

Opinnäytetyö (AMK)

Sosionomikoulutus

2018

Juulia Vornanen

# IKÄTEKNOLOGIA VANHUSTYÖSSÄ

– Ikäteknologia ikääntyneen sosiaalisen  
toimintakyvyn tukemisessa



OPINNÄYTETYÖ (AMK) | TIIVISTELMÄ

TURUN AMMATTIKORKEAKOULU

SOSIONOMIKOULUTUS

2018 | 40 sivua, 5 liitesivua

Juulia Vornanen

## IKÄTEKNOLOGIA VANHUSPALVELUISSA

- Ikäteknologia ikääntyneen sosiaalisen toimintakyvyn tukemisessa

Kirjallisuuskatsauksen aihe on ikääntyneen sosiaalisen toimintakyvyn tukeminen ikäteknologian avulla vanhustyössä. Kiinnitän huomiota erityisesti kotona asuvan asiakkaan sosiaalisen toimintakyvyn ylläpitämiseen ja edistämiseen sekä yksinäisyyden kokemusten lievittämiseen. Aiheeseen liittyvän kirjallisuuden ja tutkimuksen tarkastelu antaa tietoa ikäteknologian vaikutuksista sekä auttaa erilaisia toimijoita käyttöönotettavien teknologisten laitteiden ja sovellusten valinnassa. Opinnäytetyö on toteutettu kuvailevana kirjallisuuskatsauksena Turun kaupungin Hyvinvointitoimialan vanhus- ja vammaispalveluiden avopalveluihin.

Ikääntyneiden määrä Suomessa tulee lisääntymään, mikä lisää tarvetta asiakkaan toimintakykyä tukeville vanhuspalveluille. Kiihtyvä digitalisaatio ja vanhuspalveluiden painopisteen siirtyminen laitospalveluista avopalveluihin luovat erilaisia mahdollisuuksia. Jotta asiakkaat voivat asua kotonaan mahdollisimman pitkään, tulisi heidän kotona selviytymisen edellytyksiään ja hyvinvointia tukea kokonaisvaltaisesti.

Vaikka erilaisia ikäteknologisia ratkaisuja on saatavilla, niitä hyödynnetään vaihtelevasti eri puolella Suomea. Ikäteknologian käyttöä tulisi tutkia enemmän, jotta saataisiin lisätietoa sen hyödyistä ja kehittämiskohteista. Luotettavaa tutkimustietoa voitaisiin hyödyntää asiakkaiden hyvinvoinnin tukemisessa ja asiakastyön kehittämisessä erilaisissa vanhuspalveluissa, kuten asiakkaan kotiin tuotettavissa palveluissa.

Monet tutkimukset viittaavat siihen, että ikäteknologialla voi olla positiivisia vaikutuksia ikääntyneiden sosiaalisen toimintakykyyn ja yksinäisyyteen. Sen avulla voitaisiin tukea sosiaalista vuorovaikutusta, vireystilaa ja luoda osallistumisen mahdollisuuksia. Yhteydenpidon tukena käytettävä ikäteknologia voi vaikuttaa positiivisesti ikääntyneiden sosiaalisiin suhteisiin ja turvallisuuden tunteeseen. Ikäteknologian käyttöön liittyviä haasteita ovat muutosvastarinta ja tietoteknisten taitojen puute. Sen soveltuvuutta asiakkaille tulee arvioida todellisen hyödyn saavuttamiseksi ja sen käyttöön tulisi tarjota ohjausta ja neuvontaa. Teknologian käyttö sisältää eettistä pohdintaa, kuten yksityisyyteen liittyvien kysymysten käsittelyä.

.

### ASIASANAT:

Ikäteknologia, sosiaalinen toimintakyky, hyvinvointi, yksinäisyys, ikääntynyt ja kotihoito.

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

The Bachelor of Social Services

2018 | 40 pages, 5 pages in appendices

Juulia Vornanen

## WELFARE TECHNOLOGY IN ELDERLY CARE

- The supporting of elderly's social functions with welfare technology

The topic of this review is the use of welfare technology to support the social functionality in elderly care. I analyzed especially the ways to maintain and promote social functionality and to ease the loneliness of the clients who are living at home. The review gives information concerning the effects of welfare technology and helps different kind of agents to choose the right technological equipment and services. The thesis is a descriptive literature review comprised for the City of Turku's Welfare Division's Elderly Care and Rehabilitation Services.

In a wake of aged population growth, a need for services supporting client's functionality increases. Emerging digitalization and emphasizing the lighter services instead of the institutional elderly care creates new opportunities. By supporting the elderly's functionality, we are enabling their opportunities to live at home as long as possible.

Even though a different kind of welfare technology is available, in Finland there is an inequality in allocation of the used welfare technology among municipalities. There is a need to investigate further the opportunities and challenges that technology offers when supporting the elderly's social functionality. Trustful surveys connected to the topic could improve elderly's wellbeing and the developing of the client work in different kind of elderly services for instance in the services that are offered to the homes of the clients.

Many studies agree that the welfare technology might have positive effects by supporting social functionality and reducing loneliness of elderly. With the use of welfare technology, there is a probability to support the social interaction, vitality and increase the opportunities to participate. Different technological solutions, which support the communication between people, can affect positively on elderly's feelings of safety and social relationships. The challenges of welfare technology are the change resistance and the lack of IT-skills. Therefore, higher emphasis should be put on the evaluation of suitability of the technology, so they could truly benefit of it. The meaning of counselling and guiding concerning the welfare technology is important. The use of technology includes ethical discussion for example connected to the questions of client's privacy.

### KEYWORDS:

Welfare technology, social functionality, welfare, loneliness, elderly and home care.

# SISÄLTÖ

<b>1 JOHDANTO</b>	<b>6</b>
<b>2 IKÄTEKNOLOGIA VANHUSTYÖSSÄ</b>	<b>8</b>
2.1 Vanhuus elämänvaiheena	8
2.2 Vanhuspalvelut muutoksessa	9
2.3 Kotihoidon palvelut	15
<b>3 SOSIAALINEN HYVINVOINTI</b>	<b>18</b>
3.1 Hyvinvoinnin osatekijät	18
3.2 Sosiaalinen toimintakyky	19
3.3 Ikääntyneen yksinäisyys	20
<b>4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS</b>	<b>22</b>
3.4 Tutkimuksen tarkoitus, tavoite ja tutkimusongelma	22
3.5 Kuvaileva kirjallisuuskatsaus	23
<b>5 TULOKSET</b>	<b>28</b>
5.1 Teknologiset välineet	28
5.2 Ikätekniikan hyödyt sosiaalisen toimintakyvyn tukemisessa	29
5.3 Ikätekniikan mahdollisuudet	32
<b>6 POHDINTA</b>	<b>34</b>
6.1 Luotettavuus ja eettisyys	34
6.2 Tulosten tarkastelu	35
<b>LÄHTEET</b>	<b>40</b>

## LIITTEET

Liite 1. Tiivistelmä kirjallisuuskatsauksessa käytetyistä tutkimuksista.

## TAULUKOT

Taulukko 1. Toteutunut tiedonhaku suomenkielisiä avainsanoja hyödyntäen.	25
Taulukko 2. Toteutettu tiedonhaku englanninkielisiä avainsanoja hyödyntäen.	26

# 1 JOHDANTO

Kirjallisuuskatsauksen aihe on ikääntyneen sosiaalisen toimintakyvyn tukeminen ikäteknologian avulla vanhustyössä. Kiinnitän huomiota erityisesti kotona asuvan asiakkaan sosiaalisen toimintakyvyn ylläpitämiseen ja edistämiseen. Opinnäytetyö on toteutettu kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Kuvailevassa kirjallisuuskatsauksessa paneudun ikääntyneiden, heidän läheistensä ja ammattilaisten kokemuksiin ja ajatuksiin yksilön sosiaalisen hyvinvoinnin tukemisesta ja yksinäisyyden lievittämisestä ikäteknologian avulla. Sen tavoitteena on luoda yleiskuva siitä, miten ikäteknologian avulla voidaan tukea ikääntyneiden sosiaalista toimintakykyä. Toteutan kirjallisuuskatsauksen Turun kaupungin Hyvinvointitoimialan vanhus- ja vammaispalveluiden avopalveluihin.

Tulevaisuudessa Suomen ikääntyneen väestön määrä kasvaa, mikä aiheuttaa sosiaali- ja terveyspalvelujen menojen kasvua, joka painottuu erityisesti vanhusten terveydenhuoltoon sekä vanhuspalveluihin (Työ- ja elinkeinoministeriö 2015, 13). Sosiaali- ja terveyspalvelut käyvät läpi murrosta, johon liittyvät väestön ikärakenteen muutos ja ikääntyneille suunnattujen palveluiden painottuminen laitospalveluiden sijaan avopalveluihin, kuten kotiin tuotettaviin palveluihin (Finne-Soveri ym. 2014, 56). Ihmisen ikääntyessä kodin ja asumisen merkitys korostuvat. Monet ikääntyneistä haluavat asua omassa kodissaan mahdollisimman pitkään mahdollisista sairauksista ja toimintakyvyn heikentymisestä huolimatta, jolloin kotiin tuotettavien palveluiden merkitys kasvaa. (Leikas & Louniainen 2016, 7.)

Digitalisaatio luo monenlaisia mahdollisuuksia asiakkaiden hyvinvoinnin tukemiseksi, kun tarjolla on monenlaisia uusia välineitä arjen tueksi. Digitalisaatiosta ilmiönä on tullut osa kansalaisten arkea (Turun kaupunki 2018). Palveluiden digitalisoituminen korostuu myös Turun kaupungin strategiassa ja sen ohjelmissa, jotka asettavat tavoitteet kaupungin toiminnalle vuodeksi 2029. Digitalisoimalla palveluita ja ottamalla kaupunkilaiset osalliseksi palveluiden kehittämiseen pyritään ennaltaehkäisemään syrjäytymistä sekä kaventamaan asukkaiden välisiä hyvinvointieroja. (Turun kaupunki 2018a; Turun kaupunki 2018b, 4–13.) Aiheeseen liittyvän kirjallisuuden ja tutkimuksen tarkastelun tavoitteena on antaa tietoa ikäteknologian hyödyistä sekä auttaa erilaisia toimijoita käyttöönotettavien teknologisten laitteiden ja sovellusten valinnassa kotihoidossa käytettäväksi.

Ikääntyneen elinoloihin liittyvät tekijät vaikuttavat hänen elinajanodotteeseensa, terveyteensä ja toimintakykyynsä. Yksilön ympäristö ja hänen sosiaalisten suhteittensa

laatu ovat yhteydessä yksilön hyvinvointiin ja toimintakykyyn. (Heikkinen 2013, 399–401.) Jotta ikääntynyt väestö voisi asua kotonaan mahdollisimman pitkään, heidän kotona selviytymisen edellytyksiään on tarpeellista tukea (Leikas & Launianen 2016, 7). Panostamalla asiakkaan sosiaalisen toimintakyvyn tukemiseen tasapuolisesti muiden toimintakyvyn osa-alueiden rinnalla voidaan tukea ikääntyneen hyvinvointia ja toimintakykyä kokonaisvaltaisemmin. Kirjallisuuskatsauksen aihe on ajankohtainen ja korostaa sosiaalisen näkökulman merkitystä ikääntyneiden asiakkaiden kanssa tehtävässä työssä.

## 2 IKÄTEKNOLOGIA VANHUSTYÖSSÄ

### 2.1 Vanhuus elämänvaiheena

Vanhuutta elämänvaiheena voidaan lähestyä erilaisista näkökulmista. Ikääntymistä voidaan tarkastella haavoittuvana ajanjaksona, johon liittyvät ikääntyneen elämässä ilmevät menetykset, elämänmuutokset, toimintakyvyn heikentyminen ja sairastavuus. Tarkastellessa ikääntymistä voimavarakeskeisestä näkökulmasta korostetaan yksilön henkisen kasvun lisäksi hänen elämässään olevia uusia haasteita ja mahdollisuuksia. Ikääntyneelle kertynyt elämäkokemus yhdessä haavoittuvuuden kanssa korostavat kyseisen ikävaiheen erityisyyttä. Eletyn elämän aikana kertyneet kokemukset ja näihin liittyvä henkinen kasvu voidaan nähdä voimavarana, joka tukee yksilöä hänen kohdatessaan kyseiseen ikävaiheeseen liitettäviä haasteita. (Heimonen & Fried 2015, 23–24.)

Ikääntyminen voidaan jakaa keskivanhuuteen eli 65–75-vuotiaisiin sekä vanhuuteen, jonka voidaan nähdä alkavan ihmisen täyttäessä 75 vuotta. Yleensä keskivanhuudessa ikääntyneellä on vielä paljon voimavaroja jäljellä, ja elämässä voi keskittyä enemmän harrastuksiin sekä muihin kiinnostuksenkohteisiin. Keskivanhuudessa yksilö voi työstää omaa kuolevaisuuttaan ja elämän rajallisuutta, jonka hyväksyminen osaksi omaa minäkuvaa voidaan nähdä kuuluvan vanhuuden elämänjaksoon. Vanhuus ikäjaksona sisältää omanlaiset kriisinsä, joita ovat esimerkiksi puolison sairastuminen tai kuolema, asuinpaikan muuttuminen tai asuinmuodon vaihtuminen. Vanhuudessa on tyypillistä, että ikääntynyt käsittelee omaa elämänhistoriaansa ja työskentelee hyväksyäkseen sen kaikkine onnellisine ja surullisine tapahtumineen. (Heikkinen-Peltonen ym. 2010, 17–23.)

Ihmisen ikääntyessä riski sairastua erilaisiin pitkäaikaissairauksiin kohoaa. 20-vuotiailla nuorilla aikuisilla pitkäaikaissairauksia esiintyy noin 10 prosenttia, kun taas 80-vuotiailla sairastavuus kohoaa 90 prosenttiin. Ihmisen kehossa tapahtuu vanhetessa monenlaisia muutoksia, jotka altistavat erilaisille sairauksille ja vaikuttavat siihen, miten erilaiset sairaudet ilmenevät ikääntyneen kehossa. Ikääntyneen väestön sairastavuuteen liittyy monisairastavuus, joka voi asettaa haasteita asiakkaan toimintakyvylle. Iän karttuessa vanhuksen avun tarve lisääntyy toimintakyvyn heikentyessä. (Heikkinen ym. 2000, 218–220.)

Ihmisen ikääntyessä hänen kehossaan tapahtuu monenlaisia muutoksia, jotka voidaan jakaa joko erilaisten sairauksien tai normaalin ikääntymisen aiheuttamiksi. Luonnollisesti



ikäntyneen terveys voi säilyä myös hyvänä ikääntymisestä huolimatta, mitä kutsutaan terveeksi vanhenemiseksi. Hyvän vanhuuden peruselementeiksi voidaan määrittää erilaisten sairauksien ja niihin liittyvän toimintakyvyn heikentymisen ehkäisy, aktiivinen elämäntyyli sekä riittävän hyvä fyysinen ja kognitiivinen toimintakyky. (Heikkinen 2013, 393–399.) Käsitys vanhuudesta elämänvaiheena on laajentunut ja monipuolistunut ajan saatossa. Vanhuskäsityksen painopiste on siirtynyt voimavarakeskeisemmäksi sekä enemmän ikääntyneen yksilöllisyyttä ja itsenäisyyttä korostavaksi. (Räsänen & Valvanne 2017, 19.)

Tutkittaessa suomalaisen ikääntyneen väestön hyvinvoinnissa tapahtuneita muutoksia ajanjaksolla 2004-2014 selvisi, että suurin osa yli 80-vuotiaista kotona asuvista ikääntyneistä omasivat hyvän elämänlaadun ja elinolosuhteet. On olemassa erilaisia ikääntyneen elämänlaatua suojaavia tekijöitä, joita ovat esimerkiksi yksilön kohtuullinen toimintakyky sekä hänen tyytyväisyytensä asuinympäristöön ja sen tarjoamiin palveluihin. Ikääntyneen henkilön heikko terveys, alhainen toimintakyky, yksinäisyyden kokemukset sekä haasteet lähipalvelujen saatavuudessa voidaan nähdä esimerkkeinä erilaisista elämänlaatua heikentävistä tekijöistä. (Vaarama ym. 2014, 39–41.) Vuonna 2011 tehdyssä suomalaisessa väestötutkimuksessa selvisi, että yli 75-vuotiailla henkilöillä vuorovaikutusongelmat ja yksinäisyys ovat yleisempiä verrattuna nuorempaan väestöön. Ikääntyneistä 10-25 prosenttia kärsi yksinäisyydestä ja vuorovaikutusongelmista, kun nuorilla vastaava luku oli 4-7 prosenttia. (Koskinen ym. 2012, 137.)

## 2.2 Vanhuspalvelut muutoksessa

Ikääntyneiden määrällinen osuus koko Suomen väestöstä on kasvussa, mihin on vaikuttanut yhteiskunnassa tapahtunut taloudellinen, sosiaalinen ja lääketieteellinen kehitys (Oksanen ym. 2012, 11–12; Räsänen & Valvanne 2017, 19–20). Suomessa oli ensimmäistä kertaa vuonna 2012 yli miljoona yli 65-vuotiaasta asukasta (Räsänen & Valvanne 2017, 19–20). Väestön ikääntyminen aiheuttaa sosiaali- ja terveyspalvelujen menojen kasvua, joka asettaa haasteita etenkin vanhuspalveluille sekä ikääntyneiden terveydenhuollon toteuttamiselle. Ikääntyneen väestön määrän noustessa työikäisten määrä vähenee, mikä ilmenee huoltosuhteen heikentymisenä. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2015, 14–15.) Tilastokeskus arvioi, että työikäisten määrä vähenee Suomessa viisi prosenttia ajalla 2010-2030 (Oksanen ym. 2012, 11). Heikentynyt huoltosuhde aiheuttaa haasteita

hyvinvointiyhteiskunnalle, sillä työkäisten verovaroilla tulisi kustantaa työelämän ulkopuolella olevien ihmisten elintaso (Työ- ja elinkeinoministeriö 2015, 14–15).

Ikääntyneiden määrän suurentuminen on herättänyt huolta siitä, miten pystymme ylläpitämään nykyistä sosiaali- ja terveydenhuoltojärjestelmää myös tulevaisuudessa (Työ- ja elinkeinoministeriö 2015, 14–15). Monilla kunnilla on taloudellisia haasteita ylläpitää peruspalveluja. Lisäksi tuleva sosiaali- ja terveysalan henkilökunnan eläköityminen asettaa uusia haasteita palvelujen järjestämiselle. (Osanen ym. 2012, 11–12.) Elinkeinoelämän valtuuskunnan laatimassa raportissa todetaan väestön ikääntymisen lisäävän huomattavasti sosiaali- ja terveysalan henkilökunnan tarvetta vuoteen 2026 mennessä. Esimerkiksi vanhuspalveluissa henkilökunnan tarpeen arvioidaan lisääntyvän suunnilleen 20 prosenttia. (Marttinen 2018, 80–82.)

Suomi on kärsinyt taloudellisista vaikeuksista, mikä yhdessä heikentyvän huoltosuhteen kanssa asettaa paineita karsia sosiaali- ja terveyspalveluista aiheutuvia menoja. Sosiaali- ja terveyspalveluista aiheutuvien kustannusten vähentäminen edellyttää niiden tuottavuuden lisäämistä tai tarjolla olevien palveluiden vähentämistä. (Työ- ja elinkeinoministeriö 2015, 14–15.) Palvelujen järjestämiseksi voidaan rekrytoida henkilökuntaa muualta, ostaa palvelut yksityiseltä tai kolmannelta sektorilta sekä hyödyntää etäteknologiaa (Oksanen ym. 2012, 11–12). Ikääntyneen väestön määrän kasvaessa tulisi panostaa enemmän asiakkaan kotona järjestettäviin palveluihin laitospalveluiden sijaan.

Suomessa kansallisena tavoitteena on turvata ikääntyneille mahdollisuus asua kotonaan mahdollisimman pitkään (Sosiaali- ja terveysministeriö 2017a, 63). Ihmisen ikääntyessä kodin ja asumisen merkitys korostuvat. Monet ikääntyneistä haluavat asua omassa kodissaan niin pitkään kuin mahdollista erilaisista sairauksista ja toimintakyvyn heikentymisestä huolimatta. Tämä tarkoittaa kotiin tuotettavien palveluiden merkityksen kasvua. (Leikas & Launiainen 2016, 7.) Vahvistamalla asiakkaan omia voimavaroja tuetaan hänen itsenäisestä selviytymistään kotona (Eloranta 2009, 59). Hallituksen kärkihankkeen ”Kehitetään iäkkäiden kotihoitoa ja vahvistetaan kaikenikäisten omaishoitoa” eli I&O-kärkihankkeen avulla pyritään lisäämään tuettua omaishoitoa ja perhehoitoa sekä vaihtoehtoisia asumismuotoja tehostetun palveluasumisen rinnalle (Sosiaali- ja terveysministeriö 2018a).

Ikääntyneiden asiakkaiden palvelujärjestelmässä olevia kehittämiskohteita ovat palveluiden pirstaleisuus, hyvien käytäntöjen hidas leviäminen sekä ilmenevät alueelliset erot. Uudistuksen tavoitteena on kehittää tarjottavien palveluiden sisältöä ja rakennetta.

I&O-kärkihankkeen avulla kehitetään valtakunnallisesti keskitettyä asiakas- ja palveluohjausta sekä kotihoidon ja omaishoidon palveluiden sisältöä ja laajuutta. Kaikkia näitä kokonaisuuksia yhdistää sama teema, joka on julkisten palvelujen digitalisoituminen. Digitalisaation edetessä ja hyvinvointiteknologiaan liittyvien palveluiden kehittyessä voidaan ottaa käyttöön uudenlaisia sähköisiä palveluita, jotka mahdollistavat asiakkaiden tietojen tehokkaamman hyödyntämisen, omahoidon sekä palveluprosessien uudistamisen. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2018a.)

Julkaisussaan Ahtiainen ja Auranne (2007, 9) kirjoittavat hyvinvointiteknologian käsitteen määrittelystä. Hyvinvointiteknologialla tarkoitetaan toimintakykyä ylläpitäviä ja kuntouttavia teknologisia apuvälineitä ja laitteita. Hyvinvointiteknologian nähdään sisältävän erilaisia osa-alueita, kuten apuvälineteknologian, kommunikaatio- ja informaatioteknologian, erilaiset asiakas- ja potilastietojärjestelmät sekä turvallisuuteen ja sosiaalisuuteen liittyvät teknologiset ratkaisut. Esteettömän suunnittelun, design for all -ajattelun sekä gerontologian ajatellaan kuuluvan myös hyvinvointiteknologian osa-alueisiin. Leikas ja Launiainen (2016, 8) käsittelevät ikätekniikan määritelmää. Ikätekniikasta puhuttaessa teknologiaa hyödynnetään ikääntyneiden apuna. Sen avulla voidaan luoda yksilöllisiä ratkaisuja, jotka tukevat vanhuksen itsemääräämisoikeutta ja elämänlaatua.

Ikätekniikan avulla pyritään ehkäisemään ikääntymisen aiheuttamaa toimintakyvyn heikentymistä sekä tukemaan asiakkaan kotona selviytymistä ja elämänlaatua. Ikätekniikkaa voidaan hyödyntää niin ikääntyneiden, omaisten kuin henkilökunnankin hyvinvoinnin tukemisessa. (Forsberg ym. 2014, 13.) Digitaalisten palvelujen ja tekniikan avulla voidaan tukea yksilön osallisuutta yhteiskunnassa. Kun asiakkaalla on mahdollisuus ja tarvittavat taidot erilaisen digitaalisen teknologian käyttöön, hän voi vaikuttaa elintapoihinsa omista lähtökohdistaan. Tämä tukee osaltaan asiakkaan turvallisuutta, aktiivisuutta sekä itsenäisyyttä. (Myndigheten för delaktighet 2018, 23.)

Hyvinvointiin vaikuttavalla teknologialla tarkoitetaan erilaisia digitaalisia ratkaisuja, joiden avulla pyritään ylläpitämään ja edistämään sellaisten asiakkaiden turvallisuutta, aktiivisuutta, itsenäisyyttä ja osallisuutta, joiden toimintakyky on jo alentunut tai suuressa vaarassa alentua. Tekniikan käyttäjänä voi toimia asiakas itse tai joku hänen lähipiirissään oleva henkilö. (Socialstyrelsen 2018.) Ikääntyminen tuo mukanaan erilaisia haasteita, kuten hienomotoriikan, aistien, havaitsemisen, lihaskunnan ja liikkumiskyvyn heikentymisen, joita voidaan pyrkiä lievittämään ikätekniikan keinoin. Ikätekniikkaan liittyvien ratkaisujen avulla voidaan lisätä ikääntyneen osallisuutta, vuorovaikutuksellisuutta ja

ympäristön virikkeellisyyttä sekä tukea asiakkaan ja omaisen vuorovaikutusta. (Mäki 2011, 5–6.)

KÄKÄTE-hankkeen ikäihmisten teknologiakyselyssä kartoitettiin ikääntyneiden mielipiteitä ja käyttökokemuksia erilaisesta teknologiasta hyödyntämällä kyselylomaketta sekä ikääntyneiden ryhmähaastatteluja. Kun selvitettiin ikääntyneiden kiinnostusta erilaisia teknologisia ratkaisuja kohtaan, yksi kiinnostavimmista ratkaisuista oli helppokäyttöinen tietokone. Toteutetussa kyselyssä korostui tietokoneen helppokäyttöisyyden ja sujuvan internetyhteyden merkitys asiakkaille. Kaikki ikäteknologia ei kiinnostanut asiakkaita tasapuolisesti. Esimerkiksi kuvapuhelin ja erilaiset viihdepelit koettiin vähemmän kiinnostavina kuin muut ikäteknologiset ratkaisut. Teknologiakyselyyn osallistuneet toivoivat, että markkinoille tulisi entistäkin vanhusystävällisempiä matkapuhelimia. Matkapuhelmelta toivottiin selkeätä näyttöä sekä suurta näppäimistöä. Esiin nousseina kiinnostavina ratkaisuuina koettiin esimerkiksi äänikirjat ja naapurivalvonta-apu. (Virkkunen 2011, 28–33.) Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen erikoistutkija Teija Hammar (2016) tuo esille blogikirjoituksessaan, että yhteisöllisyydellä on merkitystä ikääntyneiden hyvinvoinnille ja kotona selviämislle. Hänen mukaansa sosiaalisessa mediassa on erilaisia sovelluksia, joiden avulla ihmiset voivat olla yhteydessä toisiinsa ja tarjota apuaan.

Ikäihmisten teknologiakyselyyn sisältyvistä ryhmähaastatteluista sen sijaan ilmeni, ettei monilla ryhmähaastatteluun osallistuneilla ollut käytössään omaa tietokonetta. Tästä huolimatta monilla osallistujilla olisi ollut kiinnostusta kokeilla helppokäyttöistä ja ikääntyneille suunnattua tietokonetta. Tietokoneen käyttöön tarjottava opastus ja selkeät ohjeet vaikuttavat merkittävästi tietokoneen käyttöönottoon. Ikääntyneiden kotona tehtävien teknologiakokeilujen tulisi olla pitkäaikaisia, esimerkiksi puolesta vuodesta vuoteen, mikä mahdollistaisi asiakkaille riittävän ajan perehtyä teknologian käyttöön sekä huomata siihen liittyvät kehittämistarpeet. (Virkkunen 2011, 30–33.)

Vuosina 2013-2017 toteutunut LähiVerkko -projekti oli Eläkeliiton ja Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry:n yhteistyössä toteuttama projekti, jonka tavoitteena oli hyödyntää tietotekniikkaa ikääntyneiden osallisuuden tukemisessa. Tietotekniikan avulla ikääntyneillä on mahdollisuus pitää yllä sosiaalisia suhteita, tutustua uusiin ihmisiin, osallistua erilaiseen toimintaan sekä seurata uutisia ja mediassa käytäviä keskusteluja. (Lähiverkko 2018a.) LähiVerkko -projektin aikana järjestettiin erilaisia kokeiluja, joissa hyödynnettiin kuvapuheluita vertaistuessa sekä ryhmän sisäisenä yhteydenpidon välineenä. Eläkeliiton auttavassa vapaaehtoistoiminnassa vastuuhenkilöiden välisessä yhteydenpidossa ja vertais-

tuessa hyödynnettiin internetin välityksellä toimivia kuvapuheluita. Yhtenä suosittuna kuvapuhelinvälineenä mainitaan Skype, joka voidaan ladata ilmaiseksi niin tietokoneelle, tabletille kuin älypuhelimeenkin. (Lähiverkko 2018b.)

Teknologian käyttö on lisääntynyt, mikä on lisännyt tarvetta tutkia, miten asiakkaat suhtautuvat teknologian, kuten tablettien, käyttöön asiakastyössä. Tanskalainen laadullinen tutkimus käsittelee ikääntyneiden kokemuksia iPad-laitteiden käytöstä kotihoidossa. Laitteita käytettiin osana toteutettavaa hoitotyötä henkilökunnan työvälineenä. Ikääntyneet kokivat teknologian käytön kotihoidossa positiivisena ja ennustettavana ottaen huomioon teknologian käytön yleisyyden nykyaikana. Asiakkaiden näkökulmasta iPad-laitteiden hyödyntäminen asiakastyössä vahvisti työntekijän ammatillisuutta. iPadin käyttö kotihoidossa tarjoaa mahdollisuuden työntekijälle ja asiakkaalle oppia yhdessä ja toisiltaan. (Lindstrøm Vilstrup ym. 2017, 140–143.)

Ikäteknologian käyttöönottoon vaikuttavat asiakkaiden ja työntekijöiden ennakkokäsitykset tarjolla olevista välineistä ja ratkaisuista, mikä saattaa vaikuttaa ilmenevään muutosvastarintaan. Ikäteknologian käytön juurruttaminen työyhteisöön ja ikääntyneiden kanssa tehtävään työhön edellyttää alkuvaiheessa toiminnan seuranta ja arviointia. Uusien toimintatapojen käyttöönotto osana työyhteisön arkea edellyttää huolellista perehdyttämistä, koulutusta ja toiminnan valvontaa. Ellei työyhteisössä sovitut toimintatavat toteudu, tulee asia ottaa puheeksi rakentavasti sekä etsiä erilaisia ratkaisuja ilmenneiden esteiden ylittämiseksi. (Hantikainen & Hoivala 2017, 53–54.) Haasteena on löytää erilaisten ikäteknologiaan liittyvien ratkaisujen joukosta ne laitteet ja sovellukset, jotka oikeasti hyödyttävät asiakasta ja ovat riittävän helppokäyttöisiä.

Sosiaalisen eristytymisen voidaan nähdä olevan yhteydessä ikääntymiseen, mikä voi vaikuttaa negatiivisesti ikääntyneen psyykkiseen ja fyysiseen terveyteen. Nykyaikainen tieto- ja viestintäteknikka sisältää mahdollisuuksia ikääntyneen sosiaalisen eristytymisen ehkäisemiseksi ja lievittämiseksi. (Chen & Schulz 2016.) Hyödyntämällä asiakastyössä robotiikkaa, automatiikkaa ja uudenlaista teknologiaa voidaan tukea asiakkaiden omatoimisuutta, parantaa palveluja sekä tehostaa henkilöstön työskentelytapoja. Asiakkaiden itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen toimii lähtökohtana erilaisen teknologian hyödyntämiselle asiakastyössä. (Hammar ym. 2017, 1.)

Erilaisten ikääntyneille käyttäjille suunnattujen digitaalisten pelien ja robotiikan voidaan nähdä lukeutuvan ikäteknologiaan. Digitaalisten pelien pelaaminen tarjoaa mahdollisuuden yhteiseen ajanviettoon, mikä ennaltaehkäisee yksinäisyyden kokemuksia (Penttinen

2014, 23–30.) Ikääntyneille suunnatut pelit tulisi luoda heidän omista tarpeistaan käsin, esimerkiksi kiinnittämällä huomiota pelien väri- ja musiikkimaailmaan (Röyskö 2016, 15–17). Näiden pelien tulee olla helppokäyttöisiä ja saatavilla ikääntyneille ymmärrettävällä kielellä (Aronlaakso-Ahola ym. 2014, 53–54). Jotta erilaisia ikäteknologisia laitteita ja sovelluksia voidaan ottaa käyttöön, tulisi ammattilaisten huomioida ikääntyneiden yksilölliset tarpeet ja toiveet sekä kyseisen elämänvaiheen erityispiirteet.

Elinkeinoelämän valtuuskunta raportoi vuonna 2016, että tulevaisuudessa robotiikan avulla voitaisiin keventää sairaanhoitajien ja lähihoitajien työtä, esimerkiksi pitkäaikais-hoidossa. Raportissa oli hyödynnetty tehtyjä tutkimuksia saatavilla olevista ja markkinoille tulevista robotiikkaan ja automatisoituihin liittyvistä laitteista ja sovelluksista sekä erilaista tutkimuskirjallisuutta sairaanhoitajien ja lähihoitajien työajoista ja työtehtävistä. Tutkimuksen mukaan välitöntä hoitotyötä, kuten asiakkaiden ohjaamista ja heidän kanssaan tapahtuvaa muuta vuorovaikutusta, on vaikea robotisoida. Marttinen mainitsee teoksessaan seura- ja terapiarobotit, joita voitaisiin hyödyntää asiakastyössä. (Marttinen 2018, 79–82.)

Asiakkaan itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen on yksi keskeisistä sosiaalityön eettisistä periaatteista. Työntekijän tehtävänä on tukea asiakkaan omia valintoja ja toiveita hänen arvioistaan ja elämänvalinnoistaan huolimatta. (Raunio 2009, 95.) Jokaisella on oikeus päättää omista asioistaan. Potilaan asemasta ja oikeuksista annetussa laissa (785/1992) sekä Sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista annetun lain (812/2000) perusteella itsemääräämisoikeus koskee kaikkia. Ainoan poikkeuksen tähän tuo Mielenterveyslaki (1116/1990), joka antaa mahdollisuuden tahdonvastaisille toimenpiteille niissä tapauksissa, kun henkilön todetaan olevan sairautensa vuoksi vaaraksi itselleen, ympäristölleen tai muille henkilöille. Ikäteknologiaa kehitettäessä on hyvä pitää toiminnan lähtökohtana itse käyttäjä. Tästä syystä uuden teknologian ja sen käyttöönoton suunnittelussa on tärkeää hyödyntää monialaista osaamista. Tuleva asiakas tulisi ottaa mukaan jo palvelujen suunnitteluun. Näin varmistetaan, että ikäteknologian käyttö säilyy eettisesti lujalla pohjalla, ja sen hyödyntämisellä pyritään aidosti edistämään ikääntyneen hyvää elämää. (Leikas & Launiainen 2016, 62.)

### 2.3 Kotihoidon palvelut

Kotihoito jaotellaan kotipalveluun, kotisairaanhoidon ja tarvittaviin tukipalveluihin (Ikonen 2013, 15). Kotihoito sisältää sosiaalihuoltolain mukaisen kotipalvelun sekä terveydenhuoltolain mukaisen kotisairaanhoidon (Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö 2017b, 59–63). Kotihoidon palveluja tarjotaan eri-ikäisille ja kotona asuville henkilöille, joiden avuntarve on joko tilapäistä tai pysyvää. Sen tavoitteena on tukea asiakkaiden toimintakykyä ja elämänhallintaa, jotta he voisivat asua kotonaan, palvelutalossa tai palveluasunnossa mahdollisimman pitkään. Tällä hetkellä kuntien vastuulla on järjestää kotihoidon palvelut, joskin palvelun käyttäjät voivat ostaa kotihoidon palveluja myös yksityisiltä palveluntuottajilta. (Ikonen 2013, 1–20.)

Turun kaupungin tarjoamat kotihoidon palvelut sisältävät asiakkaalle järjestettävän kotipalvelun ja kotisairaanhoidon palvelut. Kotihoidon palvelut ovat tarkoitettu ikääntyneille, pitkäaikaissairaille ja henkilöille, jotka eivät toimintakyvyn alentumisen vuoksi pysty asumaan omassa kodissaan ilman ulkopuolista tukea. Kotihoidon palveluiden lisäksi asiakkaille voidaan tarvittaessa tarjota erilaisia tukipalveluja, kuten turvapalveluita, siivousteleitä, ateriapalveluita, kaupparinkipalveluita ja saunapalveluita. (Turun Hyvinvointitoimiala 2017.)

Suurin osa kotihoidon asiakkaista on ikääntyneitä, joiden toimintakyvyn heikentymisen taustalla on useampia terveysongelmia tai pitkäaikaissairauksia. Ikääntyneiden asiakkaiden ohella kotihoidon palveluja käyttäjiä ovat mielenterveys- ja päihdekuntoutujat sekä muut erityistä tukea tarvitsevat henkilöt. Kotihoidon palvelut ovat tarkoitettu ensisijaisesti sellaisille asiakkaille, jotka tarvitsevat paljon tukea, hoitoa ja huolenpitoa arjessaan. (Ikonen 2013, 1–20.) Säännöllisen kotihoidon palvelut ovat suunnattu säännöllistä ja runsasta tukea tarvitseville asiakkaille, joiden toimintakyky on alentunut (Turun Hyvinvointitoimiala 2017).

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen Tilastoraportti vuosilta 1995-2017 osoittaa, että kotihoidon asiakasmäärät ovat kasvussa ja runsaampaa tukea tarvitsevia asiakkaita on kotihoidon piirissä aiempaa enemmän. Säännöllisiä kotihoidon palveluja vastaanotti marraskuussa 2017 73 806 asiakasta. Kyseinen asiakasmäärä oli 0,4 prosenttia suurempi kuin vuonna 2016. Kotihoidon säännöllisten asiakkaiden luokse toteutetaan vähintään yksi asiakaskäynti viikossa. Kotihoidon säännöllisistä asiakkaista 56 671 eli 77 prosenttia

oli yli 75-vuotaita. Vuoden 2017 marraskuussa vajaalle kolmannekselle säännöllisen kotihoidon asiakkaista tehtiin vähintään 60 käyntiä kuukauden aikana, mikä tarkoittaa vähintään kahta käyntiä vuorokaudessa. Ajalla 2016-2017 yli 60 tuntia kuukaudessa kotihoidon palveluja säännöllisesti saavien asiakkaiden määrä on kasvanut 2 prosenttia. Asiakaskäyntien määrää tarkastellessa tulee ottaa huomioon, että asiakas voi saada kotihoidon lisäksi omaishoidon tuen palveluja ja tehostetun palveluasumisen intervallijaksoja. (Arajärvi & Kuronen 2018, 1–2.)

Kotihoidon palvelujen myöntämiseen vaikuttaa asiakkaiden tuen tarpeen suuruus. Näin ollen kotihoidon palveluja myönnetään niille asiakkaille, jotka sitä eniten tarvitsevat. Kunnat ovat asettaneet kotihoidon myöntämiselle erilaisia kriteerejä, jotka ovat yhteneväisiä erilaisten kuntien välillä. Arvioidessa kotihoidon palvelujen myöntämistä asiakkaalle, tulee palvelujen myöntämisen kriteerien lisäksi huomioida asiakkaan kokonaistilanne. (Ikonen 2013, 28.) Asiakkaalle voidaan tarjota erilaisia palveluita hänen toimintakykynsä ja hyvinvointinsa tukemiseksi, jolloin voidaan puhua moniasiakkuudesta. Ikääntynyt saattaa viettää tietyn ajan kuukaudesta tilapäishoidon yksikössä ja osan aikaa omassa kodissaan. Yhdistelemällä erilaisia palveluita voidaan tarjota asiakkaalle hänen tarpeistaan lähtevä palvelukokonaisuus. (Ikonen 2013, 42–44.) Asiakkaalle suunnatut palvelut kirjataan hänen palvelu- ja hoitosuunnitelmaansa, joka laaditaan yhteistyössä asiakkaan ja henkilökunnan kesken (Turun Hyvinvointitoimiala 2017).

Ikonen (2013, 40–41) tuo teoksessaan esille omaisten tärkeän roolin kotihoidon palvelujen suunnittelussa ja toteuttamisessa. Jos asiakas antaa suostumuksensa, hänen läheisverkostoaan voidaan kartoittaa palvelun tarvetta arvioidessa tai asiakkuuden jo alettua (Sosiaali- ja terveysministeriö 2017b, 129–130). Asiakastyössä tulisi mahdollisuuksien mukaan huomioida omaisten roolin ja voimavarojen merkitys tuettaessa asiakkaan hyvinvointia ja kotona pärjäämistä, esimerkiksi laadittaessa asiakkaalle hoito- ja palvelusuunnitelmaa. Omaiset voivat tukea asiakasta hänen arjessaan yhdessä kotihoidon kanssa. Kaikilla ei kuitenkaan ole ympärillään omaisia, jolloin kotihoidon työntekijöiden rooli ikääntyneen elämässä saattaa olla korostunut. (Ikonen 2013, 40–41.)

Kotihoidossa ikääntyneiden itsemääräämisoikeuden toteutumista rajaavat kotihoidon toimintaperiaatteet ja käytännöt sekä asiakkaan omat toimintatavat. Asiakkaan kokemus oman itsemääräämisoikeuden toteutumisesta on yksilöllistä, sillä itsemääräämisen kokemus pohjautuu ikääntyneen osallisuuteen ja toimijuuteen. (Myllymäki 2014, 57–58.) Myllymäen (2014, 64) pro gradu -tutkielmassa käsitellään ikääntyneiden asiakkaiden it-



semääräämisen tukemista kotihoidossa. Asiakkaan itsemääräämisoikeuden mahdollistaminen ja tukeminen kuuluvat olennaisesti ikääntyneiden kanssa tehtävään työhön. Jotta itsemääräämisoikeus toteutuu, tulee asiakkaan ja työntekijän välille syntyä luottamuksellinen side, asiakasta kuunnellaan ja hänellä on mahdollisuus osallistua omaa elämää koskevien päätösten tekoon ja suunnitteluun. Ikääntyneellä tulee olla mahdollisuus luottaa siihen, että apua ja tukea on oikea-aikaisesti saatavilla. Sosiaali- ja terveysministeriön (2010, 3–5) Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta ETENE on ottanut kantaa teknologian käyttöön sosiaali- ja terveysalalla. Teknologian käytöstä tulee sopia yhdessä asiakkaan kanssa, ja siitä tulee olla maininta asiakkaan hoito- ja palvelusuunnitelmassa.

Tutkimuksessaan Hammar, Vainio ja Sarivaara (2017, 1–3) kartoittivat hyvinvointiteknologian käyttöönottoa Suomessa. Erilaisia ikääntyneiden hyvinvointia ja toimintakykyä tukevia teknologisia laitteita ja palveluja on otettu käyttöön kotihoidossa Suomessa, joskin käyttöönoton laajuus vaihtelee alueittain. Kotihoidossa on hyödynnetty vaihtelevasti koneellista lääkkeidenjakoa, johon on mahdollisuus Varsinais-Suomessa vasta viidenneksellä asiakkaista, kun taas Kainuussa siihen on mahdollisuus kaikilla kotihoidon asiakkailla. Asiakkaan poistumisvalvonta on vasta vakiintumassa, joskin turvaranneke on jo juurtunut käytäntöön koko maassa. Uusimaa ja Etelä-Karjala ovat ottaneet laajasti käyttöön hyvinvointiteknologian sovelluksia, joten sieltä saadaan lähitulevaisuudessa hyvää tietoa käyttökokemuksista.

Turvarannekkeen lisäksi käytössä on myös monenlaisia muita asiakkaan turvallisuutta lisääviä laitteita ja sovelluksia, kuten GPS-paikantimia, liiketunnistimia ja ovihälyttimiä. Kotihoidossa voidaan hyödyntää myös muunlaista teknologiaa, jonka tavoitteena on tukea asiakkaan hyvinvointia ja toimintakykyä. Tällaisia ratkaisuja tarjoavat esimerkiksi ateria-automaatti, videopuheluyhteys ja palvelu-TV. Varsinais-Suomessa turvapuhelimen käyttö on melko vakinaistunutta, joskin koneellisen lääkejakeun, ateria-automaatin, videopuheluyhteyden sekä palvelu-TV:n hyödyntäminen on ollut vähäisempää. Ateria-automaatti, videopuheluyhteys ja palvelu-TV eivät ole vielä vakiintuneena osana kotihoidon palvelutarjontaa. (Hammar ym. 2017, 1–3.)

## 3 SOSIAALINEN HYVINVOINTI

### 3.1 Hyvinvoinnin osatekijät

Allardt (1993, 88–91) käsittelee tieteellisessä artikkelissaan yksilön hyvinvoinnin erilaisia osa-alueita. On olemassa erilaisia materiaalisia ja immateriaalisia tarpeita, jotka ovat oleellisia ihmisen hyvinvoinnille. Hyvinvointi voidaan jakaa yksilön elintasaan (having), yhteisyyssuhteisiin (loving) ja itsensä toteuttamiseen (being). Yksilön elintasaan sisältyvät ihmisen selviytymiselle välttämättömät tekijät, kuten veden, ruoan ja suojan saata vuus. Pohjoismaissa yksilön elintasaan voidaan liittää esimerkiksi yksilön terveydentila ja asunutilanne. Yhteisyyssuhteilla viitataan yksilön tarpeeseen samaistua toisiin ihmisiin sekä toteuttaa erilaisia sosiaalisia rooleja. Yhteisyyssuhteisiin nähdään kuuluvan esimerkiksi perhe- ja ystävyysuhteet sekä paikallisissa yhteisöissä toteutuvat ihmissuhteet. Toteuttaessaan itseään yksilö osallistuu yhteiskunnan toimintaan ja elää sopuisuudessa yhdessä luonnon kanssa. Hyvinvoinnin ulottuvuutena itsensä toteuttaminen voi ilmetä erilasten vapaa-ajan aktiviteettien toteuttamisena, osallistumisena omaa elämää koskeviin päätöksiin, poliittisena aktiivisuutena sekä mahdollisuutena nauttia ympäröivästä luonnosta.

Yksilön hyvinvointia voidaan tarkastella erilaisista näkökulmista. Yksilön hyvinvoinnin osatekijöinä voidaan nähdä olevan terveydellinen ja taloudellinen ulottuvuus sekä elämänlaatu, johon kuuluu ihmisen subjektiivinen kokemus hänen omasta hyvinvoinnistaan (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2015a). Jokaisen ihmisen subjektiivinen kokemus omasta hyvinvoinnistaan on erilainen. Hyvinvoinnin kokemukseen vaikuttavat sosiaaliset suhteet, mahdollisuus toteuttaa itseään, sosiaalinen pääoma sekä kokemus onnellisuudesta. Sitä voidaan mitata elämänlaadulla, johon liittyvät yksilön terveydentila, ihmissuhteet, kokemus omasta arvokkuudesta, vapaa-ajan mielekkyys, materiaallinen hyvinvointi sekä yksilön ajatukset, toiveet ja kokemukset hyvän elämän sisällöstä. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2015a.) Ikääntyneiden elämänlaatuun vaikuttavat hänen sosiaaliset suhteensa ja erilaisissa ihmissuhteissa tapahtuva vuorovaikutus (Nurmi ym. 2014, 317).

On olemassa erilaisia sosiaaliseen ympäristöön liittyviä tekijöitä, jotka ovat yhteydessä väestöryhmän elinajanodotteeseen, ikääntymiseen liittyvien sairauksien ilmenemiseen sekä toimintakyvyn muutoksiin. Ikääntyneen fyysinen ja sosiokulttuurinen ympäristö eli elinot ovat yhteydessä ikääntyneen sosiaalis-taloudelliseen asemaan, ihmissuhteisiin,

käyttäytymiseen sekä erilaisiin psykologisiin ominaisuuksiin, kuten yksilön kokemukseen omasta pystyvyydestään. Kyseiset tekijät ovat taas yhteydessä ihmisen elinajanodotteen, terveyteen ja toimintakykyyn. Väestön terveyteen vaikuttaa sosiaalisen pääoman määrä, joka ilmenee ihmisten keskinäisenä luottamuksena ja hyvinä ihmissuhteina. Myös erilaiset yhteisön tasolla ilmenevät piirteet, kuten virkistyspalvelujen määrä sekä kulkuyhteyksien ja palveluiden laatu, ovat yhteydessä väestön terveyteen. Rikas ja laaja sosiaalinen verkosto ennaltaehkäisee ikääntyneen sairastavuutta sekä fyysisen ja kognitiivisen toimintakyvyn heikkenemistä. (Heikkinen 2013, 399–401.)

### 3.2 Sosiaalinen toimintakyky

Yksilön toimintakyvylle on monenlaisia määritelmiä (Leikas & Launiainen 2016, 11). Toimintakyky voidaan jakaa fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen ulottuvuuteen (Heikkinen ym. 2013, 278–279). Toimintakyky sisältää ne yksilön fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset edellytykset, jotka tukevat hänen selviytymistään arjen päivittäisissä toiminnoissa. Toimintakyky on sidoksissa ikääntyneen yksilöllisiin piirteisiin, hänen toimintaansa sekä erilaisiin ympäristötekijöihin, kuten ihmisen elinympäristöön. (Leikas & Launiainen 2016, 11–12.) Ympäristön tarjoamat mahdollisuudet ja asettamat rajat ovat yhteydessä toimintakyvyn ulottuvuuksien ilmenemiseen. Yksilön sosiaalinen toimintakyky ilmenee hänen vuorovaikutussuhteissaan sekä aktiivisuuden määrässä jokapäiväisessä elämässä, yhteisöissä ja häntä ympäröivässä yhteiskunnassa. Ihmisen aktiivinen toiminta erilaisissa ympäristöissä on yhteydessä hänen sosiaaliseen toimintakykyynsä. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2015b.)

Sosiaaliseen toimintakykyyn vaikuttavat yksilön ja häntä ympäröivän sosiaalisen verkoston, ympäristön, yhteisön ja yhteiskunnan välinen vuorovaikutus. Sen ilmenemiseen vaikuttavat kyseisten tekijöiden luomat mahdollisuudet ja niiden rajallisuus. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2015b.) Sosiaalisen toimintakyvyn ulottuvuus voidaan jakaa potentiaaliseen ja aktuaaliseen toimintakykyyn. Potentiaalinen sosiaalinen toimintakyky kuvaa yksilön toimintamahdollisuuksia ja rajoitteita, jotka muodostuvat yksilön ollessa vuorovaikutuksessa sosiaalisen verkoston, ympäristön, yhteisön ja yhteiskunnan kanssa. Aktuaalisella toimintakyvyllä tarkoitetaan yksilön toimintaa ja kokemuksia erilaisissa arjen tilanteissa, kuten selviytymistä erilaisista arjen toiminnoista sekä osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemuksia. (Tiikkainen 2013, 284–289.)

Pynnönen ja Tiikkainen (2018, 3) jakavat sosiaalisen toimintakyvyn ulottuvuudet henkilöiden väliseen vuorovaikutukseen ja ihmissuhteisiin sekä osallisuuteen. Henkilöiden välillä tapahtuvaan vuorovaikutukseen lukeutuvia ulottuvuuksia ovat sosiaalinen verkosto, sosiaalinen eristäytyneisyys, vuorovaikutussuhteiden koettu laatu ja sosiaaliset taidot. Sosiaaliseen verkostoon sisältyvät sosiaalisen verkoston koko ja rakenne sekä verkostoon kuuluvien henkilöiden välinen vuorovaikutus. Vuorovaikutussuhteiden koettuun laatuun vaikuttavat yksilön kokemukset yksinäisyydestä, yhteisöllisyydestä ja saadusta sosiaalisesta tuesta. Sosiaaliin taitoihin liitetään yksilön sosiaalinen joustavuus erilaisissa tilanteissa ja mahdolliset vuorovaikutusongelmat. (Pynnönen & Tiikkainen 2018, 3.)

Yksilön sosiaalisella toimintakyvyllä voidaan viitata arjessa selviytymisen taitoihin sekä hänen kykynsä olla vuorovaikutuksessa toisten kanssa, esimerkiksi kykyyn toimia osana ryhmää. Arjessa selviytymisen taitoja arvioitaessa korostuu yksilön toiminta erityisesti tilanteissa, joissa hän on vuorovaikutuksessa toisten kanssa. Sosiaalisen toimintakyvyn ongelmat voivat ilmetä vaikeutena toimia ryhmässä, yksilön arjenhallinnan haasteina sekä ongelmina yksilön ja muiden ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa. (Metsävainio 2013, 97.) Sosiaaliseen osallisuuteen sisältyvät yksilön harrastukset sekä kollektiivinen, produktiivinen ja poliittinen sosiaalinen osallistuminen, mitkä voivat ilmetä esimerkiksi osallistumisena ryhmämuotoiseen harrastustoimintaan, päätöksentekoon ja vapaaehtoistyöhön (Bukov ym. 2002, 8).

### 3.3 Ikääntyneen yksinäisyys

Osallisuus ilmenee monella tavalla yksilön elämässä. Se ilmenee mahdollisuutena tehdä omaa elämää koskevia päätöksiä, panostaa yhteiseen hyvään sekä vaikuttaa omaan ympäristöönsä ryhmätasolla ja laajemmin yksilöä ympäröivässä yhteiskunnassa. Osallisuuden kokemukseen liittyy merkityksellisyyden tunteiden luominen ja kokeminen sekä vastavuoroiset sosiaaliset ihmissuhteet. (Isola ym. 2017, 5.) Vántänen (2015, 63) toi esille tutkimuksessaan sosiaalisen tuen merkityksen ikääntyneille. Ikääntyneen lähiverkosto vaikuttaa hänen kokemuksiinsa turvallisuudesta ja hyvinvoinnista. Tutkimuksessa toteutetuissa teemahaastatteluissa kävi ilmi yksinäisyyden kokemuksen negatiivinen vaikutus yksilön onnellisuuteen. Teemahaastatteluissa läheiset ja heidän vierailunsa ikääntyneen luona koettiin tärkeänä sekä yksilön saama sosiaalinen tuki ja hänen verkostonsa nähtiin merkityksellisinä. (Vántänen 2015, 48–49.)

Ikääntyneille tyypillinen sosiaalinen ongelma on yksinäisyys, johon vaikuttaa yksilön oma subjektiivinen kokemus. Yksinäisyyden kokemus voidaan nähdä moniulotteisena, sillä siinä yhdistyvät erilaiset tilannetekijät sekä yksilön persoonallisuuden piirteet, kuten heikot sosiaaliset taidot ja huono itsetunto. Erilaisina yksinäisyyteen vaikuttavina tilannetekijöinä nähdään muutokset läheisissä ihmissuhteissa, sairastuminen ja muutto toiseen ympäristöön. Arvioidessa asiakkaan sosiaalista toimintakykyä tulee selvittää, kokeeko hän itsensä yksinäiseksi. Yksinäisyys voidaan nähdä riskitekijänä sosiaalisen toimintakyvyn heikentymiselle. Yksinäisyyden kokemukset voivat olla myös seuraus sosiaalisen toimintakyvyn heikentymisestä. (Tikkainen 2013, 288–289.)

Ikääntyneiden yksinäisyyttä voidaan tarkastella erilaisista näkökulmista. Sen voidaan nähdä olevan yhteydessä sosiaalisten suhteiden vähyyteen tai ikääntyneen kokemukseen siitä, ettei häntä arvosteta yhteiskunnassa. Tukemalla asiakkaiden sosiaalisia suhteita sekä panostamalla ikääntyneille suunnattuihin palveluihin voidaan pyrkiä lievittämään ikääntyneiden yksinäisyyttä. Jokainen ihminen on kuitenkin yksilö, mistä johtuen yksinäisyyden syyt tai ikääntyneen tarpeet eivät ole samanlaisia. (Uotila 2011, 73–74.)

Tiilikaisen (2016, 3–4) laadullisessa seurantatutkimuksessa tarkastellaan ikääntyneiden yksinäisyyttä huomioiden tutkimukseen osallistuneiden ikääntyneiden menetetyt ja toteutumattomat sosiaaliset roolit sekä yksilön rakoilevan sosiaalisen saattueen. Yksinäisyyden kokemukset ovat kytköksissä toteutumattomiin sosiaalisiin rooleihin sekä erilaisiin sosiaalisiin rooleihin liittyviin toiveisiin. Nämä toiveet voivat liittyä esimerkiksi leskeksi jäämiseen, lapsettomuuteen, lapsenlapsettomuuteen, kumppanittomuuteen ja eläköitymiseen. (Tiilikainen 2016, 89.)

Rakoilevaan sosiaaliseen saattueeseen voi sisältyä erilaisia elämässä ilmenneitä tekijöitä ja tapahtumia, kuten ruumiin rajallisuus, ympäröivän kulttuurin vieraaksi kokeminen tai ystävyyssuhteiden vähyyt. Kyseiset tekijät ovat yhteydessä sosiaalisen osallisuuden kaventumiseen sekä sosiaalisissa suhteissa ilmenevien odotusten toteutumattomuuteen. (Tiilikainen 2016, 3–4.) Rakoileva sosiaalinen saattue on yhteydessä yksilön monenlaisiin kokemuksiin, joita ovat esimerkiksi osattomuus, yhteydentunteen puuttuminen sekä turvattomuuden kokemukset (Tiilikainen 2016, 125).

## 4 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

### 3.4 Tutkimuksen tarkoitus, tavoite ja tutkimusongelma

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen aiheena on ikääntyneen sosiaalisen toimintakyvyn tukeminen ikäteknologian avulla vanhustyössä. Kiinnitän huomiota erityisesti kotona asuvan asiakkaan sosiaalisen toimintakyvyn ylläpitämiseen ja edistämiseen. Sosiaalista toimintakykyä voidaan tarkastella kokonaisuutena, joka muodostuu yksilön ja hänen elinympäristönsä välisessä vuorovaikutuksessa (Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2015b). Kiihtyvä digitalisaatio luo uudenlaisia mahdollisuuksia ihmisten hyvinvoinnin tukemiselle (Turun kaupunki 2018a). Kirjallisuuskatsauksessa selvitän aikaisempia ikäteknologiasta tehtyjä tutkimuksia hyödyntäen, miten ikäteknologian avulla voidaan tukea ikääntyneiden sosiaalista toimintakykyä. Toteutan kirjallisuuskatsauksen Turun kaupungin Hyvinvointitoimialan vanhus- ja vammaispalveluiden avopalveluihin.

Asiakkaan toimintakyky vaikuttaa hänen kotona selviytymiseensä, mistä johtuen hänen toimintakykynsä tukeminen ja edistäminen ovat merkityksellisiä. Tukemalla väestön toimintakykyä, ikääntyneiden kotona selviytymistä sekä iäkkään väestön työssäjaksamista voidaan vaikuttaa yhteiskunnan sosiaaliseen ja taloudelliseen kestävyYTEEN sekä kansalaisten hyvinvointiin (Terveidenhuollon ja hyvinvoinnin laitos 2018). Tavoitteenani on muodostaa yleiskuva siitä, miten ikäteknologian avulla voidaan tukea ikääntyneen sosiaalisia suhteita, osallistumista ympäröivään yhteiskuntaan sekä lievittää koettua yksinäisyyttä. Kirjallisuuskatsauksessa kartoitan ikääntyneiden, heidän läheistensä ja ammattilaisten kokemuksia ja ajatuksia ikäteknologian hyödyntämisestä asiakkaan sosiaalisen toimintakyvyn tukemiseksi.

Palveluohjauksen avulla mahdollistetaan oikeanlainen ja oikea-aikainen tuki asiakkaalle, kun sosiaalialan ammattilaisella on tietämys tarjolla olevista ja tulevista ikäteknologiaan liittyvistä ratkaisuista asiakkaan hyvinvoinnin tukemiseksi. Jotta voisimme arvioida, miten ikäteknologiaa voisi hyödyntää asiakkaan sosiaalisen toimintakyvyn tukemisessa, tarvitsemme lisää tietoa ikäteknologian hyödyistä, kehittämiskohteista sekä olemassa olevasta ikäteknologiasta, jonka avulla voidaan tukea asiakkaan sosiaalista toimintakykyä. Erilaiset toimijat voivat hyödyntää käsiteltävään aiheeseen liittyvää tutkimustietoa suunnitellessaan teknologisten laitteiden ja sovellusten käyttöönottoa kotihoidossa.

Tutkimusongelma:

1. Miten ikätekniikan avulla voidaan tukea ikääntyneiden sosiaalista toimintakykyä?

### 3.5 Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Toteutin opinnäytetyöni kuvailevana kirjallisuuskatsauksena. Kirjallisuuskatsauksella voidaan tarkoittaa artikkelia, esitelmäpaperia tai sellaista tutkielman osaa, jossa analysoidaan valitusta teemasta tehtyä aiempaa tutkimusta. Laatiessani kirjallisuuskatsausta arvioin, vertailen, luokittelen ja kommentoin aiheesta laadittua aikaisempaa ja olennaista tietoa sisältäviä tutkimuksia. Kirjallisuuskatsauksen tavoitteena on suhteuttaa aiemmin tehtyä tutkimusta omaan tutkimukseen. (Turun yliopisto 2017.)

Kuvailevalla kirjallisuuskatsauksella tarkoitetaan yleiskatsausta käsiteltävään aiheeseen. Aineiston valintaa eivät rajoita metodiset säännöt, mistä johtuen käytetyt aineistot voivat olla laajoja. Kuvailevaa kirjallisuuskatsausta voidaan käyttää itsenäisenä metodina tai osana muiden metodien käyttöä, esimerkiksi ennen systemaattisen kirjallisuuskatsauksen toteuttamista. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus voidaan toteuttaa narratiivisena kirjallisuuskatsauksena, jonka tavoitteena on saada mahdollisimman laaja käsitys valitusta aiheesta. Sen avulla voidaan myös pyrkiä kuvaamaan aiheen historiaa ja kehityksenkulkua. (Salminen 2011, 6–7.) Tarkoitukseni on saada mahdollisimman kattava kokonaiskuva tarjolla olevasta kirjallisuudesta ja tutkimuksesta käsiteltävään aiheeseen liittyen.

Prosessin vaiheet ovat osa opinnäytetyön kirjoitusta. Suunnitelmaa tehtäessä on hyvä tiedostaa koko prosessi kaikkine vaiheineen ja edetä järjestelmällisesti. Seuraavat vaiheet ajoittuvat sykleinä pitkin opinnäytetyön prosessia ja useat vaiheet tulevat toistumaan. Aiheen valinnan jälkeen seuraavat neljä vaihetta, joita ovat tiedon keruu, materiaalin arviointi, tiedon järjestely ja kirjoitustyö. Opinnäytetyön aikana käsiteltävä aineisto ja ymmärrys käsiteltävästä aiheesta karttuvat. (Hirsjärvi ym. 2009, 63–65.) Opinnäytetyössä voidaan hyödyntää valmiita aineistoja (Hirsjärvi ym. 2009, 186–190). Kirjallisuuskatsausta laadittaessa tulee arvioida saatavilla olevan kirjallisuuden ja tehdyn tutkimuksen yhteyttä käsiteltävään aiheeseen (Hirsjärvi ym. 2009, 259).

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tutkimuskysymykset eivät ole niin tiukkaan rajattuja kuin systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa tai meta-analyysissä (Salminen 2011, 7).

Ikäteknologian hyödyntäminen ikääntyneiden kanssa tehtävässä työssä on ajankohtainen aihe. Kirjallisuuskatsauksen avulla haluan kartoittaa, minkälaisia mahdollisuuksia ikäteknologian hyödyntäminen luo ikääntyneen sosiaalisen toimintakyvyn tukemiseksi. Tavoitteeni on perehtyä tutkimukseen ja kirjallisuuteen, joka keskittyy ikäteknologian hyödyntämiseen vanhuspalveluissa, ja erityisesti asiakkaan kotona järjestettävissä palveluissa. Ikäteknologian mahdollisuudet lievittää kotona asuvien ikääntyneiden yksinäisyyttä sekä edistää kokonaisvaltaisesti heidän sosiaalista hyvinvointiaan on kiinnostava näkökulma, johon perehtyminen loisi pohjaa jatkotutkimuksille sekä erilaisen sosiaalista toimintakykyä tukevan ikäteknologian valinnalle ja käyttöönoton kannattavuuden arvioinnille.

Vaikka tiedonhaku tapahtuu koko prosessin aikana, suunnitelmaa tehtäessä toteutetaan alustava tiedonhaku avainsanoja hyväksikäyttäen (Hirsjärvi ym. 2009, 90–94). Suunnitellessani käytettäviä avainsanoja huomioin niiden yhteyden kirjallisuuskatsauksen aiheeseen ja asetettuun tutkimuskysymykseen. Avainsanojen valikoitumiseen vaikutti alustava tiedonhaku, joka kertoi saatavilla olevan tiedon määrästä. Etsiessäni tietoa ikäteknologista saatavilla oli monenlaisia oppaita, julkaisuita ja raportteja käsiteltävästä aiheesta. Monet oppaat ja julkaisut auttoivat hahmottamaan käytettävissä olevan ikäteknologian tarjoamia mahdollisuuksia yksilön toimintakyvyn edistämiseksi kokonaisvaltaisesta näkökulmasta. Koska kirjallisuuskatsaus keskittyy ikäteknologian käytön aiheuttamiin vaikutuksiin ikääntyneen sosiaaliseen toimintakykyyn, tiedonhaun tuottamista materiaaleista karsiutui pois sellaiset tutkimukset, jotka eivät käsitelleet lainkaan yksilön toimintakyvyn sosiaalista ulottuvuutta.

Kirjallisuuskatsaukseen valikoitua tutkimustietoa ikäteknologian käytöstä sosiaalisen toimintakyvyn tukemisessa on haettu erilaisista tiedonlähteistä; Google Scholar -hakukoneesta, Finna-tietokannasta ja ammattikorkeakoulujen Theseus -tietokannasta. Perehdyin myös avainsanoihin liittyvään kirjallisuuteen aineiston keräämiseksi. Tiedonhaussa käytettyjä avainsanoja olivat ikäteknologia, hyvinvointiteknologia, teknologia, hyvinvointi, sosiaalinen toimintakyky, kotihoito, kotona asuva ikääntynyt, ikäihmiset, ikääntynyt ja digitaaliset pelit.



Taulukko 1. Toteutunut tiedonhaku suomenkielisiä avainsanoja hyödyntäen.

Tietokanta	Ikätekno- logia OR hy- vinvointi- teknologia OR tekno- logia	Kotihoito OR kotona asuva ikäntynyt	Ikätekno- logia OR hy- vinvointi- teknologia OR tekno- logia AND kotihoito OR kotona asuva ikäntynyt	Hyvinvointi AND ikään- tynyt OR ikäihminen	Digitaaliset pelit AND ikäntynyt OR ikäihmi- nen	Ikätekno- logia OR hyvinvoin- titekno- logia OR teknologia AND kotihoito OR kotona asuva ikäntynyt AND sosiaali- nen toiminta- kyky
Google Scholar	33 500	7 130	2 480	4 940	206	32
Theseus	16 394	350	84	29 071	873	51
Finna	9 841	47	0	8 434	241	0

Kirjallisuuskatsausta tehdessäni hyödynsin niin suomenkielisiä, ruotsinkielisiä kuin englanninkielisiä lähteitä, mistä johtuen tiedonhaussa on hyödynnetty käytettyjä avainsanoja kyseisillä kielillä. Suurin osa tiedonhausta toteutui suomen- ja englanninkielisiä avainsanoja hyödyntäen. Kirjallisuuskatsauksen aineiston haussa on käytetty erilaisia termejä kattavan aineiston saavuttamiseksi. Avainsanojen valikoitumiseen vaikuttivat aiheeseen liittyvä aiempi kirjallisuus ja tutkimustieto. Käsiteltävää aineistoa ei ole rajattu pelkästään kotihoidossa toteutettuihin tutkimuksiin, sillä kyseisen rajauksen noudattaminen vähensi paljon saatavilla olevia ja käsiteltävään aiheeseen liittyviä tutkimuksia. Tästä johtuen aineiston haussa ja valikoinnissa on huomioitu myös sellaiset tutkimukset, joita ei ole toteutettu kotihoidon palveluissa.

Taulukko 2. Toteutettu tiedonhaku englanninkielisiä avainsanoja hyödyntäen.

Tietokanta	Welfare technology OR technology	Home care	Welfare technology OR technology AND Home care	Welfare AND elderly OR elder	Digital games AND elderly OR elder	Welfare technology OR technology AND home care AND elderly OR elder AND social functionality
Google Scholar	2 860 000	4 600 000	1 610 000	1 820 000	206	14 100
Theseus	9 868	4 568	1 598	9 868	873	509
Finna	5 997	1 009	12	5 997	241	4

Avainsanojen avulla toteutetun tiedonhaun jälkeen valikoin aineistosta otsikon perusteella sellaisia tutkimuksia, jotka liittyivät ikääntyneen sosiaalisen toimintakyvyn tukemiseen ikäteknologisten ratkaisujen avulla. Valikoituihin tutkimuksiin perehdyin huolellisemmin tarkastellen niitä erilaisista näkökulmista. Valikoidessani käsittelyn kohteeksi tulevia tutkimuksia, otin huomioon niiden laajuuden, julkaisun ajankohdan ja yhteyden kirjallisuuskatsauksessa esitettyyn tutkimuskysymykseen. Tavoitteeni oli keskittyä kansainvälisiin ja tuoreisiin lähteisiin. Aineistoon on valikoitunut kymmenen erilaista tutkimusta, jotka on julkaistu ajalla 2010-2018. Käsiteltäviä tutkimuksia valikoitui Google Scholar -hakukoneen avulla kuusi kappaletta, Finna-tietokannasta yksi kappale ja ammattikorkeakoulujen Theseus -tietokannasta kolme kappaletta. Aineistoon ei valikoitunut yhtään tutkimusta aiheeseen liittyvästä kirjallisuudesta.

Liite 1 esittelee kirjallisuuskatsaukseen valittuja tutkimuksia. Perehdyin kyseiseen aineistoon huolellisesti, jotta pystyisin muodostamaan mahdollisimman laajan kuvan käsiteltävästä aiheesta. Narratiivisen kirjallisuuskatsauksen avulla voidaan tuoda esille ajantasaista tutkimustietoa, vaikka sitä hyödyntämällä ei päästä analyttisiin tuloksiin (Salminen

2011, 7– 8). Kirjallisuuskatsauksen tuloksissa luokittelen ja tarkastelen valittuja tutkimuksia.

## 5 TULOKSET

### 5.1 Teknologiset välineet

Vuosina 1998-2000 toteutettiin Arjen aalloilla -kehittämisprojekti ja tutkimus äänipalveluohjelmasta, jonka tavoitteena oli yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa, kuten musiikkiterapian ja käyttäytymistieteiden asiantuntijoiden, kehittää ja tuotteistaa erilaisia ääniympäristöjä ikääntyneiden asuinympäristöissä hyödynnettäväksi. Kehittämisprojektista syntyi Äänipalvelu Sävelsirkku, joka pitää sisällään ääniohjelma-arkiston, ohjelman valintaan, suunnitteluun ja kuunteluun suunnitellun laitteiston. (Mäki 2011, 11.) Raappanan ja Valli (2018, 25–26) toteuttivat opinnäytetyönsä laadullisena tutkimuksena, jossa selvitettiin asiakkaiden kokemuksia Äänipalvelu Sävelsirkun hyödyntämisestä Keminmaan kotikuntoutuksessa. Illmanin (2017, 29–30) opinnäytetyö taas käsitteli Sävelsirkku-menetelmän tarjoamia mahdollisuuksia muistisairaana asiakkaan osallisuuden tukemisessa. Tutkimuksen aineisto on kerätty Sävelsirkun käyttäjille suunnatun asiakaskyselyn sekä havainnoinnin ja sen tukena olevien teemahaastattelujen avulla (Illman 2017, 33–34).

HyvinvointiTV:n avulla voidaan tarjota asiakkaalle erilaisia e-hyvinvointipalveluja, jotka voivat sisältää keskustelua erilaisten ammattilaisten, kuten lääkärin tai papin kanssa, tai osallistumista erilaisiin tapahtumiin kotoa käsin, kuten hartaustilaisuuteen (Ahola 2010, 17–20). Khosravi, Rezvani ja Wiewiora (2016, 595–598) tarkastelevat tutkimuksessaan, voiko teknologian avulla tukea ikääntyneiden hyvinvointia. Tutkimuksessa luettiin erilaista ikääntyneille suunnattua teknologiaa, kuten tietotekniikkaa, videopelejä ja robotiikkaa. Myllymäen (2017, 2–5) toteuttamassa tutkimuksessa hyödynnettiin etäyhteysrobotti Doublerobottia, jonka avulla pystyttiin mahdollistamaan omaisten virtuaaliläsnäolo. Etäkäyttäjän oli mahdollista liikuttaa läsnäolorobottia kauko-ohjauksella.

Fredricksonin ja Landevikin (2015, 5) toteuttamassa systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa kartoitetaan ikääntyneiden kokemuksia matkapuhelimen ja internetin käytön tarjoamasta sosiaalisesta tuesta. Vántänen (2015, 1) tarkastelee tutkielmassaan kotona asuvien ikääntyneiden kokemuksia teknologian välityksellä toteutettavasta sosiaalisesta tuesta, kommunikaatio- ja aktiivisuudenseurantajärjestelmästä sekä siihen liittyvästä ohjelmasta Juttutuvasta. Ikääntyneillä henkilöillä, heidän läheisillään ja ammattilaisilla oli käytössään tablettitietokone, johon oli kytketty Juttutupa-ohjelma. Ikääntyneiden kotiin asennettiin myös hänen aktiivisuuttaan mittaavia antureita. Juttutupa-ohjelman kautta

ikäntyneet, omaiset ja työntekijät pystyivät lähettämään toisilleen viestejä ja kuvia. (Väntänen 2015, 23–24.)

Khosravi, Rezvani ja Wiewiora (2016, 598–600) käsittelivät tutkimuksessaan robotiikkaa ja videopelejä. Robotiikan avulla voidaan lieventää ikääntyneiden yksinäisyyttä. Tutkimuksen tuloksissa nostetaan esille robotiikkaan perustuvat lemmikit, joiden avulla voidaan vähentää yksinäisyyttä ja eristäytyneisyyttä ilman eläinten tuomaa infektioriskiä. Tutkimuksessa esille nostettu videopeli Wii vaikuttaa positiivisesti ikääntyneiden kokeaman yksinäisyyden lievittämisessä. Jotta ikääntyneet voisivat tutustua erilaisiin digitaalisiin peleihin, tulisi olla tarjolla neuvontaa ja opastusta pelaamiseen (Intosalmi ym. 2013, 109).

KÄKÄTE-projektin Ikäihmiset ja digitaaliset pelit -kyselyssä (Intosalmi ym. 2013, 102–111) kartoitettiin ikääntyneiden kokemuksia ja näkemyksiä digitaalisten pelien pelaamisesta. Kun ikääntyneitä tarkastellaan digitaalisten pelien käyttäjinä, tulee ottaa huomioon ikääntymisen vaikutukset ihmisen toimintakykyyn. Ikääntyminen vaikuttaa ihmisen fyysiseen ja kognitiiviseen toimintakykyyn, mikä näkyy esimerkiksi reaktionopeuden hidastumisena sekä motoriikan ja muistin heikentymisenä. Digitaalisten pelien pelaaminen voi virkistää, lisätä elämäniloa sekä luoda mahdollisuuksia yhteiseen tekemiseen, sillä pelejä voi pelata myös yhdessä muiden kanssa niin samassa tilassa kuin internetin välitykselläkin. Ikääntyneet kokivat liikaa pelaamiseen sisältyvän negatiivisia puolia, kuten passivoitumista ja riippuvuutta.

## 5.2 Ikäteknologian hyödyt sosiaalisen toimintakyvyn tukemisessa

Sävelsirkku voidaan nähdä toimivana menetelmänä ja työkaluna asiakkaiden toimintakyvyn tukemisessa. Sävelsirkku-ohjelma tarjoaa monipuolisesti erilaista toimintaa, johon asiakas voi halutessaan osallistua. (Illman 2017, 54.) Tutkimuksessa toteutettujen kyselyjen mukaan Sävelsirkun käytöllä on positiivisia vaikutuksia muistisairaiden asiakkaiden vireystilaan, mielialaan, sanattoman kommunikaation määrään sekä motorisen levottomuuden ilmenemiseen. Menetelmän käyttö herätti keskustelua toimintatuokioiden aikana ja vaikutti positiivisesti yhteisen toiminnan määrään. Sävelsirkku-menetelmän avulla pystyttiin lisäämään asiakkaiden osallisuutta vaikuttamalla positiivisesti asiakkaiden valinnanmahdollisuuksiin, itsetuntoon, kuulluksi tulemisen mahdollisuuksiin sekä erilaisten muistijälkien aktivoitumiseen. (Illman 2017, 45–47.)

Tutkimuksen aikana tehdyt havainnot tukivat toteutettujen kyselyn tuloksia. Menetelmä tuki asiakkaiden asiantuntijaroolia, sosiaalista vuorovaikutusta sekä onnistumisen kokemuksia. (Illman 2017, 47–50.) Raappanan ja Vallin (2018, 25–26) toteuttamassa tutkimuksessa käsiteltiin asiakkaiden kokemuksia Äänipalvelu Sävelsirkun hyödyntämisestä Keminmaan kotikuntoutuksessa. Tutkimuksen tulokset ilmaisivat, että palvelulla on positiivisia vaikutuksia asiakkaiden tarkoituksellisuuden tunteeseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin sekä arjen mielekkyyteen. Äänipalvelu Sävelsirkun tarjoamat virikkeet koettiin mielekkäinä ja ne lisäsivät Keminmaan kotikuntoutukseen osallistuvien asiakkaiden tarkoituksellisuuden tunteita. Ikääntyneet kokivat virikepalvelun käytön sosiaalisesti virkistävänä, mikä lievensi heidän yksinäisyyden tunteitaan. Postin työntekijät osallistuivat virikepalvelun käyttöön asiakkaan kodeissa, mikä voidaan nähdä yksinäisyyttä lievittävänä tekijänä. Sävelsirkku-palvelun käyttö vaikutti positiivisesti asiakkaiden viireystilaan, sosiaaliseen virkistäytymiseen sekä se toi vaihtelua arkeen (Raappana & Valli 2018, 21–22).

Ahola (2010, 7) tarkasteli tutkimuksessaan e-hyvinvointivointipalvelujen hyödyntämistä HyvinvointiTV:n avulla ikääntyneiden hyvinvoinnin tukemisessa. E-hyvinvointipalvelujen avulla voidaan tukea ikääntyneen asiakkaan sosiaalista toimintakykyä, esimerkiksi edistämällä turvallisuuden tunnetta ja yhteisöllisyyttä. Palvelut soveltuvat neuvonnan, konsultaation ja vuorovaikutuksellisten palvelujen tarjoamiseen. Niitä voidaan hyödyntää muiden asiakastapaamisten tukena, sillä e-hyvinvointipalvelut eivät korvaa kasvokkain tapahtuvaa vuorovaikutusta eikä työntekijän fyysistä läsnäoloa edellyttäviä tehtäviä. (Ahola 2010, 39–42.)

Chen ja Schulz (2016) käsittelivät kirjallisuuskatsauksessaan 25 erilaista julkaisua, jotka käsittelivät tieto- ja viestintäteknologian tuomia mahdollisuuksia ikääntyneiden sosiaalisen eristäytyneisyyden ennaltaehkäisyssä ja vähentämisessä. Käsitellyt julkaisut olivat toteutettu ajalla 2002-2015 12 eri maassa: Itävallassa, Kanadassa, Suomessa, Israelissa, Alankomaissa, Uudessa-Seelannissa, Norjassa, Sloveniassa, Ruotsissa, Taiwanissa, Iso-Britanniassa ja Yhdysvalloissa. Julkaisut osoittivat, että tieto- ja viestintäteknologian hyödyntämisellä oli positiivisia vaikutuksia sosiaaliseen tukeen, sosiaaliseen yhteenkuuluvuuteen ja sosiaaliseen eristäytyneisyyteen, joskaan yksinäisyyteen liittyvät tutkimustulokset eivät olleet ratkaisevia.

Fredrickson ja Landevik (2015, 12–15) totesivat kirjallisuuskatsauksessaan, että matkapuhelimen ja internetin käytöllä on positiivisia vaikutuksia ikääntyneiden arkeen. Kirjalli-

suuskatsaus viittasi siihen, että ikääntyneiden ollessa yhteydessä läheisiinsä matkapuhelimen tai internetin välityksellä he kokivat vähemmän yksinäisyyden tunteita, lisääntyntä yhteenkuuluvuuden tunnetta ja olivat sosiaalisesti aktiivisempia. Ikääntyneiden vähentyneet yksinäisyyden kokemukset sekä lisääntynyt hyvinvointi olivat yhteydessä tyytyväisyyteen ihmissuhteissa sekä mahdollisuuden osallistua tukiryhmiin.

Chen ja Schulz (2016) toivat myös esille kirjallisuuskatsauksessaan tieto- ja viestintätekniiikan tuomia etuja. Ikääntyneiden sosiaalista eristäytyneisyyttä voidaan lievittää hyödyntämällä tieto- ja viestintäteknologiaa, jonka avulla ikääntyneitä voidaan tukea olemaan yhteydessä ulkomaailmaan ja osallistumaan erilaisiin aktiviteetteihin ja kiinnostuksen kohteisiin. Teknologian avulla voidaan vahvistaa ikääntyneiden sosiaalista tukiverkkoa sekä tukea heidän itsetuntoaan. Kirjallisuuskatsauksessa viitattiin siihen, että teknologian hyödyntäminen voisi olla tehokas keino ikääntyneiden eristäytyneisyyden lievittämisessä. Tieto- ja viestintäteknologian tuomat hyödyt ovat kuitenkin yksilöllisiä eikä sen käyttö sovellu kaikille käyttäjille. Kirjallisuuskatsauksessa nousi esille tieto- ja viestintäteknologian aiheuttamien positiivisten vaikutusten kesto, mikä nähtiin lyhytaikaisena kestään korkeintaan puoli vuotta toteutetun intervention jälkeen. Monet käsitellyistä julkaisuista tukivat tieto- ja viestintäteknologian positiivisia vaikutuksia, joskin jotkut julkaisuista eivät osoittaneet lainkaan merkittäviä tai positiivisia vaikutuksia tieto- ja viestintäteknologiaan liittyen.

Khosravin, Rezvnanin ja Wiewioran (2016, 595–598) tutkimus on systemaattinen kirjallisuuskatsaus, jonka tavoitteena on kartoittaa sellaisia teknologisia ratkaisuja, joiden avulla pyritään lieventämään sosiaalista eristäytyneisyyttä ja yksinäisyyttä. Kyseisen kirjallisuuskatsauksen tulokset tukevat aiemmin tehtyjä tutkimuksia. Kirjallisuuskatsaus toi esille, että erilaisen tietotekniikan käytöllä, kuten tietokoneiden ja internetyhteyden hyödyntämisellä, on positiivisia vaikutuksia ikääntyneiden elämään. Tietotekniikan käyttö voi vähentää yksinäisyyttä ja sosiaalista eristäytyneisyyttä. Sosiaalisten yhteisö sivujen avulla voidaan tukea ikääntyneiden hyvinvointia, sillä yhteisö sivut mahdollistavat yhteydenpidon ikääntyneen ja hänen kaukana asuvien ystäviensä ja sukulaistensa kanssa.

Myllymäki toteutti opinnäytetyönsä laadullisena tutkimuksena, jossa selvitettiin kahden Keinupuistokeskuksen palvelutalon asukkaan ja hänen omaisensa kokemuksia osapuolien välisestä etäläsnäolosta (Myllymäki 2017, 16–17). Tutkimukseen osallistujat kokivat Doublerobotin mahdollistaman kuvayhteyden vahvistavan läsnäolon tunnetta, mikä tekee vuorovaikutustilanteesta konkreettisemmän. Mahdollisuus muodostaa kuvayhteys ikääntyneen ja asukkaan välille lisäsi omaisen turvallisuuden tunnetta ja lievitti läheisen

voinnista herättänyttä huolta. (Myllymäki 2017, 27–29.) Myllymäen (2017, 33) tutkimus toi esille myös etäläsnäöloon liittyviä haasteita. Osa tutkimukseen osallistuneista omaisista koki etäyhteyden yksipuolisena ja kiusallisena, sillä vain omaiset pystyivät ottamaan yhteyden asukkaisiin Doublrobotin avulla.

Tablettitietokoneella käytettävän Juttutupa-ohjelman avulla voitiin tukea osallistujien sosiaalista vuorovaikutusta, ja sen koettiin olevan hyödyksi yksin ja maaseudulla asuville ikääntyneille (Väntänen 2015, 1–2). Väntänen (2015, 55–56) toteuttamissa haastattelussa Juttutupa-sovelluksen käyttöön liittyen nousi esille muiden ihmisten läheisyyden merkitys ikääntyneen turvallisuuden kokemukselle. Ikääntynyt voi tarvittaessa saada apua läheisiltään, ja olla heihin yhteydessä Juttutupa-sovelluksen kautta. Juttutupa-sovelluksen kautta ikääntynyt voisi olla yhteydessä läheisiinsä, esimerkiksi puhelimen ollessa epäkunnossa. Osallistujat toivoivat, että Juttutupa-sovellukseen lisättäisiin muita toimintoja, kuten pelejä ja videopuhelutoiminto (Väntänen 2015, 63–64).

### 5.3 Ikäteknologian mahdollisuudet

Marika Nordlundin (2010, 13–19) laatimassa raportissa Vallin ja VTKL:n jäsenyhteisöjen teknologiakyselyjen tuloksista käsitellään ikääntyneiden vuorovaikutuksen lisäämistä hyödyntämällä käytössä olevaa ikäteknologiaa. Jäsenyhteisöjen käytössä olevasta teknologiasta yleisin oli turvapuhelinpalvelu, kun taas erilaista viriketeknologiaa, muistiapuvälineitä ja paikannuslaitteita oli käytössä vähän. Osalla jäsenyhteisöistä oli käytössään muuta ikäteknologiaa, esimerkiksi hyvinvointirannekkeita, asukas-tv, Skype, median kautta tarjottavia virikepalveluita sekä tietokone, jonka avulla annetaan käyttöopastusta asukkaan kotona.

KÄKÄTE-hankkeen teknologiakyselyssä jäsenyhteisölle selvisi, että ikääntyneet haluaisivat olla yhteydessä sukulaisiin, ystäviin sekä hoitohenkilökuntaan. Teknologiakyselystä ilmeni, että yhteydenpidon lisäksi ikääntyneet toivoivat erilaisia vuorovaikutuksellisia virikkeitä. Vuorovaikutuksellisia ja elämyksellisiä virikkeitä voivat olla esimerkiksi erilaiset teatteriesitykset ja konsertit, joita ikääntyneet voivat päästä seuraamaan. Lisäksi kiinnostusta herätti erilaisiin harrastuspiireihin osallistuminen teknologian avulla. Yhteydenpitoa tukevia ja vuorovaikutuksellisia virikkeitä mahdollistavia teknologisia laitteita ovat esimerkiksi hyvinvointi-tv, kuvapuhelin sekä internet-yhteyden omaava tietokone. Esille nousi kuvapuhelunyhteyden hyödyntäminen, jonka avulla pystyttäisiin saamaan nope-



asti yhteys niin asiakkaaseen kuin työkavereihinkin. Vastauksissa nousi esille vapaaehtoistyöntekijöiden foorumi, joka tukisi yhteiseen keskusteluun osallistuvien vuorovaikutusta, oppimista ja kouluttamista. Erilaisten yhteydenpito- ja osallistumismahdollisuuksia lisäävien teknologisten ratkaisujen voitaisiin nähdä lievittävän ikääntyneiden yksinäisyyttä. (Nordlund 2010, 15–24.)

Jäsenyhteisöjen teknologiakyselyssä korostui joidenkin vastaajien kriittinen suhtautuminen teknologiaan. Teknologiaa ei välttämättä koeta hyödylliseksi tai teknologisia laitteita koetaan olevan jo riittävästi. Asiakkaiden motivointi ikätekniikan käyttöön voi olla haasteellista. Ratkaisuksi tarjottiin neuvonnan ja tiedonjaon lisäämistä teknologisiin palveluihin liittyen sekä teknologisten palvelujen lisäämistä palvelutalojen viriketoimintaan asiakkaiden kiinnostuksen lisäämiseksi. (Nordlund 2010, 21–22.)

Väntänen (2015, 45–46) toi esille toimintakyvyn heikentymisen yhteyden ikääntyneen kykyyn liikkua kodin ulkopuolella. Tämän voidaan nähdä olevan yhteydessä yksinäisyyden kokemukseen. Tutkimukseen osallistujat kertoivat liikkumiseen liittyvien haasteiden vaikuttavan ystävyys-suhteisiinsa. Juttutupa-sovellus voidaan nähdä yhdenlaisena seurustelumuotona ja yhtenä viestimisen välineenä matkapuhelimen lisäksi. Kun ikääntynyt osaa käyttää sovellusta, sen voidaan nähdä lieventävän yksinäisyyden kokemusta sekä tiivistävän yhteydenpitoa läheisten ja ammattilaisten kanssa. Myllymäen (2017, 2) tutkimuksesta nousi esille ikääntyneiden omaisten ehdotus, jossa Doublerobotin mahdollistama etäläsnäoloa hyödynnettäisiin esimerkiksi yhteisten tapaamisten ja palaverien, kuten omahoitajatapaamisten ja hoitopalaverien, järjestämisessä.

## 6 POHDINTA

### 6.1 Luotettavuus ja eettisyys

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen toteuttamisessa hyödynsin eri tavoin toteutettua tutkimustietoa, mikä antoi erilaisia näkökulmia tarkasteltavaan aiheeseen. Käsiteltävään lähdemateriaaliin sisältyi kansallisia ja kansainvälisiä tutkimuksia. Pyrin tarkastelemaan aihetta koskevaa tutkimusta ja kirjallisuutta kriittisesti, jotta saisin mahdollisimman ajankohtaisen ja todenmukaisen kuvan käsiteltävästä aiheesta. Monissa lähdeaineistoissa käsiteltiin laajasti ikäteknologiaa sekä sen hyötyjä ja kehittämisenkohteita. Koska kirjallisuuskatsaus keskittyy erityisesti ikääntyneen sosiaalisen toimintakyvyn tukemiseen ikäteknologian avulla, aineiston valikointi edellytti saatavilla olevan lähdemateriaalin tarkkaa seulontaa.

Katsaukseen valitut tutkimukset käsittelevät erilaisia ikäteknologisia ratkaisuja ja niiden vaikutuksia ikääntyneen hyvinvoinnille. Valikoituun aineistoon ei kuitenkaan ollut mahdollista ottaa tarkasteluun kaikkia ikäteknologisia palveluja ja ratkaisuja niiden suuren lukumäärän ja saatavilla olevan tiedon hajanaisuuden vuoksi. Suorittaessani tiedonhakuja jouduin käyttämään laaja-alaisia termejä, jotta löysin riittävästi tutkimuskysymykseeni liittyvää materiaalia. Sen sijaan, että olisin keskittänyt tiedonhaun ainoastaan kotihoidossa käytettyihin ikäteknologisiin ratkaisuihin, hain tietoa laaja-alaisesti ikäteknologian käytöstä erilaisissa vanhushoidoissa. Tiedonhaun rajauksen taustalla oli tarve koota laaja-alainen ja kattava aineisto käsiteltävään tutkimuskysymykseen liittyen. Jos olisin keskittynyt ainoastaan kotihoidossa tehtyihin tutkimuksiin, olisin mahdollisesti koonnut laajuudeltaan rajatumman aineiston.

Kirjallisuuskatsauksesta on rajattu joitakin kansainvälisiä tutkimuksia pois, sillä minulla ei ollut pääsyä tutkimuksiin hallinnoiviin tietokantoihin. Laatimani kuvailevan katsauksen luotettavuutta ja monipuolisuutta olisi lisännyt esteetön pääsy erilaisten kansainvälisten tutkimusten sisältöihin. Jotta saisin laajemman kuvan kansainvälisestä tutkimuksesta, valitsin osaksi käsiteltävää aineistoa kansainvälisiä kirjallisuuskatsauksia, joiden avulla pystyin muodostamaan kokonaisvaltaisemman kuvan käsitellyistä teemoista myös kansainvälisellä tasolla. Aineiston keruu tapahtui erilaisia tiedonlähteitä hyödyntäen, mikä auttoi tuomaan valittuun aineistoon ja sen pohjalla olevaan tietoperustaan vaihtelevuutta

ja erilaisia näkökulmia suhteessa tarkasteltavaan kokonaisuuteen. Kirjallisuuskatsauksen luotettavuutta ja lähteiden monipuolisuutta olisi lisännyt useampien hakukoneiden käyttö.

Eettisesti hyväksyttävän, luotettavan ja uskottavan tieteellisen tutkimuksen tekeminen edellyttää hyvien tieteellisten käytäntöjen noudattamista. Tutkimustyön toteuttamisessa ja tulosten arvioinnissa tulee noudattaa rehellisyyttä, huolellisuutta ja tarkkuutta. Hyviin tieteellisiin käytäntöihin kuuluu hyödynnettyyn aineistoon asianmukaisesti viittaaminen ja aiemmin tehdyn tutkimuksen kunnioittaminen. Kirjallisuuskatsauksen toteuttamisessa on noudatettu rehellistä, huolellista ja tarkkaa työskentelytapaa. Käytettyyn lähdemateriaaliin on viitattu asianmukaisesti aineiston laatijoita kunnioittaen. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2013, 6–7.)

## 6.2 Tulosten tarkastelu

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tarkoituksena oli kartoittaa jo olemassa olevaa tietoa ikätekniikan mahdollisuuksista tukea ikääntyneen sosiaalisia suhteita sekä lievittää yksinäisyyden kokemuksia. Keskityin erityisesti kotona asuvan asiakkaan sosiaalisen toimintakyvyn ylläpitämiseen ja edistämiseen. Kartoittamalla aiheeseen liittyvää tieteellistä tutkimusta tavoitteeni oli valikoida käsiteltäväksi aineisto, jonka avulla saadaan lisää tietoa ikätekniikan tarjoamista hyödyistä ikääntyneen sosiaalisen toimintakyvyn tukemisessa vanhustyössä. Käsittelemässäni aineistossa nousi esille ikääntyneiden, omaisten ja henkilökunnan kokemuksia ja toiveita ikätekniikan käyttöön liittyen.

Kotihoidossa on hyödynnetty erilaisia ikätekniikoita ja palveluita. Erilaista ikätekniikkaa ei ole tällä hetkellä kuitenkaan hyödynnetty tasapuolisesti koko Suomessa. Asiakkaan turvallisuutta lisäävien ratkaisujen hyödyntäminen on yleisempää verrattain esimerkiksi videopuheluyhteyden, palvelu-TV:n ja ateria-automaatin käyttöön (Hammar ym. 2017, 1–3). Erilaisia tekniikoita ratkaisuja, joiden voidaan nähdä soveltuvan ikääntyneiden toimintakyvyn ja hyvinvoinnin edistämiseen, on saatavilla. Tulevaisuudessa tulisi panostaa enemmän asiakastyössä hyödynnettävien ikätekniikoiden ratkaisujen monipuolisuuteen. Vanhuspalveluiden toimijoilla on vaihtelevasti käytössä erilaista ikätekniikkaa, joita ovat muun muassa käyttöopastuksessa hyödynnettävä tietokone, Skype sekä erilaiset median kautta tarjottavat virikepalvelut (Nordlund 2010, 19).

Tiettyjen ikäteknologisten laitteiden ja palvelujen käytöllä on havaittu positiivisia vaikutuksia ikääntyneen sosiaaliseen toimintakykyyn. Ikäteknologian avulla voitaisiin tarjota asiakkaille erilaisia virikkeitä ja tilaisuuksia yhteiseen tekemiseen. Sävelsirku-ohjelman tarjoamat virikkeet olivat mielekkäitä sekä ne lisäsivät ikääntyneiden tarkoituksellisuuden tunteita ja tarjosivat sosiaalista virkistäytymistä, mikä vaikutti asiakkaiden yksinäisyyden kokemuksiin (Raappana ja Valli 2018, 25–26). Sen avulla edistettiin muistisairaiden asiakkaiden mielialaa ja osallisuutta (Illman 2017, 45–47). Sävelsirku-ohjelman käytön on havaittu vaikuttavan positiivisesti ikääntyneiden vireystilaan (Illman 2017, 45–47; Raappana & Valli 2018, 21–22).

Vastaavanlaisesti eri tahojen välistä vuorovaikutusta tukevan Juttutupa-ohjelman voidaan nähdä lisäävän arjen mielekkyyttä, elämyksellisyyttä ja virkistymismahdollisuuksia (Väntänen 2015, 1–2). Sävelsirku-ohjelman käytöllä lisättiin muistisairaiden asiakkaiden sosiaalista vuorovaikutusta, tuettiin heidän asiantuntijuuttaan sekä luotiin onnistumisen kokemuksia (Illman 2017, 47–50). Virikepalvelun käyttöön asiakkaiden kodeissa osallistuivat Postin työntekijät, minkä voidaan nähdä vaikuttavan asiakkaiden yksinäisyyden kokemuksiin. Asiakkaat odottivat Postin työntekijän tuloa, mikä voidaan nähdä motivoivan virikepalvelun käyttöön. (Raappana & Valli 2018, 25–26.)

Erilaiset ikäteknologiset ratkaisut, jotka mahdollistavat ikääntyneen, omaisten ja henkilökunnan yhteydenpidon voivat vaikuttaa positiivisesti ikääntyneen turvallisuuden tunteeseen. Juttutupa-sovelluksella nähtiin olevan turvallisuuden tunnetta lisäävä vaikutus, kun ikääntynyt voi tarvittaessa olla yhteydessä läheisiinsä sovellusta hyödyntäen (Väntänen 2015, 55–56). Ikääntyneiden kotona pärjäämisen sekä yhteydenpidon tukemiseksi erilaisten tahojen välillä voitaisiin hyödyntää erilaisia teknologisia ratkaisuja. Etäläsnäolon hyödyntäminen antoi mahdollisuuden muodostaa kuvayhteys ikääntyneen ja hänen omaisensa välille, mikä lievitti herännyttä huolta omaisen voinnista (Myllymäki 2017, 27–29).

Ikäteknologisten laitteiden ja sovellusten avulla voidaan tarjota asiakkaille sosiaalisia virikkeitä, osallistumisen mahdollisuuksia ja virkistäytymistä. Ikääntyneen ollessa yhteydessä läheisiinsä matkapuhelimen tai internetin välityksellä voidaan lievittää yksinäisyyden kokemuksia sekä lisätä hyvinvointia ja sosiaalista aktiivisuutta (Fredrickson & Landevik 2015, 12–15). HyvinvointiTV:n tarjoaminen e-hyvinvointipalvelujen avulla voidaan tukea asiakkaiden sosiaalista toimintakykyä, esimerkiksi vahvistamalla turvallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemuksia. E-hyvinvointipalveluja voitaisiin hyödyntää osana muiden toimijoiden tarjoamia hyvinvointipalveluja ja työntekijän kotikäyntejä. (Ahola 2010,

39–42.) Ikäteknologian avulla mahdollistettavat palvelut voivat tukea asiakkaan sosiaalista toimintakykyä ja elämänlaatua sekä tarjota elämyksellisyyden kokemuksia. Kyseisiä palveluja voitaisiin hyödyntää osana muita ikääntyneiden asiakkaiden sosiaali- ja terveyspalveluja, kuten kotihoidon palveluja. Vastaavasti Juttutupa-sovelluksen voidaan nähdä olevan yhdenlainen seurustelumuoto ja viestimisien väline, jotka voidaan käyttää esimerkiksi matkapuhelimen ohella (Väntänen 2015, 45–46).

Suhtautuminen teknologian hyödyntämiseen ikääntyneiden asiakkaiden kanssa tehtävässä työssä vaihtelee, eikä sen käyttöä aina nähdä hyödyllisenä (Nordlund 2011, 21). Ikäteknologian käyttöön liittyy monenlaisia erityispiirteitä, joihin ammattilaisten tulisi kiinnittää huomiota. Jotta ikääntyneitä asiakkaita ja henkilökuntaa voidaan motivoida ikäteknologisten laitteiden käyttöön, tulee työntekijällä olla yleiskuva sosiaalista toimintakykyä tukevien teknologisten ratkaisujen eduista ja haasteista sekä asiakkaiden tarpeista ja toiveista.

Kirjallisuuskatsauksen lähdeaineistossa korostui ikääntyneille annettavan neuvonnan ja ohjauksen merkitys ikäteknologiaan liittyen. Kun hyödynnetään teknologiaa vanhustyössä, tulisi ottaa huomioon ikääntyneiden erityistarpeet (Leikas & Launiainen 2016, 8). Nordlundin (2010, 21–22) mukaan asiakkaiden motivointi ikäteknologian käyttöön voidaan nähdä haasteena, ja ikäteknologian käyttöön voidaan suhtautua kriittisesti. Ikäteknologian käyttöön motivoiminen edellyttää ohjauksen ja neuvonnan antamista. Opastuksen avulla ikääntyneet voisivat tutustua uudenlaiseen teknologiaan, kuten digitaalisten pelien pelaamiseen (Intosalmi ym. 2013, 109).

Kirjallisuuskatsauksessa käsitelty lähdeaineisto viittaa siihen, että ikäteknologialla voi olla positiivisia vaikutuksia yksilön sosiaalisen toimintakyvyn ylläpitämisessä ja edistämisessä. Esimerkiksi tieto- ja viestintätekniikkaa hyödyntämällä voitaisiin tukea asiakkaiden osallisuutta ympäröivään yhteiskuntaan sekä osallistumista erilaisiin kiinnostuksen kohteisiin (Chen & Schulz, 2016). Hyödyntämällä erilaista tietotekniikkaa, kuten tietokoneita ja sosiaalisia yhteisö sivuja, voidaan tukea yksilön sosiaalisia suhteita, yhteenkuuluvuuden tunnetta sekä vähentää yksinäisyyttä (Khosravi ym. 2016, 595–598). Ikäteknologisten ratkaisujen hyödyntämällä voidaan tukea ikääntyneiden ja hänen omaistensa yhteydenpitoa, lisätä ikääntyneen osallisuutta sekä tarjota erilaisia aktiviteetteja. Yksinäisyyden ja eristäytyneisyyden helpottamiseksi nostettiin esille myös robotiikka (Khosravi ym. 2016, 598–600).

Suurin osa katsaukseen valituista tutkimuksista toi esille erilaisia ikäteknologian tuomia hyötyjä ikääntyneiden sosiaalisen toimintakyvyn tukemiseen ja yksinäisyyden lievittämisessä. Käsitellystä aineistosta nousi myös esille ikäteknologiaan käyttöön liittyviä haasteita. Erilaisten ikäteknologisten laitteiden ja sovellusten soveltuvuutta asiakkaiden käyttöön tulee arvioida, jotta asiakas voisi todella hyötyä ikäteknologian käytöstä. Chen ja Schulz (2016) toteavat tutkimuksessaan tieto- ja viestintäteknologian käytöllä ikääntyneen sosiaalisen toimintakyvyn tukemisessa olevan monenlaisia etuja, joskaan tehtyjen tutkimusten tulokset eivät ole täysin yhteneviä. Kaikki käsitellyt julkaisut eivät osoittaneet merkittäviä tai positiivisia vaikutuksia käytettyyn tieto- ja viestintäteknikkaan liittyen. Tieto- ja viestintäteknikan tuottamat hyödyt ikääntyneelle ovat yksilökohtaisia, eikä sen käytön voida nähdä hyödyttävän kaikkia. Tieto- ja viestintäteknikkaan liittyvien interventioiden aiheuttamien positiivisten vaikutusten nähdään olevan lyhytaikaisia yksilön elämässä.

Henkilökunnan arvioidessa, minkälaisia mahdollisuuksia ikäteknologia toisi ikääntyneille, esille nousi erilaiset vuorovaikutukselliset ja elämykselliset virikkeet, harrastustoimintaan osallistuminen sekä yhteydenpito ikääntyneiden, omaisten ja henkilökunnan välillä (Nordlund 2010, 15–24). Jotta työntekijät voivat suositella asiakkaalle erilaisen teknologian käyttöä ja arvioida sen käytettävyyttä, tulee heidän tietää, minkälaisia mahdollisuuksia ikäteknologia tarjoaa ja mitä käyttäjät toivovat teknologisilta palveluilta ja sovelluksilta. Ikääntyneille soveltuvan teknologian hyödyntäminen asiakastyössä sisältää eettistä pohdintaa, esimerkiksi asiakkaan itsemääräämisoikeuteen ja yksityisyyteen liittyen. Asiakkaan ja hänen omaistensa välille muodostettu etäyhteys voi tuntua yksipuoliselta ja vaivaannuttavalta, jos ikääntyneellä ei ole samanlaisia oikeuksia aloittaa etäyhteyden välityksellä käytyä vuorovaikutusta kuin omaisella (Myllymäki 2017, 33).

On olemassa monenlaisia ikäteknologisia ratkaisuja, joiden asiakaslähtöisellä käytöllä voidaan tukea ikääntyneiden sosiaalista toimintakykyä ja hyvinvointia. Ikääntymiseen liittyvät erityispiirteet, kuten vanhenemiseen liittyvä toimintakyvyn heikentyminen, asettavat omia vaatimuksiaan käytettävälle teknologialle. Kun kehitetään ja suunnitellaan erilaisen teknologian käyttöönottoa, tulisi huomioida asiakkaiden yksilölliset tarpeet (Leikas & Launiainen 2016, 62). Ikäteknologian hyödyntäminen asiakastyössä voi luoda uudenlaisia mahdollisuuksia erilaisten tahojen väliselle yhteistyölle. Esimerkiksi omaisten ja henkilökunnan välisessä vuorovaikutuksessa voitaisiin hyödyntää uudenlaisia ratkaisuja ja toimintatapoja (Myllymäki 2017, 2).

Kirjallisuuskatsauksen aineistoon valitut ikäteknologiset ratkaisut ovat vain yksittäisiä esimerkkejä ikääntyneiden kanssa hyödynnettävästä teknologiasta. Vaikka aineistossa ilmenneet ikäteknologiset ratkaisut erosivat toisistaan, suurin osa käsitellyistä tutkimuksista viittasi siihen, että ikäteknologian avulla on mahdollista tukea eri tavoin ikääntyneiden sosiaalista toimintakykyä. Asiakkaan yksilölliset ominaisuudet ja hänen elämäntilanteensa tulisi huomioida, kun hänelle suunnitellaan erilaisten ikäteknologisten laitteiden hankintaa. Käytettävissä olevan ikäteknologian suunnittelussa ja valinnassa tulee huomioida ikääntyneiden asiakkaiden toiveet, tarpeet sekä ikääntymiseen liittyvät erityispiirteet.

Toteutettu kirjallisuuskatsaus voi tarjota uutta tietoa käsitellystä aiheesta Turun kaupungin Hyvinvointitoimialan vanhus- ja vammaispalveluiden avopalveluiden käyttöön. Ikäteknologian hyödyntämistä ikääntyneiden sosiaalisen toimintakyvyn tukemisessa tulisi tutkia enemmän, jotta saataisiin lisätietoa erilaisten ikäteknologisten ratkaisujen tuomista hyödyistä asiakkaille. Ajantasaista ja luotettavaa tutkimustietoa voitaisiin hyödyntää asiakastyön kehittämisessä ja ikääntyneiden hyvinvoinnin tukemisessa erilaisissa vanhuspalveluissa, kuten asiakkaan kotiin tuotettavissa palveluissa. Tehtäessä päätöksiä käyttöönotettavista ikäteknologisista ratkaisuista tarvitaan tietoa erilaisista tarjolla olevista vaihtoehtoista sekä niiden soveltuvuudesta asiakasryhmälle. Saatavilla olevan ikäteknologian kirjo on laaja, mistä johtuen koen aiheeseen liittyvät jatkotutkimukset sekä asiakkaiden ja työntekijöiden käyttökokemusten kartoittamisen merkityksellisinä.

## LÄHTEET

- Ahola, H. 2010. Tutkimus ikääntyneille toteutettavista e-hyvinvointipalveluista HyvinvointiTV®:n kontekstissa. Opinnäytetyö. Tietojenkäsittely. Leppävaara: Laurea-ammattikorkeakoulu. Viitattu 15.10.2018 [http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/7734/Ahola\\_Harri.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/7734/Ahola_Harri.pdf?sequence=1&isAllowed=y).
- Ahtiainen, M. & Auranne, K. 2007. Hyvinvointitekniikan määrittely ja yleisesittely. Teoksessa Suhonen, L. & Siikanen, T. (toim.) Sarja C. Hyvinvointitekniikka sosiaali- ja terveysalalla – hyöty vai haitta? Artikkelikokoelmat, raportit ja muut ajankohtaiset julkaisut, osa 26. Lahti: Lahden ammattikorkeakoulu, 9–20. Viitattu 8.10.2018 [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/20730/Suhonen\\_Liisa\\_Lamk\\_2007.pdf?sequence=1](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/20730/Suhonen_Liisa_Lamk_2007.pdf?sequence=1).
- Allardt, E. 1993. Having, Loving, Being: An alternative to the Swedish model of welfare research. Teoksessa Nussbaum, M. & Sen, A. The quality of life. Oxford: Clarendon Press, 88–94.
- Arajärvi, M. & Kuronen, R. 2018. Säännöllisen kotihoidon asiakkaat marraskuussa 2017. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. Tilastoraportti 19/2018. Viitattu 23.8.2018 [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/136406/Tr19\\_18\\_korjattu250518\\_svenska.pdf?sequence=5&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/136406/Tr19_18_korjattu250518_svenska.pdf?sequence=5&isAllowed=y).
- Aronlaakso-Ahola, S.; Hirvonen, J.; Könni, P. & Penttinen, J. 2014. Johtopäätökset ja pohdintaa. Teoksessa Arolaakso-Ahola, S.; Hirvonen, J. & Könni, P. (toim.). Etäpeliiä ikääntyville. EPI -esiselvityshanke. Sarja B. Raportit ja selvitykset 24/2014. Rovaniemi: Lapin ammattikorkeakoulu, 53–54. Viitattu 3.9.2018 <http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/85021/Arolaakso-Ahola%20Hirvonen%20Konni%20B%2024%202014.pdf?sequence=1>.
- Bukov, A.; Maas, I. & Lampert, T. 2002. Social participation in very old age: cross-sectional and longitudinal findings from BASE. Journal of Gerontology: Psychological sciences. Vol. 57B, No. 6. Berlin: Max Planck Institute for Human Development, 510–517. Viitattu 10.11.2018 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12426433>.
- Chen, Y. & Schulz, P. 2016. The effect of information communication technology interventions on reducing social isolation in the elderly: a systematic review. J Med Internet Res. 2016 Jan; 18(1): e18. Hong Kong: Hong Kong Baptist University. Viitattu 26.9.2018 <https://www.jmir.org/2016/1/e18/>.
- Eloranta, S. 2009. Supporting older people's independent living at home through social and health care collaboration. Hoitotieteen laitos. Turku: Turun yliopisto. Viitattu 16.10.2018 <https://www.utu-pub.fi/bitstream/handle/10024/47133/AnnalesD869Eloranta.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Finne-Soveri, H.; Heikkilä, R.; Mäkelä, M.; Asikainen, J.; Vilkkö, A.; Andersson, S.; Hammar T.; Jokinen, S. & Noro, A. 2014. Mitä on huomioitava vanhusten laitoshoidon vähennettäessä. Teoksessa Noro, A. & Alastalo, H. (toim.) 2014. Vanhuspalvelulain 980/2012 toimeenpanon seuranta. Tilanne ennen lain voimaantuloa vuonna 2013. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. Raportti 13/2014. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy, 56–70. Viitattu 26.10.2018 [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116151/URN\\_ISBN\\_978-952-302-169-3.pdf](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/116151/URN_ISBN_978-952-302-169-3.pdf).
- Forsberg, K.; Intosalmi, H.; Nordlund, M. & Suhonen, S. 2014. Ikäteknologia-sanasto. Käyttäjälle kätevä teknologia -projekti. KÄKÄTE-raportteja 3/2014. Helsinki: Käyttäjälle kätevä teknologia -projekti. Viitattu 8.10.2018 [https://www.ikateknologiakeskus.fi/fileadmin/user\\_upload/Julkaisut\\_pdf/Raportit\\_pdf/IkateknologiaSanasto\\_netti.pdf](https://www.ikateknologiakeskus.fi/fileadmin/user_upload/Julkaisut_pdf/Raportit_pdf/IkateknologiaSanasto_netti.pdf).
- Fredrickson, A-H. & Landevik, S. 2015. Socialt stöd till äldre som lider av ensamhet - en litteraturstudie. Opinnäytetyö. Sairaanhoidtajakoulutus. Luleå: Tekniska universitet. Viitattu 1.10.2018 <http://ltu.diva-portal.org/smash/get/diva2:1031371/FULLTEXT02.pdf%2016>.



Hammar, T. 2016. Naapurissamme asuu yhä useammin apua tarvitseva vanhus. THL-blogi. Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 19.8.2018 <https://blogi.thl.fi/naapurissamme-asuu-yha-useammin-apua-tarvitseva-vanhus/>.

Hammar, T.; Vainio, S. & Sarivaara, S. 2017. Kotihoidossa käytettävän teknologian kirjo on laaja, mutta kaikkia mahdollisuuksia ei vielä hyödynnetä. Tutkimuksesta tiiviisti 27, syyskuu 2017. Helsinki: Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 19.8.2018 [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135240/URN\\_ISBN\\_978-952-302-912-5.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135240/URN_ISBN_978-952-302-912-5.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Hantikainen, V. & Hoivala, T. 2017. Uusien toimintatapojen käyttöönotto – esimerkkinä kinestetikan® hyödyntäminen. Teoksessa Kulmala, J. (toim.) 2017. Parempi vanhustyö. Menetelmiä johtamisen kehittämiseen. Jyväskylä: PS-kustannus, 54–69.

Heikkinen, E. (toim.) & Tuomi, J. 2000. Suomalainen elämäntapa. Vantaa: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Heikkinen, E. 2013. Vanhenemisen ulottuvuudet ja vanhenemiseen vaikuttavat tekijät. Teoksessa Heikkinen, E.; Jyrkämä, J. & Rantanen, T. (toim.) 2013. Gerontologia. 3., uudistettu painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 393–406.

Heikkinen, E.; Laukkanen, P. & Rantanen, T. 2013. Toimintakyvyn käsitteen ja arvioinnin evoluutio ja kehittämistarpeet. Teoksessa Heikkinen, E.; Jyrkämä, J. & Rantanen, T. (toim.) 2013. Gerontologia. 3., uudistettu painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 278–283.

Heikkinen-Peltonen, R.; Innamaa, M. & Virta, M. 2010. Mieli ja terveys. 4., uudistettu painos. Helsinki: Edita Prima.

Heimonen, S. & Fried, S. 2015. Iästä ja mielestä: Vanhuuden Mielessä koettua ja opittua. Teoksessa Heimonen, S. & Fried, S. (toim.) Vanhuuden mieli. 2., uudistettu painos. Ikäinstituutti, 24–42. Viitattu 23.10.2018 [https://www.ikainstituutti.fi/content/uploads/2016/08/Vanhuuden\\_mieli\\_kirja\\_final.pdf](https://www.ikainstituutti.fi/content/uploads/2016/08/Vanhuuden_mieli_kirja_final.pdf).

Hirsjärvi, S.; Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15., uudistettu painos. Helsinki: Tammi.

Ikonen, E-R. 2013. Kehittyä kotihoito. 3., uudistettu painos. Helsinki: Edita.

Illman, S. 2017. Sävelsirkku muistisairaana osallisuuden tukijana. Opinnäytetyö. Sosionomikoulutus. Vantaa: Laurea ammattikorkeakoulu. Viitattu 6.10.2018 <http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/135083/Savelsirkku%20muistisairaana%20osallisuuden%20tukijana.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Intosalmi, H.; Nykänen, J. & Stenberg, L. 2013. Ikäihmiset ja digitaaliset pelit – kyselyn tulokset. KÄKÄTE-projekti 2013. Teoksessa Stenberg, L.; Nordlund, M.; Alastalo, K.; Forberg, K.; Intosalmi, H.; Nykänen, J.; Pesola, K.; Ranta, P. & Virkkunen, A. Näkemyksiä ikäteknologiasta – KÄKÄTE -kyselyt yksissä kansissa. KÄKÄTE-raportteja 6/2014. Helsinki: Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto ry, Vanhustyön keskusliitto – Centralförbundet för de gamla väl ry, 101–117. Viitattu 3.9.2018 [https://www.valli.fi/fileadmin/user\\_upload/Julkaisut\\_\\_pdf/Raportit\\_\\_pdf/KAKATE\\_Kyselyt\\_kooste.pdf](https://www.valli.fi/fileadmin/user_upload/Julkaisut__pdf/Raportit__pdf/KAKATE_Kyselyt_kooste.pdf).

Isola, A-M.; Kaartinen, H.; Leemann, L.; Lääperi, R.; Schneider, T.; Valtari, S. & Keto-Tokoi, A. 2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa. Työpöytä 33/2017. Helsinki: Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 16.10.2018 [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135356/URN\\_ISBN\\_978-952-302-917-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135356/URN_ISBN_978-952-302-917-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Khosravi, P.; Rezvani, A. & Wiewiora, A. 2016. The impact of technology on older adults' social isolation. Computers in Human Behavior. Volume 63, October 2016. Brisbane: Queensland university of technology, 594–603 Viitattu 6.10.2018 <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563216304289?via%3Dihub>.

Koskinen, S.; Lundqvist, A. & Ristiluoma, N. (toim.) 2012. Terveys, toimintakyky ja hyvinvointi Suomessa 2011. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Raportti 68/2011. Tampere: Juvenes Print. Viitattu 29.9.2018 [https://www.researchgate.net/profile/Sebastian\\_Pena2/publication/236006269\\_Psykkiset\\_oireet\\_ja\\_mielenterveyden\\_hairiot/links/5acd08840f7e9b189654cd29/Psykkiset-oireet-ja-mielenterveyden-haeirioet.pdf?origin=publication\\_detail](https://www.researchgate.net/profile/Sebastian_Pena2/publication/236006269_Psykkiset_oireet_ja_mielenterveyden_hairiot/links/5acd08840f7e9b189654cd29/Psykkiset-oireet-ja-mielenterveyden-haeirioet.pdf?origin=publication_detail).

Laki potilaan asemasta ja oikeuksista 17.8.1992/785. Annettu Helsingissä 17.8.1992. Saatavilla sähköisesti osoitteesta <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1992/19920785>.

Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 22.9.2000/812. Annettu Helsingissä 22.9.2000. Saatavilla sähköisesti osoitteesta <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2000/20000812>.

Leikas, J. & Launiainen, H. (toim.) 2016. Anni ja Onni. Huomaamaton ikäteknologia arjen apuna. Miina Sillanpään Säätiön julkaisusarja B:41. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Lindstrøm Vilstrup, D.; Elholm Madsen, E.; Fandt Hansen, V. & Wind, G. 2017. Nurses' use of iPads in home care — What does it mean to patients? *Comput Inform Nurs.* 2017 Mar; 35(3). Kööpenhamina: Metropolitan University College, 140–144. Viitattu 26.9.2018 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5348106/pdf/cin-35-140.pdf>.

Lähiverkko 2018a. LähiVerkko-projekti. Viitattu 3.9.2018 <http://lahiverkko.fi/lahiverkko/>.

Lähiverkko 2018b. Vertaistukea verkossa. Viitattu 3.9.2018 <http://lahiverkko.fi/paijat-hameen-piirin-skype-pilotti/>.

Marttinen, J. 2018. Palvelukseen halutaan robotti. Tekoäly ja tulevaisuuden työelämä. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Aula & Co.

Metsävainio, M. 2013. Sosiaalinen toimintakyky - käsiteanalyttinen tutkimus. Pro gradu -tutkimus. Yhteiskuntatieteiden ja kauppatieteiden tiedekunta. Joensuu, Kuopio: Itä-Suomen yliopisto. Viitattu 23.10.2018 [http://epublications.uef.fi/pub/urn\\_nbn\\_fi\\_uef-20130084/urn\\_nbn\\_fi\\_uef-20130084.pdf](http://epublications.uef.fi/pub/urn_nbn_fi_uef-20130084/urn_nbn_fi_uef-20130084.pdf).

Myllymäki, H. 2017. Palvelutalo Keinupuistokeskuksen asukkaan ja hänen omaisen kokemuksia etäläsnäolosta. Opinnäytetyö. Vanhustyön koulutusohjelma. Pori: Satakunnan ammattikorkeakoulu. Viitattu 1.10.2018 <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/135429/Helena%20Myllymaki.pdf?sequence=1>.

Myllymäki, S. 2014. Vanhuksen näkemyksiä itsemääräämisoikeuden toteutumisessa kotihoitossa. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 25.2.2018 <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/43096/URN%3ANBN%3Afi%3Aju-201403211390.pdf?sequence=1>.

Myndigheten för delaktighet 2018. Digital teknik som verktyg för ökad delaktighet och inkludering. Redovisning av ett regeringsuppdrag om stöd till kommuner 2017. Nummer 2018:3. Viitattu 18.9.2018 <http://www.mfd.se/globalassets/dokument/publikationer/rapporter/2018/2018-3-digital-teknik-som-verktyg-for-okad-delaktighet-och-inkludering.pdf>.

Mäki, O. 2011. Ikäteknologian kokeilut Suomessa. KÄKÄTE-raportteja 1/2011. Viitattu 25.2.2018 [http://www.vtkl.fi/document/1/2234/42f8811/Ikateknologian\\_kokeilut\\_Suomessa.pdf](http://www.vtkl.fi/document/1/2234/42f8811/Ikateknologian_kokeilut_Suomessa.pdf).

Nordlund, M. 2010. Raportti jäsenyhteisöjen teknologiakyselyn tuloksista. KÄKÄTE-projekti 2010. Teoksessa Stenberg, L.; Nordlund, M.; Alastalo, K.; Forberg, K.; Intosalmi, H.; Nykänen, J.; Pesola, K.; Ranta, P. & Virkkunen, A. Näkemyksiä ikäteknologiasta – KÄKÄTE -kyselyt yksissä kansissa. KÄKÄTE-raportteja 6/2014. Helsinki: Käyttäjälle kätevä teknologia –projekti, 13–25. Viitattu 3.9.2018 [https://www.valli.fi/fileadmin/user\\_upload/Julkaisut\\_\\_pdf/Raportit\\_\\_pdf/KAKATE\\_Kyseilyt\\_kooste.pdf](https://www.valli.fi/fileadmin/user_upload/Julkaisut__pdf/Raportit__pdf/KAKATE_Kyseilyt_kooste.pdf).

Nurmi, J-E.; Ahonen, T.; Lyytinen, H.; Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. 2014. Ihmisen psykologinen kehitys. Jyväskylä: PS-kustannus.

Oksanen, T (toim.); Elovainio, M.; Ervasti, J.; Kivimäki, M.; Linna, A.; Pentti, J.; Salo, P.; Saltychev, M.; Vahtera, J. & Virtanen, M. 2012. Hyvinvointihavaintoja – tutkimustietoa kunta-alalta. Helsinki: Työterveyslaitos.

Penttinen, J. 2014. Vaatimus- ja teknologiaselvitys. Teoksessa Arolaakso-Ahola, S; Hirvonen, J. & Könni, P. (toim.). Etäpeliiä ikääntyville. EPI -esiselvityshanke. Sarja B. Raportit ja selvitykset 24/2014. Rovaniemi: Lapin ammattikorkeakoulu, 23–32. Viitattu 3.9.2018 <http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/85021/Arolaakso-Ahola%20Hirvonen%20Konni%20B%2024%202014.pdf?sequence=1>.

Raappana, G. & Valli, K. 2018. Sävelsirkku-palvelu osana kotikuntoutusta. Pilottikokeilu Toimiva kotihoito Lappiin- monipuoliset tuen muodot kotona asumiseen -hankkeessa. Opinnäytetyö. Vanhustyön koulutusala. Rovaniemi: Lapin ammattikorkeakoulu. Viitattu 3.10.2018 [http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/144027/Greetta\\_Raappana%20ja%20Kirsi\\_Valli.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/144027/Greetta_Raappana%20ja%20Kirsi_Valli.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Raunio, K. 2009. Olennainen sosiaalityössä. 2., uudistettu painos. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.

Räsänen, R. & Valvanne, J. 2017. Vanhustyö tarvitsee uudenlaista johtamista – tavoitteeksi asiakkaan hyvä elämänlaatu. Teoksessa Kulmala, J. (toim.) 2017. Parempi vanhustyö. Menetelmiä johtamisen kehittämiseen. Jyväskylä: PS-kustannus, 20–42.

Röyskö, H. 2016. Kohden vuotta 2020 – näkökulmia digitalisaation vaikutuksista ikääntyvien arkeen. Eläkeläisliittojen etujärjestö EETU ry. Viitattu 3.9.2018 <https://eetury.fi/Site/Data/671/Files/Kohden%20vuotta%202020%20-naekoekulmia%20digitalisaation%20vaikutuksista%20ikääntyvien%20arkeen.pdf>.

Salminen, A. 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyypeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasan yliopiston julkaisuja. Opetusjulkaisuja 62. Julkisjohtaminen 4. Vaasa: Vaasan yliopisto. Viitattu 22.10.2018 [https://www.univaasa.fi/materiaali/pdf/isbn\\_978-952-476-349-3.pdf](https://www.univaasa.fi/materiaali/pdf/isbn_978-952-476-349-3.pdf).

Socialstyrelsen 2018. Välfärdsteknik. Socialstyrelsen. Viitattu 17.9.2018 <http://www.socialstyrelsen.se/nationellehalsa/valfardsteknik>.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2010. Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta ETENE. Teknologia ja etiikka sosiaali- ja terveysalan hoidossa ja hoivassa. ETENE-julkaisuja 30. Viitattu 25.2.20118 <http://etene.fi/documents/1429646/1559062/ETENE-julkaisuja+30+Teknologia+ja+etiikka+sosiaali-+ja+terveysalan+hoidossa+ja+hoivassa.pdf/fb6eee4a-38e5-4c11-9254-74b138d1935a>.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2017a. Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi 2017–2019. Julkaisuja 2017:6. Viitattu 19.8.2018 [http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/80132/06\\_2017\\_Laatusuositusjulkaisu\\_fi\\_kansilla.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/80132/06_2017_Laatusuositusjulkaisu_fi_kansilla.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Sosiaali- ja terveysministeriö 2017b. Sosiaalihuoltolain soveltamisopas. Julkaisuja 2017:5. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 4.9.2018 [http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/80391/05\\_17\\_Sosiaalihuoltolain%20soveltamisopas.pdf](http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/80391/05_17_Sosiaalihuoltolain%20soveltamisopas.pdf).

Sosiaali- ja terveysministeriö 2018a. Näin koti- ja omaishoito uudistuu. Viitattu 18.8.2018 <https://stm.fi/koti-ja-omaishoito/kuvaus>.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2018b. Koti- ja omaishoidon uudistuksen alueelliset hankkeet. Viitattu 18.8.2018 <https://stm.fi/koti-ja-omaishoito/rahoitettavat-hankkeet>.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2015a. Hyvinvointi. Viitattu 5.12.2017 <https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi>.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2015b. Toimintakyvyn ulottuvuudet. Viitattu 23.10.2018 <https://thl.fi/sv/web/toimintakyky/mita-toimintakyky-on/toimintakyvyn-ulottuvuudet>.

Tiikkainen, P. & Pynnönen, K. 2018. Sosiaalisen toimintakyvyn arviointi ja mittaaminen väestötutkimuksessa. TOIMIA-tietokanta. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). Viitattu 26.9.2018 [http://www.thl.fi/toimia/tietokanta/media/files/suositus/2018/02/14/TOIMIA\\_Sosiaalisen\\_toimintakyvyn\\_suositus\\_paivitetty\\_2018.pdf](http://www.thl.fi/toimia/tietokanta/media/files/suositus/2018/02/14/TOIMIA_Sosiaalisen_toimintakyvyn_suositus_paivitetty_2018.pdf).

Tiilikainen, E. 2016. Yksinäisyys ja elämänkulku. Laadullinen seurantalutkimus ikääntyvien yksinäisyydestä. Akateeminen väitöskirja. Sosiaalitieteiden laitos. Valtiotieteellisen tiedekunnan julkaisuja 4. Helsinki: Helsingin yliopisto. Viitattu 10.11.2018 <https://helda.helsinki.fi/handle/10138/161065>.

Tikkainen, P. 2013. Sosiaalinen toimintakyky. Teoksessa Heikkinen, E; Jyrkämä, J. & Rantanen, T. (toim.) 2013. Gerontologia. 3., uudistettu painos. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 284–290.

Turun Hyvinvointitoimiala 2017. Vanhus- ja vammaispalveluiden kotihoidon palvelujen myöntämisen asiakaskriteerit. Asiakaskriteerit. Turun Hyvinvointitoimiala. Vanhus- ja vammaispalvelut. Avopalvelut. Viitattu 23.8.2018 [https://www.turku.fi/sites/default/files/atoms/files/kotihoidon\\_asiakaskriteerit\\_0.pdf](https://www.turku.fi/sites/default/files/atoms/files/kotihoidon_asiakaskriteerit_0.pdf).

Turun kaupunki 2018a. Turku 2029 – pohjoisen Itämeren kiinnostavin kaupunki. Viitattu 5.11.2018 [https://www.turku.fi/sites/default/files/atoms/files/kaupunkistrategia\\_16042018.pdf](https://www.turku.fi/sites/default/files/atoms/files/kaupunkistrategia_16042018.pdf).

Turun kaupunki 2018b. Strategiset ohjelmat. Viitattu 5.11.2018 [https://www.turku.fi/sites/default/files/atoms/files/strategiset\\_ohjelmat.pdf](https://www.turku.fi/sites/default/files/atoms/files/strategiset_ohjelmat.pdf).

Turun yliopisto 2017. Miten teen kirjallisuuskatsauksen? Viitattu 4.12.2017 <https://www.utu.fi/fi/yksikot/hum/yksikot/ktmt/opiskelu/ohjeet/Sivut/Miten-teen-kirjallisuuskatsauksen.aspx>.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2013. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2012. Helsinki: Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Viitattu 18.10.2018 [http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf).

Työ- ja elinkeinoministeriö 2015. Hoito- ja hoivapalvelualan tila ja tulevaisuudennäkymät. Työ- ja elinkeinoministeriön julkaisuja. TEM raportteja 3/2015. Viitattu 3.9.2018 [http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75084/TEMrap\\_3\\_2015\\_web\\_15012015.pdf?sequence=1](http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75084/TEMrap_3_2015_web_15012015.pdf?sequence=1).

Uotila, H. 2011. Vanhuus ja yksinäisyys. Tutkimus iäkkäiden ihmisten yksinäisyyskokemuksista, niiden merkityksistä ja tulkinnoista. Akateeminen väitöskirja. Terveystieteiden yksikkö. Pirkanmaan sairaanhoitopiiri. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy – Juvenes Print. Viitattu 23.10.2018 <https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/66801/978-951-44-8553-4.pdf?sequence=1>.

Vaarama, M.; Karvonen, S.; Kestilä, L; Moisio, P. & Muuri, A. (toim.) 2014. Suomalaisen hyvinvointi 2014. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tampere: Juvenes Print. Viitattu 17.10.2018 [http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125340/THL\\_TEE022\\_2014verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125340/THL_TEE022_2014verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Virkkunen, A. 2011. Ikäihmistien mielikuvia teknologiasta. Raportti teknologiakyselystä. KÄKÄTE-projekti 2011. Teoksessa Stenberg, L.; Nordlund, M.; Alastalo, K.; Forberg, K.; Intosalmi, H.; Nykänen, J.; Pesola, K.; Ranta, P. & Virkkunen, A. Näkemyksiä ikäteknologiasta – KÄKÄTE -kyselyt yksissä kansissa. KÄKÄTE-raportteja 6/2014. Helsinki: Käyttäjälle kätevä teknologia –projekti, 27–39. Viitattu 4.10.2018 [https://www.valli.fi/fileadmin/user\\_upload/Julkaisut\\_\\_pdf/Raportit\\_\\_pdf/KAKATE\\_Kyselyt\\_kooste.pdf](https://www.valli.fi/fileadmin/user_upload/Julkaisut__pdf/Raportit__pdf/KAKATE_Kyselyt_kooste.pdf).

Väntänen, J. 2015. "Se tuo piristystä tämä homma": kotona asuvien ikääntyneiden kokemuksia teknologiavälitteisestä sosiaalisesta tuesta Juttutuvassa. Pro gradu – tutkielma. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Rovaniemi: Lapin yliopisto. Viitattu 29.9.2018 <http://lauda.ulapland.fi/handle/10024/62241>.

## Liite 1. Tiivistelmä kirjallisuuskatsauksessa käytetyistä tutkimuksista.

Tutkimus	Tutkimusmenetelmä	Keskeisimmät tulokset
Ahola, H. 2010. Tutkimus ikääntyneille toteutettavista e-hyvinvointipalveluista Hyvinvoin-tiTV@:n kontekstissa.	Opinnäytetyön tavoitteena on selvittää, miten HyvinvointiTV:n avulla voidaan tukea ikääntyneiden hyvinvointia. Tutkimusmenetelmä on aineiston laadullinen sisällönanalyysi. (Ahola 2010, 12.) Aineistossa on hyödynnetty palvelutalossa asuvien ikääntyneiden ja erilaisten asiantuntijoiden puolistrukturoituja haastatteluja (Ahola 2010, 24).	Hyvinvointipalveluiden avulla voidaan tukea ikääntyneen asiakkaan sosiaalista toimintakykyä, esimerkiksi edistämällä turvallisuuden tunnetta ja yhteisöllisyyttä. Palvelut soveltuvat neuvonnan, konsultation ja vuorovaikutuksellisten palvelujen tarjoamiseen. Niitä voidaan hyödyntää muiden asiakastapaamisten tukena. (Ahola 2010, 39–42.)
Chen, Y. & Schulz, P. 2016. The effect of information communication technology interventions on reducing social isolation in the elderly: a systematic review.	Systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa on käsitelty 25 erilaista julkaisua, jotka käsittelivät tieto- ja viestintäteknologian tuomia mahdollisuuksia ikääntyneiden sosiaalisen eristäytyneisyyden ennaltaehkäisyssä ja vähentämisessä (Chen & Schulz 2016).	Tieto- ja viestintäteknologian hyödyntämisellä oli positiivisia vaikutuksia sosiaaliseen tukeen ja yhteenkuuluvuuteen sekä sosiaaliseen eristäytyneisyyden vähentämiseen. Yksinäisyyteen liittyvät tutkimustulokset eivät olleet ratkaisevia. Teknologian avulla voidaan vahvistaa ikääntyneiden sosiaalista tukiverkkoa, osallisuutta, tukea heidän itsetuntoaan sekä osallistumista erilaisiin aktiviteetteihin. (Chen & Schulz 2016.)
Fredrickson, A-H. & Landevik, S. 2015. Socialt stöd till äldre	Lähde on systemaattinen kirjallisuuskatsaus, jossa kartoitetaan ikääntyneiden kokemuksia	Ikääntyneiden ollessa yhteydessä läheisiinsä matkapuhelimen tai internetin välityksellä he kokivat

(jatkuu)

Taulukko 1 (jatkuu).

som lider av ensamhet. - en litteraturstudie.	matkapuhelimen ja internetin käytön tarjoamasta sosiaalisesta tuesta (Fredrickson & Landevik 2015, 5).	vähemmän yksinäisyyden tunteita, lisääntynyttä yhteenkuuluvuuden tunnetta ja olivat sosiaalisesti aktiivisempia. Ikääntyneiden vähentyneet yksinäisyyden kokemukset sekä lisääntynyt hyvinvointi olivat yhteydessä tyytyväisyyteen ihmissuhteissa sekä mahdollisuuteen osallistua tukiryhmiin. (Fredrickson & Landevik 2015, 12–15.)
Illman S. 2017. Sävelsirkku muistisairaana osallisuuden tukijana.	Tutkimus käsitteli Sävelsirkkumenetelmän tarjoamia mahdollisuuksia muistisairaana asiakkaan osallisuuden tukemisessä. Aineisto on kerätty käyttäjille suunnatun asiakaskyselyn sekä muistisairaiden asiakkaiden havainnoinnin ja sen tukena olevien haastattelujen avulla. (Illman 2017, 29–30.)	Sävelsirkkun käytöllä on positiivisia vaikutuksia asiakkaiden osallisuuteen, vireystilaan, mielialaan, sannattoman kommunikaation määrään sekä motorisen levottomuuden ilmenemiseen (Illman 2017, 45–47). Menetelmä tuki asiakkaiden asiantuntijaroolia, sosiaalista vuorovaikutusta sekä toi onnistumisen kokemuksia (Illman 2017, 47–50).
Intosalmi, H.; Nykänen, J. & Stenberg, L. 2013. Ikäihmiset ja digitaaliset pelit – kyseilyn tulokset.	KÄKÄTE-projektin Ikäihmiset ja digitaaliset pelit -kyselyssä (Intosalmi, Nykänen & Stenberg 2013, 102–104) kartoitettiin ikääntyneiden kokemuksia ja näkemyksiä digitaalisten pelien pelaamisesta. Aineisto kerättiin kyselyn avulla, joka oli	Digitaalisten pelien pelaaminen luo mahdollisuuksia yhteiseen tekemiseen. Erilaisia digitaalisia pelejä voidaan pelata monia laitteita hyödyntäen, esimerkiksi tietokoneen, matkapuhelimen tai pelikonsolin välityksellä. (Intosalmi ym. 2013, 102–111.)

(jatkuu)

Taulukko 1 (jatkuu).

	saatavilla sähköisenä ja paperisena.	
Khosravi, P; Rezvani, A. & Wiewiora, A. 2016. The impact of technology on older adults' social isolation.	Tutkimus on systemaattinen kirjallisuuskatsaus, jonka tavoitteena on kartoittaa niitä teknologisia ratkaisuja, joiden avulla pyritään lieventämään sosiaalista eristäytyneisyyttä ja yksinäisyyttä. Tutkimuksen tavoitteena oli selvittää, voiko teknologian avulla tukea ikääntyneiden hyvinvointia. (Khosravi ym. 2016, 595.)	Tietokoneiden ja internet-yhteyden hyödyntämisellä, voidaan vähentää ikääntyneiden yksinäisyyttä. Yhteisö sivut mahdollistavat yhteydenpidon ikääntyneen ja hänen kaukana asuvien läheistensä kanssa, mikä tukee ikääntyneen hyvinvointia. (Khosravi ym. 2016, 595–598.) Robotiikka ja videopelit voivat lievittää asiakkaan yksinäisyyttä ja eristäytyneisyyttä (Khosravi ym. 2016, 598–600).
Myllymäki, H. 2017. Palvelutalo Keinupuistokeskuksen asukkaan ja hänen omaisen kokemuksia etäläsnäolosta.	Laadullinen tutkimus, jossa selvitettiin kahden Keinupuistokeskuksen palvelutalon asukkaan ja hänen omaisensa kokemuksia osapuolien välisestä etäläsnäolosta Doublerobotin avulla (Myllymäki 2017, 16–17). Tutkimuksen aineisto pohjautui puolistrukturoituihin yksilöhaastatteluihin (Myllymäki, 2).	Tutkimukseen osallistujat kokivat Doublerobotin mahdollistaman kuvayhteyden vahvistavan läsnäolon tunnetta vuorovaikutustilanteissa. Ikääntyneen ja asukkaan välinen kuvayhteys lisäsi turvallisuuden tunnetta ja lievitti läheisen voimista herättänyttä huolta. (Myllymäki 2017, 27–29.) Osa omaisista koki etäyhteyden yksipuolisena ja kiusallisena, sillä asukas ei voinut oma-aloitteisesti käynnistää kuvayhteyttä (Myllymäki 2017, 33).

(jatkuu)



Taulukko 1 (jatkuu).

Nordlund, M. 2010. Raportti jäsenyhteisöjen teknologiakyselyn tuloksista.	Vallin ja VTKL:n jäsenyhteisöjen teknologiakyselyjen tuloksista käsitellään ikääntyneiden vuorovaikutuksen lisäämistä hyödyntämällä käytössä olevaa ikäteknologiaa. Aineisto koostui laadullisesta ja määrällisestä tiedosta, joka kerättiin Vallin ja VTKL:n jäsenyhteisöjen yhteyshenkilöille osoitetun verkkokyselyn avulla. (Nordlund 2010, 14.)	Raportista selvisi, että ikääntyneet haluavat olla yhteydessä sukulaisiinsa, ystäviinsä sekä hoitohenkilökuntaan. Kyselystä ilmeni, että yhteydenpidon lisäksi ikääntyneet toivoivat erilaisia vuorovaikutuksellisia virikkeitä, esimerkiksi teatteriesityksiä, konsertteja ja harrastuspiireihin osallistumista teknologian avulla. (Nordlund 2010, 13–21.)
Raappana, G. & Valli, K. 2018. Sävelsirkkupalvelu osana kotikuntoutusta.	Opinnäytetyön avulla selvitetiin, miten kotikuntoutuksen asiakkaat kokivat Sävelsirkkupalvelun käytön osana yksilöllistä kotikuntoutusta (Raappana & Valli 2018, 6). Opinnäytetyö on toteutettu laadullisena tutkimuksena, jonka tiedonkeruumenettelmänä hyödynnettiin teema-haastattelua (Raappana & Valli 2018, 18).	Palvelun käyttö vaikutti positiivisesti asiakkaiden vireystilaan, sosiaaliseen virkistytymiseen sekä arjen vaihtelevuuteen. Sen koettiin vahvistavan asiakkaiden turvallisuuden tunteita sekä lieventävän yksinäisyyttä (Raappana & Valli 2018, 21–23). Palvelulla on positiivisia vaikutuksia asiakkaiden taroituksellisuuden tunteeseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin sekä arjen mielekkyyteen (Raappana & Valli 2018, 25).
Väntänen, J. 2015. "Se tuo piristystä tämä homma": kotona asuvien ikääntyneiden kokemuksia teknologiavälitteisestä	Laadullinen tutkimus tarkastelee kotona asuvien ikääntyneiden kokemuksia teknologian välityksellä toteutettavasta sosiaalisesta tuesta,	Juttutupa-ohjelma toi piristystä ja elämyksellisyyttä arkeen. Sen avulla voitiin tukea osallistujien sosiaalista vuorovaikutusta sekä se koettiin hyödylliseksi yksin ja maaseudulla asuville ikääntyneille.

(jatkuu)

Taulukko 1 (jatkuu).

---

sosiaalisesta Juttutuvassa.	tuesta	kommunikaatio- ja aktiivisuuseuseurantajärjestelmästä sekä siihen liittyvästä Juttutupa-ohjelmasta. Aineisto on kerätty viideltä kotona asuvalta ikään-tyneeltä. (Väntänen 2015, 1-3.) Tutkimus on toteutettu teema- haastatteluina (Väntänen 2015, 24-25).	(Väntänen 2015, 1-2.) Juttutupa- sovellus voidaan nähdä yhdenlai- sena seurustelumuotona ja yhtenä viestimisen välineenä. Sovelluk- sen käyttö voi lieventää yksinäi- syyden kokemusta ja tiivistävää ikäntyneen yhteydenpitoa läheis- ten ja ammattilaisten kanssa. (Väntänen 2015, 45-46.)
--------------------------------	--------	--	--

---