



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU

Uuden edellä

Palveluiden kiinnostavuus ikäihmisten arjessa

Hortling, Jens

2013 Leppävaara

Laurea-ammattikorkeakoulu
Laurea-Leppävaara

Palveluiden kiinnostavuus ikäihmisten arjessa

Hortling, Jens
Palvelujen tuottaminen ja johtami-
nen
Opinnäytetyö
Toukokuu, 2013

Hortling, Jens

Palveluiden kiinnostavuus ikäihmisten arjessa

Vuosi	2013	Sivumäärä	35
-------	------	-----------	----

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli saada tietoa ikäihmisistä ja heidän arjestaan. Tavoitteena oli kartoittaa ja tarjota sellaisia palveluja, jotka voisivat tuoda uudenlaista sisältöä ikäihmisten arkeen. Opinnäytetyön aihe syntyi opinnäytetyön tekijän henkilökohtaisesta ajatuksesta ryhtyä suunnittelemaan nettipalvelua, jossa ikäihmisille tarjottaisiin tietoa vapaa-ajanpalveluista. Opinnäytetyön tutkimuskysymyksiä olivat seuraavat: "Minkälaisen vapaa-ajan palveluiden käyttäminen kiinnostaa ikäihmisiä?" ja "Valitsevatko ikäihmiset palveluja luotujen käyttäjäprofiiliensa mukaisesti?".

Tämä työ on tutkimuksellinen opinnäytetyö. Tutkimustyyppiltään opinnäytetyö on laadullinen tutkimus. Opinnäytetyön aineistoa kerättiin haastattelemalla neljää eläkkeellä olevaa ikäihmistä. Opinnäytetyön tutkimusosa jakautui kolmeen vaiheeseen, joissa ensimmäisessä käytettiin tiedon keruun menetelmänä puhelimitse suoritettavaa teemahaastattelua. Toisessa vaiheessa tutkimusta haastatelluille luotiin omat käyttäjäprofiilit ensimmäisen teemahaastatteluvuorokauden tulosten pohjalta. Kolmannessa vaiheessa tutkimusta tietoa kerättiin teemahaastattelumenetelmää apuna käyttäen. Teemahaastattelut tehtiin viikoilla kahdeksan ja kymmenen vuonna 2013.

Tutkimuksen keskeinen tulos oli, että haastatellut ikäihmiset eivät valinneet vapaa-ajan palveluja vain oman käyttäjäprofiilinsa mukaisesti. Kulttuuri-, taide- ja musiikkipalveluita valittiin eri yhdistelmin, mutta omalla mieltymyksellä aiheeseen jo ennakoon näytti olevan yhteyttä näihin valintoihin. Huomionarvoista tuloksissa oli myös se, että ikäihmisiä kiinnosti vapaa-ajan palvelujen käyttämisessä liikunnalliset palvelut ja erilaiset tietoa tuovat palvelut. Liikunnalliset palvelut olivat sellaisia, joita kehittäjäryhmäläiset säännöllisesti valitsivat jo pelkästään niiden terveydellisten hyötyjen takia. Erilaista tietoa tuovat palvelut, kuten kurssit ja luennot yms. olivat myös sellaisia joiden käyttämistä suosittiin, koska haluttiin olla perillä asioista ja syventää omaa tietopohjaa.

Tämän tutkimuksen tuloksia voidaan käyttää hyväksi esimerkiksi muissa ikäihmisiä koskevissa tutkimuksissa, ja ikäihmisille suunnattujen vapaa-ajan palvelujen liiketoimintamallien ja palveluverkostojen ideoimisessa ja kehittämisessä.

Hortling, Jens

Elderly People`s Interest in Services as Part of Their Everyday Life

Year	2013	Pages	35
------	------	-------	----

The purpose of this thesis was to obtain information about older people and their daily life. The objective was to identify and provide services that could bring new content to older people's everyday life. The topic for this thesis was born out of the author's personal idea to start planning an on-line service in which elderly people would get information about leisure facilities. The research questions were: "What leisure and recreational services would interest the older people?" and "Do older people choose the services created for under their user profiles?"

This work is a research-based thesis. The research study is qualitative. The data was collected by interviewing four retired older people. The research of the thesis was divided into three phases. In the first stage, the data collection method was telephone interviews. In the second phase of the study, the respondents were created their own user profile based on the first week's interview results. In the third phase of the research, data was collected through theme interviews. Interviews took place in weeks eight and ten in 2013.

The main result was that older people interviewed did not choose leisure facilities only in accordance with their personal user profile. Culture, art and music services were chosen from a combination of both, but own interest seemed to be associated with these choices. Noteworthy about the results were also that older people were interested in leisure, fitness enhancing services, and different information providing services. Physical services were such the interviews already choose on a regular basis, because of the health benefits. Different information services, such as courses and, lectures were also selected because the respondents wanted to be informed and to deepen their own knowledge base.

The results of this study can be used for example, in other studies on older adults, and in leisure business models and service network conception and development aimed at elderly people.

Keywords Elderly, services, everyday, health and wellbeing

Sisällys

1	Johdanto	6
2	Opinnäytetyön lähtökohdat	7
2.1	Opinnäytetyön tarkoitus ja tutkimuskysymykset	7
2.2	Opinnäytetyön tutkimus- ja kehittämismenetelmät sekä rakenne.....	8
3	Ikäihmisen hyvä elämänlaatu ja palvelut	8
4	Ikäihmisen hyvinvoinnin tekijät	11
5	Ideasta innovaatioon	15
6	Uutta kasvua arjesta	18
7	Tutkimuksen toteutus	19
8	Tutkimuksen tulokset	21
8.1	Ensimmäisen teemahaastatteluviikon tulokset ja käyttäjäprofiilien luominen	21
8.2	Toisen teemahaastatteluviikon tulokset	24
9	Tulosten yhteenveto.....	30
10	Johtopäätökset	31
	Lähteet	33
	Kuviot	34
	Taulukot	35

1 Johdanto

Väestörakenteen muutos tulee olemaan yksi isoimmista haasteista ikääntyvässä yhteiskunnassamme. Jo nyt puhutaan ikäihmisten lisääntyvästä määrästä, ja sen kautta syntyvästä taloudellisesta taakasta yhteiskunnassamme. Monesti keskustelua leimaa hieman negatiivinen sävy, vaikka on syytä muistaa, että pitkä ikä on ollut yhteiskuntapoliittinen tavoitteemme. Eläkepolitiikkaa, sosiaali- ja terveyspolitiikkaamme on jo vuosikymmeniä luotu siten, että me kaikki saisimme laadukkaan elämän ja turvatu vanhuuden. Tällä vuosikymmenellä nämä yhteiskuntapoliittiset tavoitteet joutuvatkin kunnon testauksen alle. Uudet innovaatiot ja uudenlaiset asenteet ovat tärkeässä asemassa hyvän hoidon ja palvelujen kehittämisen taustalla tulevaisuudessa. (Taipale & Vaarama 2002, 3.)

Tämän opinnäytetyön aihe syntyi opinnäytetyön tekijän henkilökohtaisesta ajatuksesta ryhtyä suunnittelemaan nettipalvelua, jossa ikäihmisille tarjottaisiin tietoa vapaa-ajan palveluista. Opinnäytetyötä on ohjannut tekijän oma halu oppia tuntemaan ikäihmisiä ja heidän arkeaan. Tekijänä olen myös halunnut selvittää, minkälaiset vapaa-ajan palvelut kiinnostavat ikäihmisiä eniten. Ihmisten jäädessä eläkkeelle monesti velvoitteet vähenevät, ja oma-aika lisääntyy radikaalisti. Monelle työelämän kautta tulleet ihmissuhteet katkeavat ja tilalle pitää löytää uutta tekemistä sekä uusia ihmissuhteita. Monien kohdalla tämä johtaa moniin eri lieveilmiöihin, kuten esimerkiksi masentuneisuuteen ja lisääntyneeseen alkoholinkäyttöön. On tärkeää lähteä suunnittelemaan keinoja tai mahdollisuuksia kartoittaa ja tarjota ikääntyville ihmisille mielekästä tekemistä päivittäisellä tasolla. Erilainen ikäihmisten yhdessä tehtävä toiminta vähentäisi myös ikäihmisten syrjäytymistä, ja lisäisi mahdollisuuksia uusien ihmissuhteiden syntymiselle

Opinnäytetyö alkaa teoriaosuudella, jossa käsitellään opinnäytetyön kannalta oleellisia käsitteistöjä ja taustoja. Opinnäytetyön tutkimuksen taustalle on koottu teoriaa liittyen ikäihmisen hyvään elämänlaatuun, palvelun laadun toteutumiseen, arkeen, yhteisöihin, ympäristöön hyvinvoinnin perustana, innovaatioihin, ideoiden toteuttamiseen ja kasvun mahdollisuuksiin ihmisten arjen kautta. Teoriaosuuden jälkeen siirrytään opinnäytetyön tutkimusosuuteen. Ensiksi käydään läpi tutkimuksen suunnittelu ja tavoitteet, tämän jälkeen siirrytään tutkimuksen menetelmiin ja kulkuun. Opinnäytetyön tutkimusosuus koostuu kolmesta vaiheesta. Ensimmäisessä vaiheessa ikäihmisistä koostuva kehittäjäryhmä osallistui viikon ajaksi teemahaastatteluihin, jossa he kertoivat kunkin päivän toiminnastaan. Teemahaastatteluissa päivä on jaettu aamulla, iltapäivällä ja illalla tapahtuvaan toimintaan, jotta saadaan kokonaisvaltainen kuva kehittäjäryhmäläisten päivän toiminnallisesta sisällöstä. Toisessa vaiheessa tutkimusta kehittäjäryhmäläisille luotiin omat käyttäjäprofiilit ensimmäisen teemahaastatteluviikon tulosten pohjalta. Käyttäjäprofiileita käytettiin tutkimuksen lopuksi tulosten analysoinnin ja pohdinnan välineenä. Kolmannessa vaiheessa kehittäjäryhmäläiset osallistuivat taas

teemahaastatteluihin viikon ajaksi, mutta tällä kertaa he valitsivat päivän toimintansa aamun, iltapäivän ja illan osalta heille kartoituksen avulla kootuista eri palveluvaihtoehdoista (a, b, c, d). Lopuksi opinnäytetyöraportissa esitetään tulokset ja johtopäätökset.

2 Opinnäytetyön lähtökohdat

Erilaiset innovatiiviset palvelumallit ja asenteiden muutos luovat perustaa hyvälle hoidolle ja uusien palveluiden kehittämiseksi (Taipale & Vaaramaa 2002, 3.) Uusilla ikäihmisille tarjottavilla palvelumalleilla on myös mahdollista luoda uusia työpaikkoja ja sitä kautta taloudellista kasvua yhteiskuntaamme. Historiallisesti ainutlaatuista on se, että Suomi on ensimmäisiä maita Euroopassa, jossa toisen maailmansodan jälkeen syntyneet suuret ikäluokat tulevat eläkeikään, tämä tapahtuu vuodesta 2010 alkaen. Olemme kovin heikosti valmentautuneet tähän, niin yhteisönä kuin yksilöinäkin. (Kauhanen-Simanainen 2009, 8.)

Valtion taloudellisen tutkimuskeskuksen VATT:n tekemien tutkimusten mukaan nykyisten eri palvelurakenteiden olemassaolon johdosta Suomessa tarvitaan vuoteen 2040 mennessä hoito- ja hoivapalveluihin noin 200 000 uutta työntekijää nykyisten 500 000 työntekijän lisäksi. Tämä tarkoittaa sitä, että silloin joka neljäs työssä olija tekisi töitä hoito- ja hoivatyön parissa. Hoitotyöntekijöiden tarve on siis lähes yhtä suuri kuin työelämästä samaan aikaan poistuvien määrä. Palvelurakenteiden muuttaminen onkin välttämätöntä Suomessa, mutta varmin pelastus tilanteeseen ovat henkisesti ja fyysisesti hyväkuntoiset, mahdollisimman pitkään itsenäisesti selviytyvät ikäihmiset, jotka pitävät huolta myös toisistaan. (Kauhanen-Simanainen 2009, 14–15.)

2.1 Opinnäytetyön tarkoitus ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön tarkoituksena oli saada tietoa ikäihmisistä ja heidän arjestaan. Tarkoituksena oli myös kartoittaa ja tarjota sellaisia palveluja, jotka voisivat tuoda uutta sisältöä ikäihmisten arkeen. Työn tutkimuskysymyksinä olivat seuraavat: ”Minkälaisen vapaa-ajan palveluiden käyttäminen kiinnostaa ikäihmisiä?” ja ”Valitsevatko ikäihmiset palveluja luotujen käyttäjäprofiiliensa mukaisesti?”.

2.2 Opinnäytetyön tutkimus- ja kehittämismenetelmät sekä rakenne

Tämä työ on tutkimuksellinen opinnäytetyö. Tutkimustyyppiltään työ on enemmän kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimus, mutta tarkka määrittely on vaikeaa koska tutkimuksessa on mukana myös kvantitatiivisen tutkimuksen piirteitä. Vaikka monet tutkimustyytit eroavat toisistaan kun vertaillaan tutkimuskohdetta, niin kuitenkin monesti niissä on myös yhteisiä piirteitä. Yhteistä on se, että niissä käytetään monesti samoja aineistonkeruumenetelmiä. Puhutaankin aineistonkeruun perusmenetelmistä, koska ne ovat niin tunnettuja, käytettyjä ja yhteisiä monien lähestymistapojen ja tutkimusotteiden takia. Perusmenetelmiksi kutsutaan: kyselyä, haastattelua, havainnointia ja eri dokumenttien käyttöä. (Hirsjärvi, Remes & Saja-vaara 1997.)

Tietoa kohdehenkilöiltä hankittiin puhelimitse tehtyjen teemahaastattelujen avulla. Palveluvaihtoehtoja selvitettiin käyttämällä apuna Internetistä löytyviä, eri palveluiden tarjoamiseen, markkinoimiseen ja mainostamiseen keskittyneitä sivustoja pääkaupunkiseudun alueelta. Käyttäjäprofiilien avulla kuvattiin ikäihmisten vapaa-ajan- ja harrastustoimintavalintojen tyyppejä.

Työn teoreettisia osa-alueita ovat: ikäihmisen hyvä elämänlaatu ja palvelut, ikäihmisen hyvinvoinnin tekijät, ideasta innovaatioon ja uutta kasvua arjesta. Ne esitetään luvuissa kolme, neljä, viisi ja kuusi. Teoriaosuuden jälkeen siirrytään tutkimuksen toteutusprosessiin. Aineiston keruu - luvussa seitsemän kerrotaan tutkimuksessa käytetyistä menetelmistä: teemahaastatteluista, käyttäjäprofiilien luomisesta ja teemahaastattelu/kysely -mallin käytöstä. Tämän jälkeen esitellään tutkimuksen tuloksia. Lopuksi tehdään tutkimuksesta yhteenveto ja johtopäätökset.

3 Ikäihmisen hyvä elämänlaatu ja palvelut

Tästä luvusta alkaa käsillä olevan opinnäytetyön teoreettinen viitekehys. Teoreettinen viitekehys palvelee työn tutkimuksellista osaa, jossa lähdetään yhteistyössä ikäihmisistä koostuvan kehittäjäryhmän kanssa toteuttamaan teemahaastatteluja, mutta tästä enemmän teoriaosuuden jälkeen.

Ikäihmisille tarjottavan hoidon ja palvelun selkeänä tavoitteena on tukea asiakkaan elämänlaatua kaikissa niissä eri toimintaympäristöissä, joissa hoitoa ja palveluita tarvitsevat ihmiset elävät. Hoidon ja palvelun onnistumisen mittarina on ollut se, miten tässä tehtävässä on onnistuttu. Hoidon ja palvelun laadullisuus toteutuu arjen työssä, ja sen edellytykset tulevat käytännön johtamisen kautta. (Vaarama 2002, 11.)

Elämänlaatua on käsitteenä käytetty paljon, mutta mitä me sillä ymmärrämme? Se on vaikeasti käytäntöön määriteltävissä, ja se voidaan ymmärtää monin eri tavoin. Elämänlaadun yleispätevä määrittely on vaikeaa, koska se on hyvin yksilöllistä ja sisällöltään jokaiselle erilaista. Elämänlaatu voi vaihdella myös paljon ajallisesti ja ihmisen elämäntilanteiden mukana. Elämänlaadun voisi sanoa olevan jotakin, mikä liittyy kaikkiin elämän ulottuvuuksiin. Näistä voisi mainita: terveyden ja hyvinvoinnin, aineellisen elintason, sosiaalisten suhteiden, elämän mielekkyyden, tyytyväisyyden ja viihtyisän ympäristön. (Vaarama 2002, 11.) Elämänlaatua voidaan hyvin kuvata ja hahmottaa seuraavien neljän kokonaisuuden kautta: (kuvio 1)

	Ihmisen sisäiset laatu- tekijät	Elämän ulkoiset laatu- tekijät
Elämän mahdollisuudet ja edellytykset	<ul style="list-style-type: none"> - terveys - toimintakyky - tieto ja osaaminen - elämänhallinta - sopeutumiskyky - elintavat - asenteet - itsensä arvostaminen - itsemäärääminen 	<ul style="list-style-type: none"> - asunnon soveltu- vuus/varustetaso - taloudelliset resurssit - lähipalvelumatkat - sosiaaliset verkostot - kuuluminen yhteisöön - osallistuminen - riittävä, tarpeita vastaava palvelujärjestelmä
Elämän mielekkyys ja omien voimavarojen käyttö	<ul style="list-style-type: none"> - oman elämän arvostaminen - onnellisuus - tyytyväisyys - turvallisuus 	<ul style="list-style-type: none"> - odotettavissa oleva elinikä - aktiivinen vanhuus - itsenäinen selviytyminen - arkipäivän mielekkyys - asema yhteiskunnassa

Taulukko 1: Elämänlaadun neljä kokonaisuutta (Vaarama 2002, 12.)

Elämänlaadun voidaan sanoa pitävän sisällään kaiken, mikä on tarpeen, jotta ihminen voi hyvin. Voimme tiivistää ja sanoa, että elämänlaatu koostuu näistä seuraavista tekijöistä:

- yleinen elämään tyytyväisyys,
- mielihyvän tunne tai onnellisuus,
- tarpeiden tyydyttäminen ja
- edellisten yhdistelmät. (Vaarama 2002, 12.)

Ikääntyvien ihmisten ja asiakkaiden erityisyyden tunnistaminen ja sen tunnustaminen ovat asiakkaan elämänlaadun tukemisen lähtökohtana. Hyvän elämänlaadun tukeminen ja sen toteutuminen hoito- ja hoivatyössä edellyttävät tuntemusta asiakkaan erityisyydestä, ja hänelle hyödyllisistä ja tarpeellisista hoito- ja palvelumuodoista. Tämä ei kuitenkaan yksistään riitä, vaan tärkeitä ovat myös asiakkaan arvot ja asenteet. Monesti on tilanteita missä ikääntyneen oma mielipide ja toiveet ohitetaan, asioista päätetään ja myös toimitaan ikääntyneen mielipiteitä kysymättä. Ihmiset ajattelevat useasti, että ikäihminen ei opi uutta, on persoonallisuudeltaan jäykkä, eikä kykene päättämään omista asioistaan. Ikäihmisiin tarvitaan paneutuvaa otetta koskien heidän elämäntilanteita ja ongelmia. Ikäihmisen omaa elämäkokemuksen merkitystä on alettu korostaa asiakkuuden perustana. Elämäkokemus, aikuisen viisaus ja monet sosiaaliset taidot ovat hyviä esimerkkejä vahvuuksista, joista tulisi lähteä kun puhutaan ikääntyneiden hoidosta ja palvelusta. Ikääntyneen omat voimavarat ovat vanhustyön moottorina, ja ikääntyneiden henkisten voimavarojen tukemisen on oltava samalla tasolla kuin fyysistenkin. (Vaarama 2002, 13–14.)

Palvelun hyvä laatu on otettu tavoitteeksi myös vanhustyössä. Monesti jää kuitenkin hieman epäselväksi, mitä palvelun laadulla oikein tarkoitetaan, ja miten sitä voidaan kehittää? Vanhustyössä laatu on aina yhteistyön tulos, ja tässä työssä eri ammattiryhmillä on omat tehtävänsä ja laadun varmistamisen kriteerit. Laatu on vanhustyössä kohtaamista arkipäivänä asiakkaan ja hänen omaistensa kanssa, asiakkaan sairauksien hoitoa ja elämänhallinnan tukemista, omaa ammattitaitoa ja persoonallisuuden käyttöä unohtamatta. Laadun voi siis sanoa toteutuvan arkipäivän työssä, ja sille luodaan edellytykset eri ammattien peruskoulutuksessa kuin työyhteisöjen johtamisen kautta. (Vaarama 2002, 14.) Laadun moniulotteista kokonaisuutta voidaan ehkä helpommin selvittää seuraavan matriisin avulla:

Laadun arvioinnin näkökulmat	Voimavarat	Laatuketju Prosessi	Vaikutukset
Asiakas	Asiakkaan oma toimintakyky, asenteet, asuinympäristö, palveluodotukset.	Vuorovaikutuksen hakeminen asiakkaan kanssa, sekä hänen oikea kohtaamisensa.	Tyytyväisyys palveluun, tyytyväisyys elämään, onnellisuus, hyvinvointi.
Ammatillinen työ	Henkilökunnan koulutus ja määrä, toimintojen soveltuvuus ja ajanmukaisuus, teknologia.	Saatavuus, joustavuus, jatkuvuus, pysyvyys, saumattomuus.	Työlle asetettujen ammatillisten kriteerien ja standardien täyttäminen, tietoon ja näyttöön perustuva, oikea-aikainen hoito ja palvelu.
Johtaminen	Asianmukaiset johtamisrakenteet ja työnjaot, lakien ja asetusten noudattaminen, johtamiskoulutuksen saanut johto.	Voimavarojen käyttö, työn jako ja organisointi, työnohjaus ja tukirakenteet, konfliktien käsittely ja ratkaiseminen.	Voimavarojen tarkoituksenmukainen käyttö, resurssien tuhlauksen välttäminen, terve ja hyvin toimiva työyhteisö.

Taulukko 2: Kolmiulotteinen laatumatriisi (Vaarama 2002, 15.)

4 Ikäihmisen hyvinvoinnin tekijät

Hyvinvointitutkimuksen keskeinen peruslähtökohta on: mikä ja mitä on hyvä elämä? Tämä peruslähtökohta yhdistää tutkijoita, riippumatta tämän teoreettisesta suuntautumisesta tai millaisilla välineillä hän tutkii aihettaan (Saari 2011, 11.) On kuitenkin syytä muistaa, että hyvinvointi on useimmiten todella moniulotteinen ilmiö, jota pyritään mittaamaan eri ulottuvuuksien kautta. Tilastollisesti hyvinvointia tutkivat pyrkivät sulauttamaan hyvinvoinnin muuttamaan, tai vain yhden indikaattorin/ulottuvuuden alle. Vertailevissa tutkimuksissa hyvinvointi halutaan aina laittaa ja tiivistää yhteen lukuun. Esimerkkejä tästä ovat bruttokansantuote (BKT), korjatut BKT-arvot kuten aidon kehityksen indikaattori (GPI, Genuine Progress Indica-

tor) sekä myös monet muut kehitysindeksit kuten inhimillisen kehityksen indeksi (HDI, Human Development Index) ja myös onnellisten elinvuosien odote (HLE, Happy Life-expectancy myös HLY, Happy Life Years). (Saari 2011, 15.) Seuraavaksi perehdymme enemmän kuitenkin aiheisiin ja avauksiin, jotka ovat olleet 2000-luvulla systemaattisemman tutkimuksen kohteina, mutta joille ei ole vielä löytynyt omaa tilaa hyvinvointitutkimuksessa ja sen kentässä. Seuraavaksi käsiteltäviä aiheita ovat arki, yhteisöt ja ympäristö. (Saari 2011, 24.)

Ihmisen arki muodostuu monista toiminnoista eri ympäristöissä, joissa ihmiset toimivat yksin tai vuorovaikutuksessa muiden kanssa. Arjen hyvinvointi keskittyy siihen, miten ihmiset resursseja hyödyntäen hallinnoivat arkeaan erilaisissa ympäristöissä monien toimintojen ja kokonaisuuksien kautta, ja miten he tämän kaiken kokevat. (Raijas 2011, 243.) Ihmisten ajankäytön sisällön ja sen rakenteen sanotaan linkittyvän hyvinvointiin. Monesti ajatellaan vapaa-ajan lisääntymisen kasvattavan hyvinvointia, mutta jos tarkastellaan vaikka yksinäistä, työtöntä tai vanhusta, niin vapaa-ajan lisääntyminen ei ole aina positiivinen asia. (Raijas 2011, 244.) Työttömyys ja yksinäisyys kulmineituvat paljolti sosiaalisen ja taloudellisen turvallisuuden heikkenemiseen. Aineellinen hyvinvointi ei enää ole hyvinvoinnin kannalta johtavassa asemassa, vaan aineellisten olosuhteiden sijaan hyvinvoinnissa keskeistä on yhteisöllisyys ja elämän merkityksellisyys. (Raijas 2011, 245.)

Toimiminen arjessa vaikuttaa myös paljon koettuun hyvinvointiin, onnellisuuteen ja yleiseen hyvinvointiin. (Raijas 2011, 250.) Ihmisten toiminnallinen arki jakautuu kolmelle erilaiselle toiminta-vyöhykkeelle: ansiotyöhön, kotitöihin, ja vapaa-aikaan. Arjen hyvinvoinnin kannalta on tärkeää, että näiden toimintavyöhykkeiden ajankäyttö on tasapainossa verrattaessa toisiinsa. Yksilö on hyvinvoiva silloin, kun toimiminen pysyy vapaaehtoisena ja ajankäytöllisesti hallinnassa sekä pystyy toimimaan eri areenoilla. Välillä ympäristö kuitenkin luo kokemiselle ja tekemiselle haasteita, minkä takia ajankäyttö saattaa pirstaloitua. Ihmisen arkipäivä koostuukin monista, usein lyhyistä ja päällekkäin menevästä toiminnasta. (Raijas 2011, 251.)

Yhteisöllisyys ja erilaiset yhteisölliset suhteet ovat tärkeässä osassa ihmisten hyvinvointia. Sosiologi Erik Allardt (1976) kirjoittaa klassisessa hyvinvointiteoriassaan, että hyvinvoinnin osatekijöitä ovat: elintaso (having), yhteisyyssuhteet (loving) ja itsensä toteuttaminen (being). Myös subjektiivisessa mielessä hyvinvointia on alettu tarkastella enemmän. On havaittu sosiaalisten suhteiden merkitys terveyden ohella, kun tarkastellaan hyvinvoinnin lähteitä. Sosiaalisten suhteiden muodostumista nimitetään arkikielessä useasti yhteisöiksi, tämän termin luomisessa suuri syy on varsinkin medialla. Kun mietitään yhteiskuntapoliittista keskustelua, niin yhteisöt, yhteisöllisyys ja yhteisöllistäminen voidaan nähdä mahdollisuutena hyvinvoinnin lisäämiseksi. (Pessi & Seppänen 2011, 288.)

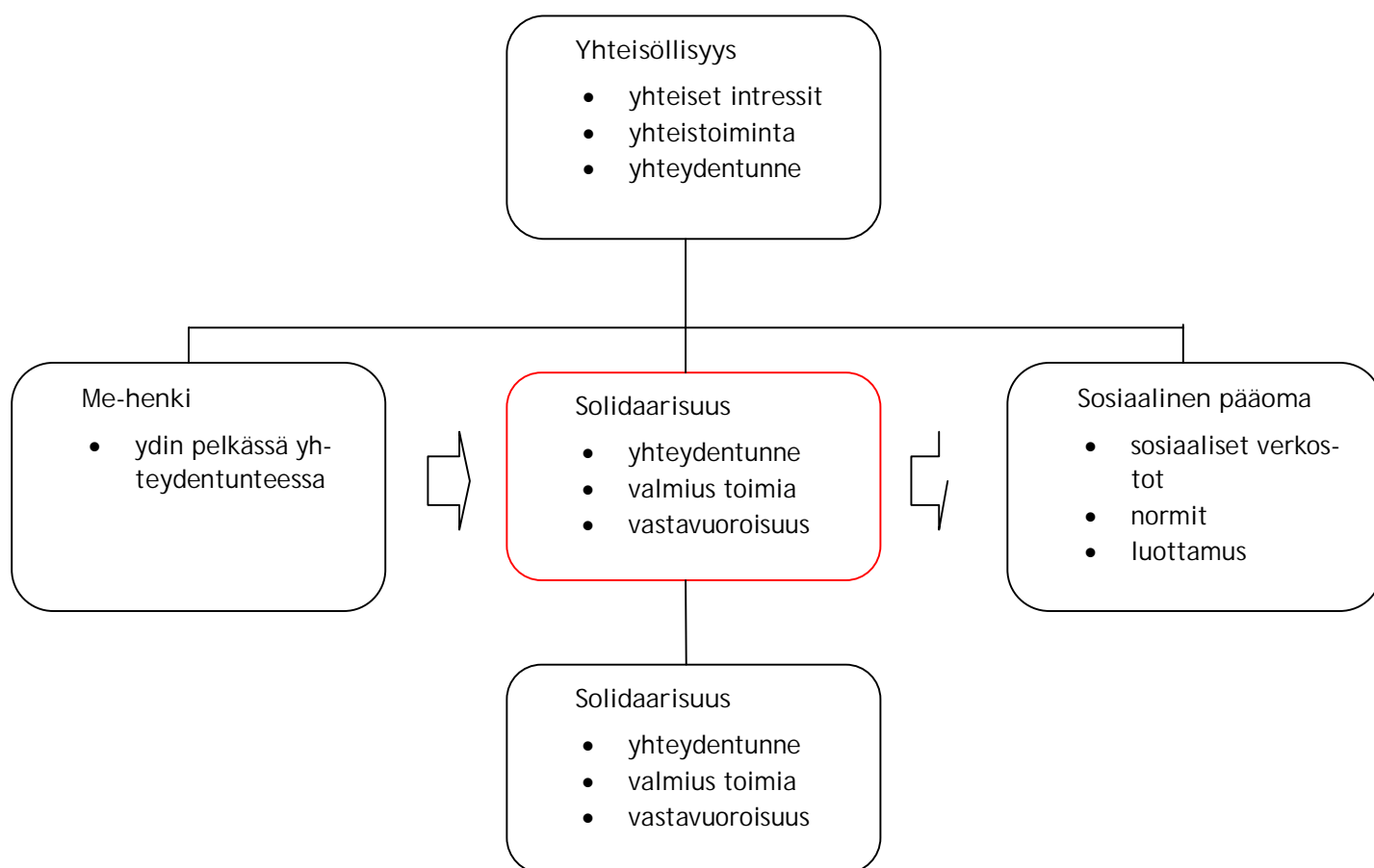
Yhteisö käsitteenä luo paljon positiivisia mielikuvia. Yhteisö sanana tuo mieleen jotakin lämmintä ja kodikasta, jotain sellaista minkä suojassa voit rentoutua ja tuntea olosi turvalliseksi. Yhteisössä luotat ihmisen hyvään tahtoon, sekä avuliaisuuteen. Sosiologi Zygmunt Bauman on kuitenkin sanonut, että yhteisö edustaa myös jotain tavoittamatonta maailmaa, joka pakenee etsijältään sen mahdottomuuden takia. Yhteisön kautta ihminen haluaa kokea turvaa, sekä täydellistä vapautta. Haluamme tässä epävarmassa maailmassa kuulua johonkin turvalliseen yhteisöön, jonka rajat ja säännökset ohjaavat toimintaamme. Tämän kautta nouseekin ristiriita, suhteessa ihmisen henkilökohtaiseen vapauteen valita, ja yhteiskunnan normien välillä. Mitä vapaampia olemme yksilöinä, niin sitä vaikeampaa meidän on saada yhteisön luomaa turvallisuutta ja tukea. Yksilön vapaus vähenee kun yhteisön turvallisuus nousee. (Pessi & Seppänen 2011, 289.)

Kommunikaation muuttuminen viimeisen vuosikymmen aikana on ollut myös yksi iso tekijä, kun mietitään yhteiskunnan ja yhteisöön kuulumisen ehtoja tai mahdollisuuksia. Internet on luonut uuden alustan uusille yhteisöille, niiden syntymiselle ja toiminnalle. Enää ei tarvita konkreettista paikkaa yhteisön toiminnalle, vaan ihmiset voivat asua ympäri maailmaa ja kuulua eri yhteisöihin. Eri verkkoyhteisöissäkin sitoudutaan yhteisön sosiaalisiin normeihin, mutta vuorovaikutuksen kannalta ensisijaisen tärkeäksi on noussut tavoitettavuus viestimien kautta, sekä jatkuva saatavilla oleminen. Perinteisesti olemme kuuluneet yhteisöön statuksen tai jonkin sopimuksen myötä. Statusyhteisöön kuulutaan yleisesti syntyperän johdosta, mitä nykymaailmassa edustaa lähinnä sukulaisuus. Työpaikkoja tai oppilaitoksia ei taas nähdä statusyhteisöinä, vaan kaikki muu yhteisöllisyys perustuu sopimukseen. (Pessi & Seppänen 2011, 293–94.)

Nykyään yhteisöön kuuluminen ja sen monet ulkoiset merkit ovat vuosien varrella muuttuneet yhä hauraammiksi. Tästä huolimatta yhteisöllisyyteen kuuluu se, että voidaan vetää raja ”meidän” ja ”heidän” välille. Yhteisöllisyys muodostuu erottautumalla muista. Tiukat rajanvedot yhteisön jäsenten ja ulkopuolisten välillä luo turvaa yhteisön sisällä ja vahvistaa sen yhteisöllisyyttä. On kuitenkin syytä muistaa, että yhteisön ulkopuoliselle tai yhteisöstä poistettavalle ihmiselle tilanne voi olla rankka kokemus. Voidaan luoda jäsenyyttä rajaavia normeja, joiden kautta määritellään, kuka kuuluu yhteisöön ja kuka ei. Mitä tiiviimpi yhteisö on, sitä isompi mahdollisuus sillä on rangaista kollektiivisesti jäseniään normien rikkomisesta. (Pessi & Seppänen 2011, 295.)

Solidaarisuus kuuluu myös kiinteänä osana yhteisöllisyyteen. Parhaimmillaan solidaarisuuden merkit näkyvät verrattain pienissä yhteisöissä, joissa jäsenillä on yhteistä historiaa ja osittain samoja arvo- ja normijärjestelmiä sekä yhteenkuuluvaisuuden tunnetta ja halua toisten auttamiselle. Tällaisista yhteisöistä hyvinä esimerkkeinä ovat esimerkiksi suvut, työyhteisöt,

harrastusten yhteyteen syntyvät porukat ja eri uskonnolliset ryhmittymät. Seuraavan kuvion kautta pyritään selvittämään enemmän yhteisöllisyyttä ja sen eri vuorovaikutusta. (kuvio 3)



Kuvio 1: Yhteisöllisyys ja naapurikäsitteet (Pessi & Seppänen 2011, 296.)

Nykyään puhutaan paljon myös ikääntyvien ihmisten yksinäisyydestä ja siihen vaikuttavista tekijöistä. Sosiaalisia suhteita kuvaavan MOS-mittarin avulla Suomessa toteutetussa ikääntyvien tutkimuksessa, ja sen kautta saaduissa tuloksissa voidaan kuitenkin todeta, että yleisesti ottaen ikäihmisillä on paljonkin sosiaalisia suhteita ja yhteydenpito on tiivistä, mutta iän lisääntyessä myös yhteydenpito vähenee. Erilaisiin yhteisöihin ja "yhdistyksiin" kuului tutkimuksen mukaan noin puolet vastaajista, ja sosiaalista tukea oli muutenkin vastaajien mielestä tarjolla kiitettävästi. On kuitenkin syytä huomioida, että tutkimuksen mukaan noin joka kuudes (13 %) vastaajista olisi kaivannut apua ja tukea nykyistä enemmän. (Pessi & Seppänen 2011, 302.) On myös valitettavaa huomata, että tulotaso ja terveys vaikuttavat ikääntyvien sosiaalisen tuen saantiin. Eri yhteisöihin kuulumisen merkitys sekä se, että kertooko kuuluvansa johonkin yhteisöön, selittävät yllättävän vähän sosiaalista tukea ja sen saantia ikäihmisten parissa. Yhteisöön kuuluminen edesauttaa henkisen tuen saamista, mutta samalla käy selväksi perheen rooli huolenpidon ja hoivan tarjoajana. Voidaankin sanoa, että erilaiset yhteisöt tar-

joavat henkistä tukea, kun taas perhe on hoivan ja huolenpidon lähde. (Pessi & Seppänen 2011, 302.)

Ympäristön merkitystä ihmisen hyvinvointiin ei voida myöskään liiaksi aliarvioida. Ihmiset ovat eläneet maapallon kaikilla mantereilla Antarktista lukuun ottamatta. Ihmiselämä pitää sisälleen paljon iloa ja tyydytystä tuovia asioita myös aineellisesti heikommissa tilanteissa. Hyvinvoinnin voisi sanoa olevan palkinto jonka edellytyksenä on se, että omaa hyvää tavoittelevat yksilöt ja yksilöistä koostuvat yhteisöt pystyisivät selviytymään vaihtelevissa luonnonolosuhteissa ja muuttamaan omaa kulttuuriaan, yhteisöllisiä toimintatapojaan ja näiden tuotantokenteitä. (Oksanen 2011, 332.)

Koulutuksella ja kasvatuksella pyritään siihen, että ihminen osaisi itse määritellä oikeanlaisen elämäntavan itselleen. Tällöin ajatellaan, että tietyn opitun tietoperustan kautta osaisimme yksilöinä tehdä itsenäisiä ja oikeita päätöksiä elämämme suhteen. Terveydellisten seikkojen tunnistaminen antaa ihmiselle mahdollisuuden arvioida oman toimintansa järkevyyttä. Jokaisella ihmisellä tulee kuitenkin välillä elämässä tilanteita, jossa hänen kykynsä tehdä hyviä tai perusteltuja ratkaisuja ei ole täydellinen. (Oksanen 2011, 324–325.)

Itsenäisten valintojen tekeminen ei kuitenkaan ole ainut keino kasvattaa yksilöitä. Yhteiskunnat ohjaavat usein kansalaistensa toimintaa kasvatusta suuremmalla toiminnalla, usein myös pakolla. Tästä esimerkkinä yhdyskuntasuunnittelu ja kaavoitus, jolla pyritään poistamaan ympäristöön ja sen käyttöön liittyviä ristiriitoja. Luonnonvarojen käyttö ja erilaiset maankäytön tavat voivat heikentää yksilöiden hyvinvointia, tai jopa vaarantaa heidän henkensä. Näistä hyvänä esimerkkinä ovat erilaiset liikenneratkaisut, jotka voivat perustua vain yleisille käsityksille terveellisistä ja ihanteellisista asuinpaikoista. Terveelliseksi elinpaikaksi voidaan tuskin laskea moottoriteiden liittymien ja risteysten väliin jääneitä maakaistaleita, vaikka joissakin maissa niille on myös asetettu asumaan vaihtoehtojen ollessa vähissä. (Oksanen 2011, 324–325.)

5 Ideasta innovaatioon

Innovaatiota pidetään usein samana asiana kuin keksintöä tai idean syntymistä, mutta on syytä muistaa, että niillä on muutamia huomattavia eroja. Innovaatiolla tarkoitetaan nimittäin jotain uutuutta, joka on jo toteutettu. Hyviä ideoita on roppakaupalla, esimerkiksi tieteiskirjallisuudessa (materiansiirtimet, avaruusalukset, lääketieteelliset nanorobotit). Ideoilla ei kuitenkaan ole merkitystä jokapäiväiseen elämään ennen kuin ne ovat oikeasti tuottavia. Tuotolla tarkoitetaan esimerkiksi taloudellista (rahaa) tai sosiaalista (hyvää elämää monelle ihmiselle) tuottoa, mutta hyvällä innovaatiolla pitää olla myös jotain aitoa merkitystä. Tämän

määritelmän käyttö tekeekin innovaatioista entistä harvinaisempia. Hyvä ajatus ei pelkästään riitä, vaan ajatus pitäisi saada tuotantokäyttöön sopivaksi ja sen pitäisi olla aikaisempaa vaihtoehtoa parempi. (Taatila & Suomala 2012, 10.)

Innovaatiotoiminnan kannalta on melkein pä lottovoitto syntyä Suomeen. Suomi on todella innovaatiomyönteinen maa, jossa innovaatiot ja innovaattorit ovat olleet jo vuosikymmeniä julkisen vallan erityisessä suojeluksessa, eikä trendi näytä olevan laskusuunnassa. Suomessa suuri määrä erilaisia toimijoita tukee innovaatioiden syntymistä, esimerkiksi Suomen akatemia avustaa perustutkimusta, Keksintösäätiö auttaa keksintöjen tekemistä ja hyödyntämistä, sekä Tekes joka toteuttaa ja kaupallistaa keksintöjä. Suomesta saa myös paljon julkista rahotusta ja julkisesti ohjattua asiantuntijapalvelua innovoijille. Innovointi Suomessa on kulttuurisesti ja poliittisesti sekä hienoa, että tärkeää. (Taatila & Suomala 2012, 3.)

Älyllistä mielenkiintoa pidetään usein perustana innovaatioideoiden kehittymiselle. Monesti ensimmäinen versio ongelmanratkaisusta on se, että innovaattori haluaa kehittää jotain havaitsemaansa epäkohtaan. Tulee tunne, että jokin asia voisi toimia maailmassa paremmin, ja innovaattori ottaa vastuuta tämän asian kehittämistä. Monet tuoteinnovaatiot ovat ongelmanratkaisua jonkin tuotteen avulla. Hyviä esimerkkejä tällaisesta tarvelähtöisestä tuoteinnovaatiosta ovat: pesukone, pölynimuri ja GPS-paikannin. Käyttäjätarve on asia joka piilee aina innovaation taustalla, ihmisten täytyy vähintäänkin tiedostamatta haluta innovaatiota. Jos innovaatiolle esiintyy tarvetta, se todennäköisesti menestyy, mutta jos ei, niin tarvetta täytyy luoda esimerkiksi markkinoinnin keinoin. Käyttäjätarpeen selvittäminen on perinteistä tutkimustyötä, ja sen metodit ovat riippuvaisia paljon kohteesta. Suurimpia haasteita käyttäjätarpeen selvittämisessä on ollut se, että käyttäjät eivät välttämättä tiedä tai osaa ilmaista omia tarpeitaan. Hyvänä esimerkkinä voidaan pitää 1980-luvun matkapuhelimia, joita pidettiin silloin täysin tarpeettomina leluina. Kun käyttäjiltä kysytään millaisia tuotteita tai palveluita he haluavat, niin usein vastaus on liitännäinen olemassa olevaan todellisuuteen, 1980-luvun matkapuhelimien osalta ei välttämättä osattu nähdä niiden mahdollisuuksia tulevaisuudessa koska ne olivat aluksi kooltaan ja käytöltään ihmisten arkea hankaloittavia. Matkapuhelimien olisi pitänyt alusta asti olla pienempiä, halvempia ja helppokäyttöisempiä. (Taatila & Suomala 2012, 54.)

Haastavin osa innovaatioprojekteissa on itse idean toteuttamisvaihe. Uusien ideoiden keksiminen on useasti hauskaa ja nopeaa, mutta niiden toteuttamisvaihe on haastavaa ja pitkäjänteistä sitoutumista työntekoon. Useasti innovaatioprojektit kaatuvatkin tässä vaiheessa, koska ideaa ei jakseta työstää loppuun asti. Innovaatioprojektien haaste on usein myös se, että ne vievät paljon enemmän aikaa kuin niiden tekoon on alun perin suunniteltu. Innovaatioiden toteutusvaiheessa monet aiemmista rooleista vaihtuvat toisiin. Alun ideoita pursuavan keksi-

jän pitäisi osata muuntautua ainakin väliaikaisesti yksisilmäisestä toteuttamisesta idean toteuttamiseen, ja resurssien antajien tarkoitus olisi tuoda hankkeelle rahaa tai muita hyötyjä. Tässä vaiheessa ideasta on muotoutumassa jotakin mikä vaatii aikaa, vaivaa ja rahaa. (Taatala & Suomala 2012, 76.)

Innovaattorin osa innovaation toteutuksessa on myös merkittävä. Jos innovaattorilla loppuu mielenkiinto innovaation eteenpäin viemiseen, niin koko hanke voi pysähtyä. Toteuttamisvaiheessa innovaattorilta vaaditaankin näkemystä viedä projektia eteenpäin, sekä sitkeää jakamista. On tuhansia eri syitä miksi idean toteuttaminen on mahdotonta tai vähintäänkin vaikeaa, mutta jos näihin syihin juututaan, niin innovaatiota ei synny. Innovaattorin tärkeimmiksi henkilökohtaisen onnistumisen välineiksi toteuttamisvaiheessa on syytä nostaa: systemaattinen projektityö, motivointi, sekä idean myyminen eteenpäin. Ilma näitä työkaluja projektin eteenpäin vieminen hankaloituu huomattavasti. Hyvin suunnitellun projektin on usein helppompaa saavuttaa tavoitteensa. Innovaattorin on syytä tehdä hyvä projektisuunnitelma, jossa pyritään ennakoimaan kaikkia mahdollisia eteen tulevia tilanteita, mutta myös sellainen suunnitelma jonka kautta pystytään varautumaan kaikkiin yllättäviin muutoksiin. Innovaatioprojektit ovat jotain uutta ja luovaa, joten ei kannata liiaksi sitoutua alkuperäisiin suunnitelmiin. Hyvän projektisuunnitelman on syytä kuitenkin olla konkreettinen ja yksityiskohtainen paketti, joka ohjaa kohti työn tavoitteita ja mahdollistaa näkemään muutoksien vaikutuksia kokonaisuudessa helpommin. (Taatala & Suomala 2012, 76.)

Innovaatioprojekti pitää sisällään myös joukon ihmisiä, joita kutsutaan ydinryhmäksi. He ovat niitä, jotka toteuttavat varsinaisen innovaation. Innovaattori saa paljon hyötyä siitä, että ottaa mukaan luotettavia henkilöitä kehittämään innovaatiota. Ydinryhmä katsoo projektia kokonaisuutena, ja yrittää kehittää sitä oikeaan suuntaan. Ydinryhmän toiminnan kannalta korostuvat hyvät henkilökohtaiset suhteet ja yhteiseen tavoitteeseen pyrkiminen. Ydinryhmän koko vaihtelee 2 - 8 henkilöön ja siinä on mukana vain sellaisia ihmisiä joihin innovaattori voi täysin luottaa, tämän takia ydinryhmä säilyykin usein samana koko projektin ajan. Ydinryhmäläiset ovat innostuneita innovaatiosta ja ovat olleet yleensä kehittämässä sitä jo idean alkuvaiheista asti, kohti lopullista kokonaisuutta. Tässä tulee esille myös ydinryhmän vahvuus ja tärkeys projektille, koska he voivat avoimesti suunnitella innovaation toteutusta ja antaa tarvittaessa kritiikkiä tai uusia suuntia innovaation toteutukseen. Ydinryhmän sisäisen kommunikoinnin olisikin tärkeää olla mahdollisimman avointa jopa negatiivisten asioiden äärellä. Asioista täytyy osata keskustella ilman, että ne vaikuttavat henkilökohtaisiin suhteisiin koska yhteisenä tavoitteena on kuitenkin innovaation kehittäminen. (Taatala & Suomala 2012, 100.)

Ydinryhmän lisäksi innovaatioiden taustalla tarvitaan myös joukko asiantuntijoita. Asiantuntijoilla saattaa olla negatiivinen vaikutus innovaation toteutumiseen, mutta he katsovatkin sitä omasta näkökulmastaan, eivätkä täten pysty hahmottamaan kokonaisuutta niin tarkasti. Asi-

antuntijoita voidaankin kutsua innovaatioprojektin ulkopiiriläisiksi. Esimerkkejä asiantuntijoista voivat olla esimerkiksi teknisen prototyypin rakentajat ja markkinoinnin suunnittelijat. He tuovat omalla työpanoksellaan onnistumisen mahdollisuuden innovaatioprojektiin, mutta itse osallistuminen on rajattu tiettyihin osa-alueisiin. Asiantuntija voi tuoda esille omia näkemyksiään eri innovaation osa-alueille, mutta on epätodennäköistä, että innovaattori tai ydinryhmä kuuntelee hänen näkemyksiään yhtä paljon kuin ydinryhmäläisten. (Taatala & Suomala 2012, 102.)

Innovaatioprojektin aikana on myös yleistä, että henkilöt vaihtavat roolia ydin- ja ulkoryhmäläisen välillä. Tulee tilanteita, jossa ulkoryhmäläinen on ollut pitkään mukana innovaation kehittämisessä, ja alkaa sen johdosta enemmän liukua ydinryhmän kokonaisvaltaiseksi jäseneksi. On myös mahdollista, että vastaavasti ydinryhmän jäsen muuttuu innovaatioprosessin kannalta merkityksettömäksi. Tämä taas useasti johtuu ydinryhmäläisen mielenkiinnon tai osaamisen vähenemisestä projektin aikana, eikä niinkään luottamuksen vähenemisestä ydinryhmän sisällä. Jatkuvan kommunikoinnin tärkeys nousee esille myös innovaatioverkoston toiminnan kannalta. Innovaatioprojektiin osallistuvan on oltava perillä omasta tekemisestään suhteessa lopputulokseen tai mahdollisiin suunnitelmien muutoksiin projektin aikana. Innovaatioprojektin suurin ja tärkein kommunikoinnin vastuu kasautuu innovaattorille, mutta myös muiden pitää osata jakaa tietoa keskenään. Projektin kannalta on huono jos tieto kulkee organisaatiossa pelkästään ylös- ja alaspäin, tällöin toiminta yleensä hidastuu ja myös monet epävarmuustekijät kasvavat. (Taatala & Suomala 2012, 103.)

6 Uutta kasvua arjesta

Yleisesti ajatellaan, että elämä on tavallista, arkista ja, että juhla on vain tilapäistä ihmisten elämässä. Ajatellaan, että on liian holtitonta elää juhlaa varten. Suomessa arvomaailma koostuu työn tekemisestä, perheen ja kodin hoitamisesta, sekä normaalista arkipäivistä. Markkinoinnin ja myynnin näkökulmasta arki on myös luokiteltu tylsäksi, tästä syystä arkisia viestejä pyritään pukemaan juhlallisempaan muotoon, jossa viestitään halua päästä irti arjesta. Yleisesti on vallalla myös ajattelu, että arki voidaan "ottaa haltuun" johtamalla ja toimimalla siten, että häiritään mahdollisimman vähän elämistä. Arki nähdään yleisesti myös sosiaalipoliitiikan ja julkisten toimijoiden kiinnostuksen kohteena, eikä niinkään yritysten. On kuitenkin myönteistä, että viimeisten vuosien aikana myös arkea on alettu arvostaa eri näkökulmista: arjessa ihminen ja teknologia kohtaavat, sekä käyttävät hyväkseen yksityisiä ja julkisia tiloja. Tämän syyn takia myös monet muotoilijat, kuluttajatutkijat, sosiologit, kaupunkisuunnittelijat ja eri yritykset ovat alkaneet kiinnostua arjesta. (Korkman & Arantola 2009, 14.)

Liiketoiminnan kehittäjien lisääntynyt kiinnostuminen arjesta johtuu osittain taloudellisen taantuman muodostamasta tarpeesta, koska taantuman takia ihmiset palaavat useasti perusasioiden äärelle. Aletaan tutkia kuluttajien käyttämiä perusasioita, ja mitkä ovat niitä ensimmäiseksi pois karsittavia kulutustuotteita/palveluja. Vastauksia tähän kysymykseen ei kannata välttämättä hakea ihmisten perustarpeista, vaan yleisesti ihmiset karsivat ensimmäiseksi ylellisyysasioiksi luokiteltavista tavaroista ja palveluista. Massamarkkinoilla taas ollaan aina osana arkea, tämä tarkoittaa sitä, että kun yritys tuo uuden tuotteen massamarkkinoille, niin se täytyy saada myös osaksi arkea, koska tuotteet ja palvelut luovat osan ihmisen elämästä. Meillä ei välttämättä ole välineitä ymmärtää miten jokin uutuus saadaan sopimaan ihmisten arkeen, varsinkaan tuotteen kehittäjän näkökulmasta. Uusien tuotteiden tulisi olla sellaisia, jotka sopivat jo olemassa oleviin toimintatapoihin siten, että kuluttaja huomaa niiden tuoman lisäarvon. On erityisen tärkeää päästä sisälle siihen, mitä ihmiset tekevät arjessa ja mitkä ovat mahdollisuudet lisätä tätä ”tekemistä” yrityksen luomien mahdollisuuksien mukaan. Esimerkiksi uuden teknologian kautta voidaan luoda positiivisia muutoksia arjen näkökulmasta katsottuna. ”Arki” on kuitenkin sellaista, joka ei hyväksy liian suuria tai nopeita muutoksia. Kun arkea lähdetään rakentamaan, niin on syytä pitää mielessä jo käytössä olevat ratkaisut ja käytänteet. Uusi asia tai tuote pitää arkipäiväistää siten, että sen kautta pystyy luomaan kehityskaaren nykyhetken ja tulevaisuuden välillä. (Korkman & Arantola 2009, 16–18.)

7 Tutkimuksen toteutus

Tämä tutkimus jakautui kolmeen vaiheeseen, joissa ensimmäisessä käytettiin tiedon keruun menetelmänä puhelimella suoritettavaa teemahaastattelua. Toisessa vaiheessa tutkimusta kehittäjäryhmäläisille luotiin omat käyttäjäprofiilit ensimmäisen teemahaastatteluviikon tulosten pohjalta. Kolmannessa vaiheessa tutkimusta tietoa kerättiin teemahaastattelun ja kyselyn menetelmiä apuna käyttäen.

Teemahaastattelun on sanottu olevan puolistrukturoitu haastattelumenetelmä. Teemahaastattelu-nimellä on myös se etu, että se ei sido haastattelua mihinkään tiettyyn leiriin, kvalitatiiviseen tai kvantitatiiviseen, eikä se myöskään ota kantaa haastattelukertojen määrään tai siihen, miten ”syvälle” aiheen tutkimisessa mennään, kysymysten sijaan haastattelun on tarkoitus edetä tiettyjen teemojen varassa. Teemahaastattelu on lähempänä strukturoimatonta kuin strukturoitua haastattelua. (Hirsjärvi & Hurme 2010, 48.) Teemahaastattelu valikoitui tutkimusmenetelmäksi, koska se antoi vapautta haastattelujen toteutukselle.

Asiakasprofiilien tekeminen on keskeistä asiakastutkimuksista saadun asiakastiedon kiteyttämisen ja erilaisen esittämisen menetelmänä. Asiakasprofiileihin niputetaan tutkimuksesta esiin nousseita toimintamalleja ja toiminnan motiiveja. Asiakasprofiilin voisi sanoa olevan

kuvaus tietyn ryhmän, eli tutkimusryhmästä esiin nousseen heimon kuvaus. Yksittäiset löydökset havaituista toimintamalleista voivat olla merkittäviä, mutta vielä tärkeämpää on havaita suuremman ryhmän toteuttama toimintamalli. Suuremmasta ryhmästä havaitun toimintamallin perustalle voidaankin helpommin lähteä luomaan ratkaisuja ja palveluita. (Tuulaniemi 2011, 154–55.) Tätä tutkimusta varten saatiin määrältään rajallinen kehittäjäryhmä, loppuvaiheessa kolme jokaiseen vaiheeseen osallistunutta henkilöä, mutta tutkimuksen voisi tarvittaessa toteuttaa myös suuremmalle kehittäjäryhmälle.

Tutkimusta varten oli koottu eläkkeellä olevista ikäihmisistä koostuva neljän hengen kehittäjäryhmä. Kehittäjäryhmäläiset olivat 65–70 vuoden ikäisiä, heistä kaksi oli miestä ja kaksi naista. Tutkimuksen ensimmäisessä vaiheessa viikolla kahdeksan oli tarkoituksena selvittää mitä kehittäjäryhmäläiset tekevät päivän aikana niin aamun, iltapäivän kuin illankin osalta. Tähän apuna käytettiin teemahaastattelua. Teemahaastattelut tehtiin kehittäjäryhmäläisille puhelinhaastatteluilla viikon aikana seitsemän kertaa (ma–su). Haastatteluissa kehittäjäryhmäläiset kertoivat omin sanoin toiminnastaan aamun (klo 6–12), iltapäivän (klo 12–18) ja illan (klo 18–24) osalta. Haastattelut tehtiin yleensä ilta-aikaan klo 19–21 välillä, ja niiden kesto oli keskimäärin noin 10–15 minuuttia per yksi haastattelu. Haastatteluista ja niiden ajankohdista sovittiin aina puhelimen ja sähköpostin välityksellä kehittäjäryhmäläisten kanssa.

Tarkoituksena oli saada kokonaisvaltainen kuva haastateltavien päivän kulusta ja toiminnasta. Teemahaastattelut myös nauhoitettiin tulosten keräämisen ja analysoimisen helpottamiseksi. Päivä oli jaettu teemahaastatteluissa tarkoituksella kolmeen eri osaan - aamuun, iltapäivään ja iltaan. Tällöin saatiin vertailtua kehittäjäryhmäläisten eri päivien toimintaa toisiinsa ja myös muihin kehittäjäryhmäläisiin ja heidän toimintaansa. Päivän jakaminen kolmeen osaan myös loi teemahaastatteluille ja kehittäjäryhmäläisille yhtenäisen rungon, mitä oli helppo seurata haastattelujen aikana. Tarkoituksena oli myös, että tällä tavalla kehittäjäryhmäläiset muistaisivat paremmin päivän toimintansa haastattelutilanteessa.

Tutkimuksen toisessa vaiheessa kehittäjäryhmäläisille luotiin omat käyttäjäprofiilit ensimmäisen teemahaastatteluviikon tulosten pohjalta. Käyttäjäprofiilit luotiin sen mukaan, minkälainen toiminta kiinnosti jokaista kehittäjäryhmäläisiä eniten 1. teemahaastatteluviikon aikana. Tarkoituksena oli luoda kuvaus jokaisesta kehittäjäryhmäläisestä, ja pohtia minkälaiset palvelut ja toiminta heitä voisi mahdollisesti kiinnostaa käyttää. Käyttäjäprofiileita käytettiin tutkimuksen myöhemmässä vaiheessa tulosten analysoinnin ja pohdinnan välineenä. Käyttäjäprofiilien luomisen jälkeen lähdettiin kartoittamaan palveluita, palvelun tarjoajia, sekä kaikkea muuta toimintaa mitä löytyy pääkaupungin seudulta tutkimuksen kolmatta vaihetta varten.

Tutkimuksen kolmannessa vaiheessa viikolla 10 kehittäjäryhmäläiset osallistuvat uudestaan samalla kaavalla suoritettuihin teemahaastattelu/kyselyihin kuin viikolla 8, mutta tällä kertaa kehittäjäryhmäläiset valitsivat päivän toimintansa aamulla, iltapäivällä ja illalla neljästä ehdotetusta eri palveluvaihtoehdosta (a, b, c, d). Haastattelujen ajankohta sijoittui 1-teemahaastattelujen mukaisesti ilta-aikaan, ja yleensä klo 18–21 välille. Haastattelu/kyselyt kestivät yleensä noin 10 minuuttia per yksi haastattelu/kysely. Palveluvaihtoehtoina (a, b, c, d) palvelujen osalta oli aina yksi liikuntaan, kulttuuriin & taiteeseen tai musiikkiin liittyvä palvelu, tai näiden eri yhdistelmäpalvelut. Yksi palveluvaihtoehdoista oli kuitenkin sellainen, joka ei sijoittunut minkään aiemman pääluokan alle: esimerkiksi erilainen opiskelu, luennot, harrastepiirit, hoitopalvelut ja vastaavat. Haastattelujen ajankohdista sovittiin aina erikseen puhelimen/sähköpostin välityksellä kehittäjäryhmäläisten kanssa.

8 Tutkimuksen tulokset

Ennen tulosten tarkastelua on hyvä palauttaa mieleen työn tutkimuskysymykset, jotka olivat seuraavanlaiset: ”Minkälaiden vapaa-ajan palveluiden käyttäminen kiinnostaa ikäihmistä?” . ”Valitsevatko ikäihmiset palveluja luotujen käyttäjäprofiiliensa mukaisesti?” . Suomen väestörakenteen kautta tulevat ongelmat lähitulevaisuudessa luovat tarvetta kehittää kaikkien palveluiden saatavuutta myös ikäihmisten parissa, tämä on tärkeää jo pelkästään kansantalouden näkökulmasta. Työn tutkimustuloksina halutaan saada vastauksia aiemmin esitettyihin tutkimuskysymyksiin, ja pohtia miten ikäihmiset saataisiin käyttämään enemmän edellä mainittuja palveluita hyväkseen.

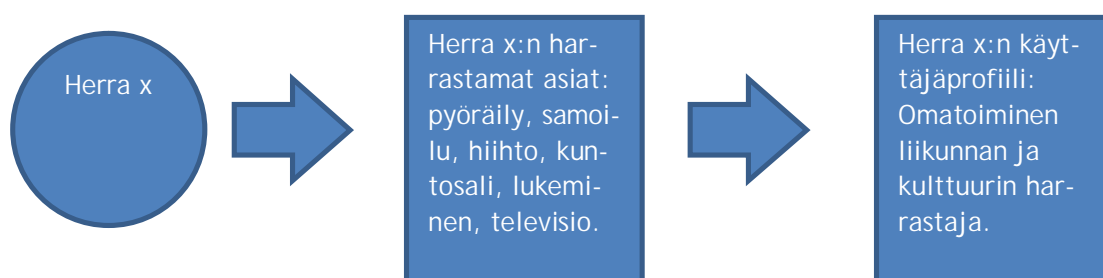
8.1 Ensimmäisen teemahaastatteluviikon tulokset ja käyttäjäprofiilien luominen

Ensimmäisen teemahaastatteluviikon tuloksena saatiin paljon tietoa kehittäjäryhmäläisten aamun, iltapäivän ja illan toiminnoista päivittäisessä arjessa. Seuraavaksi kuvataan kehittäjäryhmäläisten viikon toiminta, ja tämän jälkeen luodaan jokaiselle kehittäjäryhmäläiselle omat käyttäjäprofiilit 1-teemahaastattelusta saatujen tulosten pohjalle. Luotuja käyttäjäprofiileita on tarkoitus käyttää tutkimuksen tulosten analysoinnin ja pohdinnan välineenä. Tarkoituksena on vertailla, miten 1-teemahaastatteluviikon kautta luodut käyttäjäprofiilit heijastuvat henkilöiden valinnoissa 2-teemahaastatteluviikon aikana, kun kehittäjäryhmäläisillä oli mahdollisuus valita toimintansa aamun, iltapäivän ja illan osalta neljästä eri palveluvaihtoehdosta. Valitsevatko kehittäjäryhmäläiset palvelunsa aina käyttäjäprofiilinsa mukaisesti, vai onko palvelun valinnassa vaihtelua?

Seuraavassa tarkastellaan 1-teemahaastatteluviikon (vk 8.) kautta saatuja tuloksia kehittäjäryhmäläisittäin. Teemahaastattelut jakautuivat siten, että jokainen kehittäjäryhmäläinen kertoi päivän toiminnastaan aamun (klo 06–12), iltapäivän (klo 12–18) ja illan (klo 18–24) osalta omin sanoin. Kehittäjäryhmäläisiä pyydettiin muistelemaan arvioitu aloittamisajankoh- ta toiminnalleen, ja kuinka kauan siihen kului aikaa. Tämän haastattelumallin kautta saatiin päivän toiminnasta yhtenäistä ja vertailtavissa olevaa tietoa. Vaikka illan osalta toiminnan kartoitus jäi aina hieman vajaaksi, pystyivät kehittäjäryhmäläiset sen suhteellisen hyvin päät- telemään ja arvioimaan itsekin.

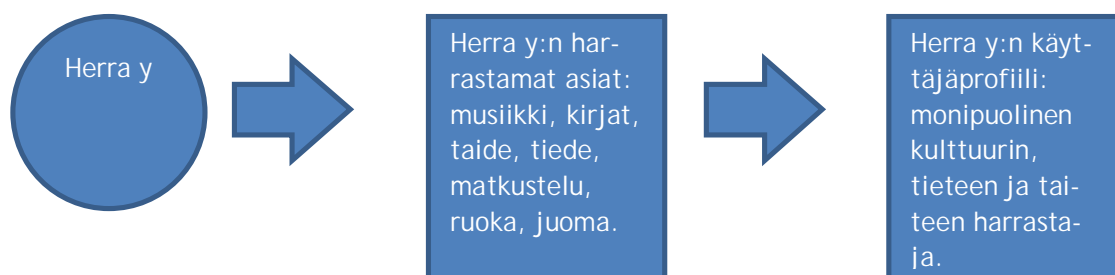
Kehittäjäryhmäläiset ja heidän tuloksensa esitellään tunnuksilla herra x:n, herra y:n, rouva x:n ja rouva y:n tulokset. Jokaisen kehittäjäryhmäläisen osalta käydään läpi hänen koko vii- kon toimintaansa ja tehdään siitä yhteenveto. Tämän jälkeen jokaiselle kehittäjäryhmäläisel- le luodaan omat käyttäjäprofiilit tulosten perusteella.

1-teemahaastatteluviikon kautta nousi selkeästi esille se, että erilainen liikunta oli lähellä herra x:n sydäntä. Liikuntaa tuli harrastettua yleensä noin 5 kertaa viikossa, varsinkin ulkona suoritettava liikunta oli herra x:n mieleen. Liikunnan lisäksi kirjojen lukeminen ja television katsominen olivat päivittäisiä askareita. Teatterissa, konserteissa ja taidenäyttelyissä tuli käytyä yleensä vuoden aikana muutamia kertoja. Kulttuuria tuli harrastettua eniten kirjoja lukemalla ja tietoa hankkimalla omatoimisesti. Herra x:n käyttäjäprofiiliksi muodostui: ”oma- toiminen liikunnan ja kulttuurin harrastaja”. Kuviossa 4 havainnollistetaan herra x:lle luotu oma käyttäjäprofiili:



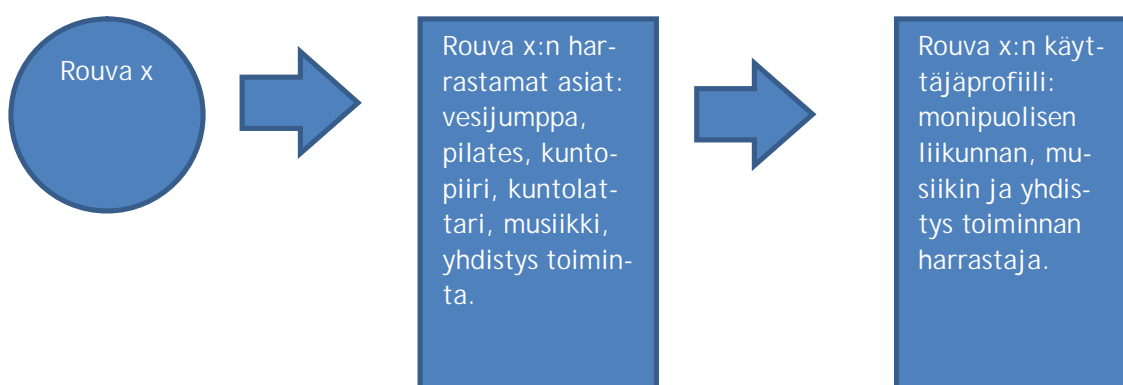
Kuvio 2: Herra x käyttäjäprofiilin luominen

1-teemahaastattelu viikon kautta nousi esille se, että herra y harrasti paljon erilaista kulttuu- ria, tiedettä, musiikkia ja taidetta. Kotona tuli kuunneltua paljon musiikkia, luettua kirjoja, sekä katsottua erilaisia elokuvia/sarjoja televisiosta. Myös ulkomailla matkustelu, ruuan ja juoman harrastaminen olivat lähellä herra y:n sydäntä. Liikuntaa tuli harrastettua kävelylenk- kien muodossa päivittäin. Herra y:n käyttäjäprofiiliksi muodostui: ”monipuolinen kulttuurin, tieteen, musiikin ja taiteen harrastaja”. Kuviossa 5 havainnollistetaan herra y:lle luotu oma käyttäjäprofiili:



Kuvio 3: Herra y käyttäjäprofiilin luominen

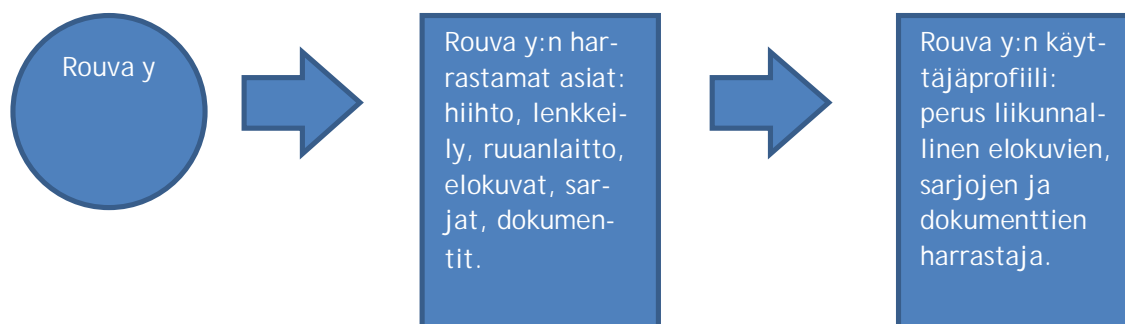
1-teemahaastatteluviikon kautta nousi esille, että rouva x:n harrastuksiin kuului monipuolisesti asioita elämän eri osa-alueilta. Erilaista liikuntaa, kuten vesijumppaa, pilatesta, kuntopiiriä ja kuntolattaria tuli harrastettua noin 3 - 4 kertaa viikossa. Tämän lisäksi parina kertana viikossa tuli käytyä kuoroharjoituksissa. Tämän lisäksi rouva x oli todella aktiivisesti mukana eri yhdistystoiminnassa sihteerin ja rahastonhoitajan ominaisuudessa. Näiden lisäksi uutena harrastuksena mukaan oli tullut pianon soiton harrastaminen. Rouva x:n käyttäjäprofiili onkin: "monipuolisen liikunnan, musiikin ja yhdistystoiminnan harrastaja". Kuviossa 6 havainnollistetaan rouva x:lle luotu oma käyttäjäprofiili:



Kuvio 4: Rouva x käyttäjäprofiilin luominen

1-teemahaastatteluviikon tulosten perusteella saatiin selville rouva y:n kiinnostuksen kohteita normaalissa päivittäisessä arjessa. Liikuntaa rouva y harrasti hiihdon ja lenkkeilyn parissa, ja yleensä päiväsaikaan. Erilaiset kodin askareet, kuten siivoaminen ja ruuanlaitto muodostivat myös ison osan päivän askareista. Illat rouva y vietti yleensä kotona oleillen ja televisiota katsellen. Televisiosta seurattiin, niin elokuvia, sarjoja kuin dokumenttejakin. Elokuvissa

rouva y kävi myös säännöllisesti ja yleensä halvemmissä päivänäytöksissä, myös teatterissa tuli käytyä aina välillä. Rouva y:n käyttäjäprofiili onkin eniten: ”perus liikunnallinen elokuvien, sarjojen ja dokumenttien harrastaja”. Kuviossa 7 havainnollistetaan rouva y:lle luotu oma käyttäjäprofiili:



Kuvio 5: Rouva y käyttäjäprofiilin luominen

8.2 Toisen teemahaastatteluviikon tulokset

Seuraavaksi esitellään kehittäjäryhmäläisten 2-teemahaastattelu/kyselyviikon tuloksia.

Viikolla 10 suoritettut teemahaastattelu/kyselyt olivat samalla kaavalla suoritettuja kuin viikolla 8, mutta tällä kertaa kehittäjäryhmäläiset valitsivat toimintansa aamulla (klo 06–12), iltapäivällä (klo 12–18) ja illalla (klo 18–24) neljästä eri palveluvaihtoehdosta (a, b, c, d). Palveluvaihtoehtoina (a, b, c, d) palvelujen osalta oli mukana aina yksi liikunta, kulttuuri & taide, musiikki, tai näiden eri yhdistelmäpalvelu. Yksi palveluvaihtoehdoista oli kuitenkin sellainen, joka ei kuulunut minkään näiden aiemman pääluokan alle, kuten esimerkiksi opiskelu, luennot, harrastepiirit, hoitopalvelut ja vastaavat. Palveluita tutkimukseen kartoitettiin käyttämällä apuna Internetissä eri palveluita, tapahtumia ja toimintaa esitteleviä/mainostavia sivustoja pääkaupunkiseudun alueelta. Valitettavasti tässä vaiheessa tutkimusta yksi kehittäjäryhmäläinen (rouva y) jäi pois tutkimuksesta, ja loppututkimus vietiin läpi kolmen kehittäjäryhmäläisen voimin.

Kehittäjäryhmäläiset ja heidän tuloksensa on jaettu siten, että jokaiselta päivältä käydään läpi tarjotut palvelut ja jokaisen kehittäjäryhmäläisen valinnat, sekä syy miksi hän on valittuun palveluun päätenyt. Tulokset käydään läpi kirjallisesti, jotta saadaan kaikki informaatio tiivistettyyn ja helpommin luettavaan muotoon. Seuraavassa kappaleessa kuvataan 2-teemahaastattelu/kyselyviikon tuloksia. Aina ensiksi tulee kyseinen päivä, sekä aamun, iltapäivän ja illan tarjotut palveluvaihtoehdot (a, b, c, d). Tämän jälkeen esitetään jokaisen kehittäjäryhmäläisen valinnat ja perustelut palvelun valinnalle.

Maanantai 4.3.2013

Palveluvaihtoehdot:

Aamu. a) kuntosalilla käynti. b) museossa käynti. c) suomenlinnaan tehtävä tutustumisretki. d) ikäihmisten yliopiston kurssille osallistuminen.

Iltapäivä. a) ruuanlaittokerho. b) uimassa käynti. c) taidenäyttely. d) kaapelitehtaalla järjestettävät Eesti-markkinat.

Ilta. a) keilailu. b) elokuvissa käynti. c) ravintolassa käynti. d) klassisen musiikin konsertti.

Herra x valitsi aamun toiminnakseen kuntosalilla käynnin koska se kiinnosti eniten kaikista vaihtoehdoista. Herra y valitsi aamun toiminnakseen kuntosalilla käynnin sen terveydellisten hyötyjen takia. Rouva x valitsi aamun toiminnakseen ikäihmisten yliopiston kurssille osallistumisen koska se kiinnosti eniten kaikista vaihtoehdoista.

Herra x valitsi iltapäivän toiminnakseen Eesti-markkinoille osallistumisen koska se vaikutti mielenkiintoiselta vaihtoehdolta. Herra y valitsi iltapäivän toiminnakseen taidenäyttelyssä käynnin, koska taide kiinnostaa häntä. Rouva x valitsi taidenäyttelyssä käynnin, koska se oli mielenkiintoisin vaihtoehdoista.

Herra x valitsi illan toiminnakseen elokuvissa käynnin, koska elokuvat kiinnostivat häntä yleisesti. Herra y valitsi illan toiminnakseen klassisen musiikin konsertin, koska hän harrasti klassisen musiikin kuuntelua. Rouva x valitsi illan toiminnakseen keilailun, koska halusi myös pientä liikuntaa päivän toiminnakseen.

Tiistai 5.3.2013

Palveluvaihtoehdot:

Aamu. a) Näyttely tennispalatsissa (Marjatta Tapiola). b) Ystävyyden lauluhetki- kirjastossa. c) Syvävenyttelyn alkeet. d) Suomen historian luento.

Iltapäivä. a) Kuvankäsittelyn alkeet kurssi. b) Tutustu Helsingin nähtävyyksiin sauvakävelen. c) Kitarakvartetin esitys. d) Kuntonyrkkeily.

Ilta. a) Rikoskirjallisuuden lukupiiri. b) Ilmastomuutos näyttely. c) Iltakävely. d) Suomalainen draamaelokuva elokuvateatterissa.

Herra x valitsi aamun toiminnakseen ystävyiden lauluhetken kirjastossa, koska pitää musiikista yleisesti, ja koska vaimo laulaa myös kuorossa. Herra y valitsi aamun toiminnakseen Marjatta Tapiolan näyttelyn, koska taide kiinnostaa yleisestikin. Rouva x valitsi aamun toiminnakseen syvävenyttelyn alkeet, koska säännöllinen syvävenyttelyssä käynti auttaisi säilyttämään hyvän kehon hallinnan.

Herra x valitsi iltapäivän toiminnakseen kuvankäsittelyn alkeet kurssin, koska on muutenkin menossa tällaiselle kurssille. Herra y valitsi iltapäivän toiminnakseen myös kuvankäsittelyn alkeet kurssin, koska pystyisi sen jälkeen käsittelemään omia kuvia eri tavoilla, värejä yms. Rouva x valitsi iltapäivän toiminnakseen kitarakvartetin esityksen, koska kitaran soiton opiskelu kiinnostaa, ja on muutenkin kiva kuunnella kaunista kitaramusiikkia.

Herra x valitsi illan toiminnakseen Suomalaisen draamaelokuvan elokuvateatterissa, koska suosii Suomalaista elokuvaa, pitää niitä laadukkaina, niin vanhoja kuin uusiakin. Herra y valitsi illan toiminnakseen iltakävelyn, koska se on hyvä tapa pitää kunnosta huolta. Rouva x valitsi illan toiminnakseen Suomalaisen draamaelokuvan, koska ei ole käynyt vähään aikaan elokuvissa ja vaihtoehtoista tämä oli kiinnostavin.

Keskiviikko 6.3.2013

Palveluvaihtoehdot:

Aamu. a) Kuntojumppa. b) Trio Rouvat esittää Helsinki aiheisia lauluja. c) Akvarellin vuodenaikat näyttely. d) Fysioterapia/hieronta.

Iltapäivä. a) Frustra treenaus (henkilökohtainen treenari, lihastasapainon korjaus). b) Kielikahvilaan osallistuminen (kirjasto). c) netti tv:seen tutustuminen kurssi (kirjasto). d) Marja Paasion vesivärimaalauksia.

Ilta. a) Helsinkiin tutustuminen jäällä kävellen. b) Paritanssin alkeet kurssi. c) Jukka Perkko ja Yona tulkitsevat iskelmää. d) Lahjakkuuden monet ulottuvuudet luento

Herra x valitsi aamun toiminnakseen akvarellin vuodenaikat näyttelyn, koska taide kiinnostaa yleisesti. Herra x on maalannut itse nuorempana, ja vaimo harrastaa myös maalausta. Herra y valitsi aamun toiminnakseen kuntojumpan, koska kunnosta on hyvä huolehtia. Rouva x valitsi aamun toiminnakseen fysioterapian/hieronnan, koska pitää sitä miellyttävänä vaihtoehtona, ja käy itse muutenkin välillä fysioterapiassa/hierojalla.

Herra x valitsi iltapäivän toiminnakseen kielikahvilaan osallistumisen, koska oli juuri ollut itse kielikurssilla. Herra y valitsi iltapäivän toiminnakseen myös kielikahvilaan osallistumisen, koska siellä voisi pitää huolta omasta kielitaidosta. Rouva x valitsi iltapäivän toiminnakseen fustratreenauksen, koska keuhonhoito kiinnosti tälle päivälle.

Herra x:n mielestä kaikki illan vaihtoehdot vaikuttivat mielenkiintoisilta, mutta hän valitsi Helsinkiin tutustumisen jäällä kävellen, koska Helsinki kaupunkina ja kulttuurisesti kiinnosti. Herra y valitsi illan toiminnakseen paritanssin alkeet kurssin, koska halusi harjoitusta kesän lavatansseja silmälläpitäen. Rouva x valitsi illan toiminnakseen Jukka Perkon ja Yonan iskelmäkonsertin, koska ei ollut nähnyt kyseistä kokoonpanoa livenä ja tämä oli kaikista vaihtoehdoista mielenkiintoisin.

Torstai 7.3.2013

Palveluvaihtoehdot:

Aamu. a) Improvisaatio ja esiintymistaito -kurssi. b) Tietoturva - tietokoneen suojaus haittaohjelmilta. c) Vesijumppa. d) Harri Immosen valokuvanäyttely.

Iltapäivä. a) Teatterimuseo, kuvia nykysuomesta. b) Aikakauslehtien poistomyynti kirjastossa.

c) Sosiaalisen median perusteet, facebook/twitter -kurssi. d) Kuntosali

Ilta. a) Senioreitten nykytanssin -peruskurssi. b) Portti maailmaan dokumentti kirjastossa. c)

Anna Seppälä, oleskelua kaupungissa näyttely. d) Jooga

Herra x valitsi aamun toiminnakseen tietokoneen suojaus kurssin, koska se on tärkeä ja hyödyllinen asia, ja josta tieto on aina tärkeää. Herra y valitsi Harri Immosen valokuvanäyttelyn, koska se oli vesijumpan ohella mielenkiintoisin vaihtoehto. Rouva x valitsi aamun toiminnakseen vesijumpan, koska se oli valokuvanäyttelyn ohella mielenkiintoisin vaihtoehto.

Herra x valitsi iltapäivän toiminnakseen sosiaalisen median perusteet - kurssin, vaikka suhtautuu "aiheeseen" hieman kriittisesti. Pitää kuitenkin tärkeänä saada aiheesta oppia ja tietoa. Herra y valitsi iltapäivän toiminnakseen kuntosalilla käynnin, koska muut vaihtoehdot olivat hänelle jo tutumpia. Rouva x valitsi sosiaalisen median perusteet - kurssin, koska haluaisi oppia käyttämään ja ymmärtämään mahdollisuudet/vaarat sen taustalla.

Herra x valitsi illan toiminnakseen Anna Seppälän oleskelua kaupungissa näyttelyn, koska on hyvä saada päivän toimintaan myös vähän kulttuuria. Herra y valitsi illan toiminnakseen senioreitten nykytanssin - peruskurssin, koska tanssi kiinnostaa ja myös hyvä liikuntamuoto. Rouva x valitsi illan toiminnakseen joogan. Tanssi kiinnosti myös, mutta oli harrastanut joogaa ennenkin ja pitänyt siitä.

Perjantai 8.3.2013

Palveluvaihtoehdot:

Aamu. a) Arkkitehti Hilding Ekelundin töiden valokuvanäyttely. b) Luento ja keskustelutilaisuus kolmannen kulttuurin lapsista. c) Kahvakuula treeni. d) Kasvo ja jalkahoito.

Iltapäivä. a) Les Miserables elokuva. b) Suomalaisen muotoilun näyttely. c) Ravitsemuksen perusteet - luento. d) Sulkapallon perusteet.

Ilta. a) Kokkikouluun osallistuminen. b) Vesijuoksu. c) Jääkiekon sm-liiga ottelun seuraaminen. d) Blues ja juurimusiikin tapahtuma.

Herra x valitsi aamun toiminnakseen Hilding Ekelundin töiden valokuvanäyttelyn, koska näyttelyn aihe oli mielenkiintoinen. Herra y valitsi myös Hilding Ekelundin valokuvanäyttelyn, koska Hilding Ekelund kiinnostaa työt kiinnostavat muutenkin paljon. Rouva x valitsi toiminnakseen kasvo ja jalkahoidon, myös kahvakuula treeni kiinnosti.

Herra x valitsi iltapäivän toiminnakseen suomalaisen muotoilun näyttelyn, koska aihe oli kiinnostava, ja myös oma tytär on muotoilija. Herra y valitsi iltapäivän toiminnakseen ravitsemuksen perusteet - kurssin, koska aiheesta on hyvä olla perillä. Rouva x valitsi iltapäivän toiminnakseen Les Miserables elokuvan, koska piti paljon myös näytelmä versiosta.

Herra x valitsi illan toiminnakseen kokkikouluun osallistumisen, koska ruuanlaitto kiinnostaa, ja tämä olisi oiva mahdollisuus saada lisäoppia. Herra y valitsi illan toiminnakseen blues ja juurimusiikin tapahtuman, koska musiikki kiinnosti eniten vaihtoehtoista. Rouva x valitsi illan toiminnakseen vesijuoksun, koska halusi päivään myös liikuntaa.

Lauantai 9.3.2013

Palveluvaihtoehdot:

Aamu. a) Torikortteleiden kevättori Aleksanterinkadulla. b) Asiantuntijaluentoja 1900-luvun suomesta ja suomalaisista. c) Seniori säpinät (kuntoilu). d) Leena Palosen akvarelli ja tempera maalauksien näyttely.

Iltapäivä. a) Tutustu Helsinkiin pyöräillen. b) Korjaamon kirjamarkkinat. c) Suomen valokuva-taiteen museon: Suomi Finland näyttely. d) Lauluyhtyeiden oktaanin ja toivon konsertti kirjasto kymppissä.

Ilta. a) Tanssijumppa. b) Paula Koivuniemen konsertti. c) Kirjallisuus ilta, persiankielisiä runoja, musiikkia ja keskustelua aiheesta. d) Veistos näyttely.

Herra x valitsi aamun toiminnakseen asiantuntija luentoja suomesta ja suomalaisista, koska aihe oli mielenkiintoinen, eikä ollut aikaisemmin kuullut kyseisestä luentosarjasta. Herra y valitsi aamun toiminnakseen Leena Palosen näyttelyn, koska taide kiinnostaa yleisesti muutenkin. Rouva x valitsi toiminnakseen Leena Palosen näyttelyn. Seniori säpinät kiinnostivat myös, mutta näyttely vei nyt voiton.

Herra x valitsi iltapäivän toiminnakseen korjaamon kirjamarkkinat, myös muut vaihtoehdot kiinnostivat, mutta käy myös itse kirjamarkkinoilla vuosittain. Herra y valitsi iltapäivän toiminnakseen valokuvanäyttelyn, koska tämä taidemuotona kiinnostaa eniten vaihtoehdoista. Rouva x valitsi iltapäivän toiminnakseen lauluyhtyeiden oktaanin ja toivon konsertin, koska laulaminen ja kuoromusiikki lähellä sydäntä, lauluyhtyeet myös ennalta tuntemattomia.

Herra x valitsi illan toiminnakseen tanssijumpan, koska se kiinnosti vaihtoehdoista eniten, eikä ollut kuullut tällaisesta aiemmin. Herra y valitsi illan toiminnakseen tanssijumpan, koska tanssi ja liikunta kiinnosti yleisestikin. Rouva x valitsi illan toiminnakseen myös tanssijumpan, koska vaikutti mielenkiintoiselta urheilumuodolta, myös Paula Koivuniemen konsertti houkutteli.

Sunnuntai 10.3.2013

Palveluvaihtoehdot:

Aamu. a) Huutokauppa. b) Vanhan sunnuntai kirpputori. c) Lavatanssi - kurssi. d) Meeditaatio/rentoutumisryhmä.

Iltapäivä. a) Vesijuoksu. b) Robinin keikka cirkuksessa. c) Taidenäyttely: havaintoja keltaisesta. d) Luento: intiaanien sauna - hikoilua pyhässä tilassa.

Ilta. a) Kuntosali. b) Näytelmä: avoimien ovien päivä, malmin työväen näyttämö. c) Guiseppe Verdin Otello. d) Antti Hyry vieraana lukupiirissä.

Herra x valitsi aamun toiminnakseen lavatanssi kurssin, koska on harrastanut nuorempana lavatansseja, ja olisi kiva palauttaa mieleen vanhoja tanssitaitoja sekä oppia uusia tanssitekniikoita. Herra y valitsi aamun toiminnakseen myös lavatanssi kurssin, koska tanssi kiinnostaa yleisestikin. Rouva x valitsi aamun toiminnakseen huutokaupassa käynnin, koska ei ole aikaisempaa kokemusta, mutta on ollut aina tarkoitus mennä kokeilemaan.

Herra x valitsi iltapäivän toiminnakseen intiaanien sauna luennon, koska tema sopii hyvin suomalaiselle ja muutenkin kiinnostaa muiden kulttuurien saunatavat yms. Harrastaa myös itse saunomista. Herra y valitsi iltapäivän toiminnakseen taidenäyttelyssä käynnin, koska se kiinnosti eniten. Rouva x valitsi iltapäivän toiminnakseen Robinin keikan, koska se kiinnosti pelkästään suomalaisena ilmiönä.

Herra x valitsi illan toiminnakseen lukupiirin, jossa vieraana oli Antti Hyry, koska Antti Hyry kiinnostaa, niin kirjailija kuin persoonanakin, ja olisi kiva tavata Antti Hyry myös "face to face". Herra y valitsi illan toiminnakseen Guiseppe Verdin Otellon, koska elokuvateatterissa näytettävät oopperat kiinnostavat, ja ovat myös tuttuja itselle. Rouva x valitsi illan toimin-

nakseen myös Guiseppe Verdin Otellon, koska tällainen elokuvateatterissa näytettävä ooppera elämys kiinnostaa, myös sisko käynyt ulkomailta katsomassa aiemmin, joten herätti mielenkiintoa myös itsessä.

9 Tulosten yhteenveto

Ensimmäisen teemahaastatteluviikon kautta selvisi, että herra x sydäntä lähellä oli liikunnan lisäksi kirjojen lukeminen ja television katsominen. Teatterissa, konserteissa ja taidenäyttelyissä tuli käytyä yleensä vuoden aikana muutamia kertoja. Herra x:n käyttäjäprofiiliksi muodostui 1-teemahaastatteluviikon tulosten kautta: "omatoiminen liikunnan ja kulttuurin harrastaja".

Toisen teemahaastatteluviikko toi esille sen, että herra x valitsi eri palveluvaihtoehtoista monipuolisesti koko viikon ajan. Liikunnallisia palveluja tuli valittua melkein joka päivälle eri muodoissa, mutta myös muita palveluita valittiin monipuolisesti koko viikon ajan. Mielenkiintoista oli huomata, että tarjottujen palveluiden kautta selvisi enemmän herra x persoonasta, ja siitä minkälaiset palvelut häntä kiinnostavat. Esimerkiksi erilaisten taidepalvelujen kautta selvisi, että herra x on nuorempana itse harrastanut maalausta. Lavatanssi- palveluvaihtoehdon kautta selvisi, että herra x on nuorempana harrastanut lavatansseja, ja oli kiinnostunut aiheesta. Kokkikoulu palvelu vaihtoehdon kautta taas selvisi herra x:n kiinnostus ruuanlaittoon, ja haluun oppia uusia ruuanlaittoteχνiikoita. Oli mielenkiintoista myös huomata, että herra x valitsi säännöllisesti erilaista tietoa tuovia palveluja, kuten lentoja ja kursseja, joiden kautta pystyi sivistämään ja laajentamaan omaa tietopohjaa.

Ensimmäisen teemahaastatteluviikon kautta selvisi se, että herra y harrasti paljon erilaista kulttuuria, tiedettä, musiikkia ja taidetta. Kotona tuli kuunneltua paljon musiikkia, luettua kirjoja, sekä katsottua erilaisia elokuvia/sarjoja televisiosta. Myös ulkomailta matkustelu, ruuan ja juoman harrastaminen olivat lähellä herra y:n sydäntä. Liikuntaa tuli harrastettua kävelylenkkien muodossa päivittäin. Herra y:n käyttäjäprofiiliksi muodostuikin: "monipuolinen kulttuurin, tieteen, musiikin ja taiteen harrastaja".

Toinen teemahaastatteluviikko toi esille sen, että herra y valitsi eri palveluvaihtoehtoista pitkälti oman käyttäjäprofiilin mukaisesti, ja suosituimpia olivat juuri kulttuuriin, tieteeseen, musiikkiin ja taiteeseen liittyvät palveluvaihtoehdot. Liikunnallisia palveluja herra y valitsi myös suhteellisen usein niiden terveydellisten hyötyjen takia. Lavatanssi- palveluvaihtoehdon kautta selvisi myös herra y:n kiinnostus tanssimista kohtaan. Myös herra x valitsi eri tietoa tuovia palveluja, kuten herra x:kin teki, ja pitkälti samoista syistä.

Ensimmäinen teemahaastatteluviikon kautta selvisi se, että rouva x harrasti paljon erilaista liikuntaa. Vesijumpppaa, pilatesta, kuntopiiriä ja kuntolattaria tuli harrastettua noin 3–4 kertaa viikossa. Tämän lisäksi parina kertana viikossa tuli käytyä kuoroharjoituksissa. Tämän lisäksi rouva x oli todella aktiivisesti mukana eri yhdistystoiminnassa sihteerinä ja rahastonhoitajana. Näiden lisäksi uutena harrastuksena mukaan oli tullut pianonsoiton harrastaminen. Rouva x:n käyttäjäprofiiliksi muodostuikin: ”monipuolisen liikunnan, musiikin ja yhdistystoiminnan harrastaja”.

Toinen teemahaastatteluviikko toi esille sen, että myös rouva x valitsi eri palveluvaihtoehtoista myös pitkälti oman käyttäjäprofiilin mukaisesti. Liikunnallisia palveluja tuli valittua päivittäin, ja joskus jopa enemmän kuin kerran päivässä. Rouva x valitsi myös useasti keuhonhuollollisia palveluja, kuten: venyttelyä, fysioterapiaa, hierontaa. Musiikillisia palveluja rouva x valitsi myös useasti, koska musiikki kiinnosti, niin harrastuksena kuin kuunneltunakin eri konserteissa yms. Rouva x seurasi myös esimerkkiä ja valitsi muiden kehittäjäryhmäläisten mukaisesti erilaista tietoa tuovia palveluja, kuten eri kursseja.

10 Johtopäätökset

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli saada tietoa ikäihmisistä ja heidän päivittäisestä arjestaan. Tarkoituksena oli myös kartoittaa ja tarjota tietoa sellaisista vapaa-ajan palveluista, jotka voisivat tuoda uudenlaista sisältöä ikäihmisten arkeen. Työn tutkimusongelmia olivat seuraavat: ”Minkälaisen vapaa-ajan palveluiden käyttäminen kiinnostaa ikäihmisiä?” ja ”Valitsevatko ikäihmiset palveluja luotujen käyttäjäprofiiliensa mukaisesti?”.

Tutkimuksen kautta saatiin tietoa ikäihmisistä ja heidän arjestaan. Ensimmäisen teemahaastatteluviikon kautta voitiin luoda katsaus niin kehittäjäryhmäläisiin kuin heidän arjensa sisältöön. Myös päivän jaottelu kolmeen osaan (aamu, iltapäivä, ilta) tuntui käyttökelpoiselta ratkaisulta, koska tällöin tietoa päivän toiminnasta voitiin rytmittää, ja kehittäjäryhmäläisiä autettiin päivittäisen toimintansa muistamisessa. Ensimmäisen teemahaastatteluviikon pohjalta luotiin jokaiselle kehittäjäryhmäläiselle omat käyttäjäprofiilit. Näitä käyttäjäprofiileita käytettiin apuvälineenä tutkimuksen taustalla, kun kartoitettiin palveluita tutkimuksen 2-vaihetta varten. Käyttäjäprofiileita pystyttiin hyödyntämään myös vertailun välineenä tutkimuksen 2-vaiheen tulosten analysoinnissa.

Tutkimuksen 2-vaihetta varten kartoitettiin palveluita liikunnan, kulttuurin & taiteen, musiikin, tai näiden eri yhdistelmäpalveluiden pohjalta. Yksi ehdotettu palveluvaihtoehto oli kuitenkin sellainen, joka ei asettunut minkään näiden aiempien pääluokkien alle, kuten esimerkiksi opiskelu, luennot, harrastepiirit, hoitopalvelut ja vastaavat. Eri palveluiden pääluokat

muodostuivat pitkälti 1-teemahaastattelu viikon tulosten, ja luotujen käyttäjäprofiilien kautta.

Valitsivatko kehittäjäryhmäläiset palveluita luotujen käyttäjäprofiilien mukaisesti? Tutkimuksen pohjalta voidaan sanoa, että kyllä he valitsivat, mutta eivät pelkästään oman käyttäjäprofiilin mukaisesti. Voitiin huomata, miten palveluiden tarjoamisen kautta ja kehittäjäryhmäläisten perusteltujen valintojen pohjalta löydettiin myös sellaisia mielenkiinnon kohteita, joita ei olisi löytynyt pelkästään 1-teemahaastatteluviikon tulosten pohjalta. Tämä tuntui mielenkiintoiselta havainnolta, jos vaikka haluttaisiin lähteä kartoittamaan lisää heitä kiinnostavia palveluita kehittäjäryhmäläisten käyttäjäprofiileihin. Mielestäni palveluiden jaottelu pääluokkien alle oli myös hyvä idea, koska tällöin saatiin kartoitettua enemmän ja helpommin mielenkiintoisia palveluja. Kaikki tutkimuksen osat lunastivat siis paikkansa ja auttoivat hahmottamaan kuvaa kehittäjäryhmäläisistä ja heidän mielenkiinnon kohteistaan.

Minkälaisen vapaa-ajan palveluiden käyttäminen sitten kiinnostaa ikäihmistä? Tähän kysymykseen ei ole yksiselitteistä vastausta, mutta joitain huomioita kysymykseen voidaan nostaa esille. Ensinnäkin liikunnalliset palvelut olivat sellaisia, joita kehittäjäryhmäläiset säännöllisesti valitsivat jo pelkästään niiden terveydellisten hyötyjen takia. Erilaista tietoa tuovat palvelut, kuten kurssit ja luennot yms. olivat sellaisia joiden käyttämistä suosittiin, koska haluttiin olla perillä asioista ja syventää omaa tietopohjaa. Kulttuuri-, taide- ja musiikkipalveluita valittiin useammin eri yhdistelmin, mutta omalla mieltymyksellä aiheeseen jo ennakoon näytti olevan yhteyttä näihin valintoihin. Tiivistetysti voidaan siis sanoa, että liikunnalliset ja erilaiset tietoa tuovat palvelut koettiin välttämättömiksi valita, kun taas kulttuuri-, taide- ja musiikkipalveluiden valintaan liittyi enemmän oma mieltymys aiheeseen.

Yhteenvetona voidaan todeta, että vaikka tutkimuksen kautta ei vielä tässä vaiheessa saatu luotua mitään valmista palvelua ikäihmisten vapaa-ajan toimintojen aktivoimiseksi, niin tutkimuksen kautta oli mahdollista luoda yksi kiinnostava katsaus ikäihmisten arkeen, ja siihen minkälaiset vapaa-ajan palvelut ikäihmisiä kiinnostavat. Tämän tutkimuksen tuloksia voidaan myös käyttää hyväksi esimerkiksi muissa ikäihmisiä koskevissa tutkimuksissa. Lisäksi tutkimuksen tuloksia voisi hyödyntää muun muassa ikäihmisille suunnattujen vapaa-ajan palvelujen liiketoimintamallien ja palveluverkostojen ideoimisessa ja kehittämisessä.

Lähteet

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2010. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Tallinna: Raamatutrukikoda.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 1997. Tutki ja kirjoita. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino.

Kauhanen-Simanainen, A. 2009. Valmentaudu vanhuuteen viisaasti. Saarijärvi: Saarijärven Offset.

Korkman, O. & Arantola, H. 2009. Arki. Eväitä uuteen asiakaslähtöisyyteen. Juva: WS Bookwell.

Oksanen, M. 2011. Ympäristö ja hyvinvointi. Teoksessa: Saari, J. 2011. Hyvinvointi. Suomalaisen yhteiskunnan perusta. Vilna: Baltor Print.

Pessi, A. & Seppänen, M. 2011. Yhteisöllisyys. Teoksessa: Saari, J. 2011. Hyvinvointi. Suomalaisen yhteiskunnan perusta. Vilna: Baltor Print.

Raijas, A. 2011. Arjen Hyvinvointi. Teoksessa: Saari, J. 2011. Hyvinvointi. Suomalaisen yhteiskunnan perusta. Vilna: Baltor Print.

Saari, J. 2011. Hyvinvointi. Suomalaisen yhteiskunnan perusta. Vilna: Baltor Print.

Taatila, V. & Suomala, J. 2012. Innovaattorin työkirja. Helsinki: Sanoma Pro.

Taipale, V. & Vaarama, M. 2002. Tavoitteena vanhan ihmisen hyvä elämänlaatu. Teoksessa: Voutilainen, P., Vaarama, M., Backman, K., Paasivaara, L., Eloniemi-Sulkava, U. & Finne-Soveri, H.(toim.) 2002. Ikäihmisen hyvä hoito ja palvelu. Opas laatuun. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino.

Tuulaniemi, J. 2011. Palvelumuotoilu. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino.

Vaarama, M. 2002. Tavoitteena vanhan ihmisen hyvä elämänlaatu. Teoksessa: Voutilainen, P., Vaarama, M., Backman, K., Paasivaara, L., Eloniemi-Sulkava, U. & Finne-Soveri, H.(toim.) 2002. Ikäihmisen hyvä hoito ja palvelu. Opas laatuun. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino.

Voutilainen, P., Vaarama, M., Backman, K., Paasivaara, L., Eloniemi-Sulkava, U. & Finne-Soveri, (toim.) H.2002. Ikäihmisen hyvä hoito ja palvelu. Opas laatuun. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino.

Kuviot

Kuvio 1: Yhteisöllisyys ja naapurikäsitteet (Pessi & Seppänen 2011, 296.).....	14
Kuvio 2: Herra x käyttäjäprofiilin luominen.....	22
Kuvio 3: Herra y käyttäjäprofiilin luominen.....	23
Kuvio 4: Rouva x käyttäjäprofiilin luominen	23
Kuvio 5: Rouva y käyttäjäprofiilin luominen	24

Taulukot

Taulukko 1: Elämänlaadun neljä kokonaisuutta (Vaarama 2002, 12.)	9
Taulukko 2: Kolmiulotteinen laatumatriisi (Vaarama 2002, 15.)	11