä läpi. Keskustelut nauhoitettiin digitaalisella nauhurilla ja puhelimen sanelin-toiminnolla. Nauhoitettua materiaalia tuli kolme tuntia. Nauhoitettu teksti litteroitiin. Litteroitua tekstiä tuli 9 x A4 sivua fontilla Arial 11, riviväli 1,5. Fläppitauluja tuli 9 ja niiden tekstit analysoitiin analysointivaiheessa.

5.4 Aineiston analysointi

Kaikkien kolmen kehittämistehtävän tuottama aineisto analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä. Sillä tuotettiin selkeä ja informatiivinen kuvaus toimijuutta tukevasta toimintatavasta Kotimäen tuettuun ja tehostettuun palveluasumiseen (Tuomi- Sarajärvi 2009, 108). Sisällönanalyysissä aineistosta muodostetaan käsitteellisempää näkemystä tutkittavasta ilmiöstä. Aineisto perustuu pääosin tulkintaan ja päättelyyn ja se nousee esiin tutkittavasta aineistosta. (Tuomi- Sarajärvi 2009: 103, 112). Näyte aineistolähtöisestä sisällönanalyysistä on liitteenä (liite 8).

Aineistolähtöinen sisällönanalyysi eteni vaiheittain. Analyysiyksiköksi määriteltiin ajatuksellisen kokonaisuuden, jossa voi olla lause tai useampi lause. Litteroinnin eli aineiston auki kirjoittamisen jälkeen, paperiversioon huomioitiin eriväreillä erikseen vastaukset analyysikysymykseen liittyvät lauseet. Nämä taulukoitiin ja niistä tehtiin pelkistetyt ilmaukset. Pelkistetyt ilmaukset kerättiin omiin lokeroihin ja niistä tehtiin yhdistävien

tekijöiden mukaan alaluokat. Alaluokkien yhdistäminen, samoin kuin pelkistettyjen ilmausten, koottiin yhteisiksi yläluokiksi. Kokoavan käsitteen muodostamiseksi yhdistettiin muutama yläluokka pääluokaksi. (Tuomi- Sarajärvi 2009: 109-110.)

Ensimmäiseen kehittämistehtävän analyysikysymykset olivat: miten asukkaan toimijuutta tuetaan asukkaan toimintakyvyn vahvistamiseksi a) asukkaan, b) työntekijän ja c) omaisten näkökulmasta. Toisen kehittämistehtävän analyysikysymykset olivat: mitkä tekijät lisäävät ja mitkä vähentävät asukkaan toimijuuden tukemista? Kolmannen kehittämistehtävän analyysikysymys oli: millainen on asukkaan toimijuutta tukeva toimintatapa Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa?

5.5 Tutkimuksellisen kehitystyön eteneminen

Tutkimuksellisen kehittämistyön aiheen kartoitus alkoi syksyllä 2016 Kotimäen palvelukeskuksen henkilökunnan ja aiheen aineistoon tutustumisella. Kehittämistyön tavoite ja tarkoitus kohdentui keskusteluissa Kotimäen henkilökunnan kanssa sekä aiheen aineiston kautta. Tutkimuksellisen kehittämistyön tutkimussuunnitelmassa oli tarkentunut työn tavoite ja tarkoitus, teoriapohja, kehittämistyön menetelmälliset ratkaisut, aikataulu ja siihen käytettävät resurssit. Työn etenemiselle suunniteltiin ja laadittiin aikataulu, joka ohjasi työn etenemistä (taulukko 2).

Taulukko 2. Tutkimuksellisen kehittämistyön aikataulu

| AIKATAULU | KEHITTÄMISTYÖN VAIHEET |
|----------------------|--|
| Syksy 2016 | Aiheen kartoitus, keskustelut tavoitteesta ja tarkoituksesta, tutustuminen teoriaan ja tutkimusaineistoon, aiheanalyysiseminaari |
| Tammikuu 2017 | Tutkimuksellisen kehittämistyön tutkimussuunnitelman tekoa. |
| Helmi-maaliskuu 2017 | Tutkimussuunnitelman viimeistely, teemahaastattelu -rungon, kirjallisen tiedotteen ja tutkimussuostumuslomakkeen valmistelu. Tutkimusluvan hakeminen Kotimäen vanhus- ja vammaispalvelupäälliköltä. Teorian ja tutkimustietoon pe- |

| | |
|----------------------|--|
| | rehtyminen jatkui. |
| Huhtikuu 2017 | Teemahaastattelun valmistautuminen, koehaastattelu, teemahaastattelut |
| Toukokuu 2017 | Teemahaastatteluiden aineiston analysointi. Kehittämisyhmään aineiston valmistelu. Ensimmäinen kehittämissyhmätapaaminen |
| Kesä- elokuu 2017 | Haastatteluiden ja kehittämissyhmän aineiston analysointia, teoria-osuuden kirjoittamista |
| Syyskuu 2017 | Aineiston analyysi, toisen kehittämissyhmän aineiston valmistelu ja toinen kehittämissyhmätapaaminen |
| Loka- marraskuu 2017 | Toisen kehittämissyhmän aineiston analyysi. Tuotoksen yhteenveto. Raportin kirjoittaminen. Raportin palautus. |
| Joulukuu 2017 | Tutkimuksellisen kehittämistyön raportin julkistaminen. |

Tammikuussa pidetyn tutkimusseminaarin jälkeen tutkimussuunnitelmaa täydennettiin teoria-osuudella ja teemahaastattelurungon tekemisellä. Maaliskuun alussa mahdollistui luvan hakeminen Kotimäen vanhus- ja vammaispalvelupäälliköltä, joka myönsi luvan. Kun tutkimussuunnitelma hyväksyttiin ja tutkimuslupa saatiin, sovittiin aikataulua Kotimäen henkilökunnan kanssa. Teorian ja tutkimustiedon perehtyminen jatkui. Saman aikaan valmistauduttiin teemahaastatteluihin ja koehaastattelun tekemiseen. Koehaastattelu jälkeen tehtiin tarvittavat muutokset varsinaisiin teemahaastatteluihin. Teemahaastattelut tehtiin parihaastatteluna Kotimäen asukkaiden ja henkilökunnan kanssa huhtikuun aikana. Teemahaastatteluiden aineiston analysoinnin jälkeen toukokuun lopussa pidettiin ensimmäinen kehittämissyhmätapaaminen. Kesä-elokuun aikana tehtiin ensimmäisen kehittämissyhmätapaamisen aineiston analyysiä. Teemahaastattelun aineiston analyysia viimeisteltiin. Teoriatietoa vahvistettiin. Syyskuun puolivälissä pidettiin toinen kehittämissyhmätapaaminen. Syys-marraskuussa tehtiin lopullinen analysointi ja tuotoksen tekeminen, kirjattiin lopullinen raportti. Marraskuussa esiteltiin valmis kehittämistyö sekä Metropolian symposiumissa että Kotimäen palvelutalossa. Lopullinen tuotos toimijuutta tukevasta toimintatavasta Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa julkaistiin marraskuussa. Valmis työ on luettavissa Theseus-tietokannassa.

Kehittämistyö eteni aikataulullisesti alustavan suunnitelman mukaisesti. Tutkimuksellinen kehittämistyön aineiston keruu ja kehittämisryhmätapaamiset toteutuivat henkilökunnan työajalla. Kehittämistyö toi tukea Kotimäessä tehtyihin organisaatiomuutoksiin ja niiden tavoitteisiin. Kehittämistyön suunnittelu, aikaisemman tutkimustiedon kerääminen, valmistelutyö sekä raportin teko toteutui omalla ajalla. Tutkimuksellinen kehittämistyö ei aiheuttanut Kotimäelle erillisiä kustannuksia.

6 Tulokset

6.1 Asukkaan toimijuuden tukeminen toimintakyvyn vahvistumiseksi

Toimijuuden mahdollistuminen asukkaan näkökulmasta

Asukkaiden mahdollisuus osallistua omaan arkeen näyttäytyi vahvasti toimijuutta tukevana. Asukkaan oma valinta ja mahdollisuus siihen, että pystyi tekemään oman valinnan, tuki asukkaan toimijuutta. Asukkaan mahdollisuus valita mitä söi, osti kaupasta, mitä puki päälleen tai milloin kävi suihkussa, vaikutti toimijuuden mahdollistumiseen. Asukkaat osaltaan kokivat, että toimintakykyä olisi enemmänkin, jos olisi mahdollisuus tehdä itse enemmän asioita. Esimerkkinä tästä nousivat ruokailutilanteet. Asukkaiden mahdollisuus valita ruokailutilanteissa, missä söivät ja mitä söivät, jolloin asukas sai itse ottaa ruokaa lautaselle ja annostella sen sekä määritellä paljonko söi ruokaa. Asukkaalle mahdollisuuden tarjoaminen, että asukas pystyi osallistumaan omaan arkeen ja tekemiseen, vaikutti myös toimijuuteen ja siihen, että asukas toimi ja osallistui.

Asukkaan toimijuuteen vaikuttavat tekijät

Asukkaiden tekemiseen vaikuttavista tekijöistä vahvasti toimijuutta vahvistavana asiana koettiin se, että asukas piti tekemisestään ja toiminnastaan. Tekemisen mielekkyys ja sen vaikutus toimintakykyyn nähtiin isona osana toimijuutta. Toimintakykyä ja sen vaikutusta itsensä huolehtimisen paranemiseen koettiin olevan vaikutusta positiivisesti. Luottamus omaan tekemiseen ja siihen, että pystyi tarvittaessa pyytämään apua tuli itsensä huolehtimiseen vaikuttavien tekijöiden kautta esille. Mielialan vaikutus osallistumiseen tuli esille, jos oli alentunut mieliala, ei huvitanut osallistua tekemiseen. Sään vaikutus liikkumiseen tuli esille toimijuuteen vaikuttavissa tekijöissä. Jos oli sateinen sää, se vähensi halua lähteä ulkoilemaan. Ystäväpiirin ja ystävien merkitystä huomioi-

tiin vahvasti myös osallistumiseen vaikuttavissa tekijöissä. Elämän vaikuttavista tekijöissä nousivat asukkaan surun kokeminen ja yksinäisyys, jotka vaikuttavat asukkaan toimijuuteen.

Asukkaan hoitosuunnitelma

Asukkaiden omatoimisuus ja motivoituneisuus tulivat tässä esille. Asukkaat kokivat toimimisen ja arjen olevan omasta tahdosta tai halusta kiinni olevia asioita. Toistuvilla toiminnoilla koettiin olevan toimintakykyä ylläpitäviä asioita. Omalla asennoitumisella ja omilla tavoitteilla koettiin olevan merkitystä arjessa pärjäämisessä, osallistumiseen arjen viriketoimintoihin ja ryhmään. Asukkaan mukana olo hoitosuunnitelman teossa koettiin tärkeäksi. Asukkaan mielipidettä kysyttiin hoitosuunnitelmaa tehdessä, mutta asukkaan osallisuus suunnitelman teossa jäi vaillinaiseksi. Hoitosuunnitelmassa näkyi asukkaan tarpeet, tavoitteet, kehittämiskohteet ja arviointi. Useamman asukkaan tavoitteena oli selviytyä mahdollisimman itsenäisesti arjessa. Asukkaan tuettu tai avustettu arki näyttäytyi asukkaan tuen tai avun tarpeena konkreettisesti. Hoitosuunnitelmassa nämä asiat näyttäytyivät konkreettisesti ja ohjasivat asukkaan arkea.

Palveluasuminen

Palveluasumisen yhteisöllisyys ja siihen kuuluminen oli monen asukkaan toimijuudelle tärkeä lähtökohta. Palveluasuminen loi asukkaille turvallisuuden tunteen. Vahvasti esille nousivat, että muiden asukkaiden läsnäolo, henkilökunnan läsnäolo ja turvaranneke jokaisen asukkaan ranteessa toi turvallisuuden tunteen ja loi pohjan toimijuudelle asukkaan arjessa. Palveluasuminen koettiin yksinäisyyttä lieventävänä asiana.

Välittävä ja kannustava yhteisöllisyys

Yhteinen arki, jota asukkaat viettivät omasta halusta ja oman päätöksen mukaan, koettiin toimijuutta vahvistavana asiana. Yhdessä tekeminen ja arjen eläminen koettiin hyvänä asioina ja ne nousivat vahvistavina asioina esille. Muiden huomioon ottaminen yhteisössä ja tarvittaessa erikuntoisten asukkaiden toinen toisiaan auttava ajatustapa koettiin vahvasti osaksi yhteisöllisyyttä. Asukkaat kokivat toisten auttamisen oman toimintakyvyn mukaan antavan ihanan tunteen ja hyvän mielen. Avun antaminen ja vastaanottaminen koettiin otettavaksi hyvin vastaan. Palautetta tuli yhteisöstä hyvin monelta eri toimijalta. Toisilta asukkailta saatu palaute auttoi jaksamaan ja motivoi eteenpäin.

Hoitaja tukee asukkaan pärjäämistä arjessa hoitajan näkökulmasta

Asukkaan auttaminen ja tukeminen asukkaan tarpeen mukaan koettiin olevan lähtökohta asukkaan tukemisessa. Asukkaan auttaminen läsnäololla, jolloin asukas sai tur-

vantuntua hoitajasta, sanallisti tuettuna ja ohjattuna, jolloin asukas teki ja toimi ohjattuina itse arjessa. Hoitaja avusti tarvittaessa suihkutilanteessa esimerkiksi selän pesussa tai kengännauhojen laitossa. Hoitajan läsnäolo tilanteessa ja arjessa mahdollisti sen, että asukas pystyi tarvittaessa pyytämään apua hoitajalta. Hoitaja tuki asukasta osallistumaan arkeen ja viriketoimintoihin. Hoitaja tarvittaessa saattoi asukkaan paikalle ja takaisin kotiin asukkaan tilanteen mukaan. Hoitaja muistutti osallistumisesta viriketoimintoihin tarvittaessa haki kotoa, jos asukas ei muistanut itse lähteä.

Hoitaja huomioi asukkaan toimintakykyä ja pärjäämistä

Asukkaiden liikkumista, osallistumista, vointia ja toimintakykyä huomioitiin arjessa. Asukkaat liikkuivat tuetussa palveluasumisessa itsenäisesti ja paljon kodin ulkopuolellakin, jolloin hoitajat näkivät asukkaita muuallakin yhteisissä tiloissa. Tehostetussa liikkuminen oli osastolla oman toimintakyvyn mahdollistamissa rajoissa. Tehostetusta palveluasumisesta pystyi halutessaan osallistua talon tapahtumiin tai viriketoimintaan. Hoitaja tai joku henkilökunnasta saattoi asukkaan tehostetusta talon tapahtumiin. Hoitajat arvioivat myös asukkaan halua ja mahdollisuutta, toimintakykyä talon tapahtumisen ja viriketoiminnan osallistumisen suhteen. Hoitaja otti puheeksi asukkaan pärjäämisen, jos toimintakyvyssä ja arjessa pärjäämisessä näyttäytyi haasteita tai ongelmia. Jotkut tuetun palveluasumisen asukkaat olivat omatoimisia ja tarvitsivat vähän apua tai tukea. Asukkaan tilanteen muuttuessa asukas tai asukkaan omaisensa pystyivät tuoda huolen asukkaan pärjäämisestä esille.

Tapoja, joilla hoitaja voi tukea asukkaan arkea

Yhteisen ajan ja yhteisöllisyyden lisäämisellä voitiin tukea asukkaan arkea ja osallistumista siihen. Asukkaan harrastuksen aloittamisella yhdessä tai harrastuksen mahdollisuuksia lisäämällä voitiin tukea asukasta. Uusien harrastusten kokeileminen yhdessä asukkaan kanssa. Säännölliset yhteisen ajan muisteluhetket nähtiin asukkaan toimijuutta tukevana asiana. Keskusteluiden ja juttutuokioiden tärkeys nousivat esille. Uusien asioiden kehittäminen yhdessä ja niiden mahdollistuminen arkeen ja arjessa.

Hoitaja tuo turvallisuuden tunteen

Hoitajan läsnäolo toi tilanteissa asukkaalle turvallisuuden tunteen. Hoitajan paikalla oleminen ja mahdollisuus pyytää apua turvapuhelimella toi asukkaalle turvallisuuden tunteen. Asukkaat toivat esille, että tieto siitä, että tarvittaessa voi pyytää apua, toi asukkaalle turvallisuuden tunteen.

Hoitaja tukee tiedonkulkua

Hoitaja tiedotti asioista monella eri tavalla ja sujuvasti asukkaalle ja omaisille. Tiedonkulkua tuki kuukausitiedote, viikko-ohjelma, päivittäinen ohjelma ilmoitustaululla. Asukkaalle voitiin soittaa tai asukkaalle voitiin tulla kertomaan ja muistuttamaan asioista. Asukkaan osallistumista viriketoimintaan tuettiin muistutteleamalla, yhteisissä tiloissa käytiin sanomassa kaikille viriketoiminnan alkamisesta, asukas haettiin kotoa ja saatiin viriketoimintaan, jos asukas halusi osallistua.

Kodin ulkopuolisten asioiden hoito omaisen näkökulmasta

Omaiset avustivat ja auttoivat asukkaita kodin ulkopuolisten asioiden hoitamisessa. Pankki-, kauppa-, apteekkiasioiden hoitamisessa omaiset auttoivat asukasta. Asukkaan mukana olo kodinulkopuolisten asioiden hoitamisessa yhdessä omaisen kanssa onnistui asukkaan toimintakyvyn mahdollistamissa rajoissa. Asukkaat kokivat tärkeäksi sen, että omaiset hoitivat kodin ulkopuoliset asiat ja näin omaiset olivat mukana asukkaiden arjessa.

Omaiset mukana arjessa

Asukkaiden ja omaisten läsnäolo arjessa oli tärkeätä ja esille tuli vahvasti omaisten tärkeys ja merkitys arjessa. Vaikka asukkaat asuivat palveluasumisessa, omaisten läsnä olo ja olemassa olo oli tärkeä voimavara. Omaisten kanssa käydyt keskustelut, kyläilyt ja soittelut olivat tärkeitä. Lasten ja lastenlasten osallistuminen arkeen, mahdollisuus soittaa tai nähdä sukulaisia, omaisia, verkostoa oli tärkeätä. Molemmin puoleiset kyläilyt asukkaan tai omaisen luona olivat asukkaalle toimijuutta tukevia. Tukiverkoston yhteydenpito koettiin vahvasti arkea tukevana asiana.

Asukkaan turvallisuuden tukeminen

Omaiset olivat tuoneet asukkaille turvallisuuden tunteen huomioimalla asiakkaan asuntojen esteettömyyttä ja turvallisuutta. Mattojen poislaittamista lattialta, ettei asukas kaadu ja tukikahvojen paikoilleen laittamista, että asukkaan oli helpompi toimia ja elää arkea. Omaiset olivat muistuttaneet asukasta turvallisesta arjesta, esimerkiksi suihkuun menosta yksin tai ulkoilussa jonkun kanssa, asukkaan toimintakyky huomioiden.

6.2 Asukkaan toimijuuden tukemista lisäävät ja vähentävät tekijät

Asukkaan toimijuuden tukemista lisäävät tekijät

Asukkaan toimijuuden tukemista lisäsivät seuraavat tekijät: turvallisuuden tunne, oma-toimisuus, autonomian mahdollistuminen, uuden oppimisen mahdollistuminen, fyysinen

ja psyykinen toimintakyky, yhteisöllisyys, monipuolinen viriketoiminta, virikkeellinen ympäristö, kannustus ja tuki, verkostotyö, henkilökunnan ammatillisuus ja tiedonkulku.

Turvallisuuden tunne syntyi asukkailla siitä, kun ei tarvinnut olla yksin ja hoitajat olivat aina paikalla. Jokaisella asukkaalla oli turvapuhelin, jota pystyi painamaan, jos tuli joku hätä. Tämä lisäsi turvallisuuden tunnetta.

”Hoitajat ovat läsnä aina, ei ole yksin ja tulee turvallinen olo”

Omatoiminen tekeminen vaikutti asukkaan tekemiseen ja toimimiseen omassa arjessa. Omalla asenteella ja mielellä oli vaikutusta siihen, että pärjää omatoimisesti. Asukkaan oma haluaminen tehdä asioita tai osallistua asioihin vaikutti asukkaan omatoimisuuteen. Asukkaan oma motivoituneisuus ja kiinnostus arkeen, tekemiseen ja asioihin lisäsi omatoimisuutta arjessa. Itsenäinen arki ja omatoimisuus arjessa koettiin toimijuutta tukevaksi asiaksi. Arjen sujumiseen vaikutti myös asukkaan psyykinen ja fyysinen toimintakyky.

Itsemääräämisoikeuden ja valinnanvapauden kunnioittaminen nousivat esille asukkaan mahdollisuutena tehdä asioita ja päättää omista asioistaan. Asukkaalle annettiin aikaa itsemääräämisoikeuden toteutumiselle, annettiin aikaa valinnanvapaudelle ja vaihtoehtoja valita. Asukkaan oma tavoite kuultiin ja saatiin selville. Asukkaan hoitosuunnitelma ja asukkaan tavoitteet kirjattiin ylös ja ne olivat suuntana arjessa. Jotta asukkaan autonomiaa voitiin mahdollistaa, asukkaan persoonan, asukkaan elämäntilanteen ja tilanteen ymmärtäminen oli tärkeitä.

”Minä teen itse omat päätökset, mitä teen ja mihin menen.”

”Ei minun ole pakko, jos minä en tahdo.”

Mahdollisuus uuden oppimiselle nähtiin toimijuuden tukemista lisäävänä tekijänä. Uusien asioiden oppimista pystyi tapahtumaan missä ja milloin vain. Uuden oppimiselle ikä ei ollut este ja niin kauan, kun oli elossa, voitiin oppia uutta. Palveluasumisessa eläminen ei ole este uuden oppimiselle vaan joka päivä voitiin oppia uutta. Uuden oppimisen mahdollistaminen asukkaalle tilanteen mukaan arjessa oli tärkeitä.

”Niin kauan kun minä elän ja hengitän, voin oppia uutta.”

Asukkaan oman toimintakyvyn käyttö arjessa asukkaan omien mahdollisuuksien, haluamista ja voimien mukaan tuki asukkaan toimijuutta arjessa. Fyysinen, sosiaalinen, kognitiivinen ja psyykinen toimintakyky mahdollisti asioiden tekemisen arjessa. Toimijuuden tukemisessa näkökulma siirtyi sairauksien ja toimintakyvyn ymmärtämisenä

osana elämää. Myös asennoitumisella siihen mihin pystyi vaikutti asukkaan motivaatio ja halu. Tukemisen näkökulmasta voitiin miettiä, tuetaanko sairauden vai jäljellä olevien voimavarojen näkökulmasta.

Yhteisöllisyys välittyi vahvasti tuetusta ja tehostetusta palveluasumisesta. Yhteisöllisyys nähtiin turvallisuuden tuojana, mutta myös toimijuuden lisäävänä tekijänä. Tunne siitä, että aina oli kaveri paikalla ja ei tarvinnut olla yksin, lisäsi yhteisöllisyyden tunnetta mutta myös turvallisuutta. Se, että kaverin kanssa pystyi keskustamaan vaikka vain säästä, lisäsi asukkaan toimijuutta. Toisien asukkaiden näkeminen ja yhdessä olo toi yhteisöllisyyden tunteen. Toisen asukkaiden läsnäololla oli vaikutusta myös asukkaiden osallistumiseen talon viriketoimintaan ja muihin tapahtumiin. Yhteiset television katsomiset arjessa tukivat yhteisöllisyyden tunnetta.

”Kyllä kaverin tuki vaikuttaa siihen, että viitsii lähteä ryhmään.”

”Ei tarvitse olla yksin, aina on kaveri paikalla.”

”Toiset ihmiset on tärkeitä, vaikka vaan nähdä.”

Ryhmään kuulumisen tunne tuli esille toimijuutta lisäävänä tekijänä. Se, että oli mahdollisuus keskustella ja kommunikoida. Käsikontaktin mahdollistuminen ja kokemusten jako koettiin yhteisöllisyydessä hyvänä asiana. Ryhmien koolla ja saman toimintakyvyn omaavilla asukkailla ryhmien muodostuksessa voitiin vaikuttaa asukkaan toimijuuteen. Monet erilaiset ryhmät ja viriketoiminnat nähtiin hyvänä asiana. Monipuolinen viriketoiminta lisäsi osallistumista. Esille nousi myös, että monipuolinen viriketoiminta tuki sosiaalista toimijuutta. Viriketoimintaan osallistuttiin sen sosiaalisen kontekstin takia.

Ympäristö vaikutti asukkaan toimijuuteen ja ympäristön vaihdoksen mahdollisuus nähtiin positiivisena asiana. Monipuolinen ympäristö kodin ulkopuolella vaikutti myös psyykkiseen hyvinvointiin. Kodin ulkopuolinen elämä, oli se sitten viriketoimintaa tai yhteinen ruokailutilanne, koettiin tärkeänä asiana. Ympäristön vaikutus nähtiin virikkeitä tuovana mahdollistajana arjessa, vaikka asukkaan fyysisessä toimintakyvyssä olisi ollut haasteita. Ympäristön mahdollistajana palvelutalon fyysiset toivat raamit toimijuuden mahdollistajana, jolloin voitiin esimerkiksi ottaa käyttöön yläkerran parveke, jotta asukkaat pääsivät ulkoilmaan.

Kannustus, ohjaus ja tuki vaikuttivat asukkaan tekemiseen ja toimimiseen arjessa. Positiivisella kannustuksella ja tuella vahvistettiin ja tuettiin osallistumaan ja tekemään itse. Asukkaiden toisillensa antama tuki ja ohjaus nähtiin osaksi arjessa tapahtuvaa

palautteen antoa. Asukkaiden ja työntekijöiden roolit ja asenteet koettiin vahvasti vaikuttavan siihen, miten kannustusta, ohjausta ja tukea annettiin ja miten se osattiin ottaa vastaan. Asukkaan persoonan huomiointi ja asukkaan tunteminen koettiin tärkeäksi osaksi siihen, miten kannustettiin, ohjattiin tai tuettiin.

Verkoston yhteistyön mahdollistaminen ja koko verkoston yhtenäinen tavoite ja vuoropuhelu nähtiin tärkeänä tekijänä. Tehostetun palveluasumisen asukkaat eivät kaikki enää pystyneet sanottamaan omia asioitaan ja tavoitteitaan. Tällöin omaisen mukanaolo verkostossa ja arjessa koettiin erityisen tärkeänä. Tuetun palveluasumisen puolella tuli esille se, että asukkaan omainen ei välttämättä tiedä tai ole ollut niin läsnä asukkaan arjessa, kun asukkaalla itsellään oli toimijuutta ja toimintakykyä itsenäiseen arkeen jäljellä. Verkoston yhteisellä vuoropuhelulla voitiin tukea asukkaan toimijuutta arjessa. Asukkaan arjessa olevat henkilöt tiesivät ja sitoutuivat omalta osaltaan asukkaan toimijuuden tukemiseen, oman elämänsä mahdollistamiseen palveluasumisessa ja tukemaan niitä asioita asukkaan elämässä, jotka vahvistivat asukkaan toimintakykyä ja tuottivat hyvän elämän tunnetta asukkaalle.

” Yhteinen tavoite kaikilla, että kaikki ovat tyytyväisiä.”

Työntekijöiden käytös asukkaita ja omaisia kohtaa koettiin vaikuttavan asukkaan toimijuuteen. Työntekijöiden läsnäolo ja tuki, jonka asukas sai, vaikka ei olisikaan avun tarvetta konkreettisesti ollut, koettiin hyvänä asiana. Tehostetussa palveluasumisessa hoitajan näkyvillä olo ja läsnäolo tuki asukkaan toimijuutta ja toi myös turvallisuutta. Tuetun ja tehostetun palveluasumisen yhteistyön näkökulmasta asukkaiden mahdollisuus osallistua toistensa luona kyläilyyn tai tehostetun asukkaan mahdollisuus toimintakyvyn mukaan osallistua alakerran viriketuokioihin nähtiin vahvistavana tekijänä asukkaan toimijuudelle ja osallistumiselle.

Hyvä, sujuva ja monipuolinen tiedonkulku koettiin toimijuutta lissävänä tekijänä. Tiedonkulku nähtiin hyvänä ja monipuolisena palveluasumisessa. Kun tieto kulki, asukkaat kokivat sen vaikuttavan toimijuuteen ja osallistumiseen. Asukkaat tiedottivat myös itse toisiaan. Tiedonkulku koettiin toimivaksi myös silloin, jos joku viriketoiminta oli peruuntunut. Toimijuuden tukemisen näkökulmasta monella eri taholla tapahtuva tiedotus tuki asukkaan toimijuutta.

Asukkaan toimijuuden tukemista vähentävät tekijät

Asukkaan toimijuuden tukemista vähensivät seuraavat tekijät: yksinäisyyden tunne, itsemääräämisoikeuden ja valinnanvapauden väheneminen, motivaation väheneminen,

fyysisen- ja psyykkisen toimintakyvyn heikkeneminen sekä hoitajien kiire ja riittämättömyys.

Yksinäisyys nähtiin toimijuutta vähentävänä tekijänä. Palveluasumisessa ei aina löydy yhteisöstä samanhenkistä kaveria, vaikka haluaisi. Porukassakin asukas pystyi tuntemaan olevansa yksinäinen. Esille nousi myös näkökulma, jossa yksinäisyys voi olla myös oma valinta ja sitä pyrittiin kunnioittamaan. Ei väkisin yritetty viedä porukkaan, jos joku ei halunnut. Huomiotavaksi ja selvitettäväksi nostettiin se, että miksi joku haluaa olla yksin. Toisilla saattoi olla joku toimintakyvyllinen syy poissa oloon, esimerkiksi kuulon alenema vaikutti osallistumiseen sen takia, ettei kuullut ryhmässä eikä sen takia pystynyt osallistumaan tai halunnut osallistua.

” Porukassakin voi olla yksin.”

” Yksinäisyyttä on annettava niille, jotka sitä haluavat.”

Tuetussa palveluasumisessa asukkaiden itsemääräämisoikeus ja valinnanvapaus mahdollistui ja siten asukkaiden myös toimijuus, jossa asukkaan autonomia toteutui. Tehostetussa palveluasumisessa oman haasteen toivat resurssit, jolloin henkilökuntaa oli vähemmän paikalla. Itsemääräämisoikeuden ja valinnanvapauden rajoitteet toivat toimijuudelle esteitä. Toimijuuden tukemisessa itsemääräämisoikeutta ja valinnanvapautta kunnioitettiin kuitenkin niin hyvin kuin palveluasumisen raamit sen mahdollistavat. Palveluasumisessa ruokailutilanteet tapahtuivat yhteisöllisenä tapahtumana ja tehostetussa palveluasumisessa kaikki ruokailutilanteet olivat yhteisöllisiä. Tuetussa palveluasumisessa asukkailla oli mahdollisuus valita haluavatko he ruokailla kaikkien kanssa samassa tilassa vai yksin. Tehostetun palveluasumisen resurssit tuovat raamit sille, ettei se aina ole ollut asukkaan valittavissa.

Motivaation lasku vaikutti toimijuuden tukemista vähentävänä tekijänä. Asukkaan tekemisen suhteen motivaation väheneminen tai, jos halu seurata ympärillä olevia asioita vähenee, esimerkiksi toimintakyvyn heikkenemisen ja iän tuomien muiden sairauksien suhteen, vaikuttivat ne asukkaan toimijuuteen. Jos asukkaalle ei löytynyt talon monipuolisesta viriketoiminnasta juuri itselleen sopivaa viriketoimintaa, se vähensi myös asukkaan motivaatiota osallistua. Kun aivojen käyttö väheni ja asukas tylsistyi ja motivaatio tekemiseen laski. Asioiden puolesta tekeminen ja passivoiminen lisäsi passivoimintaa. Asukkaan tekemisen väliin tuleminen, jos asukas oli esimerkiksi tekemässä itse, mutta hoitaja korjasi tai teki nopeammin loppuun, vähensi asukkaan motivaatiota. Tekemällä itse nopeammin puolesta ja korjaamalla asukkaan jälkiä, asukkaan tekemisiä

aliarviointiin ja arvosteltiin.. Motivaation lasku vaikutti olennaisesti myös siihen, ettei asukas halunnut osallistua viriketoimintoihin tai muihin arjen asioihin.

”Halu seurata ympärillä olevia asioita vähenee.”

”Aivojen käyttö vähenee, ihminen tylsistyy”

”Motivaatio tekemiseen vähenee”

Jokaisen asukkaan toimintakyvyn lasku oli jollain tavalla jokaisen arjessa läsnä. Asukkailla oli muistin heikkenemistä, liikuntakyvyn heikkenemistä, psyykkisiä sairauksia, muita sairauksia jotka vaikuttivat päivittäisessä elämässä. Sairauksiin ja arjessa pärjäämiseen vaikuttivat asukkaan asenne ja motivaatio. Asukkaan asennoituminen siihen, että ajateltiin toimijuutta sairaudesta käsin vai voimavaroista käsin, vaikutti myös toimijuuden tukemiseen. Nähtiinkö haasteet ja ongelmat esteenä, hidasteena vai osaksi elämää ja asukas vielä pystyi tekemään asioita.

Hoitajien kiire asukkaan arjessa vähensi toimijuuden tukemista. Jos työntekijöillä ei ollut tarpeeksi aikaa asukkaalle, se vähensi myös toimijuuden tukemista. Työntekijä teki asukkaan puolesta, kun sai nopeammin ja paremmin tehtyä asiat. Hoitaja tehdessä puolesta asukkaan taito ja kyky selviytyä niistä itse laskivat. Työntekijälle tuli tunne, ettei ole hänellä myöskään ollut aikaa tukea tai mahdollistaa toimijuuden tukemista.

”Hoitaja tekee puolesta, jolloin taito ja kyky selviytymiseen laskee.”

”Hoitajilla ei ole tarpeeksi aikaa.”

6.3 Asukkaan toimijuutta tukeva toimintatapa

Asukaslähtöisyys

Asukkaan yksilöllisyyden huomiointi oli asukkaan mahdollisuutta valita omat vaatteet ja mahdollisuus tehdä, miten haluaa. Asukkaan yksilöllisyyden huomiointissa asukkaan luonne, persoonallisuus ja yksilöllisyys oli tärkeä ottaa huomioon. Asukkaan elämänhistorian ja taustan tunteminen mahdollisti asukkaaseen tutustumisen ja asioiden tietämisen. Asukkaan piirteet ja persoonallisuus eivät häviä vaikka asukas asui tai on muuttanut asumaan palveluasumiseen. Asukkaan persoonallisuuden huomiointi arjessa mahdollisti asukkaan osallistumisen omaan arkeensa. Asukkaan tilanteen ja tarpeen mukaan asukkaan huomiointi tilan tai ajan antamisena arjessa tuki asukkaan toimijuutta. Asukkaiden luonteen huomioon ottaminen asukkaan arjessa koettiin tärkeäksi, toiset asukkaan ovat arempia kuin toiset. ”Tuntosarvien” käyttö arjessa koettiin tarpeell-

lisena työväliseenä. Asukkaan tunteminen kokonaisuuden kannalta nähtiin tärkeänä asiana ja toimijuuden tukemisen mahdollistajana.

”Kaikki lähtee siitä, että otetaan jokainen yksilönä huomioon.”

”Ei se vaadi enempää, kun tutustua asukkaan elämään ja taustaan.”

Asukkaan hoito- ja palvelusuunnitelma

Asukkaan omat tavoitteet kuultiin, kuunneltiin ja selvitettiin. Asukkaalle itselle merkitykselliset ja tärkeät tavoitteet olivat tärkeä huomioida ja saada esille. Asukkaan oma halu ja motivaatio oman arjen ja toimintakyvyn suhteen vaikutti myös asukkaan pärjäämiseen. Tavoitteiden kirjaaminen hoitosuunnitelmaan ja hoitosuunnitelma ohjasi arjessa toimimista ja tukemista ja osallistumista. Asukkaan omat tavoitteet motivoivat asukasta tavoitteeseen pääsemiseksi ja asukas sitoutui niihin myös paremmin. Asukkaan osallistuminen omien tavoitteiden asettamiseen ja koko hoitosuunnitelmaan oli asukkaan autonomian, itsemääräämisoikeuden ja valinnanvapauden mahdollistamista, huomioon ottamista.

”Asukkaan tavoite pystyä toimintakykyisenä näkyy aktiivisena arjessa.”

”Pystyisi huolehtimaan omista asioista.”

Yksilöllinen toimintakyvyn huomiointi nähtiin asukkaan toimintakyvyn ymmärtämisellä. Asukkailla oli eritasoiset toimintakyvyt ja tukea arkeen tarvittiin erilalla toimintakyvystä riippuen. Toiset tarvitsivat enemmän tukea kuin toiset. Toiset pystyvät aika itsenäiseen arkeen, toiset tarvitsivat tukea ja apua enemmän. Fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn avulla asukas selviytyi arjessa. Toimintakyvyn tukeminen niillä asukkaan olemassa olevilla voimavaroilla nähtiin hyvänä lähtökohdalla. Asukkaan omatoimisuutta ja arkeen osallistumista tuettiin asukkaan toimintakyvyn mukaan. Jos asukas pystyi tekemään asioita itse, tuettiin niitä tekemään ja mahdollistettiin se. Tuettiin vähän kerrallaan. Jos asukas pystyi vähän osallistumaan arkeensa, mahdollistettiin se, tuettiin sen verran, kun oli tarvetta.

”Voi kaataa kahvimaidon itse.”

”Mahdollistetaan voileipien teko ja voitelemine itse.”

Asukkaan voimavarojen näkeminen ja löytyminen nähtiin tärkeänä tekijänä, jotta asukkaan arkea ja arjessa pärjäämistä voitiin tukea. Asukkaan voimavarojen huomioimatta jättämisellä voitiin vähentää ja huonontaa asukkaan toimintakykyä ja arjessa pärjäämistä. Voimavarojen huomioinnissa nousi esille se, että asukkaan voimavarat voivat vaihtua päivän, tilanteen, voinnin, toimintakyvyn muutoksen mukaan ja tämä oli hyvä

ymmärtää ja tiedostaa. Tämä osaltaan myös pystyi muuttamaan tukemisen muotoa arjessa ja arjen toimijuudessa.

”Voimavarat huomioidaan yksilöllisesti ja niitä tuetaan.”

Asukkaan yksilöllinen hoitosuunnitelma ohjasi arkea ja toimintaa. Hoitosuunnitelmasta sai tietoa asukkaasta, asukkaan tavoitteista ja tarpeista. Hoitosuunnitelma toi esille asukkaan yksilölliset tarpeet ja tavoitteet. Yhdessä tehty hoitosuunnitelma tuki asukkaan toimijuutta, mahdollisti asukkaan osallistumisen arkeen ja sen suunnitteluun, päätöksiin ja arviointiin. Hoitosuunnitelma viitoitti asukkaan arjessa yhtenäiset ja asukkaan toimijuutta tukevat keinot asukkaan tavoitetta vastaaviksi. Hoitosuunnitelman mukaan asukkaan arkeen osallistuvat pystyivät sitoutumaan asukkaan tavoitteisiin ja omalta osaltaan auttamaan asukasta pääsemään kohti tavoitetta.

”Hoitosuunnitelmasta saa tietoa ja sen mukaan voi tukea.”

Toimintakykyä ja toimijuutta vahvistava ilmapiiri

Toimintakykyä ja toimijuutta vahvistava ilmapiiri syntyi toimintakykyä tukevasta työotteesta, positiivisesta kannustuksesta, osallistumista tukevasta ilmapiiristä ja välittävästä ilmapiiristä.

Toimintakykyä tukeva työote edellytti asukkaan tuntemista, yksilöllisyyden ja persoonallisuuden huomioonottamista ja hoitosuunnitelmaa. Asukkaan tilanteen, voimavarojen ja toimintakyvyn huomioon ottaminen ja tarvittaessa auttamisena nähtiin tärkeäksi tekijäksi. Asukkaan mahdollisuus osallistua oman toimintakyvyn mukaan oli lähtökohta toimintakykyä vahvistavassa työotteessa. Asukkaan vointi, tilanne, toimintakyky, voimavarat saattoivat muuttua nopeastikin päivän tai tilanteen mukaan. Jos asukas pystyi tekemään itse, asukkaalle annettiin mahdollisuus siihen ja asukas sai tehdä itse. Annettiin asukkaan yrittää tehdä mahdollisimman paljon itse. Tarvittaessa voitiin pienesti auttaa tilanteen mukaan. Asukkaan tukeminen nähtiin sanallisena ohjauksena tai tukemisena, yhdessä tekemisenä, avustamisena tai auttamisena.

”Antaa ihmisten yrittää itse.”

”Autetaan tarvittaessa.”

Asukkaan toimijuuden kannalta arjessa huomioitiin, että jokainen yksilöllisesti toimii erilailla ja tuen määrä ja laatu olivat erilaista eri asukkaalla. Uusien ja joustavien toimintojen sekä tilannekohtaisesti mietittyjen asukaslähtöisten tuen mahdollistaminen nousivat esille ja koettiin tärkeäksi huomioida. Se, että joku asukas teki ja toimi itse tai ohjauksen tukemana, mutta pystyi ja kykeni tekemään itse, toi asukkaalle onnistumisen

tunteen. Uskallus kokeilla erilaisia tapoja tukea asukasta erilailla onnistuakseen lopputuloksessa koettiin tärkeänä. Asukas pystyi kokeilemaan rohkeasti vaikka ei onnistuisikaan ensin, ei haittaa, voi kokeilla jotain muuta. Jos asukas petasi sängyn itse, mutta sängyn peitto ei ollut suorassa, ei haitannut. Hän oli itse sanallisen ohjeistuksen avustuksella pystynyt sen kuitenkin tekemään. Tai ei haitannut, jos asukkaan housuille oli tullut vettä, kun hän oli pessyt itse kädet.

”Avoin ajattelutapa, ei haittaa jos vettä tulee housuille.”

”Kokeillaan rohkeasti eri tapoja, jos ei heti onnistu, kokeillaan toista.”

Positiivisella kannustuksella asukkaalle tuli tunne, että hän kykeni ja pystyi johonkin sekä onnistui arjessa. Asukkaan kannustaminen koettiin tärkeänä ja pieni kehu päivässä nähtiin jokaiselle hyvänä asiana. Kannustuksella saatiin aikaiseksi kaikille onnistumisen tunne. Kannustuksen, positiivinen palautteen ja onnistumisen tunteen kautta asukkaan toimijuutta vahvistettiin. Asukkaalle palaute toi tunteen onnistumisesta, kykeneväisyydestä, merkityksellisyydestä. Palautteen anto koettiin tärkeänä asiana ja se nähtiin molemmin puoleisena. Asukkaalle palaute saattoi olla toiselta asukkaalta, henkilökunnalta, omaiselta ja verkostolta, mutta myös toisinpäin asukkaalta muille. Jokaisen koettiin pystyvän antamaan kannustavaa ja positiivista palautetta.

”Pieni kehu päivässä on hyvästä.”

”Jokaiselle tulee onnistumisen tunne.”

Osallistumista tukevaa ilmapiiriä syntyi, kun asukkaita ohjattiin, kehoitettiin ja saatettiin osallistumaan omaan arkeen ja viriketoimintaan. Tehostetussa palveluasumisessa hoitajan rooli asukkaan osallistumista tukevana nousi esille. Asukkaan haluamisen huomiointi osallistumisen suhteen oli ilmapiirissä tärkeitä huomioida. Asukkaan toimintakyvyn ja voimavarojen sallimissa rajoissa asukkaalle tarjottiin mahdollisuus osallistua.

Kannustamisen ilmapiiri syntyi, kun asukkaita kannustettiin osallistumaan ja lähtemään mukaan. Kannustusta yhteisölliseen elämään muiden asukkaiden kanssa pidettiin tärkeänä. Kannustusta saattoi tulla asukkailta toisille, hoitajilta tai omaisilta. Kannustus mahdollisti ja herätti asukkaan oman motivaation tekemiselle ja osallistumiselle. Myös asioiden esille otto kannusti asukkaita tekemään yhdessä asioita. Tuetussa palveluasumisessa kannustettiin kyläilemään toistensa luona tai ulkoilemaan yhdessä.

”Kannustetaan lähtemään ja osallistumaan.”

”Asukkaat kannustavat toinen toisiaan toimimaan.”

Asukas saatettiin osallistumaan viriketoimintaan, jos asukas halusi osallistua, mutta ei itse osannut tai pystynyt menemään paikan päälle. Tämä nousi tehostetun palveluasumisen yksiköissä esille vahvasti. Esimerkiksi yläkerrasta, tehostetusta palveluasumisesta, oli mahdollisuus osallistua alakerrassa järjestettävään viriketoimintaan. Henkilökunta saattoi asukkaan alakertaan ja takaisin ylös.

Välittävä ilmapiiri syntyi, kun asukkaan kanssa keskusteltiin, asukas huomioitiin ja asukasta kosketettiin, samalla luotiin hyvä ilmapiiri. Vuorovaikutuksen merkitys koettiin tärkeänä toimijuutta tukevana tekijänä, jossa asukkaan kanssa keskusteltiin, jotta asukkaan asioista tiedettiin. Keskustelu avasi yhteisymmärrystä asukkaan asioista ja tilanteesta. Keskustelu oli vastavuoroista ja asukasta kuunneltiin. Ajatusten ja mielipiteiden vaihto koettiin tärkeänä.

Asukkaan kohtaaminen nähtiin tärkeäksi asiaksi toimijuuden tukemisessa. Kohtaamisessa luotiin asukkaalle tunne, että asukas oli tärkeä ja merkityksellinen. Asukkaan kohtaamisessa asukkaan huomioiminen toi asukkaalle tunteen, että hän oli oikeassa paikassa. Kohtaamisessa tärkeä oli huomioida kohtaaminen ihminen ihmisenä. Hymyn merkitys koettiin vahvistavana tekijänä. Hymy sai paljon aikaa ja siitä välittyi välittämisen tunne. Hymy sai aikaan tunteen, että toinen oli tärkeä ja hänet kohdattiin. Hymy ei maksanut mitään, mutta antoi paljon. Ystävälliset sanat toivat paljon voimaa ja antoivat kohtaamiseen lämpimän sävyn.

”Minun päivä on pelastettu, kun minut huomioidaan.”

”Hymy vaan ja se antaa paljon.”

Kosketuksen merkitys oli tärkeä huomioida. Kosketusta tapahtui esimerkiksi käsien rasvauksen kautta. Kosketuksen ei tarvinnut olla suurta, pienikin kosketus oli hyväksi. Tunne toisista käsistä tai pieni kosketus olkapäällä toi välittämisen tunteen asukkaalle. Koskettaminen nähtiin viestimisenä. Asukkaalle tuli tunne siitä, että asukas oli olemassa ja tärkeä, merkityksellinen ihminen, vahvistui kosketuksen ja kohtaamisen myötä.

Yhteishenki välittyi yhteisössä vahvasti ja sillä oli vaikutusta asukkaan elämään ja toimijuuteen. Henkilökunnan ja asukkaiden välinen yhteishenki välittyi hyväntuulisena, jolloin se tuki asukkaan toimijuutta ja vahvasti asukkaan osallistumista omaan arkeen, viriketoimintaan. Asukkaalle henkilökunnan yhteishenki toi turvallisuutta. Asukkaan osallistuminen arkeen ja yhteisöllisyyteen koettiin omalta osaltaan myös yhteishenkeä luovana asiana. Asukas nähtiin itsekkin yhtenä yhteishengen luojana yhteisössä ja arjessa.

”Minullekin tulee hyvä mieli, kun minä näen, että ollaan hyväntuulisia.”

Yhteisöllisyys

Tasavertaisen ryhmän vaikutti asukkaan osallistumiseen, toimintakykyyn ja toimijuuteen. Asukkaan osallistuminen samaan ryhmään tasavertaisien ryhmäläisten kanssa, tuki asukkaan toimijuutta, vahvisti toimintakykyä ja lisäsi osallistumista sekä motivaatiota. Kun asukas huomasi pärjäävänsä ryhmässä, vaikutti se myös hänen muihin asioihinsa arjessa. Saman vertainen ryhmä tuki onnistumisen tunteella ja pärjäämisen tunteella toinen toisiaan. Tasavertaisen ryhmä vaikutti myös mielialaa nostattavana asiana sekä ryhmän vaikutusta yleensä arvioitiin kuntoa nostattavana asiana. Erilaisissa ryhmissä pärjäämisellä nähtiin olevan vaikutusta asukkaan toimintakykyyn ja pärjäämiseen.

”Tuetaan sillä, että pyritään saamaan tasavertaisia ryhmiä.”

”Kun huomaa pärjäävänsä ryhmässä, vaikuttaa se myös muihin asioihin.”

Monipuolinen viriketoiminta mahdollisti asukkaan osallistumisen erilaisiin itselle sopiviin viriketoimintoihin. Ohjelma oli monipuolinen ja tapahtumia järjestettiin paljon. Kotimäen työntekijöiden puolesta järjestettiin viriketoimintaa, asukkaat keskenään järjestivät viriketoimintaa ja vapaaehtoistyön henkilöstö järjesti tapahtumia ja toimintaa. Kaikki talon asukkaat saivat osallistua halutessaan viriketoimintaan.

Asukkaat olivat mukana kehittämässä ja miettimässä uutta viriketoimintaa ja muuta toimintaa talossa. Asukkailta kysyttiin ehdotuksia ja mielipiteitä, he pystyivät ehdottamaan uusia toimintoja ja virikkeitä. He olivat mukana kehittäjäryhmässä. Asukkaiden osallisuus toiminnan kehittämisessä koettiin tärkeänä tekijänä. Asukkaille suunnatuissa viriketoiminnoissa asukkaan omien ehdotusten ja mielipiteiden huomioiminen nähtiin tärkeäksi. Asukkaan ääni toiminnan kehittämisessä ja järjestämisessä koettiin vahvistavan asukkaan toimijuutta, osallistumista ja mielekästä arkea.

”Asukkaat itse ehdottavat toimintoja, joita voisi järjestää.”

”Viriketoimikunta kokoontuu säännöllisesti.”

Yhteisöllisyys syntyi yhdessä tekemisestä ja yhteisessä arjesta. Yhteiset tekemiset, esimerkiksi lenkit tai ruokailut vahvistivat ja tukivat yhteisöllisyyden tunnetta. Kun asukkaan toimintakyvyn mukaan osallistuminen esimerkiksi asukkaiden yhteiseen lenkkiin rollaattorin kanssa onnistui, se tuki asukkaan toimijuutta. Asukkaiden yhteiset spontaanit hetket, esimerkiksi lauluhetket, koettiin hyväksi ja yhteisöllisyyttä vahvistaviksi teki-
jöiksi. Yhdessä tekeminen arjessa näkyi yhteisissä ruokahetkissä. Yhdessä tekeminen

tuki yhteenkuuluvuuden tunnetta, yhteisöllisyyttä. Yhteisöllisyys vähensi yksinäisyyden tunnetta.

Yhteisen arjen eläminen yhdessä koettiin voimaannuttavaksi tekijäksi. Arjen eläminen yhdessä ja arjen harjoittelu yhdessä oli asukkaan arkea. Tunne ja tieto siitä, että toinen asukas oli vieressä, koettiin tärkeänä tekijänä. Asukkaan mahdollisuus auttaa toinen toista koettiin vahvasti yhteisen arjen tukena olevana tekijänä. Onnistumisten iloitseminen yhdessä loi asukkaalle yhteisöllisyyden ja yhteisen arjen elämisen tunnetta. Yhteinen arki tuki myös asukkaan turvallisuuden tunnetta.

”Spontaaneja hetkiä yhdessä, ne on parasta.”

”Me eletään yhdessä arkea.”

Toisten auttaminen arjessa vahvisti yhteisöllisyyden tunnetta ja oli tärkeä asukkaille. Asukkaiden mahdollisuus auttaa muita asukkaita, jos asukas halusi, koettiin toimijuutta vahvistavana asiana. Parempikuntoisten asukkaiden mahdollisuus auttaa huonompikuntoisia arjessa, nähtiin hyväksi ja vahvistavaksi tekijäksi. Oman toimintakyvyn, motivaation, voinnin mukaan asukkaan mahdollisuus osallistua toisen asukkaan arkeen, toi asukkaalle tunteen olemassa olostsa, tärkeydestä, hyödyllisyydestä, merkityksellisyydestä, kaveruudesta, vertaistuesta. Asukkaan osallistuminen toi molemmin puolin tunteen osallistumisen yhteisöllisyyteen ja arkeen yhdessä. Asukas pystyi halutessaan juttelemalla, koskettamalla, läsnäololla olla avuksi asukkaalle, joka halusi seurata ja läsnäoloa.

”Asukkaalla olisi mahdollisuus mennä auttamaan huonompikuntoisia.”

Verkoston yhteistyö

Asukkaan verkoston kanssa tehtävä yhteistyö nähtiin tärkeänä. Verkoston yhteistyö vahvistui keskustelemalla ja kuuntelemalla kaikkien asukkaan verkostoon kuuluvien kanssa. Tiedonkulun mahdollistuminen molempiin suuntiin nähtiin tärkeäksi osaksi verkostoyhteistyötä. Verkoston välinen vuorovaikutus oli tärkeä, jotta tiedettiin ja voitiin tukea ja toimia asukkaan parhaaksi arjessa.

Arjen eläminen verkoston kanssa syntyi, kun verkosto osallistui arkeen, yhteisiin kahvihetkiin, muihin yhteisöllisiin tilanteisiin ja toimintoihin. Omaisten mukana olo yhteisöllisyydessä koettiin hyvänä asiana. Omaisten mukana olo arjessa koettiin tärkeänä varsinkin silloin, jos asukas itse ei pystynyt kertomaan asioistaan. Yhteiset hetket toivat piristystä sekä asukkaalle että omaiselle. Omaisten osallistumisen mahdollistaminen toimintaan, jolloin halutessaan omaisen pystyi järjestämään toimintaa, esimerkiksi yh-

teisiä kahvihetkiä tai viriketoimintaa asukkaiden arkeen, nostettiin esille yhtenä vahvistavana tekijänä.

” Omaisiet on tärkeätä ottaa mukaan arkeen.”

” Omaisiet ovat tärkeitä varsinkin, jos itse ei pysty kertomaan asioistaan.”

Asukkaan verkoston mahdollisuus osallistua asukkaan hoitoneuvotteluihin asukkaan voimien, tilanteen, toimintakyvyn muuttuessa nähtiin tärkeäksi tekijäksi. Tiedonkulun kannalta asukkaan hoitoneuvotteluihin osallistuminen koko verkostolla nähtiin hyvänä asiana. Hoitoneuvottelut, jossa oli läsnä asukas, asukkaan omainen ja omahoitaja, tuki asukkaan arkea, tiedonkulkua ja toimijuuden tukemista. Kaikki arjen osalliset tiesivät asukkaan asioista ja yhteistyö oli helpompaa. Säännölliset hoitoneuvottelut tukivat asukkaan arjessa pärjäämistä. Hoitoneuvotteluissa voitiin sopia asukkaan asioista ja tavoitteista, joihin omaiset ja muu verkosto pystyivät omalta osaltaan sitoutumaan, kun tiesivät niistä.

Monialainen tiedonkulku

Asukkaan sujuva ja monialainen tiedonkulku syntyi, kun tiedotusta tapahtui monella eritavalla. Päivittäinen ohjelma oli ilmoitustaululla, josta pystyi tarkistamaan ohjelman. Viikko-ohjelma tuli hyvissä ajoin postilaatikosta jokaiselle asukkaalle. Kuukausiohjelmat tulivat kuukausittain. Henkilökunta kävi tiedottamassa asioista yleisissä tiloissa ja jos asukas oli ilmoittautunut osallistuvansa, henkilökunta tarvittaessa muistutti menemisestä. Asukkaat tiedottivat toisiaan. Omaisiet tiedottivat asukkaille ja henkilökunnalle. Yleisiä tiedotustilaisuuksia järjestettiin talon tapahtumiin liittyen tarvittaessa.

Tiedonkulku oli sujuvaa, kun tieto liikkui hyvin ja ajoissa. Asukkaan mahdollisuus suunnitella omaa arkea ja päivää helpottui sujuvalla tiedonkululla. Jos viriketoiminta peruuntui, siitä tiedotettiin moninaisesti ja hyvin. Tilanteiden muuttuessa tiedonkulkua huolehdittiin asukkaalle ja asukkaalta. Sujuvaan tiedonkulkuun osallistuivat kaikki arkeen osallistuvat henkilöt.

” Päivittäinen ohjelma on ilmoitustaululla ja käyn sieltä katsomassa.”

” Tiedetään hyvissä ajoin, mitä tapahtuu.”

Turvallisuus

Ympäristön tuki syntyi asukkaiden ympäristössä olevien kalusteiden siirtämisellä esimerkiksi ryhmiin tai yhteisöllistä tekemistä tukemaan. Asukkaiden liikkumista helpotettiin esteiden poistamisella ja esteettömillä ratkaisulla, jotta asukkaan oli mahdollisim-

man helppo elää ja liikkua arjessa. Ympäristö tuki asukasta myös virikkeellisyydellä. Ympäristön virikkeellisyys sekä sisä- että ulkopuolella vahvisti asukkaan arkea.

Asukkaan yksilöllisten tukiasioiden huomiointi ja kuntoon laittaminen helpottivat asukkaan arkea. Asukkaan oli helpompi osallistua, jos asukkaan kuulolaite oli korvassa ja kuuli mitä puhutaan. Asukkaan sopivanlainen rollaattori mahdollisti asukkaan osallistumisen yhteisille kävelyille muiden asukkaiden kanssa. Asukkaan tukiasiat helpottivat arkea, kun ne olivat kunnossa.

” Ettei sen takia jää pois, kun ei saa selvää, mitä siellä puhutaan.”

Monet muuttivat palveluasumiseen turvallisuuden tunteen takia. Turvaa sai henkilökunnasta ja toisten asukkaiden läsnäolosta. Turvallisuuden tunteen merkitys näkyi asukkaan uskalluksena osallistua kodin ulkopuoliseen elämään ja arkeen. Tehostetussa palveluasumisessa asukkaan turvallisuutta lisäsi se, että hoitaja oli läsnä koko ajan. Jokaisen asukkaan käytössä oleva turvapuhelin mahdollisti avun saamisen tarvittaessa. Tämän asian ja tietämyksen ymmärtäminen ja olemassa olo, oli turvallisuuden perusta monelle asukkaalle

” Turvaa saa hakea henkilökunnasta ja muista asukkaista.”

7 Kuvaus asukkaan toimijuutta tukevasta toimintatavasta Kotimäessä

Tutkimuksellisen kehittämistyön tuotoksena syntyi kuvaus asukkaan toimijuutta tukevasta toimintatavasta Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa (kuva 3). Asukkaan autonomia, itsemääräämisoikeus ja valinnanvapaus nousi arvoksi toimijuuden tukemisessa. Turvallinen ympäristö ja yhteisöllisyys olivat toimijuuden tukeminen ja toimintakyvyn vahvistumisen perustana.

Asukkaan toimijuutta tukeva toimintatapa Kotimäessä



Kuva 3. Asukkaan toimijuutta tukeva toimintatapa Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa.

1. Sinä olet oman elämäsi asiantuntija! Asukaslähtöinen toimintatapa, jossa asukkaan yksilöllisyys, elämänhistoria ja persoonallisuus huomioidaan, asukkaan hoito- ja palvelusuunnitelma perustuu asukkaan omien tavoitteiden, toimintakyvyn voimavarojen, keinojen ja arvioinnin huomiointiin arjessa.

2. Sinä osaat, sinä pystyt, sinä kykenet, sinä voit! Toimijuutta vahvistava toimintatapa, jossa asukasta tuetaan toimijuuden ja toimintakyvyn käyttöön arjessa, omien mahdollisuuksien mukaan. Uusien asioiden oppiminen on mahdollista joka päivä. Kannustavan palautteen ja osallistumista tukevan sekä välittävän ilmapiirin vaikutus ovat asukkaan toimijuutta tukevaa.

3. Yhteisöllisyys on arkeamme! Yhteisöllisyys toimijuutta tukevassa toimintatavassa näkyy samanvertaisina ryhminä, monipuolisena viriketoimintana ja asukkaiden mahdollisuutena olla mukana toiminnan järjestämisessä. Asukkaan toimijuutta tukevaa on yhdessä tekeminen, yhteinen arki ja toisten auttaminen arjessa omien voimavarojen ja mahdollisuuksien mukaan.

4. Yhteistyö on arjen hedelmä! Verkostotyö toimijuutta tukevana toimintatapana mahdollistaa verkoston yhteistyön kohti asukkaan tavoitetta, omaisten ja verkoston mukana olon arjessa sekä asukkaan ja verkoston hoitoneuvottelut.

5. Arki sujuu, kun me tiedämme! Tiedonkulun osalta asukkaan toimijuutta tukevana toimintatapana tiedonkulun sujuvuus ja saatavuus monipuolisesti ovat asukkaan toimijuuden kannalta tärkeitä asioita.

6. Turvallisuus on taattu! Turvallisuus toimijuutta tukevana toimintatapana huomioi asukkaan tukiasiat, ympäristön esteettömyyden ja turvallisuuden sekä mahdollistamisen asukkaan toimijuuteen arjessa.

8 Pohdinta

Tulosten pohdinta

Tässä tutkimuksellisessa kehittämistyössä kuvattiin asukkaan toimijuutta tukeva toimintatapa tuettuun ja tehostettuun palveluasumiseen. Tavoitteena oli kuvata toimijuutta tukeva toimintatapa, joka vahvistaa asukkaan toimintakykyä. Toimijuus näyttäytyi vahvasti asukkaan itsemääräämisoikeuden, autonomian ja valinnanvapauden lähtökohdasta.

Tutkimuksellisen kehittämistyön haastatteluissa tuli esille asukkaan toimijuuden tuke-
minen toimintakyvyn vahvistumiseksi asukkaan fyysisen, sosiaalisen ja psyykkisen
toimintakyvyn lähtökohdista. Palveluasumisen yhteisöllisyys ja sen tuoma voima asuk-
kaiden toimijuudessa ja toimintakyvyssä nousivat vastauksissa vahvasti esille. Haastat-
teluissa esille tulivat tuetun ja tehostetun palveluasumisen erot. Tutkimuksellisen kehit-
tämistyön edetessä tuetun ja tehostetun asukkaan toimijuuden väliset erot lähenivät
toisiaan ja kehittäjäryhmässä nousivat esiin yhteisiä näkökulmia, jotka olivat molempien
palveluasumisessa asuvien asukkaiden mahdollisuus.

Toimijuutta tukevassa toimintatavassa, asukkaan haluaminen, kykeneminen, voiminen,
pystyminen, tunteminen ja täytyminen olivat asukkaan arjessa läsnä. Tutkimuksellises-
sa kehittämistyössä toimijuuden modaliteeteista keskeisenä nousi esiin asukkaan voi-
da- ulottuvuus: asukkaan mahdollisuus toimia, tehdä ja osallistua omaan arkeensa.
Asukas otettiin huomioon yksilöllisesti arjessa ja, että asukkaalla oli mahdollisuus halu-
tessaan tehdä tai osallistua arkeen. Asukkaan haluaminen nähtiin motivaatiosta ja ta-
voitteesta lähtevänä toimimisena, tekemisenä. Asukkaan pystyi osallistumaan, jos toi-
mintakyvyltään oli mahdollista. Ikäihmisen persoona, elämäntilanne ja ympäristö pyrit-
tiin ottamaan huomioon, jolloin voitiin nähdä hänen mahdollisuudet ja voimavarat (Kar-
hula – Veijola – Ylisassi 2016: 228- 230).

Tavoitteen asettelussa osallisuus merkitsi asukkaan osallistumista konkreettisesti ta-
voitteen asetteluun. Osallisuuden tunne tuli, kun asiakkaalle tuli tunne siitä, että hän
pystyi vaikuttamaan itseään koskeviin päätöksentekoon ja vallan jakamiseen. (Karhula
– Veijola – Ylisassi 2016: 228- 230.) Voida- ulottuvuudessa asukkaan fyysinen, psyyk-
kinen, sosiaalinen ja kognitiivinen toimintakyky olivat sillä tasolla, että asukas pystyi
osallistumaan ja tekemään itse asioita. Asukkaalle mahdollistettiin osallistuminen omien
asioiden päätöksentekoon ja omaan arkeen. Virtanen ym. (2011) toi esille, että joskus
ikäihmisen kyky osallistua voi olla heikentynyt esimerkiksi muistisairauden aiheuttaman
kognition heikkenemän vuoksi. Tällöinkään ei pidä unohtaa osallistumisen merkitystä,
vaan osallistuminen tulisi nähdä osana kuntoutujan itsemääräämisoikeuden kunnioit-
tamista (Virtanen ym. 2011: 33). Asukkaan osaaminen vaikutti asukkaan tietojen ja
taitojen pohjalta mahdollistavaan tekemiseen tai osallistumiseen, esimerkiksi kengän-
nauhojen laitto yhden asukkaan kohdalla. Sanallisen tuen turvin asukas pystyi, osasi,
halusi, pystyi sitomaan nauhat itse.

Tuntea- ulottuvuus asukkaan toimijuutta tukevassa toimintatavassa näyttäytyi asuk-
kaan tunteena voida tehdä ja osallistua arkeen. Asukkaalle tuleva mahdollisuuden tun-

ne, joka asukkaalle jäi tai syntyi tekemisestä ja osallistumisesta tilanteisiin, toimintoihin ja arkeen. Jyrkämän (2013) toimijuuden näkökulmasta hyvän vanhenemisen perusta oli arjen ja sen eri tilanteissa tulevan tyytyväisyyden, ilon, onnen ja myönteisyyden tunteet. Ne olivat tilannekohtaisia, muuttuvia, dynaamisia asioita, joissa ikäihmiselle tuli tunne, että opin uuta, sain uusia mahdollisuuksia ja selvisin tästä. (Jyrkämä 2013: 425.) Toimijuutta tukevassa toimintatavassa uuden oppimisen mahdollistuminen arjessa nähtiin tärkeänä asiana. Täytyä- ulottuvuus oli voida-ulottuvuuden vastakohta, joka poisti asukkaan mahdollisuuden päättää tekemisestä tai toimimisesta. Täytyä- ulottuvuus toi asukkaalle pakon, johon asukas ei voinut itse vaikuttaa. Jyrkämä (2013) toi esille, että kun ikäihmisen arki elämässä olivat sopusoinnussa osaaminen, voiminen, kykeneminen, haluaminen, täytyminen ja tunteminen, voitiin puhua ikäihmisen näkökulmasta puhua suotuisasta tai hyvästä vanhenemisestä. Vaikka ei kykenisi eritoten aktiivisuuteen, voi silti elää hyvää vanhuutta. (Jyrkämä 2013: 425.)

Asukkaan haluaminen näyttäytyi asukkaan toiveina ja haluina arjessa ja niiden huomiointiin ottamisena. Se näkyi esimerkiksi asukkaan halusta osallistua viriketoimintaan tai halusta arjen sujumiseen, hiusten laittamisesta tai kynsien lakkaamisesta. Asukkaan yksilöllinen toimintakyvyn ja voimavarojen huomiointi näyttäytyi asukkaan kykenemisen ulottuvuudessa. Asukkaan fyysinen, psyykkinen, sosiaalinen, kognitiivinen pystyvyys toimia omassa arjessa vaikuttaa siihen. Asukas osasi ja pystyi tekemään asioita arjessaan. Voiminen näyttäytyi asukkaan mahdollisuutena tehdä itse asioita tai osallistua arkeen. Asukkaalle mahdollistettiin arkeen osallistuminen. Annettiin aikaa ja tilaa tehdä itse ja asukas koki, että hän pystyi itse tekemään asioita ja osallistua tekemiseen ja toimintaan. Tunne- ulottuvuus näyttäytyi asukkaalle tunteena, joka asukkaalle rakentui arjen toiminnoista. Tunne siitä, että pystyi vaikuttamaan omaan arkeen, on merkityksellinen ja tärkeä. Täytyä-ulottuvuus tuli esille asukkaan toimijuutta tukevassa toimintatavassa esimerkiksi palveluasumisen luomisissa pakoissa. Palveluasuminen loi tietyt raamit asukkaan toimijuudelle paikkana. Henkilökunnan resurssit toi täytymiseen tietyn pakon esimerkiksi asukkaan mahdollisuuden yksittäiseen ruokailuhetkeen yhteisen ruokailuhetken sijaan tiettyyn aikaan vuorokaudesta.

Asukkaan toimijuutta tukevassa toimintatavassa yksilöllisyyden huomiointi nousi esille. Erilaisissa tilanteissa korostuivat yksilölliset ikäihmisen piirteet, jotka vaikuttivat toimijuuteen (Pikkarainen – Pyöriä – Savikko 2016: 178). Asukkaiden yksilölliset tekijät ja niiden huomiointi asukkaan arjessa pärjäämisessä oli hyvä huomioida. Alavireisyys, yksinäisyys ja sosiaalisista suhteista vetäytyminen voivat olla elämän aikaisia, yksilöllisiä piirteitä, jotka iän myötä vahvistuivat ja korostuivat (Pikkarainen – Pyöriä – Savikko

2016: 178). Jotta tunsi asukkaan ja pystyi tukemaan asukkaan yksilöllisten tuen tarpeiden mukaan, asukkaaseen tutustuminen ja asukkaan elämänhistorian tunteminen nähtiin tärkeänä. Asukkaan yksilöllisyys, persoona tai piirteet eivät häviä, vaikka hän on muuttanut palveluasumiseen tai asui palveluasumisessa. Jyrkämä (2007) toi esille toimijuuden modaliteettien kontekstuaalisuuden ikäihmisen arjessa. Sen lisäksi, että ikäihminen osasi, kykeni, täytyi, voi, halusi ja tunsi, myös ajankohta, ikä, sukupolvi, yhteiskuntaluokka, ympäristö, kulttuurinen tausta, ryhmä vaikuttivat omalta osaltaan ikäihmisen toimijuuteen. (Jyrkämä 2007: 207.) Toimijuus oli sidottu siis tilanteeseen ja se toteutuu suhteessa muihin ihmisiin.

Ikäihmisten palvelujen laatusuosituksen mukaan ikäihmisille on laadittava kirjallinen hoito-, palvelu- tai muu vastaava suunnitelma, sillä ikäihmisen laadukas palvelutoiminta tulee olla tavoitteellista ja säännöllisesti arvioitua. Hoito- ja palveluprosessit on suunniteltava asiakaslähtöisesti ja mahdollistettava ikäihmisen ja hänen omaistensa osallistuminen suunnitteluun, päätöksentekoon ja arviointiin. (STM 2008: 30–31.) Hoidon onnistumisen näkökulmasta ikäihmisen osallistuessa oman hoidon tavoitteen asetteluun, keinoihin ja päätöksiin, sitoutuu hän myös paremmin koko prosessiin. (Järvikoski- Härkäpää 2011: 14-16.) Itsemääräämisoikeus suunnitteluvaiheessa on tärkeä osa ikäihmisen motivaation näkökulmasta. Haastatteluiden mukaan Kotimäen asukkaat olivat mukana ja läsnä hoitosuunnitelman teossa. Kehittämistyön edetessä asukkaan osallisuus omaan hoitoon ja palvelun suunnitteluun nousivat esille: asukkaan autonomian mahdollistaminen ja itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen hoito- ja palvelusuunnitelmaa suunnitellessa ja tehdessä sekä asukkaiden omien tavoitteiden kuunteleminen ja niiden oleminen hoidon ja palvelun lähtökohtana vahvistuivat.

Tutkimuksellisessa kehittämistyössä tuli esille se, että asukkaan toimijuutta tukevassa toimintatavassa asukkaan kanssa tehdyssä hoito- ja palvelusuunnitelma, jossa olivat kirjattuna asukkaan tarpeet, tavoitteet, keinot ja arviointi, tuki asukkaan autonomiaa, osallisuutta, motivaatiota ja sitoutumista tavoitteeseen pääsemiseksi, arjessa pärjäämistä ja mielekästä elämää. Omaiset osallistuivat asukkaan hoitoon omalta osaltaan sitoutumalla ja tukemalla asukasta kohti omia tavoitteita. Tavoitteen lähtökohtana oli usein päivittäisessä toimissa, liikkumisessa, vuorovaikutuksessa myönteinen merkitys (Salminen – Järvikoski – Härkäpää 2016: 29). Tutkittua näyttöä on lisääntyvästi siitä, että tavoitteiden saavuttaminen on todennäköisempää, jos ikäihminen on mukana niiden asettamisessa (Turner-Stokes 2009: 363). Kirjallisten suunnitelmien toteutumismahdollisuudet olivat kuitenkin vähäiset, jos ne laadittiin ilman keskustelua ikäihmisen ja/tai omaisten kanssa (Hallila 2005: 26).

Ikääntymisen myötä toimintakyvyn heikkeneminen on edessä ja se ilmenee ikäihmisen vaikeutena selviytyä päivittäisestä toiminnoista ja avun tarve kasvaa. Ennaltaehkäisevillä toimenpiteillä ja oikea-aikaisella kuntoutuksella voidaan hidastaa ikäihmisen toimintakyvyn laskua. (Heikkinen – Kauppinen – Laukkanen 2013: 301 -302.) Ikäihmisen voimavarat ovat arjen selviytymisen kannalta tärkeitä. Niiden avulla ikäihminen ohjaa tietoisesti omaa toimintaansa, jotka parantavat ikäihmisen oman elämän hallintaa. (Härkönen 2012: 18; Tiihonen 2014: 81.) Voimavaroilla ikäihminen löytää ratkaisuja, on ne sitten toiminta- tai ajattelutapoja, jotka auttavat häntä selviytymään kuormituksesta. Kyky tunnistaa ongelma ja kyky selvittää niiden syitä on voimavaroilla tehtävää toimintaa. (Härkönen 2012: 18.) Reunanen (2017) tuo esille omassa väitöskirjassaan arjessa selviytymistä tukeviksi keinoiksi sen, että itse asetetut konkreettiset tavoitteet sekä päätöksenteko, mistä arjen toimista haluttiin selviytyä ja mitä se vaati omalta harjoittelemiselta. (Reunanen 2017: 69-70). Yksilöllisten voimavarojen ja toimintakyvyn huomiointi nähtiin tärkeäksi asiaksi toimijuutta tuettaessa. Asukkaiden yksilölliset erot ja niiden vaikutus toimijuuteen sekä elämänhistoria, joka asukkailla oli ollut ennen palveluasumiseen muuttamista koettiin tärkeänä asiana huomioida ja niillä oli vaikutusta myös tämän päiväsessä asukkaan toimijuudessa.

Toimijuutta ja toimintakykyä vahvistavana ilmapiirinä asukkaan jo olemassa olevaa toimintakykyä ja olemassa olevia voimavaroja käytettiin asukkaan arjessa. Jos asukas pystyi kaatamaan kahviin maidon itse, siihen tuettiin ja se mahdollistettiin. Tai jos asukas pystyi pukeutumaan itse, annettiin asukkaalle aikaa ja mahdollisuus siihen sekä tuettiin tarvittaessa. Järvikoski – Härkäpää (2011) avaa kuntouttavaa työtettä seuraavasti: kuntouttava työote nähdään yhdessä tekemisenä, jossa toisen puolesta ei tehdä asioita. Vanhustyössä se tarkoittaa ikäihmisen tukemista ja kannustamista omien voimavarojen ja toimintakyvyn mukaan. Ikäihmisen mahdollisuus tehdä omia valintoja omaan arkeen ja selviytymiseen liittyvissä asioissa. Toimintakyvyltään alentuneen ikäihmisen tulisi myös olla mahdollisuus osallistua arkeensa ilman, että joku muu tekee ne hänen puolesta tai päättää niistä hänen puolesta. Ikäihmisen toimintamahdollisuuksiaan ja omatoimisuuttaan tuetaan, kun hänelle annetaan aikaa omaan suoriutumiseensa. Ikäihmisen pakottaminen ei tarkoita kuntouttavaa työtettä, vaan apua ja tukea voi saada, jos ikäihminen ei selviydy itse tai hän itse kokee tarvitsevänsä apua. (Järvikoski – Härkäpää 2011: 23.)

Kuntoutumista edistävä työote nähdään ihmisen ymmärtämisenä, muistuttamisena, sallimisena, valvomisena, palautteen antamisena ja vastaanottamisena, oivaltamisena,

mahdollisuuksien etsimisenä ja viisautena päivittäisessä arjessa ja sen tilanteissa. Ikäihmisen ja hänen lähiverkoston voimavaroja hyödynnetään. Työotteen tulee olla jatkuvaa, pitkäjänteistä ja tavoitteellista toimintaa, jossa kannustetaan omatoimisuuteen ja omaan aktiivisuuteen. (Järvikoski 2013: 63.) Ikäihmisten omien voimavarojen käyttö lisää motivaatiota ja se edesauttaa arjessa selviytymistä. (Suvikas – Laurell – Nordman 2013: 356.) Toimintakyvyn ja elämänlaadun vahvistumisella on todennettu olevan yhteys hyvään kuntoutusmotivaatioon (Härkäpää – Valkonen – Järvikoski 2016: 75). Reunanen tutkimuksessa ikäihmisten elämänsuunnitelman ja tavoitteiden yhteys nähtiin edistävän ihmisen toimijuutta. Kotiympäristöön liittyvät tavoitteet asetetaan ihmisen yksilöllisiin elämänsuunnitelmiin ja vahvistaa samalla myös kuntoutumisen motivaatiota. (Reunanen 2017: 70). Toimijuutta ja toimintakykyä tukevassa ilmapiirissä asukkaan omia voimavaroja ja omaa toimintakykyä hyödynnettiin arjessa. Toimintakyvyn ja voimavarojen löytyminen ja niiden tukeminen koettiin tärkeänä asiana toijuuden tukemisessa. Omaan arkeen ja omassa arjessa selviytymiseen liittyvät tavoitteet nousivat asukkaiden haastatteluissa esille. He toivat esille myös sen, että asenteella ja motivaatiolla oli vaikutusta pärjäämiseen arjessa. Omalla asennoitumisella pystyi vaikuttamaan omaan pärjäämiseen ja arkeen osallistumiseen.

Palveluasumisessa yhteisöllisyys näyttäytyi vahvasti voimavarana ja toimijuutta tukevana asiana. Asukkaiden yhteinen arki ja tekeminen yhdessä arjessa toi asukkaalle yhteisöllisyyteen kuulumisen tunteen. Yhteisöllisyys perustui jokaisen asukkaan vapaaehtoisuuteen ja itsemääräämisoikeuteen, siihen halusiko osallistua vai ei. Kaikki eivät halunneet osallistua ja se tulkittiin helposti sosiaalisesti vetäytymiseksi, osa ikäihmisistä viihtyi omissa oloissaan eikä kaivannut osallistumista yhteisöllisyyteen (Tiikkanen 2013: 289). Yhteisöllisyyden voima ja vahvuus nousivat esille kaikissa toimijuuden tukemisen toimintatavoissa. Toimijuus oli siis yhteisöllistä. Yhteisöllisyys tuki asukkaan toimijuutta ottaen huomioon asukkaan yksilöllisyyden ja persoonallisuuden. Yhteisöllisyydessä ilmapiiri kannusti vahvasti toimijuuteen: kun toisten asukkaiden kanssa elettiin samassa arjessa ja kannustettiin toinen toistaan sekä annettiin ja vastaanotettiin palautetta, harjoiteltiin ja vahvistettiin samalla myös toimijuutta. Yhteisöllisyys mahdollisti myös verkostotyön, verkoston mukana olemisen ja elämisen yhdessä arjessa. Yhteisöllisyys tuki toimijuutta tiedonsiirron näkökulmasta, jokainen omalta osaltaan yhteisön jäsenenä tuki sitä. Yhteisöllisyys toi turvaa. Aina oli joku tarvittaessa lähellä.

Yhteisöllisyys, jossa Kotimäen tuetun ja tehostetun palveluasumisen asukkaat elivät arkea yhdessä mahdollisti yhteisen toimijuuden tukemisen. Toinen toisiaan autellen,

tukien ja ohjaten. Pikkarainen – Pyöriä – Savikko (2016) tuo esille, että ryhmämuotoisilla kuntoutusmuodoilla on todettu olevan hyviä vaikutuksia sosiaalisessa vuorovaikutuksesta ja voimavarojen löytymisestä. Lisäksi se on vaikuttanut yksinäisyyden tunteen vähenemiseen. Ryhmissä ikäihmiset ovat saaneet tukea ja samalla antaneet vertaistukea ikääntymisen eri vaiheissa. Ryhmätoiminta on edistänyt ikäihmisten fyysistä aktiivisuutta ja rohkeutta osallistua kodin ulkopuolisiin toimintoihin. Vanhustyön keskusliiton tutkimushankkeen Ystäväpiiri – Elämyksiä arkeen –toiminnalla on ollut hyviä vaikutuksia. (Pikkarainen – Pyöriä – Savikko 2016: 185.) Kotimaässä Ystäväpiiri-toiminta oli vakiintunut käytäntö. Mikkola (2009) tuo esille omassa väitöskirjassaan näkökulman jaetusta toimijuudesta. Siinä nähdään, että toisen heikentyneitä kykyjä voidaan täydentää toisen kyvyillä. (Mikkola 2009: 197.) Antamisen ja saamisen merkitys yhteiseen jaettuun toimijuuteen näyttäytyi myös Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa yhteisöllisyyden keskinäisen vuorovaikutuksen osalta ja asukkaan sekä työntekijän, omaisen välille.

Sosiaalisissa tilanteissa ikääntymisen tuomat muutokset vaikuttavat ja saattavat vaikeuttaa kyky toimia niissä. Luottamus toiseen ihmiseen, turvallisuuden tunne ja tietoisuus siitä, että itsellä on annettavaa suhteessa ovat tärkeitä asioita ihmissuhteiden ylläpitämisessä. Läheisyyttä, välittämistä ja turvallisuutta voidaan viestiä myös koskettamisella. Koskeminenkin on viestimistä. (Tiikkanen 2013: 286 - 288.) Tuloksissa välittävä ilmapiiri, johon asukkaan kohtaaminen, asukkaan kanssa keskustelu, hymy, ystävälliset sanat ja koskettaminen lukeutuivat, olivat arjessa asukkaalle tärkeitä asioita. Ne toivat asukkaalle merkityksen tunteen. Asukkaalle tuli niistä tunne, että hän oli tärkeä ja hänet nähtiin sekä kohdattiin. Ikäihmisen tarpeellisuus ja elämän merkityksellisyys tulee esille sosiaalisen osallistumisen kautta (Forsman ym. 2013: 804-825).

Asukkaan toimijuutta tukevassa toimintatavassa modaliteettien ulottuvuuteen vaikuttivat myös asukkaan toimijuutta tukevat henkilöt. Asukkaan toisilleen antamassa tuessa, molemmilla oli oma toimijuus. Yhdessä heillä oli myös jaettu toimijuus, jossa omat toimijuudet yhdistyvät. Omaisille oli oma toimijuus, jossa heidän osaaminen, kykeneminen, haluaminen, täytyminen, voiminen ja tunteminen tulivat huomioitavaksi asukkaan toimijuutta tuettaessa. Koivula (2013) tuo esille, että monenlaiset osastojen päällekkäiset toiminnot, eri toimijoiden ja käytänteiden välillä näyttäytyy myös omaisen roolissa. Arjessa ne näyttäytyvät rutinoituneina käytäntöinä, jossa on tavoitteita, arvoja, sääntöjä, normeja, tietoja, taitoja, resursseja, valtaa ja aikatauluja ja jotka määrittävät yhdessä sen käsityksen, miten toimitaan. (Koivula 2013: 18-19.) Henkilökunnalla oli omat toimijuudet, jotka vaikuttivat omalta osaltaan myös asukkaan toimijuutta tukettaessa. Reu-

nasen mukaan (2017) vastavuoroinen ja dynaamisesti muuttuva ihmisen ja ammattilaisen kumppanuussuhde tukee ihmisen osallistumista ja itseohjautuvuutta. Toimijuuden tilanteisiin jaettu päätöksen tekoa, tietojen vaihtoa ja asiakkaan tietoista kutsumista keskusteluun mukaan ja kumppaniksi, osallistujaksi. Ihmisten valmiudet suunnitteluun, päätöksen tekoon, tilanteenratkaisuihin sekä arviointiin nähtiin olemassa olevana asiana, jos niille annettiin tilaa ja aikaa. Asiakkaan toimijuutta edistävät myös kuunteleva ja jaetun toimijuuden mahdollistava kommunikaatio ja ilmapiiri. (Reunanen 2017: 76, 82).

Omaisten osallistuminen arkeen ja niiltä saatu tuki koetaan tärkeäksi. Se tuo ikäihmiselle tunteen arvostuksesta ja välittämisestä. (Koukari 2010: 77.) Usein omaisilla on ikäihmisen hoidon kannalta arvokasta tietoa, joka auttaa henkilökuntaa toimimaan ikäihmiselle mielekkään tavoitteen hyväksi. Erityisesti omaisen merkitys korostuu tilanteessa, jossa ikäihminen ei itse muista tai pysty kertomaan menneistä vaiheistaan. (Perukangas 2014: 18.) Tukiverkoston puute ja lähipalvelujen vähyyks koettiin tavoitteellisuutta rajoittavina tekijöinä (Reunanen 2017: 69-70). Omaisten ja verkoston läsnäolo arjessa nousivat tärkeänä asiana esille. Vaikka asukkaat asuivat tuetussa tai tehostetussa palveluasumisessa, omaisten ja verkoston läsnä olo oli toimijuutta tukevaa ja tärkeitä. Yhtenäisen toimintatavan luominen mahdollisti tuetun palveluasumisen asukkaiden omaisten mukana olon arjessa ja hoitoneuvotteluissa. Ikäihmisen voimavarojen selvittäminen yhteistyössä hänen lähipiirinsä kanssa nousi esille tärkeänä asiana.

Koivula (2013) tuo esille omassa työssään, että laitosasumisessa omaisen toimijuus konkretisoituu arjessa ja sen toiminnoissa. Myös omaiset tekevät omia tulkintoja, valintoja ja ratkaisuja omasta näkökulmastaan käsin. (Koivula 2013: 104-106.) Mikkola (2009) tuo esille omassa työssään käsitteen omaisyhteistyö, jossa omaisten, muiden toimijoiden, muiden moniammatillisten työntekijöiden yhteistyö rakentuu yhteiseksi vuorovaikutukseksi. Omaisyhteistyön alue tuottaa ja rakentaa omaisen ja laitoksessa asuvan ikäihmisen toimijuutta. Omaisen toiminnan pakot, mahdollisuudet, täytymiset ja voimiset kuroutuvat vuorovaikutukseen kaikkien kanssa. Puhuttaessa omaisyhteistyöstä, puhutaan yhteisistä tilanteista ja toiminnoista, jotka ovat sosiaalisesti yhteisiä. (Mikkola 2009: 154.) Tällainen yhteinen kehittämisidea tuli kehittämistapaamisessammekin esille, jossa omainen toi esille sen, miten he voisivat osallistua yhteiseen iltapäiväkahvitteluun tai he voisivat juoda kahvit yhdessä. Tai muu viriketuokio, jota voisi yhdessä omaisen kanssa harrastaa.

Työn eettisyys

Eettisesti kestävä hoidon perusta ETENE:n (Valtakunnallinen terveydenhuollon eettinen neuvottelukunta; vanhuus ja hoidon etiikka 2008) mukaan ikäihmisen kohtelu yksilönä, jolloin hoito lähtee yksilön omista tarpeista ja toiveista, se kunnioittaa ikäihmisen arvoja ja arvostaa hänen näkemyksiään. Ikäihmisen hoitoa suunniteltaessa otetaan huomioon hänen terveydentila ja toimintakyky sekä koko sosiaalinen verkosto. (ETENE 2008.)

Hyvän tieteellisen käytännön perusteet ohjasivat tutkimusta. Tutkimuksellisessa kehittämistyössä huomioitiin rehellisyys, yleinen huolellisuus ja tarkkuus tutkimustyössä, tulosten tallentamisessa ja esittämisessä. Tiedon hankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmät olivat tieteellisen tutkimuksen myöntämisperusteiden mukaisia ja eettisesti selviä. Tutkimustuloksia julkaistessa huomioitiin vastuullinen viestintä. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012:8.)

Tutkimukselliseen kehittämistyöhön osallistuvat ikäihmiset olivat tehostetun ja tuetun palveluasumisen asukkaita. Heidän toimintakykynsä oli alentunut. Ikäihmiset ovat hauraassa asemassa ja sen huomioitiin koko kehittämistyön ajan. Ikäihmisen kohdattiin henkilökohtaisesti ja tilannekohtaisesti koko kehittämistyön ajan. Tilanteet ja tehtävänannot kerrottiin selvästi ja ymmärrettävästi. Ikäihmisten ymmärryksen osallistumiseen huomioitiin koko kehittämistyön ajan (haastattelut ja yhteiskehittely). Ikäihmisen tilanne, vointi ja toimintakyky huomioitiin ja arvioitiin jokaisen kehittämistehtävän alkaessa ja sen kuluessa. Kaikilla osallistujilla oli mahdollisuus lopettaa milloin ja koska vain, ilman mitään selitettävää syytä. Tutkimus ja kehittäminen perustui vapaaehtoisuuteen. Kaikille osallistujille kerrottiin suullisesti kehittämistyöhön osallistumisesta ja samalla annettiin paperillinen tiedote. Osallistuminen käytiin läpi vielä kehittämistyön aikana (haastattelu ja yhteiskehittely) (Liite 1-3). Jokainen kehitystyöhön osallistuva allekirjoitti suostumuksen osallistumisesta (Liite 4-6). Tutkimukseen osallistuneiden henkilöllisyys ei paljastu tutkimuksen yhteydessä. Tutkimuksen jälkeen osallistujilla on mahdollisuus palata keskustelemaan kehittämistyöstä, sen tilanteista ja asioista tutkijan kanssa.

Ikäihmisten haastattelussa huomioitiin se, että kysymykset ymmärrettiin ja vastauksien antaminen kesti pidemmän aikaa. Varmistettiin, että tutkittava kuulee kysymykset oikein. Ikäihmiset yleensä kokemusten mukaan haluavat kertoa omasta elämästään ja taustastaan. Haastattelijan on hyvä ottaa tämä huomioon ja miettiä valmiiksi keinoja, joilla ohjata keskustelu takaisin aiheeseen. Kun arvioidaan heikkokuntoisten ikäihmis-

ten päivittäistä selviytymistä, joudutaan usein käyttämään apuna tai mukana sijaishaastateltavaa, lähiomaisia tai henkilökuntaa. Tutkimukseen on hyvä saada mukaan myös heikkokuntoisimpia ikäihmisiä myös, jotta tieto on luotettavaa. (Heikkinen - Kauppinen – Laukkanen 2013: 304.)

Menetelmällisten ratkaisujen pohdinta

Toimijuuden viitekehystä voidaan käyttää tutkimuksen ja vanhustenhuollon kehittämisen osalta siihen, että se tuo esille ikäihmisen henkilökohtaisten ominaisuuksien tarkastelun lähemmäksi tilanteisiin, arkitoimintoihin, toimintakäytäntöihin sekä yksilön ja ympäristön väliseen dynamiikkaan. Toimintakulttuurien ja yksilöllisten toimintakykyjen tarkastelua voidaan tehdä toimijuuden käsitteen kautta, jolloin voidaan miettiä ja tarkastella, mitä on osattava, kyettävä, haluttava, mitä ei ajatella osattavan, kyettävän tai haluttavan tai mitä ei osata, haluta, kyetä. Tämä antaa mahdollisuuden tarkastella esimerkiksi osaston toimintakulttuuria suhteessa ikäihmisen yksilölliseen toimintakykyyn; mitä ajatellaan osattavan, kyettävän ja haluttavan tai mitä ei saa osata, haluta tai kyetä. (Jyrkämä 2013: 424.) Pitkäaikaishoidossa yksilöt saattavat joutua tekemään valintoja ja ratkaisuja reflektoiden itselleen ajallis-paikalliskontekstissa. Toimijoiden muodostelma, kokoonpano, voi olla monitasoinen pitkäaikaishoidossa. (Marin 2003: 28; Koivula 2013: 105.) Toimijuuden viitekehys antoi tähän tutkimukselliseen kehittämistyöhön monialaisemman tarkastelu-näkökulman. ICF:n toimintakykyyn rajattuna osa asukkaan arjesta olisi jäänyt ulkopuolelle. Toimintakykyä tarkasteltuna asukkaan tilanne olisi jäänyt kaapeammalle, toimijuuden osaaminen, kykeneminen, haluaminen, voiminen, täytyminen ja tunteminen mahdollistavat kokonaisvaltaisemman tarkastelun asukkaan tilanteesta omassa asuinpaikassa tilannekohtaisesti.

Toimijuutta tukevassa toimintatavassa palveluasumisen yhteisöllisyys nousi vahvasti esille. Yhteisöllisyys toi asukkaalle tukea kaikissa toimijuuden toimintatavoissa. Toimijuus voi olla yhteisöllistä myös jokaisen meidän arkielämän tilanteissa. Yhteisöllisyys perustuu jokaisen ihmisen toimijuuteen: on autonomiaan, itsemääräämisoikeuteen ja valinnanvapauteen perustuvaa. Yhteisöllisyys on siis parhaimmillaan jokaisen ihmisen toimijuutta tukeva ja valtaistava voimavara. Toimijuuden jakautuminen kaikkiin vanhenemisen ikävaiheisiin nähdään ihmisen elämänsä tavoitteena (Pikkarainen – Pyöriä – Savikko 2016: 191).

Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa kehitetty toimijuutta tukeva toimintatapa voidaan hyödyntää myös muihin yksiköihin, palveluasumisiin ja vuodeosastoille sekä asiakaspalvelutehtäviin, jossa asiakkaan toimijuutta tuetaan. Muissa tervey-

denhoitoyksiköissä siirrettävyys ja hyödynnettävyys voidaan ottaa käyttöön toimintatapana, mutta sisällöllisesti erilaisena, esimerkiksi kotihoidossa työntekijän saatavuus ei ole mahdollista koko aikaisesti ja ikäihmiset asuvat kotonaan yksin. Koti tuo turvallisuuden tunteen ja kotona on mahdollista olla turvapuhelin. Samoin yhteisöllisyys näytetään kotona erilaisena kun palveluasumisena, mutta yhteisöllisyys voi olla naapureista tai kerhoista koostuvaa. Toimijuutta tukevaa toimintatapaa voidaan siis käyttää asiakastilanteissa toimintakykyä tukevana tilanteen ja ympäristön mukaan.

Lähteet

Aejmelaeus, Riitta – Kan, Suvi – Katajisto, Kaija-Riitta – Pohjola, Leena 2007. Erikoistu vanhustyöhön. Helsinki. Wsoy.

Anttila, Pirkko 2006. Tutkiva toiminta ja ilmaisu, teos, tekeminen. 2. Painos. Hamina. Akatiimi.

Autti-Rämö, Ilona – Mikkelsson, Marja – Lappalainen, Tiina – Leino, Eeva 2016. Kuntoutumisen prosessi. Teoksessa Autti-Rämö, Ilona – Rajavaara, Marketta – Salminen, Anna-Liisa – Ylinen, Aarne – Aalto, Anne-Mari – Seppälä, Oili 2016. Kuntoutuminen. Kustannus Oy. Duodecim 2016. 56-73. Saatavana netissä <https://metropolia.finna.fi/Record/metcat.147765>. Luettu 17.10.17.

ETENE 2008. Vanhuus ja hoidon etiikka. Vantaa. Kirjapaino Keili Oy.

Forsman, Anna – Herberts, Kjell – Nyqvist, Fredrica – Wahlbeck, Kristian – Schierenbeck, Isabel 2013. Understanding the role of social capital for mental wellbeing among older adults. *Ageing and Society* 33 (5). Luettavissa netissä <https://doi.org/10.1017/S0144686X12000256>. Luettu 9.10.17.

Hallila, Liisa 2005. Hoitotyön kirjaamisen teoreettiset lähtökohdat. Teoksessa Hallila, Liisa (toim.) 2005. Näyttöön perustuva hoitotyön kirjaaminen. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy. 26.

Heikkinen, Eino – Kauppinen, Markku – Laukkanen, Pia 2013. Iäkkäiden ihmisten selviytyminen päivittäisissä toiminnoissa. Teoksessa Heikkinen, Eino – Jyrkämä, Jyrki – Rantanen, Taina (toim.) 2013. Gerontologia. Helsinki. Duodecim Oy. 291-302.

Heikkinen, Hannu – Kontinen, Tiina – Häkkinen, Päivi 2007. Toiminnan tutkimisen suuntaukset. Teoksessa Heikkinen, Hannu L.T – Rovio, Esa – Syrjälä, Leena (toim.) 2007. Toiminnasta tietoon. 2 tark.painos. Helsinki. Kansanvalistusseura.

Heimonen, Sirkkaliisa 2009. Ikääntymisen haasteet toimintakyvylle. Toimintakyvyn arviointi ja tutkiminen. Teoksessa Pohjolainen, Pentti- Heimonen, Sirkkaliisa (toim.) 2009. Toimintakyvyn laaja-alainen arviointi ja tukeminen. Ikäinstituutti. Oraita 1/2009. Saata-

vissa netissä https://www.ikainstituutti.fi/content/uploads/2016/08/oraita_1-2009-pdf.pdf. Luettu 10.10.17.

Hirsjärvi, Sirkka – Hurme, Helena 2000. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki. Yliopistopaino.

Hirsjärvi, Sirkka – Remes, Pirkko – Salavaara, Paula 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki. Tammi.

Härkäpää, Kristiina – Harkko, Jaakko – Lehikoinen, Tuula 2013. Työhönvalmennus ja sen kehittämistarpeet. Kelan tutkimusosasto. Helsinki. Saatavana netissä <http://hdl.handle.net/10138/42487>. Luettu 13.10.17.

Härkäpää, Kristiina – Valkonen, Jukka – Järvikoski, Aila 2016. Kuntoutujan motivaatio ja sitoutuminen. Teoksessa Autti-Rämö, Ilona – Rajavaara, Marketta – Salminen, Anna-Liisa – Ylinen, Aarne – Aalto, Anne-Mari – Seppälä, Oili 2016. Kuntoutuminen. kustannus Oy. Duodecim 2016. 74-82. Saatavana netissä <https://metropolia.finna.fi/Record/metcat.147765>. Luettu 17.10.17.

Härkönen, Pirjo 2012. Elämäntyytyväisyys ja terveys. Voimavarasuuntautunut ikääntyvien henkilöiden seurantatutkimus. Väitöskirja. Oulun Yliopisto. Oulu. Saatavana netistä jultika.oulu.fi/files/isbn9789526200163.pdf. Luettu 10.10.17.

Jyrkämä, Jyrki 2005. Vanheneminen ja vanhuus. Teoksessa Sankari, Anne – Jyrkämä, Jyrki (toim.) 2005. Lapsuudesta vanhuuteen. Iän sosiologiaa. Tampere. Osuuskunta vastapaino. 267-323.

Jyrkämä, Jyrki 2007. Toimijuus ja toimintatilanteet- Aineksia ikääntymisen arjen tutkimukseen. Teoksessa Seppänen, Marjaana – Karisto, Antti – Kröger, Teppo (toim.) 2007. Vanhuus ja sosiaalityö- Sosiaalityö avuttomuuden ja toimijuuden välissä. Juva: Ws Bookwell Oy. 195-217.

Jyrkämä, Jyrki 2008. Toimijuus, ikääntyminen ja arkielämä. Hahmottelua teoreettis-metodologiseksi viitekehykseksi. Gerontologia 4/2008. Saatavana netissä <http://urn.fi/URN:NBN:fi:ELE-1405542>. Luettu 13.10.17.

Jyrkämä, Jyrki 2013. Vanheneminen, arkitilanteet ja toimijuus. Teoksessa Heikkinen, Eino – Jyrkämä, Jyrki – Rantanen, Tanina (toim.) 2013. Gerontologia. Helsinki. Duodecim Oy.

Järvikoski, Aila, 2013. Monimuotoinen kuntoutus ja sen käsitteet. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja 2013:43. Helsinki. Saatavana verkossa <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-3457-3>. Luettu 10.10.17.

Järvikoski, Aila – Härkäpää, Kristiina, 2011. Kuntoutuksen perusteet. Näkökulmia kuntoutukseen ja kuntoutustieteeseen. WSOYpro Oy. Helsinki.

Järvensivu, Timo – Nykänen, Katri – Rajala, Riku 2010: Verkostojohtamisen opas: Verkostotyöskentely sosiaali- ja terveysalalla. Versio 1.0. Aalto-yliopisto kauppakorkeakoulu. Saatavana netissä www.seugolaid.fi/wp-content/uploads/2017/03/verkostojohtamisen-opas-versio-1-0-30-12-2010.pdf. Luettu 13.10.17.

Karhula, Maarit – Veijola, Arja – Ylisassi, Hilikka 2016. Tavoitteiden asettamisen käytäntö. Teoksessa Autti-Rämö, Ilona – Rajavaara, Marketta – Salminen, Anna-Liisa – Ylinen, Aarne – Aalto, Anne-Mari – Seppälä, Oili 2016. Kuntoutuminen. Kustannus Oy. Duodecim 2016. 225- 238. Saatavana netissä <https://metropolia.finna.fi/Record/metcat.147765>. Luettu 17.10.17.

Keravan palvelutalosaatiö 2017. Toimintakertomus 2016. Saatavana netissä <http://keravanpalvelutalosaatio.fi>. Luettu 31.10. 2017.

Koivula, Riitta 2009. Toimijuus ikääntyessä. Teoksessa Pohjalainen Pentti - Heimonen, Sirkkaliisa (toim.) 2009. Toimintakyvyn laaja-alainen arviointi ja tukeminen. Ikäinstituutti. Oraita 1/2009. 30-36. Saatavana verkossa . Saatavissa netissä https://www.ikainstituutti.fi/content/uploads/2016/08/oraita_1-2009-pdf.pdf. Luettu 10.10.17.

Koivula, Riitta 2013. Muistisairaana ihmisen omaisena terveyskeskuksen pitkäaikaisosastolla. Tutkimus toimijuudesta. Akateeminen väitöskirja. Yhteistieteellinen tiedekunta. Jyväskylän yliopisto. Saatavana verkosta http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104498/URN_ISBN_978-952-245-904-6.pdf?sequence=1. Luettu 13.10.17.

Koskinen, Simo – Aalto, Leena – Hakonen, Sinikka – Päivärinta, Eeva 1998. Vanhustyö. Vanhustyön keskusliitto- Centralförbundet för de gamlas väl ry. Helsinki. Gummerus Oy.

Koukari, Marja 2010. Tavoitteena kuntoutuminen – Kuntoutujien käsityksiä kokonaisvaltaisesta kuntoutuksesta ja kuntoutumisesta. Akateeminen väitöskirja. Lapin yliopisto. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Saatavana verkosta <http://urn.fi/URN:NBN:fi:ula-2011291056>. Luettu 13.10.17.

Kuula, Arja 2006. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Vastapaino. Tampere.

Kuikka, Anu 2012. Miten turvataan hyvä vanhuus Suomessa? Raportti kuntien vanhustyöstä vastaavalle johtajille toteutetusta kyselytutkimuksesta. Valtaa Vanhuus- kampanja. Vanhus- ja lähimmäispalveluiden liitto ry. Saatavana netissä www.valtaavanhuus.fi/files/e9406dfaba9eaf24168bc4fab8e7b4836a549e9b50e40319923a2b41b76e617b.pdf. Luettu 13.10.17.

Laine, Minna 2013. Mielen voimaa. Logoterapeuttisia näkökulmia mielen hyvinvoinnin vahvistamiseen. Opas ikääntyville ihmisille. Ikäinstituutti. Helsinki. Saatavana netissä https://www.ikainstituutti.fi/content/uploads/2016/08/mielen_voimaa.pdf. Luettu 13.10.17.

Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta ja iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista 980/2012. Annettu Helsingissä 1.7.2013. Saatavissa netissä <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2012/20120980>. Luettu 13.10.17.

Luoma, Minna- Liisa 2007. Toimintakykyä tukeva hoitotyö. Teoksessa Lehtoranta, Heini- Luoma, Minna- Liisa- Muurinen, Seija (toim.) 2007. Ikäihmisten laitoshoidon laadun kehittämishanke. Helsinki: Stakes. Saatavana netissä <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201204193741>. Luettu 12.10.17.

Marin, Marjatta 2003. Elämän paikallisuus ja paikata. Teoksessa Marin, Marjatta – Hakonen, Sinikka (toim.) 2003. Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Jyväskylä. PS-kystannus. 22-41.

Mikkola, Tuula 2009. Sinusta kiinni – Tutkimus puolisoahoivan arjen toimijuuksista. Akateeminen väitöskirja. Helsingin yliopisto. Valtiotieteellinen tiedekunta. Saatavana netissä <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/23390/sinustak.pdf?sequence=2>. Luettu 13.10.17.

Paltamaa, Jaana – Anttila, Heidi 2015. Maailman terveysjärjetön toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden kansainvälinen luokitus (ICF). Teoksessa Paltamaa, Jaana – Perttilä, Pirkko (toim.) 2015. Toimintakyvyn arviointi. ICF teoriasta käytäntöön. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 137. Kelan tutkimusosasto. 18. Helsinki. Saatavana netissä <http://hdl.handle.net/10138/156071>. Luettu 13.10.17.

Paltamaa, Jaana – Musikka-Siirtola, Marjatta 2016. ICF- luokitus. Teoksessa Autti-Rämö, Ilona – Rajavaara, Marketta – Salminen, Anna-Liisa – Ylinen, Aarne – Aalto, Anne-Mari – Seppälä, Oili 2016. Kuntoutuminen. Kustannus Oy. Duodecim 2016. Saatavana netissä <https://metropolia.finna.fi/Record/metcat.147765>. Luettu 17.10.17.

Perukangas, Heidi 2014. Omaiset ikäihmisen kuntoutusta kehittämässä. Julkaisussa Sipari, Salla – Mäkinen, Elisa – Paalasmaa, Pekka (toim.): Kuntoutettavasta kehittäjäkumppaniksi. Metropolia Ammattikorkeakoulun julkaisusarja. Aatos artikkelit 13-2014.

Pikkarainen, Aila – Pyöriä, Outi – Savikko, Niina 2016. Ikääntyneiden kuntoutuminen. Teoksessa Autti-Rämö, Ilona – Rajavaara, Marketta – Salminen, Anna-Liisa – Ylinen, Aarne – Aalto, Anne-Mari – Seppälä, Oili 2016. Kuntoutuminen. Kustannus Oy. Duodecim 2016. 176-191. Saatavana netissä <https://metropolia.finna.fi/Record/metcat.147765>. Luettu 17.10.17.

Pitkälä, Kaisu- Valvanne, Jarkko- Huusko, Tiina 2010. Geriatrien kuntoutus. Teoksessa Tilvis, Reijo- Pitkälä, Kaisu- Strandberg, Timo- Sulkava, Raimo- Viitanen, Matti (toim.) 2010. Geriatria. Porvoo. WS Bookwell Oy. 438-456.

Pohjolainen, Pertti 2009. Toimintakyvyn teoreettisia lähtökohtia. Teoksessa Pohjolainen, Pertti- Heimonen, Sirkkaliisa (toim.): Toimintakyvyn laaja-alainen arviointi ja tukeminen. Ikäinstituutti. Oraita 1/2009. Saatavissa netissä https://www.ikainstituutti.fi/content/uploads/2016/08/oraita_1-2009-pdf.pdf. Luettu 10.10.17.

Rantanen, Taina 2013. Gerontologisen tutkimustiedon soveltaminen ikääntyvän väestön toimintakyvyn edistämiseksi. Teoksessa Heikkinen, Eino – Jyrkämä, Jyrki – Rantanen, Taina (toim.) 2013. Gerontologia. Helsinki. Duodecim Oy. 414- 420.

Reunanen, Merja A. T. 2017. Toimijuus kuntoutuskokemusten kerronnassa ja fysioterapian kohtaamisissa. Väitöskirja. Lapin yliopistopaino. Rovaniemi. Saatavana netissä: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-484-997-5>. Luettu 31.10.17.

Robson, Colin 2011. Real World Research. Third edition. Padstow, Greta Briatin. Wiley Publication.

Saajanaho, Milla 2016. Personal Goals in Old Age. Relationships with Resources in Life, Exercise Activity, and Life- Space Mobility. Väitöskirja. Jyväskylän Yliopistopaino. Jyväskylä.

Sainio, Päivi – Koskinen, Seppo – Sihvonen, Ari-Pekka – Martelin, Tuija – Aromaa, Arpo 2013. Iäkkään väestön terveyden ja toimintakyvyn kehitys. Teoksessa Heikkinen, Eino – Jyrkämä, Jyrki – Rantanen, Taina (toim.) 2013. Gerontologia. Helsinki. Duodecim Oy. 56-64..

Salminen, Anna-Liisa – Järvikoski, Aila – Härkäpää, Kristiina 2016. Teoriat, viitekehykset ja mallit kuntoutusta ohjaamassa. Teoksessa Autti-Rämö, Ilona – Rajavaara, Marketta – Salminen, Anna-Liisa – Ylinen, Aarne – Aalto, Anne-Mari – Seppälä, Oili 2016. Kuntoutuminen. Kustannus Oy. Duodecim 2016. 20-36. Saatavana netissä <https://metropolia.finna.fi/Record/metcat.147765>. Luettu 17.10.17.

Seppänen, Marjaana- Koskinen, Simo 2010. Ikääntymispolitiikka. Teoksessa Niemelä Pauli (toim.) 2010. Hyvinvointipolitiikka. Helsinki. WSOY pro Oy.

STM 2007. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2007:3. Hyvinvointi 2015- ohjelma. Sosiaalialan pitkän aikavälin tavoitteita. Verkkodokumentti. Saatavana netissä <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201504224630>. Luettu 10.10. 2017.

STM 2008. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2008: 3. Ikäihmisten palvelujen laatusuositus. Verkkodokumentti. Saatavana netissä <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201504225987>. Luettu 10.10. 2017.

STM 2013. Sosiaali- ja terveysministeriö 2013:11. Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi. Verkkodokumentti. Saatavana netissä <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-3415-3>. Luettu 10.10.17.

STM 2015. Sosiaali- ja terveysministeriö 2015:18. Monialainen kuntoutus- tilannekatsaus. Verkkodokumentti. Saatavana netistä <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-3509-9>. Luettu 10.10. 2017.

STM 2017. Sosiaali- ja terveysministeriö 2017. Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palveluiden parantamiseksi 2017-2019. Verkkodokumentti. Saatavana netissä <http://urn.fi/URN:ISBN:952-00-3960-8>. Luettu 10.10.17.

Suvikas, Annukka – Laurell, Leena – Nordman, Pia 2013. Kuntouttava lähihoito. Edita. Porvoo. Bookwell Oy.

THL 2012. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Sosiaalihuollon laitos- ja asumispalvelut 2011. Saatavana netissä http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90785/Tr25_12.pdf?sequence=4. Luettu 13.10.17.

THL 2016. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Toimintakyky ja toimintakyvyn kuvaaminen. Saatavana netissä <https://www.thl.fi/web/toimintakyky/icf-luokitus>. Luettu 13.10.2017.

Tiihonen, Arto 2014. Kokemuksellinen toimintakyky ja ikäihmisten voimaannuttaminen, Ikäinstituutti. Oraita 1/2014. Helsinki. Teoksessa Pohjolainen, Pentti (toim.) 2014. Aja-tuksia toimintakyvyn arviointiin ja tukemiseen. Ikäinstituutti. Oraita 1/2014. Saatavissa netissä https://www.ikainstituutti.fi/content/uploads/2016/08/oraita_1-2014-pdf.pdf. Luettu 10.10 17.

Tiikkanen, Pirjo 2013. Sosiaalinen toimintakyky. Teoksessa Heikkinen, Eino – Jyrkämä, Jyrki – Rantanen, Taina (toim). Gerontologia. Helsinki. Duodecim Oy.

Toikko, Timo – Rantanen, Teemu 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Näkökulmia kehittämisprosessiin, osallistumiseen ja tiedontuotantoon. Tampere. Tampereen yliopistopaino Oy. Saatavana netissä <http://ezproxy.metropolia.fi/login?url=https://www.ellibslibrary.com/metropolia/9789514477324>. Luettu 13.10.17.

- Tuomi, Jouni – Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki. Tammi.
- Turner- Stokes, Lynne 2009. Goal attainment scaling (GAS) in rehalibitation: a practical guide. Clinical Rehabilitation 23.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012:8. Hyvä tieteellinen käytäntö. Saatavana netistä tenk.fi. Luettu 24.11.17.
- Vanhuspalvelulaki- pykälistä toiminnaksi 2013. THL. Valtioneuvoston asetus vanhuspalvelulaista 980/2012 Annettu Helsingissä 28.12.2012. Saatavissa netissä <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-245-966-4>. Luettu 13.10.17.
- Vilkkä, Hanna 2005; Tutki ja kehitä. Keuruu. Otavan Kirjapaino Oy.
- Vilkkä, Hanna 2006. Tutki ja havainnoi. Kustannusosakeyhtiö Tammi. Helsinki.
- Virtanen, Petri – Suoheimo, Maria – Lamminmäki, Sara – Ahonen, Päivi – Suokas, Markku 2011. Matkaopas asiakaslähtöisten sosiaali- ja terveyspalvelujen kehittämiseen. Helsinki: Tekesin katsaus 281/2011.
- Voutilainen, Päivi 2006. Toimintakyvyn ja elämänlaadun arviointi. Teoksessa Heimonen, Sirkkaliisa – Voutilainen, Päivi 2006 Avaimia arviointiin. Dementoituvien kuntoutumista edistävä hoitotyö. Helsinki. Edita. 21-42.

Ikäihmisen toimijuuden vahvistuminen Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa!

Tervetuloa mukaan kehittämään uutta toimintatapaa osaksi arkea Kotimäessä. Teen kehittämistyötä Kotimäen palvelukeskukseen. Kehittämistyön tarkoituksena on kehittää ikäihmisen toimijuutta tukeva toimintatapa. Tavoitteena on ikäihmisen toimintakyvyn vahvistuminen Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa. Tiedon kerääminen tapahtuu toiminnallisella tutkimusotteella.

Kehittämistyön tiedon kerääminen aloitetaan yhteishaastattelulla, jossa ovat asiakas ja omahoitaja. Haastattelut kestävät tunnin/haastattelu. Sen jälkeen kootaan kehittäjäryhmä, jossa ovat asiakkaat, omaiset ja henkilökunta. Tapaamiskerroilla haastattelusta nousseiden asioiden pohjalta yhdessä työsetään, mitkä asiat lisäävät ja mitkä vähentävät asiakkaan toimijuuden tukemista tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa. Kehittäjäryhmä kokoontuu kaksi kertaa. Tapaamiskerrat kestävät neljä tuntia/ kerta. Ensimmäisellä kehittäjäryhmän kerralla yhteiskehittelyssä käytetään Learning- Cafemenetelmää. Toisella kerralla käydään läpi koonnin tuloksia ja kehitetään yhdessä uutta toimintatapaa tuettuun ja tehostettuun palveluasumiseen Kotimäessä.

Kehittämistyö on osa Metropolia Ammattikorkeakoulun Kuntoutuksen ylemmän Amk-tutkinnon opintoja. Kehittämistyön tutkimussuunnitelman ovat hyväksyneet. Kotimäen vanhus- ja vammaispalvelupäällikkö on myöntänyt kehittämistyölle tutkimusluvan 6.3.2017. Kehittämistyöhön osallistuminen perustuu vapaaehtoisuuteen ja jokaisella osallistujalla on oikeus keskeyttää osallistumisensa milloin tahansa syytä ilmoittamatta. Kehittämistyöryhmän tapaamiset taltioidaan. Kaikki kerättävä tieto käsitellään luottamuksellisesti eikä ketään yksittäistä henkilöä voida tunnistaa lopullisesta raportista. Tutkimusaineiston analysointiin ei osallistu ulkopuolisia henkilöitä ja kaikki taltioitu materiaali hävitetään kehittämistyön valmistuttua. Valmis työ on saatavissa elektronisena versiona Metropolia Ammattikorkeakoulun kirjaston Theseus –tietokannasta.

Annan mielelläni lisätietoa kehittämistyöstä. Yhteystietoni löytyvät alta.

Allekirjoitus

Yhteystiedot

Ikäihmisen toimijuuden vahvistuminen Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa!

Tervetuloa mukaan kehittämään uutta toimintatapaa osaksi arkea Kotimäessä. Teen kehittämistyötä Kotimäen palvelukeskukseen. Kehittämistyön tarkoituksena on kehittää ikäihmisen toimijuutta tukeva toimintatapa. Tavoitteena on ikäihmisen toimintakyvyn vahvistuminen Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa. Tiedon kerääminen tapahtuu toiminnallisella tutkimusotteella.

Kehittämistyön tiedon kerääminen aloitetaan yhteishaastattelulla, jossa ovat asiakas ja omahoitaja. Haastattelut kestävät tunnin/haastattelu. Sen jälkeen kootaan kehittäjäryhmä, jossa ovat asiakkaat, omaiset ja henkilökunta. Tapaamiskerroilla haastattelusta nousseiden asioiden pohjalta yhdessä työsetään, mitkä asiat lisäävät ja mitkä vähentävät asiakkaan toimijuuden tukemista tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa. Kehittäjäryhmä kokoontuu kaksi kertaa. Tapaamiskerrat kestävät neljä tuntia/ kerta. Ensimmäisellä kehittäjäryhmän kerralla yhteiskehittelyssä käytetään Learning- Cafemenetelmää. Toisella kerralla käydään läpi koonnin tuloksia ja kehitetään yhdessä uutta toimintatapaa tuettuun ja tehostettuun palveluasumiseen Kotimäessä.

Kehittämistyö on osa Metropolia Ammattikorkeakoulun Kuntoutuksen ylemmän Amk-tutkinnon opintoja. Kehittämistyön tutkimussuunnitelman ovat hyväksyneet. Kotimäen vanhus- ja vammaispalvelupäällikkö on myöntänyt kehittämistyölle tutkimusluvan 6.3.2017. Kehittämistyöhön osallistuminen perustuu vapaaehtoisuuteen ja jokaisella osallistujalla on oikeus keskeyttää osallistumisensa milloin tahansa syytä ilmoittamatta. Kehittämistyöryhmän tapaamiset taltioidaan. Kaikki kerättävä tieto käsitellään luottamuksellisesti eikä ketään yksittäistä henkilöä voida tunnistaa lopullisesta raportista. Tutkimusaineiston analysointiin ei osallistu ulkopuolisia henkilöitä ja kaikki taltioitu materiaali hävitetään kehittämistyön valmistuttua . Valmis työ on saatavissa elektronisena versiona Metropolia Ammattikorkeakoulun kirjaston Theseus –tietokannasta.

Annan mielelläni lisätietoa kehittämistyöstä. Yhteystietoni löytyvät alta.

Allekirjoitus

Yhteystiedot

Ikäihmisen toimijuuden vahvistuminen Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa!

Tervetuloa mukaan kehittämään uutta toimintatapaa osaksi arkea Kotimäessä. Teen kehittämistyötä Kotimäen palvelukeskukseen. Kehittämistyön tarkoituksena on kehittää ikäihmisen toimijuutta tukeva toimintatapa. Tavoitteena on ikäihmisen toimintakyvyn vahvistuminen Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa. Tiedon kerääminen tapahtuu toiminnallisella tutkimusotteella.

Kehittämistyön tiedon kerääminen aloitetaan yhteishaastattelulla, jossa ovat asiakas ja omahoitaja. Haastattelut kestävät tunnin/haastattelu. Sen jälkeen kootaan kehittäjäryhmä, jossa ovat asiakkaat, omaiset ja henkilökunta. Tapaamiskerroilla haastattelusta nousseiden asioiden pohjalta yhdessä työstetään, mitkä asiat lisäävät ja mitkä vähentävät asiakkaan toimijuuden tukemista tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa. Kehittäjäryhmä kokoontuu kaksi kertaa. Tapaamiskerrat kestävät neljä tuntia/ kerta. Ensimmäisellä kehittäjäryhmän kerralla yhteiskehittelyssä käytetään Learning- Cafe menetelmää. Toisella kerralla käydään läpi koonnin tuloksia ja kehitetään yhdessä uutta toimintatapaa tuettuun ja tehostettuun palveluasumiseen Kotimäessä.

Kehittämistyö on osa Metropolia Ammattikorkeakoulun Kuntoutuksen ylemmän Amk-tutkinnon opintoja. Kehittämistyön tutkimussuunnitelman ovat hyväksyneet. Kotimäen vanhus- ja vammaispalvelupäällikkö on myöntänyt kehittämistyölle tutkimusluvan 6.3.2017. Kehittämistyöhön osallistuminen perustuu vapaaehtoisuuteen ja jokaisella osallistujalla on oikeus keskeyttää osallistumisensa milloin tahansa syytä ilmoittamatta. Kehittämistyöryhmän tapaamiset taltioidaan. Kaikki kerättävä tieto käsitellään luottamuksellisesti eikä ketään yksittäistä henkilöä voida tunnistaa lopullisesta raportista. Tutkimusaineiston analysointiin ei osallistu ulkopuolisia henkilöitä ja kaikki taltioitu materiaali hävitetään kehittämistyön valmistuttua . Valmis työ on saatavissa elektronisena versiona Metropolia Ammattikorkeakoulun kirjaston Theseus –tietokannasta. Annan mielelläni lisätietoa kehittämistyöstä. Yhteystietoni löytyvät alta.

Allekirjoitus

Yhteystiedot

Ikäihmisen toimijuuden vahvistuminen Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa.

Suostumus tutkimukseen osallistumiseen

Olen saanut, lukenut ja ymmärtänyt Katja Suursalmen tutkimuksellista kehittämistyötä koskevan tutkimushenkilö-tiedotteen. Tiedotteesta olen saanut riittävän selvityksen tutkimuksen tarkoituksesta, tietojen keräämisestä ja säilytyksestä, ja minulla on ollut mahdollisuus saada lisätietoja suullisesti.

Ymmärrän, että osallistumiseni tutkimukseen on vapaaehtoista ja voin perustelematta keskeyttää osallistumiseni tutkimukseen milloin tahansa. Keskeytyksen ilmoitan tutkimuksellisen tekijälle Katja Suursalmelle joko suullisesti tai kirjallisesti. Tutkimuksen tekijän yhteystiedot löytyvät tämän suostumuslomakkeen alalaidasta.

Suostun osallistumaan tutkimukseen vapaaehtoisesti.

Paikka ja aika

Suostumuksen antajan allekirjoitus

Paikka ja aika

Suostumuksen vastaanottajan allekirjoitus

Yhteystiedot

Katja Suursalmi

Suostumus allekirjoitetaan kahtena kappaleena, yksi suostumuksen antajalle ja yksi suostumuksen vastaanottajalle.

Ikäihmisen toimijuuden vahvistuminen Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa.

Suostumus tutkimukseen osallistumiseen

Olen saanut, lukenut ja ymmärtänyt Katja Suursalmen tutkimuksellista kehittämistyötä koskevan tutkimushenkilö-tiedotteen. Tiedotteesta olen saanut riittävän selvityksen tutkimuksen tarkoituksesta, tietojen keräämisestä ja säilytyksestä, ja minulla on ollut mahdollisuus saada lisätietoja suullisesti.

Ymmärrän, että osallistumiseni tutkimukseen on vapaaehtoista ja voin perustelematta keskeyttää osallistumiseni tutkimukseen milloin tahansa. Keskeytyksen ilmoitan tutkimuksellisen tekijälle Katja Suursalmelle joko suullisesti tai kirjallisesti. Tutkimuksen tekijän yhteystiedot löytyvät tämän suostumuslomakkeen alalaidasta.

Suostun osallistumaan tutkimukseen vapaaehtoisesti.

Paikka ja aika

Suostumuksen antajan allekirjoitus

Paikka ja aika

Suostumuksen vastaanottajan allekirjoitus

Yhteystiedot

Katja Suursalmi

Suostumus allekirjoitetaan kahtena kappaleena, yksi suostumuksen antajalle ja yksi suostumuksen vastaanottajalle.

Ikäihmisen toimijuuden vahvistuminen Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa.

Suostumus tutkimukseen osallistumiseen

Olen saanut, lukenut ja ymmärtänyt Katja Suursalmen tutkimuksellista kehittämistyötä koskevan tutkimushenkilö-tiedotteen. Tiedotteesta olen saanut riittävän selvityksen tutkimuksen tarkoituksesta, tietojen keräämisestä ja säilytyksestä, ja minulla on ollut mahdollisuus saada lisätietoja suullisesti.

Ymmärrän, että osallistumiseni tutkimukseen on vapaaehtoista ja voin perustelematta keskeyttää osallistumiseni tutkimukseen milloin tahansa. Keskeytyksen ilmoitan tutkimuksellisen tekijälle Katja Suursalmelle joko suullisesti tai kirjallisesti. Tutkimuksen tekijän yhteystiedot löytyvät tämän suostumuslomakkeen alalaidasta.

Suostun osallistumaan tutkimukseen vapaaehtoisesti.

Paikka ja aika

Suostumuksen antajan allekirjoitus

Paikka ja aika

Suostumuksen vastaanottajan allekirjoitus

Yhteystiedot

Katja Suursalmi

Suostumus allekirjoitetaan kahtena kappaleena, yksi suostumuksen antajalle ja yksi suostumuksen vastaanottajalle.

Teemahaastattelun runko:

LIITE 7

Kehitystehtävä (1) on selvittää, miten ikäihmisen toimijuutta tuetaan tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa?

| | |
|--|--|
| <p>Toimijuus (Jyrkämä) osata (tiedot ja taidot) kyetä (psykykinen ja fyysinen kyky) haluta (motivaatio, tahto, tavoite) täytyä (fyysiset ja sosiaaliset pakot) voida (mahdollisuus, mitä tilanne antaa) tuntea (kokemus, arvioida, arvottaa)</p> | <p>Toimintakyky (ICF) Suoritukset ja osallistuminen - Liikkuminen (käveleminen ja liikkuminen) - Itsestä huolehtiminen (peseytyminen, wc-käyminen, pukeutuminen, ruokaileminen, itsestä huolehtinen) - yhteisöllinen, sosiaalinen ja kansalaiselämä (yhteisöllinen elämä, virkistäytyminen)</p> |
|--|--|

Teemat:

1. Liikkuminen

Miten kävelemisesi onnistuu?

Miten liikkumistasi tuetaan? Kävely, apuvälineet?

Miten sinun osaamista ja taitoja tuetaan kävelemissä?

Onko sinulla motivaatiota siihen, että voisit liikkua enemmän? Miten siinä tuetaan?

Kuinka paljon liikut?(täytyy)

Koetko, että voisit liikkua enemmän? Mitä tukea toivot siihen?

2. Peseytyminen

Miten peseytymisesi onnistuu? Miten peseytymistäsi tuetaan? apuvälineet?

Miten pystyt peseytymään? Miten tuetaan peseytymisen suhteen?

Otetaanko huomioon asiat, jotka pystyt itse tekemään peseytymisen aikana?

Haluatko osallistua peseytymiseesi? Miten siinä tuetaan?

Koetko, että voisit osallistua itsesi peseytymiseen enemmän? Mitä tukea toivot?

3. Vessassa käyminen

Miten käyt vessassa? Mitä apua saat? Tarvitsetko apua vai tukea? Mitä tukea saat?

Tuetaanko sinua osallistumaan vessassa käynnin aikana?

Teetkö itse vessassa esim. vaipan vaihdon? avustatko siinä? Otetaanko pystymisesi huomioon siinä?

Otetaanko halusi osallistua siinä huomioon? Tuetaanko siinä? Miten siinä tuetaan?
Koetko, että voisit osallistua enemmän vessassa käynnin aikana toimintoihin?

4. Pukeutuminen

Miten pukeutumisesi onnistuu? Miten tuetaan?

Tuetaanko sinua itsenäisesti pukeutumaan? Pystytkö itse pukeutumaan? Osallistu-
maan siihen? Miten se huomioidaan/tuetaan?

Haluatko osallistua pukeutumiseesi?

Voitko osallistua? Mitä tukea tarvitset, että voit osallistua pukeutumiseen/pukeutua?

5. Ruokaileminen

Miten ruokailusi onnistuu? Miten tuetaan?

Pystytkö ruokailemaan itsenäisesti? Miten sinua tuetaan siinä?

Voitko valita, mitä syöt?

Voitko ottaa ruuan ruokalasta vai tuodaanko se valmiina?

Haluaisitko ottaa itse? Haluaisitko valita itse?

Huomioidaanko sinun osaamisesi/pystymisesi ruokailussa?

Toivoisitko, että voisit enemmän osallistua ruokailemiseen/ruuan valintaan?

6. Itsensä huolehtiminen

Miten itsestä huolehtimisesi onnistuu? Miten tuetaan?

Koetko, että pystyt huolehtimaan itsestäsi?

Koetko, että niiltä osin, kun pystyt, sinua tuetaan? Miten tuetaan?

Haluaisitko pystyä/huolehtia itsestäsi enemmän?

7. Yhteisöllinen elämä ja virkistäytyminen

Osallistutko ryhmään palvelukeskuksessa? Miten tuetaan?

Miten virkistäydyt? Miten tuetaan?

Pystyisitkö osallistumaan enemmän?

Haluaisitko osallistua enemmän? Miten tuetaan?

Onko sinun mahdollista osallistua ryhmään/virkistystoimintaan?

Näyte aineiston analyysistä:

LIITE 8

Millainen on asukkaan toimijuutta tukeva toimintatapa Kotimäen tuetussa ja tehostetussa palveluasumisessa?

| Lause | Pelkistys | Alaluokka | Yläluokka |
|---|--|--------------------------------|--|
| Jos jotain kykenee tekemään niin voi tehdä | Voi tehdä itse jos kykenee | Toimintakykyä tukeva työote | Ilmapiiri, joka tukee toimijuutta ja toimintakykyä |
| Jos pystyy itse pesemään, niin pesköön vaan | Tuetaan pesemään itse, jos pystyy | Toimintakykyä tukeva työote | Ilmapiiri, joka tukee toimijuutta ja toimintakykyä |
| Antaa ihmisten yrittää tehdä itse | Antaa yrittää/ tehdä itse | Toimintakykyä tukeva työote | Ilmapiiri, joka tukee toimijuutta ja toimintakykyä |
| Pienistä tuen asioista lähdetään liikkeelle | Tuetaan vähän kerrallaan | Toimintakykyä tukeva työote | Ilmapiiri, joka tukee toimijuutta ja toimintakykyä |
| Kokeillaan eritapoja rohkeasti jos menee metsään ei haittaa, yritetään sitten muuta | Kokeillaan erilaisia tapoja | Uskallusta kokeilla eri tapoja | Ilmapiiri, joka tukee toimijuutta ja toimintakykyä |
| Avoin ajattelutapa, ei haittaa jos vettä tulee housuille | Avoin ajattelutapa tekemisessä | Uskallusta kokeilla eri tapoja | Ilmapiiri, joka tukee toimijuutta ja toimintakykyä |
| Ihmisillä on erilaisia rajoitteita, pitää saada jokaiselle onnistumisen tunne | Jokaiselle onnistumisen tunne | Positiivista kannustusta | Ilmapiiri, joka tukee toimijuutta ja toimintakykyä |
| Asukas saa positiivista palautetta osallistuttuaan arjen toimintoihin | Positiivinen palaute osallistumisesta arkeen | Positiivista kannustusta | Ilmapiiri, joka tukee toimijuutta ja toimintakykyä |