

Sukupolvet ylittävä yhteistoiminta yksinäisyyden ehkäisyn keinona

Yhteispelillä kohti arjen hyvinvointia -hanke

LAHDEN
AMMATTIKORKEAKOULU
Sosiaali- ja terveysala
Sosionomi (AMK)
Sosiaalipedagoginen aikuistyö
Opinnäytetyö
Kevät 2018
Hanna-Mari Herranen
Hanna Vesalainen

Lahden ammattikorkeakoulu
Sosionomi AMK

HERRANEN, HANNA-MARI: Sukupolvet ylittävä yhteistoiminta
VESALAINEN, HANNA: yksinäisyyden ehkäisyn keinona

Sosiaalipedagogisen aikuistyön opinnäytetyö, 28 sivua, 1 liitesivu

Kevät 2018

TIIVISTELMÄ

Opinnäytetyömme tavoitteena oli selvittää, millaisia kokemuksia sosiaali- ja terveysalan ammattilaisilla oli sukupolvet ylittävästä toiminnasta. Tarkoituksena on siirtää tätä saamaamme tietoa opinnäytetyöstä eteenpäin tulevaisuuden hankkeille sekä sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille. Tutkimuksen toteutimme laadullisena tutkimuksena ja aineiston keräsimme teemahaastattelun keinoin. Haastattelimme yhteensä kuutta sosiaali- ja terveysalan ammattilaista Lahden sekä Hollolan alueella. Nämä ammattilaiset tekevät yhteistyötä toimeksiantajamme Päijät-Hämeen sosiaali- ja terveysturva ry:n kanssa ja erityisesti heidän Yhteispeilillä kohti arjen hyvinvointia -hankeen kanssa.

Opinnäytetyömme teoriapohja koostuu seuraavista teemoista: ikääntyneen yksinäisyys ja sukupolvet ylittävä toiminta.

Tutkimuksemme tulokset osoittavat, että ikääntyneiden ja lasten välisille ylisukupolvisille yhteistoimintahetkille olisi tarvetta ja ne toisivat ikääntyneille helpotusta yksinäisyyteen. Tärkeää on kuitenkin huomioida lasten valmius tällaisia hetkiä suunnitellessa.

Asiasanat: ikääntyneet, yhteistoiminta, yksinäisyys, lapset, sukupolvet

Lahti University of Applied Sciences
Degree Programme in Social Work

HERRANEN, HANNA-MARI: Cross generational activity
VESALAINEN, HANNA: as means of prevention of loneliness

Bachelor's Thesis in Social Services, 28 pages, 1 page of appendices

Spring 2018

ABSTRACT

The purpose of our thesis was to find out what kind of experiences the professionals in the social and health care sector have about cross-generation interactivity. Our goal was to transfer the information that we acquire during doing this thesis, to future projects and social and health care sectors professionals. The research is done in qualitative research and we collected the material through interviews. We interviewed a total of six social and health care professionals in Lahti and Hollola region. These professionals co-operate with our commissioner Päijät-Hämes Social and Health Security Association, and especially with "Kohti arjen hyvinvointia" - project.

The theoretical base of our thesis consist of the following themes: loneliness of elderly people and cross generational activity.

Results of our thesis and research show that there is need for cross generation activities between the elderly and the children. These activities would lower the elderly peoples feeling of loneliness. However, it is important to take into account children's preparedness when planning such moments and activities.

Key words: elderly, co-operation, loneliness, children, generation

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	OPINNÄYTETYÖN TAVOITE JA TARKOITUS	3
3	MÄÄRITELMIEN AVAAMINEN	4
3.1	Yksinäisyys	4
3.2	Ikääntyneen yksinäisyys	5
3.3	Sukupolvet ylittävä yhteistoiminta	8
4	OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	11
4.1	Toteutuksen aikataulu	11
4.2	Tutkimuskysymykset	13
4.3	Aineistoanalyysi	13
5	TULOKSET	17
5.1	Vuorovaikutus	17
5.2	Palaute	18
5.3	Kehittäminen	19
6	TUTKIMUKSEN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS	21
7	POHDINTA	23
	LÄHTEET	26
	LIITTEET	29

1 JOHDANTO

Yksinäisyys on käsitteenä hyvin subjektiivinen. Toiselle yksinäisyys voi tarkoittaa aivan eri asiaa kuin toiselle. Usein, kun puhutaan ikääntyneistä, liitetään heihin stereotyyppisesti yksinäisyys ja yksinäisyyden tunteet. Ajatellaan, että kun ihminen vanhenee, hänestä tulee yksinäinen - näin asia ei todellakaan ole. Vain noin 5-10% ikääntyneistä kokee olevansa yksinäisiä ja 20-40% prosenttia kokee joskus tai harvoin yksinäisyyden tunnetta. Iän yhteyttä yksinäisyyden kokemiseen on tarkasteltu monissa erilaisissa tutkimuksissa. Yksinäisyyden tunteet ovat usein sitä vahvempia, mitä vanhemmasta ikäryhmästä on kyse, vaikka on myös tutkimuksia, joista on saatu päinvastaisia tuloksia. (Uotila 2011, 25.)

Ikääntyneen yksinäisyyden kokemukseen voi vaikuttaa esimerkiksi eläkkeelle jääminen tai puolison kuolema. Kun ihminen jää eläkkeelle, hän voi kokea arvottomuuden tunnetta. Eläkkeelle jäädessä työyhteisö ja jokapäiväiset rutiinit töihin menemisestä ja kotiin palaamisesta jäävät taakse. Monen on vaikea tottua uuteen elämäntyyliin ja se voi aiheuttaa yksinäisyyden tunnetta. Pitkäaikaisen puolison menettäminen tuo myös useille ikääntyneelle yksinäisyyden tunteen. Kumppani, joka on monella ollut rinnalla usean vuosikymmenen ajan, onkin yhtäkkiä poissa. Tässäkin tapauksessa vanhat ja tutut rutiinit jäävät menneisyyteen, mutta mikä vaikeinta, rakas ihminen on poissa. Se jättää monelle iäkkäälle elämään suuren aukon, jota voi olla lähes mahdoton täyttää. (Uotila 2011, 26-29.)

Tavallista on, että lapset ja lapsenlapset asuvat toisella paikkakunnalla. Mitä korkeammaksi ikä kasvaa, sitä todennäköisemmin myös ystäväpiiri kapenee. Tähän voivat vaikuttaa myös sairaudet, jotka rajoittavat sosiaalista elämää. Monen ikääntyneen ainoa sosiaalinen kontakti päivän aikana on, kun hoitaja tulee käymään hänen luonaan. Vaikka käyntejä olisi päivän aikana useampia, ne ovat yleensä lyhyitä ja hoitaja vaihtuu usein samankin päivän aikana.

Toimeksiantajamme on Päijät-Hämeen sosiaali- ja terveysturva ry. Hanke, jossa työskentelevien työntekijöiden haastattelujen pohjalta tutkimuksen

toteutamme, on Yhteisapelillä kohti arjen hyvinvointia -hanke. Hankkeen tarkoituksena on ehkäistä lapsiperheiden ja ikääntyneiden yksinäisyyttä. Sukupolvet ylittävällä yhteistoiminnalla tarkoitetaan tässä lasten ja ikääntyneiden välistä yhteistä toimintaa. Meidän työmmme keskittyy ikääntyneisiin ja heidän kanssaan tehtyyn työhön. Painotamme kysymyksissämme sukupolvien välisen yhteistoiminnan merkitystä yksinäisyyden ennaltaehkäisyssä ikääntyneiden parissa toimivien ammattilaisten näkökulmasta sekä selvitämme millaisia hyviä käytäntöjä ammattilaiset ovat tunnistaneet yksinäisyyden ennaltaehkäisemiseksi. (Haaja 2017.)

Teemme opinnäytetyömmme haastattelututkimuksena. Haastattelut toteutetaan hankeyhteistyössä työskenteleville, jotka ovat olleet mukana järjestämässä ja edesauttamassa sukupolvet ylittävää yhteistoimintaa. Opinnäytetyössämme tarkastelemme sukupolvet ylittävän toiminnan merkitystä yksinäisyyden ennaltaehkäisyssä. Lähestymme tutkittavaa aihetta ammatillisesta näkökulmasta. Haastateltavat ovat sosiaali- ja terveysalan ammattihenkilöitä.

2 OPINNÄYTETYÖN TAVOITE JA TARKOITUS

Opinnäytetyömme toimeksiantajana toimii Päijät-Hämeen sosiaali- ja terveysturva ry ja erityisesti heidän Yhteisapelillä kohti arjen hyvinvointia -hankkeensa, joka oli toiminnassa vuosina 2016-2018. Hanke on jatkoa Päijät-Hämeen Kumppanuuskeskus -hankkeelle, joka oli käynnissä vuosina 2012-2015. Yhteisapelillä kohti arjen hyvinvointia -hankkeen tavoitteena oli lisätä lapsiperheiden ja ikääntyneiden hyvinvointia, yhteisöllisyyttä ja osallisuutta Lahden alueella ja Hollolassa. Hankkeen tarkoituksena oli ehkäistä molemmissa kohderyhmissä yksinäisyyttä ja syrjäytymistä. (Kumppanuusverkosto 2018.) Yhteyshenkilönämme hankkeen puolella on toiminut projektipäällikkö Helena Haaja. Hankkeen rahoittaja toimii raha-automaatti yhdistys.

Yhteisapelillä kohti arjen hyvinvointia -hanke on saattanut erilaisia toimijoita yhteen ja mahdollistanut näin yhdessä tekemistä eri toimintaparien kesken. Tällaisia toimijapareja ovat olleet esimerkiksi senioritalo ja päiväkotitai koulu ja palvelutalo. Yhteisissä tuokioissa on mm. pelattu, retkeilty, leikitty, laulettu, tanssittu, ruokailtu ja istutettu kukkasias yhdessä. (Haaja 2018.)

Tavoitteenamme on selvittää, millaisia kokemuksia sosiaali- ja terveysalan ammattilaisilla on sukupolvet ylittävstä toiminnasta. Tutkimme mitä hyviä käytännön keinoja he ovat löytäneet ja löytää kehittämisen kohteita sukupolvet ylittävssä yhteistoiminnassa. Opinnäytetyömme tarkoituksena on siirtää tätä ammattilaisilta saamaamme tietoa eteenpäin käytettäväksi tulevaisuudessa, esimerkiksi hankkeiden ja toimintatapojen luomisessa ja kehittämisessä. Haluamme myös parhaamme mukaan olla siirtämässä niin sanottua ammattilaisten hiljaista tietoa eteenpäin.

3 MÄÄRITELMIEN AVAAMINEN

Tässä pääluvussa käymme läpi tutkimuksemme kannalta oleellisia käsitteitä sekä teemoja, joita ovat yksinäisyys, ikääntyneiden yksinäisyys ja sukupolvet ylittävä yhteistoiminta. Tarkastelemme näitä teemoja ammatillisesta näkökulmasta käsin. Kirjallisuuden kautta pohjustamme tutkimuksemme teemoja ja sekä keskeisiä asioita ja teoriolla tuomme tieteellistä näkökulmaa tutkimaamme ilmiöön.

Yksinäisyys ja ikääntyneen yksinäisyys kappaleissa tuodaan esille, mitä yksinäisyys käsitteenä pitää sisällään ja millaista yksinäisyys on ikääntyneen näkökulmasta. Lisäksi pohditaan sitä, miten ikääntyneen yksinäisyys eroaa muusta yksinäisyydestä. Sukupolvet ylittävässä yhteistoiminnassa paneudutaan käsitteeseen ja mitä se pitää sisällään. Lisäksi tuomme esiin esimerkkejä, mitä sukupolvet ylittävä yhteistoiminta voi olla käytännössä.

3.1 Yksinäisyys

Yksinäisyys on sidoksissa sekä aikaan että kulttuuriin. Se mielletään usein tilanteeksi, jossa yksilöllä ei ole riittävästi läheisiä ihmisiä ympärillään. Yksinäisyys ei kuitenkaan aina tarkoita läheisten puutetta. Yksin asuvat ja oleilevat ihmiset eivät välttämättä tunne itseään lainkaan yksinäiseksi. On myös hyvin suhteellista kuinka paljon ystäviä ja sosiaalisia kontakteja yksilö kaipaa. Osalle riittää yksi, kun taas osa tarvitsee ympärilleen väkijoukon. (Nevalainen 2009, 10-13.)

Yksinäisyyttä ei voi käsitteenä määrittää niin, että jokainen olisi siitä saamaa mieltä. Sillä on monia erilaisia ilmentymiä riippuen tulkinnoista ja tilanteista. Yksinäisyys on siis tulkinnanvarainen, subjektiivinen käsite. Usein yksinäisyys nähdään vain negatiivisena asiana ja siihen liitetään käsitteitä, kuten ahdinko, masennus ja erillisyys. Kun yksinäisyydestä puhutaan vain negatiiviseen sävyyn ja asiaa tutkitaan negatiivisesti, menettää se osan käsitteen subjektiivisuudesta. Yksinäisyys voi olla myös myönteistä. (Uotila 2011, 19, 31.)

Koska yksinäisyys on itsessään subjektiivinen käsite, on sen kokemus myös riippuvainen ihmisen iästä ja elämän tilanteesta. Ihmisen elämässä tapahtuu muutoksia jatkuvasti elämän varrella ja ne voivat vaikuttaa yksinäisyyden kokemukseen. Mitä vanhemmaksi ihminen tulee, sitä enemmän tällaisia muutoksia elämässä tulee väistämättä eteen. Ne liittyvät usein sosiaalisten suhteiden muutoksiin ja oman aseman muuttumiseen, kun eläkkeelle jäämiseen. (Uotila 2011, 26-29.)

3.2 Ikääntyneen yksinäisyys

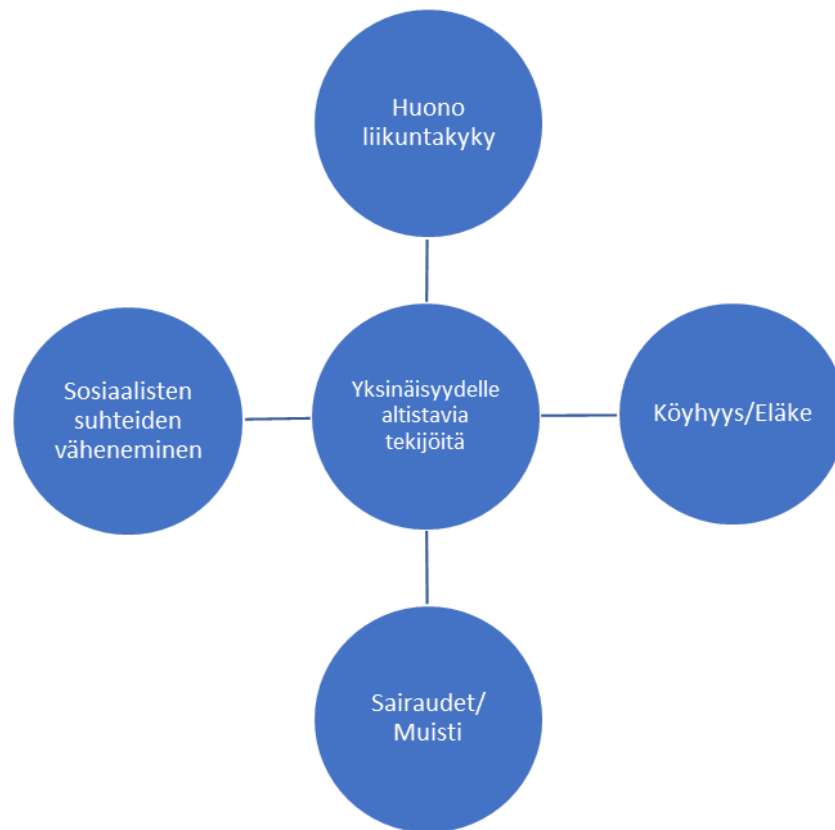
Ikääntyvän väestön määrä kasvaa Suomessa jatkuvasti ja suuret ikäluokat jäävät eläkkeelle. Tilastokeskuksen ennusteen mukaan yli 65-vuotiaiden osuus väestöstä tulee kasvamaan vuoden 2015 19,9 prosentista 26 prosenttiin vuoteen 2030 mennessä. Vuoteen 2060 mennessä ikääntyneiden osuus voi olla jopa 29 prosenttia koko väestöstä. (Tilastokeskus 2015.) Mielenterveysseuran (2018) mukaan joka kolmas yli 65-vuotias kokee itsensä ajoittain yksinäiseksi, kuitenkin vain 4-5 prosenttia tuntee jatkuvampaa ja syvempää yksinäisyyttä.

Yksi ikääntyvän väestön suurimmista ongelmista on ikääntyneiden yksinäisyys ja eristyneisyys. Kokemus yksinäisyydestä on eri asia kuin sosiaalinen eristäytyminen, vaikkakin ne usein kulkevat käsikädessä. Ihminen voi kokea itsensä yksinäiseksi ollessaan toisten seurassa, mutta toisaalta monet yksin asuvat, joilla on vähemmän sosiaalista kanssakäymistä, eivät koe itseään yksinäiseksi. (Saaristo 2011, 131.)

Ikääntyneiden yksinäistävät elämäntapahtumat voidaan jakaa kuuteen eri kategoriaan. Puolison menetys, myöhäisellä iällä tapahtunut avioero, lasten tai lastenlasten ongelmat, kuten päihteiden käyttö sekä työttömyys. Muut luopumiset, kuten esimerkiksi eläkkeelle siirtyminen ja omat fyysistä kuntoa heikentävät sairaudet voivat myös tuoda yksinäisyyttä tullessaan. Kuudentena on yksinäisyys itsessään. Moni tapahtuma voi luoda yksinäisyyttä, jos niistä ei pysty keskustelemaan kenenkään kanssa. (Saaristo 2011, 135-136.)

Yksinäisyys koetaan erilaisena eri ikäisenä. Ikä ei itsessään ole altistava tekijä yksinäisyydelle, vaan eri ikäisillä ihmisillä on erilaisia altistavia tekijöitä. Ikääntyessään ihminen voi kohdata monenlaisia menetyksiä ja elämää rajoittavia tekijöitä, jotka voivat johtaa yksinäisyyden tunteeseen tai altistaa yksinäisyydelle. (Kaavio 1.) Usein ihmisillä on ajatus siitä, että ikääntyneet ovat yksinäisiä, vaikka todellisuudessa vain osa ikääntyneistä on yksinäisiä.

Sosiaalisten suhteiden vaikutusta yksinäisyyteen on pohdittu useasta eri näkökulmasta. Useassa tutkimuksessa vähäiset sosiaaliset kontaktit on liitetty yksinäisyyden kokemukseen. Lesket ovat tutkimusten mukaan kaikista yksinäisin ihmisryhmä, kun taas naimisissa olevat ovat vähiten yksinäinen ihmisryhmä. Siviilisäädyn vaikutuksesta yksinäisyyteen on tehty paljon tutkimuksia. Myös yksin asumisen on havaittu eräissä tutkimuksissa altistavan yksinäisyyden tunteelle. Yksinäisyyden kokemuksella vaikuttaa olevan merkitystä siihen, kenen kanssa ihminen asuu. Puolison kanssa asumisen on todettu vähentävän yksinäisyyden tunnetta, kun taas jonkun muun kuin puolison kanssa asuminen, voi jopa lisätä ihmisen yksinäisyyden kokemusta. (Uotila 2011, 25-26.)



Kaavio 1. Hanna Uotila 2011. Ikääntyneen yksinäisyydelle altistavia tekijöitä.

Yksinäisyys voi olla myös ikääntyneen oman päätös ja voimavara. Kun yksinäisyys perustuu yksilön omaan valintaan, ei kyseessä ole kokemuksellinen yksinäisyys. Yksinäinen ikääntynyt voi aivan hyvin elää rikasta ja hyvää elämää, kunhan yksinäisyyteen ei liity laiminlyöntiä. Moni ikääntynyt voi kokea yksinäisyyden tuovan syvyyttä tuttuihin harrastuksiin, esimerkiksi lukemiseen, käsitöihin ja maalaamiseen. (Näslindh-Ylispangar 2012, 20.)

3.3 Sukupolvet ylittävä yhteistoiminta

Sukupolvet edustavat ihmiskunnan ajallista jatkuvuutta, historiallista jatkumoa, perinteitä, tietynlaisia arvoja ja toimintatapoja. Lisäksi sukupolvi voi kuvata erilaisia kausia, muutosta ja murrosta. Dodi Goldman on tutkinut sukupolvien välistä dialogia. Hänen mukaansa kaikkien uusien sukupolvien on valittava itselleen tila ja paikka sukupolvien ketjussa. Tästä johtuen yhteentörmäykset edeltävien ikäpolvien kanssa ovat melkein väistämättömiä. (Saarenheimo, Pietilä, Maununaho, Tiihonen & Pohjolainen 2018, 82.)

Sukupolvien välinen vuorovaikutus tuo sisältöä niin lapsen, kuin ikääntyneenkin elämään. Vuorovaikutus tuo lapselle mahdollisuuden kokea itsensä osana erilaista ja isompaa kokonaisuutta. Ikääntyneet taas saavat piristystä arkeensa joka lisää heidän hyvinvointiaan. Monelle lapselle ikääntynyt voi olla kaukainen eikä välttämättä ole mitään käsitystä siitä, millaisia vanhemmat ihmiset ovat. Sen vuoksi sukupolvet ylittävällä yhteistoiminnalla on suuri merkitys sekä lapsille että ikääntyneille.

Viimeisien vuosien aikana monet järjestöt ja hankkeet ovat kokeilleet ja kehittäneet sukupolvet ylittävää yhteistoimintaa. Tämä on näkyvissä ympäri Suomen. Opinnäytetyömme kanssa vastaavanlaista tutkimusta ei kuitenkaan ole tehty. Samantyyppisiä hankkeita ja projekteja on koko ajan käynnissä eri tahojen toimesta. Ilmiönä sukupolvet ylittävä yhteistoiminta on ajankohtainen.

Esimerkiksi sukupolvet ylittävästä yhteistoiminnasta voidaan nostaa muun muassa Mannerheimin lastensuojeluliiton Kylämummit ja -vaarit. Tämä MLL:n Kylämummi ja -vaari toiminta on vapaaehtoisten ylläpitämää toimintaa, jossa aikuiset ovat osana lapsen elämää ja tapaavat lapsia esimerkiksi päiväkodeissa, kouluissa, kerhoissa ja kirjastossa. Osalla Kylämummoista ja -vaareista on lapsenlapsia ja osalla ei. Aikuiset osallistuvat toimintaan omien voimavarojen ja toimintakykynsä mukaan. Kylämummien ja -vaarien ohella Mannerheimin lastensuojeluliitolla on Lukumummin ja -vaarit jotka ovat myös vapaaehtoisia. Se toimii osana

Mannerheimin lastensuojeluliiton Kylämummi ja –vaari toimintaa. Tässä toiminnassa vapaaehtoiset lukevat kirjoja 2-6 luokkalaisille lapsille. Tätä kautta lapset saavat mukavia lukukokemuksia sekä kosketusta toiseen sukupolveen. Toimintaa toteutetaan paikallisesti yhdistyksien toimesta piirin tuella yhteistyössä koulujen kanssa. (MLL 2017.)

Helsingin yliopistossa on tehty vuonna 2012 pro-gradu Ikäpolvien kanssakäyminen hoivakodissa”. Tutkimuksessa perehdyttiin hoivakodin ja päiväkodin yhteistyöhön. Tässä tapauksessa hoivakoti ja päiväkoti toimivat samassa yhteydessä, kuitenkin niin, että yksiköiden välillä on lukitut ovet. Yksiköissä pyrittiin lisäämään tämän kahden eri ikäryhmän keskistä vuorovaikusta ja yhteistoimintaa. Kohtaamiset lasten ja ikääntyneiden välillä sujuivat hyvin. Vaikka kaikki ikääntyneet eivät pysty kommunikoimaan normaalisti, pystyvät he ilmaisemaan itseään liikkeillä, ilmeillä ja eleillä. Kuitenkin lapsissa pelkoa ja hämmennystä aiheutti ikääntyneiden poikkeava käytös, kuten kovaäänisyys, arvaamattomuus tai apuvälineiden käyttö. (Vuorinen 2012, 70-72.)

Haasteina näille tuokioille oli esimerkiksi ikääntyneiden osallistuminen, sillä osa kaipasi saattajaa ja jonkun oli tuokioissa oltava paikalla. Tämä ei aina onnistu, jos henkilökuntaresursseja on vähän. Myöskään kaikkien ikääntyneiden toiminnallisia voimavaroja ei saatu valjastettua käyttöön, sillä kohtaamiset sisälsivät enemmän katselemista ja seuraamista kuin varsinaisia vuorovaikutustilanteita. Tämä johtui suurelta osin siitä, että lapset olivat esiintyjän ja ikääntyneet katsojan roolissa. (Vuorinen 2012, 71.)

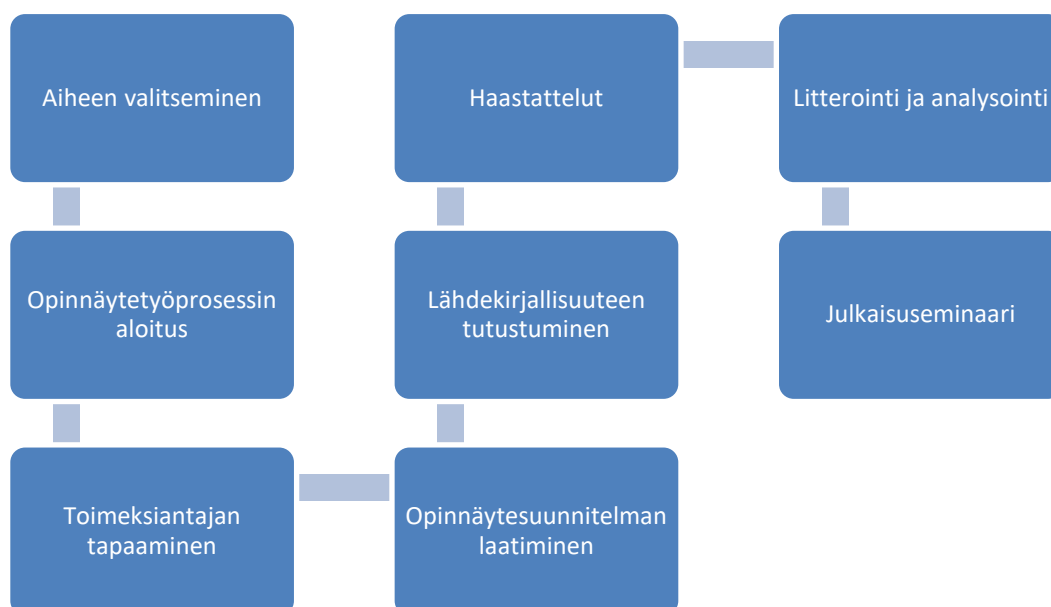
Personal Social Services Research Unit, PSSRU, on tehnyt selonteon tutkimuksista jotka liittyvät ylisukupolviseen yhteistoimintaan ja niiden vaikutuksista lievästi dementoituneisiin ikääntyneisiin. Aineistoa on saatu vuosilta 1986-2014, kriteereinä oli, että tutkimuksien tuli olla julkaistu vertaisarvioituina artikkeleina PubMed:issa. Lopulta kymmenen tutkimusta päätyi aineistoksi. Kaiken kaikkiaan nämä kymmenen tutkimusta ovat osoittaneet positiivisia muutoksia ikääntyneissä, kuten levottomuuden ja

stressin vähentymistä sekä sosiaalisen vuorovaikutuksen paranemista. Suurin osa eri tutkimuksista viittaa ylisukupolvisen yhteistoiminnan parantavan muistisairaana ikääntyneen kognitiivisia valmiuksia. Kuitenkin osa tuloksista antoi ristiriitaisia tuloksia siihen, vaikuttaako ylisukupolvinen yhteistoiminta suuntaan tai toiseen ikääntyneen masennuksen kokemusta. (Park 2015.)

Opinnäytetyössämme sukupolvet ylittävällä yhteistoiminnalla tarkoitetaan ikäihmisille ja lapsille mahdollistettavia yhteistoimintatuokioita. Niitä ovat muun muassa peli-, leikki-, laulu-, askartelu ja tanssihetket. Sukupolvet ylittävässä yhteistoiminnassa aikaisemmin toisilleen tuntemattomat ikäihmiset ja lapset tutustuvat toisiinsa kuukausittain toteutuviissa toimintatuokioissa, joita eri toimijatahot mahdollistavat yhdessä. (Haaja 2018.)

4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

4.1 Toteutuksen aikataulu



Kaavio 2. Opinnäytetyöprosessi

Opinnäytetyöprosessin päästyä käyntiin otimme yhteyttä toimeksiantajamme. Yhteyshenkilönä toimi hankkeen projektipäällikkö Helena Haaja. Sovimme hänen kanssaan tapaamisen, jossa suunnittelimme opinnäytetyön toteutusta ja aikataulua. Päädyimme tekemään työme laadullisena tutkimuksena haastattelemalla hankeyhteistyössä työskenteleviä työntekijöitä. Alkuperäinen aiheemme oli ylisukupolvinen yhteistoiminta, joka muotoutui lopulta sukupolvet ylittäväksi yhteistoiminnaksi.

Opinnäytetyömme suunnitelma valmistui tammikuussa. Tämän jälkeen käynnistimme haastattelut. Aineistoa kävimme läpi koko prosessin ajan. Haastattelut saimme päätökseen maaliskuussa, samoin myös niiden litteroinnin. Aineistoanalyysi valmistui myös maaliskuun aikana. (kaavio 2.)

Julkaisuseminaari on 7.5.2018 Fellmanni campuksella omassa opinnäytetyöryhmässämme. Tarkoituksenamme on esitellä työme myös toimeksiantajalle heidän tiloissaan toukokuun aikana.

Toteutimme opinnäytetyömme laadullisena eli kvalitatiivisena tutkimuksena. Laadullinen tutkimus keskittyy tarkastelemaan merkityksiä ja merkityskokonaisuuksia. Näitä kokonaisuuksia ovat mm. ajatukset, toiminta ja päämäärät (Vilka 2015, 118). Tavoitteena on tutkittavan asian kuvaaminen, ymmärtäminen ja tulkitseminen (Kananen 2014, 18).

Laadullisen tutkimuksen aineiston kerääminen on suoritettu haastatteluina. Haastattelun muotoja on monia, mutta teemahaastattelu on näistä käytetyin. Teemahaastattelussa aiheita käydään yksitellen läpi ja se on keskustelevampaa kuin esimerkiksi strukturoitu lomakehaastattelu. Teemahaastattelun keinoin tutkija yrittää ymmärtää ilmiötä, joka on tutkimuksen kohteena. Kysymykset kohdistetaan tutkimusongelman ilmiöihin sekä ryhmän tai yksilön toimintaan, ja keskustelua viedään eteenpäin käyttämällä tarkentavia apukysymyksiä. (Kananen 2014, 70-72.)

Opinnäytetyöhömmme sopii laadullinen tutkimus teemahaastattelun keinoin, sillä tahdomme tietää/selvittää/saada tietoa haastateltaviemme kokemuksista sukupolvet ylittävästä toiminnasta: mikä on heidän mielestään toiminut ja mikä ei sekä missä olisi vielä kehitettävää.

Haastattelujen teemoiksi valitsimme haastateltavien kokemukset sukupolvet ylittävästä toiminnasta, haastateltavien ammattilaisten ikääntyneideltä saadun palautteen ja kehittämisen kohdat yhteistoiminnasta. Valitsimme kuusi kysymystä, joiden pohjalta pidimme teemahaastattelun, kysyimme tarvittaessa lisäkysymyksiä (liite 1).

Haastattelimme kuutta hankeyhteistyössä toimivaa työntekijää. Haastattelujen kesto oli keskimäärin noin 20-30 minuuttia. Haastattelut etenivät sujuvasti, eikä lisäkysymyksiä tarvittu. Saimme kattavasti tietoa yhteisistä tuokioista ja niiden toteutuksesta sekä työntekijöiden näkökulmaa siitä, miten tuokiot ovat ikääntyneisiin vaikuttaneet. Nauhoitimme haastattelut puhelimen nauhurilla. Toinen esitti haastateltavalle kysymykset ja toinen kirjoitti muistiinpanoja kannettavalle

tietokoneelle nauhoituksen tueksi. Näin saimme mahdollisimman kattavasti aineistoa haastattelusta. Purimme haastattelut kirjoittamalla ne sanasta sanaan auki, jonka jälkeen haastatteluja oli helpompi tarkastella kokonaisuuksina. Näin saimme myös helpommin analysoitua vastaukset ja poimittua tiedot esittämiimme kysymyksiin.

4.2 Tutkimuskysymykset

Tutkimuksen kannalta merkittävässä osassa oli kysymysten laatiminen. Pohdimme kuinka laajoja kysymyksistä haluamme ja mitkä ovat ne asiat, joihin haluamme paneutua tutkimuksessamme.

1. Millaisena olet kokenut sukupolvet ylittävän yhteistoiminnan?
2. Miten kehittäisit sukupolvet ylittävää yhteistoimintaa?

Valitsimme nämä kaksi kysymystä, sillä haluamme selvittää miten ikääntyneet ovat sanoittaneet tuokiota ammattilaisten mielestä ja mitä ikääntyneet ovat siitä mahdollisesti saaneet. Kehittämisen otimme tutkimuskysymykseksemme sen vuoksi, koska koemme ettei sukupolvet ylittävä toiminta ole vielä mielestämme sitä, mitä se parhaimmillaan voisi olla. Sen lisäksi tahdoimme kuulla mukana olleiden ammattilaisten mielipiteitä siitä, mihin kiinnittää huomioita ja mitä voisi parantaa tulevaisuudessa.

4.3 Aineistoanalyysi

Kvalitatiivisen aineiston analyysi on usein tutkimuksen haasteellisin osa ja sitä on kritisoitu liian näkymättömästä prosessista ja epäselvyyksistä, etenkin tulkintojen muodostamisessa. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 163-164.)

Kvalitatiivista aineistoa voidaan analysoida esimerkiksi sisällönanalyysin keinoin, joka on kvalitatiivisen tutkimuksen perusmenetelmä.

Sisällönanalyysillä pyritään selkeyttämään, yhtenäistämään ja tiivistämään hajanaista aineistoa. Helpottaa tulkinnan ja johtopäätösten tekoa

aineistosta. Sisällönanalyysi aineistosta voidaan suorittaa aineistolähtöisesti eli induktiivisesti, teorialähtöisesti eli deduktiivisesti tai teoriaohjaavasti eli abduktiivisesti. (Tampereen teknillinen yliopisto, 2018.) Olemme suorittaneet aineistoanalysoinnin induktiivisesti.

Induktiivinen eli aineistolähtöinen sisällönanalyysi voidaan jakaa kolmivaiheiseksi prosessiksi. Ensimmäinen vaihe on redusointi eli aineiston pelkistäminen. Tässä vaiheessa aineisto pelkistetään niin, että siitä poistetaan kaikki tutkimukselle epäolennainen materiaali. Pelkistämistä ohjaa tutkimuskysymys ja tehtävä, jonka perusteella turha aineisto karsitaan. Seuraavana vaiheena on klusterointi, joka tarkoittaa aineiston ryhmittelyä. Ryhmittelyn apuna on koodaus. Koodattu aineisto käydään läpi ja siitä pyritään löytämään samankaltaisuuksia ja samaa tarkoittavia käsitteitä tai eroavaisuuksia. Nämä ryhmitellään omiksi luokikseen. (Seppälä 2013, Tuomi & Sarajärvi 2013, 109-113.)

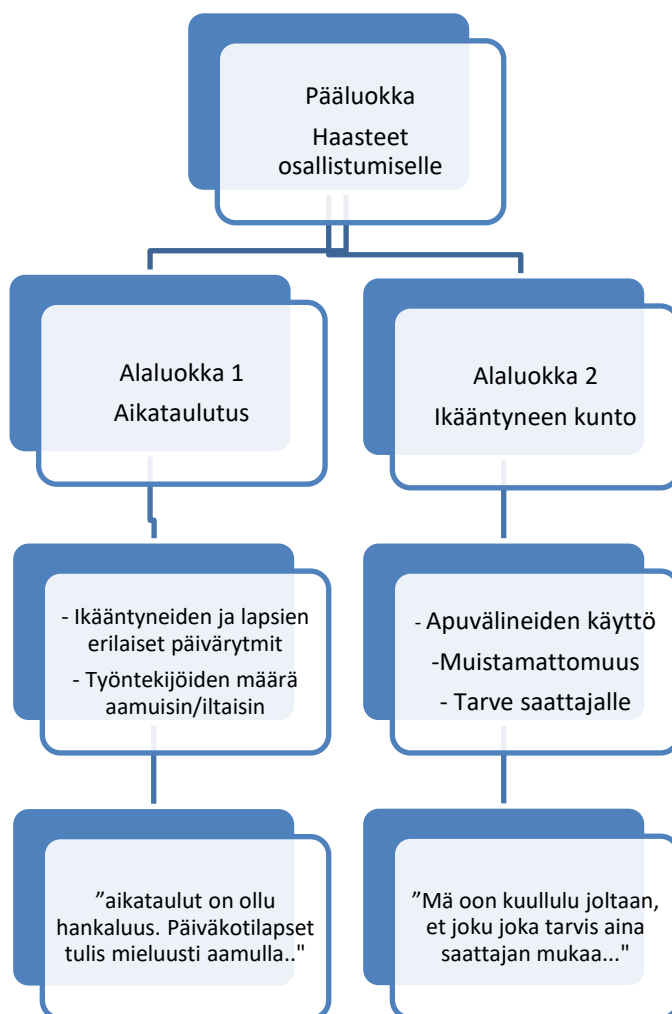
Viimeisenä on abstrahointi eli teoreettisten käsitteiden luominen ja avaaminen. Tässä vaiheessa aineistosta erotetaan tutkimukselle olennainen tieto, jonka jälkeen tiedoilla muodostetaan teoreettisia käsitteitä. Käsitteellistämistä jatketaan niin kauan kuin se on aineiston pohjalta mahdollista. Abstrahoinnissa tutkija pyrkii luomaan yleiskäsitteiden avulla kuvauksen tutkimuskohteestaan. Teoriaa ja johtopäätöksiä tulee verrata jatkuvasti alkuperäiseen aineistoon. (Seppälä 2013, Tuomi & Sarajärvi 2013, 109-113.)

Aloitimme tutkimuksen analysoinnin kehittämällä teemat teemahaastattelun kysymyksistä. Teemoiksi valikoituivat sukupolvet ylittävä yhteistoiminta, ikääntyneen yksinäisyyden ehkäisy ja millaista palautetta ammattilaiset ovat ikääntyneiltä saaneet. Aineiston analysoinnin aloitimme litteroimalla haastattelut. Näistä litteroinneista muodostui tutkimusaineistomme tärkein osa. Litteroidut haastattelutiedostot täydensivät teemojen teoriaa ja haastatteluista saimme vastaukset tutkimuskysymyksiimme. Pyrimme suorittamaan litteroinnit mahdollisimman pian haastattelujen jälkeen, sillä näin ne olivat

tuoreempina mielessä ja olivat siten helpompi kirjoittaa puhtaaksi. Molemmat litteroivat kolme haastattelua ja koodasivat tekstin pääkohdat ja selkeät vastaukset kysymyksiin eri värisillä fonteilla.

Tulimme yhteisesti siihen tulokseen, että haastatteluaineisto on kaikista oleellisin aineisto tutkimuksemme kannalta, vaikka ilman teoriapohjaa emme olisi pystyneet tutkimusta tekemään. Litteroidessa olimme koodanneet pääpiirteittäin eri väreillä vastaukset kysymyksiimme. Nämä koodatut vastaukset muunsimme pelkistetyimmiksi niin, että vastauksen olennaisin asia oli helposti ymmärrettävissä.

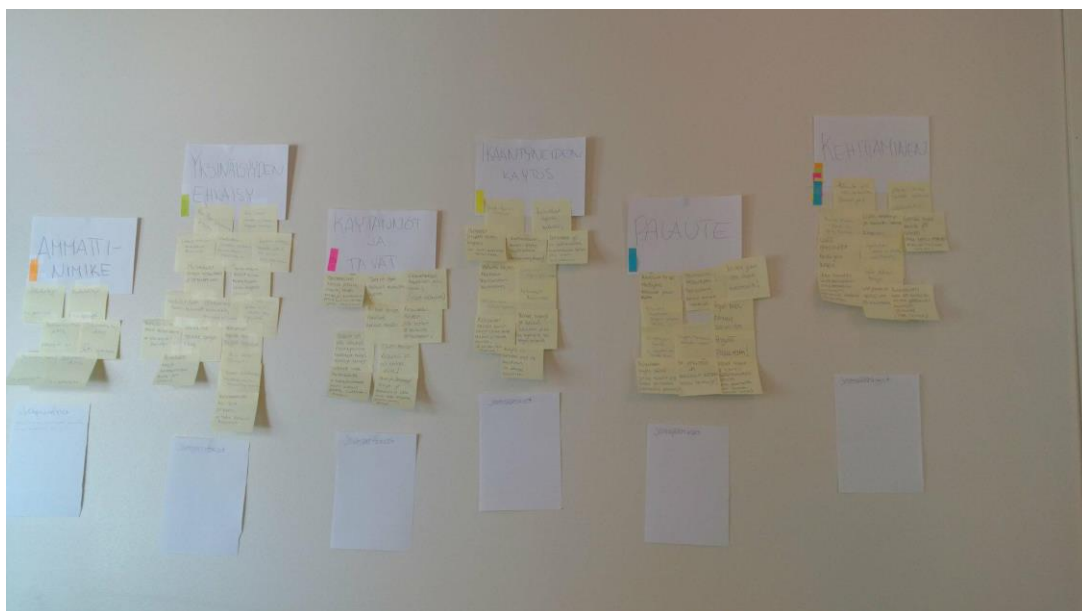
Tämän jälkeen siirsimme nämä pelkistetyt vastaukset teemoihin. Aloitimme pohtimalla vastauksia pääteemojen kysymyksille. Pääteemoja ovat esimerkiksi ”sukupolvet ylittävän toiminnan kehittäminen”,



Kaavio 3. Esimerkki analyysin etenemisestä

”yksinäisyyden ehkäisy” ja ”ikäntyneiltä tullut palaute”. Näiden teemojen alle olemme keränneet pelkistetyt vastaukset, jotka selkeästi kuuluivat saman teeman alle tai oleellisesti sivusivat sitä. (Kaavio 3.)

Osa vastauksista on sijoittunut usean teeman alle. Alkuun pohdimme, miten saisimme teemoittelun tehtyä niin, että se olisi helposti saatavilla ja yhdellä silmäyksellä selkeä. Päädyimme kokoamaan yhdelle seinälle post-it lappuja, joita oli tarvittaessa helppo siirtää ja poistaa (kuva 1). Näiden post-it lappujen alle olimme keränneet johtopäätöksiä, joissa esimerkiksi jokin tietty palaute toistui monesti.



Kuva 1. Haastattelujen teemoittelua

Vastausten teemoittelun ja koodaamisen jälkeen olemme keränneet yhteen samankaltaiset ilmaukset ja siirtäneet jo pelkistetyt ilmaukset alaluokkiin, kuten ”vuorovaikutus” tai ”läsnäolo”. Kun löysimme kaikille ilmauksille oman alaluokkansa, yhdistimme alaluokkia pääluokiksi. Niihin tulivat alaluokat, jotka liittyivät toisiinsa ja kuuluivat samaan teemaan, kuten esimerkiksi ”sukupolvet ylittävän toiminnan kehittäminen”. Tähän pääluokkaan yhdistävään luokkaan kuuluvat mm. alaluokat ”resurssit ja aikataulut.” Saatuamme vastaukset omiksi luokikseen ja teemoikseen, aloitimme johtopäätösten syvällisemmän tutkimisen ja tulosten pohtimisen.

5 TULOKSET

Käytimme tutkimuksessamme kahta tutkimuskysymystä: "Millaisena olet kokenut sukupolvet ylittävän yhteistoiminnan?" ja "Miten kehittäisit sukupolvet ylittävää yhteistoimintaa?" Nämä kaksi kysymystä valikoituivat, koska halusimme selvittää, miten ammattilaiset ovat kokeneet sukupolvet ylittävän yhteistoiminnan ja mitä heidän mielestään siinä kannattaa huomioida ja kehittää. Haluamme siirtää tutkimuksemme tietoa eteenpäin sosiaali- ja terveysalan hankkeille sekä opiskeleville tulevaisuuden ammattilaisille, jotka saattavat etsiä tietoa asiasta. Tutkimustulokset on otsikoitu pääluokkien mukaisesti, jotta tulokset olisivat selkeästi luettavissa ja pääasiat olisivat selkästi nähtävissä.

5.1 Vuorovaikutus

Haastateltavat ottivat usein esille lasten välittömyyden ja kyvyn ottaa kontaktia ikääntyneisiin. Monessa tapauksessa ammattilaisen on hankala saada kontaktia muistisairaaseen, mutta lapset onnistuvat tässä yleensä erinomaisesti. Muutama haastateltava mainitsi muistisairaiden ikääntyneiden lähtevän mukaan esimerkiksi laulutuoquioissa, kun lapset palauttivat mieleen vanhat lastenlaulut. Toinen haastatteluista esiin noussut tapaus oli, kun eräs muistisairas ikääntynyt muisti pääsiäisen aikoihin, kuinka he olivat edellisvuonna tehneet lapsien kanssa virpomisvitsoja. Muistisairaille ihmisille uusien asioiden muistaminen on usein hyvin vaikeaa tai mahdotonta, mikä korostaakin näiden tuokioiden tärkeyttä ikääntyneille.

Lähes kaikki ammattilaiset olivat yksimielisiä siitä, että sukupolvet ylittävällä yhteistoiminnalla oli piristävä vaikutus ikääntyneisiin ja se vaikutti ainakin osaan ikääntyneistä positiivisena käytöksen muutoksena. Haastateltavien ammattilaisten vastausten perusteella suuri osa ikääntyneistä oli iloisempia ja pirteämpiä lasten tapaamisten jälkeen ja tämä pirteys jatkui pitkään. Lasten perään myös kyseltiin ja monet ikääntyneet kokivat sydämen asiakseen osallistua säännöllisesti

yhteistuokioihin. Tuokiot ovat olleet hyvin suosittuja ikääntyneiden keskuudessa. Usein osallistujat ovat olleet samoja viikosta toiseen.

5.2 Palaute

Aineistosta nousi selkeästi esiin yhtäläisyyksiä vastaajien kesken. Muutamat asiat toistuivat jokaisen vastaajan kohdalla ja nousivat esiin positiivisina. Suurin osa palautteesta, jonka ammattilaiset olivat ikääntyneiltä saaneet, oli positiivista. Moni ikääntynyt muisteli lasten tapaamista vielä pitkään tapaamisen jälkeen ja tämä muistelu toi ikääntyneille jälkeinpäinkin havaittavissa olevan hyvän mielen.

Osan palautteesta haastateltavat kertoivat välittyvän niin sanotusti sanattomana palautteena, sillä kaikki ikääntyneet eivät pystyneet kommunikoimaan verbaalisesti. Palaute näkyi ikääntyneiden käytöksessä: he keskustelivat keskenään tuokioista lasten kanssa, hymyilivät enemmän ja olivat silminnähden pirteämpiä. Haastateltavat nostivat esiin myös sen, kuinka osa ikääntyneistä odotti lasten vierailuja ja merkitsi jopa kalenteriin ylös seuraavan tapaamisen.

Useat haastateltavat toivat esille jo pelkästään lasten näkemisen tärkeyden ikääntyneille. Monella ei ole omia lapsia tai lapsenlapsia, jotka kyläilisivät ikääntyneiden luona. Lapsien näkeminen on tavallaan täyttämässä tätä aukkoa ikääntyneiden elämässä. Lisäksi lasten tapaaminen toi mieleen muistoja omasta lapsuudesta ja omien lasten hoitamisesta. Moni muisteli ääneen omaa lapsuuttaan ja omia lapsen lapsiaan.

”... ja heistä [ikääntyneistä] näkee, että nauttivat kovasti seurata lasten touhuja.”

”Et ihan selvästi nauretaan, tässä on paljon naurua ja lasten kanssa tulee iloisia hetkiä.”

5.3 Kehittäminen

Haastatteluaineistosta nousee selvästi esiin kaikkien haastateltavien toive siitä, että tämän kaltaista toimintaa olisi enemmän ja toiminnan koordinaatiovastuu olisi yhteyshenkilöillä tai vaihtoehtoisesti hankkeella. Moni haastateltava toivoi tuokioiden sisällön olevan monipuolisempaa sekä sitä, että tuokiot palvelisivat mahdollisimman hyvin niin ikääntyneitä kuin lapsiakin. Monipuolisuuteen vastaajat kokivat pystyvänsä vaikuttamaan esimerkiksi keskustelemalla päiväkodin tai koulun kanssa, josta lapset tulivat. Kuitenkin moni toivoi, että keskusteluissa olisi myös yhteyshenkilö.

Aikataulut ammattilaiset kokivat ajoittain ongelmallisiksi, sillä he kertoivat kuinka moni heidän yksikkönsä ikääntynyt tahtoisi nukkua pidempään ja osallistua erilaisiin toimintoihin vasta myöhemmin päivällä tai iltapäivällä. Päiväkodeille ja kouluille taas aamu sekä aamupäivä olivat helpommin toteutettavissa päivän rytmin vuoksi. Kulkeminen aiheutti myös osalle ongelmia, sillä osallistujia olisi ollut, mutta he olisivat tarvinneet apua kulkemiseen ja henkilöresurssit olivat aamuisin tiukoilla. Ikääntyneet olivat myös itse tuoneet ammattilaisille tätä esiin: he olivat kertoneet toisesta ikääntyneestä, joka olisi tahtonut tulla, muttei syystä tai toisesta päässyt kulkemaan yksin.

”Mä oon ainaki kuullu joltaan, et joku joka tarvis aina saattajan mukaa et on jo kotihoidon asiakas ja [on] muistamisen kans haasteita ja on pyörätuolikin ehkä ja näin ei pääse osallistuu”

Muutamalla haastateltavalla oli huoli lapsista ja siitä, miten he kokivat tilanteet. Huoli keskittyi lähinnä siihen, saivatko lapset mitään tuokioista ja jäikö heille mahdollisesti pelkotiloja ikääntyneitä nähtyään. Haastateltavat perustelivat huoltaan sillä, ettei moni lapsi ole nähnyt sairasta ikääntynyttä ja voi kokea poikkeavan käyttäytymisen pelottavana. Monet muistisairaat myös tekevät asioita, joita aikuinen ihminen ei normaalisti tee. se voi olla lapselle outoa ja jopa pelottavaa.

Muistisairaat ikääntyneet eivät välttämättä pystyneet kommunikoimaan sanallisesti, vaan äännähdyksin tai he tekivät lapsien mielestä jotain kummallista, kuten söivät paperia.

”Monella lapsella ei oo käsitystä siitä, millanen on ikääntynyt ja jos siihen lisätään vielä muistisairas tai sairas nii se voi olla lapsesta tosi pelottavaa.”

6 TUTKIMUKSEN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Tutkimusaiheen valinta on jo itsessään eettinen ratkaisu. Aiheen merkitystä on pohdittava tarkkaan: miten tutkimus mahdollisesti vaikuttaa tutkittaviin ja mikä on peruste tutkimukselle. Tutkimus voidaan oikeuttaa ja perustella sen hyödyllisyydellä, niin nykyhetkessä kuin tulevaisuudessakin. Tutkimuksen eettisyyden kannalta on erityisen tärkeää, että tutkittavat ovat vapaaehtoisia sekä heidän anonymiteettinsä säilyy. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013, 218-221.)

Laadullista tutkimusta tehdessä voi helposti tulla sokeaksi omalle työlleen, etenkin jos sitä tekee yksin. Sokeutuminen tarkoittaa sitä, että prosessin edetessä tutkija on yhä enemmän sitä mieltä, että hänen johtopäätöksensä ovat oikein ja että hänen rakentamansa malli kuvaa todellisuutta, vaikka näin ei olisikaan. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013,197.)

Luotettavuutta voidaan lisätä kuvaamalla aineiston ja tulosten suhdetta tarkasti, mieluiten käyttäen apuna taulukoita. Myös suorat tutkimusaineiston lainaukset lisäävät luotettavuutta ja antavat lukijalle mahdollisuuden pohtia aineiston keräämisen vaiheita. Eettisyys on aina varmistettava lainauksia käytettäessä. Vastaja ei saa koskaan paljastua lainauksen perusteella. Siksi suorat lainaukset oli hyvä kääntää yleiskielelle ja näin ne ovat myös helpommin luettavissa. (Kankkunen & Vehviläinen-Julkunen 2013,198.)

Koemme että tutkimuksemme luotettavuutta on lisännyt se, että olemme suorittaneet haastattelut sekä litteroinnin ja analysoinnin parina. Näin pystyimme käymään vuoropuhelua ja kyseenalaistamaan tutkimustamme ja saamiamme tuloksia sen eri vaiheissa, emmekä sokeutuneet omille ajatuksillemme niin herkästi. Luotettavuutta kuitenkin laskee molempien tekijöiden kokemattomuus teemahaastattelun tekijöinä. Tapa, jolla olemme kysyneet lisää, on voinut vaikuttaa saamiimme tuloksiin.

Tutkittavamme ovat olleet vapaaehtoisia ja he ovat osallistuneet tutkimukseen hankeyhteistyön kautta. Olemme säilyttäneet heidän anonymiteettinsä viimeiseen asti, niin tuloksia purkaessa kuin analysoidessakin. Kaiken materiaalin, jonka prosessin aikana keräsimme, olemme säilyttäneet luottamuksellisesti niin, etteivät muut pääse siihen käsiksi.

Suoriin lainauksiin emme ole sisällyttäneet koodia, joka kertoisi kuka on mitään vastannut. Koimme, ettei se ole sisällön kannalta tarpeellinen ja näin ollen haastateltavat ja heidän vastauksensa eivät ole tunnistettavissa mitenkään. Suoria lainauksia olemme kuitenkin pyrkineet ottamaan tasaisesti kaikilta vastaajilta.

Pohdimme, kuinka paljon tapamme pitää haastatteluja on vaikuttanut kysymyksiin, sillä haastattelijoina olimme molemmat kokemattomia. Herää myös kysymys, kuinka paljon hankeyhteistyössä työskentelevät tahtoivat tuoda hankkeen ja yhteistyön varjopuolia esiin. Mietimme myös, olisiko pitänyt painottaa enemmän, ettei haastatteluaineisto päädy muille kuin meidän silmillemme ja että, toimeksiantajalle ei ole oikeutta pyytää aineistoa nähtäväksi.

7 POHDINTA

Tuloksista käy ilmi, että haastatteluissa nousi selkeästi esiin tietyt samankaltaisuudet kunkin haastateltavan kohdalla. Haastateltavat olivat tyytyväisiä ja tyytymättömiä hyvin samankaltaisiin asioihin ja he vastasivat hyvin rehellisesti esitettyihin kysymyksiin. Se helpotti analysointivaihetta ja tulosten käsittelyä huomattavasti.

Haastateltavat ammattilaiset kokivat sukupolvet ylittävän toiminnan myönteisenä ja suurinta osaa ikäihmisiä palvelevana toimintana. Ammattilaiset toivat esiin ikääntyneiden iloisuuden ja silminnähden havaittavan piristymisen, vaikka he eivät voineetkaan ikääntyneiden puolesta vastata siihen, onko yksinäisyyden kokemus heidän mielestään vähentynyt lasten vierailujen myötä. Kokemuksen subjektiivisuuden vuoksi haastateltavat eivät myöskään voineet antaa suoraa vastausta siihen, onko yksinäisyys vähentynyt. Haastateltavat eivät missään vaiheessa olleet tutkineet tai tarkastelleet yksinäisyyden vähenemistä ikääntyneiden keskuudessa.

Ammattilaiset kohtaavat yhä useammin täysin yksinäisiä ikääntyneitä. Yksinäisyys on erityisen raskasta etenkin niille ikääntyneille, joilla olisi läheisiä mutta he ovat hylänneet ja unohtaneet ikääntyneen. (Näslindh-Ylispangar 2012, 23.) Haastattelemamme ammattilaiset toivat esiin myös sen, miten tärkeää pelkästään lapsien näkeminen heille oli ja kuinka paljon ikääntyneet nauttivat olla vuorovaikutuksessa lapsien kanssa. Osa vastaajista sanoitti tärkeyttä etenkin silloin, kun ikääntyneellä oli läheisiä, mutta he asuivat kaukana tai muuten vain kävivät harvoin.

Huolenaiheena tuloksista nousi esiin muun muassa lasten suhtautuminen ikääntyneisiin. Herättääkö esimerkiksi ikääntyneiden käytös lapsissa pelkoa ja miten tätä voitaisiin ehkäistä. Helsingin yliopiston tekemässä tutkimuksessa lapsissa oli havaittu samankaltaista pelkoa ikääntyneiden poikkeavan käytöksen ja apuvälineiden suhteen (Vuorinen 2012, 70-72). Ehdotuksena tähän nousi esiin erilaisten vierailujen toteuttaminen sekä kouluille että päiväkotiin ennen lasten vierailuja ikääntyneiden luona.

Vierailulla ikääntyneiden parissa työskentelevät ammattilaiset kertoisivat lapsille ikääntyneistä heidän mielestään lapsille tärkeää tietoa. Näin lapsille ei tulisi yllätyksenä ikääntyneiden poikkeava käytös.

Mielestämme tällaisen informatiivisen tunnin pitäminen lapsille olisi todella tärkeää. Nykyään kaikilla lapsilla ei ole ikääntyneitä lähipiirissään. Sen vuoksi olisi hyvä, jos heitä valmisteltaisiin ikääntyneiden näkemiseen. Näin kaikki saisivat yhteisistä tuokioista eniten irti. Olisi tärkeää kiinnittää huomiota lasten pelkotiloihin ja siihen, miten niitä voitaisiin ehkäistä. Tämän kaltaiset informatiiviset tunnit voisivat olla hyviä lasten pelkojen ehkäisemisessä. Lapsen kehitystason huomioon ottaen, olisi tärkeää kertoa lapsille, millaisia ikääntyneet ovat ja millaisia asioita lapset tulevat näkemään. Kuitenkin niin, että lapsia ei pelotella tai kerrota mitään epäolennaista lasten kannalta.

Lapsi ei välttämättä osaa ilmaista pelkoaan sanoin. Monella lapsella pelon lievittäminen näkyy esimerkiksi leikeissä. On tärkeää, että lapsi kokee olonsa turvalliseksi ja hänellä on turvallisia aikuisia ympärillään. Lapsi saa pelätä ja lapselle pitää antaa tilaa käsitellä asiaa. Usein pelko voi hävitä, mutta palata uudelleen. Lapsi käsittelee pelkoa, niin kuin muitakin tunteitaan myös omassa mielikuvituksessaan ja leikeissään myös ilman aikuisen ohjausta. Uudet asiat voivat tuntua pelottavilta aikuisistakin. Usein pelkäävä lapsi kaipaa aikuisen turvaa, kosketusta ja vastavuoroisuutta, jotta lapsi voi käsitellä pelon tunnetta. (MLL 2017.)

Tutkimusta tehdessämme haasteeksi nousi luotettavien lähteiden vähyys ylisukupolvisesta toiminnasta. Toisaalta lähteiden vähyys kannusti meitä tekemään opinnäytetyön juuri tästä aiheesta, sillä koimme, että kaikki ylisukupolvisesta toiminnasta kirjoitettu tutkimus voi viedä sen kehittämistä eteenpäin. Myöskään suoraa käännoästä ylisukupolviselle yhteistoiminnalle emme löytäneet, vasta opinnäytetyön loppu vaiheilla löysimme vastaavan termin, *cross-generational activity*. Ylisukupolvinen yhteistoiminta vaikuttaa olevan vielä uusi asia sosiaali- ja terveys sektorilla, mutta niiden tutkimuksien ja artikkelien valossa mitä teoriapohjaksemme löysimme,

pidämme sitä varten otettavana kehittämisen kohteena. Haastatteluja tehdessämme pohdimme, olisiko meidän pitänyt tehdä yksi tai kaksi harjoitushaastattelua. Näin olisimme saaneet tärkeää kokemusta ja olisi ollut helppo huomata kysymykset, jotka eivät toimi ja ne, mitkä vievät keskustelua hyvin eteenpäin.

Yhteenvetona tutkimuksesta voimme todeta ylisukupolvisen yhteistoiminnan havaittavan tärkeyden tulevaisuuden sosiaali- ja terveysalalla. Yhteistoimintaa tehdessä on tärkeä muistaa lapsien kehitystaso ja selittää heille ikääntyneen erityispiirteitä. Näin kaikki saisivat eniten irti yhteisistä tuokioista. Tällainen yhteistoiminta, myös haastattelemiemme ammattilaisten vastauksien perusteella, vaatii organisoivan tahon. Joko yksittäisen henkilön tai kokonaisen hankkeen.

Kehittämistyötä tulisi jatkaa myös siihen suuntaan, että yhteisiä päiväkotij- ja asumispalveluyksiköitä olisi enemmän. Näin ollen ikääntyneiden ja lasten kulkeminen ja osallistuminen olisi helpompaa. Silloin myös päivärytmit olisi helpompi sovittaa jouhevasti yhteen tuokioihin osallistuvien ikääntyneiden ja lasten kanssa. Tämän kaltainen toiminta toisi lapset lähemmäksi ikääntymistä ja ikääntyneiden elämää. Näin lapset kokisivat ikääntymisen normaalimpana asiana ja ikääntyneet pääsisivät osaksi tulevan sukupolven elämää, johon heillä ei välttämättä ole kosketuspintaa. Nykyään isovanhemmat eivät ole enää niin tiiviisti osana ydinperheen elämää kuin ennen. Monen lapsen vanhemmat eivät asu synnynpaikkakunnallaan ja sen vuoksi isovanhemmat ovat kaukana ja samalla kaukaisia lapsille. Moni lapsi ei välttämättä näe lainkaan isovanhempiaan, jos he asuvat kaukana tai ovat jo kuolleet.

Tällaisia yhteisiä yksiköitä löytyy muutamia ympäri Suomea, myös Lahdessa toimii Teemu-talo sekä Hoivakoti Vallesmanni, jossa päiväkoti on yhdistetysti samassa rakennuksessa. Yksiköitä on kuitenkin vielä valitettavan vähän.

LÄHTEET

Heiskanen, T. & Saaristo, L. 2011. Kaiken keskellä yksin: yksinäisyyden syyt, seuraukset ja hallintakeinot. Jyväskylä, PS-kustannus.

Kananen, J. 2015. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä – miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Kankkunen, P. & Vehviläinen-Julkunen, K. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. Helsinki, Sanoma Pro Oy.

Korhonen M. 2006. Sukupolven merkitys vuorovaikutussuhteessa. Tampere, Vastapaino.

Kumppanuusverkosto 2018. Yhteispelillä kohti arjen hyvinvointia -hanke. [viitattu 09.02.2018]. Saatavissa:

<http://www.kumppanuusverkosto.fi/yhteispelilla.html>

Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017. Kylämummit ja –vaarit. [viitattu 01.04.2018]. Saatavissa: <https://www.mll.fi/vanhemmille/toiminta-lapsiperheille/kylamummit-ja-vaarit/>

Mannerheimin lastensuojeluliitto 2017. Lapsi pelkää. [viitattu 24.04.2018]. Saatavissa: <https://www.mll.fi/vanhemmille/tukea-perheen-huoliin-ja-kriiseihin/lapsi-pelkaa/>

Nevalainen, V. 2009. Yksinäisyys. Porvoo, Edita Publishing Oy

Näslindh-Ylispangar, A. 2012. Vanhuksen terveyden, hyvinvoinnin ja hyvän elämän edistäminen. Helsinki, Edita Publishing Oy

Park, A-La. 2015. Do Cross-Generational Interactions Make Any Difference to the Mental Health of Older Adults with Dementia? [Viitattu 19.04.2018.] Saatavissa: <https://www.omicsonline.org/open-access/do-crossgenerational-interactions-make-any-difference-to-the-mental-health-of-older-adults-with-dementia-1522-4821-17-143.php?aid=33772>

Saarenheimo M., Pietilä M., Maununaho S., Tiihonen A. & Pohjolainen P. Ikäpolvien taju 2018. [viitattu 09.02.2018]. Saatavissa:

http://www.vtkl.fi/document/1/1396/7b37447/lkapolvien_taju.pdf

Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. [viitattu 04.04.2018]. Saatavissa:

<http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf>

Suomen mielenterveysseura 2018. Yksin asuminen ja yksinäisyys yleisiä ikääntyessä. [viitattu 09.02.2018]. Saatavissa:

<https://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/ihmissuhteet/yksin-asuminen-ja-yksin%C3%A4isyys-yleisi%C3%A4-ik%C3%A4%C3%A4ntyess%C3%A4>

Tampereen teknillinen yliopisto 2018. Tiedon analysointi. [viitattu 04.04.2018.] Saatavissa:

<http://www.tut.fi/verne/tutkimusmenetelmat/tiedon-analysointi/>

Tilastokeskus. 2015. Nuorten osuus väestöstä uhkaa yhä pienentyä. [viitattu 09.02.2018]. Saatavissa:

https://www.stat.fi/til/vaenn/2015/vaenn_2015_2015-10-30_tie_001_fi.html

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2013. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Vantaa, Hansaprint Oy

Uotila H. Vanhuus ja yksinäisyys 2011. [viitattu 09.02. 2018] Saatavissa:

<http://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/66801/978-951-44-8553-4.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Vilkka, H. 2015. Tutki ja kehitä. PS-kustannus

Vuorinen J. 2012. Ikäpolvien kanssakäyminen hoivakodissa. Etnografinen tutkimus muistisairaiden ikääntyneiden toimijuudesta. Pro gradu – tutkielma. Valtiotieteen tiedekunta. Helsingin yliopisto. [viitattu 21.3.2018] Saatavissa:

<https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/34127/graduvalmis.pdf?sequence=2>

LIITTEET

(LIITE 1)

Kysymykset

1. Mikä on ammattinimikkeesi ja kuinka kauan olet tehnyt töitä yhteistyössä hankeen kanssa?
2. Miten ylisukupolvinen yhteistoiminta mielestäsi auttaa ikääntyneiden yksinäisyyden ehkäisyssä?
3. Mitkä käytännöt/tavat olet kokenut itse hedelmälliseksi ja toimivaksi yksinäisyyden ehkäisyssä?
4. Onko ikääntyneiden käytös muuttunut lasten vierailujen jälkeen?
5. Millaista palautetta olet saanut ikääntyneiltä itseltään?
6. Miten kehittäisit ylisukupolvista yhteistoimintaa?