



Maiju Oksanen & Sirke Torvasti

Anna mun aistia!

Suunnitelma aistihuoneen toteuttamisesta toimintaterapeuttien käyttöön

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Toimintaterapeutti AMK

Toimintaterapian tutkinto-ohjelma

Opinnäytetyö

20.04.2021

| | |
|---|---|
| Tekijä | Maiju Oksanen, Sirke Torvasti |
| Otsikko | Anna mun aistia! Suunnitelma aistihuoneen toteuttamisesta toimintaterapeuttien käyttöön |
| Sivumäärä | 32 sivua + 3 liitettä |
| Aika | 20.04.2021 |
| Tutkinto | Toimintaterapeutti AMK |
| Tutkinto-ohjelma | Toimintaterapian tutkinto-ohjelma |
| Ohjaajat | Lehtori Eveliina Holmgren Lehtori Anne Talvenheimo-Pesu |
| <p>Tämän opinnäytetyön aiheena oli tuottaa suunnitelma aistihuoneesta työn tilaajallemme Mannerheimin Lastensuojeluliiton Koivukylän avoimelle kohtaamispaikalle. Opinnäytetyö toteutettiin yhteistyössä avoimen kohtaamispaikan työntekijöiden, sekä Vantaan kaupungin lasten parissa työskentelevien toimintaterapeuttien kanssa. Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää toimintaterapeuttien ajatuksia siitä, millaisia ominaisuuksia he kaipaivat aistihuoneeseen, mikäli sellainen olisi heillä normaalien työolosuhteidensa lisäksi käytössä. Opinnäytetyön tavoitteena oli tehdä toteuttamiskelpoinen suunnitelma aistihuoneesta, jonka avulla pystytään rakentamaan muokattavissa oleva ympäristö avoimen kohtaamispaikan tiloihin.</p> <p>Opinnäytetyön teoreettisena viitekehysenä käytettiin toimintaterapian Inhimillisen toiminnan mallia, Model of Human Occupation, MOHO. Inhimillisen toiminnan malli on laajalti tunnettu toimintaterapian teoria, jossa toimintaa tarkastellaan ihmisen, ympäristön ja toiminnan ja näiden keskinäisen vuorovaikutuksen kautta. Koska aikataulujen yhteensovittaminen ja koronapandemia olisivat saattaneet hankaloittaa tiedonkeruuta, tiedonkeruumenetelmäksi valikoitui lopulta kysely. Aikaa vastata kyselyyn oli kolme viikkoa ja se sijoittui ajallisesti tammikuulle 2021. Kysymykset muotoiltiin Inhimillisen toiminnan mallin pohjalta ja lopullisessa kyselyrungossa oli kuusi avointa kysymystä. Vastaukset annettiin nimettömänä, joten rekisteriä henkilötiedoista ei syntynyt.</p> <p>Vastaaminen tapahtui internetissä ja linkki kyselyyn lähetettiin osallistujille sähköpostitse. Tavoitteena oli kartoittaa toimintaterapeuttien näkemyksiä aistihuoneen sisällöstä. Saatua aineistoa analysoitiin laadullisen sisällönanalyysin menetelmin. Vastauksia jäseneltiin loogiseksi kokonaisuuksiksi ja pelkistettiin. Analysoituja tuloksia käytettiin aistihuoneen suunnitelman perustana.</p> <p>Opinnäytetyön kyselyn tuloksista nousi esiin tarve aistihuoneelle, jossa mahdollistettaisiin monipuolisesti eri aistitoimintojen aktivoiminen. Muita esiin nousseita teemoja olivat huoneen hygieenisuus etenkin koronapandemian aikaan, huoneen mukailtavuus, laadukkuus ja hyvä varustelu. Kaikki kyselyyn vastanneet toimintaterapeutit kertoivat työskentelevänsä aistisäätelyn häiriöiden parissa. Opinnäytetyön lopputuloksena syntyi suunnitelma aistihuoneen toteuttamiseksi. Valmiiseen suunnitelmaan on kirjattu aistihuoneeseen suunnitellut ominaisuudet ja tarvikkeet, sekä aistihuoneen pohjapiirros, joka havainnollistaa tarvikkeiden paikkoja huoneessa.</p> <p>Suosittelemme, että aistihuone toteutetaan suunnitelmamme pohjalta Mannerheimin lastensuojeluliiton avoimen kohtaamispaikan tiloihin. Huoneen voi toteuttaa esimerkiksi innovaatio- tai yhteiskehittelyprojektina yhdessä Metropolia ammattikorkeakoulun kanssa. Suosituksemme on myös, että huoneen valmistuttua kerättäisiin käyttökokemuksia, jotta huonetta olisi mahdollista parantaa ja mukauttaa käyttäjien tarpeisiin.</p> | |
| Avainsanat | toimintaterapia, aistihuone, lapset, aistit |

| | |
|---|--|
| Authors | Maiju Oksanen, Sirke Torvasti |
| Title | A Plan for Implementing a Sensory Room for Occupational Therapists |
| Number of Pages | 32 pages + 3 appendices |
| Date | April 2021 |
| Degree | Bachelor of Health Care |
| Degree Programme | Occupational Therapy |
| Instructors | Eveliina Holmgren, Senior Lecturer Anne Talvenheimo-Pesu, Senior Lecturer |
| <p>The purpose of this bachelor's thesis was to create a plan to implement a sensory room that children's occupational therapists working at Vantaa area could use in assessment and therapy. The partner of this thesis is The Mannerheim League for Children Welfare's Open Meeting Place in Koivukylä and the thesis was carried out in cooperation with the Open Meeting Place's personnel and the occupational therapists working with children in Vantaa.</p> <p>The theoretical basis of this bachelor's thesis is Gary Kielhofner's Model of Human Occupation, MOHO, which is a holistic occupational therapy framework that explains the human occupation through person, occupation, and environmental aspects. We created a questionnaire including six questions that were based on MOHO. Due to possible time scheduling challenges and coronavirus pandemic, the questionnaire was executed via internet. The link to the questionnaire was sent to the occupational therapists and the response time was three weeks. The questionnaire took place in January 2021. The main goal of the questionnaire was to clarify what kind of features the occupational therapists would appreciate in a sensory room if they had one to utilize in their therapy work. The answers were gathered and analyzed using The Model of Human Occupation. The results were also clustered and simplified to understand the main points of the answers. The simplified results were used to create the final plan of the sensory room.</p> <p>Based on the results, some important features were highlighted in the answers. Several occupational therapists said that it is important that the room can be modified to the user's personal needs. The room's hygiene and sanitation were another important feature due to the coronavirus pandemic and the possible number of the users. The room's interior and equipment had to be high quality and have some features that the occupational therapists do not have in their normal work facilities to arouse motivation to use the room. According to the answers, every occupational therapist that answered the questionnaire works with children with sensory regulation challenges, so there could be a true need for a sensory environment.</p> <p>As a result, we created a plan for implementing a sensory room based on the occupational therapists' needs. We recommend building the sensory room for the open meeting place based on our plan. The room can be implemented as an innovation or co-development project in cooperation with Metropolia University of Applied Sciences. After the room is built, it is recommended to gather user experiences and use them to improve the room's usability.</p> | |
| Keywords | occupational therapy, sensory room, children, senses |

Sisällys

| | | |
|-------|---|----|
| 1 | Johdanto | 1 |
| 2 | Yhteistyökumppani ja työn tavoite | 2 |
| 3 | Opinnäytetyön teoriapohja | 3 |
| 3.1 | Aistit | 3 |
| 3.1.1 | Kehon ulkopuolelta tulevat aistimukset | 4 |
| 3.1.2 | Kehon asennoista ja liikkeistä kertovat aistimukset | 7 |
| 3.1.3 | Kehon sisäisistä tapahtumista kertova aistimus | 9 |
| 3.2 | Aistihuone | 10 |
| 3.3 | Toimintaterapeuttinen lähestymistapa | 12 |
| 3.3.1 | Toimintaterapia | 12 |
| 3.3.2 | Inhimillisen toiminnan malli | 14 |
| 3.3.3 | Aistitoiminnan häiriöt toimintaterapiassa | 16 |
| 4 | Opinnäytetyön toteutus | 16 |
| 4.1 | Aineiston keruu | 16 |
| 4.2 | Analysointi | 18 |
| 5 | Tulosten esittely | 21 |
| 5.1 | Tuotteistaminen | 23 |
| 5.2 | Aistihuoneen suunnitelma | 24 |
| 6 | Pohdinta | 27 |
| 6.1 | Pohdinta ja työn arviointi | 27 |
| 6.2 | Jatkosuositukset | 29 |
| | Lähteet | 30 |
| | Liitteet | |
| | Liite 1: Informointikirje | |
| | Liite 2: Kysely toimintaterapeuteille | |
| | Liite 3: Aistihuoneen suunnitelma ja pohjapiirros | |

1 Johdanto

Aistit ovat ihmiselle elintärkeä keino saada tietoa tätä ympäröivästä maailmasta, sekä omasta kehosta. Ihmiset aistivat ja tulkitsevat ympäröivää maailmaa yksilöllisesti ja aistikokemukset muodostuvat eri aistien yhteistyön tuloksena. Aistit alkavat kehittymään jo ennen syntymää ja syntymän jälkeen lapsuudessa aistien käyttö tarkentuu ja muuttuu herkemmäksi. Aistimuksen heikentyminen, puuttuminen tai aistien yli- tai aliherkkyys aiheuttavat aistitiedon käsittelyn vaikeutta. Tämä voi aiheuttaa tilanteita, joissa ihminen ei pysty toimimaan tarkoituksenmukaisesti. Ihmisen aistikokemusten kehittymisen kannalta on hyvin tärkeää, että ihminen saa aistikokemuksia, jotka vastaavat hänen tarpeitaan. Aktivoimalla aisteja ihmisen tietoisuus ja kiinnostus omasta ympäristöstä voi lisääntyä. Uusia aistikokemuksia on hyvä mahdollistaa, mutta niihin totuttelua kannattaa tehdä hiljalleen henkilön omassa tahdissa. (Aistit vuorovaikutuksessa 2020.)

Opinnäytetyömme aiheena on tehdä suunnitelma aistihuoneesta Mannerheimin lastensuojeluliiton Koivukylän avoimeen kohtaamispaikkaan. Opinnäytetyömme tarkoituksena oli selvittää millaista aistiympäristöä Vantaan alueen lasten kanssa työskentelevät toimintaterapeutit kaipaavat oman työnsä avuksi. Opinnäytetyömme tavoitteena on mahdollistaa aistihuoneen suunnitelman avulla muokattavissa oleva ympäristö, joka vastaa aistihuoneen käyttäjien yksilöllisiin tarpeisiin.

Opinnäytetyömme toteutettiin yhteistyössä Vantaan Koivukylän Mannerheimin lastensuojeluliiton avoimen kohtaamispaikan kanssa, sekä Vantaan kaupungilla työskentelevien lasten toimintaterapeuttien kanssa. Koivukylän avoimessa kohtaamispaikassa on aistihuoneelle varattu Kajo –niminen tila, joten he ehdottivat aistihuoneen suunnitelman tekoa Metropolian Ammattikorkeakoulun toimintaterapeuttiopiskelijoiden opinnäytetyön aiheeksi. Avoimen kohtaamispaikan työntekijöiden ajatus oli, että sekä kohtaamispaikan kävijöiden, että Vantaan alueen toimintaterapeuttien olisi mahdollista hyödyntää aistihuonetta tulevaisuudessa.

Opinnäytetyömme tutkimuskysymykseksi asetimme: ”Millaista toimintaa aistihuoneen tulee mahdollistaa lasten toimintaterapiassa?” Kysymyksen taustalla oli tarve ymmärtää aistihuoneen tärkeimpiä tehtäviä lasten toimintaterapiassa. Kysymyksen kautta pyrimme toteuttamaan kohderyhmää mahdollisimman hyvin palvelevan aistiympäristön suunnitelman. Tutkimusmenetelmänä opinnäytetyössä oli netissä toteutuva kysely, johon vastasi

kuusi toimintaterapeuttia. Vastausajan päättymisen jälkeen tuloksia jaoteltiin loogisiksi kokonaisuuksiksi ja tarkasteltiin toimintaterapian Inhimillisen toiminnan mallin mukaan.

Opinnäytetyössämme laadimme aistihuoneen suunnitelman, jonka pohjalta on mahdollista rakentaa aistihuone Koivukylän avoimen kohtaamispaikan tiloihin. Aistihuone tarjoaa toimintaterapeuteille mahdollisuuden toteuttaa toimintaterapiaa sekä toimintaterapia-arviointia yhdessä lapsiasiakkaiden kanssa. Myös avoimen kohtaamispaikan kävijöiden on mahdollista hyödyntää aistihuonetta rentoutumiseen tai aistien stimuloimiseen. Jotta saimme tietoa, millainen aistihuoneen tulisi olla, toteutimme kyselyn Vantaan alueella toimiville lasten toimintaterapeuteille. Kyselyssä esitetyt kysymykset on laadittu toimintaterapian Inhimillisen mallin teoriaan pohjautuen. Jäsentelimme mallin pohjalta saatuja vastauksia ja perustelimme materiaali- ja tarvikevalintoja huoneeseen.

Opinnäytetyömme teoreettisena pohjana toimii Gary Kielhofnerin Inhimillisen toiminnan malli, the Model of Human Occupation, (MOHO) sekä aistien toimintaa selittävä tutkimustieto. Inhimillisen toiminnan malli on näyttöön perustuva ja maailmanlaajuisesti käytetty toimintaterapian teoria, joka mahdollistaa toiminnan tarkastelun laajasti (Kielhofner 2008: 1). Inhimillisen toiminnan malli selittää ihmisen toimintaa ottaen huomioon ihmiseen, toimintaan ja ympäristöön vaikuttavia tekijöitä.

2 Yhteistyökumppani ja työn tavoite

Mannerheimin lastensuojeluliitto (MLL) on perustettu vuonna 1920 sisällissodan jälkeen tukemaan suomalaisia perheitä. Ennen 1960-lukua liitto toimi nimellä Kenraali Mannerheimin lastensuojelu ja on saanut nimensä perustajansa C.G.E. Mannerheimin mukaan. Liitto on käynnistänyt ensimmäisenä Suomessa kasvatusneuvolatyön, jonka tarkoituksena oli parantaa koululaisten ongelmia ja ennaltaehkäistä niitä. MLL on perustanut kerhoja tukemaan vähävaraisia lapsiperheitä pula-aikana ja ollut vahvistamassa kouluterveydenhuollon asemaa Suomessa. Liitto laajensi toimintaansa 70-luvulla myös ulkomaille muun muassa neuvolatoiminnan edistämisen muodossa. Liiton perhekahviloista on tullut suosittu toimintamalli, joka yhdistää perheitä, sekä tarjoaa tukea arjen haasteissa. Mannerheimin lastensuojeluliitto on toiminut lasten ja lapsiperheiden hyväksi jo vuosisadan ja jatkaa työtään yhtenä Suomen merkittävimmistä lapsiperheiden hyvinvoinnin tukijoista. (Tutustu MLL:n historiaan.)

Yhteistyökumppanimme ja toimeksiantajamme toimii Mannerheimin lastensuojeluliiton, Vantaan kaupungin sekä erilaisten järjestöjen ylläpitämä avoin kohtaamispaikka Vantaan koivukylässä. Koivukylän avoin kohtaamispaikka on Vantaalla sijaitseva yhteinen tila, jossa toimivat yhdessä perheiden kanssa monitoimijaisesti Vantaan kaupunki ja eri järjestöt. Mannerheimin lastensuojeluliiton Uudenmaan piiri koordinoi yhteistyötä ja toimintaa kohtaamispaikassa. Tiloissa järjestetään ohjattua toimintaa koko perheelle ja vanhemmat ja lapset voivat tavata toisiaan kohtaamispaikassa vapaasti aikaa viettäen. Tiloissa voi tavata kaupungin työntekijöitä ja muita toimijoita. Kohtaamispaikassa järjestetään arkisin sekä lapsille, että lasten vanhemmille erilaisia maksuttomia tapaamishetkiä, koulutuksia sekä ryhmiä. Lisäksi tiloissa toimii ruoanjako ja lastenvaatteiden ja -tarvikkeiden kierrätyspiste. Avoimella kohtaamispaikalla on netissä ja Facebookissa julkaistava viikko-ohjelma, joka sisältää ohjattua toimintaa. Koronapandemian aikaan toimintaa järjestetään erilaisina etätapahtumina. (Perheille.)

Opinnäytetyömme tavoitteena on suunnitella aistihuone kohtaamispaikan tiloihin Vantaan kaupungilla työskenteleviltä lasten toimintaterapeuteilta saatujen kyselyvastausten sekä teorian pohjalta. Tavoitteenamme oli tehdä suunnitelma aistihuoneesta, joka palvelee lapsiasiakasta arvioivan ja lasten toimintaterapiaa toteuttavien toimintaterapeuttien tarpeita. Huoneen tarkoituksena on vahvistaa lasten toiminnallisia taitoja ja valmiuksia muun muassa leikin kautta.

Opinnäytetyömme kohderyhmänä ovat toimintaterapeutit, jotka voivat hyödyntää huonetta lasten toimintaterapia-arviointiin ja toimintaterapian toteuttamiseen. Lisäksi tilaa käyttävät Koivukylän avoimen kohtaamispaikan kävijät ja henkilökunta, joten suunnitelmassa on otettu monenlaiset käyttäjät mahdollisimman hyvin ja monipuolisesti huomioon. Opinnäytetyön liitteenä olevaa aistihuoneen suunnitelmaa voidaan käyttää hyödyksi esimerkiksi aistihuoneen kaltaista tilaa suunniteltaessa. Opinnäytetyö ei liity muihin hankkeisiin tai ohjelmiin, mutta opinnäytetyömme pohjalta on mahdollista rakentaa aistihuone erillisenä projektina esimerkiksi yhteistyössä Metropolia Ammattikorkeakoulun kanssa.

3 Opinnäytetyön teoriapohja

3.1 Aistit

Aistit saavat ihmisen toimimaan. Sekä aivot, että hermosto tarvitsevat monipuolista aistitietoa, jotta ne voivat kehittyä ja toimia hyvin. Aivot vastaanottavat aistitietoa, jonka

avulla hermosto tuottaa erilaisia reaktioita. Näiden reaktioiden avulla keho ja mieli toimivat tarkoituksenmukaisesti. Aistit voidaan jaotella kolmeen ryhmään: kehon ulkopuolelta tuleviin aistimuksiin, kehon asennoista ja liikkeistä kertoviin aistimuksiin, sekä kehon sisäisistä tapahtumista kertoviin aistimuksiin. Kehon ulkopuolelta tuleviin aistimuksiin kuuluvat näkö-, kuulo-, maku-, haju- ja tuntoaisti. Kehon asennoista ja liikkeistä kertoviin aisteluihin kuuluvat asento- ja liikeaisti, joista käytetään nimitystä proprioseptiivinen aisti, sekä vestibulaarinen aisti, joka kattaa painovoiman, pään liikkeet ja tasapainon. Kehon sisäisistä tapahtumista kertovaa aistia kutsutaan viskeraaliseksi aistiksi. (Ayres 2008: 74.) Usein ammattikielessä kuullaan puhuttavan sensorisista toiminnoista. Sensoriset toiminnot ovat yleisnimitys aistimustoiminnoille (Leppäluoto ym. 2013: 447).

3.1.1 Kehon ulkopuolelta tulevat aistimukset

Näköaistista puhutaan myös visuaalisena aistina. Aivorungon keskukset, jotka käsittelevät näköaistimuksia saavat näköaistiärsyksiä silmän verkkokalvon kautta. Nämä ärsykkeet yhdistettynä muuhun aistitietoon, kuten esimerkiksi lihaksista ja vestibulaarisesta aistijärjestelmästä tulevaan tietoon, muodostavat ihmiselle perustietoisuuden ympäristöstään ja esineiden sijainnista kyseisessä ympäristössä. (Ayres 2008: 75.) Jopa 80% ihmisen aistitiedon käsittelystä on omistettu näköaistimusten prosessointiin. Ihminen havaitsee näön avulla ympäristönsä värejä, liikettä, etäisyyttä ja suuntia, sekä pystyy näkemään pimeässä, kohdistamaan katseensa ja erottamaan yksityiskohtan taustasta. (Näköaisti vuorovaikutuksessa 2021.)

Visuaalisuudesta puhuttaessa tarkoitetaan kaikkia niitä aistihavaintoja, jotka tulevat silmien kautta. Visuaaliseen hahmottamiseen kuuluu muun muassa visuaalinen erottelukyky, avaruudellinen hahmottamiskyky, visuaalinen muisti, visuaalinen päättelykyky sekä visuomotoriikka. Jos lapsella esiintyy haasteita visuaalisessa hahmottamisessa, ne yleensä tulevat esiin arkipäivän toiminnoissa. Lapselle voi tuottaa vaikeuksia esimerkiksi rakennella palikoilla, muistaa kuvia muistipelissä, kirjoittaa kirjaimia tai kulkea portaissa. Lapsi voi myös vältellä erilaisia tilanteita, joissa visuaalinen hahmottaminen korostuu. Onkin tärkeää, että lapsen leikkejä ja kiinnostuksenkohteita seurataan, jotta mahdollisiin visuaalisen hahmottamisen haasteisiin pystytään reagoimaan. Kuntoutus, jossa huomioidaan visuaalisen hahmottamisen vaikeudet, on tehokkainta silloin, kun lapsi on alle kouluikäinen. Toimintaterapeuttien ammattitaitoon kuuluu näiden vaikeuksien kuntouttaminen, sekä lapsen luonnollisen ympäristön huomioiminen, jolloin toimintaterapeutti voi antaa neuvoja vanhemmille ja muille kasvattajille, millä tavoin lapsen visuaalista kehitystä voidaan edesauttaa. (Vilén ym. 2013: 284.)

Kuuloaisti, eli auditiivinen aisti, mahdollistaa ihmiselle erilaisten äänien aistimisen. Korvan rakenne koostuu ulko-, väli- ja sisäkorvasta, joiden kautta ääni kulkee kuulotasapainohermoa pitkin hermoimpulsseina isoavokuoren kuulokeskukseen (Kuulo). Kuuloaistitietoon yhdistyy aivojen eri alueilta myös muuta aistitietoa, jotta ihminen pystyy ymmärtämään kuulemaansa. Vestibulaarinen aistitieto on yksi merkittävimmistä aisteista, joka integroituaan kuuloaistin kanssa antaa äänille merkityksen. (Ayres 2008: 76.) Kuulon kehitys kulkee käsi kädessä puheen kehityksen kanssa. Lapsi saa turvaa ja nautintoa äänistä ja alkaa jokellella 3–4 kuukauden ikäisenä. Lapsi oppii hiljalleen ymmärtämään erilaisia äänenpainoja kuuloerottelun tarkentumisen avulla ja pystyy ymmärtämään puhetta jo ennen kuin sanojen tuottaminen alkaa. Ennen varsinaista puhetta lapsi kommunikoi erilaisten ääntelyiden ja tavujen toistelemisen avulla. (Kuulonhuoltoliitto ry 2000: 7.) Pikkulapsille erilaisten äänten erottelu on hankalaa, joka voi näkyä esimerkiksi ohjeiden ymmärtämisen hankaluutena ympäristössä, jossa on paljon meteliä. Lapsi pystyy suodattamaan vasta kymmenen vuoden iässä erilaisia ääniä toisistaan samalla tavalla kuin aikuinen ja vasta murrosiässä kuulon herkkyys saavuttaa aikuisen tason. (Huttu & Heikkinen 2017: 84.)

Auditiivinen aistijärjestelmä toimii vuorovaikutuksessa muiden aistijärjestelmien kanssa, erityisesti vestibulaarisen aistijärjestelmän kanssa. Onkin yleistä, että lapsilla joilla esiintyy vestibulaarisen aistitiedon käsittelemisen haasteita, esiintyy myös puhe- ja kieliongelmiä. Tärkeää on myös huomioida auditiivisen aistijärjestelmän yhteys proprioseptiiviseen ja taktiiliseen aistijärjestelmään, vaikkei nämä yhteydet ole yhtä selviä kuin yhteys vestibulaariseen aistijärjestelmään. Puhe ja puheen kehitys vaativat lapselta monimutkaista motorista ohjailua, joka on samankaltaista kuin muun kehon liikuttamiseen vaadittavat liikkeiden ohjaukset. Tällöin toimintaterapia, joka auttaa lasta aistitiedon käsitteilyssä sekä kehittää motorista ohjailua, edesauttaa myös puheen kehitystä. Lapsen, jolla esiintyy puhe- ja kieliongelmiä, tulee saada myös puheterapiaa toimintaterapian lisäksi. (Ayres 2008: 201-202.)

Hajuaistista voidaan käyttää myös nimitystä olfaktorinen aisti. Toisin kuin muut aistit, hajuaisti kulkee aivorungon reittien sijaan suoraan limbiseen järjestelmään. Hajuilla on suuri merkitys ihmisen valintoihin, sillä ne voivat herättää muistoja ja tunteita. (Ayres 2008: 77.) Erilaiset tuoksut auttavat vastasyntyntä vauvaa kiintymään vanhempiinsa ja muihin hoitajiin, sekä myös myöhemmässä vaiheessa elämää tuoksut voivat tuoda lapselle turvaa. Hajuaisti toimii yhdessä makuaistin kanssa säädellen halua syödä, sekä kertoen ruuan laadusta. (Huttu & Heikkinen 2017: 86-87.)

Ihmiset aistivat hajuja eri tavoin, hyvin yksilöllisesti omien kokemusten sekä mieltymysten perusteella. Arjen tilanteet mahdollistavat useita erilaisia hajuaistimuksia ja esimerkiksi kehitysvammaisten kanssa hajuaistia voidaan käyttää antamaan vihjeitä siitä, mitä seuraavaksi on tapahtumassa. Hajuaistin aktivoiminen voi myös virkistää ihmistä, joka edesauttaa vuorovaikutuksessa olemista. Hajuaistia aktivoimalla voidaan myös tunnistaa ihmisen tapaa ilmaista asioita mistä hän pitää, tai vaihtoehtoisesti inhoaa, jos näitä reaktioita on muuten vaikea ilmaista. Tämä auttaa muita ihmisiä ymmärtämään paremmin eri tilanteissa esiintyviä reaktioita. Hajuaistiin on mahdollista reagoida yli- tai aliherkkästi ja näissä tilanteissa on tärkeää huomioida ihmisten yksilölliset herkkyydet ja niiden mukaan muokata ympäristöä. Hajuaistia on mahdollista aktivoida erilaisissa arjen tilanteissa, jolloin jaetut hajuelämykset voivat tuoda monipuolista sisältöä myös ihmisten väliseen vuorovaikutukseen. (Haju- ja makuaisti vuorovaikutuksessa 2018.)

Makuaistista voidaan käyttää myös ilmaisua gustatorinen aisti (Ayres 2008: 76). Kielen pinnalla olevat makureseptorisolut lähettävät eteenpäin tietoa, joka päättyy lopulta makuaivokuorelle. Ihmisen on mahdollista tunnistaa jopa tuhat eri makua, sillä eri maut aiheuttavat erilaisia vasteita makureseptorisoluissa. (Leppäluoto 2013: 459-460.) Edellä mainitut maut sijoittuvat kaikki kuitenkin viiden perusmaun alle. Nämä perusmaut, jotka ihminen maistaa ovat: makea, hapan, karvas, suolainen ja umami (Huttu & Heikkinen 2017: 87). Makuaisti toimii yhteistyössä hajuaistin kanssa ja se on edellytys tarkalle makujen aistimiselle. Hajuaistin lailla makuaistimukset voivat aiheuttaa ihmisessä vahvoja tunnereaktioita. (Haju- ja makuaisti vuorovaikutuksessa 2018.)

Kuten hajuaistia, niin myös makuaistia aktivoimalla voidaan edistää ihmisen tunne-elämyksen kautta vuorovaikutuksen syntyä ja vuorovaikutuksessa toimimista. Merkittävä vuorovaikutusta edistävä toiminta on yhdessä ruokaileminen, joka usein koetaan miellyttäväksi. Joihinkin ympäristöihin on myös mahdollista tutustua maistelemalla ympäristöstä löytyviä asioita. Yksilölliset herkkyydet makuaistimukseen tulee huomioida ja tilanteita ja toimintoja mukauttaa niin, että ihminen pystyy osallistumaan hänelle sopivalla tavalla. Makuaistimukseen alireagoivalle voidaan esimerkiksi laajentaa erilaisten makuelämysten tarjontaa ja yliherkästi reagoiville taas pyrkiä supistamaan varsinkin voimakkaiden ruokien ja tuoksujen tarjontaa. Makuelämyksiä ja niistä nousevia ajatuksia voidaan käsitellä yhdessä esimerkiksi nimeämällä makuja, sekä niiden nostattamia tunteita. (Haju- ja makuaisti vuorovaikutuksessa 2018.) Makuaistia aktivoimalla erilaisten toimintojen yhteydessä ihminen saa monipuolista aistitietoa ympäristöstään.

Tuntoaisti, eli taktiilinen aisti, vastaanottaa ihon reseptoreiden kautta monipuolisia aistiärsyksiä, kuten kosketusta, lämpötilaa, painetta ja kipua. Kaikista ihmisen aistijärjestelmistä tuntoaistijärjestelmä on laajin ja sen merkitys korostuu sekä fyysisessä että psyykkisessä toiminnassa. Riippuen tuntoselontien sijainnista ihmisen kehossa, aistiärsykkeet kulkevat hieman eri reittejä aivorunkoon: niskan alapuolella sijaitsevista tuntoselontien reseptoreista ärsykkeet kulkevat selkäytimen kautta, kun taas pään iholta ärsykkeet kulkevat aivohermojen kautta. Aivorungon kautta tuntoaistimukset leviävät aivoihin ja ne voivat olla joko tiedostamattomia tai tietoisia. Tiedostamattomat tuntoaistimukset käsitellään aivojen alemmilla tasoilla ja ne auttavat esimerkiksi ihmistä liikkumaan tehokkaasti ja säätelemään vireystilaa. Tietoiset tuntoaistimukset muodostuvat ihmisen aivorungossa sijaitsevien tumakkeiden kautta ja ne kertovat kosketuksen ominaisuuksista. Aivokuoren sensoristen alueiden avulla ihminen saa tietoa kosketuksen sijainnista ja muodosta. Tuntoaistijärjestelmä on ensimmäinen ihmiselle kehittynyt aistijärjestelmä, jonka vuoksi kosketuksella on erittäin suuri merkitys hermoston toiminnan jäsentymisen kannalta. Jotta hermoston toiminta pysyy tasapainossa, ihmiskeho vaatii paljon monipuolisia tuntoaistiärsyksiä. (Ayres 2008: 77-78.)

Tuntoaistitiedon käsittelyn vaikeudet voivat ilmetä lapsilla monin eri tavoin. Lapsi voi vältellä kosketusta ja suojata käsiään puristamalla niitä nyrkkiin. Lapsen mielenkiinto voi kohdistua ihmisten tai esineiden fyysisten ominaisuuksien sijaan jonnekin muualle. On lapsia, jotka kaipaavat ylimääräistä tuntoaistitietoa, jolloin he voivat käsitellä kaikkea ympäristön mahdollistamia asioita piittaamatta siitä, mitä kyseiset asiat ovat. Näissä tilanteissa lapsi ei käytä tuntoaistitietoaan oikein, jolloin se ei myöskään kehity tarvittavalla tasolla. Tuntoaistitiedon käsittelyn vaikeudet estävät lasta oppimasta tuntoaistin avulla, joka aiheuttaa lapselle haasteita arjessa selviytymisessä. (Kranowitz 2015: 96.) Taktiillisella ympäristöllä on merkittävä vaikutus lapsen hermostoon, ja tämä vaikutus voi olla joko myönteinen tai kielteinen. On tärkeää kiinnittää huomiota tapaan, jolla lapsi reagoi erilaisiin aistiärsyksiin ja sitä tulee myös kunnioittaa. Aistiärsyksiin reagoiminen voi olla hyvin erilaista eri ihmisillä. Usein lapsi viestittää erilaisin fyysisin reaktioin heidän hermostolleen sekä hyviä että huonoja tuntoaistimuksia, jotka aikuinen pystyy huomioimaan seuraamalla lapsen toimintaa ja kuuntelemalla häntä. (Ayres 2008: 253.)

3.1.2 Kehon asennoista ja liikkeistä kertovat aistimukset

Vestibulaarisella aistilla tarkoitetaan sisäkorvan kautta tulevia aistimuksia painovoimasta, pään liikkeistä ja tasapainosta. Sisäkorvassa on kahdenlaisia vestibulaariresep-

toreita. Painovoimareseptorit lähettävät taukoamatta aistitietoa eteenpäin vestibulaaritimakkeisiin, jotka kertovat painovoimasta suhteessa pään asentoihin. Liikeaistista kertovat reseptorit tuottavat impulsseja sisäkorvan kaarikäytävässä ja ne kulkevat vestibulaarisen hermon kautta vestibulaaritimakkeisiin. Nämä reseptorit aktivoituvat silloin, kun pää liikkuu ja kun pään liikkeen suunta tai nopeus muuttuvat. Näiden kahdenlaisten vestibulaarireseptoreiden yhteistoiminta antaa ihmiselle tiedon liikkeestä, liikkeiden suunnasta ja nopeudesta, paikalla olostä sekä asennon suhteesta painovoimaan. Tämän tiedon saanti on ehdottoman tärkeää, jotta ihminen pystyy toimimaan. (Ayres 2008: 79-80.)

Vestibulaariset aistimukset toimivat yhteistyössä useiden muiden aisti-impulssien kanssa. Sensoristen ja motoristen impulssien kanssa tapahtuva yhteistyö vaikuttaa ihmisen tasapainoon, liikkeiden tuottoon ja asennon hallintaan. Tilan hahmottamisen ja tietoisuuden suuntautumisen mahdollistavat taktiillisten, proprioseptiivisten sekä näkö- ja kuuloaisti-impulssien kanssa tapahtuva yhteistyö. Vestibulaariset aistiärsykkeet ovat usein tiedostamattomia. (Ayres 2008: 81.)

Jos lapsella on vestibulaarinen häiriö, tasapaino- ja liikeaistijärjestelmän aistitiedot eivät integroidu tehokkaasti, jolloin reagoiminen liikeaistimuksiin voi olla yliherkkää, heikkoa tai molempia. Tämä voi näkyä asennon ylläpidon haasteina, kävelemään oppimisen viivästymisenä sekä kömpelyytenä. Myös katseen kohdistaminen voi olla hankalaa ja vestibulaarisen aistitiedon hankaluudet voivat vaikuttaa myös kielen käsittelyn vaikeuksiin. (Kranowitz 2015: 120-121.) Vestibulaariset aistimukset vaikuttavat merkittävästi arkielämän toimintoihin, kuten liikkeenhallintaan, tasapainoon, motoriseen ohjailuun ja liikeaistimuksen tarkoituksenmukaiseen reagointiin eri tilanteissa (Kranowitz 2015: 127). Toimintaterapian avulla lapsen mahdollisuuksia osallistua hänen omaan arkeensa ja luonnolliseen ympäristöönsä liittyviin toimintoihin pyritään vahvistamaan.

Proprioseptiivinen aisti, eli asento- ja liikeaisti, tuottaa tietoa lihaksista, luista ja nivelistä. Ihmisen liikkeessa proprioseptiivisiä aistimuksia syntyy erityisen paljon, mutta myös paikalla ollessa lihaksista ja nivelistä lähtee tietoa aivoihin, jonka avulla syntyy tietoisuus kehon asennosta. Proprioseptiivisten aisti-impulssien matka kulkee selkäytimen kautta aivorunkoon ja pikkuaivoihin, joista osa kulkee eteenpäin isoihin aivoihin. Suurin osa proprioseptiivisestä aistitiedosta on tiedostamatonta ja vaikka ihminen pyrkisi keskittymällä havaitsemaan näitä aistimuksia, pystyisi hän tuntemaan vain pienen osan niistä. Proprioseptiivisen aistijärjestelmän avulla ihminen pystyy liikkumaan ja suoriutumaan erilaisista arjen toiminnoista ja jos aistijärjestelmä tuottaa liian vähän tietoa, on erilaisia

liikkeitä ja toimintoja hankala suorittaa. Näissä tilanteissa ihminen tukeutuu näköaistitietoon enemmän. Lapsella proprioseptiivisen aistitiedon käsittelyn puutteellisuus näkyy kaikessa tekemisessä aiheuttaen vaikeuksia, paitsi jos lapsella on mahdollisuus katsoa omaa tekemistään jatkuvasti. (Ayres 2008: 78-79.)

Proprioseptiivisen aistijärjestelmän kautta saadut aistimukset toimivat läheisesti yhdessä taktilisen ja vestibulaarisen aistijärjestelmän kanssa ja näiden yhteistoiminnasta voidaan ammattikielessä puhua taktilis-proprioseptiivisena tai vestibulaaris-proprioseptiivisena aistitiedon käsittelynä. Taktilis-proprioseptiivinen hahmotus on kosketuksen ja asennon samanaikaista aistimista, kun taas vestibulaaris-proprioseptiivinen hahmotus on pään ja kehon asennon samanaikaista aistimista. Kehonhahmotuksen tehostaminen sekä motoriikan hallinnan ja motorisen ohjailun kehittäminen on proprioseptiivisen aistijärjestelmän tehtävänä. (Kranowitz 2015: 148.)

Jos aivot käsittelevät proprioseptiivisiä aistimuksia tehottomasti, puhutaan proprioseptiivisestä häiriöstä. Lapsella tämä häiriö ilmenee kehon ja pään liikkeiden ja asentojen tuntemisen hankaluutena. Lapsella esiintyy vaikeuksia motorisessa ohjailussa sekä kehonhahmotuksessa ja hänen liikkumisensa voi olla kömpelöä. Hankaluudet tulevat esiin sekä karke- että hienomotorisissa taidoissa. Jotta lapsi pystyy suoriutumaan arkisista toiminnoistaan, hän tarvitsee näköaistitiedon apua, jotta hän kykenee kehon molempuolisten samanlaisten liikkeiden tuottamiseen. Proprioseptiivinen häiriö voi aiheuttaa lapselle myös turvattomuuden tunnetta, sillä hänen on tarkkailtava jokaista liikettään. (Kranowitz 2015: 148-149.)

3.1.3 Kehon sisäisistä tapahtumista kertova aistimus

Viskeraalinen aisti tarkoittaa sisäelimestä tulevia aistiärsyksiä, jolloin reseptorit lähettävät tietoa eteenpäin aivorungolle ylläpitääkseen ihmisen terveyttä, joka on elintärkeää. Viskeraaliset aistiärsykkeet ovat osana autonomisen hermoston toimintojen säätelyä, kuten hengitystä ja ruoansulatusta. Nämä aistiärsykkeet antavat myös aivoille tietoa siitä määrästä, jonka keho tarvitsee ruokaa ja vettä. Myös taktilinen ja vestibulaarinen aistijärjestelmä vaikuttavat autonomisen hermoston toimintaan, joka voi konkreettisesti näkyä esimerkiksi silloin, jos huvipuistossa voimakkaasti pyörivän laitteen kyydissä tulee huono olo. (Ayres 2008: 81-82.) Vaikka viskeraalinen aisti on ihmiselle elintärkeää, tämän aistitiedon huomioiminen toimintaterapiassa ei ole kovin merkittävää.

3.2 Aistihuone

Aistihuoneita on alun perin alettu kehittää kehitysvammaisten ihmisten tarpeisiin tarjoamaan rauhoittavia ja kontrolloituja aistikokemuksia keskittyen tiettyihin aisteihin. Esimerkiksi autismin kirjon henkilöt kiinnostuvat enemmän kehon tuottamista aistielämyksistä aistitiedon ymmärtämisen sijaan. Tämä ajatus toimii Snoezelen™ huoneen taustalla. (Fowler 2008: 27.) Aistihuone on usein varusteltu siten, että se mahdollistaa henkilölle rauhoittumisen, sekä vireystilan tason säätelyn. Erilaisilla aistiärsykkeillä on erilaisia vaikutuksia ihmisen toimintaan. Esimerkiksi hieronta voi toimia rauhoittavana toimintana, kun taas esimerkiksi kirkkaat valot vaikuttavat ihmisen vireyteen kohottaen sitä. (Fowler 2007: 16.)

Suunnitellessa aistihuonetta, on otettava huomioon, mihin tarpeeseen ja mille kohderyhmälle huonetta ollaan suunnittelemassa. On myös huomioitava, kuinka huone vastaa ihmisten vaihtuvia tarpeita ja kuinka hyvin huone on mukautettavissa. Aistihuonetta suunnitellessa on tärkeää osallistaa huoneen käyttäjiä suunnitteluun, jolloin on todennäköisempää, että he tulevat sitoutumaan huoneen käyttöön. Huonetta mukauttamalla ehkäistään myös asiakkaiden aistien ylikuormittumista, joka voi johtaa epämiellyttävään oloon ja lopulta huoneesta poistumiseen. (Fowler 2008: 21, 27-28.) Tässä opinnäytetyössä kohderyhmä on otettu huomioon suunnitelmaa laatiessa, kun kartoitimme toimintaterapeuttien tarpeita ja odotuksia aistihuonetta kohtaan.

Aistihuoneen tarvikkeita ja materiaaleja valitessa tulee kiinnittää huomiota siihen, että ne tarjoavat vuorovaikutteisen ja monipuolisen kokonaisuuden aistihuoneelle. Kuten myös aistihuoneen suunnittelu, myös tarvikevalinnat tulee olla sellaisia, että ne pystyvät vastaamaan huonetta käyttävien asiakkaiden yksilöllisiin tarpeisiin. Onkin tärkeää tiedostaa mille asiakasryhmälle aistihuonetta tehdään ja hankkia sellaisia tarvikkeita, jotka oikeasti vastaavat juuri kyseisen asiakasryhmän tarpeisiin. Erityisesti kalliita tarvikkeita hankkiessa tulee tarkasti huomioida se, ovatko niiden käyttömahdollisuudet todellakin muokattavissa, jotta huoneen käyttäjät eivät kyllästy niihin. (Fowler 2008: 52-53.)

Aistihuoneella voidaan tarkoittaa snoezelen™ -tyyppistä vaaleaa huonetta tai värikämmmin sisustettua huonetta, mutta näiden huoneiden perusajatus on sama, eli aistien stimuloiminen ja kontrolloitujen aistikokemusten tuottaminen. Snoezelen™ -huoneen värimaailma ja sisustus on rauhoittavaa, yleensä valkoista. Huoneessa on pehmeä tunnelma ja ideana on, että henkilö pystyy rauhoittumaan, jolloin tilan tarjoaman aistikoke-

muksen vastaanottaminen mahdollistuu. Paul Paglianon mukaan aistihuoneelle on olemassa monta käyttötarkoitusta ja käyttäjää kaikista ikäluokista, joten on oletettavaa, että aistihuoneita voi olla hyvin erilaisia ja moniin käyttötarkoituksiin suunniteltuja (Fowler 2008: 21). Värikkäässä huoneessa on sama perusajatus kuin valkoisessa, mutta näköaisti saa värikkäässä huoneessa enemmän ärsykeitä.

Aistihuoneen käyttöön liittyviä esteitä ja haasteita voivat olla esimerkiksi haastava sijainti suhteessa toimintaterapeuttien normaaleihin työskentelytiloihin, tai aistihuoneen sisällön puute suhteessa asiakkaiden tarpeisiin. Aistihuoneen tulisikin sisältää ja tuoda jotain uutta toimintaterapiaan, jotta motivoitumista tapahtuisi. Tämä tuli esiin myös kyselymme tuloksissa. Teettämämme kyselyn avulla pyrimmekin vastaamaan lapsiasiakkaiden tarpeisiin niin, että tilasta tulisi kutsuva ja sen sisältö motivoisi toimintaterapeutteja ja asiakkaita käyttämään tilaa, vaikka se tarkoittaisi hieman pidempää matkustamista toimintaterapiaan.

Kun aistihuone on rakennettu valmiiksi, tulee käyttäjille mahdollistaa aistihuoneen käytön harjoittelu. Harjoittelun avulla käyttäjät pystyvät tutustumaan aistihuoneen ominaisuuksiin ja näin ollen pystyvät käyttämään aistihuonetta oikein, vastaamaan asiakkaiden yksilöllisiin tarpeisiin. Yleisin virhe, jota aistihuoneessa tehdään, on se, että kaikkia mahdollisia laitteita käytetään samanaikaisesti. Tällöin aistit stimuloituvat liikaa ja voivat aiheuttaa ihmiselle ahdistusta ja haitallista käyttäytymistä, joka on täysin vastakkainen reaktio siihen, mitä aistihuoneella pyritään mahdollistamaan. Aistihuoneen valmistuessa harjoittelun mahdollistamisen lisäksi aistihuoneeseen olisi hyvä tehdä aistihuoneen ohjekirja, joka antaisi tarvittavaa tietoa aistihuoneen tarkoituksenmukaiseen käyttöön. (Fowler 2008: 55.)

Aistihuoneympäristöjä on kehitelty monenlaisiin tarpeisiin. Kenties suurimpana kohderyhmänä nousevat esiin aistitiedon säätelyn häiriöstä kärsivät sekä autismikirjon häiriön ihmiset. Lisäksi pelkästään Metropolia ammattikorkeakoulussa on tehty useita opinnäytetöitä aistihuoneista, joiden kohderyhmänä ovat kehitysvammaiset ja ikäihmiset.

3.3 Toimintaterapeuttinen lähestymistapa

3.3.1 Toimintaterapia

Toimintaterapia on toiminnan tieteeeseen perustuvaa lääkinällistä kuntoutusta. Toimintaterapeutti on toiminnan asiantuntija, jonka tehtävänä on auttaa ihmisiä, joiden toimintakyky on esimerkiksi sairauden tai vamman vuoksi rajoittunut. Toimintaterapeutin tehtävänä on mukauttaa materiaaleja ja tehtäviä asiakkaan tarpeisiin sopivaksi terapiaympäristössä (Hautala & Hämäläinen & Mäkelä & Rusi-Pyykönen 2016: 219). Toimintaterapiaa voidaan toteuttaa lapsen kotona, päiväkodissa tai toimintaterapiatilassa esimerkiksi sairaalassa tai terveyskeskuksessa. Tilat ja toimintaterapian välineet valitaan aina yksilöllisesti ja mukauttaminen riippuu lapsen tavoitteista, saatavilla olevista välineistä sekä lapsen mielenkiinnon kohteista (Terapia- ja tutkimuspalvelut).

Aistihuoneen kohdalla tämä tarkoittaa sitä, että huone on suunniteltu lasten toimintaterapia-arviointia ja toimintaterapian toteutusta varten niin, että ammattilaiset saavat tarvitsemaansa tietoa mahdollisimman monipuolisesti tilassa olevien elementtien kautta ja pystyvät toteuttamaan mahdollisimman laadukasta ja lapsen etua palvelevaa toimintaterapiaa. Huone tarjoaa monenlaisia materiaaleja, joita tuomalla toimintaterapiatilanteeseen voidaan saada tietoa ihmisen toiminnasta.

Lapsella on suomen lain ja Yhdistyneiden kansakuntien lapsen oikeuksien sopimuksen mukaan oikeus osallistua häntä koskevaan päätöksentekoon ja ilmaista mielipiteensä kaikissa häntä koskevissa asioissa. Lapsen näkemykset tulee ottaa huomioon hänen ikänsä huomioiden. Lisäksi hänellä on oikeus saada tietoa omista asioistaan ja ilmaista mielipiteensä. (Yleissopimus lapsen oikeuksista 1991.) Suunniteltaessa siis lapsen kuntoutusta, on otettava huomioon lapsen osallistuminen häntä koskevan kuntoutussuunnitelman tekemiseen ikätason mukaisesti. Lapsen toiveita omasta kuntoutuksestaan tulee kunnioittaa. Lisäksi lapsen kuntoutuksen pohjana on aina hyvä kuntoutuskäytäntö, joka edellyttää, että kuntoutuksessa noudatetaan ajantasaista lainsäädäntöä, otetaan huomioon kuntoutusta koskeva uusin tieteellinen tieto sekä hyväksytyt toimintatavat (Kuntoutuspalvelut 2020). Kuntoutuksen toteutusvaiheessa lapsen osallistumisella tarkoitetaan kuntoutuspalvelua tai merkityksellistä toimintaa, johon hän osallistuu kuntoutussuunnitelman mukaisesti (Sipari, Vänskä & Pollari 2017: 15). Hyvä kuntoutuskäytäntö edellyttää myös kuntoutuksen tavoitteiden ja tulosten arviointia säännöllisesti.

Toimintaterapian arviointiprosessi Inhimillisen toiminnan mallin mukaan myötäilee hyvien kuntoutuskäytäntöjen mukaista jaksoittaista kuntoutusprosessia. Toimintaterapeutin ja asiakkaan terapiasuhte alkaa toimintaterapeutin luomista kysymyksistä koskien asiakkaan toiminnallisuutta. Toimintaterapeutti haastattelee asiakasta ja hänen lähipiiriään tämän tilanteesta ja tekee alkuarvioinnin tarvittavien toimintakyvyn arviointimenetelmien avulla. Tämän jälkeen toimintaterapeutti ja asiakas keskustelevat asiakkaan tilanteesta luoden yhteiset lähtökohdat terapiasuhteelle. Keskustelun ja arviointitulosten pohjalta laaditaan toimintaterapian tavoitteet ja suunnitelma. Toimintaterapian toteutus ja seuraamisvaiheessa toimintaterapeutti ja asiakas toimivat yhteistyössä asiakkaan toimintakyvyn edistämiseksi. Toimintaterapeutti on vastuussa kuntoutuksen sopivuudesta suhteessa asiakkaan tavoitteisiin. Lopuksi toimintaterapeutti tekee asiakkaan kanssa loppuarvioinnin käyttäen yleensä samoja arviointimenetelmiä kuin toimintaterapian alussa saadaksean mahdollisimman tarkasti selville, onko toimintaterapian tavoitteet saavutettu. Riippuen toimintaterapian onnistumisesta, toimintaterapeutti ja asiakas voivat jatkaa toimintaterapiaa, mukauttaa asetettuja tavoitteita, tai päättää toimintaterapiajakson. (Hautala ym. 2016: 248-255) Toimintaterapiajakson kesto voi olla muutamasta tapaamiskerrasta usean vuoden mittaiseen terapiasuhteeseen riippuen yksilöllisesti asiakkaan tilanteesta. Toimintaterapeuttien hyviä arviointikäytäntöjä ohjaavat Kansaneläkelaitoksen suositusten lisäksi myös Toimintaterapeuttiliiton omat suositukset hyvistä arviointikäytännöistä. Julkaisun tarkoituksena on asettaa Suomessa työskenteleville toimintaterapeuteille yhteiset lähtökohdat arviointiprosessin eri vaiheisiin (Hyvät arviointikäytännöt suomalaisessa toimintaterapiassa 2014: 5).

Toimintaterapianimikkeistön lisäksi kansainvälinen ICF-luokitus tuo yhteneväisiä käytäntöjä eri ammattialojen välille ymmärtää toimintakykyä ja terveydentilaa. ICF-luokitus on laajalti toimintakykyä avaava ja selittävä luokitus, jonka tarkoituksena on yhtenäistää eri ammattialojen ymmärrystä toimintakyvystä, sekä yhtenäistää toimintatapoja. Luokitus kattaa esimerkiksi kehon toiminnot, elämän alueet kuten liikkumisen ja kotielämän, sekä ympäristötekijät, kuten apuvälineet. (Toimintakyky 2020.)

Lasten toimintaterapiassa harjoitellaan arkielämän taitoja ja valmiuksia leikin ja muiden mieluisten toimintojen kautta. Toimintaterapian tarpeen taustalla saattaa olla esimerkiksi kehitysviivästymä, keskittymisvaikeudet tai kehitysvammaisuus. Lapsi ohjautuu toimintaterapiaan lääkärin läheteellä. (Terveys- ja sosiaalipalvelut.) Toimintaterapiassa toimitaan tiiviissä yhteistyössä myös lapsen perheen, päiväkodin ja koulun kanssa ja on tavallista, että toimintaterapeutti vieraileekin esimerkiksi lapsen päiväkotiryhmässä teke-

mässä havainnointia. Toimintaterapia on tavoitteellista ja riittävän haastavaa, mutta onnistumisen kokemuksia tuottavaa. Yksilöllisen toimintaterapian lisäksi voidaan järjestää myös pari- tai ryhmämuotoista toimintaterapiaa. (Tietoa lasten sairauksista 2018.) Toimintaterapeutti voi toimia myös yksityisenä palveluntuottajana. Suuri osa suomalaisista toimintaterapiayrityksistä on solminut ostopalvelusopimuksen Kansaneläkelaitoksen tai muun julkisen sektorin toimijan kanssa. Yksityiselle toimintaterapeutille ohjautuvat asiakkaat tulevatkin usein maksusitoumuksella tai palvelusetelillä julkiselta sektorilta (Toimintaterapeutti 2021).

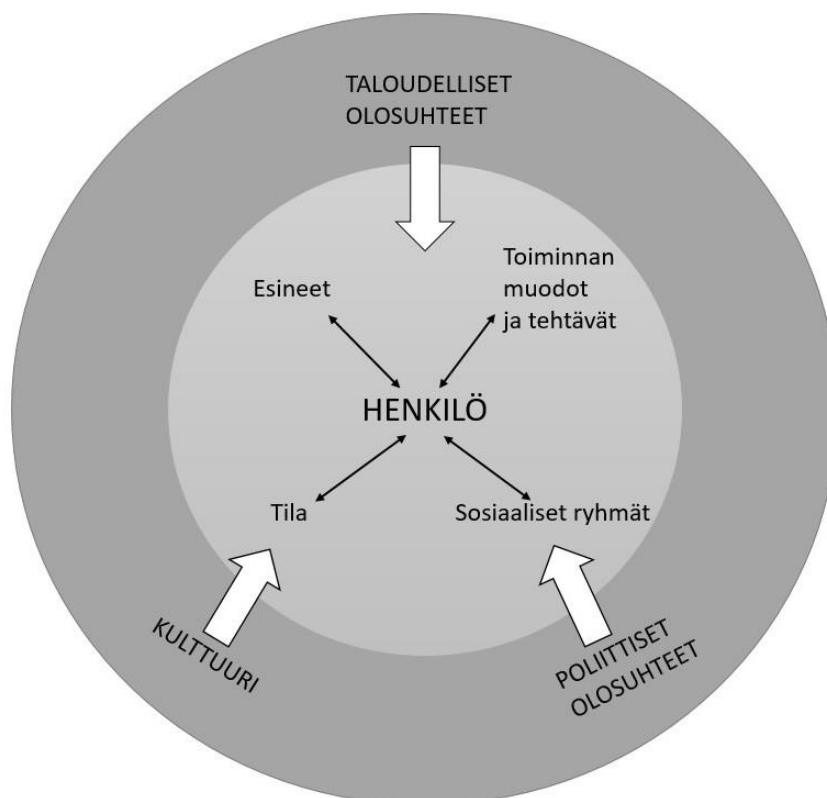
3.3.2 Inhimillisen toiminnan malli

Tarkastelemme opinnäytetyötämme inhimillisen toiminnan mallin (The Model of Human Occupation, MOHO) pohjalta. Kyseessä on Gary Kielhofnerin 1980-luvuilla kehittämä toimintaterapian teoria. MOHO:n ydinajatuksena on inhimillinen toiminta ja asiakaslähtöinen terapiakäytäntö. Malli on laajalti käytössä eri puolilla maailmaa ja tukee 2010-luvun toimintaterapian mukaista paradigmaa. (Hautala ym. 2016: 234.) Teoriaa on ollut kehittämässä useita toimintaterapeutteja ja MOHO on toimintaterapeuttien käytössä kansainvälisesti.

Inhimillisen toiminnan mallissa toimintaa selitetään tarkastelemalla henkilön tahtoa (volition), tottumusta (habituation) ja suorituskykyä (performance capacity) suhteessa toimintaan. Vaikka toimintaa voidaan tarkastella mallin avulla yksityiskohtaisesti, täytyy kuitenkin muistaa, että ihmisen toimintaan vaikuttavat mallin käsitteet yhdessä, sekä esimerkiksi henkilön toimintaympäristö. (Kielhofner 2008: 12.)

Inhimillisen toiminnan mallissa ovat keskiössä ihminen, toiminta ja ympäristö. Nämä kolme mallin osa-aluetta jaetaan vielä pienempiin osiin, jotka vaikuttavat toisiinsa. Mallissa ihmistä tarkastellaan kokonaisuutena. Tilanteissa, jossa Inhimillisen toiminnan mallilla ei pystytä selittämään jotakin toimintaa voidaan MOHO:n rinnalle yhdistää muita viittekehyksiä ja teorioita, kuten biomekaaninen viittekehys tai sensorisen integraation teoria (Hautala ym. 2016: 235). Inhimillisen toiminnan malli on toiminut pohjana monelle toimintakyvyn arviointimenetelmälle. Näitä ovat muun muassa Inhimillisen toiminnan mallin seulonta-arviointi (MOHOST), toimintahistoriaa ja toimintakykyä arvioiva haastattelu (OPHI-II), toimintamahdollisuuksien itsearviointi (OSA), sekä työroolia arvioiva haastattelu (WRI). (Hautala ym. 2016: 250.)

Mallin käsitteistä etenkin ympäristö korostuu aistihuoneen suunnittelussa, sillä tehtävämme on tarkastella ja kehittää toimintaterapeuttien sekä arvioitavien lapsien työ- ja toimintaympäristöä. MOHO:n mukaan ympäristöllä on merkittävä vaikutus toimintaan ja osallistumiseen ja tämä on tunnustettu kansainvälisessä ICF-luokituksessa. Ympäristö voi mahdollistaa tai rajoittaa toimintaa riippuen siitä, miten ympäristö vastaa henkilön tarpeisiin ja toiveisiin. Esimerkiksi perheen ilmapiiri ja tuki voi vahvistaa henkilön motivaatiota pyrkiä tämän tavoitteita kohti. Toimintaa taas rajoittavat tai jopa estävät fyysiset esteet kuten aidat ja seinät, mutta myös esimerkiksi lait, yhteisön normit sekä työn vaatimukset. Ympäristö vaikuttaa ihmiseen ja ihminen ympäristöön. Tämän vuorovaikutuksen seuraukset näkyvät toiminnassa. Ympäristön mahdollisuuksien ja rajoitusten kokeminen on yksilöllistä ja riippuu ihmisen arvoista, rooleista, kiinnostuksen kohteista, hänen toiminnallisuudestaan sekä henkilökohtaisesta vaikuttamisestaan. (Kielhofner 2008, 87-88.)



Kuvio 1. Toimintaan vaikuttavat ympäristön osa-alueet (Kielhofner, 2008: 87)

Tulkitsimme kyselymme vastauksia ympäristön näkökulmasta. Tulosten avulla olemme suunnitelleet rakennetun ympäristön, joka vastaa toimintaterapeuttien ja heidän asiakkaidensa toiminnallisiin tarpeisiin mahdollisimman monipuolisesti. Esimerkiksi portaat kaiteet, tai oven leveys ovat suoraan vaikutuksessa henkilön toimintaan joko estäen tai mahdollistaen sitä (Taylor 2017: 97). Tämän vuoksi pyrimme suunnittelemaan tilan, joka

on kutsuva ja herättää niin lapsen kuin aikuisenkin motivaation toimintaan ja mahdollistaa toimintaa olemalla esteetön. Tilan täytyy olla kutsuva ja toimintaa mahdollistava myös toimintaterapeuteille, jotta aistihuoneen käyttöön on helpompi motivoitua ja sitoutua.

3.3.3 Aistitoiminnan häiriöt toimintaterapiassa

Toimintaterapiassa aistitoiminnan häiriöitä tarkastellaan usein sensorisen integraation teorian kautta. Tämän kyseisen teorian on kehittänyt toimintaterapeutti ja psykologian tohtori A. Jean Ayres, joka korosti lapsen kehityksen ja uusien taitojen oppimisen taustalla olevan toiminnan ja aistitiedon välisen vuorovaikutuksen tärkeyttä. (Sensorinen integraatio.) Aistitoiminnan häiriöstä voidaan puhua sensorisen integraation häiriönä. Sensorisen integraation häiriö tarkoittaa sitä, että aivojen aistijärjestelmät eivät toimi tehokkaasti ja näin ollen haittaavat aivojen toimintaa. Aivojen tehoton aistijärjestelmästä saadun tiedon käsittely aiheuttaa sen, ettei ihminen pysty saamaan kehostaan ja elinympäristöstään tarkkaa, tarvittavaa tietoa. Tämän seurauksena kehon toiminta on usein myös tehotonta, joka vaikuttaa oppimiseen, itseluottamukseen, stressinsietokykyyn sekä elämänhallintaan. (Ayres 2008: 87.)

Lapsen, jolla esiintyy sensorisen integraation häiriö, on hankalaa mukautua sujuvasti toimintaympäristöönsä, sillä hänen aivonsa eivät pysty integroimaan, eli jäsentämään ympäristön tuottamaa aistitietoa. Sensorisen integraation terapiassa lapselle mahdollistetaan ympäristö, joka on suunniteltu juuri hänen hermostoansa ajatellen. Tällaisessa ympäristössä lapsen aivot pystyvät integroimaan sellaista aistitietoa, johon ne eivät ole aiemmin pystyneet. Sensorisen integraation terapian tarkoituksena on saada aikaan aistimuksia tuottavaa fyysistä toimintaa, jolloin aistimukset aiheuttavat tarkoituksenmukaisia toimintareaktioita. Nämä toimintareaktiot aiheuttavat uusia aistimuksia ja ne taas tuottavat entistä monimutkaisempia toimintareaktioita, mahdollistaen aivojen kokonaisvaltaisen toimintakyvyn tehokkuuden. (Ayres 2008: 223-224.)

4 Opinnäytetyön toteutus

4.1 Aineiston keruu

Ennen tutkimuksen aloittamista tulee suunnitella mahdollisimman tarkoin tutkimuksen eteneminen, johon kuuluu prosessin kaikki eri vaiheet. Tällöin mahdollisiin muutoksiin on helpompaa reagoida prosessin edetessä. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Opinnäytetyömme kyselyn suunnitteleminen alkoi pohdinnalla siitä, mitä halusimme toimintaterapeuteilta kysyä. Tärkeintä oli, että vastaajien mielenkiinto pysyy yllä ja että kysymykset ovat helposti vastattavia ja ymmärrettäviä. Tavoitteenamme oli luoda kysymyksiä, jotka pohjaavat Inhimillisen toiminnan malliin, joihin on helppo vastata, jotka tuottavat kehittämistehtävämme kannalta oleellista tietoa ja jotka eivät vie liikaa vastaajien aikaa. Päädyimme laatimaan viisi avointa kysymystä ja yhden vahvistuskysymyksen, jolla varmistettiin tutkimukseen osallistujien suostumus.

Tutkimuskysymyksemme on:

Millaista toimintaa aistihuoneen tulee mahdollistaa lasten toimintaterapiassa?

Tutkimuskysymyksessämme toiminnan mahdollistamisella voidaan tarkoittaa aistihuoneessa tapahtuvia toimintoja kuten tutkimista, rentoutumista tai leikkiä. Saadaksemme kysymykseemme vastauksia, oli selvitettävä, mistä asioista toimintaterapeutit hyötyisivät aistihuoneessa eli millaisia ominaisuuksia aistihuoneella on hyvä olla, jotta sen käyttäjät sitoutuvat tilassa toimimiseen. Tila voi sitouttaa ihmistä toimintaan esimerkiksi sen varustelun ja välineiden, sijainnin tai tilasta saadun muun hyödyn kautta.

Päädyimme tekemään kyselyn internetin kautta, jotta aineiston kokoamisen esteenä eivät muodostuisi ajalliset rajoitteet ja esimerkiksi aikataulujen sopiminen. Myös koronapandemian aiheuttaessa haasteita ihmisten tapaamiselle tuntui järkevältä välttää paperien lähettämistä ja käsittelyä. Kyselypohjaksi valikoitui internetissä täytettävä Microsoft Forms -lomakepohja, jonka toimintaterapeutit täyttävät itselleen parhaiten sopivana ajankohtana. Kyselylomakkeen ulkoasu ja kysymykset on kuvattu opinnäytetyön liitteessä 2. Kysymysten asettelu perustuu tutkimuskysymykseen sekä Inhimillisen toiminnan mallin osa-alueisiin, jotka ovat ihminen, toiminta ja ympäristö. Koska halusimme tarkastella MOHO:n avulla toimintaterapeuttien työtä ja kävijöiden tarpeita, kysymyksissämme painottuvat toiminnan ja ympäristön osa-alueet. 1 ja 2 kysymyksessä taustalla olivat toimintaterapeuttien tavat, tottumus ja motivaatio tehdä heidän päivittäistä työtään. Toisessa kysymyksessä kartoitettiin toimintaterapeuttien motivaatiota käyttää kyseistä tilaa, sillä tarkoituksenamme oli tehdä suunnitelma tilasta, joka tulisi todelliseen käyttöön. Kysymykset 3 ja 4 liittyivät toimintaan aistihuoneessa. Inhimillisen toiminnan mallin käsitteet tilat, esineet sekä henkilökohtainen vaikuttaminen olivat kysymysten 5 ja 6 taustalla. Toimintaterapeuttien työn voidaan olettaa mallin mukaan olevan tehokasta ja vaikuttavaa, mikäli heillä on vaikutusta ympäristöön, jossa heidän työnsä tapahtuu. Lisäksi

tilat ja esineet muokkaavat käyttäytymistämme sen mukaan, ovatko ne entuudestaan tuttuja vai vieraita. (Hautala ym. 2016: 234-249.)

Haimme tutkimuslupaa Vantaan kaupungilta ja se on myönnetty työllemme joulukuussa 2020. Vantaan alueella lasten toimintaterapeutteina työskentelee kuusi henkilöä, joista viisi vastasi kyselyymme. Vastausaikaa oli kolme viikkoa ja ajallisesti kysely sijoittui tammi-kuulle 2021. Lähetimme Vantaan toimintaterapeuttien esimiehelle sovitusti sähköpostin, jonka liitteenä olivat informointikirje (Liite 1) sekä linkki kyselyyn. Toimintaterapeuttien esimies jakoi toimintaterapeuteille lähettämämme sähköpostin. Näin ollen henkilötietoja ei tarvinnut kerätä kyselyn osallistujista, eikä henkilötietorekisteriä tarvinnut perustaa. Vastaukset saatiin kerättyä kontrolloidusti ja luotettavasti kohderyhmältä, sillä linkki jaettiin vain tutkimuksemme kohderyhmälle.

Arvioimme, että kyselyyn vastaamiseen kuluu noin 30 minuuttia. Lähetettyihin lomakkeisiin lisättiin opinnäytetyön tekijöiden yhteystiedot, mikäli vastaajille herää kysymyksiä kyselystä. Kohderyhmämme oli melko pieni ja tavoitteemme oli saada 5–6 vastausta. Arvelimme, että tieto kyselystämme tavoittaa toimintaterapeutit hyvin, koska toimintaterapeuttien esimies oli informoinut heitä ennen kyselyn alkamista. Saamamme viisi vastausta oli arvioitu hyvin ja näin ollen vastausprosentiksi saatiin lopulta 83,3.

4.2 Analysointi

Saamamme vastaukset olivat kattavia ja laajoja, ja kysymyksiin oli vastattu riittävällä tarkkuudella. Keskimääräinen vastausaika kyselyyn oli 27:56 minuuttia. Arvioitu 30 minuuttia riitti siis melko täsmällisesti kyselyyn vastaamiseen. Vastausajan päätyttyä kyselyn vastaukset otettiin talteen ja niitä jaoteltiin loogisiksi kokonaisuuksiksi käyttäen apuna Jyväskylän yliopiston filosofian laitoksen tutkija Timo Laineen runkoa laadullisen sisällön analyysistä, sekä yhdysvaltalaiseen perinteeseen viittaavaa aineistolähtöistä analyysimallia. Kokosimme vastaukset yhteen ja aloimme käymään niitä läpi. Ensimmäisessä vaiheessa redusoimme, eli pelkistimme aineistoa niin, että epäolennaiset vastauksien osat jäivät pois. (Tuomi & Sarajärvi 2018.) Poimimme vastauksista kohdat, jotka kiinnostivat meitä opinnäytetyön tutkimuskysymyksen näkökulmasta ja pelkistimme niitä. Koska osa vastauksista oli pitkiä, pelkistämistä täytyi tehdä joissakin kohdissa paljon. Osassa vastauksista oli tutkimuskysymyksen kannalta epäolennaisia kohtia, kuten palautetta opinnäytetyön tekijöille. Olemme kuvanneet alla poimittuja ja osittain lyhennettyjä esimerkkejä vastauksista, sillä kaikkien vastausten raportoiminen sellaisenaan ei ole tulosten esittelyn kannalta oleellista.

| Alkuperäinen ilmaus | Pelkistetty ilmaus |
|--|--|
| Toivoisin aistihuoneen olevan esteetön esim. pyörätuolia käyttävälle lapselle. | Esteettömyys. |
| On hyvä myös olla "pakomahdollisuus", jos jotkin aistimukset eivät tunnu miellyttäviltä. | Pakomahdollisuus, jos jokin aistimus ei tunnu miellyttävältä. |
| Säilytystiloja, jotta kaikki tavarat eivät ole esillä, valojen säätäminen. Tilan välineet, lelut ym. lähellä nopeasti käyttöön otettavissa. Kaiken ei pitäisi olla kerralla esillä, vaan tilanteen mukaan poimia/ottaa esille asioita, joille sillä hetkellä on tarve. | Huoneen tulisi sisältää säilytystilaa, jotta tarvikkeet ovat tarvittaessa helppo ottaa käyttöön ja laittaa pois. |
| Olisi tärkeää, että huoneen elementit ovat helposti puhdistettavia. Hygieniasta huolehtiminen on yksi asia, joka näinä aikoina mietityttää. | Huoneen hygieeninen käyttö ja puhtaus. |

Taulukko 1. Esimerkki alkuperäisten ilmausten pelkistämisestä.

Pelkistettyjen ilmausten tekemisen jälkeen vuorossa oli klusterointi, eli käsitteiden jakaminen omiksi ryhmiksi muodostaen alaluokkia (Tuomi & Sarajärvi 2018). Nimesimme luokkia perustuen niiden sisältöön. Vastauksista nousi muutamia teemoja, jotka ohjasivat selvästi alaluokkien syntymistä. Kaikki vastaajat kertoivat työskentelevänsä aistisääntelyn pulmien parissa. Vastauksissa mainittiin esimerkiksi lievät yli- ja aliherkkyydet, aistimushakuisuus ja aistitiedon käsittelyn pulmat. Tästä päätellen merkittävä osa toimintaterapeuttien asiakkaista voisi hyödyntää aistihuonetta. Vastaajien mukaan Vantaan kaupungin toimintaterapiassa keskitytään enemmän toimintakyvyn arviointiin ja pidempää toimintaterapiaa vaativat lapset siirtyvät yksityisille toimintaterapeuteille ostopalvelun kautta. Vantaan kaupungin toimintaterapeuteilla ei kyselyn vastausten perusteella ollut juurikaan pitkäaikaisia toimintaterapiasuhteita.

Etenkin lapsen rauhoittumisen tukeminen, huoneen mukailtavuus käyttäjilleen sopivaksi sekä huoneen hygieenisuus tulivat esille monissa vastauksissa. Useammassa vastauksessa tuotiin esille huoneen mukailtavuus, jotta lapsen on helpompi keskittyä, kun kaikki huoneen tavarat ja ominaisuudet eivät ole esillä koko ajan. Näin pystyttäisiin myös vastaamaan paremmin lapsen henkilökohtaisiin tarpeisiin aistihuonevierailulla. Koska huone olisi käytössä sekä kohtaamispaikan kävijöille, sekä toimintaterapian asiakkaille, huoneen hygieenisyyden tärkeys nousi vastauksissa oletetusti esiin. Hygieenisyyttä perusteltiin myös vallitsevalla koronapandemiolla.

| Pelkistetyt ilmaukset | Alaluokka |
|---|-------------------------|
| Lapsen rohkeuden lisääminen Motivaatio Itsesäätelyn harjoittelu Kommunikoinnin harjoittelu Rauhoittumisen tukeminen | Keinojen löytäminen |
| Käyttö pienryhmän kanssa Huoneen hygieenisuus Välineiden riittävyys Vanhempien ohjaaminen tilan käyttöön | Kävijöiden huomioiminen |
| Esteettömyys Pakomahdollisuus Mukailtavuus Säilytystilat tarvikkeille, joita ei käytä Monipuolinen erilaisia aistimuksia tuottava varustelu | Huoneen mukautuvuus |

Taulukko 2. Pelkistettyjen ilmausten ryhmittely alaluokkiin.

| Alaluokat | Pääluokka |
|---|------------------------|
| Aistitieto Tiedonsaanti Keinojen löytäminen | Kävijöiden saama hyöty |
| Huoneen mukautuvuus Tilan vetoavuus Kävijöiden huomioiminen | Huoneen ominaisuudet |

Taulukko 3. Alaluokkien ryhmittely pääluokkiin.

Alaluokkia yhdistämällä saimme muodostettua kaksi pääluokkaa. Päätimme, että kaksi pääluokkaa on parempi kuin yksi yhdistetty, koska lopulliset kaksi pääluokkaa ovat kovin erilaisia keskenään. Kahden pääluokan avulla saimme hyvät suuntaviivat siitä, mitkä ovat tärkeimpiä huomioon otettavia seikkoja aistihuoneen suunnittelun kannalta. Pääluokat eivät anna suoraa vastausta tutkimuskysymykseen, mutta ne auttavat hahmottamaan mitä ominaisuuksia aistihuoneelta vaaditaan. Aistihuoneen pitää mahdollistaa toimintaa, josta kävijät saavat hyötyä, kuten uutta tietoa toimintaterapian asiakkaista tai

keinojen löytämistä esimerkiksi rauhoittumisen tueksi. Lisäksi huoneessa täytyy olla ominaisuuksia, kuten mukautuvuus käyttäjän tarpeisiin, jotta toiminta huoneessa olisi kannattavaa ja sitouttavaa.

5 Tulosten esittely

Valitsimme Inhimillisen toiminnan mallin opinnäytetyömme teoreettiseksi pohjaksi, sillä kyseinen malli on laajalti tunnettu ja sen avulla on luontevaa tarkastella ja perustella toimintaa ja sen muotoja. Tulosten esittelyssä korostuu Inhimillisen toiminnan mallin ympäristö ja toiminta osa-alueet, sillä ne ovat olennaisimmat aistihuoneen suunnitelmaa tehtäessä. Varsinkin fyysinen ympäristö ja sen mahdollistama toiminta on keskiössä tulosten analysoinnissa.

Tilalta toivottiin esteettömyyttä, jotta apuvälineitä käyttävät lapset pääsevät käyttämään huonetta. Tämä liittyy toiminnalliseen oikeudenmukaisuuteen ja suoriutumiseen, sillä kaikilla käyttäjillä tulisi olla samanvertaiset mahdollisuudet käyttää tilaa mahdollisista toiminnan rajoitteista huolimatta. Tilan ja esineiden laadukkuus, erikoisuus ja yllättävyys mainittiin toimintaan sitouttavana tekijänä. Inhimillisen toiminnan mallissa ympäristöllä tarkoitetaan niitä fyysisen, sosiaalisen, kulttuurisen, taloudellisen ja poliittisen kontekstin tekijöitä, jotka vaikuttavat ihmisen toimintaan. Tämän määritelmä korostaakin sitä, miten useat ympäristötekijät voivat vaikuttaa ihmisen toiminnallisuuteen. Seuraavat tekijät kuuluvat mallin mukaan ympäristöön: tilat, esineet, sosiaaliset ryhmät, ympäristön tarjoamat toiminnan muodot tai tehtävät, kulttuuri, sekä poliittiset ja taloudelliset olosuhteet. (Kielhofner 2008: 86.) Toimintaterapeuttien vastauksissa näistä ympäristön osa-alueista korostuvat aistihuone tilana, aistihuoneen tarjoamat esineet, sekä aistihuoneen tarjoamat toiminnan muodot ja tehtävät. Erityisesti vastauksissa korostui toive monipuolisista tarvikkeista, sekä tilan muokattavuudesta vastaamaan asiakkaiden eri tarpeita.

Vastauksia analysoidessa huomasimme, että ympäristötekijät vaikuttavat huomattavasti toimintaterapeuttien motivaatioon käyttää tilaa. Useissa vastauksissa korostui seikka, että toimintaterapeutti voisi käyttää asiakkaan kanssa aistihuonetta, jos se tarjoaisi jotakin merkittävästi erilaista, mitä heidän omissa tiloissaan jo on. Vastauksista oli pääteltävissä, että he ovat tyytyväisiä nykyisiin tiloihinsa, koska aistihuoneen kaltaista tilaa ei aiemmin ollut ajateltu tarpeelliseksi. Tämä seikka hankaloittaa osittain huoneen suunnittelua, sillä vastauksista ei käynyt ilmi, minkälaiset tilat toimintaterapeuteilla on tällä hetkellä käytössä. Aistihuoneen vetoavuutta vähentää vastausten perusteella se, että osa toimintaterapeuteista ei ole osannut kaivata aistihuoneen kaltaista tilaa työssään. Koska

tarvetta ei ole ollut, saattaa muutos aiheuttaa vastarintaa tai haluttomuutta mukautua uusiin toimintatapoihin. Vastauksista oli pääteltävissä, että yksittäisen toimintaterapia-kerran siirtäminen normaalien toimintaterapiatilojen ulkopuolelle tuntuisi hieman vieraalta ajatukselta. Tämän ajatuksen taustalla vaikuttaa toimintaterapeuttien tottumus tehdä työtä tietyllä rutiinilla ja hyväksi todetulla tavalla. Monet toimintaterapeutit sanoivat, että voisivat suositella tilaa enemmän vanhemmille tutustuttavaksi yhdessä lapsensa kanssa.

Inhimillisen toiminnan mallissa ympäristön vaikutuksella tarkoitetaan ympäristön mahdollisuuksia, tukea, vaatimuksia ja rajoituksia, joita se tarjoaa yksilölle. Ympäristön vaikutus koostuu ihmisen ominaisuuksien sekä ympäristön piirteiden vuorovaikutuksesta. Se, miten ihminen kokee ympäristön mahdollisuudet, tuen, vaatimukset ja rajoitukset, riippuvat jokaisen henkilön arvoista, mielenkiinnon kohteista, henkilökohtaisesta vaikutamisesta, rooleista, tavoista sekä suorituskyvystä. (Kielhofner 2008: 88.) Toimintaterapeuttien tavat toteuttaa omaa työtään, sekä mielenkiinto aistihuonetta kohtaan ovat mielestämme ratkaisevassa asemassa, kun pohditaan sitä, että tulevatko toimintaterapeutit todella hyödyntämään aistihuonetta osana työskentelyään. Kun tavoista poiketaan, voi ihminen joutua muuttamaan ajankäyttöään tai käyttäytymistapaansa. Ympäristön mahdollisuuksien tulisi olla siis merkittäviä, jolloin ne vaikuttaisivat myös toimintaterapeuttien kiinnostukseen ja motivaatioon käyttää aistihuonetta. Aistihuoneen suunnitelmaa tehdessä tulee varmistaa, että aistihuoneen ympäristötekijät mahdollistavat mahdollisimman monipuolisen ja mukautettavan toiminnan.

Ympäristö mahdollistaa asioiden tekemisen. Toiminnan muodoista puhuttaessa tarkoitetaan tiettyjä tapoja, toimintoja ja merkityksiä, joilla luonnehditaan tekemistä. Jokaisella toiminnan muodolla on oma johdonmukaisuutensa ja ne ovat kulttuurisesti tunnistettavia, kollektiivisesti hyväksytyjä sekä tarkoituksenmukaisia toimintoja. Tämä tarkoittaa sitä, että toiminnan muodot ovat yhteydessä toiminnan merkitykseen ja tarkoitukseen. (Kielhofner 2008: 92-93.) Työpaikoilla on usein vakiintuneet tavat toimia, jolloin uusien asioiden käyttöön ottaminen osaksi omaa työskentelyä voi tuntua aluksi haastavalta ja aikaa vievältä. Työpaikan yleinen toimintakulttuuri vaikuttaa myös hyvin paljon siihen, millä tavoin uudet asiat otetaan vastaan. Aistihuoneen käyttöönotto osaksi toimintaterapeuttien työtä onkin suuri muutos totuttuun, varsinkin kun huone ei tule sijaitsemaan toimintaterapeuttien työpaikan välittömässä läheisyydessä. Tällöin toimintaterapeuttien yhdessä jakamat kokemukset aistihuoneesta ja kollektiivinen aistihuoneen käytön ideointi voi vaikuttaa merkittävästi aistihuoneen lopulliseen käyttöasteeseen.

5.1 Tuotteistaminen

Aistihuoneen suunnitteluprosessin tueksi olemme ottaneet sosiaali- ja terveysalan tuotteistamisprosessin (Jämsä & Manninen 2000). Aistihuoneen suunnitteleminen lähti liikkeelle kehittämistarpeesta, jonka opinnäytetyömme toimeksiantaja, Koivukylän avoin kohtaamispaikka toi ilmi opinnäytetyön tekijöille. Tavatessamme työn tilaajaa kysyimme heidän ajatuksiaan ja toiveitaan aistihuoneesta. Heidän ajatuksenaan oli saada kohtaamispaikkaan tila, jossa voivat vierailla sekä kohtaamispaikassa käyvät perheet, että toimintaterapeutit lapsiasiakkaiden kanssa. Tilaajamme ei asettanut suunnitelman sisällölle tarkkoja vaatimuksia. Kohtaamispaikasta oli varattu tila aistihuoneelle ja heidän ehdotuksensa oli, että otamme suunnittelussa huomioon Vantaan alueen toimintaterapeuttien näkemyksen. Teettämällä toimintaterapeuteille kyselyn, heidän ajatuksiaan voitaisiin hyödyntää suunnitelmassa. Koronapandemian ja aikataulullisten haasteiden vuoksi kysely toteutettiin netissä, sillä esimerkiksi fyysisen yhteiskehittelytilaisuuden järjestäminen olisi voinut olla haastavaa järjestää.

Luonnosteluvaiheessa kokosimme yhteen kyselyn tuloksia ja aloimme hahmotella lopullista tuotetta. Suunnittelua ovat ohjanneet asiakasprofiili, asiantuntijatieto, toimintaympäristö sekä palveluiden tuottaja (Jämsä & Manninen 2000: 43). Asiakasprofiililla tarkoitetaan toimintaterapeutteja ja heidän asiakkaitaan sekä heiltä tulevia vaatimuksia tilalle. Asiantuntijatieto, joka tässä työssä tarkoittaa Inhimillisen toiminnan mallia ja toimintaterapeuttien näkemyksiä luo uskottavuutta suunnitelman sisällölle. Toimintaympäristö on myös osaltaan muokannut suunnitelmaa. Tila, johon aistihuoneen suunnitelma perustuu, mahdollistaa mutta myös rajoittaa suunnitelman tekoa.

Koska suunnitelmamme koskee sosiaali- ja terveysalan palveluympäristöä, huomioon on otettava turvallisuusnäkökulma (Jämsä & Manninen 2000: 71). Suunnitelmamme koskee ainoastaan huoneen sisustusta, eikä suunnitelmamme vaadi muutostöitä huoneeseen, eli suunnitelmassa ole tarvinnut ottaa huomioon sähkö- tai LVI-töitä. Huoneen paloturvallisuus on kuitenkin otettava huomioon siten, että suosittelemme aistihuoneeseen paloturvallisia tekstiilejä mahdollisuuksien mukaan. Ikkunaseinällä olevaa patteria tai huoneeseen tulevia sähkölaitteita ei peitetä tekstiileillä tai tavaralla, vaan niiden ympärille jätetään tarpeeksi ilmatilaa paloturvallisuusriskin minimoimiseksi (Kodin turvaopas). Lisäksi huoneen käyttöohjeisiin tulee kirjata ohjeet sähkölaitteiden turvallisesta käytöstä, sekä avoimen kohtaamispaikan toimintaohjeet tulipalon sattuessa.

Aistihuoneen suunnitelman kehittämiseksi olemme saaneet ohjaajiltamme ja vertaisarvioijilta palautetta. Varsinaisen aistihuoneen rakentaminen, markkinointi, esitleminen, koekäyttö ja palautteen kerääminen jäävät toteuttajien vastuulle. Suosittelemme, että aistihuonetta mainostetaan potentiaalisille käyttäjille kiinnostuksen herättämiseksi. Tukena tässä on suositeltavaa käyttää esimerkiksi projektityöskentelyä ja yhteiskehittelyn menetelmiä. Yhteiskehittelyllä tarkoitetaan työtettä, jossa palvelujen ja toimintojen suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin osallistetaan palveluiden käyttäjiä (Tutkimus ja kehittäminen 2018). Metropolia Ammattikorkeakoulussa toimintaterapiassa-opintojakso, joka voisi mahdollistaa aistihuoneen kehittämisen.

Aistihuoneen laadukkuudella tarkoitamme käyttäjiin vetoavia ominaisuuksia, jotka saavat ihmiset kiinnostumaan huoneesta ja tulemaan sinne uudelleen. Laadukkaat materiaalit ja huolellinen toteutus vaikuttaa siihen, että aistihuoneesta kiinnostutaan varmemmin ja huone myy itse itsensä. Lisäksi vastaamalla käyttäjien tarpeisiin ja odotuksiin mahdollisimman hyvin saadaan huoneelle toivottavasti vakiinnutettua käyttäjäkuntaa. Käyttäjäkokenuksia olisi hyvä kerätä tuotteen laadun varmistamiseksi (Jämsä & Manninen 2000: 130).

5.2 Aistihuoneen suunnitelma

Suunnitelman yhtenä tavoitteena oli tehdä aistihuoneesta yhtenäinen kokonaisuus. Tämän vuoksi päätimme aistihuoneellemme teeman, joka on luonto. Aistihuone suunniteltiin värimaailmaltaan teemaan sopivaksi. Koivukylän avoimessa kohtaamispaikassa aistihuoneelle varatun tilan nimi on Kajo. Mielestämme tämä sopii aistihuoneen nimeksi hyvin, sillä se sopii luontoteemaan. Suosittelemamme tavarat on listattu suunnitelmassa. Perustelemme materiaali- ja tarvikevalinnat alla. Suunnitelmassa ei ole mainittu tiettyjä merkkejä tai tuotteita, vaan yleisiä ehdotuksia suositeltavista aistituotteista. Aistihuoneen toteuttajien vastuulla on hankkia suosituksiamme vastaavat tuotteet. Olemme laskeneet suositustemme pohjalta arvioidun budjetin aistihuoneelle, joka on 1500 €. Budjetti on suuntaa antava ja voi muuttua riippuen lopullisista materiaali- ja tarvikevalinnoista.

Kaikkia aistihuoneen tarvikkeita ei ole tarkoitus käyttää yhtä aikaa, vaan huoneen käyttäjien tarpeita mukailen. Aistihuoneemme on suunniteltu käytettäväksi yhden tai korkeintaan muutaman lapsen kanssa kerrallaan. Aikuisen on oltava huoneessa valvomassa ja ohjaamassa lapsia huoneen monipuoliseen käyttöön ja vaaratilanteiden syntymisen välttämiseksi. Aistihuoneen tavoitteena on herättää lapsi tutkimaan, oivaltamaan, löytämään

ja kokeilemaan huoneen lukuisia kiinnostavia ominaisuuksia. Aistihuoneelle on hyvä laatia säännöt ja käyttöohjeet, jotta huone pysyy siistinä ja sitä osataan käyttää oikein ja tarkoituksenmukaisesti. Suosittelemme, että ulkopuoliset kävijät kuten toimintaterapeutit varaavat kohtaamispaikalta aikoja aistihuonevierailuille, jotta huonetta on mahdollista käyttää rauhassa lapsen kanssa.

Huoneen suunnitelmassa on otettu huomioon aistit, jotka liittyvät toimintaterapian arviointiin ja toteuttamiseen. Tämän vuoksi viskeraalista aistia ei ole mainittu suunnitelmassa. Lisäksi makuaistia aktivoivia tarvikkeita on haastavaa suunnitella hygieniasyistä huoneeseen valmiiksi, joten pyydämme huoneen käyttäjiä tuomaan makuaistiin liittyviä tarvikkeita itse, jos se on tarpeellista aistiharjoittelun kannalta. Pyrimme valitsemaan materiaalit ja tarvikkeet aistihuoneeseen niin, että niitä on mahdollista hyödyntää yksilöllisesti eri asiakkaiden kanssa. Valinnoissa on myös kiinnitetty huomiota siihen, että tarvikkeita pystyy käyttämään monipuolisesti eri aistien aktivoimiseen aina tarpeen mukaan. Tarvikkeiden ja materiaalien valinnassa on myös huomioitu se, että avoimen kohtaamispaikan kävijät ja henkilökunta voivat käyttää niitä myös osana omaa toimintaansa.

Näköaistia aktivoimaan olemme valinneet kuplaputken. Kyseessä on kapea putki, jonka sisällä on vettä. Vedessä liikkuvat kuplat luovat huoneeseen rauhoittavaa tunnelmaa. Näköaistia aktivoi myös itse tila, kuten seinien maalaukset teemaan sopivilla metsän sävyillä. Näköaistia voi aktivoida hankkimalla tilaan mustavalolampun, joka muuttaa valkoiset ja vaaleat värit pimeässä hohtaviksi. Kun valon kanssa yhdistetään valkoiset vaatteet tai esimerkiksi hanskat ja liikunta, auttaa tämä hahmottamaan kehoa paremmin. Suosittelemme, että aistihuoneen materiaalivalinnoissa suositaan tämän vuoksi vaaleita yksityiskohtia, esimerkiksi seinämaaleissa. Aaltoprojektori heijastaa kattoon ja seinille rauhoittavia aaltomaisia kuvioita, joita voi ihastella säkkituolissa loikoillen. Tilaan voisi hankkia saippuakuplia, sillä ne harjoittavat silmä-käsikoordinaatiota ja suun motoriikkaa. Osa tarvikkeista aktivoi useita aisteja, joten ne on mainittu tekstissämme vain kerran. Esimerkiksi tuoksudiffuusori, jossa on valot, aktivoi samanaikaisesti näkö- ja hajuaistia.

Kuuloaistin aktivointiin valikoitui USB-kaiutin, johon voi kytkeä oman puhelimen mieluisan musiikin kuuntelemiseksi. Aiemmin mainitusta aaltoprojektorista on olemassa kaiuttimellinen malli. Suosittelemme hankkimaan tilaan myös kuulokkeet, jotka voi kytkeä puhelimeen, jotta ääniä ja musiikkia voi kuunnella tarvittaessa täysin omissa rauhassa.

Hajuaistin aktivoimiseksi huoneessa olisi hyvä olla tuoksupurkkeja, jotka sisältävät monenlaisia tuoksuja. Erilaisista mausteista, kukista ja ruoka-aineista saa koottua hyvän

valikoiman tuoksupurkkeja. Purkit kannattaa valita siten, että purkista ei pysty päättämään mitä hajua se sisältää. Tämä tuo tuoksuihin tutustumiseen jännitystä. Ehdotamme huoneeseen myös tuoksudiffusoria ja siihen sopivia aromaattisia öljyjä. Näillä öljyillä kerrotaan olevan erilaisia vaikutuksia ihmisen limbiseen järjestelmään. Jotkut tuoksut rauhoittavat, kun taas toiset piristävät. Diffusoria kuitenkin suositellaan käytettäväksi vain, mikäli huoneessa olijat pitävät tuoksusta. Myös allergiat on otettava huomioon hajuaistia aktivoivissa aistihuoneen osissa.

Makuaistin osalta aistihuoneessa ei ole tarvikkeita aktivoimiseen huoneen hygieenisyyden vuoksi, mutta suosittelemme tilassa vierailevia terapeutteja ja muita aikuisia tuomaan mukanaan tarvittaessa erilaisia suolaisen, makean, karvaan, happaman ja umamin makuja pieninä määrinä. Esimerkiksi makeat ja kirpeät karkit sekä mausteet ovat hyviä makuaistin aktivointikeinoja. Makuaistin aktivoinnissa on tärkeää huomioida makujen erot ja kontrasti, jotta kaikki maut eivät ole liian voimakkaita. Mukaan on siis hyvä koota muutaman vahvan maun lisäksi useita mietoja ja pehmeitä makuja, kuten mietoja pehmeitä karkkeja ja hedelmiä.

Tuntoaistiin liittyviä aistihuonetuotteita ovat kineettinen hiekka, aistilaatat, leikkivahto, vibratyyny ja tuuletin. Kineettinen hiekka on pehmeää ja siitä on helppo rakentaa esimerkiksi hiekkakakkuja. Hiekka stimuloi ihotuntoa ja hiekan vaivaamisella käsillä on rauhoittava vaikutus. Leikkivahto on saman tyylinen tuote kuin kineettinen hiekka ja tarjoaa tuntoaistimuksia kuten hiekka. Lattialla olevat nestetäytteiset aistilaatat saavat lapsen liikkumaan, kun taas seinällä olevat laatat ovat erilaisten pintojen vuoksi mielenkiintoisia tunnustella. Vibraatiota tuottavilla tyynyillä tai tavaroilla aktivoidaan syväntuntoa. Vibraatio voi auttaa lihaskipuihin ja tasainen värinä rauhoittaa. Tuuletin aktivoi ihotuntoa tuomalla kevyen ilmavirran huoneeseen.

Proprioseptiseen ja vestibulaariseen aistiin liittyviä aistituotteita ovat päärynäkeinu, askelkivet, painotuote, esimerkiksi painokäärme ja säkkituoli. Päärynäkeinu mukautuu moneksi, mutta keinuna se mukautuu keinujan kehoon. Keinumisen aikana ihmiseen vaikuttavaa painovoima, joka aiheuttaa aistimuksia kehon asennosta ja painosta. Lisäksi pussimainen keinu tuo turvallisuuden tunnetta. Askelkivien päällä liikkuminen harjoittaa tasapainoa ja kehonhallintaa. Painotuotteilla on tutkitusti rauhoittava vaikutus ihmiseen, joka perustuu yksinkertaisesti tuotteen painoon. Painopeittoa voidaan käyttää esimerkiksi motorisesti levottoman lapsen unensaannin parantamiseksi. Keho aistii painon ja rajoittaa liiallista liikettä, jolloin lapsi rentoutuu. Säkkituoli on mukavan pehmeä alusta

rauhottumiselle. Säkkituoli tuo turvaa ja tarjoaa hyvän paikan nauttia aistihuoneen valo-
aalloista, väreistä, äänistä ja tuoksuista.

6 Pohdinta

6.1 Pohdinta ja työn arviointi

Valmiin opinnäytetyön toivoimme antavan vastauksia siihen, millainen aistihuone hyödyntäisi toimintaterapeutteja parhaiten. Ajattelimme, että aistihuoneen avulla toimintaterapeuttien työssä käyttämät menetelmät voisivat laajentua ja mahdollistaa toimintaterapian toteuttamisen myös tavanomaisten ympäristöjen ulkopuolella. Tahdoimme aistihuoneen suunnitelman hyödyttävän myös avoimen kohtaamispaikan kävijöitä, jotta tulevaisuudessa aistihuonetta pääsisi käyttämään mahdollisimman moni. Vaikka aistihuonetta ei tämän opinnäytetyön aikana ollutkaan Koivukylän avoimen kohtaamispaikan toiveesta huolimatta mahdollista toteuttaa, pidämme hyvänä ajatuksena, että toteutus tehtäisiin myöhemmin yhteistyössä Metropolia Ammattikorkeakoulun kanssa, jolloin jatkumo opinnäytetyöllemme olisi luonnollinen. Mikäli mahdollista, suosittelimme aistihuoneen toteutusta monialaisena projektina.

Valitsimme Inhimillisen toiminnan mallin opinnäytetyön teoriapohjaksi, sillä kyseinen teoria kattaa laajasti kaikki osa-alueet, jotka liittyvät aistihuoneeseen ja siellä toimimiseen. Inhimillisen toiminnan malli on asiakaslähtöinen ja asiakas huomioidaan ainutkertaisena henkilönä. Teorian avulla voidaan tarkastella ihmisen toimintaan motivoitumista ja toiminnan eri osa-alueiden jäsentymistä, sekä ihmisen, toiminnan ja ympäristön vuorovaikutusta. (Hautala ym. 2016: 234-235.) Aistihuoneen suunnitelmaa tehdessä korostui erityisesti ympäristön merkitys ihmisen toimintaan. Tahdoimme tarkastella myös kyselyyn vastanneiden toimintaterapeuttien vastauksia mallin mukaisesti, jotta pystyimme analysoimaan tuloksia luotettavasti toimintaterapian teoriapohjaa hyödyntäen.

Vallitsevan koronapandemian takia pidimme selvänä, että kysely Vantaan kaupungilla lasten kanssa työskenteleville toimintaterapeuteille mahdollistettiin etäyhteyksiä hyödyntäen. Luontevaksi välineeksi kyselyn toteuttamiseen valikoitui Microsoft Forms, jonka kautta kyselyyn osallistujat saivat vastata nimettöminä, eikä heidän henkilötietojaan tullut meidän tietoomme. Ajattelimme myös, että anonymisti kyselyyn vastatessa saattaa olla helpompaa kertoa kattavasti omista näkemyksistä aistihuoneeseen liittyen. Olimme erittäin tyytyväisiä saamiimme vastauksiin, sillä niissä oli käsitelty aistihuoneeseen liittyviä tekijöitä laajasti ja yhtä ihmistä lukuun ottamatta kaikki olivat vastanneet kyselyymme.

Tutkimuskysymystä miettiessämme pyrimme muodostamaan sellaisen kysymyksen, johon laatimamme kyselyn vastaukset antaisivat mahdollisimman paljon tietoa. Tutkimuskysymykseksi muodostui: Millaista toimintaa aistihuoneen tulee mahdollistaa lasten toimintaterapiassa? Kyselyn vastaukset saatuamme heräsi ajatus, vastasivatko esitetyt kysymykset tarpeeksi hyvin asettamaamme tutkimuskysymykseen. Aluksi tuntui, että kysymyksiin ei ole vastattu tarpeeksi spesifisti ja että laajat kysymykset tuottivat liian laajoja vastauksia. Jäsentely ala- ja pääluokkiinkin tuntui tuottavan tietoa aistihuoneen keskeisistä ominaisuuksista enemmän kuin itse toiminnasta. Lopulta tarkasteltuamme aineistoa ja tehdessämme tulkintaa vastaukset alkoivat lopulta tuottaa tarvitsemaamme tietoa. Tärkeimpänä asiana vastauksissa pidimme saamaamme tietoa aistihuoneen mahdollisesta kohderyhmästä ja siitä, millaisia ominaisuuksia aistihuoneelta toivottiin. Jälkeenpäin ajateltuna olisi voinut olla hyödyllistä tehdä myös kysymys, joka selvittäisi terapeuttien nykyisiä työskentelyolosuhteita paremmin, jotta päällekkäisyyksiä aistihuoneen kanssa olisi ollut mahdollista välttää.

Aistihuoneen suunnitelmaa tehdessä pyrimme pitämään mielessä sen, että huonetta pystyisivät hyödyntämään monipuolisesti sekä toimintaterapeutit, että Koivukylän avoimen kohtaamispaikan kävijät. Toimintaterapeuttien vastaukset olivat hyvin pitkälti yhteneväisessä linjassa omien ajatustemme kanssa siitä, millaisia asioita aistihuoneen tulee mahdollistaa. Mielestämme erityisen tärkeää oli se, että aistihuone on kutsuva, jotta se motivoi ihmisiä käyttämään tilaa. Myös aistihuoneen materiaalivalinnoissa tuli huomioida helppokäyttöisyyden lisäksi se, että huoneen käyttäjät pystyvät tekemään valintoja sen suhteen, mitä materiaaleja he milläkin kerralla tahtovat hyödyntää. Kestävät, helposti puhdistettavat ja siirreltävässä olevat materiaalit korostuivat valinnoissamme.

Aistihuoneita on kehitetty lukuisille käyttäjäryhmille rauhoittumisen tueksi, sekä miellyttäväksi aisteja aktivoivaksi paikaksi erilaisiin ympäristöihin, kuten palvelutaloihin ja päiväkoteihin. Tietoomme ei ole kuitenkaan tullut, että aistihuonetta käytettäisiin aktiivisesti lasten havainnoinnin ja terapian tukena, joten tietoa tämän kaltaisen huoneen toimivuudesta kyseiseen tarkoitukseen ei juuri ole saatavilla. Toivomme opinnäytetyömme tuovan lisäinformaatiota ja kiinnostusta aistihuoneen toteuttamisesta toimintaterapian arviointi- ja terapiakäyttöön. Uudenlainen terapiaympäristö voisi tuoda uutta ja hyödyllistä näkökulmaa lasten toimintaterapiaan. Kehitteillä on jatkuvasti erilaisia arvioinnin ja terapian työkaluja, joten mielestämme monipuolinen ja kutsuva aistihuoneympäristö olisi hyödyllinen lisä tähän työkalupakkiin.

6.2 Jatkosuositukset

Opinnäytetyömme jatkosuosituksiksi suosittelemme aistihuoneen toteuttamista Mannerheimin lastensuojeluliiton Koivukylän avoimeen kohtaamispaikkaan suunnitelmamme pohjalta. Aistihuoneen voisi toteuttaa esimerkiksi innovaatio- tai yhteiskehittelyprojektina. Suunnitelmamme sisältää perusteltuja ehdotuksia huoneen materiaaleista ja tarvikkeista, mutta muutokset sallitaan, mikäli ne ovat perusteltuja. Lisäksi on suositeltavaa ottaa avoimen kohtaamispaikan työntekijöiden näkemykset ja mielipiteet huomioon. Mahdolliset yhteistyökumppanit ja tarvikkeiden hankintatavat sekä aistihuoneen tarkempi budjetti on sovittava erikseen. Suosittelemme myös aistihuoneen vaikuttavuuden ja käyttäjäkokemusten tutkimista esimerkiksi uudessa opinnäytetyössä huoneen rakentamisen jälkeen, jotta sitä on mahdollista kehittää käyttäjäkokemusten pohjalta. Suosittelemme tarkastelua etenkin toimintaterapian näkökulmasta, jotta aistihuoneympäristöä saataisiin paranneltua ja vakiinnutettua osaksi laadukasta arviointi- ja terapiaympäristöä.

Lähteet

Aistit vuorovaikutuksessa 2020. Papunet. <<https://papunet.net/tietoa/aistit-vuorovaikutuksessa>>. Viitattu 19.3.2021.

Ayres, Jean A. 2008. Aistimusten aallokossa. Sensorisen integraation häiriö ja terapia. Juva: WS Bookwell Oy.

Fowler, Susan 2008. Multisensory rooms and environments: Controlled sensory experiences for people with Profound and Multiple Disabilities. UK. Jessica Kingsley Publishers. E-kirja.

Fowler, Susan. 2007. Sensory stimulation. Sensory-focused activities for People with Physical and Multiple Disabilities. USA. Jessica Kingsley Publishers. E-kirja.

Haju- ja makuaisti vuorovaikutuksessa 2018. Papunet. <<https://papunet.net/tietoa/haju-ja-makuaisti-vuorovaikutuksessa>>. Viitattu 9.12.2020.

Hautala, Tiina & Hämäläinen, Tuula & Mäkelä, Leila & Rusi-Pyykönen, Mari 2016. Toiminnan voimaa. Toimintaterapia käytännössä. Helsinki: Edita.

Huttu, Tiina & Heikkinen, Kirsi 2017. Pää edellä. Näin tuet lapsesi aivojen kehitystä. Helsinki: WSOY.

Hyvät arviointikäytännöt suomalaisessa toimintaterapiassa 2014. Arvioinnin lähtökohdat ja suositukset. Suomen toimintaterapeuttiliitto ry. Toinen painos. <http://www.toimintaterapeuttiliitto.fi/site/assets/files/2411/toi_arviointijulkaisu.pdf>. Viitattu 15.12.2020.

Jämsä, Kaisa & Manninen, Elsa. 2000. Osaamisen tuotteistaminen sosiaali- ja terveystalalla. 1.-2. painos. Vantaa: Tammi.

Kielhofner, Gary 2008. Model of human occupation, theory and application. 4. painos. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins.

Kodin turvaopas. Suomen pelastusalan keskusjärjestö. <<https://www.kodinturvaopas.fi/paloturvallisuus/valta-sahkopalot/>> Viitattu 19.3.2021.

Kranowitz, Carol Stock 2015. Tahatonta tohollusta. Sensorisen integraation häiriö lapsen arkielämässä. 4. painos. Jyväskylä: PS-kustannus.

Kuntoutuspalvelut 2020. Hyvä kuntoutuskäytäntö. Kansaneläkelaitos. Päivitetty 26.8.2020. <<https://www.kela.fi/yhteistyokumppanit-kuntoutuspa-hyva-kuntoutuskaytanto>>. Viitattu 15.12.2020.

Kuulo. Kuulo ja kuulovammat. Kuuloliitto ry. <<https://www.kuuloliitto.fi/kuulo/kuulo-ja-kuulovammat/>>. Viitattu 3.12.2020.

Kuulonhuoltoliitto ry 2000. Aistit väylänä vuorovaikutukseen ja kommunikaatioon. Painojussit Oy.

Leppäluoto, Juhani & Kettunen, Raimo & Rintamäki, Hannu & Vakkuri, Olli & Vierimaa, Heidi & Lätti, Sole 2013. Anatomia ja fysiologia. Rakenteesta toimintaan. 3.–4. painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Näköaisti vuorovaikutuksessa 2021. Papunet. <<https://papunet.net/tietoa/nakoasti-vuorovaikutuksessa>>. Viitattu 19.3.2021.

Perheille. Koivukylän avoin kohtaamispaikka. Mannerheimin lastensuojeluliiton Uudenmaan piiri. <<https://uudenmaanpiiri.mll.fi/perheille/koivukylanavoinkohtaamispaikka/>>. Viitattu 7.9.2020.

Saaranen-Kauppinen, Anita & Puusniekka, Anna 2006. Menetelmäopetuksen tietovaranto KvaliMOTV kvalitatiivisten menetelmien verkko-oppikirja. Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto Tampereen yliopisto. <<https://www.fsd.tuni.fi/fi/tietoarkisto/julkaisut/kvalimotv.pdf>> Viitattu 30.10.2020.

Sensorinen integraatio. Sensorisen integraation teoria. Sensorisen Integraation Terapian Yhdistys ry. <<https://www.sity.fi/sensorinen-integraatio/kasite-teoria-sanasto/siteoria/>>. Viitattu 30.10.2020.

Sipari, Salla & Vänskä, Nea & Pollari, Kirsi. 2017. Lapsen edun toteutuminen kuntoutuksessa. Osallistumista ja toimijuutta vahvistavat hyvät käytännöt. Helsinki. <<https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/220550/Raportteja5.pdf?sequence=7>>. Viitattu 15.12.2020.

Taylor, Renée R. 2017. Kielhofner's Model of Human Occupation. Viides painos. Philadelphia. Wolters Kluwer.

Terapia- ja tutkimuspalvelut. Toimintaterapia. Mannerheimin lastensuojeluliiton lasten ja nuorten kuntoutussäätö. <https://www.lastenkuntoutus.net/perheille/terapia-_ja_tutkimuspalvelut/toimintaterapia>. Viitattu 10.02.2021.

Terveys- ja sosiaalipalvelut. Toimintaterapia. Vantaan kaupunki. Kuntoutus ja terapiat. <https://www.vantaa.fi/terveys-_ja_sosiaalipalvelut/terveyspalvelut/kuntoutus_ja_terapiat/toimintaterapia>. Viitattu 5.3.2021.

Tietoa lasten sairauksista. Mitä on lasten kuntoutus? Terveyskylä. Päivitetty 15.08.2018. <<https://www.terveyskyla.fi/lastentalo/tietoa-lasten-sairauksista/liikuntavammaisuus/mit%C3%A4-on-lasten-kuntoutus>>. Viitattu 5.3.2021.

Toimintakyky 2020. ICF-luokitus. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. <<https://thl.fi/fi/web/toimintakyky/icf-luokitus>>. Viitattu 10.2.2021.

Toimintaterapeutti 2021. Toimintaterapeutti yrittäjänä. Toimintaterapeuttiliitto. <<http://www.toimintaterapeuttiliitto.fi/toimintaterapeutti/>>. Viitattu 5.3.2021.

Tuomi Jouni & Sarajärvi Anneli 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Uudistettu laitos. Helsinki. Tammi. E-kirja.

Tutkimus ja kehittäminen 2018. Yhteiskehittäminen. Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. <<https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/sosku/sosiaalisen-kuntoutuksen-opas/yhteiskehittaminen>>. Viitattu 26.3.2021.

Tutustu MLL:n historiaan. Mannerheimin lastensuojeluliitto. <<https://www.mll.fi/historia/>>. Viitattu 13.11.2020.

Vilén, Marika & Vihunen, Riitta & Vartiainen, Jari & Sivén, Tuula & Neuvonen, Sohvi & Kurvinen, Auli 2013. Lapsuus – erityinen elämänvaihe. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Yleissopimus lapsen oikeuksista 1991. <<https://finlex.fi/fi/sopimukset/sopsteksti/1991/19910060>>. Viitattu 7.2.2021.

Liite 1: Informointikirje tutkimukseen osallistujille

TIEDOTE TUTKIMUKSESTA

Anna mun aistia! Suunnitelma aistihuoneen toteuttamisesta toimintaterapeuttien käyttöön

Pyyntö osallistua tutkimukseen

Teitä pyydetään mukaan tutkimukseen, jossa tutkitaan Vantaalla työskentelevien lasten toimintaterapeuttien näkemyksiä siitä, millainen aistihuone palvelisi käyttötarkoituksia lasten toimintaterapian toteuttamisessa. Kyseessä on internetissä täytettävä kysely, jonka täyttämiseen kuluu vastaajan aikaa maksimissaan 30 minuuttia. Teemme kyselyn vastausten pohjalta suunnitelman aistihuoneen rakentamiseksi Mannerheimin lastensuojeluliiton avoimeen kohtaamispaikkaan, Koivukylään.

Olemme arvioineet, että sovellutte tutkimukseen, koska työskentelette Vantaan kaupungilla lasten toimintaterapeuttina. Tämä tiedote kuvaa tutkimusta ja teidän osuuttanne siinä. Porehdyttyänne tähän tiedotteeseen teillä on mahdollisuus esittää kysymyksiä tutkimuksesta, jonka jälkeen teiltä pyydetään suostumus tutkimukseen osallistumisesta kyselyn vastauslomakkeen yhteydessä.

Vapaaehtoisuus

Tutkimukseen osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Kieltäytyminen ei vaikuta työhönne tai asemaanne.

Voitte myös keskeyttää tutkimuksen koska tahansa syytä ilmoittamatta. Mikäli keskeytätte tutkimuksen tai peruutatte suostumuksen, teistä keskeyttämiseen ja suostumuksen peruuttamiseen mennessä kerättyjä tietoja ja näytteitä voidaan käyttää osana tutkimusaineistoa.

Tutkimuksen tarkoitus

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää, millainen suunniteltavan aistihuoneen tulisi olla, jotta se hyödyttäisi tilaa käyttäviä tahoja. Tutkimuksen lopputuotoksena syntyy suunnitelma aistihuoneesta.

Tutkimuksen toteuttajat

Tutkimus on osa Metropolia ammattikorkeakoulun toimintaterapeuttiopiskelijoiden, Maiju Oksasen ja Sirke Torvastin, opinnäytetyötä. Tutkimuksesta vastaa Metropolia ammattikorkeakoulu ja toimeksiantajana toimii Mannerheimin lastensuojeluliiton Koivukylän avoin kohtaamispaikka, jonka tiloihin aistihuone suunnitellaan. Oppilaitoksen puolesta opinnäytetyötä ohjaavat lehtorit Anne Talvenheimo-Pesu ja Kaija Kekäläinen.

Tutkimusmenetelmät ja toimenpiteet

Tutkimus toteutetaan Microsoft forms -kyselylomakkeella. Kyselylomakkeessa on kuusi avointa kysymystä ja kyselyyn vastaamiseen aikaa kuluu noin 30 minuuttia. Kyselyyn on aikaa vastata kolme viikkoa. Kysely toteutuu 4.1-24.1.2021 ja valmis opinnäytetyö julkaistaan huhti-toukokuussa 2021.

Tutkimus toteutetaan siten, että vastaajat saavat linkin internetissä olevaan kyselyyn. Tuloksia käytetään aistihuoneen suunnitelman tekemiseen. Emme kerää

henkilötietoja tai tietoja asiakkaista. Kyselyyn vastaaminen tapahtuu nimettömänä ja tutkimusaineistoa säilytetään opinnäytetyön valmistumiseen asti.

Kustannukset ja niiden korvaaminen

Tutkimukseen osallistuminen ei maksa teille mitään. Osallistumisesta ei myöskään makseta erillistä korvausta.

Tutkimustuloksista tiedottaminen

Tutkimustulokset julkaistaan valmiissa opinnäytetyössä Theseus-tietokannassa keväällä 2021.

Tutkimuksen päätyminen

Myös tutkimuksen suorittaja voi keskeyttää tutkimuksen, mikäli näkee tämän aiheelliseksi, esimerkiksi tietosuojan vaarantumisen vuoksi. Tutkimuksen tuloksista ei erikseen ilmoiteta tutkimukseen osallistujille, sillä emme kerää henkilötietoja tai tunnistetietoja osallistujista.

Lisätiedot

Pyydämme teitä tarvittaessa esittämään tutkimukseen liittyviä kysymyksiä tutkijalle/tutkimuksesta vastaavalle henkilölle.

Tutkijoiden yhteystiedot**Tutkija / opinnäytetyötekijä**

Nimi: Maiju Oksanen
Sähköposti: maiju.oksanen@metropolia.fi

Tutkija / opinnäytetyöntekijä

Nimi: Sirke Torvasti
Sähköposti: sirke.torvasti@metropolia.fi

Tutkimuksesta vastaa / opinnäytetyön ohjaaja

Titteli: Lehtori
Nimi: Anne Talvenheimo-Pesu
Metropolia Ammattikorkeakoulu Oy / Myllypuron kampus
Sähköposti: anne.talvenheimo-pesu@metropolia.fi

Tutkimuksesta vastaa / opinnäytetyön ohjaaja

Titteli: Lehtori, toimintaterapian tutkintovastaava
Nimi: Kaija Kekäläinen
Metropolia Ammattikorkeakoulu Oy / Myllypuron kampus
Sähköposti: kaija.kekalainen@metropolia.fi

Liite 2: Kysely toimintaterapeuteille

Kysely aistihuoneen suunnitelman toteuttamiseksi Vantaan alueen toimintaterapeuteille

Hyvä lukija!

Olemme toimintaterapeuttipiskelijoita Metropolia Ammattikorkeakoulusta ja kirjoitamme opinnäytetyötä, jossa teemme suunnitelman aistihuoneen toteuttamisesta Mannerheimin lastensuojeluliiton avoimeen kohtaamispaikkaan Koivukylään. Tarkoituksenamme on huomioida ja käyttää lasten kanssa toimivien toimintaterapeuttien näkemyksiä huoneen suunnitelmaa tehdessämme. Pyydämme teitä vastaamaan lyhyeen kyselyymme alla.

Emme kerää henkilötietojanne, tai tietoja asiakkaisiin liittyen, joten vastaattehan kyselyymme niin, ettei teitä tai asiakkaitanne voida tunnistaa vastausten perusteella. Vastauksianne käytetään aistihuoneen suunnitelman tekemisen tukena ja lopullinen opinnäytetyö julkaistaan Theseus-tietokannassa keväällä 2021. Vastaamisesta ei makseta rahallista korvausta.

Aikaa vastata kyselyyn on 04.01-24.01.2021. Vastaaminen vie aikaanne maksimissaan 30 minuuttia.

Jatkamalla tämän kyselyn vastausosioon, annatte suostumuksenne osallistua tutkimuksemme.

Kiitos vastauksistanne!

Ystävällisesti,

Toimintaterapeuttipiskelijat

Maiju Oksanen / s-posti: Maiju.Oksanen@metropolia.fi

Sirke Torvasti / s-posti: Sirke.Torvasti@metropolia.fi

...

* Pakollinen

1. Olen ymmärtänyt tutkimukseen liittyvät ehdot ja annan suostumukseni osallistua tutkimukseen. *

Kyllä

2. Millaisten aistitoiminnan häiriöiden parissa teet töitä? *

Kirjoita vastaus

3. Mikä motivoisi sinua käyttämään aistihuonetta työssäsi? *

Kirjoita vastaus

4. Millaisissa tilanteissa/toiminnoissa voisit hyödyntää aistihuonetta työskennellessäsi toimintaterapeutina? (Esim. arviointi, terapian toteutus jne.) *

Kirjoita vastaus

5. Mitä toiminnallisia taitoja ja valmiuksia aistihuone voisi mielestäsi kehittää? *

Kirjoita vastaus

6. Mitä elementtejä tai ominaisuuksia odostat aistihuoneessa olevan? *

Kirjoita vastaus

7. Millä tavalla toivoisit aistihuoneen tarvittaessa olevan muokattavissa? *

Kirjoita vastaus

Lähetä

Tämä on lomakkeen omistajan luomaa sisältöä. Lähettämäsi tiedot lähetetään lomakkeen omistajalle. Microsoft ei ole vastuussa asiakkaidensa suojaus- tai tietosuojakäytännöistä, mukaan lukien tämän lomakkeen omistajan käytännöistä. Älä koskaan luovuta salasanaa kenellekään.

Palvelun tarjoaa Microsoft Forms | [Tietosuoja ja evästeet](#) | [Käyttöehdot](#)

Liite 3: Aistihuoneen suunnitelma ja pohjapiirros

Lista aistihuoneen tarvikkeista

Näköaisti:

- Aaltoprojektori
- Kuplaputki
- Mustavalolamppu

Kuuloaisti:

- Kaiutin (Markkinoilla on tuotteita, joissa aaltoprojektori ja kaiutin on yhdistetty)
- Langattomat kuulokkeet musiikin kuunteluun

Hajuaisti:

- Tuoksudiffusori (Tästäkin on olemassa malli, jossa kaiutin on sisäänrakennettuna)
- Aromaattisia öljyjä diffusoriin
- Tuoksupurkkeja

Tuntoaisti:

- Kineettinen hiekka, hiekkalaatikko ja hiekkalelut
- Tuntolevyjä seinälle
- Vibratyyny

Vestibulaarinen ja proprioseptinen aisti:

- Painokäärme (keskikoko)
- Telttä
- Päärynäkeinu
- Säkkituoli
- Tasapainokivet
- Aistilaatat

Muut huoneen tarvikkeet:

- Saippuakuplat
- Aistivahto
- Nystyräpallot
- Huivit

Muut huoneeseen tehtävät muutostyöt:

- Seinien maalaaminen maanläheisillä sävyillä. Seinien maalaus toteutetaan metsäteemaan sopivaksi ja näköaistia herätteleväksi esimerkiksi yksityiskohtien avulla. Tässä huomioidaan mustavalolamppu.

- Matto keinun alle
- Säilytyskokonaisuus, jossa vetolaatikoita ja lokeroita tarvikkeille. Diffuusori, aaltoprojektori ja tuuletin voidaan asettaa säilytyskalusteen päälle. Huomioitavaa on, että osaa tarvikkeista tulisi voida säilyttää kaapissa tai hyllyssä, jotta kaikki tarvikkeet eivät ole aina esillä ja saatavilla.

Aistihuoneen budjetti

Aistihuoneen budjetti perustuen ehdotettujen tarvikkeiden kuluttajahintoihin on arvioimme mukaan noin 1500 €.

Budjettiin on laskettu suunnitelmassa ehdotetut tarvikkeet, sekä aistihuoneen maalamiseen käytettävät maalit. Aistihuoneen budjetti on arvio. Tarvikkeiden lopulliset kustannukset voivat vaihdella.

Aistihuoneen teema, väritys ja tunnelma

Aistihuoneen teema on luonto. Aistihuoneen yleistunnelman kuuluu olla rauhallinen ja tähän on toivottavaa pyrkiä esimerkiksi valaistuksen ja värien avulla. Valaistuksen on suositeltavaa olla hämärä, jotta esimerkiksi aaltoprojektorin ja mustavalolampun tuomat efektit tulevat esiin. Suosittelemme, että huoneen seinät maalataan luontoteemaan sopivilla väreillä ja kuvioilla, jotta teema tulee huoneessa esiin kokonaisvaltaisesti. Huoneessa olevaa ikkunaa voidaan hyödyntää teeman toteutuksessa, tai se voidaan tarvittaessa peittää. Aistihuone suositellaan sisustettavaksi alla olevan pohjapiirustuksen mukaisesti.

Turvallisuus ja käyttöohjeet

Aistihuoneelle on tehtävä käyttöohjeet, joihin on sisällytettävä turvallisuusnäkökulma, eli huoneen toteutusvaiheessa on huomioitava paloturvallisuus avoimen kohtaamispaikan palo- ja pelastussuunnitelman mukaisesti. Huoneen käyttäjät ja Avoimen kohtaamispaikan henkilökunta on hyvä perehdyttää aistihuoneen käyttöön. Suosittelemme, että lapset käyttävät aistihuonetta vain aikuisen läsnä ollessa. Käyttöohjeisiin on hyvä lisätä ohjeet ja esittelyteksti kaikista huoneissa olevista tarvikkeista ja niiden käyttötavoista. Lisäksi käyttöohjeisiin voi laatia ehdotuksia aistihuoneen monipuolisista käyttötavoista ja tarkoituksista. Suosittelemme huomioimaan käyttäjien äidinkielen käyttöohjeita laadittaessa.

Aistihuone Kajo (Ei mittakaavassa)

