



*"Virikkeillä virkeäksi ja hyvinvoivaksi"*  
Viriketoimintaa Lintulammen palvelukodin asukkaille

Heli Keränen

Sosiaalialan koulutusohjelma

Sosionomi (AMK)

KEMI 2014

## TIIVISTELMÄ

LAPIN AMMATTIKORKEAKOULU, sosiaali-ala

Koulutusohjelma:	sosiaali-alan koulutusohjelma
Opinnäytetyön tekijä:	Heli Keränen
Opinnäytetyön nimi:	Lintulammen palvelukodin asukkaille järjestettävän viriketoiminnan suunnittelu ja toiminnan merkitys heidän hyvinvoinnilleen
Sivuja (joista liitesivuja):	70 (10)
Päiväys:	
Opinnäytetyön ohjaajat:	Rauni Rätty ja Sari Halttunen
<p>Opinnäytetyöni on toiminnallinen tutkielma ja aiheena on viriketoiminnan suunnittelu Lintulammen palvelukodin kehitysvammaisille asukkaille. Tavoitteenani oli suunnitella viriketoimintaa, joka soveltuu ikääntyville kehitysvammaisille. Viriketoiminnan tulee olla sellaista, että se tukee asukkaiden hyvinvointia ja osallisuutta sekä vahvistaa kehitysvammaisen henkilön määrittelyvaltaa ja päätöksentekoa viriketoimintaa koskevassa suunnittelussa ja toteutuksessa.</p> <p>Tutkielmani on empiirisen tutkimuksen piiriin kuuluvaa kvalitatiivista eli laadullista tutkimusta. Tutkimusotteeni on humanistinen ja tarkastelen tutkittavaa ilmiötä holistisen ihmiskäsityksen kautta. Tutkielmaani tehdessäni pyrin vastaamaan haasteisiin, joita Lintulammen palvelukodin asukkaille suunniteltava viriketoiminnan järjestäminen asettaa.</p> <p>Aineisto muodostuu Lintulammen palvelukodin ohjaajille ja asukkaille tehdyistä haastatteluista ja havainnoinnista. Tulosten analysoinnissa käytin aineistonlähtöistä sisällönanalyysiä. Sähköpostikyselyn avulla kartoitin laajemmin Oulun seudulla järjestettävää kehitysvammaisille suunnattua viriketoimintaa.</p> <p>Viriketoiminta tukee kehitysvammaisten hyvinvointia ja lisää heidän osallisuuttaan. Lisäksi toiminta tuo vaihtelua kehitysvammaisten ihmisten päivärytmiin. Keskeisenä tekijänä viriketoiminnan järjestämisessä voidaan pitää kehitysvammaisen ihmisen elämänhalun ja motivaation lisääntymistä arkielämässä, mikä lisää tuntuvasti kehitysvammaisen ihmisen kokonaisvaltaista hyvinvointia. Kehitysvammaisten ihmisten henkisen ja sosiaalisen tuen tarve nousi myös hyvin keskeisenä esiin tuloksissa.</p>	
<p>Asiasanat: Lintulammen palvelukoti, viriketoiminta, holistinen ihmiskäsitys, kehitysvammaisuus, hyvinvointi, osallisuus, temahaastattelu</p>	

## ABSTRACT

LAPPLAND UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES, social services

Degree programme:	Degree Programme in Social services, Bachelor of social services
Author:	Heli Keränen
Thesis title:	The planning of stimulating activity and its meaning to Lintulampi servicehome residents.
Pages (of which appendixes):	70 (10)
Date:	
Thesis instructors:	Rauni Rätty and Sari Halttunen
<p>My thesis is functional and the theme was planning of stimulating activity for mentally disabled residents of Lintulampi servicehome. My goal was to make plans for stimulating activity that is adapted to the needs of the elderly mentally disabled people. It should be the kind of activity that would support the residents` welfare and participation and strengthen the definition power and decision-making in planning and realization concerning the stimulating activity.</p> <p>My thesis is empirical and its research approach is qualitative. My approach is humanistic and I examine the problem through a holistic idea of man. While I made my thesis I tried to respond the challenges imposed by planning and organising the stimulating activity for the residents of Lintulampi servicehome.</p> <p>The material consists of interviews of Lintulampi servicehome residents and instructors and observations. I analysed my thesis by using the content analysis method. With an e-mail survey I mapped widely the stimulating activity for mentally disabled people in Oulu region.</p> <p>Stimulating activity supports the welfare of mentally disabled people and adds their participation. Activity adds also variety to their daily routine. The central factor in organizing stimulating activity is that it can keep mentally disabled peoples will to live and motivation increase in everyday life which adds considerably the welfare of mentally disabled people. Mentally disabled people`s need for mental and social support was also a very central in result.</p>	
<p>Key words: The servicehome of Lintulampi, stimulating activity, holistic idea of man, mental disability, welfare, participation, theme interview.</p>	

## SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ.....	2
ABSTRACT .....	3
SISÄLLYS .....	4
ALKUSANAT.....	6
1 JOHDANTO .....	7
2 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS .....	9
2.1 Opinnäytetyöni tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset.....	9
2.2 Aineisto ja tutkimuseettiset toimintaperiaatteet .....	13
3 OULUN KAUPUNGIN HYVINVOINTIPALVELUT.....	23
3.1 Palvelujärjestelmä .....	23
3.2 Vammaispalvelut.....	23
4 LINTULAMMEN PALVELUKOTI .....	25
5 VIRIKETOIMINTA LINTULAMMEN PALVELUKODIN ASUKKAILLE .....	28
5.1 Viriketoiminnan eri muodot.....	28
5.2 Toteuttamani viriketoiminta teemoittain.....	30
5.3 Viriketoiminnan toteutusmalli .....	39
6. TULOKSET.....	43
6.1 Aineistolähtöisen analyysin tulokset .....	43
6.2 Haastattelun ja sähköpostikyselyn tulokset.....	46
6.3 Havainnoinnin kautta saadut tulokset.....	50
7 JOHTOPÄÄTÖKSET.....	51

8 POHDINTA .....	55
LÄHTEET .....	57
LIITTEET .....	60
Liite 1. Opinnäytetyön aihealoitelomake.....	61
Liite 2. Opinnäytetyön tutkimuslupa-anomus.....	62
Liite 3. Opinnäytetyön tutkimuslupa-anomus (jatkoa).....	63
Liite 4. Opinnäytetyön tutkimuslupa-anomus (jatkoa).....	64
Liite 5. Opinnäytetyön hankkeistussopimus.....	65
Liite 6. Sähköpostikysely viriketoiminnan järjestämisestä.....	66
Liite 7. Taustatietoja selvittävät kysymykset ohjaajalle.....	67
Liite 8. Teemahaastattelun kysymykset ryhmäläisille.....	68
Liite 9. Loppuarviointi hymiöt ryhmäläisille.....	69
Liite 10. Peukkumerkit väliarviointiin ryhmäläisille.....	70

## ALKUSANAT

Haluan kiittää Oulun kaupungin Hyvinvointipalveluiden myönteisyyttä opinnäytetyöni tekemistä kohtaan. Erityiskiitoksen haluan antaa Oulun kaupungin Lintulammen palvelukodin ohjaajille tuesta ja hyvästä ohjauksesta sekä palvelukodin asukkaille, jotka olivat viriketoiminta ryhmässäni, myönteisestä asennoitumisesta ja innokkaasta osallistumisesta järjestämäni viriketoimintaan.

Oulunsalossa 29.7.2014

Heli Keränen

## 1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni aiheen valinta tuntui oikealta, koska itse tunsin suurta vetoa sekä suunnitella että toteuttaa viriketoimintaa kehitysvammaisille aikuisille. Aloitinkin etsimään sopivaa kohdetta opinnäytetyöni toteutukselle. Sain idean työhöni suuntaavan harjoitteluni aikana, jonka suoritin Oulussa Kontinkankaan työkeskuksessa. Kun olin ottanut yhteyttä mahdolliseen toimeksiantajaani, kävikin selville, että heillä olisi myös todellista tarvetta toimivalle ja monipuoliselle viriketoiminnalle.

Tehtävänäni oli suunnitella toiminnallista viriketoimintaa Lintulammen palvelukodin asukkaille Ouluun. Tutkielmassani tarkastelin myös viriketoiminnan merkitystä asukkaiden hyvinvoinnille ja osallisuuden toteutumiseksi havainnointiin perustuvan empiirisen eli kokemusperäisen tutkimuksen avulla. "Virikkeillä virkeäksi" oli tutkielmani perusidea ja ajatus ohjasi tutkielmani jokaista vaihetta suunnittelusta toteutukseen. Lisäksi toteutin inhimillisen toiminnan periaatetta tutkielmassani.

Tavoitteena oli saada aikaan kokonaisuus, jota palvelukodin ohjaajat voivat toteuttaa jatkossakin. Tutkielman tarkoituksena oli innostaa palvelukodin asukkaita osallistumaan erilaisiin virikkeellisiin päivätöihin kuten ulkoiluun, peleihin, aistiharjoituksiin tai retkiin.

Lintulammen palvelukodin toiminnasta on puuttunut suunnitelmallinen viriketoiminta. Tästä syystä yhteisten keskustelujen tuloksena päätimme, että teen suunnitelman, joka poistaa tämän puutteen Lintulammen palvelukodin toiminnasta. Kyse ei ollut missään nimessä aliarvioida ohjaajien ammattitaitoa vaan tarjota heille uudenlaisia toimintamuotoja asukkaiden viihtyisyyden parantamiseksi.

Tutkimusotteeni oli empiirisen tutkimuksen piiriin kuuluvaa kvalitatiivista eli laadullista tutkimusta. Käytin puolistrukturoitua teemahaastattelua ja sähköpostilla lähetettävää strukturoitua lomakekyselyä aineistonkeruumenetelminä. Teoreettisen viitekehyksen, teemahaastattelun ja sähköpostikyselyn avulla pyrin löytämään vastauksen asettamiini tutkimuskysymyksiin. Tutkielmassani käytin teoreettisena viitekehyksenäni aikaisempaa teoreettista tietoa sekä näkökulmaa, jossa vertasin Lintulammen palvelukodilla jär-

jestettävää viriketoimintaa Oulun seudun muihin kehitysvammaisten yksiköiden viriketoimintaan. Tutkielman toteutuksen aikana toimin holistisen ihmiskäsityksen mukaisesti huomioiden ihmisen fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset ominaisuudet. Katsoin kehitysvammaista asiakasta näiden asioiden kokonaisuutena ja suunnittelin toiminnot yksilöllisesti kunkin asiakkaan tarpeita ja toiveita vastaaviksi.

Rajasin tutkielmani käsittämään ainoastaan viriketoimintaa monine mahdollisuuksineen. Viriketoiminta on käsitteenä hyvin laaja ja moniulotteinen. Sen puitteissa on mahdollisuutta järjestää hyvin tehokkaasti aktivoivaa toimintaa ja varmasti jokaiselle asukkaalle sopivaa. Valmis tutkielmani tulee toimittaa Oulun sosiaali- ja terveystoimen käyttöön, mutta suunnittelin sen kuitenkin toteutettavaksi käytännössä vain Lintulammen palvelukodin asukkaille.



## 2 OPINNÄYTETYÖNI TOTEUTUS

### 2.1 Tutkielmani tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset

Teoria ja käytäntö eivät ole toisistaan täysin erillisiä ja vastakohtaisia asioita, vaan liittyvät ja limittyvät toisiinsa. Tutkielmista puhuttaessa se merkitsee näkökulmaa todellisuuteen (Pihlaja 2001, 45). Lyhyesti ja arkikielisesti ilmaistuna teoria voidaan ajatella eräänlaiseksi perspektiiviksi johonkin ilmiöön; tiivistykseksi siitä, miten kyseessä oleva ilmiö voidaan nähdä. (KvaliMOTV, hakupäivä 29.12.2013.)

Yhteiskunnallisen kontekstin ja viitekehyksen omassa tutkielmassani muodostivat paikalliset (palvelukodin asukkaat) ja alueelliset (Oulun seutu) viriketoiminnan mahdollisuudet. Suhteutin Lintulammen palvelukodin asukkaiden yksilöllisen viriketoiminnan tarkastelun Oulun seudun alueelliseen tarjontaan. Konteksti ja teoria tulivat näkyviksi osuvan lähdekirjallisuuden ja tavan, miten lähteitä käytetään suhteessa haastatteluihin ja havaintoihin (Laitinen 2010, 66).

Tutkielmani oli empiiriseen tutkimukseen liittyvää haastateltavien omiin kokemuksiin ja mielipiteisiin liittyvää tutkimusta, joka perustui osittain myös haastateltavien havainnointiin. Empiirisessä tutkimuksessa voidaan puhua myös kausaalisuudesta eli syy-seuraussuhteesta, joka syntyy muun muassa vuorovaikutuksessa. "Vuorovaikutus lisää ihmisten keskinäistä ymmärtämystä", niin, että "vuorovaikutuksen" voidaan katsoa olevan syy ja "ymmärtämysten" seuraus, koska oletamme, että kun ihmiset oppivat tuntemaan toisensa, he oppivat myös ymmärtämään toisiaan. (Toivonen 1999, 21.) Sosiaalialan tutkielmissa käytetään pääsääntöisesti empiirisen tutkimuksen menetelmiä.

Empiirinen tutkimus on merkittävältä osin ongelmanratkaisua. Ongelmanratkaisussa oleellista on ensinnäkin ongelman tarkka määrittely, jotta sille voitaisiin etsiä ratkaisu. Tutkimus lähtee liikkeelle jostain asiaongelmasta, johon täytyy löytää soveltuva teoreettinen viitekehys, jonka pohjalta tutkimusta ryhdytään suunnittelemaan. Tutkimuksen teoreettisen viitekehyksen tehtävänä on ohjata työn muotoilua ja rajaamista siten, että löydetään sellainen tutkimusasetelma, jonka avulla saadaan vastaukset asetettuihin ky-

symyksiin. (tilastokeskus, hakupäivä 19.1.2014.) Teemahaastattelussa etukäteen valitut teemat perustuvat tutkimuksen viitekehukseen eli tutkittavasta ilmiöstä jo tiedettyyn (Tuomi & Sarajärvi 2009, 75).

Oma tutkielmani oli laadullista tapaustutkimusta. Tällaisessa tutkielmassa mielenkiinto kohdistuu yksittäiseen tapaukseen tietyssä toimintaympäristössä (Syrjälä, Ahonen, Syrjäläinen & Saari 1996, 11). Tutkielmassani tämä tarkoitti sitä, että viriketoiminnan mahdollisuuksia selvitettiin Lintulammen palvelukodissa, jossa tarkastelin viriketoiminnan rakentumista ja suuntautumista iän ja sukupuolen viitekehysessä. Tapaustutkimus on luonteva lähestymistapa tutkielmassa, jossa on kyseessä käytännön ongelmien kokonaisvaltainen tarkastelu ja kuvaus, jota ei voida tehdä irrallaan tietystä yksittäisestä tilanteesta tai tapahtumaketjusta (Syrjälä ym. 1996, 11).

Yin (1983, 23) puolestaan tarkoittaa tapaustutkimuksella "empiiristä tutkimusta, joka monipuolisia ja monilla eri tavoilla hankittuja tietoja käyttäen tutkii nykyistä tapahtumaa tai toimivaa ihmistä tietyssä ympäristössä". Olennaista kyseisen määritelmän mukaan on, että tapaustutkimus kohdistuu nykyyhetkeen ja että se tapahtuu todellisessa tilanteessa, jota tutkielman tekijä ei voi keinotekoisesti järjestää esimerkiksi kokeelliseksi asetelmaksi. (Syrjälä ym. 1996, 11.)

Laadullista tutkimusta on kritisoitu muun muassa sen epämääräisyyden vuoksi. Voiko laadullinen tutkimus olla laadullista alusta loppuun asti? Onko pelkkä tekstiaineisto laadullista vain siksi, että se on kirjaimista koostuvaa eikä numeroista? Tavaksi on tullut, että tekstiaineistoa nimitetään laadulliseksi. Mitä laadullista on nauhalta puretuissa haastatteluissa, lomakehaastatteluissa, sähköpostihaastatteluissa, tekstiviesteissä tai puhelinkeskusteluissa? Epämääräinen laadullistaminen tuo tekstiaineistoille korkeintaan retorista lisäarvoa, mutta asiallisempaa olisi puhua näistäkin aineistoista niiden oikealla nimellä, tekstiaineistoina. (Töttö 2004, 9-11.)

Mielestäni tutkimuksen laadullisuus syntyy muuta kautta. Tutkimus voi olla sisällöllisesti laadullinen ja luotettava. Tutkimuksen seikkaperäinen kuvaus siitä, miten tutkimus aloitettiin, miten siinä edettiin ja miten tulokset esitettiin, kertoo tutkimuksen laadusta. Kaikki vaiheet aineiston keruusta aineiston analyysiin olivat merkityksellisiä tutkimuk-

sen laadun kannalta. Tästä syystä valitsin laadullisen tutkimuksen ja tarkoitukseni oli tehdä tutkielmani niin hyvin, että se täyttäisi kriteerit, joita itse katsoin laadulliseen tutkimukseen kuuluvaksi.

Tutkimuksen empiria eli kokemusmaailma voi syntyä monella tavalla. Omassa tutkielmassani empiria syntyi laadullisen eli kvalitatiivisen tutkimuksen kautta. Laadullisen tutkimuksen aineiston keruussa käytetään yleensä menetelmiä, jotka vievät tutkielman tekijän lähelle tutkittavaa kohdettaan (Aaltola & Valli 2001, 68). Tutkielmani tekeminen olikin hyvin tilanneherkkää, sillä tilanteet eivät koskaan olleet samanlaisia kehitysvammaisten ihmisten kanssa toimittaessa. Tutkittavien näkemykset olivat ainutkertaisia, sillä niitä tavoitellessa toimin lähellä asioita, jotka tulivat esille spontaanin käyttäytymisen tai reagoimisen välityksellä eivätkä usein toistuneet samanlaisina. Tavallisesti tutkielman tekijän pyrkimyksenä on tavoittaa tutkittavien näkökulma, heidän näkemyksensä tutkittavana olevasta ilmiöstä (Aaltola ym. 2001, 68).

Laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus on luonteeltaan prosessorientoitunutta. Kun laadullisessa tutkimuksessa aineistonkeruun väline on inhimillinen eli tutkielman tekijä itse, voi aineistoon liittyvien näkökulmien ja tulkintojen katsoa kehittyvän tutkielman tekijän tietoisuudessa vähitellen tutkielman teon edetessä. Tämän laadullisen tutkimuksen ominaispiirteen myötä korostui tutkielman eri elementtien esimerkiksi tutkimustehdävän, teorianmuodostuksen, aineistonkeruun ja aineiston analyysin joustava kehittyminen tutkielman edetessä. Käytännössä nämä tutkielman eri elementit limittyivät toisiinsa ja muotoutuivat vähitellen tutkielman teon aikana. (Aaltola ym. 2001, 68.)

Keskeistä laadullisessa tutkimuksessa onkin löytää tutkielmaan sisältyvät johtavat ideat, joihin nojaten tutkimuksellisia ratkaisuja tehdään (Aaltola ym. 2001, 71). Laadullisessa tutkimuksessa voi katsoa olevan kyse vähitellen tapahtuvasta tutkittavan ilmiön käsitteellistämisestä, ei niinkään etukäteen hahmotetun teorian testauksesta. Tämän kaltaisen aineistokeskeisyyden korostamisesta huolimatta tutkielman tekijä ei ole tutkimusprosessin alkuvaiheissakaan perspektiiviton "tabula rasa", tyhjä taulu, vaan esimerkiksi tutkielman tekijän teoreettiset näkökulmat ja vähitellen käsitteellistyvät näkemykset tarkasteltavana olevan ilmiön luonteesta ovat osaltaan suuntaamassa tutkielman teon kulkua. (Aaltola ym. 2001, 72.) Laadullinen tutkimusprosessi on olennaisilta osiltaan myös

hypoteesien eli olettamuksien testaamista eikä näitä hypoteeseja muotoilla ennakkoon, vaan vähitellen tutkielman teon ja analyysin edetessä, sitä mukaa, kun kohde tulee tutuksi ja tutkielman tekijä löytää mielekkäitä kysymyksiä tai hypoteeseja (Alasuutari 2011, 268).

Laadullisessa tutkimuksessa on kysymys siitä, että mahdollisuus ymmärtää toista on kaksisuuntainen. Toisaalta voidaan miettiä sitä, miten haastattelijan on mahdollista ymmärtää haastateltavaa, toista ihmistä. Toisaalta kysymys on siitä, miten on mahdollista, että joku toinen ihminen ymmärtää haastattelijan laatimaa tutkimusraporttia. (Tuomi ym. 2009, 68 - 69.)

Tutkimuksen tavoitteena oli suunnitella käytännössä toteutuskelpoista ja monipuolista viriketoimintaa aikuisille ja ikääntyville kehitysvammaisille. Tutkimuksen tavoitteina voitiin pitää myös osallisuuden lisääntymistä, vaikuttamismahdollisuuksien kokemista ja elämänlaadun paranemista. Tavoitteena oli saada aikaan toimintaa, joka tuki kehitysvammaisen ihmisen kokonaisvaltaista hyvinvointia. Kehitysvammaisten ihmisten arjen hallinnassa olisi tavoiteltavaa, että heidän arkiaskareidensa tekeminen helpottuisi ja että viriketoiminnan ansiosta voitaisiin parantaa jopa heidän fyysistä liikkuvuuttaan. Opin- näytetyössäni listaamilleni tavoitteille asetin seuraavan laisia tutkimuskysymysten muodossa olevia haasteita:

Tutkimuskysymykset opinnäytetyössäni ovat:

1. Millaista viriketoimintaa Lintulammen palvelukodin asukkaat toivovat ja tarvitsevat?
2. Miten heille järjestettävä viriketoiminta tullaan toteuttamaan käytännössä?
3. Mikä merkitys toiminnalla on asukkaiden hyvinvoinnille?

Näitä kysymyksiä hyväksikäyttäen pyrin selvittämään ja suunnittelemaan Lintulammen palvelukodin asukkaille tarkoitetun viriketoiminnan. Tarkoitukseni oli kehittää mielenkiintoa aikaansaava viriketoimintamalli toiminnallisena opinnäytetyönä toimeksiantajalleni. Viriketoimintamallin avulla on tarkoitus saada aikaan positiivisia tunteita ja ajatuksia kehitysvammaisille ihmisille.

On suositeltavaa, että toiminnallisessa opinnäytetyössä löydettäisiin toimeksiantaja. Toimeksi annetun opinnäytetyön ja -prosessin avulla opiskelija voi näyttää osaamistaan laajemmin ja herättää työelämän kiinnostusta itseensä. Hyvän toimeksi annetun opinnäytetyön kautta voi jopa työllistyä ja luoda tulevaisuutta ajatellen hyödyllisiä suhteita. (Vilka & Airaksinen 2003, 16.) Työelämästä saatu opinnäytetyöaihe tukee myös opiskelijan ammatillista kasvua (Vilka ym. 2003, 17).

## 2.2 Aineisto ja tutkimuseettiset toimintaperiaatteet

Haastattelu soveltuu hyvin etnografisen tutkielman aineistonkeruumenetelmäksi. Etnografisella tutkimuksella tarkoitetaan tutkimusstrategiaa, jossa pyritään kuvaamaan ihmisten toimintaa heidän omassa ympäristössään. Strategia tähtää tutkimuskohteen kokonaisvaltaiseen ymmärtämiseen ja kuvaamiseen ja sen lähtökohdat perustuvat ihmisten ja ympäristön monipuoliseen havainnoimiseen. Havainnoiminen tapahtuu yleensä fyysisenä läsnäolona ihmisten ympäristössä ja konkreettisissa vuorovaikutustilanteissa tutkittavien ihmisten kanssa. (Koppa. Jyväskylän yliopisto, hakupäivä 12.4.2014.)

Kun ihminen otetaan huomioon intoivana eli tavoitteellisena, tuntevana, ajattelevana ja kieltä käyttävänä, ei riitä, että aineistoa kerätään tavanomaisen kyselylomakkeen avulla. Etnografisessa tutkimuksessa päällimmäisenä tavoitteena on inhimillisen ymmärryksen lisääminen, jolloin kielellisessä vuorovaikutuksessa hankittu tieto on oleellista. Haastattelutilanteessa teemat eivät saa liikaa kahlita haastattelua, sillä monet haastateltavat ihmiset saattavat puhua muutakin kuin mitä teemoista kysytään. Tästä syystä kokonaisvaltainen haastateltavan tarkkailu voi tuoda esille monia mielenkiintoisia asioita, joilla on merkitystä tutkielman teolle. (Syrjälä ym. 1996, 86.)

Strukturoitu haastattelu eli lomakehaastattelu sopii käytettäväksi silloin, kun haastateltavia on monta ja he edustavat melko yhtenäistä ryhmää. Strukturoitu haastattelu on etukäteen jäsenelty haastattelu, jossa haastattelijalla on valmis lomake, jossa hänellä on valmiit kysymykset ja niiden esittämisjärjestys on kaikille haastateltaville sama. Tällä menetelmällä saatu tieto on vertailukelpoista ja tietojenkäsittely tapahtuu nopeasti. (Kajak, hakupäivä 3.3.2014.)

Suunnittelun alkuvaiheessa ja haastatteluja toteutettaessa on syytä huomioida monenlaisia asioita. Valitsin haastattelupaikaksi rauhallisen ympäristön ja sovin haastatteluista etukäteen. Haastattelun aikana huomioin haastateltavan näkökulman haastateltavaan asiaan sekä hänen vointinsa ja kuntonsa. Suoritin haastattelut huomioiden kaikki tilanteeseen liittyvät eettiset näkökannat kuten toisen ihmisen mielipiteen arvostamisen ja hänen tasa-arvoisen kohtelun. Haastateltavan tuli olla myös hyvävointinen haastatteluhetkellä.

Testasin eri teemoihin liittyvien kysymysten soveltuvuuden haastateltaville suorittamalla yhden koehaastattelun 2.12.2014. Koehaastattelulla kartoitin kysymysten soveltuvuutta kehitysvammaisten ihmisten tarpeiden, toiveiden ja kiinnostuksen kohteiden selvittämiseen. Varsinaiset haastattelut suoritin 8.1.2014 - 27.3.2014 välisenä aikana. Haastattelut suoritin joko kasvokkain tai vierekkäin istuen hyvässä vuorovaikutteisessa tilanteessa. Haastattelun aikana tein kokonaisvaltaista havainnointia haastateltavasta ja poimin myös tiedon, joka tuli ilmi "sanojen välistä".

Kuunteleminen on tärkeää haastattelutilanteessa. Kuunteleminen on kognitiivinen prosessi, jossa kuuliija antaa merkityksen eri signaaleille ja arvioi niitä. Kuunteleminen on kuullun aistimista (kuuloaisti), tulkitsemista, arvioimista ja kuultuun reagoimista. Puheviestinnässä kuuntelemisella voidaan tarkoittaa sekä verbaalisen että nonverbaalisen viestinnän havainnoimista ja tulkintaa. (Kajak, hakupäivä 3.3.2014.)

Haastattelun etuna voidaan pitää sitä, että sen avulla saa nopeita vastauksia ja vastausprosentti on yleensä suuri. Kysymyksiä voidaan käyttää useita, oheismateriaalin käyttö ja vastaukset saadaan tarkasti ja juuri halutussa järjestyksessä. Haastattelun haittoina voidaan pitää sitä, että se vie melko paljon aikaa ja vaatii huolellista suunnittelua. Haastattelija voi johdattelevilla kysymyksillä vaikuttaa vastauksiin, jotta saisi tutkimuksen kannalta mieleisiä vastauksia. (Kajak, hakupäivä 3.3.2014.)

Tutkimuksessani lähetin lomakehaastattelun eli strukturoidun haastattelun sähköpostikyselynä Oulun kaupungin kehitysvammaisten asumisyksiköiden palveluesimiehelle sekä Oulun kaupungin toimintakeskuksien toiminnasta vastaavalle palveluesimiehelle. Lähetin saman kyselyn myös kehitysvammaisten toimintakeskus Majakkaan Kiimin-

kiin, kehitysvammaisten ja mielenterveyskuntoutujien työtoimintaa järjestävälle toimintakeskus Tsempille Haukiputaalle, kehitysvammaisten toimintakeskukseen Karpaloon Yli-Kiiminkiin sekä Jäälän kehitysvammaisten asumisyksikköön. Kyselyn tarkoituksena oli selvittää Lintulammen palvelukodin asukkaille järjestettävän viriketoiminnan monipuolisuutta, laatua ja laajuutta suhteessa Oulun seudun muihin yksiköihin. Kysely koostui kahdeksasta kysymyksestä. (Liite 6.)

Itse viriketoiminnan konkreettiseen suunnitteluun toteutuksen paikkaa kartoitin suoraan soittamalla kahteen Oulun kaupungin kehitysvammaisten asumisyksikköön, Tervaluhtiin ja Lintulammen palvelukotiin. Molemmissa asuntoloissa nähtiin tarvetta ohjatulle viriketoiminnalle. Valintani siitä, kenelle aloin viriketoimintaa suunnittelemaan, tein asukkaiden iän perusteella. Valitsemassani asumisyksikössä asuu vanhempia kehitysvammaisia. Usein vanhemmat ihmiset jäävät ulkopuolelle tietyistä palveluista tai erilaisista virikkeistä, joten katsoin hyödyllisemmäksi järjestää viriketoimintaa juuri ikääntyville kehitysvammaisille.

Toisena aineistonkeruumenetelmänä käytin teemahaastattelua eli puolistrukturoitua haastattelua. (Liite 7.). Yksilöteemahaastattelu soveltui parhaiten ikääntyvien kehitysvammaisten aineistonkeruumenetelmäksi. Teemahaastattelu on aineiston keräämisen menetelmänä siksikin tarkoituksenmukainen, sillä tavoitteena oli nostaa esiin vammaisten ihmisten yksilöllisiä kokemuksia ja näkemyksiä. (Eskola & Suoranta 1999, 86–88; Hirsjärvi & Hurme 2000, 34–35.); (ESOK- hanke 2006–2011, hakupäivä 3.3.2014.)

Teemahaastattelu soveltuu aineistonkeruumenetelmäksi myös silloin, kun aihe on arka tai jos halutaan saada vastauksia heikosti tiedostettuihin asioihin kuten arvostuksiin, ihanteisiin tai muihin perusteluihin (Metsämuuronen 2008, 41). Teemahaastattelussa ei myöskään ole mitään sääntöä siitä, kuinka suuri haastateltavien joukko tulisi olla, joten tutkielman tekijä voi oman tarpeensa mukaan määritellä sen, suorittaako vain yhden ihmisen haastattelun vai joukon yksilöhaastatteluja (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2000, 180).

Teemahaastattelu kohdennetaan teemoihin, jotka haastattelija on laatinut etukäteen teoreettisen viitekehyksen, tutkimusongelman ja tutkimuskysymysten pohjalta. Teema-

haastattelu sopii sellaisiin aiheisiin, joissa käsitellään emotionaalisesti arkoja aiheita tai kysytään aiheista, joista haastateltavat eivät ole tottuneet puhumaan. Teemahaastattelua tehtäessä tarvitaan usein hieman taustatietoa haastateltavista. Teemahaastattelua on hyvä käyttää silloin kun tutkittavaa asiaa ei tunneta hyvin, eikä tutkimusasetelmaa ole tarkasti määritetty, vaan sitä täsmennetään hankkeen edetessä. (Kajak, hakupäivä 3.3.2014.)

Haastattelun käyttökelpoisuutta puoltaa myös se, että se on joustava. Haastattelijalla on mahdollisuus toistaa kysymys, oikaista väärinkäsityksiä, selventää ilmausten sanamuotoa ja käydä keskustelua tiedonantajan kanssa. Tällaista mahdollisuutta ei ole esimerkiksi postikyselyssä. Lisäksi haastattelun etuna on, että haastattelija voi samalla toimia myös havainnoitsijana, eli hän voi kirjoittaa muistiin paitsi sen, mitä sanotaan, myös sen kuinka sanotaan. (Tuomi ym. 2009, 73.)

Teemahaastattelussa aineistonkeruuta voidaan säädellä tilanteen edellyttämällä tavalla. Haastattelua voidaan myös tarvittaessa täydentää uudella haastattelulla. Teemahaastattelun avulla saadaan syntymään suora kielellinen vuorovaikutustilanne, jolloin on mahdollista saada syvällisempää tietoa tutkittavasta asiasta. (Patton 1990, 280; Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 1997, 200 - 205.) Tiedonkeruumenetelmää valitessani nousivat juuri edellä esitetyt perustelut esille pohtiessani teemahaastattelun käyttökelpoisuutta opin- näytetyöhöni.

Työelämänohjaajan kanssa suunnittelimme yhdessä ryhmää ja siihen osallistujia, joita tulisin haastattelemaan ja joille suunnittelemani viriketoimintaa myös ohjaisin. Valitsimme ryhmään 5 asukasta, jotka olivat hieman eri-ikäisiä, mutta henkilökohtaisilta ominaisuuksiltaan ja toimintatavoiltaan hieman samankaltaisia. Asukkaat olivat iältään 53 - 74 ikävuoden välillä. Lintulammen palvelukodilla suoritin 10 teemahaastattelukertaa, kullekin ryhmäläiselle 2 kertaa. Työpaikalla työskentelevän opinnäytetyönohjaajan kanssa tapaamisia ja keskustelukertoja oli useita, vähintään yksi kerran kuussa.

Aineistonkeruuprosessin kuvaaminen lukijalle tarkasti ja ymmärrettävästi on erittäin tärkeää. Tutkielman toteutuksen konteksti on kuvattava niin selkeästi, jotta lukijakin voi vakuuttua tutkielman tekijän eri vaiheissa tekemistä ratkaisuksista (Laitinen 2010, 59).



Oma aineistoni koostui kahdesta eri osasta, teemahaastattelusta ja lomakehaastattelusta, jotka täydensivät toisiaan. Sain niiden avulla hyvää, vertailukelpoista tietoa. Osaan haastateltavista suhde oli hierarkkinen ja etäisempi, omiin ryhmäläisiin läheisempi. Tietoa tuotettiin erilaisissa vuorovaikutustilanteissa kuten sähköpostin välityksellä, puhelinkeskustelujen avulla ja kasvokkain keskustellen. Sähköpostin välityksellä saatu tieto oli virallisempaa ja pohjautui käytännössä toteutettaviin asioihin kun taas kasvokkain suoritettussa haastattelutilanteesta saatu tieto oli henkilökohtaisempaa ja suorempaa. Sähköpostikyselyssä jää haastateltavan ulkoisesta olemuksesta, käyttäytymisestä ja elekielistä saatu tieto puuttumaan. (Laitinen 2010, 59 - 60.)

”Kun tutkitaan ihmisiä, miksi ei käytettäisi hyväksi sitä etua, että tutkittavat itse voivat kertoa itseään koskevia asioita”. Haastattelussa tulee olla tavoite, johon pyritään kysymysten avulla, joihin haastateltava vastaa. Haastattelu voidaan toteuttaa yksilö-, pari- ja ryhmähaastatteluna. Itse käytin yksilöhaastattelua, joka onkin yleisimmin käytetty haastattelumuoto. Yksilöhaastattelun hyviä puolia ovat tilanteen luontevuus ja vapautuneisuus. (opinnäytetyöpakki, hakupäivä 3.3.2014.)

Haastattelijan tulee olla hyvin valmistautunut tilanteeseen ja hänellä täytyy olla myös kiinnostus aiheeseen. Häneltä vaaditaan hyviä vuorovaikutustaitoja ja haastattelutilanteesta tulee luoda rauhallinen ja luonteva. Vaitiolovelvollisuudesta on hyvä mainita ja siitä, ettei haastateltavan henkilöllisyys paljastu missään työn vaiheessa. (opinnäytetyöpakki, hakupäivä 3.3.2014.) Itse toteutin haastattelut tutussa ja rauhallisessa ympäristössä palvelukodilla jokaisen ryhmäläisen omassa huoneessa.

Taulukko 1. Teemahaastattelukerrat asukkaille ja niiden aiheet sekä ohjaajan haastattelut

Haastateltava	Haastattelut	Aihe
Ryhmäläinen A	8.1.2014 27.3.2014	Teemat I ja II Teemat III, IV ja V
Ryhmäläinen B	8.1.2014 12.3.2014	Teemat I ja II Teemat III, IV ja V
Ryhmäläinen C	4.2.2014 20.3.2014	Teemat I ja II Teemat III, IV ja V

Ryhmäläinen D	4.2.2014 20.3.2014	Teemat I ja II Teemat III, IV ja V
Ryhmäläinen E	12.3.2014 27.3.2014	Teemat I ja II Teemat III, IV ja V
Ohjaaja	2.12.2013 8.1.2014 4.2.2014 12.3.2014	Yleistä keskustelua palvelukodin resursseista ja viriketoiminnan järjestämisestä, opinnäytetyön toteuttamisesta ja muuta ohjausta
Yhteensä	14 kertaa	

Haastattelujen määrä tuntui sopivalta ja riittävältä, sillä tutkielmani ei ollut kovin laaja ja rajoittui ainoastaan viriketoiminnan suunnitteluun ja järjestämiseen. Työelämäohjaajani kanssa tapasin ja keskustelin useammankin kerran työni eri vaiheissa, ensimmäisen kerran jo 30.10.2013, jolloin esittelin opinnäytetyöni aiheen ja tutustuin taloon. Ohjaajani suhtautuminen oli erittäin myönteistä ja innostunutta. Muutkin Lintulammen palvelukodin ohjaajat, joiden kanssa olin tekemisissä, suhtautuivat opinnäytetyöni tekemiseen hyvin myönteisesti.

Opinnäytetyöni analyysiin liittyvistä seikoista kerron tarkemmin seuraavissa kappaleissa. Analyysi tarkoittaa jäsentelyä ja erittelyä. Myös analyysin konkretisoiminen on tärkeää. Analyysi on työstettävä johdonmukaisesti niin, että lukija pystyy analyysiä seuraamaan. Aineiston analyysimenetelmänä käytin aineistolähtöistä sisällönanalyysiä. Aineistolähtöinen sisällönanalyysi on kolmevaiheinen prosessi, joka jakaantuu redusointiin eli pelkistämiseen, aineiston klusterointiin eli ryhmittelyyn ja abstrahointiin eli teoreettisten käsitteiden luomiseen. (Tuomi ym. 2009, 108.)

Pelkistäminen voi olla haastattelusta ja kyselystä saadun tiedon tiivistämistä tai pilkkomista osiin. Aineiston klusteroinnissa eli ryhmittelyssä aineistosta koodatut alkupe-  
räisilmaukset käydään läpi tarkasti, ja aineistosta etsitään samankaltaisuuksia ja/tai eroavuuksia kuvaavia käsitteitä. Aineiston abstrahointi tarkoittaa menetelmää, jossa erotetaan tutkimuksen kannalta olennainen tieto ja valikoidun tiedon perusteella muodostetaan teoreettisia käsitteitä. Toisin sanoen tutkimusaineisto järjestetään siihen muotoon, että siitä on helppo tehdä johtopäätöksiä koskien yksittäisiä henkilöitä, tapahtumia

tai ihmisten kertomisia (Metsämuuronen 2009, 254). Klusterointi ja abstrahointi liittyvät menetelmällisesti toisiinsa. Abstrahoinnissa eli käsitteellistämässä edetään alkuperäis-tiedon käyttämistä kielellisistä ilmauksista teoreettisiin käsitteisiin ja johtopäätöksiin. (Tuomi ym. 2009, 109 - 111.) Tutkielmassani esitän kirjallisesti ja taulukoiden muodossa analyysin eri vaiheet.

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden kannalta ei ole olemassa minkäänlaisia yksiselitteisiä ohjeita. Tekemäni tutkielman luotettavuuden kannalta oli kuitenkin tärkeää muistaa muutamia asioita. Tutkimuksen kohde ja tarkoitus eli mitä tutkin ja miksi oli tärkeää ymmärtää. Kohteena eivät varsinaisesti olleet ihmiset vaan tutkittava ilmiö. Kuinka tärkeänä itse pidin tutkittavaa ilmiötä, kertoi tutkimuksen luotettavuudesta. Aineistonkeruuseen ja analysointiin liittyvät asiat täytyi esittää myös johdonmukaisesti. Perusteet haastateltavien valinnasta ja arvio haastattelutilanteen toimivuudesta oli hyvä tuoda esille. Tutkimuksen teon kestolla oli luullakseni vaikutusta myös tulosten uskottavuuteen. Eettisen näkökulman huomioiminen oli erityisen tärkeää tässä tutkielmassa ja aineiston raportointiin eli siihen, miten aineiston kokosin ja analysoin, kiinnitin huomiota. Pyrin kertomaan asiat selkeästi ja yksityiskohtaisesti ja annoin mielestäni riittävästi tietoa tutkielman teosta ja tuloksista. Tätä kautta halusin saada tutkielmalleni lisää luotettavuuden tuntua. (Tuomi ym. 2009, 140 - 141.)

Analyysivaiheessa on tärkeää tiedostaa tutkimusilmiöön liittyvät ontologiset eli todellisuuden liittyvät ja epistemologiset eli tietoon liittyvät seikat. Hyvä oli pohtia myös sitä, millaista oma tutkielman aineisto oli ja millaista tietoa siitä saatiin. Ilman tällaista pohdintaa olisi ollut vaikeaa tehdä osuvaa analyysiä. (Laitinen 2010, 62.) Analyysivaiheessa oli myös erityisen tärkeää, että haastatteluaineisto tiivistettiin ja pelkistettiin ja tätä kautta löydettiin haastatteluista esiin nousevat keskeiset asiat ja ilmiöt (Eskola 2007, 44).

Omassa analyysissäni tutkittavan ilmiön ymmärtäminen liittyi siihen, etten tutkinut ihmistä, vaikka heidän ajatuksensa olivatkin olleet tärkeässä roolissa, vaan viriketoiminnan merkitystä asukkaan näkökulmasta. Kuva viriketoiminnan merkityksestä syntyi teoreettisen ja kontekstuaalisen pohdinnan tuloksena. (Laitinen 2010, 64 - 65.)

Oma haastatteluaineistoni koostui kyselystä ja puheesta. Puhetavasta, hiljaisuudesta ja erilaisista tunneilmauksista syntyi merkittävää tietoa sanojen ohella. Toisin sanoen analyysia tapahtui jo haastatteluvaiheessa ja toiminnallisten viriketuokioiden aikana. Aloitin konkreettisen analyysivaiheen kirjoittamalla haastattelut puhtaiksi eli litteroin aineiston. Näin tekemällä aloin vähitellen tunnistaa ja hahmottaa omaa aineistoani. Luin haastattelut ja perehdyin tarkasti niiden sisältöön. Kun aloitin aineiston pelkistämisen, etsin aineistosta olennaisia ilmauksia, jotka selvyuden vuoksi alleviivasin. Tein pelkistetyistä ilmauksista listan, jonka pohjalta aloin etsimään aineistossa esiintyviä yhtäläisyyksiä ja samankaltaisuuksia, jotka merkitsin eri väreillä. Yhdistin pelkistetyt ilmaisut alaluokiksi. Yhdistin alaluokat, joista syntyi yläluokkia. Yhdistin lopuksi yläluokat ja niistä syntyneen valikoidun haastattelutiedon perusteella tein johtopäätöksiä. (Tuomi ym. 2009, 109.)

Lintulammen palvelukodin työelämäohjaajalleni esittämieni kysymysten (Liite 8.) vastauksia palvelukodin viriketoimintaan käytettävistä resursseista ja muusta järjestettävästä viriketoiminnasta en analysoinut sen tarkemmin. Kirjasin ohjaajani vastaukset suoraan haastattelutuloksiin. Oulun kaupungin kehitysvammaisten toimintakeskuksien ja asumisyksiköiden esimiehille ja ohjaajille lähettämistäni sähköpostikyselyistä etsin tulokset ja johtopäätökset teemoittelun avulla. Tämä tarkoittaa sitä, että tarkastelin eri vastauksia sen mukaan, mistä puhuttiin ja etsin yhtäläisyyksiä vastauksista ja tein johtopäätöksiä esimerkiksi sitä kautta, että jokin tietty teema esiintyi kaikissa vastauksissa.

Jos tarkastelun kohteena ovat inhimillisen elämän eri muodot, on erityisen tärkeää huomioida jokaisen valinnan eettisyys tutkielmaa tehtäessä (Pohjola 2007, 17). Hyvällä tieteellisellä käytännöllä tarkoitetaan, että tutkielman tekijä noudattaa eettisesti kestäviä tiedonhankinta- ja tutkimusmenetelmiä, jotka ovat yleisesti hyväksyttäviä kuten esimerkiksi oman alan tieteellinen kirjallisuus tai tutkielman analyysissä käytetty haastattelu-materiaali (Vilkkä 2005, 30). Valmiin opinnäytetyön arkistointi tehdään Kemi-Tornion ammattikorkeakoulun Theseus-tietokantaan. Opinnäytetyötäni voidaan tarvittavin osin käyttää Lintulammen palvelukodin asukkaiden viriketoiminnan järjestämisessä. Aineiston hävittämisen ja arkistoinnin tulee tapahtua viimeistään tutkimusluvan määräajan päättyessä. Lupaehdot voivat myös edellyttää hävittämistä tai arkistoinnista tehtävää ilmoitusta lupaviranomaiselle.

Hävitän opinnäytetyössäni käytettävän paperimateriaalin joko polttamalla tai paperisilppurin avulla. Sähköiset tiedostot hävitän siten, että tuhoan tallennusmedian niin, että sitä on mahdoton käyttää. Tutkielmassani toteutui luottamuksellisuuden vaade, sillä mukana olevia ihmisiä koskevat tiedot säilyvät salaisina eivätkä ulkopuoliset ihmiset saa heitä koskevia tietoja selville missään vaiheessa (Pohjola 2007, 20). Sain kultakin ryhmäläiseltä henkilökohtaisen suostumuksen siihen, että sain käyttää heistä otettuja valokuvia opinnäytetyössäni.

Sosiaalialan työssä korostuu velvoite asettua yhteiskunnalliselta asemaltaan heikoimpien ryhmien puolelle ja tukea ihmisiä vaikeissa elämäntilanteissa. Työn ytimenä on etsiä asiakkaan voimavaroja myös silloin, kun ne näyttävät olevan kadoksissa tai loppuun kuluneet. Ammattietiikka sosiaalialan työssä toteutuu arjen valinnoissa, jotka joskus ovat vaikeita. Sosiaalialan työtä säätelee lainsäädäntö, mutta laillisuus ei kuitenkaan tarkoita samaa kuin eettisyys, eikä lainmukaisuus aina takaa oikeudenmukaisuutta. Laki antaa harvoin suoraa vastausta arkisen ihmissuhdetyön kiperiin pulmiin. Sen sijaan ammattietiikka ohjaa valintoja kaikessa sosiaalialan työssä. (talentia.fi, hakupäivä 4.4.2014.) Sosiaalialan työtä säätelee sosiaalihoitolaiki ja vammaisten ihmisten asemaa laki kehitysvammaisten erityishuollosta ja laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista (Finlex.fi). Muutkin tutkimuseettiset toimintaperiaatteet ohjasivat tutkielmani tekemistä. Tärkeitä asioita huomioitavaksi olivat ihmisen itsemääräämisoikeuden kunnioittaminen, tasa-arvoisena pitäminen ja kuulluksi tuleminen mahdollisuus.

Sosiaalityö pohjautuu auttamiseen, jota toteutetaan monenlaisen toiminnan muodossa erilaisten työmuotojen sekä toimijoiden kanssa. Eettisesti hyväksyttävän viriketoiminnan taustalla on ajatus, että kehitysvammaisen ihmisen situaatiota eli elämäntilannetta pyritään muuttamaan positiiviseen suuntaan. Näin toimien voidaan päästä tilanteeseen, jossa kehitysvammaisen ihmisen kokonaisvaltainen hyvinvointi toteutuu (Rauhala 2005, 138.)

Tutkimuseettiset toimintaperiaatteet käsittävät asioita, jotka liittyvät ihmisenä pitämiseen ja ihmisarvoisen elämän kunnioittamiseen. Jokaisella ihmisellä on oikeus tulla kohdelluksi ystävällisesti ja ymmärtäväisesti. Kuitenkin usein asenteet kehitysvammai-

suutta kohtaan ovat riippuvaisia ilmiötä tulkitsevan yhteiskunnan sosiokulttuurisesta ilmapiiristä, joka ohjaa tapaa asennoitua vähemmistöihin (Nouko-Juvonen 1995, 59). Tässä törmäämme moraalikäsitteisiin, jotka tarkoittavat ihmisten arkisia käsityksiä oikeasta ja väärästä, hyvästä ja pahasta ja joiden pohjalta ihmiset miettivät esimerkiksi sitä, millaisia ihmisten pitäisi olla tai minkälainen elämä on elämisen arvoista (Vehmas 2005, 155).

Omat tutkimuseettiset toimintaperiaatteeni noudattelivat ihmisläheiselle ja inhimilliselle työskentelylle asetettuja vaatimuksia ja tutkielmani teossa noudatin vaitiolovelvollisuutta ja sitä periaatetta, etten millään tavoin loukannut kanssani työskenteleviä ihmisiä.

## 3 OULUN KAUPUNGIN HYVINVOINTIPALVELUT

### 3.1 Palvelujärjestelmä

Oulun kaupungin palvelujärjestelmässä sosiaalinen hyvinvointi jakaantuu sosiaalipalveluihin, lastensuojelupalveluihin sekä asumis- ja päiväpalveluihin. Asumis- ja päiväpalvelut jakaantuvat seitsemään eri alueeseen, joihin kuuluvat kehitysvammaisille ihmisille järjestettävät työtoiminta- ja asumispalvelut. Lintulammen palvelukoti kuuluu asumis- ja päiväpalveluissa alueeseen 4. (Oulun kaupungin hyvinvointipalvelut, hakupäivä 23.7.2014.)

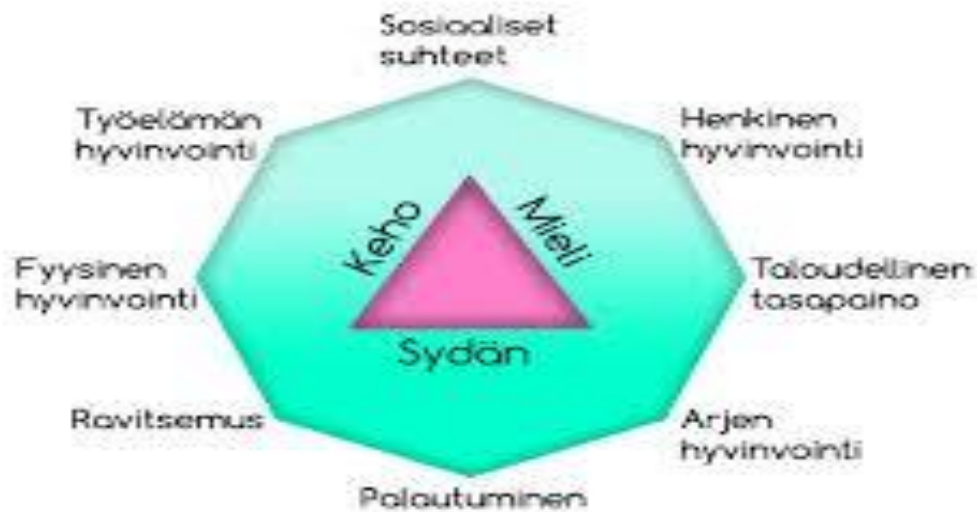
Oulun kaupunkilaisille järjestetään lakien ja asetusten mukaiset hyvinvointipalvelut, joita ovat sosiaali- ja terveystalvet. Oulun kaupunki vastaa myös sosiaalisten ongelmien ja niiden haittavaikutusten ehkäisemisestä Oulussa. Oulun kaupunginvaltuusto päätti osana talousarvion 2014 käsittelyä, että hyvinvointipalvelujen tilaaja-tuottajamalli puretaan. Purkaminen toteutetaan siten, että järjestäjän ja tuottajan tehtävät kootaan yhteen organisaatioon 1.3.2014 lukien. Hyvinvointipalvelujen järjestäminen ja tuottaminen siirretään hyvinvointilautakunnan tehtäväksi. Hyvinvointipalvelujen johtokunta lakkaa, ja sen tilalle hyvinvointilautakunnan alaisuuteen perustetaan hyvinvointitoimikunta. Hyvinvointipalvelujen vastuualueet pysyvät entisellään. (Oulun kaupungin hyvinvointipalvelut, hakupäivä 23.7.2014.)

### 3.2 Vammaispalvelut

Oulun kaupungissa järjestetään monipuolisesti erilaisia palveluja ja tukitoimia vammaisille ja pitkäaikaissairaille ihmisille. Vaikeavammaisten ihmisten palvelut myönnetään vammaispalvelulain perusteella ja ne kuuluvat erityisen järjestämisvelvollisuuden piiriin. Määrärahojen mukaan järjestetään kaikille vammaisille ihmisille tarkoitettuja palveluja ja taloudellisia tukitoimia. Vammaispalveluja myönnettäessä ei huomioida hakijan tuloja ja varallisuutta, vaan lähtökohtana on aina vamman tai pitkäaikaisen sairauden aiheuttama haitta. Palvelut järjestetään aina henkilökohtaisen palvelutarpeen arvioinnin perusteella ja tämän jälkeen laaditaan palvelusuunnitelma kotikäynnin yhteydessä. Palvelusuunnitelmaan kirjataan asiakkaan tarvitsemat palvelut ja tukitoimet, joilla pyritään

auttamaan arjessa selviytymistä. (Oulun kaupungin vammaispalvelut, hakupäivä 23.7.2014.)

Kunnalla on erityinen järjestämisvelvollisuus tiettyjen palveluiden suhteen. Tällaisia palveluja ovat kuljetuspalvelut, palveluasuminen, henkilökohtainen apu, vaikeavammaisten päivätoiminta, asunnon muutostyöt, asuntoon kuuluvat välineet ja laitteet sekä erityishuolto. Osa palveluista kuuluu määrärahasidonnaisten palvelujen tai taloudellisten tukitoimien piiriin. Tällaisia palveluja ovat päivittäisissä toiminnoissa tarvittavat välineet, sopeutumisvalmennus, tuki ylimääräisiin erityisravintokustannuksiin sekä tuki ylimääräisiin vaatekustannuksiin. (Oulun kaupungin vammaispalvelut, hakupäivä 23.7.2014.)



Kaavio 1. Hyvinvoinnin osatekijät (Google kuvahaku, hyvinvointi, hakupäivä 23.7.2014.)



(Google kuvahaku, vammaisten hyvinvointi, hakupäivä 23.7.2014.)



#### 4 LINTULAMMEN PALVELUKOTI

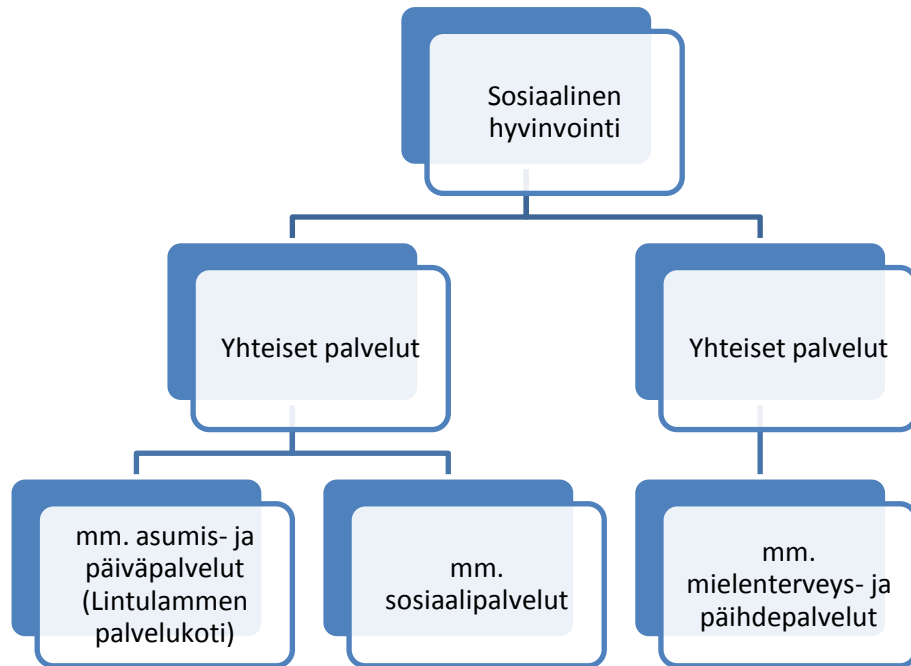
Lintulammen yksikössä asuu aikuisia, ikääntyviä kehitysvammaisia ihmisiä. Ikääntyvän kehitysvammaisen ihmisen tulisi voida osallistua päivittäisiin toimintoihin omien voimavarojensa mukaisesti. Parhaiten hän selviytyy silloin, jos ympäristö on tuttu. (Malm, Matero, Repo & Talvela 2004, 200.) Ikääntyvällä kehitysvammaisella ihmisellä voi esiintyä liikkumiseen ja muuhun jaksamiseen liittyviä rajoituksia. Kun järjestetään viri-ketoimintaa ikääntyville kehitysvammaisille ihmisille, tulee heidän yksilöllinen fyysinen kestävyys ja kunto huomioida tarkasti.

Lintulammen yksikkö on kehitysvammaisten ihmisten palvelutalo, joka sijaitsee Oulussa Lintulan kaupunginosassa lähellä Lintulammen ulkoilu- ja virkistysaluetta. Palvelutalossa työskentelee useita ohjaajia, jotka tekevät vuorotyötä. Ulkopuolisia työntekijöitä käy talossa viikoittain muun muassa vetämässä taidepiiriä asukkaille. Palvelutalossa on myös omaa piha-aluetta erilaisten toimintojen järjestämiseen. Talon asukkaat saavat palvelutalossa täysihoidon, johon kuuluvat asumisen järjestelyt ja päivittäiset ruokailu- ja hoitotoimenpiteet. Jokaisella asukkaalla on oma huone, jonka sisustuksesta asukas saa itse päättää. Ruokailut tapahtuvat yhteisessä ruokailutilassa, jonka yhteydessä on myös oma keittiö. Erillisessä siivessä on mahdollisuus järjestää tilapäishoitoa sitä tarvitseville kehitysvammaisille ihmisille.

Tutussa ja turvallisessa yhteisössä eläminen mahdollistaa kehitysvammaiselle ihmiselle aidompia ja tyydyttävämpiä ihmissuhteita ja mielekkäämpää toimintaa kuin laitoksessa elävälle kehitysvammaiselle ihmiselle. Asuin yhteisö myös avartaa pientä perhepiiriä ja antaa yksinäiselle ihmiselle mahdollisuuksia monipuoliseen vuorovaikutukseen. Yhteisössä kehitysvammaisen ihminen saa elää omaa elämäänsä osana yhteiskuntaa eikä vain pelkkänä hoidon kohteena. (Ylikoski 1986, 33, 36, 37.)

Lintulammen palvelukoti kuuluu osaksi sosiaalista hyvinvointipalvelua. Oulussa Lintulammen yksikkö asettuu asumis- ja päiväpalveluissa alueelle 4. Oulun kaupunki pyrkii vastaamaan kasvavaan palvelutarpeeseen. Asiakkaalla saattaa olla useita samanaikaisia hyvinvointivajeita, joihin Oulun kaupungin hyvinvointipalvelujen tulee pystyä vastaamaan. On tärkeää, että asiakkaan osallisuutta vahvistetaan ja palvelurakennetta keven-

netään. Henkilöstön saatavuus, pysyvyys ja osaaminen ovat keskeisiä asioita hyvinvointipalveluja tarjottaessa.



Kaavio 2. Lintulammen palvelukodin sijoittuminen Oulun kaupungin sosiaaliseen hyvinvointipalveluun

Kehitysvamma tarkoittaa vaikeutta ymmärtää ja oppia uusia asioita (Vernerin, hakupäivä 27.5.2014.) Maailman terveysjärjestön WHO:n määritelmän mukaan vamma on puute, sairaus tai vahingoittuminen, joka voi johtaa jonkinasteiseen heikentyneeseen toimintaan, josta voi tulla vamma (Molander 1992). Lintulammen palvelukodissa asuukin aikuisia ja ikääntyviä kehitysvammaisia ihmisiä, joista useat ovat monin tavoin vammautuneita. Asukkaat ovat iältään 60 vuoden molemmin puolin. Useat asukkaat tarvitsevat tukea ja apua päivittäisissä toimissaan.

Vammaistyön kannalta on tärkeää muistaa, että hyvinvointi on laaja ja monipuolinen asia. Vaikka vammaisen ihminen eläisi hienossa palvelutalossa, jossa hänen fysiologisista tarpeistaan ja turvallisuudestaan huolehditaan esimerkiksi, hänen hyvinvoinnissaan saattaa olla vakavia puutteita. Varsinkin vaikeavammaisten ja kehitysvammaisten ihmisten ongelmana voi olla ihmissuhteiden yksipuolisuus ja mielekkään tekemisen puuttuminen. (Malm ym. 2004, 28.)

Vaikeasti kehitysvammaisen ihmisen aikuisuuden tukeminen on moniulotteista. Häntä tulisi ohjata mahdollisimman paljon omatoimisuuteen, unohtamatta kuitenkaan hänen tuen ja turvallisuuden tarvettaan. Hänen yksilöllisyyttään eikä persoonallisuuttaan tule unohtaa, vaikka häntä ohjataan ja tuetaan yhteisölliseen toimintaan. Kehitysvammaisen ihmisen muuttumis- ja kasvuprosessia tulee myös tukea. (Malm ym. 2004, 199.) Jos kehitysvammaisen ihminen elää ihmisarvoista elämää ja saa apua silloin, kun hänen ymmärryksensä ei riitä asioiden selvittämiseen, hänestä voi kehittyä tasapainoinen ja sosiaalisesti kypsä ihminen (Kylén 1989, 6). Yksilölähtöisen ajattelutavan mukaan kehitysvammaisen ihmisen elämässä on usein läsnä ammattilaisten verkosto, joka miettii hänen asioitaan (Verner, hakupäivä 27.5.2014).

Tärkeimmät tiedolliset virikkeet ihminen saa osallistumalla aktiivisesti tavalliseen, jokapäiväiseen elämään. Osallistuminen kodinhoitoon tai oman huoneen hoitoon, ruoanlaittoon, kaupassakäyntiin, kävelyretkiin ja erilaisiin vierailuihin ystävien ja sukulaisten luona tarjoaa kaikki ne virikkeet, joita ymmärrys tarvitsee kehittyäkseen edellytystensä mukaisesti. Täytyy tiedostaa, että hienoinkin arkipäivän ympäristö on virikkeetön, jos se on samanlainen päivästä päivään, vuodesta toiseen. (Kylén 1989, 18.)

Kehitysvammaisen aikuisen ihmisen ohjaaminen vaatii aina sitä, että suunnittelussa ja toteutuksessa otetaan huomioon elämän kokonaisvaltaisuus. Osallistumiseen ja vuorovaikutukseen on luotava mahdollisuuksia kaikessa toiminnassa. (Malm ym. 2004, 200.) Kehitysvammaisella aikuisella ihmisellä tulee aina olla mahdollisuus vaikuttaa omiin toimintoihinsa ja hänelle pitää tarjota mahdollisuus päättää asioistaan oman kykynsä mukaisesti. Kehitysvammaisen ihmisen kokonaisvaltainen huomioiminen on tärkeää kaikissa elämän tilanteissa.

## 5 VIRIKETOIMINTA LINTULAMMEN PALVELUKODIN ASUKKAILLE

### 5.1 Viriketoiminnan eri muodot

#### 1) Päivätoiminta:

Kunnan on järjestettävä vaikeavammaiselle henkilölle päivätoimintaa, jos henkilö vammansa tai sairautensa johdosta välttämättä tarvitsee palvelua suoriutuakseen tavanomaisista elämän toiminnoista. Vammaispalvelulain mukainen päivätoiminta kuuluu kunnan erityisen järjestämisvelvollisuuden alaisiin palveluihin, joten kysymyksessä ei ole määrärahoihin sidottu palvelu. Vammaispalvelulain mukaisen päivätoiminnan tavoitteena on taata kaikille vaikeavammaisille henkilöille yhdenvertaiset mahdollisuudet osallistua päivätoimintaan. Päivätoimintaa voidaan järjestää myös kehitysvammalain nojalla. (Sosiaalialan verkkopalvelu, sosiaaliportti, hakupäivä 22.5.2014; Finlex.fi, Laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista.)

#### 2) Virkistystoiminta:

Virkistystoimintaa voidaan järjestää esimerkiksi loma- tai leiritoimintana ja sitä voidaan järjestää koko perheelle tai pelkästään perheen lapsille tai nuorille. Leiritoimintaa kunnissa voidaan järjestää joko itse tai yhdessä jonkun järjestön tai seurakunnan kanssa. Kehitysvammaisten tukiliitto ry järjestää virkistystoimintona tuettuja lomiamperheille. Virkistystoimintaa voi olla myös perheen yhteinen retki lähellä olevaan luontokohteeseen, eläintarhaan tai huvipuistoon. Perheille järjestettävän virkistystoiminnan tarkoituksena on auttaa jaksamaan arjessa ja saada aikaan myönteisiä ja virkistäviä kokemuksia yhdessä. (Sosiaalialan verkkopalvelu, sosiaaliportti, hakupäivä 22.5.2014.)

#### 3) Harrastustoiminta

Monipuolista harrastustoimintana voidaan järjestää ohjattuna vaikka iltaisin. Aitoon koulutuskeskuksessa, ammatillisessa erityisoppilaitoksessa esimerkiksi voi uida, pelata sählyä tai biljardia. Koululla on mahdollisuus myös askarrella ohjatusti, ulkoilla, harrastaa bänditoimintaa tai kuntoilla koulun kuntosalilla, diskoilla, laulaa karaokea ja paljon muuta. Monissa kehitysvammaisten ihmisten asuntoloissa järjestetään harrastus- ja va-

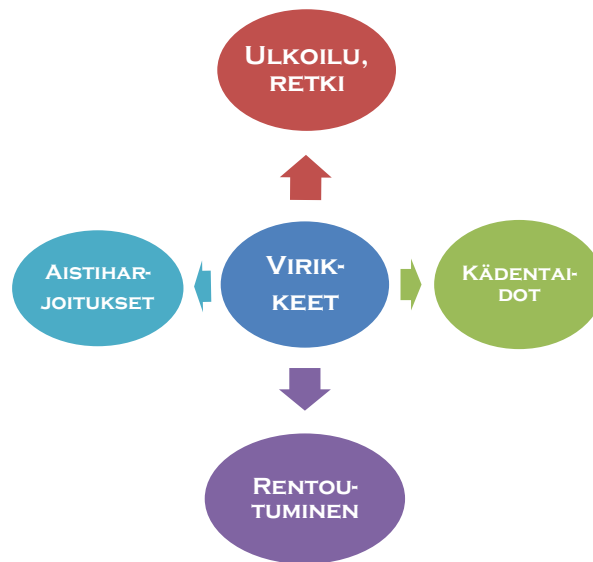
paa-ajan toimintaa ja yleensä on käytössä myös yhteisiä tiloja, joissa voi viettää aikaa yhdessä. (Aitoon koulutuskeskus, hakupäivä 22.5.2014.)

#### 4) Viriketoiminta:

Viriketoiminta on hyvin laaja kokonaisuus. Se käsittää mitä erilaisempia toimintoja liikunnasta aistiharjoituksiin. Viriketoiminnan eri toteutustapojen valinnan pohjalla ajatuksenani oli järjestää jollakin lailla entuudestaan tuttua ja turvallista toimintaa, kuitenkin huomioiden toiminnan monipuolisuus ja kiinnostavuus ohjattavien ryhmäläisten näkökulmasta. Aikomukseni oli myös suunnitella kokeilun nimissä hieman erilaistakin toimintaa.

Tavoitteena viriketoiminnan suunnittelun onnistumiselle voidaan pitää yksilön osallisuuden lisääntymistä. Lisäksi tärkeitä tavoitteita ovat uusien asioiden oppiminen, vastuun kanto itsestä ja ryhmästä sekä tietyn asteinen itseohjautuvuus, mikä merkitsee sitä, että osaa kertoa toiveistaan ja odotuksistaan viriketoiminnan järjestämisen suhteen. (Malm ym. 2004, 201.) Ryhmän ja ohjaajan tuki on tärkeää näiden tavoitteiden toteutumisen kannalta.

Kehitysvammaisen ihmisen tulee saada elää tavalla, jonka hän kokee itselleen parhaaksi. On tärkeää, että hän voi toteuttaa omia pyrkimyksiään muut ihmiset huomioon ottaen. Kehitysvammaisten ihmisten tulisi saada elää ja toimia ympäristössä, jossa heitä arvostetaan ja jossa tärkeät asiat on tavoitettavissa. Usein näiden asioiden saavuttaminen vaatii kuitenkin yksilöltä kiinnostusta ja hyvää toimintakykyä. (Kaski, Manninen & Pihko 2012, 11.)



Kaavio 3. Ryhmänohjauksessa käyttämäni viriketoiminnot

## 5.2 Toteuttamani viriketoiminta teemoittain

Viriketoimintamallissa käytin viittä erilaista teemaa. Jokaisesta teemasta toteutin yhden toiminnallisen tuokion, joiden pituus vaihteli 1½ tunnista 2 tuntiin. Jokaisen viriketuokion jälkeen keskustelimme yhdessä ja jokainen ryhmäläinen sai antaa oman mielipiteensä peukkumerkillä kunkin viriketuokion onnistumisesta. Jokaisessa viriketuokiassa oli Lintulammen ohjaaja seuraamassa harjoitukseni suorittamista.

### 1. Aistitoimintoihin liittyvä viriketuokio 29.3.2014

Ihmisen aistit ovat tärkeitä, sillä niiden avulla olemme yhteydessä ulkomaailmaan sekä oman kehon tuntemuksiin. Kaukoasteja ovat näkö-, kuulo- ja hajuaste ja niiden avulla ihminen voi kokea ympäristöään monella tavalla eli sitä, miltä jokin asia maistuu tai tuntuu. Kehoaisteja ovat asento-, liike- ja tasapainoaistit, jotka puolestaan kertovat, mitä kehossa itsessään tapahtuu. Jokainen tuntemamme liike, jokainen syömämme palanen ja jokainen koskettamamme esine tuottaa aistimuksia. (Papunet, aistit ja vuorovaikutus, hakupäivä 15.4.2014.)

Erilaisia aistitoimintoihin liittyviä virikemateriaaleja löytyy monipuolisesti Papunetin sivuilta. Siellä ovat esillä kaikkien aistien piiriin liittyviä harjoituksia. Materiaalit ja aistielämykset eivät sellaisenaan ole vuorovaikutteisia ja aktivoivia. Niistä tulee vuoro-

vaikutteisia vasta, kun tilanteessa toimitaan yhdessä. (Papunet, materiaalia/virikemateriaalit, hakupäivä 15.4.2014.) Papunetin eri sivuilla oleviin sisältöihin on teemoittain koottu tiettyihin aihepiireihin liittyvät sisällöt. Teemoissa löytyy linkkejä myös aistiharjoituksiin liittyvään teoretietoon. (Papunet, teemat, hakupäivä 15.4.2014.)

Aistitoimintoihin liittyvä viriketuokio alkoi pienellä keskustelulla ja orientoitumisella harjoitukseen. Näköaistiharjoitukseksi suunnittelin näköaistiin pohjautuvan mielikuva-harjoituksen, kuvataulun (kuva 1). Jokaiselle ryhmän jäsenelle tuli oma taulu. Toteutin sen leikkaamalla kuvia lehdistä ja liimaamalla niitä kartongille. Keskustelimme ryhmässä kuvien synnyttämistä mielikuvista. Lisäksi toteutin näköaistiin liittyvän yhteisen harjoituksen, jossa jokainen ryhmäläinen valitsi irtokuvien joukosta kaksi kuvaa, jotka miellyttivät itseä. Kuvat liimattiin isolle kartongille. Kunkin ryhmäläisen kuvien viereen kirjoitin hänen oman nimensä. Näin rakensimme yhdessä "Tärkeiden asioiden taulun". Harjoituksen avulla oli tarkoitus herätellä tunteita ja erilaisia mielikuvia.

Haistelimme myös 8 erilaista tuoksua ja maistelimme 5 erilaista makua. Kuvassa näkyy neljä erilaista maisteltavaa (kuva 2). Kun olimme tehneet tietyn osion harjoituksesta, juttelimme harjoituksen synnyttämistä tuntemuksista. Toiminnallinen aistiharjoitus kesti noin 2 tuntia.



Kuva 1. Ryhmäläiset kuvataulujen kanssa

Kuvassa näkyvät taulut jokainen ryhmäläinen sai omakseen. Viriketuokion aikana tunnelma oli innostunut ja ryhmäläiset nauttivat silmin nähden tekemisestä. Loppukiitosten jälkeen jäimme odottelemaan seuraavaa tapaamista, joka toteutettiin jo viikon päästä. Huomasin, että ryhmäni kanssa oli todella helppo työskennellä, sillä jokainen ryhmäni jäsen oli erittäin motivoitunut ja täysillä mukana toiminnassa.



(Google kuvahaku, hakupäivä 23.7.2014.)





Kuva 2. Aistituokion aikana maisteltiin myös erilaisia makuja

## 2. Rentoutuminen ja hyvä olo- viriketuokio 5.4.2014

Aloitimme viriketuokion keskustelemalla yhdessä tulevasta harjoituksesta ja kyselin ryhmäläisteni tuntemuksia edellisestä aistiharjoituksesta. Eräs ryhmäläiseni tuumasi: "*Oli mukavaa, kun sai haistella erilaisia hajuja*". Tämän kertainen viriketuokio alkoi alkuverryttelyllä, johon kuului pieni jumppa hartioille ja niskalle. Sen jälkeen jokainen etsi oman paikkansa lattialta, jonne olin asetellut patjat ja tyyny. Rauhallinen intiaanimusiikki soi taustalla koko tuokion ajan.

Rentoutustuokion (kuva 3) aikana luin pienen kertomuksen, jonka nimi oli "Joku pikkuinen asui siemenen sisässä" sekä hetken hiljaisuuden päästä vielä pienen runon. Kiitoksena onnistuneesta viriketuokiosta jokainen ryhmäläinen sai "kiitoskortin", johon liimasin hymyhymiön. Tuokio oli onnistunut, sillä eräs ryhmäläiseni totesi: "*Tämmöisiä voisi olla enemmänkin*".



Kuva 3. Rentoutustuokio meneillään

### 3. Askartelu ja kädentaidot - viriketuokio 12.4.2014

Aluksi kerroin ryhmälleni, mitä tulevassa harjoituksessa tehdään ja kyselin kuulumisia. Harjoitus alkoi sorminäppäryysharjoituksella, jonka tarkoitus oli parantaa sormien liikkuvuutta ja tarkkuutta. Seuraavaksi ryhmäläiset saivat kokeilla kolmea erilaista kädentaitoja ja tarkkuutta vaativaa peliä: tornin rakentamista puupalikoista, oikean kuvion löytämistä ja sen asettamista oikeaan koloon sekä palapeliä, josta muodostui luvut 1-10. Tornin rakentaminen puupalikoista muodostui haasteellisimmaksi tehtäväksi.

Lopuksi askartelimme pääsiäiskortin (kuva 4), sillä pääsiäinen oli lähestymässä. Kaikilla oli oikein mukavaa ja loppukeskustelun aikana sainkin hyvää palautetta ryhmäläisiltäni.



Kuva 4. Ryhmäni askarteli hauskat pääsiäiskortit

#### 4. Yhdessä ulkoileminen ja liikkuminen - viriketuokio 24.5.2014

Viriketuokioon osallistui 4 ryhmäläistä. Valitettavasti yksi ryhmäläinen ei voinut osallistua henkilökohtaisista syistä johtuen. Jokaisella rastilla oli pahville kerättyjä kuvia. Pahvit päällystin kontaktimuovilla. Ripustin rastit metsäreitin varrelle puihin. Jokaisen rastin kohdalla juttelimme ryhmäläisten kanssa rastin kuvien herättämistä luontoasioista ja tuntemuksista. Itselleni olin tehnyt jokaiseen rastiin liittyviä apukysymyksiä erilliselle paperille.

Valmistelin rastipisteet etukäteen ja sen jälkeen ohjasin ryhmäni Lintulammen ulkoilualueelle asettamalla "ryhmärastireitille". Viriketuokion aikana kävimme kuudella rastilla: 1) Jänisrasti 2) Linturasti (sinitäinen ja talitintti) 3) Kesä tekemistä-rasti 4) Marjarasti (mesimarja ja lakka) 5) Oravarasti ja 6) Kukkarasti, jossa näkyivät kiitokset ryhmäläisille (kuvat 5 ja 6).





Kuva 5. Kuvat rasteilla Lintulammen ympäristössä



Kuva 6. Ryhmäläisiä Kesä tekemistä-rastilla



## 5. Makkaranpaistoretki Kiiminkiin Koitelinkoskelle 18.6.2014



Kuva 7. Koitelinkoskella luontoelämyksiä kokemassa

Teimme makkaranpaistoretken Koitelinkoskelle (kuvat 7, 8 ja 9). Ilma oli vähän sateinen, mutta se ei haitannut retkeämme. Saimme nuotion syttymään ja paistoimme makkarat tulilla. Meillä oli myös mukana mehua suun kostukkeeksi. Ennen lähtöä kävimme vielä kahvilla alueella sijaitsevassa kahvilassa. Retki oli kaikin puolin onnistunut ja uskon, että retkeltä palasi virkistyneitä ryhmäläisiä.

Tämä oli viides ja viimeinen viriketuokio tältä erää, jonka ohjasin Lintulammen palvelukodin asukkaille. Toivon, että viriketoimintatuokioista jäi asukkaille sekä myös ohjaajille mukava, virkistävä mielikuva. Ryhmässä, jolle ohjasin viriketuokiot, oltiin yleisesti sitä mieltä, että vaihtelu virkistää ja kuulin heidän myös usein sanovan sen ääneen. Itseleni tämä oli erittäin mieleenpainuva, miellyttävä ja antoisa kokemus.





Kuva 8. Makkaranpaistoa Koitelinkosken nuotiopaikalla



Kuva 9. Koitelinkoski

### 5.3 Viriketoiminnan toteutusmalli

Taulukko 2. Viriketoiminta jaksot Lintulammen palvelukodin asukkaille järjestettävästä viriketoiminnasta

#### Teema 1. Aistiharjoitukset

vk 1	vk 1	vk 1	vk 1
<b>Maku/hajuaisti</b>	<b>Kuulo/näköaisti</b>	<b>Maku/tunneaistit</b>	<b>Tunne/tuntoaisti</b>
– erilaisten maku/hajuaistimusten liittäminen ruokailutilanteisiin > niistä keskustelu – yhdessä jonkin pienen ruuan valmistusta	– erilaisten kuulo/näköaistimusten liittäminen ulkoilutilanteisiin > niistä keskustelu	– asukkaiden lempimakujen huomioiminen esimerkiksi keran viikossa > yhteisesti maistellaan	– kyseisiin aisteihin liittyvä toiminnallinen tuotio esimerkiksi muistelutuotio, toisen ihmisen koskettaminen

#### Teema 2. Rentoutuminen ja hyvä olo

vk 2	vk 2	vk 2	vk 2
– läheisyysharjoitukset >läheisyyden kokeminen	– rentoutumisharjoitus musiikin avulla	– omaa aikaa tehdä omia mielijuttuja	– jonkin asukkaalle mukavan hankinnan/ostoksen tekeminen
>sosiaaliset kontaktit	>henkinen tasapaino	> television katselu, lukeminen, käsityöt, musiikin kuuntelu	> ostoksilla käynti, lähikaupassa käynti, myyjäisissä käynti jne.
>vuorovaikutustaidot	>mielenvirkeys	– pikkukilpailut > palkintoina esimerkiksi kakkukahvit tai mitali.	– yhteislaulu (muut laulut ja virret) – yhteiset illanviihtot – elokuvien katselu

#### Teema 3. Askartelu ja kädentaidot

vk 3	vk3	vk 3	vk 3
– piirtäminen, maalaaminen	– teema-askartelut esimerkiksi pääsiäinen, vappu, joulukuukortit	– puutöitä mahdollisuuksien mukaan	– taulujen teko esimerkiksi omista keräämistä ja kuiva- tuista kasveista
– kartta omista mielipuhista, toiveista	– savityöt – naamiaisten, asujen valmistus	– korttien tekeminen (ystävänäpäiväkortit, nimi- ja syntymäpäiväkortit)	– sorminäppäryysharjoitukset > käsien toimintakyvyn ylläpitäminen

#### Teema 4. Yhdessä ulkoileminen ja liikkuminen

vk 4	vk 4	vk 4	vk 4
– kävely pienryhmässä	– sauvakävely	– uimahallissa käynti	– pyöräily
– rastisuunnistus (myös talvella leudolla kelillä) – kasvien tunnistus ja kerääminen	– ulkojumppa esimerkiksi niskahartiaseudun jumppa, kesällä myös tuolijumppa	– leikit esimerkiksi tuuleikki, peili, värienkeli (monissa vanhoissa leikeissä on käyttökelpoisia sovellettuina)	– luontoon tutustuminen > esimerkiksi Lintulammen ympäristössä liikkuminen eri vuodenaikoina
– aistiharjoitukset ulkona (luonnon äänet ja tuoksut)	– oman asuinympäristön hahmottaminen ja siitä keskustelu	– pelit > kumisaappaanheittokisat, mölkky, renkaiden/kettingin heitto, tikanheitto	– pienen kasvi- maan teko Lintulammen pihamaalle > hoitovuorot

#### Teema 5. Retket

<b>Asukkaiden toimivuuksia erilaisista retkistä</b>	– koirakenneliin tutustuminen	– Ainolanpuisto vierailu	– ostosretki kaupunkiin
– makkaranpaistoa Koitelinkoskella	– Hailuoto-retki	– Oulun tori kesällä > Potna-Pekka juna	– maaseuturetket esimerkiksi maaseutumatkailu tilalle
– Escorial - retki keväisin tai kesällä	– laivaristeily	– kesäteatterit	– muut luontoretket
– ravintola- tai kahvilaretki esimerkiksi Kahvila Tuomenkukka, Hesburger, Pizza Puffet jne.	– Haaparannan retki Ikeaan – päivätanssit	– hevostalleihin tutustuminen esimerkiksi Virpiniemessä	– kalastusretket
– asukastupa vierailu	– henkilökohtaiset virkistys/kuntoutusmatkat	– teatteriretki	– hengelliset tilaisuudet

Luonto on monelle asukkaalle erityisen tärkeää, joten luontokokemusten/elämysten sisällyttäminen viikko-ohjelmaan olisi suotavaa. Kunkin asukkaan lempiväri tai lempitavaran ympärille voisi myös rakentaa jonkinlaista viriketoimintaa. Kukin asukas vuorollaan voisi esimerkiksi esitellä hänelle tärkeän esineen tai lempiväriin liittyvän asian ja yhteisessä kokoontumisessa voisi kertoa, miksi juuri tämä esine tai asia on hänelle tärkeä.



Teemat taulukkoon olen kerännyt haastatteluista, jotka suoritin asukkaista koostuvalle ryhmälleni. Olen liittänyt sinne myös muutamia omia ehdotuksia.

Yleistä viriketoiminnan toteuttamisesta

Suunnittelin viriketoiminnan toteutusmallin taulukkomuotoisena, jossa näkyvät eri toiminnot. Viriketoiminnot toistuvat neljän viikon jaksoissa sarakkeittain pystysuorassa ja pääsääntöisesti vain viikonloppuisin esimerkiksi lauantaisin. Useimmat asukkaat ovat mukana työtoiminnassa, joten he kokevat viriketoiminnan järjestämisen arki-iltoina huonoksi ja epätarkoituksenmukaiseksi, koska he ovat silloin väsyneitä päivän työstä. Viriketoiminnan tarkoituksena on saada aikaan positiivisia tuntemuksia erilaisia asioita kohtaan. Yhdessä tekeminen rohkaisee ja palkitsee. Toisten ihmisten läheisyys luo turvallisuudentunnetta.

Viriketoimintaa tulee järjestää ainoastaan silloin, kun se asukkaiden mielestä on sopivaa. Väsyneenä tai muuten rasittuneena ei ole hyvä osallistua viriketoimintaan, sillä silloin toiminta ei vastaa sille osoitettuja tavoitteita. Kunkin asukkaan kohdalla tulee aina huomioida hänen henkilökohtaiset kiinnostuksen kohteet, voimavarat ja tarpeet.

Etukäteissuunnittelu auttaa viriketoiminnan järjestämisessä, mikäli kyseessä on esimerkiksi toiminta, jossa tarvitaan erityismateriaaleja kuten askartelussa tai rastisuunnistuksessa. Materiaalit, jotka valmistetaan etukäteen, eivät useinkaan ole kertakäyttöisiä vaan niitä voidaan soveltamalla käyttää monissa eri tilanteissa. Materiaalien valmistuksessa kannattaakin lähteä liikkeelle sillä periaatteella, että valmistetuista materiaaleista on pitempiäaikaista hyötyä ja siksi kannattaakin hieman panostaa materiaalien laatuun.

Taulukossa esiintyvä teema-askarteluaihe ei välttämättä asetu viikoittain aivan oikeaan ajankohtaan, joten teema-askartelun osalta toiminnan järjestely tai ajankohdan siirto tulisi huomioida. Myös retket sijoitellaan kullekin viikolle tai muuten sopivalle ajankohdalle määrärahojen puitteissa.

Toivon, että viriketoiminta toteutuisi suunnittelemani tavalla. Luonnollisesti ymmärrän myös tilanteet, joissa resurssit, joko henkilökuntapula tai määrärahat, eivät salli virike-toiminnan jatkuvaa toteuttamista. Ihanteellinen tilanne tietenkin olisi, että toiminnan toteuttaminen saisi tuulta alleen ja toteutuisi monipuolisena.

## 6 TULOKSET

### 6.1 Aineistolähtöisen analyysin tulokset

Aineistonlähtöisen sisällönanalyysin tuloksena teemahaastattelusta, jonka suoritin Litu-  
lammen palvelukodin asukkaista koostuvalle 5 henkilön ryhmälleni, etsin ja listasin  
ensin pelkistetyt ilmaukset.

Taulukko 3. Pelkistetyt ilmaukset

– musiikin rentouttava vaikutus	– seura kannustajana
– yhdessä tekeminen	– kannustus rohkaisuna
– luonto virkistäjänä	– asukkaan henkilökohtainen huomioi- minen
– harrastustoiminnan merkitys	– yksilöllisten tarpeiden huomioiminen
– eläimet ilon tuojina	– päivärutiiniin vaihtelu
– ryhmässä oleminen	– hoitosuhteen luottamuksellisuus
– oma rauha	– turvallisuuden kokeminen
– tulevaisuuden suunnitelmat (työtoi- minta)	– huomioiminen omana yksilönä
– myönteinen tunne yhdessäolosta	– leimautumattomuus
– huumori	– itsetunnon vahvistaminen
– asioista keskustelu	– sosiaalisuuden lisääntyminen
– aito kuunteleminen	– osallisuuden mahdollistaminen
– aito välittäminen	– hyvinvoinnin edistäminen
– vierellä pysyminen	– hoitohenkilöstön tuki
– toisen ihmisen läheisyys	– ystäviltä/läheisiltä saatu tuki

Löytämieni pelkistettyjen ilmausten pohjalta muodostin alaluokkia.

Taulukko 4. Pelkistetyistä ilmauksista muodostuneet alaluokat

Pelkistetty ilmaus	Alaluokka
Yhdessä tekeminen Ryhmätyöskentely Myönteinen tunne yhdessäolosta Huumori	Osallisuuden vahvistaminen
Musiikin rentouttava vaikutus Harrastustoiminnan merkitys	Toivon vahvistaminen

<b>Eläimet ilon tuojina</b> <b>Luonto virkistäjänä</b>	
<b>Oma rauha</b> <b>Yksilöllisten tarpeiden huomioiminen</b> <b>Itsenäinen työtoiminta</b> <b>Leimautumattomuus</b>	<b>Itsetunnon vahvistaminen</b>
<b>Asioista keskustelu</b> <b>Aito kuunteleminen</b> <b>Aito välittäminen</b> <b>Vierellä pysyminen</b>	<b>Empatia</b>
<b>Toisen ihmisen läheisyys</b> <b>Seura kannustajana</b> <b>Kannustus rohkaisijana</b>	<b>Kannustaminen</b>
<b>Päivärytmiin vaihtelun aikaansaaminen</b> <b>Itsetunnon vahvistaminen</b> <b>Sosiaalisuuden lisääntyminen</b> <b>Osallisuuden lisääntyminen</b>	<b>Hyvinvoinnin vahvistuminen</b>
<b>Yksilöllisyyden huomiointi</b> <b>Turvallisuuden kokeminen</b> <b>Asiakassuhteen luottamuksellisuus</b> <b>Hoitohenkilöstön tuki</b> <b>Ystäviltä/läheisiltä saatu tuki</b>	<b>Luottamus/avoin ilmapiiri</b>

Seuraavaksi yhdistin alaluokat, joista muodostuivat yläluokat ja pääluokat.

Taulukko 5. Aineiston yhdistämisestä muodostuneet pääluokat

<b>Alaluokka</b>	<b>Yläluokka</b>	<b>Pääluokka</b>
<b>Osallisuuden vahvistaminen</b> <b>Toivon vahvistaminen</b> <b>Itsetunnon vahvistaminen</b>	<b>Elämänhalun vahvistuminen</b>	<b>Osallisuus</b>
<b>Empatia</b> <b>Kannustaminen</b>	<b>Mukana elämisen/yhdessä tekeminen</b>	<b>Voimaantuminen</b>
<b>Hyvinvoinnin vahvistuminen</b>	<b>Turvallisuuden vahvistumien</b>	<b>Hyvä olo</b>
<b>Luottamus</b> <b>Avoin ilmapiiri</b> <b>Ohjaajilta saatu tuki</b> <b>Ystäviltä/läheisiltä saatu tuki</b>	<b>Ammattihenkilöstön tuki</b> <b>Läheisten tuki</b>	<b>Turvallisuus</b> <b>Sosiaalisuus</b>

Yläluokista ja pääluokista muodostui yhdistävä luokka.

Taulukko 6. Yhdistävän luokan muodostuminen

Yläluokka	Pääluokka	Yhdistävä luokka
<b>Elämänhalun vahvistuminen</b>	<b>Osallisuus</b>	
		<b>HYVINVOINNIN</b>
<b>Mukana eläminen/yhdessä tekeminen</b>	<b>Voimaantuminen</b>	<b>LISÄÄNTYMINEN</b>
<b>Turvallisuuden vahvistuminen</b>	<b>Hyvä olo</b>	
<b>Ammattihenkilöstön tuki Läheisten tuki</b>	<b>Turvallisuus Sosiaalisuus</b>	

Aineistolähtöisessä analyysissä muodostui yhdistävä luokka, joka vahvasti ilmaisi viriketoiminnan merkityksen tärkeyttä. Kehitysvammaisilla ihmisillä kokonaisvaltainen hyvinvointi lisääntyi ja samalla elämänilo vahvistui, mieli virkistyi ja toiminta toi mukavasti vaihtelua päivärytmiin. Viriketoiminnalla oli voimaannuttava vaikutus. Lisäksi yhdessä osallistuminen lisäsi sosiaalisuutta ja loi turvallisuuden tunnetta, joiden kokeamiseen liittyi yhdessä tekemisen kautta saatu henkinen ja sosiaalinen tuki.

## 6.2 Haastattelun ja sähköpostikyselyn tulokset

Kartoitin Lintulammen palvelukodin käytössä olevia resursseja ja muita mahdollisuuksia viriketoiminnan järjestämiseen työelämäohjaajaani haastatteleamalla. En analysoinut vastauksia tarkemmin vaan esitin faktatiedon näissä tuloksissa. Haastattelun avulla selvitin, millaista viriketoimintaa Lintulammen palvelukodissa on nyt ja on ollut, Lintulammen palvelukodin ja työntekijöiden resursseja viriketoiminnan järjestämiseen ja yleistä suhtautumista järjestettävää viriketoimintaa kohtaan.

Vastauksissa ilmeni, että pääsääntöisesti ohjaajat ja myös opiskelijat, ehkä silloin tällöin myös työllistetyt henkilöt, järjestävät talossa viriketoimintaa. Lintulammen palvelukodissa pelataan erilaisia pelejä ja ulkoillaan yhdessä ja luetaan Kalevaa. Tahkokankaan palvelukeskuksessa järjestetään disco kerran kuussa, josta asukkaat kovasti tykkäävät.

Yleensä asukkaat ilmaisevat sanomalla "oli kivaa", jos he ovat pitäneet järjestettävää toimintaa mukavana ja virkistävänä.

Lintulammen palvelukodilla järjestetään myös ryhmämuotoista toimintaa. Yhdessä voidaan esimerkiksi käydä ostoksilla tai talon asukas voi käydä ostoksilla myös yksin. Silloin tällöin asukkaat pääsevät talon ulkopuolella järjestettäville retkille esimerkiksi Hailuotoon tai Koitelinkoskelle makkaranpaistoon tai johonkin konserttiin. Kesätorilla voidaan käydä pienissä ryhmissä. Lintulammen palvelukodin pihamaalla järjestetään varsinkin kesäaikaan kahvittelua, lettujen paistoa ja mukavaa yhdessäoloa ja Lintulammen luontopoluilla kävely tarjoaa mukavan kosketuksen luontoon. Vastuu viriketoiminnan järjestämisestä on ohjaajilla ja talon koko henkilökunnalla. Useinkin ohjaajien aika menee kuitenkin perushoitoon, joten resursseja talon viriketoiminnan kehittämiseen ja suunnitteluun jää valitettavan vähän.

Asukkaiden edunvalvoja päättää asukkaan rahojen käytöstä eikä Lintulammen palvelukodilla ole erillistä vuosibudjettia virkistystoimintaan. Oulun kaupungin lahjoitusrahasto voi myöntää avustuksia esimerkiksi retkiin, jos rahantarve on hyvin perusteltua. Usein vastuu esimerkiksi kuljetusten maksamisesta jää kuitenkin asukkaalle. Talon ulkopuolinen ohjaaja järjestää kerran viikossa kuvataidekerhon Lintulammen palvelukodilla ja kehitysvammaisten pappi vierailee kerran kahdessa kuukaudessa. Muutama asukkaista käy viikoittain seurakunnan järjestämässä kerhossa Oulussa Karjasillalla. Muutamat asukkaat saavat vaihtelua ja virikkeitä päivään osallistumalla työtoimintaan, jota järjestetään muun muassa Lehtorannan palvelukodilla.

Esitän tässä myös tulokset sähköpostikyselystä, jonka lähetin Oulun seudun kehitysvammaisten toimintakeskusten ja asumisyksiköiden esimiehille ja ohjaajille. Kyselyn lähetin kuudelle eri henkilölle. Tulokset julkaisen teemoittelua apuna käyttäen.

Oulun kaupungin vammaispalvelujen työntekijöille lähettämässäni kyselyssä tiedustelin yleisesti Oulun kaupungin kehitysvammaisille järjestettävän viriketoiminnan toteutusta, resursseja ja toiminnan muotoja. Vastauksista löytyi paljon yhtäläisyyksiä, mutta myös hieman eroja, johtuen kunkin yksikön omasta tavasta toimia. Perusasioissa yksiköiden

täytyy kuitenkin noudatella Oulun kaupungin asettamia yleisiä linjoja esimerkiksi työntekijöiden määrän ja ulkopuolisiin palveluihin käytettävien määrärahojen suhteen.

Kysymykseen "Minkälaista viriketoimintaa yksiköissänne järjestetään?", sain kattavia vastauksia sekä yksiköiden esimiehiltä että ohjaajilta. Toimintakeskuksissa, joissa järjestetään päivätoimintaa, korostuu viriketoiminnan osuus, mutta työtoiminnassa viriketoimintaa on ajallisesti vähemmän. Toimintakeskuksissa ja asumisyksiköissä viriketoiminnan toteuttamisen menetelmät ovat melko lailla samoja.

Eri yksiköissä järjestetään monenlaista liikuntaa muun muassa sählyä, voimistelua, kuntosalitreenejä, uintia, kävelyä, rentoutusta ja istumajumppaa eli tuolijumppaa. Joissakin yksiköissä järjestetään erityisliikunnan ohjaajan vetämää liikuntakerhoa. Asiakkaat/asukkaat voivat käydä myös keilaamassa tai hiihtämässä. Viriketoiminnassa ovat mukana myös taideharrastukset kuten piirustus, maalaaminen ja askartelu monissa eri muodoissa. Taideryhmässä käyntiin ja musiikin kuunteluun on myös mahdollisuus.

Viriketoimintana toimivat yhteiset tapahtumat esimerkiksi ystävänpäiväjuhlat, yhteiset toimintapäivät muiden yksiköiden kanssa tai vuotuiset retket lähiympäristön eri kohteisiin sekä yöpymisiä sisältävät kesäretket. Lisäksi yksiköissä tehdään ostos/kaupunkiretkiä ja voidaan järjestää mahdollisuus päästä vaikkapa kärppäpeliin. Vuotuinen tanssitapahtuma järjestetään Nuijamiesten lavalla. Asiakkaille/asukkaille voidaan järjestää myös erilaisia kursseja esimerkiksi ensiavun kursseja. Kädentaitoja harjoitetaan monella tapaa, esimerkiksi tehdään biopusseja sanomalehdistä.

Toimintakeskuksissa ja asumisyksiköissä katsellaan myös elokuvia, lauletaan karaokea, pelataan lautapelejä ja lauletaan yhteislauluja. Yksiköissä järjestetään hemmottelupäiviä ja opiskelijoiden vetämiä toimintatuokioita. Asiakkaat/asukkaat saavat esittää myös omia toiveitaan viriketoiminnan suhteen. Luonnollisesti asiakkaat ja asukkaat osallistuvat talon siivoukseen, keittiötöihin ja heidän kanssaan keskustellaan oman hygienian hoitamisesta. Järjestettävä viriketoiminta on usein suunnitelmallista ja viikko-ohjelma voikin olla näkyvissä jo etukäteen. Aamuisin käsitellään yhdessä päivän tapahtumat ja lueskellaan sanomalehtiä. Päivätoiminnan keskeisin juttu on toteuttaa aikuiskasvatusta, toimintakyvyn ja peruskunnon ylläpitoa ja kehittämistä.

Kysymykseen kaksi vastaukset noudattelivat melko lailla samaa linjaa. Viriketoimintaa toimintakeskuksissa ja asumisyksiköissä ohjaa pääsääntöisesti talon oma henkilökunta esimerkiksi työvuorossa oleva ohjaaja tai hoitaja. Yleensä toiminta perustuu yhdessä laadittuun suunnitelmaan. Musiikkiryhmän tai taideryhmän ohjaajat ovat ulkopuolisia toimijoita. Satunnaisesti apuohjaajana voi toimia palkkatuella oleva työntekijä tai kuntouttavan työtoiminnan kautta tuleva työntekijä. Opiskelijat ohjaavat myös viriketoimintaa.

Toimintakeskuksissa ja asumisyksiköissä on hyvällä toiminnan suunnittelulla mahdollista järjestää viriketoimintaa, joka kuuluu palveluun. Päivätoiminnan puolella saattaa olla hyvinkin haastavasti käyttäytyviä asiakkaita, joten ohjausresursseja ehkä kaivattaisiin. Henkilökuntaa ei ole koskaan liikaa ja nimenomaan viriketoiminnan ohjaamiseen kaivattaisiin ehkä lisää resursseja. Nykyinen toiminta järjestetään henkilökunnan resursien ja asiakkaiden toiveiden mukaan.

Viriketoiminnan kehittämiseen saadaan varoja toimintayksiköiden budjetin avulla. Eriksseen määrärahaa ei ole, joten toiminta perustuu kaupungin laatimaan kokonaisbudjettiin. Muun muassa henkilöstön palkkaukseen ja materiaalienoihin saatavat rahat tulevat sieltä. Joistakin erityisistä tilaisuuksista asiakkaat maksavat "oma vastuun". Jonkin verran yksiköt saavat myös lahjoitusvaroja. Asiakkaat/asukkaat ja heidän omaisensa kustantavat satunnaisesti ulkopuolisen tarjoaman toiminnan. Varoja toimintaan saadaan myös tuotteiden myymisestä. Materiaalirahat ovat yleensä melko niukat, joten on hyvä suosia luovuutta ja kierrätystä esimerkiksi askartelun suhteen. Viriketoimintaa on pysytty kehittämään myös satunnaisten koulutusten puitteissa, joiden kustannuksiin Oulun kaupunki osallistuu.

Viriketoiminnasta vastaa ohjaajat tai hoitajat. Viriketoiminnan päivittäinen vastuu kuuluu aina työvuorossa oleville henkilöille. Työvuorossa tehdään työnjako ja sen mukaisesti toimitaan Vastaava ohjaaja ja palveluesimies vastaavat viriketoiminnan laadusta ja määrästä viimekädessä. Kerhotoiminnan viriketoiminnasta ja suunnittelusta sekä toteutuksesta vastaavat kerhojen vetäjät. Satunnaisesti yksiköissä järjestetään teemapäiviä ja yhteisiä retkiä, joista vastaa koko toimintakeskuksen tai asumisyksikön henkilökunta.



Useimmissa yksiköissä henkilökunta vahvuus on melko hyvä. Erityisryhmiä varten hyvin suunnitellusti voisi olla lisää ohjausresursseja. Pienryhmätoiminnan lisääminen voisi olla suotavaa. Olemassa olevia yhteistyötahoja voisi käyttää enemmän asiakkaiden viriketoiminnan toteutuksessa ja omaa toimintaa tulisi ideoida aktiivisesti.

Jos olisi mahdollisuus saada lisäresursseja tässä taloudellisessa tilanteessa, toimintakeskuksiin toivottaisiin vaikkapa määräraikaista ryhmää, esimerkiksi 10 kertaa luovaa toimintaa. Ohjaajaresursseja toivottaisiin esimerkiksi muilta organisaatioilta, kolmannelta sektorilta tai yksityisiltä palveluntarjoajilta. Määräaikaisissa ryhmissä ulkopuolisen ohjaajan tulisi olla kykenevä ohjaamaan toiminnassa käytettävää asiaa eli hänen tulisi tuntea ohjattavaan viriketoimintaan liittyvä menetelmä. Lisäohjausresurssien käyttö lähtisi tarpeen kartoituksesta, suunnittelusta ja johtaisi toteutukseen ja toiminnan arviointiin. Tärkeää on, että kaikki tehdään yhdessä koko henkilökunnan kanssa.

Viriketoiminnan järjestämisestä saatu palaute asiakkailta/asukkailta on ollut positiivista. He osallistuvat aktiivisesti toimintaan, mutta kuitenkin he antavat harvoin sanallista palautetta. Omaisilta saadaan usein myönteistä palautetta. Asiakkaat/asukkaat pitävät myös päivätoiminnasta. Asiakkailta/asukkailla on keskimäärin 3 toimintapäivää; joillakin on 1 - 2 päivää/viikko, joillakin jopa 5 päivää/viikko. Toimintapäivien lukumäärä sovitaan aina yksilöllisesti ja asiakaskohtaisesti.

Tiedusteluuni, millaista viriketoimintaa yksiköt haluaisivat toteuttaa ja järjestää, tuli monenlaisia vastauksia. Toimintakeskuksiin toivottaisiin lisää esimerkiksi kursseja, joihin asiakkaat voisivat osallistua oman kiinnostuksensa mukaan. Tällaisia kursseja voisivat olla muun muassa ensiapukurssit, ruuanvalmistuskurssit, musiikkikurssit tai valokuvauskurssit. Viriketoiminnaksi toivottiin myös erilaisia liikuntamuotoja vaikka tanssikursseja. Erityisliikunnan avulla voitaisiin asiakkaille/asukkaille kokeilla ja opettaa uusia liikuntamuotoja. Musiikkitoimintaa toivottaisiin enemmän. Vierailijoita ja erityisasiantuntijoita voisi kutsua myös vierailemaan toimintakeskuksissa ja asumisyksiköissä. Keskustelukerhot ja lauta- tai seurapeliin pelaaminenkin voisi olla virkistävää.

Suoritin havainnointia koko opinnäytetyöprosessin aikana eli ajalla 2.12.2013 – 18.6.2014. Tulokset olivat positiivisia, sillä huomasin ryhmässäni myönteistä kehitystä,

joka ilmeni monella tavalla niin sanoissa kuin teoissakin. Havainnoinnin kautta tekemäni huomiot kohdistuivat pieniin arkisiin asioihin, jotka johtivat minun ja ryhmäläisteni väliseen luottamukseen ja uskon, että tämä oli eräs tärkeä syy siihen, että viriketuokiot onnistuivat niin hyvin. Sain ryhmäni eräältä jäseneltä muun muassa kirjan, useat heistä kutsuivat minut omaan huoneeseensa ja esittelivät tärkeitä asioitaan ja tuntui siltä, että olin aina tervetullut heidän joukkoonsa. Havaintoihini perustui myös ajatus, että jokaisen viriketuokion jälkeen ryhmäläiset vaikuttivat aina vain innostuneimmilta ja motivoituneimmilta.

Havainnot puhuivat vahvasti virikkeellisen toiminnan ja sen hyvinvointia lisäävän merkityksen puolesta. Havaitsin myös sen, että ryhmäläisten välinen yhteenkuuluvuus lisääntyi ja selvästi huomasin, että viriketoimintaryhmään kuuluminen oli jokaiselle ryhmäläiselle erittäin tärkeää. Haastatteluja suorittaessani aistin ryhmäläisissäni suurta innostusta haastatteluun osallistumisesta. Kaikki eivät olisi malttaneet odottaa edes omaa vuoroaan. Ryhmäläiseni kyselivät usein: *”Onko jo minun vuoro tai joko nyt haastattelet minua?”* Kuulin ryhmäläisteni myös sanovan: *”Tällaista toimintaa voisi olla enemmänkin”*. Kaikki nämä havainnot kertoivat ryhmäläisteni vahvasta osallistumisenhalusta ja halusta tulla yhdenvertaisesti kohdelluksi ja huomioduksi.

## 7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Osallisuus merkitsee mukanaoloa, vaikuttamista sekä huolenpitoa ja yhteisesti rakennetusta hyvinvoinnista osalliseksi pääsemistä. Sosiaali- ja terveystieteillä tuetaan muun muassa erityisryhmien osallisuutta ja ihmisarvoista elämää. Näihin asioihin vaikutetaan keskeisesti myös työtä, asumista, koulutusta, liikkumista, ympäristöä ja rakentamista koskevilla ratkaisulla. Sosiaali- ja terveysministeriön vastuulla on huolehtia siitä, että ihmisillä on kohtuullinen toimeentulo ja toimivat peruspalvelut. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2014, hakupäivä 9.6.2014.) Vammaispolitiikan periaatteina ovat vammaisten henkilöiden oikeus yhdenvertaisuuteen, osallisuuteen ja syrjimättömyyteen sekä tarpeellisiin palveluihin ja tukitoimiin (Sosiaali- ja terveysministeriö, hakupäivä 9.6.2014).

Hallitus haluaa turvata vammaisten henkilöiden oikeudenmukaisen aseman yhteiskunnassa puuttamalla epäkohtiin konkreettisin korjaus- ja kehittämistoimenpitein. Tätä työtä varten käynnistettiin vammaispoliittisen ohjelman (VAMPO) valmistelu. Ohjelmassa linjataan lähivuosien (2010–2015) konkreettiset vammaispoliittiset toimenpiteet. Ohjelma luo vahvan pohjan vammaisten henkilöiden yhteiskunnallisen osallisuuden ja yhdenvertaisuuden toteuttamiselle. (Suomen vammaispoliittinen ohjelma VAMPO 2010–2015, 3, 23.)

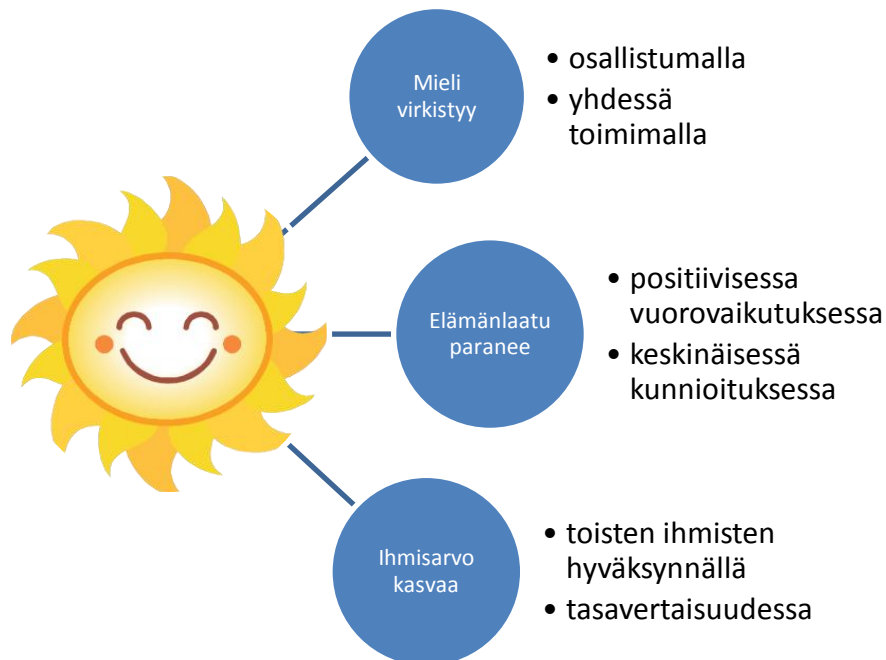
Viriketoimintaa järjestetään Oulun seudun kehitysvammaisten toimintakeskuksissa ja asumisyksiköissä vaihtelevasti, mutta hyvin monipuolisesti. Viriketoiminnan järjestämisen edellytykset ja mahdollisuudet määräytyvät pitkälle yleisten toimintatapojen ja resurssien pohjalta, mutta luovuudella ja kierrätysmateriaalien hyödyntämisen avulla toiminta saa uusia ulottuvuuksia. Päivätoiminnan asiakkaat tarvitsevat enemmän valvontaa ja ohjausta kuin työtoiminnan asiakkaat. Riittävä valvonta takaa myös riittävän turvallisuuden, sillä osalla asiakkaista/asukkaista saattaa esiintyä väkivaltaista käyttäytymistä tai epilepsiaa.

Päivittäiset asiakasryhmät ovat isoja ja osa asiakkaista hyvinkin avustettavia. Pienryhmät olisivat suotavia asiakkaiden tason perusteella ja toimintakin olisi tuolloin enemmän asiakaslähtöisempää. Ulkopuoliset vetäjät olisivat tervetulleita. Yksiköissä oltiin osin myös sitä mieltä, että suuralueen palvelut ja mahdollisuudet muun muassa kulttuu-

riin ja liikuntaan liittyvät, olivat niukat. Asumisyksiköissä asukkaat toivovat enemmän myös vapaa-ajan toimintaa.

Asiakkaat ovat olleet kuitenkin pääsääntöisesti tyytyväisiä järjestettyyn toimintaan. Osallistuminen viriketoimintaan on ollut aktiivista ja kokemukset ovat olleet miellyttäviä, mikä voidaan päätellä osallistujamääristä ja tunnelmasta. Viriketoiminnasta asiakkaille syntynyt tyytyväisyyden tunne johtaa innokkaaseen osallistumiseen. Osallistuminen koetaan tärkeäksi. Osallisuus ja yhteisöllisyys ovat vahvoja arvoja. Erityisen tärkeää on, että kursseja ja viriketoimintaa suunniteltaessa kuultaisiin vielä entistäkin enemmän asiakkaiden toiveita ja tarpeita. Viriketoiminnan tulisi vastata myös sille asetettuja tavoitteita ja omaisten mielipidekin tulisi huomioida.

*Omat johtopäätökset - onko hyvinvointia saavutettu viriketoiminnan ja osallisuuden keinoin?*



Kaavio 4. Hyvinvoinnin osa-alueet

Toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena voi olla ammattilaisten pariin suunniteltu toiminnan ohjeistaminen, opastaminen, toiminnan järjestäminen tai järjeistäminen (Vilka ym. 2003, 9). Omassa opinnäytetyössäni pyrin ensisijaisesti viriketoiminnan järjestämiseen kehitysvammaisille ihmisille.

Viriketoiminta lisää kehitysvammaisten ihmisten osallisuutta ja tämän kautta heidän oman arvontuntoaan. Viriketoimintaan osallistujien kesken syntyi tiivis ryhmä niin sanottu verkosto, jonka yhteistoiminta loi turvallisuutta ja sai arkielämään jatkuvuuden tunnetta. Uskon, että tämän kautta asiakkaan henkilökohtainen elämänhallinta parani ja hyvinvointi lisääntyi. Oulun kaupungille lähettämäni kyselyn vastausten perusteella "rivien välistä" korostui lisäresurssien tarve niin henkilöstön, materiaalien kuin määrärahojenkin osalta. Tästä syystä tulevaisuudessa Oulun kaupungissa viriketoiminta resurssien kartoitus olisi erittäin tärkeää. Kehitysvammaiset asiakkaat voisivat soveltuvin osin olla mukana suunnitteluun ja päätöksentekoon liittyvissä palavereissa mikä vahvistaisi heidän hyvinvointiaan, osallisuuttaan ja määrittely- ja päätöksenteko taitoaan. Viriketoiminnalla on kauaskantoiset, positiiviset vaikutukset kehitysvammaisten ihmisten elämässä. Vaihtelu virkistää ja toiminnan jatkuvuus saa aikaan tunteen, että jotain mukavaa on odotettavissa.

Hyvinvoinnin käsite on hyvin laaja-alainen. Ihmiset kokevat asiat eri tavalla. Kuitenkin on selvää, että kehitysvammaisten asiakkaiden hyvinvointi lisääntyy viriketoiminnan avulla. Erilaiset toimintatavat ja muukin vaihtelevuus toiminnassa aikaan saavat sen, ettei viriketoiminnasta tule tylsää vaan mielenkiinto toimintaa kohtaan säilyy viikosta toiseen.

Vaihtelevalla viriketoiminnalla on merkitystä myös kehitysvammaisen asiakkaan mielenterveyden kannalta. On tärkeää, että viriketoimintaryhmissä vallitsevat hyvät ihmissuhteet, sillä se antaa pohjaa hyvälle ja onnellisille tunteille. Viriketoimintaan osallistuminen arvottaa elämää oikealla tavalla. Toimintaan osallistumalla voi tehdä hyviä valintoja erilaisissa toimintaympäristöissä. Viriketoiminnan kautta kehitysvammaisten asiakkaiden voi olla helpompaa ilmaista myös positiivisia ja negatiivisia tunteita.

Viriketoiminta on tarpeellista, kehittävää ja monin tavoin stimuloivaa. Henkilökunnan ennakkosuunnittelulla on suuri merkitys, koska sen avulla viriketoiminta voidaan suunnitella siten, että jokaisen kehitysvammaisen asiakkaan tarpeet huomioidaan, jolloin toiminta kohdennetaan juuri oikeisiin asiakkaisiin. Haastatteluista saamani asiakkaiden mielipiteet puoltavat vahvasti monipuolisen viriketoiminnan järjestämistä. Teemahaas-

tattelusta tekemäni aineistolähtöisen sisällönanalyysin tuloksena tein viriketoiminnan järjestämistä puoltavia päätelmiä.

Mielestäni monipuolinen viriketoiminta tukee kehitysvammaisten ihmisten kokonaisvaltaista hyvinvointia. Hyvinvointiin sisältyy sekä psyykinen että fyysinen terveys sekä sosiaalisen ja henkisen tuen tarve. Lopputuloksena voidaan pitää sitä, että teema-haastatteluaineiston analyysin pohjalta syntyi yhdistävä päätelmä, jonka mukaan Lintulammen palvelukodin kehitysvammaisten aikuisten ihmisten saamat kokemukset viriketoiminnasta vahvistivat positiivisia tunteita sekä lisäsivät elämäniloa ja virkistystä ja toivat päivärytmiin vaihtelua.

Palaute viriketoiminnan ohjaamisesta

Pidimme loppuarvioinnin ohjaamisen onnistumisesta Lintulammen palvelukodilla 17.9.2014. Ohjaajani antoi minulle seuraavanlaisen kirjallisen palautteen:

*”Heli onnistui jokaisessa viidessä viriketuokiassa kaikilta osin kiitettävästi. Alussa valitsimme yhdessä asukkaistamme sopivan ryhmän ja mietimme, millaisia tuokioita heille kannattaisi pitää. Kaikki kerrat oli huolellisesti suunniteltu sekä valmisteltu ja aiheet olivat monipuolisia ja kiinnostavia. Jokaisella viriketuokiolla oli selkeä aloitus ja lopetus, mikä helpottaa kehitysvammaisia keskittymään tulevaan tapahtumaan ja siirtymään sen loputtua seuraavaan tekemiseen. Helin ohjaustyylillä on motivoiva ja innostava. Hän sai osallistujat todella hyvin kiinnostumaan valitsemistaan aiheista alusta alkaen, kun hän kertoi jokaisen tuokion alussa, mitä aihetta käsitellään ja mitä tullaan tekemään. Innostus ja kiinnostus säilyivät loppuun asti, vaikka jokainen tuokio kesti yli kaksi tuntia. Helin ohjaustyylillä on selkeä ja rauhallinen sekä hän ottaa kaikki osallistujat huomioon mm. jakamalla puheenvuoroja ja kyselemällä jokaiselta erikseen, jolloin myös hiljaisimmat osallistujat pääsevät mukaan. Helin vuorovaikutus kehitysvammaisten kanssa on luonnollista ja asiallista sekä hän kohtelee heitä yksilöllisesti ja heidän ikänsä vaatimalla tavalla. Heli saavutti hyvin osallistujien luottamuksen ja heidän oli helppo lähestyä häntä. Kaikilla oli mukavaa ja odotettiin jokaisen kerran päätyttyä, milloin taas tavataan seuraavan kerran”!*

## 7 POHDINTA

Nykypäivän yhteiskunnassa kehitysvammaisten ihmisten palveluasumisen laatua on paljonkin paranneltu aikaisempiin vuosiin verrattuna. Ihmisten hyvinvointiin ja asumisen laatuun kiinnitetään enemmän huomiota. Kehitysvammaisille ihmisille tarkoitettua viriketoimintaa on alettu suunnitella ja toteuttaa aikaisempaa enemmän. Mielestäni tämä on hyvä suuntaus ja toimintatapa.

Kehitysvammaiset ihmiset jäävät helposti paikoilleen ja turhautuvat. Tästä syystä heille järjestetty kaikenlainen aktiivinen toiminta on suositeltavaa. Kehitysvammaiset ihmiset on hyvä ottaa mukaan ryhmätoimintaan. Tätä kautta heillä kasvaa luottamus toisiin ihmisiin, heidän vireystasonsa kasvaa ja elämänhalu lisääntyy.

Kehitysvammaisille ihmisille on tärkeää, että viriketoiminta suunnitellaan juuri heitä varten. Viriketoimintaa suunniteltaessa on hyvä huomioida esimerkiksi kehitysvammaisen ihmisen sairaudet tai liikuntarajoitteet. Viriketoiminnan ei tulisi koskaan olla sellaista, että siinä mukanaolo tuntuisi epämiellyttävälle, ahdistavalle tai tuskalliselle. Viriketoimintaan osallistuminen täytyy lähteä aina kehitysvammaisen ihmisen omasta tahdosta. On tärkeää, että viriketoiminta saa aikaan hyvän mielen ja tunteen, että toimintaan voisi osallistua uudelleenkin.

Tutkielmani tekeminen oli erittäin mielenkiintoista ja hauskaa. Sen piirissä koin ikimuistoisia hetkiä valloittavien ja positiivisten kehitysvammaisten ihmisten seurassa. Koin uusia asioita, näin uusia paikkoja, tapasin innostuneita ja motivoituneita ihmisiä ympärilläni niin ohjaajia kuin asukkaitakin. Sain kokea, että yhdessä suunnittelemalla saimme hyviä tuloksia ja hyvää toimintaa aikaiseksi. Opin myös sen, että yhdessä toimimalla voimme tukea toinen toisiamme. Elämä on joukko monenlaisia polkuja, joiden varrella vastaan tulevat asiat täytyy kohdata kukin kerrallaan. Tämän polun varrella minua tulivat vastaan kehitysvammaiset ihmiset, jotka jäivät mieleeni yhtenä elämäni tärkeimpinä asioina.

Toivon, että tekemäni viriketoiminnan suunnittelu tulisi konkreettiseen käyttöön ja että sitä voitaisiin monipuolisesti hyödyntää muissakin yksiköissä kuin Lintulammen palve-

lukodilla. Sovellettuna se varmasti toimii useissa toimintakeskuksissa ja asumisyksiköissä. Tutkielmani teoria ja käytäntö vastaavat hyvin toisiaan ja uskoisin, että tutkielmani on myös luotettava, koska se perustuu vankasti kehitysvammaisten ihmisten oma-kohtaisiin kokemuksiin ja mielipiteisiin ja luotettavaan haastattelu- ja kyselytietoon.



## LÄHTEET

- Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) 2001. Ikkunoita tutkimusmetodeihin. Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. PS-kustannus. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Aitoon koulutuskeskus. Ammatillinen erityisoppilaitos. Hakupäivä 22.5.2014.  
><http://aikk.fi/koulutustarjonta/harrastustoiminta/>
- Alasuutari, P. 2011. Laadullinen tutkimus 2.0. Riika: InPrint.
- Eskola, J. 2007. 6-8? (Teema)haastattelututkimuksen toteuttamisesta. Teoksessa Viinamäki, L. & Saari, E.(toim.) 2007. Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 1999. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- ESOK- hanke 2006–2011. Hakupäivä 3.3.2014.  
><http://www.esok.fi/esok-hanke/julkaisut/joutuu/toteuttaminen/3-1>.
- Finlex > Laki kehitysvammaisten erityishuollosta 519/1977/1.1.1978.
- Finlex >Laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista 3.4.1987/380.
- Finlex. fi > Sosiaalihuoltolaki 710/1982/1.1.1984.
- Google kuvahaku, hakusanoilla hyvinvointi ja vammaisten hyvinvointi. Hakupäivä 23.7.2014.)
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2000. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2000. Tutki ja kirjoita. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Hurtig, J., Laitinen, M. & Uljas-Rautio, K. (toim.) 2010. Ajattele itse. Tutkimuksellisen lukutaidon perusteet. PS-Kustannus. Juva: Bookwell Oy.
- Kajak, Kajaanin ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyöpakki. Hakupäivä 3.3.2014.  
><http://193.167.122.14/Opari/ontTukiKeruuHaastattelu.aspx>.
- Kaski, M., Manninen, A. & Pihko, H. 2012. Kehitysvammaisuus. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Kehitysvamma-alan verkkopalvelu. Vernerin. Hakupäivä 27.5.2014.  
> <http://www.verneri.net/yleis/mita-kehitysvammaisuus-on>
- Kehitysvamma-alan verkkopalvelu. Vernerin. Hakupäivä 27.5.2014.  
>[http://verneri.net/yleis/yksil % C3 % B61 % C3 % A4ht % C3 % B6inen-ajattelutapa](http://verneri.net/yleis/yksil%20C3%20B61%20C3%20A4ht%20C3%20B6inen-ajattelutapa)
- Koppa. Jyväskylän yliopisto.  
> <https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/etnografinen-tutkimus>
- KvaliMOTV. Teoria ja tutkimus. Hakupäivä 29.12.2013.  
>[http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L2\\_2.html](http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/kvali/L2_2.html).
- Kylén, G. 1989. Kehitysvammaiset ja ymmärrys. Suom. Kristiina Vuorela. Kehitysvammaliitto. Helsinki: Alkuperäinen julkaisu 1981.
- Laitinen, M. 2010. Kirjassa Hurtig, J., Laitinen, M. & Uljas-Rautio, K.(toim.)2010. Ajattele itse. Tutkimuksellisen lukutaidon perusteet. PS-Kustannus. Juva: Bookwell Oy.
- Malm, M., Matero, M., Repo, M. & Talvela, E-L. 2004. Esteistä mahdollisuuksiin. Vammaistyön perusteet. Porvoo: WS Bookwell Oy.
- Metsämuuronen, J. 2008. Laadullisen tutkimuksen perusteet. Metodologia-sarja 4. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.

- Metsämuuronen, J. 2009. Tutkimuksen tekemisen perusteet ihmistieteissä. 1. painos. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Molander, L. 1992. Ymmärrätkö kehitysvammaista? Ruotsinkielinen alkuteos Att förstå barn och vuxna med förståndshandikapp 1989. Lars Molander och Bokförlaget Natur och Kultur.
- Nouko-Juvonen, S. 1995. Kehitysvammaisuuden tulkinnat 1990-luvun kuntayhteisössä. Valtakunnallisen tutkimus- ja kokeiluyksikön julkaisuja 67/1995. Kehitysvammaliitto ry. Helsinki: Hakapaino Oy.
- Oulun kaupungin hyvinvointipalvelut. Hakupäivä 23.7.2014.  
> <http://www.ouka.fi/oulu/paatoksenteko-ja-hallinto/hyvinvointipalvelut>
- Oulun kaupungin vammaispalvelut. Hakupäivä 23.7.2014.  
> <http://www.ouka.fi/oulu/vammaisuus/>
- Patton, M. 1990. Qualitative evaluation and research methods. Second edition. Newbury Park: Sage Publications.
- Papunet verkkopalveluyksikkö. Hakupäivä 15.4.2014.  
> <http://papunet.net/materiaalia/virikemateriaalit>
- Papunet verkkopalveluyksikkö. Hakupäivä 15.4.2014. > <http://papunet.net/teemat>
- Papunet verkkopalveluyksikkö. Hakupäivä 15.4.2014. > <http://papunet.net/tietoa/aistit-ja-vuorovaikutus>
- Pohjola, A. 2007. Eettisyyden haaste tutkimuksessa. Teoksessa Viinamäki, L. & Saari, E. (toim.) 2007. Polkuja soveltavaan yhteiskuntatieteelliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Rauhala, L. 2005. Ihmiskäsitys ihmistyössä. Helsinki: Yliopistopaino.
- Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia. Hakupäivä 4.4.2014.  
> <http://www.talentia.fi/tyoelamassa/ammattietiikka>
- Sosiaalialan verkkopalvelu. Sosiaaliportti. Hakupäivä 22.5.2014.  
> <http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/vammaispalvelujen-kasikirja/itsenaisen-elamantuki/paivatoiminta/>
- Sosiaalialan verkkopalvelu. Sosiaaliportti. Hakupäivä 22.5.2014.  
> <http://www.sosiaaliportti.fi/fi-FI/lastensuojelunkasikirja/tyoprosessi/avohuolto/muuttukitoimet/>
- Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö 2014. Hakupäivä 9.6.2014.  
> [http://www.stm.fi/hyvinvointi/osallisuuden\\_edistaminen](http://www.stm.fi/hyvinvointi/osallisuuden_edistaminen)
- Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö 2014. Hakupäivä 9.6.2014.  
> [http://www.stm.fi/hyvinvointi/osallisuuden\\_edistaminen/vammaispolitiikka](http://www.stm.fi/hyvinvointi/osallisuuden_edistaminen/vammaispolitiikka)
- Suomen vammaispoliittinen ohjelma VAMPO 2010–2015. Vahva pohja osallisuudelle ja yhdenvertaisuudelle. Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriön julkaisuja 2010:4. Hakupäivä 10.6.2014.  
> [http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=1087414&name=DLFE-12157.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=1087414&name=DLFE-12157.pdf)
- Syrjälä, L., Ahonen, S., Syrjäläinen, E. & Saari, S. 1996. Laadullisen tutkimuksen työtapoja. Rauma: Kirjapaino Oy West Point.
- Toivonen, T. 1999. Empiirinen sosiaalitutkimus. Filosofia ja metodologia. Porvoo: WSOY.
- Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Latvia: Livonia Print.
- Töttö, P. 2004. Syvällistä ja pinnallista. Teoria, empiria ja kausaalisuus sosiaalitutkimuksessa. Saarijärvi: Gummerus Kirjapaino Oy.

- Tilastokeskus Virsta. Virtual statistics. Hakupäivä 19.1.2014.  
> <http://www.stat.fi/virsta/tkeruu/02/03/>.
- Vehmas, S. 2005. Vammaisuus. Johdatus historiaan, teoriaan ja etiikkaan. Tampere: Tammer-Paino.
- Vilkkä, H. 2005. Tutki ja kehitä. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.
- Vilkkä, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Yin, R.K. 1983. Case study research. Design and methods. Applied social research methods series vol 5. London: Sage. Teoksessa Syrjälä, L., Ahonen, S., Syrjäläinen, E. & Saari, S. 1996. Laadullisen tutkimuksen työtapoja. Rauma: Kirjapaino Oy West Point.
- Ylikoski, P. 1986. Yhteisö kehitysvammaisenhoito- ja asumismuotona. Hoitoyhteisöjen hoidollisen lähestymistavan ja toiminnan tarkastelua. Sosiaalipolitiikan laitoksen raportteja 5/1986. Tampereen yliopisto.

## LIITTEET

- Liite 1. Opinnäytetyön aihealoitelomake
- Liite 2. Opinnäytetyön tutkimuslupa-anomus
- Liite 3. Opinnäytetyön tutkimuslupa-anomus (jatkoa)
- Liite 4. Opinnäytetyön tutkimuslupa-anomus (jatkoa)
- Liite 5. Opinnäytetyön hankkeistussopimus
- Liite 6. Sähköpostikysely viriketoiminnan järjestämisestä
- Liite 7. Taustatietoja selvittävät kysymykset ohjaajalle
- Liite 8. Teemahaastattelun kysymykset ryhmäläisilleni
- Liite 9. Loppuarviointi hymiöt ryhmäläisilleni
- Liite 10. Peukkumerkit väliarviointiin ryhmäläisilleni

## Liite 1.

Kemi Tornion  
ammattikorkeakoulu

Opinnäytetyön  
AIHEALOITTELOMAKE

Opiskelija(t) laatii/laativat tutki-musrhythälle, koulutusohjelmavastaavalle tai vastuopettaja(ji)lle aihealotteen, jonka tulee sisältää seuraavat es-ot:

<b>Opinnäytetyön tekijä(t)</b> (Nimi, koulutusohjelma, yhteystiedot)	Heli Keränen Sosiaalialan koulutusohjelma, sosionomi AMK Maustete 26, 90460 Oulunsalo p. 040 5357171.
<b>Tehneiset opintosuoritukset</b> (opintotermäärä)	109,5
<b>Opinnäytetyö aihe ja sen perustelut</b>	Lintulammen palvelukodin asukkaille järjestettävän virke-toiminnan suunnittelu ja toiminnan merkitys heidän hyvinvoinnilleen  Oulussa Lintulammen palvelukodissa on tarvitta tällaiselle ohjelukselle, sillä heiltä puuttuu kokonaan järjestelmällinen virke-toiminnan järjestäminen. Virke-toiminta on erittäin tärkeää kehitysvammaisille asiakkaille.
<b>Opinnäytetyön tavoite</b>	Tavoitteenani on tehdä toimiva, toiminnallinen suunnitelma siitä, kuinka virke-toiminta Lintulammen palvelukodissa tullee tulevaisuudessa järjestämään. Toiminnan tavoitteena on lisätä asiakkaitten osallisuutta, yhteis-käytävyyttä ja mielekkyyttä. Mielekkään tekemisen kautta pyritään myös siihen, että heidän elämäntaustansa paranisi.
<b>Yleiskuvaus työn menetelmistä</b>	Kirjallisuudesta ja internetistä haen työlle teoriaustusta. Haastattelen alle ohjaaja sekä asiakkaita saan konkreettista tietoa siitä, mikä on juuri heidän yhteisössään tärkeää ja millaisia toiveita/odotuksia asiakkaat esittävät virke-toiminnan suhteen. Työelämän edustajan kanssa käynyt keskustelu ohjaavat opinnäytetyöni suuntaa.
<b>Aikataulu ja kustannukset</b>	Tavoitteenani on valmistua Joulukuun loppuun 2014, ehkä jo aikaisemminkin syksyllä 2014. Opinnäytetyöhöni liittyvät kustannukset hoidan itse.
<b>Opinnäytetyön mahdollinen henkijäseminen</b>	Työelämän edustaja/ohjaaja toimii tukihenkilönä opinnäytetyössäni. Lintulammen palvelukodissa virke-toiminnan suunnittelun ja toteutumallin asiakkailleen.
<b>Ehdotus ohjaajaksi/ohjaajiksi</b>	Sari Halttunen, Rauni Rätty

## Menettely

1. xxxxx
2. xxxxx
3. xxxxx
4. xxxxxx



## Opinnäytetyön tutkimuslupa-anomus

Yksikkö, josta lupaa haetaan	Oulun kaupungin sosiaali- ja terveystoimi/Mielenterveys- ja sosiaalipalvelut Palvelujohtaja Arja Heikkinen, Kauppatori, PL 76 90015 Oulun kaupunki
Oppilaitos	Kemi-Tornion ammattikorkeakoulu Iietokatu 3 94600 Kemi
Opinnäytetyön työnlmi	Lintulammen palvelukodin asukkailla järjestettävän virketoiminnan suunnittelu ja toiminnan merkitys heidän hyvinvoinnilleen
Opinnäytetyön tarkoitus	Tarkoitukseni on tehdä konkreettinen ja käytännössä toimiva virketoiminnan suunnittelu. Opinnäytetyöni tarkoituksena on myös toimia runkona ja ohjeistuksena käytännön toiminnan toteutuksessa siltä osin kuin ohjaajat näkevät sen tarpeelliseksi. Virketoiminnan suunnittelun avulla pyrin löytämään uusia ratkaisuja Lintulammen palvelukodin asukkaiden ja ohjaajien käyttöön. Suunnittelu toteutetaan asukkaiden tarpeiden ja toiveiden pohjalta.
Opinnäytetyön kohderyhmät tai aineisto	Lintulammen palvelukodin asukkaat ja ohjaajat.
Aineiston keruumenetelmä ja keruujankohda	Asukkaiden ja ohjaajien haastattelut Työryhmät, joissa mukana työelämän ohjaaja(t) ja asukasedustus Opinnäytetyöni teoriaosuuden pohjana käytän alan kirjallisuutta, artikkeleita sekä Internet-lähteitä. Aineiston keruun aloitan heti, kun saan tutkimuslupani hyväksytyksi ja kerään aineistoa tarpeen mukaan opinnäytetyötä tehdessäni.
Tutkimusaineiston kuvaus ja tietotyypit	Keräämästäni aineistosta teen muistilappoja. Merkitsen lähteet ja päivämäärät asiallisesti.
Tutkimuksen tavoitteet	Tutkimuksen ja sen pohjalta tehdyn toteutusmallin tavoitteena on lisätä kehitysvammaisten asukkaiden osallisuutta, yhteenkuuluvuudentunnetta ja elämäntahtaa. Virketoiminnan kautta mieli virkistyy ja elämäntahdintaankin iltyvät asiat saattavat helpottua. Kaiken kaikkiaan tutkimuksen tavoitteiden kautta pyritään kehitysvammaisen ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin.




Sosiaali ja terveysministeriö

Tutkimusrekisterin hävittäminen ja arkistointi	Arkistoin valmiin opinnäytetyöni Kemi-Tomion ammattikorkeakoulun Theseus-tietokantaan. Opinnäytetyötäni voidaan tarvittavin osin käyttää Lintulammen palvelukodin asukkaiden virketoiminnan järjestämisessä.
Opinnäytetyöstä Oulun kaupungille aiheutuvat kustannukset	Oulun kaupungille ei aiheudu kustannuksia opinnäytetyöstäni.
Opinnäytetyön tekijä(t), osuile ja puh.nro	Heli Keränen Maustetie 26 90460 Oulunsalo p. 040 535 7171
Opinnäytetyön suunnitelma hyväksyty	Olen saanut opettajaltani Kaisu Vinkiltä luvan lähettää tutkimuslupahakemukseni. Tarkempia tietoja voi kysyä p. 050 310 9362
Opinnäytetyön ohjaajat	Opettajista Sari Halttunen ja Rauni Rätty Työelämän ohjaaja Lintulammen palvelukodista, mahdollisesti Päivi Turunen
Opinnäytetyön arvioitu valmistusaika	Viimeistään joulukuun loppuun 2014, mahdollisesti jo syksyllä 2014.
Sitoumukset	Sitoudun siihen, etten käytä saamiini tietoja tutkittavan tai hänen läheistensä vahingoksi tai halventamiseksi, taikka sellaisten muiden etujen loukkaamiseksi, joiden suojaksi on säädetty salassapitovelvollisuus, enkä luovuta saamiini henkilötietoja sivullisille. Noudatan opinnäytetyössäni vallitsevaa tietosuojalainsäädäntöä ja tutkimuseettisiä toimintaperiaatteita. Luovutan valmiin opinnäytetyön korvauksetta pdf tiedostona tutkimusluvan antaneelle organisaatiolle.
Liitteet	Aihealoittelomake. Heli Arola Kemi-Tomion AMK:sta antoi minulle vahvistuksen aiheeni hyväksymisestä tänään 2.10.2013 puhelimitse.

Päivämäärä ja hakijoiden allekirjoitukset

Paikka ja aika Oulunsalo 2/10 2013

Hakijan/hakijoiden allekirjoitukset

  
HELI KERÄNEN



Palvelujohtaja Arja Heikkinen  
Sosiaalinen hyvinvointi  
Sosiaali-, mielenterveys- ja päihdepalvelut

Liite 4.

**Lupa opinnäytetyöhön**

- Myönnetty hakemuksen mukaisena  
 Opiskelijan on toimitettava valmis opinnäytetyö sosiaali- ja terveystoimen käyttöön  
 Myönnetty seuraavien korjauksin tai ehdoin:

Hakemus hylätty

Päiväys

11.10.2013 s. 489Päätöksentekijän  
allekirjoitus

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Arja Helkinen", written over a horizontal line.

Palvelujohtaja Arja Helkinen  
Sosiaalinen hyvinvointi  
Sosiaali-, mielen- ja päihdepalvelut



Kemi-Tornion ammattikorkeakoulu ja alla mainittu toimeksiantaja sopivat täällä sopimuksella opiskelijatyönä tehtävän hankkeistetun opinnäytetyön tekemisestä.

<b>Toimeksiantaja</b>			
Nimi	Lindellin palvelut		
Osoite	Sorsatie 29, 90150 Oulu		
Puh.	044 7036556	Sähköpostiosoite	
<b>Yhdyshenkilö/työelämäohjaaja</b>			
Nimi	Päivi Turunen		
Osoite	Sorsatie 29, 90150 Oulu		
Puh.	044 7036556	Sähköpostiosoite	paivi.turunen@outa.fi
<b>Oppilaitoksen tiedot</b>			
Kemi-Tornion ammattikorkeakoulu			
Opinnäytetyön ohjaajan nimi			
Nimi	Sari Halttunen ja Rauni Rätty		
Osoite	Tietokatu 1, 94600 Kemi		
Puh.	010 383 50 (väkide)	Sähköpostiosoite	elin.ratan@tokem.fi
<b>Opinnäytetyön tekijä(t) (nimi, koulutusohjelma, yhteystiedot)</b>			
Heli Keränen, sosiaalialan koulutusohjelma p. 040 535 7171, sähköposti: helena@luikka.com			
<b>Opiskelijanäytetyönä tehtävän opinnäytetyön tiedot:</b>			
Opinnäytetyön nimi/aihe	Lindellin palvelutadin apukalle järjestettävän virke-taivanna suunnitelun ja toiminnan toteuttaminen		
Työn aikataulu	työ valmis vuoden 2014 loppuun mennessä		
Opinnäytetyöstä aiheutuvista kustannuksista vastaa	opinnäytetyön tekijä itse		
Tulosten salassapidoista sovitaan seuraavaa	Tämä asiakas on The saun-tietokantaan salausapito on oltava suullista nauttalokua eikä tiedon luovutusta. Työssä toteutetaan tietosuojalain vaatimukset ja toteutetaan toimintasuunnitelman työt.		
<b>Opinnäytetyön hankkeistusta koskevat tiedot:</b>			
<input type="checkbox"/>	Toimeksiantaja maksaa joko ammattikorkeakoululle tai opiskelijalle työn tekemisestä ja tästä on kirjallisesti sovittu ennen opinnäytetyön aloittamista.		
<input checked="" type="checkbox"/>	Opinnäytetyön ohjaukseen osallistuu nimetty työedustaja ja tästä on kirjallisesti sovittu ennen opinnäytetyön aloittamista.		
<input checked="" type="checkbox"/>	Toimeksiantajan tarkoituksena on alusta lähtien hyödyntää opinnäytetyön tuloksia ja tästä on sovittu kirjallisesti ennen opinnäytetyön aloittamista.		
<b>Jos tähän sopimukseen tulee muutoksia, on se jokaisen osapuolen uudelleen hyväksyttävä ja allekirjoitettava.</b>			
Tämä sopimus on tehty 4 kappaleena, yksi jokaiselle sopijaosapuolelle.			
Palkka	Oulu	Aika	30.10.2013
<u>Heli Keränen</u>		<u>Päivi Turunen</u>	
AMK:n edustaja		Toimeksiantajan edustaja	
<u>HELI KERÄNEN</u>		<u>PÄIVI TURUNEN</u>	

Liite 6.

**Sähköpostikysely viriketoiminnan järjestämisestä Oulun seudun kehitysvammaisten toimintakeskuksille sekä päivätoiminta- ja asumisyksiköihin**

Olen Lapin ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelija. Teen opinnäytetyönäni toiminnallista viriketoiminnan suunnittelua Lintulammen palvelukodin asukkaille. Näiden muutamien kysymysten avulla haluaisin saada hieman vertauskuvaa siihen, miten suhteutan Lintulammen palvelukodin nykyisen viriketoiminnan laajuuden Oulun seudulla järjestettävään kehitysvammaisten viriketoimintaan. Toivon, että vastaisitte minulle seikkaperäisesti, jotta voisin saada mahdollisimman hyvän vertauspohjan opinnäytetyölleni. Käsittelen vastauksia luottamuksellisesti. Mainitsethan, missä yksikössä toimit ja toimitko esimiehenä, vastaavana ohjaajana vai ohjaajana. Kiitän vastauksista etukäteen.

**1. Minkälaista viriketoimintaa yksikössänne järjestetään?**

**2. Kuka toimintaa ohjaa?**

**3. Onko toiminnan järjestämiseen riittävästi resursseja?**

**4. Onko viriketoiminnan kehittämiseen varoja ja mistä varat saadaan?**

**5. Kenen toimenkuvaan kuuluu viriketoiminnasta vastaaminen?**

**6. Olisiko tarvetta lisähenkilöstön palkkaamiseen viriketoiminnan suunnittelun ja järjestämisen osalta?**

**7. Millaista palautetta asukkaat ovat antaneet?**

**8. Minkälaista viriketoimintaa itse haluaisitte yksikköön, jossa toimitte?**

Ystävällisesti

Heli Keränen, sosionomiopiskelija

**Liite 7.****Teemahaastattelun kysymykset ryhmäläisilleni****Teema 1. Yhdessä ulkoileminen ja liikkuminen**

1. Millaisesta liikunnasta/ulkoilusta pidät? Harrastatko itse liikuntaa?
2. Pidätkö pelaamisesta (ulko- ja sisäpelit)
3. Pidätkö retkistä luonnossa?
4. Haluatko liikkua ryhmässä vai yksin?
5. Mitä teet todella mielelläsi ulkona?

**Teema 2. Aistikokemukset**

1. Millainen on hyvä ruoan maku? Entä huono vaatteiden väri?
2. Mistä esineistä/tavaroista pidät?
3. Lempimusiikkisi?
4. Lempivärisi?
5. Miltä tuntuu kosketus ja läheisyys?

**Teema 3. Rentoutuminen ja hyvä olo**

1. Osaatko rentoutua?
2. Miten rentoudut?
3. Rentouttaako luonnossa liikkuminen?
4. Rentouttaako musiikin kuuntelu?
5. Entä muiden ihmisten seura ja ystävät?
6. Mikä muu asia rentouttaa?

**Teema 4. Askartelu ja kädentaidot**

1. Pidätkö askartelusta? Millaisesta?
2. Pidätkö piirtämisestä tai maalaamisesta?
3. Teetkö itse käsitöitä?
4. Millaiset kädentaidot ovat tarpeellisia ihmiselle?

**Teema 5. Retket**

1. Millaiselle retkelle haluaisit lähteä?
2. Kiinnostaako makkaranpaistoretki?
3. Kiinnostaako käynti Escorial-eläinpuistossa?
4. Milloin retki olisi hyvä järjestää?

Liite 8.

## **Taustatietojen kartoittamiseksi esitetyt kysymykset Lintulammen palvelukodin ohjaajalle**

1. Minkälaista viriketoimintaa Lintulammen palvelukodissa on tällä hetkellä ja on ollut aikaisemmin?

- kuka ohjaa?
- miten toteutettu?
- ovatko asukkaat aktiivisesti osallistuneet?
- millaista palautetta on tullut asukkailta?

2. Millaiset resurssit Lintulammen palvelukodilla on viriketoiminnan järjestämiseen?

- onko rahaa viriketoiminnan kehittämiseen?
- mistä rahaa saadaan?
- kuka päättää rahojen käytöstä?

3. Millaiset resurssit ja voimavarat ovat Lintulammen palvelukodilla ja työntekijöillä?

- kuka hoitaa viriketoiminnan toteutuksen asukkaille?
- onko viriketoiminta huomioitu työajassa?
- onko työntekijöillä motivaatiota?
- minkä muotoisena voitaisiin viriketoimintaa järjestää vaikka kerran viikossa?
- onko ulkopuolisia tiloja tai vetäjiä käytössä?
- ovatko Lintulammen palvelukodin tilat asianmukaiset?

4. Mitä mielestäsi tarkoittaa viriketoiminta?

- millaista viriketoimintaa pitäisi yleisesti kehittää?
- millaista viriketoimintaa haluaisit nimenomaan teidän taloon?

## Loppuarviointi hymiöt ryhmäläisilleni

## Liite 9.



- toiminta mukavaa ja kiinnostavaa



Fixmac.fi 64590716

- toiminta ei mukavaa eikä kiinnostavaa



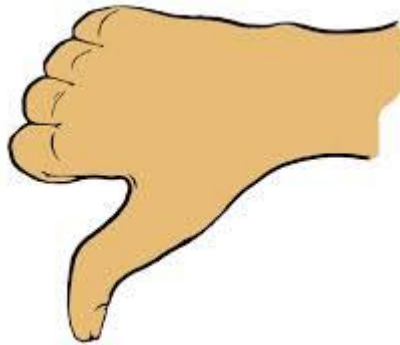
- en osaa sanoa

## Peukkumerkit väliarviointiin ryhmäläisilleni

Liite 10.



– toiminta mukavaa ja hauskaa



– toiminta ei mukavaa eikä hauskaa