

Toimintaterapian opinnäytetyö

Hyvinvointipalvelut

Turun Ammattikorkeakoulu

2016

Ella Ekholm, Annemari Salminen & Emma Turpeenniemi

IKÄÄNTYNEEN IDENTITEETIN TUKEMINEN PERHEHOIDOSSA

– Yksilöllisesti Yhdessä -tehtäväkansio
perhehoidon tueksi



Ella Ekholm, Annemari Salminen & Emma Turpeenniemi

IKÄÄNTYNEEN IDENTITEETIN TUKEMINEN PERHEHOIDOSSA

- Yksilöllisesti Yhdessä -tehtäväkansio perhehoidon tueksi

Opinnäytetyö pyrkii tuomaan esille perhehoidon mahdollisuuksia vaihtoehtona perinteisesti tunnetuille vanhuspalveluille. Opinnäytetyössä perhehoito tarkoittaa ikääntyneen siirtymistä omaisen luo asumaan tilanteessa, jossa kotona pärjääminen on käynyt haasteelliseksi. Pääpaino on ikääntyneen ja omaisen välisessä suhteessa sekä yhteisen, toimivan kodin luomisessa eikä perhehoito tässä vaadi välttämättä virallisia sopimuksia omais- tai perhehoitajuudesta.

Opinnäytetyön tarkoituksena on tukea ikääntyneen identiteettiä asuinympäristön vaihtumisen kynnyksellä. Tukemisella pyritään ikääntyneen identiteetin vahvistamiseen sekä identiteetin muokkautumisen hyväksymiseen toimintakyvyn heikentyessä ja uuden asuinmuodon tullessa ajankohtaiseksi.

Tavoitteena oli tuottaa tehtäväkansio käytännön materiaaliksi omaisille, jotta heidän olisi helpompi tukea perhehoidossa asuvia ikääntyneitä. Ikääntyneiden omien intressien tukeminen ja oman identiteetin sovittaminen uuteen ympäristöön, ikääntymisen tuomat haasteet huomioiden, vaatii kaikilta osapuolilta sopeutumista. Opinnäytetyön tarve perustuu alati muuttuvaan väestörakenteeseen sekä ikäihmisten sosiaali- ja terveyspalveluita koskeviin lakeihin. Valtakunnallisiin tavoitteisiin nähden vanhuspalvelurakenne on edelleen liian laitოსvaltainen ja suurten ikäluokkien ikääntymisen myötä laitosasumiselle on keksittävä vaihtoehtoisia ratkaisuja.

Toimeksiantajamme toimii perhehoitajana ikääntyneille omaisilleen rakennuttamassaan varsinaissuomalaisessa kodissa. Opinnäytetyö perehtyy perhehoidon haasteisiin teemahaastattelujen kautta. Teemahaastattelut tehtiin sekä perhehoitajalle että hänen kanssaan asuville ikääntyneille. Toimintaterapian viitekehyksen, tässä tapauksessa Inhimillisen toiminnan mallin (Model of Human Occupation), sekä edellä mainittujen haastattelujen pohjalta koostettiin Yksilöllisesti Yhdessä tehtäväkansio. Opinnäytetyön tuotoksena syntynyt tehtäväkansio on luotu työvälineeksi omaisten ja ikääntyneiden välille, arkisten tilanteiden kohtaamiseen. Valmis tehtäväkansio lähetettiin haastatelluille pilotoitavaksi palautelomakkeiden kera, joiden avulla pyrittiin kartoittamaan, kohtaavatko tehtäväkansion tarjoama tuki ja perhehoidon tarpeet toisensa.

ASIASANAT: perhehoito, iäkkäät, identiteetti, koti, perhesuhteet, sopeutuminen, Inhimillisen toiminnan malli (MOHO)

BACHELOR'S THESIS | ABSTRACT

TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Occupational Therapy

Fall 2016 | 56 + attachments

Instructor: Tuija Suominen-Romberg

Ella Ekholm, Annemari Salminen & Emma Turpeenniemi

SUPPORTING THE IDENTITY OF THE ELDERLY IN FAMILY FOSTER CARE

- Together as individuals -a task folder to support family foster care

This thesis aspires to raise awareness of the possibilities of family foster care as an alternative to more traditional care forms for senior citizens. It also aims to support the identity of the elderly as they transition to a new residential form. In this thesis family foster care refers to the situation in which a senior citizen moves in with their relative, when living at home alone becomes too much of a challenge. The focus in this kind of family foster care is in the relationship between the senior and their relative. In addition, creating a joint and functional home for all is important. This kind of family foster care does not require any official agreements of caregiving.

The purpose of this thesis is to help support the identity of the elderly as their residential form and their surrounding environment changes. The goal is to reinforce the senior's identity and to help them come to terms with their modifying identity as their performance capacity decreases and the new residential form in family foster care becomes a reality.

The goal is to provide a task folder as concrete material for practical use so that the relatives of the elderly have something to help them in supporting their loved ones. Supporting the elderly with their own interests and finding their own identity is important. Furthermore, the elderly may face difficulties when adapting to the new environment, while taking notice of the challenges brought by aging. The need for this thesis is based on the constantly changing population structures and the laws concerning the health and social services of the elderly in Finland. In relation to the aims of the government, the structures of elderly care are still too institutionalized, and as the large age groups continue to age, the situation is forcing us to find alternative solutions.

The employer of this thesis provides a home for her elderly relatives in a house in southwestern Finland she has built precisely with family foster care in mind. This thesis considers the challenges of family foster care through thematic interviews, which were conducted to the residents of the aforementioned home. The occupational therapy framework, in this case the Model of Human Occupation (MOHO), and the interviews mentioned before were used as groundwork in creating the task folder. The task folder was created to help the foster care families confront everyday challenges in their new living environment. The task folder was sent to the interviewees for testing with feedback forms. From the collected feedback it is possible to determine whether the support provided by the task folder met the challenges of family foster care.

KEYWORDS: family foster care, elderly, identity, home, family relations, adaptation, Model of Human Occupation (MOHO)

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	7
2 KESKEISET KÄSITTEET	9
2.1 Ikääntyneen määritelmä	9
2.2 Inhimillisen toiminnan malli (Model of Human Occupation)	9
2.3 Perhehoito	11
3 IKÄÄNTYNEEN IDENTITEETTI	13
3.1 Toiminnallinen identiteetti	13
3.3 Ikääntymisen klassiset yksilötason teorit	14
3.4 Toiminnalliset roolit	15
3.5 Ympäristö	16
4 PERHEHOITOTYYPPISEN ASUINMUODON MAHDOLLISUUDET	17
4.1 Perhehoidon vahvuudet	17
4.2 Perhehoidon taustaa Suomessa	18
5 KEHITTÄMISTYÖ PROSESSINA	20
5.1 Kehittämisprosessin alkuvaiheita	21
5.2 Teemahaastattelu	22
5.3 Haastattelun teemat	23
5.4 Työstövaihe	25
5.5 Kehittämisprosessin viimeistelyvaiheet	26
6 AINEISTON ANALYYSI	28
6.1 Tehtäväkansion kategorioiden luominen haastattelun teemoista	28
6.1.1 Muuton syyt	29
6.1.2 Ajatuksia muutosta ja läheisistä	30
6.1.3 Muuton vaikutukset	31
6.1.4 Ihmissuhteet uudessa kodissa	33
6.1.5 Kokemus omaisen läsnäolosta	34
6.1.6 Itsenäisyys ja työnjako kotona	35
6.1.7 Roolit nyt ja ennen	37
6.1.8 Perhekodin kodinomaisuus	38
6.1.9 Ympäristön vaikutukset	39

6.1.10 Ajanvietto kodin ulkopuolella	40
7 TULKINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET	42
7.1 Aineiston tulkinta	43
7.2 Sopeutuminen ja osallistuminen	43
7.3 Kodinsisäinen työnjako sekä perhekodin keskeneräisyys	44
7.4 Tarvittavan tuen mahdollistaminen	44
7.5 Fyysinen ja sosiaalinen ympäristö	45
7.6 Sitovat toiminnot	46
7.7 Johtopäätökset	47
8 YKSILÖLLISESTI YHDESSÄ- TEHTÄVÄKANSIO	48
8.1 MOHO tehtäväkansiomme tukena	48
8.2 Klassiset ikääntymisen teorit osana tehtäväkansion sisältöä	51
9 KEHITTÄMISTYÖN TULOKSET JA PALAUTE	52
10 POHDINTA	54
LÄHTEET	58

LIITTEET

- Liite 1. Saatekirje
- Liite 2. Suostumuslomake
- Liite 3. Teemahaastattelurunko
- Liite 4. Yksilöllisesti Yhdessä –tehtäväkansio
- Liite 5. Palautelomake

KUVAT

- | | |
|--|---|
| Kuva 1. Inhimillisen toiminnan mallin (2008) keskeiset käsitteet ja niiden välinen dynamiikka. | 9 |
|--|---|

TAULUKOT

Taulukko 1. Kehittämistyön aikataulu

11

1 JOHDANTO

Opinnäytetyössämme perehdyimme ikääntyneiden identiteetin tukemiseen sekä samalla keskityimme nostamaan esiin uusia mahdollisuuksia ikääntyneiden hoidossa. Uskomme, että työmme keskiössä oleva perhehoitotyyppinen asuminen sekä esteetön suunnittelu ovat osa tulevaisuuden ratkaisuja ikäihmisten asumisessa. Valtakunnallisiin tavoitteisiin nähden maamme vanhuspalvelurakenne on edelleen liian laitostaltainen. Vuoden 2011 lopussa laitoshoidossa oli 4,4% 75 vuotta täyttäneistä ja tehostetussa palveluasumisessa 5,9%. (Ympäristöministeriö 2013, 3.)

Vaihtoehtoja näille asumismuodoille kuitenkin löytyy esimerkiksi yhteisöasumisesta ja asumisesta lähiomaisten luona. Jälkimmäisenä mainittu vaihtoehto otetaan käyttöön toimeksiantajamme rakennuttamassa esteettömässä kodissa vuoden 2015 loppuun mennessä. Koti lähiomaisen luona ei ole tässä tapauksessa tilapäinen ikääntyneen sijoituspaikka, vaan siinä ikääntynyt otetaan osaksi perhettä, tasavertaisena saman katon alle. Toimeksiantajamme mahdollistaa omien ikääntyneiden läheistensä asumisen luonaan kodinomaisesti talossa, joka on rakennettu esteettömäksi ja joka sisältää ikääntyneen arkea huomioivia sisustusratkaisuja. Tällaista lähiomaisen luona asumista nimitämme opinnäytetyössämme perhehoitotyyppiseksi asumiseksi.

Opinnäytetyömme on kehittämistyö, jonka tarkoitus on ikääntyneen identiteetin tukeminen uuteen asuinmuotoon siirryttäessä niin, että ikääntynyt voi samaan aikaan säilyttää oman identiteettinsä ja hyväksyä sen muokkautumisen. Tarkoituksenamme on lisäksi kuvata perhekodin tarjoamia mahdollisuuksia sekä mahdollisia sopeutumishaasteita, joita koko perhe voi kohdata ikääntyneen muuttaessa perheeseen. Tavoitteemme on tarjota käytännönläheistä tietoa siitä, miten perhe voi tukea ikääntyneen omien intressien toteutumista ja oman identiteetin löytämistä uudessa ympäristössä ikääntymisen tuomat haasteet huomioon ottaen. Näin ollen loimme kehittämistyönä tehtäväkansion Yksilöllisesti Yhdessä ikääntyneen identiteetin tueksi. Tehtäväkansion tarkoitus on perheen yhteiseen käyttöön, perhehoitotyyppiseen asuinmuotoon, ja sen tarkoitus on tuoda perheenjäsenet yhteen sopimaan talouden vastuualueiden jakamisesta, ikääntyneen osallistumisen ja itsensä toteuttamisen mahdollistamiseksi.

Työmme tarve perustuu jatkuvaan väestörakenteen muutokseen ja ikääntyneiden sosiaali- ja terveyspalveluita koskeviin lakeihin sekä tehtäväkansion vastaavan materiaalin puutteeseen. Yli 65-vuotiaita tulee tulevaisuudessa olemaan yhä suurempi osa

väestöstä ja vuoteen 2030 mennessä jo 26 % väestöstä lasketaan yli 65-vuotiaiksi. (SVT, 2015.) Tästä syystä ikääntyneiden hoitoa on tulevaisuudessa hyvä pohtia niin valtion kuin yksilönkin tasolla. Ikääntyneen elämän laadun ja oikeuksien toteutumisen turvaamisen tarve nähdäänkin valtiotasolla asti. Sosiaali- ja terveysministeriö nimeää laatusuosituksessaan hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palveluiden parantamiseksi tavoitteeseen rakenteiden muuttamisen niin, että laitoshoidon sijaan ikääntyneiden kotihoito lisääntyisi. (Sosiaali- ja terveysministeriö, 2014.)

Ikääntyneiden identiteetin ja roolien tukemisesta asuttaessa lähiomaisen luona ei ole vielä olemassa vapaaseen käyttöön luotua julkaisua. Ikääntymisen mukanaan tuomat muutokset vaativat alati sopeutumista ja uusien keinojen löytämistä oman identiteetin ylläpitämiseksi ja tarvittaessa mukauttamiseksi uutta toimintakykyä vastaavaksi. Identiteettiä tukemalla voimme vaikuttaa yksilöön ja hänen kaikkiin elämän osa-alueisiinsa kokonaisvaltaisesti, mikä onkin kehittämistyömme keskiössä.

2 KESKEISET KÄSITTEET

Keskeisten käsitteiden määrittelyllä pystyimme erittelemään kehittämistyömme tärkeimmät käsitteet ja kertomaan niiden merkityksestä juuri tässä kehittämistyössä. Tässä kapaleessa olemme määritelleet nämä keskeiset käsitteet, jotka kulkevat mukana työssämme alusta loppuun asti. Selkeällä määrittelyllä pyrimme varmistamaan, että käsitteet ymmärretään kehittämistyömme näkökulman mukaisesti, sillä käsitteiden merkityksen olettaminen yleistiedon pohjalta saattaa vääristää kehittämistyömme sisältöä.

2.1 Ikääntyneen määritelmä

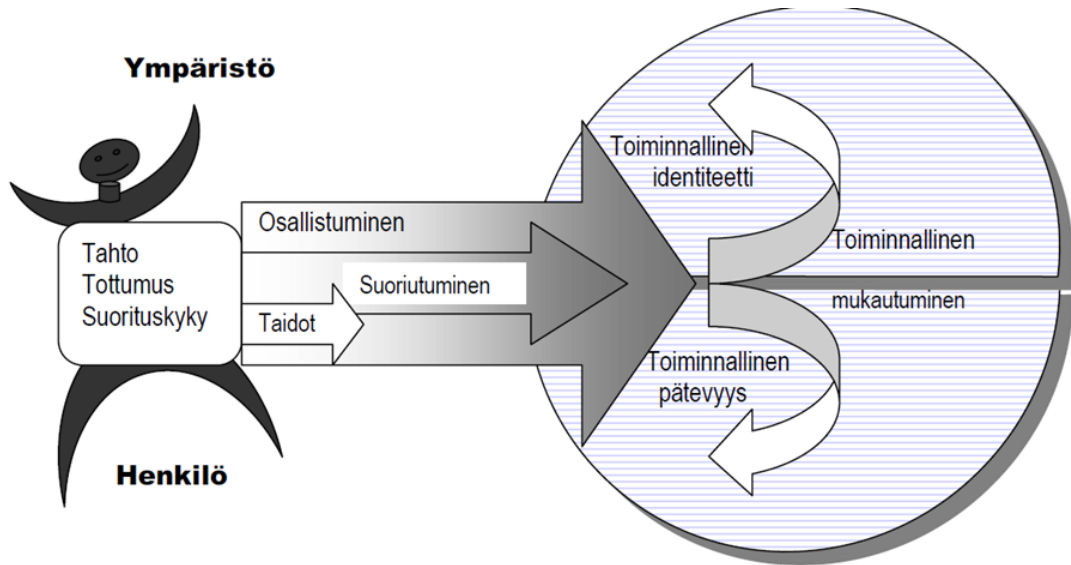
Ikääntynyt ihminen määritellään laissa (Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvveluista) henkilöksi, jonka fyysinen, kognitiivinen, psyykinen tai sosiaalinen toimintakyky on heikentynyt korkean iän myötä alkaneiden, lisääntyneiden tai vakavoituneiden sairauksien tai vammojen vuoksi, taikka korkeaan ikään liittyvän rappeutumisen johdosta (Finlex, 2012). Tämä tarkoittaa, että ikääntyessä suorituskvvyky ja toimintatavat muuttuvat. Ikääntyessä myös itsemääräämisoikeuden merkitys sekä oman paikkansa uudelleen löytäminen korostuvat.

2.2 Inhimillisen toiminnan malli (Model of Human Occupation)

Työssämme oleellinen viitekehys on toimintaterapian yksi suosituimmista käytännön käsitteellistä tietoa organisoivista malleista - Inhimillisen toiminnan malli (Model of Human Occupation, MOHO). Jäsentämällä tietoa mallin mukaan toimintaterapeutin on helpompi hahmottaa toiminnallisuuden haasteet. Käytimme MOHOa myös kehittämistyössämme tietolähteenä identiteetin muodostumisesta ja kehitymisestä, ja sovelsimme siitä saamaamme tietoa Yksilöllisesti Yhdessä -tehtäväkansiota luodessa.

Kaikilla ihmisillä on sisäinen tarve toimimiseen, jota ohjaavat henkilökohtaiset tunteet ja ajatukset. Toiminnan valikoituminen on seurausta henkilökohtaisista arvoista ja mielenkiinnonkohteista eli siitä, mitä jokainen yksilö pitää itselleen tärkeänä ja merkityksellisenä sekä mielihyvää tuottavana tekemisenä. Mallin *tahdolla* tarkoitetaan toiminnan motivaatiota ja niitä asioita, jotka henkilö kokee tärkeiksi ja merkityksellisiksi. Mallin *tottumus* viittaa prosessiin, jonka avulla toiminnallisuutta järjestellään rutiineiksi. *Suorituskyvyllä*

puolestaan viitataan fyysisiin ja psyykkisiin valmiuksiin, jotka ovat perustana toiminnallisen suoriutumisen mahdollistamisessa. Malli auttaa terapeuttia huomioimaan, ymmärtämään, kunnioittamaan ja tukemaan asiakkaan yksilöllisyyttä. Jokainen asiakas on eri tavoin motivoitunut tekemään ja valitsemaan arkinsa toimintoja, ja jotta terapiassa voitaisiin ymmärtää tätä yksilöllisyyttä, tarkastellaan MOHOn mallissa motivaation taustatekijöitä: tahtoa, tottumusta ja suorituskyykyä sekä toiminnan tasoja, jotka yhdessä vaikuttavat yksilön identiteettiin. (Kielhofner, 2008, 3-22.)



Kuva 1. Inhimillisen toiminnan mallin (2008) keskeiset käsitteet ja niiden välinen dynamiikka.

Yksilön elämä koostuu *osallistumisesta* lukuisiin erityyppisiin toimintoihin, kuten päivittäisiin toimintoihin (ADL –toiminnot) sekä tuottavuuden ja vapaa-ajan toimintoihin. Osallistumiseen vaikuttavat niin yksilölliset tekijät (tahto, tottumus, suorituskyyky) kuin *ympäristön* mahdollistavat tai estävät vaikutukset. Ajan mittaan muokkautunut tahto, tottumus ja suorituskyyky yhdistyvät toimintoihin osallistumisen kautta toiminnalliseksi identiteetiksi luoden käsityksen siitä, kuka yksilö on ja miksi hän haluaa tulla oman toimintansa kautta. MOHO käyttääkin termiä *toiminnallinen identiteetti* viitaten siihen, miten osallistuminen eri toimintoihin muodostaa yksilön identiteetin. (Kielhofner, 2008. 101-107.) Työmme kannalta oleellista on juuri toiminnan yhteys identiteettiin sekä identiteetin tukeminen toi-

minnan ja esimerkiksi sitovien toimintojen avulla. Toiminnallista identiteettiä olemme käsitelleet lisää kappaleessa 3.1 Toiminnallinen identiteetti ja sitovia toimintoja kappaleessa 8.1 MOHO tehtäväkansionne tukena.

2.3 Perhehoito

Perhehoitotyyppisellä asumisella tarkoitetaan opinnäytetyössämme tilannetta, jossa ikääntynyt muuttaa omaisen luo asumaan kotona yksin pärjäämisen käytyä haasteelliseksi. Omainen voi toimia omaishoitajana, perhehoitajana tai omalla vapaamuotoisella yhdessä asumisen järjestelyllä ilman kirjallisia sopimuksia.

Omaishoitajalla tarkoitetaan henkilöä, joka huolehtii perheenjäsenestään tai läheisestään sairauden tai vammaisuuden aiheuttaman toimintakyvyn haitan vuoksi. Lain mukaan omaishoidon tuessa omaishoitajaksi nimitetään henkilöä, joka on tehnyt toimeksiantosopimuksen läheisensä omaishoidosta kunnan kanssa. (Omaishoitajat ja läheiset – liitto ry, 2015.)

Virallisesti perhehoitajalla tarkoitetaan henkilöä, joka on tehtävään soveltuvuuden lisäksi käynyt kotikunnan järjestämän perhehoidon ennakkovalmennuksen ja on näin pätevä perhehoidon tehtäviin. (Perhehoitoliitto, 2016.) Tällaisessa perhehoitomuodossa voidaan hoitaa enintään neljää henkilöä yhtä aikaa, mukaan lukien saman perheen alle kouluikäiset huollettavat tai muuta huolenpitoa vaativat henkilöt. (Finlex, 2015.) Virallista, toimeksiantoista perhehoitoa voi järjestää eri tavoin; yksin tai vaikka puolisonsa kanssa. (Perhehoitoliitto, 2016.)

Perhekodin tulee olla olosuhteiltaan, rakenteeltaan, tiloiltaan ja varustetasoltaan siellä annettavalle hoidolle sopiva. Perhekodeissa hoito voi olla monen tasoista ikääntyneen asukkaan toimintakyvyn ja tarpeiden mukaan vaihdellen. Kehittämistyössämme hoidollisuudella tarkoitetaan kaikkea läsnäolon tuomasta turvallisuuden tunteesta aina fyysiseen avustamiseen asti. Perhekodissa on kiinnitettävä erityistä huomiota myös perhekodin ihmissuhteisiin ja perhehoitajan mahdollisuuksiin ottaa huomioon ikääntyneen tarpeet hänen etujensa mukaisesti. (Finlex, 2015.)

Perhehoitajien virallisessa ennakkovalmennuksessa perehdytetään syvemmin perhehoitajan tehtävään. Valmennuksessa pohditaan muun muassa vanhuutta elämänvaiheena, toimintakyvyn tukemista, sitä mitä perhehoitoon tuleminen merkitsee ikäihmi-

selle, hänen läheisilleen ja perhehoitoperheelle sekä yhteistyötä eri tahojen kanssa. Valmennus koostuu seitsemästä ryhmätapaamisesta, kotitehtävistä, vähintään yhdestä tapaamisesta valmennukseen osallistuvan kotona sekä loppuarviointikeskustelusta. (Perhehoitoliitto, 2016.) Tällä hetkellä monissa kunnissa valmennukseen ei voi ottaa osaa, mikäli ei halua viralliseksi toimeksiantosuhteiseksi perhehoitajaksi.

Opinnäytetyöllämme haluamme parantaa entisestään kaikenlaisten perhehoitajien mahdollisuuksia ottaa huomioon ikääntyneen identiteetti. Kehittämistyössämme painotamme vapaalla perhehoidon periaatteella elävät perheitä, joissa virallisia sopimuksia ei ole tehty. Ikääntyneet omaiset on otettu luonnolliseksi osaksi perhettä, ilman ulkopuolisten osapuolien kanssa tehtäviä sopimuksia.

3 IKÄÄNTYNEEN IDENTITEETTI

Identiteetti voidaan määritellä eri tavoin, mutta opinnäytetyössämme lähestymme sitä erityisesti toimintaterapialle oleellisen MOHOn teorian kautta, samalla huomioiden onnistuneen ikääntymisen klassiset yksilötason teorit. Identiteetti kokoaa yksilön kokemuksen tahdosta, tottumuksesta ja kehollisuudesta, luoden mielikuvan siitä, kuka hän on nyt, miten hän on aikaisemmin toiminut ja millaiseksi hän haluaisi tulla. Nämä kaikki muokkaantuvat ajan saatossa, joten ikääntyneellä on luonnollisesti hyvin erilainen identiteetti kuin esimerkiksi teini-ikäisellä. (Kielhofner, 2008. 106-107.)

3.1 Toiminnallinen identiteetti

MOHOn teoriassa toiminnallinen identiteetti syntyy ajan mittaan. Olemalla arjessa tiettyssä roolissa, täyttäen tähän liittyviä odotuksia ja velvollisuuksia sekä ylläpitämällä tiettyjä rutiineja yksilö voi saavuttaa mielekkään elämän. Tällöin identiteetti on jatkuvassa käytössä ja yksilö on toiminnallisesti pätevä. Toiminnallinen pätevyys on MOHOn mallissa yhteydessä identiteettiin. Pätevyyden tunne syntyy, kun identiteetti laitetaan jatkuvaan käyttöön, esimerkiksi täyttämällä rooliodotuksia ja ylläpitäen rutiineja, jotta velvollisuudet saadaan suoritettua. Pätevyyden tunne on saavutettavissa myös osallistumalla erilaisiin toimintoihin, jotka tarjoavat toiminnallista tyydytystä, kyvykkyyden tunnetta ja kontrollia sekä tähtäävät kohti päämääriä. Se, kuinka hyvin pystymme mukautumaan muuttuviin toimintoihin, vaihtelee läpi elämän. Tapa mukautua on seurausta yksilön aikaisemmasta osallistumisesta sekä myös muistojen kautta reagoimisesta. (Kielhofner, 2008. 106-107.)

Ikääntyneen identiteettiin vaikuttaakin vahvasti aikaisemmin koettu, muistot toiminnoista sekä ajan saatossa muokkautuneet roolit ja toimintatavat. Muuttaessa uuteen ympäristöön toimintatavat muuttuvat, henkilö saa uusia rooleja ja tällöin myös koko identiteetiltä vaaditaan mukautuvuutta uuteen elämäntilanteeseen, jotta toiminnallisen pätevyyden tunne saavutetaan ja arjesta tulee mielekäs. Tätä mukautumista voi helpottaa tukemalla toiminnallista identiteettiä. Kohdassa 8.1 MOHO tehtäväkansiomme tukena olemme poimineet teoriasta keinoja, joiden avulla Yksilöllisesti Yhdessä –tehtäväkansio helpottaa toiminnallisen identiteetin mukautumista.

3.3 Ikääntymisen klassiset yksilötason teorit

MOHO ei ole ainoa teoria, joka korostaa toiminnallisuutta osana identiteettiä. Kun puhumme nimenomaan ikääntyneiden identiteetistä, on hyvä mainita ikääntymisen klassiset yksilötason teorit, jotka jäsentävät onnistunutta ikääntymistä sosiaalisena prosessina. Aktiivisuus-, jatkuvuus- ja irtaantumisteorit tarjoavat käyttäytymismalleja kohti tyytyväistä, tasapainoista ja hyvän mielialan omaavaa vanhuutta ja niitä on ajansaatossa käytetty perusteluna esimerkiksi erilaisille ikääntyneille järjestetyille kuntouttaville toiminnoille. (Jyrkämä, 2007. 154-155.) Teorit eivät suoraan puhu ikääntyneen identiteetistä, mutta huomioivat toiminnoissa näkyvät käyttäytymismallit osana onnistunutta vanhuutta, jolloin toiminnallisuus ja siihen suhtautuminen korostuu myös niissä tärkeänä osana itseä.

Irtantumisteoriassa (alun perin Elaine Cumming ja William Henry 1961) ikäihmisen irtaantuminen yhteiskunnasta vapaaehtoisesti ja tasapainoisesti takaa tasapainoisen vanhuuden. Teorian mukaan irtaantuminen on välttämätön, universaali ilmiö, joka tulee eteen kaikille. Aktiivisuusteoria puolestaan korostaa nimenomaan tasapainoista aktiivisuuden ylläpitoa ja sopeutumista vanhuuden tuomiin roolimenetyksiin hankkimalla uusia, korvaavia rooleja. Teorian juuret löytyvät jo 1950-luvulta antaen perusteluja esimerkiksi vanhainkotien nykyiseen askartelutoimintaan. Molempia teorioita on kritisoitu siitä, että ne suuntaavat huomion näkyvään käyttäytymiseen. Esimerkiksi vähentynyt kirkossa käynti on irtantumisteorian mukaan myönteistä luopumista ja aktiivisuusteoria antaa käytökselle puolestaan vastakkaisen merkityksen. Kolmas teoria, jatkuvuusteoria, korostaa nimensä mukaisesti jatkuvuuden merkitystä. Muutoksiin pitäisi osata sopeutua jatkua samalla elämän aikana kertyneitä toimintamalleja ja päämäärien tavoittelua. (Jyrkämä, 2007. 154-155.)

Klassiset teorit on hyvä huomioida, vaikka ne ovatkin saaneet paljon kritiikkiä osakseen, sillä ne kertovat siitä, mitä odotamme hyvältä vanhuudelta. Onnistunut identiteetti riippuu katsontakannasta. Haluammeko, että ikäihmiset luopuvat rooleistaan, sopeuttavat niitä vai hankkivat tilalle uusia? Toimintaterapiassa uskomme vahvasti asiakaslähtöisyyteen eli yksilön tietoisuuteen siitä, mikä on hänen kokemansa mukaan hänelle itselleen paras ratkaisu ja toimintatapa. Klassiset teorit tarkastelevat näkyviä toimintamalleja. Yhdistämällä ne MOHOn viitekehukseen syntyy painotus myös henkilön sisäiseen kokemukseen omasta identiteetistään. Klassiset teorit sopivat kuitenkin hyvin osaksi viitekehys-

tämme, sillä ne antavat teoreettisen perustelun mahdollistaa yksilölle itselle valinnan tekeminen parhaasta käyttäytymismallista; luopuminen, toimintamallin jatkaminen tai uuden löytäminen voivat kaikki olla yhtä hyviä vaihtoehtoja riippuen yksilöstä.

3.4 Toiminnalliset roolit

Identiteetti ja rooli sekoitetaan monesti keskenään. Identiteetti saattaa sisältää yksilölle monia merkityksellisiä rooleja, joiden täyttäminen muodostaa osan hänen identiteettistään. Monet toimintatapamme reflektivat sisäistämiämme rooleja, joita olemme oppineet liittämään tiettyyn sosiaaliseen statukseen tai identiteettiin. Yksilön on mahdollista saavuttaa sosiaalisesta statuksesta kumpuavia rooleja kasvaessaan yhteiskunnan jäseneksi. Tällaiseen sosiaaliseen statukseen liitettävän roolin omaksumiseen kuuluu roolin suorien ja epäsuorien määritelmien ja odotusten täyttäminen ajan kuluessa. Lopputuloksena yksilö sisäistää tunteen minuudesta, asenteista ja käyttäytymisestä roolinsa mukaisesti. (Kielhofner, 2008. 16-17.) Ikääntyessä yhteiskunnallinen rooli muuttuu suuresti, esimerkiksi eläkkeelle siirryttäessä, mikä vaikuttaa osaltaan myös yksilön identiteettiin.

Muut kuin sosiaaliseen statukseen liittyvät roolit ovat itse määritellyjä ja muokkautuvat vastuullisten suoritteiden mukaan. Tällaiset roolit kumpuavat henkilökohtaisista olosuhteista ja tarpeista, ja vakiintuvat yksilön sitoutuessa tietynlaiseen toimintakaavaan ja omaksuessaan sen mukaisen identiteetin. Ihmisillä on kuitenkin useita rooleja, jotka ovat riippuvaisia ajasta ja paikasta. Roolit täyttävät arkea ja tarjoavat siihen tietynlaisen rytmin ja sisällön sekä vaihtelua. (Kielhofner, 2008. 18.) Erilaiset roolit toimivat ikään kuin identiteetin rakennuspalikoina ja kun yksi pala puuttuu tai muuttaa muotoaan, yksilön on sopeuduttava ja löydettävä uudenlaisia tapoja toteuttaa itseään elämään sisällöltään mahdollisimman mielekästä ja merkityksellistä elämää.

Yksilön omaksumiin rooleihin sisältyy tyypillisinä esimerkkeinä muun muassa yksilön rooli kotona huoltajana tai puolisona sekä kodin ulkopuolella vaikkapa työntekijänä ja ystävänä. Ikääntyessä monia rooleja menetetään tai ne muuttavat muotoaan, esimerkiksi läheisen menehtyessä tai elämäntilanteen muuttuessa vaikka oman toimintakyvyn osalta. Työntekijästä tulee eläkeläinen, puolisoista leski ja huoltaja joutuvat opettelemaan itse ottamaan apua vastaan asioissa, joissa ennen on ollut itse auttajan asemassa. Fyysinen suorituskyky saattaa heikentyä ja identiteetti itsenäisenä toimijana joutua kovalle koetukselle. Oman paikkansa uudelleen löytäminen ja merkityksellisen toiminnallisuuden ylläpitäminen tulevat ajankohtaisiksi ja tärkeiksi asioiksi, joihin tulee saada tukea.

Erilaisia elämän varrella omaksuttuja rooleja ei ole helppo korvata etenkään, jos tilanne on alati muuttuva, minkä vuoksi haluamme kehittämistyöllämme tuoda ikääntyneet ja hoitavan tahon yhteen pohtimaan ikääntyneen identiteetin näkymistä elämän eri osaluilla ja itsensä toteuttamista niiden parissa. (Kielhofner, 2008. 137.)

3.5 Ympäristö

Ympäristö vaikuttaa aina toimintojen toteuttamiseen, joko mahdollistavasti tai estävästi. Olosuhteet luovat myös puitteet roolien sekä tätä kautta myös identiteetin toteuttamiseen. Haastava ympäristö voi herättää toisessa esimerkiksi yritteliäisyyttä ja toisessa lannistumista. MOHO luokittelee ympäristön sisältävän kulttuuriset-, poliittiset- ja taloudelliset olosuhteet, esineet, tilat, sosiaaliset ryhmät sekä ympäristön toiminnalliset muodot ja tehtävät. (Kielhofner, 2008. 87-96.)

Perhehoitotyypisessä asuinmuodossa on omat ympäristölliset tekijänsä, jotka tarjoavat niin mahdollisuuksia kuin haasteita arkeen, yksilön omasta tulkinnasta riippuen. Tilan tulee vastata hoidettavan haasteisiin ja myös sosiaalisen ympäristön toimivuutta pitää huomioida. Sosiaalisesta ympäristöstä muodostuu ryhmiä, joiden selkeimpiä arvoja ja mielenkiinnon kohteita yksilön on tapana omaksua (Kielhofner, 2008. 92).

4 PERHEHOITOTYYPPISEN ASUINMUODON MAHDOLLISUUDET

Virallista perhehoitoa järjestetään joko toimeksiantosuhteisena tai ostopalveluna ammattilliselta perhekodilta, ja sitä järjestetään ja valvotaan kunnan toimesta. Toimeksiantosuhteisen perhehoidon palvelukokonaisuuden järjestämisestä voi huolehtia joko kunta itse tai alueellinen perhehoitopalveluista vastaava yksikkö. Palvelukokonaisuus käsittää mm. rekrytoinnin, valmennuksen, koulutuksen ja tuen järjestämisen perhehoitajille. Lisäksi kunnan on mahdollista ostaa perhehoitoa perhehoitopalveluja tuottavilta tahoilta. (Perhehoitoliitto, 2016.) Kuten aiemmin tekstissä on jo mainittu, kehittämistyömme toimeksiantaja toimii vapaalla perhehoidon periaatteella, mikä tarkoittaa, ettei virallisia sopimuksia ole tehty kunnan tai perhekodin osapuolten välillä. Tällaista vapaamuotoista perhehoitoa voi toteuttaa kuka tahansa omien läheistensä kanssa, ja erityisesti siihen haluamme kehittämistyössämme keskittyä. Työtämme varten perehdyimme kuitenkin virallisen perhehoidon käsitteeseen asuinmuotojen samankaltaisuuksista johtuen. Halusimme selvittää lähiomaisen luona asumisen erityispiirteitä, jotta tehtäväkansiomme soveltuisi juuri tähän asuinmuotoon.

4.1 Perhehoidon vahvuudet

Toimeksiantajamme kodissa pystyimme haastatteluiden avulla selvittämään heidän kokemuksensa siitä, miten perhehoitotyyppinen asuminen vaikuttaa ikääntyneen identiteettiin sekä erityisesti, miten tämän tyyppinen koti ympäristönä tukee identiteettiä. Perhehoitoliitto määrittää perhehoidon vahvuuksiksi turvallisen ja tavallisen perhe-elämän, mahdollisuuden kiintymykseen ja pysyvyyteen sekä läheisiin ihmissuhteisiin ja yksilöllisyyteen sekä yhteisöllisyyteen. Myös koti kasvu- ja elinympäristönä on perhehoidon suuri vahvuus. Mahdollisuus osallistua perheen arkeen omien voimavarojen ja halun mukaan tarjoaa virikkeitä, tukee toimintakykyä ja luo parempaa elämänlaatua. (Perhehoitoliitto, 2016.)

Perhehoidon vahvuuksia on tullut esiin ulkomaalaisissa tutkimuksissa. Amerikkalaisessa tutkimuksessa "Foster Home Care for the Frail Elderly as an Alternative to Nursing Home Care: An Experimental Evaluation" tutkittiin 112 sijaiskodissa hoidettavaa vanhusta ja heitä verrattiin vanhainkodissa asuviin ikäihmisiin. Tuloksena saatiin paremmin säilyneet

ja jopa parantuneet ADL-taidot sekä paremmat pisteet mielenterveysstatusta mitattaessa. Sijaiskodin ikääntyneiden hoidon tavoitteet myös täyttyivät paremmin ja he liikkuvat hoitopaikkansa ulkopuolella enemmän kuin vanhainkodin asukkaat. Hoito sijaiskodissa tuli myös 17 % halvemmaksi verrattuna vanhainkotiin. Näitä tuloksia voidaankin pitää perhehoidon vahvuuksina.

Vanhainkodissa järjestettävällä hoidolla ilmeni myös omat vahvuutensa sijaishoitoon nähden. Vanhainkodissa asuvat saivat korkeammat pisteet tyytyväisyydessä elämänlaatuun ja he osallistuivat enemmän sosiaalisiin- ja virkistysaktiviteetteihin. Tosin syyt tähän saattavat tutkijoiden mukaan löytyä myös esimerkiksi mittausmenetelmistä sekä siitä, että sijaiskodin ikääntyneet saattoivat verrata itseään herkemmin hoitajiin ja vanhainkodissa asuvat puolestaan toisiin ikääntyneisiin. Lopputuloksena kuitenkin saatiin näyttö sijaiskodin mahdollisuudesta toimia hyvänä vaihtoehtona ikäihmisten hoitopaikkana. (Oktay, J. 1987.)

4.2 Perhehoidon taustaa Suomessa

Toimeksiantoista perhehoitoa on Suomessa tutkittu vielä suhteellisen vähän. Opinnäytetöitä perhehoidon järjestämisestä on kuitenkin tehty ja vanhusten kokemuksia pitkäaikaisesta toimeksiantoisesta perhehoidosta on tutkittu esimerkiksi Jyväskylän yliopiston *Kodin ja perheen välillä – Tutkimus vanhusten kokemasta ympärivuorokautisesta perhehoidosta* pro-gradussa. Tutkimuksen vanhuset kokivat perhehoidon kodinomaisena paikkana, jossa on hyvä olla, mutta he olivat samalla tietoisia hoitaja-hoidettava -asetelmasta. Haasteeksi perhehoidossa ilmeni ikäihmisen toimintakyvyn korostaminen fyysisistä lähtökohdista, mikä rajasi pois osallistumismahdollisuuksia arjen toiminnoissa. Myöskään vanhuset itse eivät kokeneet osallistuvansa arjen puuhiin kovinkaan paljon huonontuneen kunnon vuoksi. (Bradter, 2012.) Perhehoitoliiton mukaan virallinen hoitomuoto tarjoaa vanhuksille myös kuntouttavaa toimintaa. Suomessa perhehoitoa on kehitetty maakunnallisilla hankkeilla, joista ensimmäinen, vuosina 2011-2012 toteutettu Vanhus Kaste- hanke, tähtäsi esimerkiksi laitoshoidon vähenemiseen. Vuonna 2014 laadittiin vanhusten perhehoidon toimintaohje, joka koostaa virallisen perhehoidon järjestämisestä säädetyt lait sekä suositukset yhdeksi kokonaisuudeksi. (Voima-hanke, 2014:3.)

Perhehoitotyyppisellä asumismuodolla on Suomessa valtavasti mahdollisuuksia sen heikosta esiintyvyydestä huolimatta. Aikaisemmista tutkimuksista ilmeni muun muassa, että perhehoito tukee erityisesti ADL- toimintoihin vaadittavaa toimintakykyä, mutta toisaalta

huonontunut kunto voi estää toimintaan osallistumista. Identiteetin vahvistaminen uudessa ympäristössä lisää ikääntyneen arjen mielekkyyttä ja oman paikan löytämistä, jolloin myös oman arjen ADL- toimintoihin on todennäköisesti matalampi kynnys osallistua.

5 KEHITTÄMISTYÖ PROSESSINA

Opinnäytetyömme on kehittämistyö, joka jaetaan työskentelyvaiheisiin, jolloin toiminta tulee näkyväksi ja arvioitavaksi (Salonen, 2013). Kehittämistyömme vaiheet ovat taulukossa 1 mainitut aloitus-, suunnittelu-, esi-, työstö-, tarkistus- ja viimeistelyvaiheet sekä lopuksi valmistuva tuotos. Vaiheiden avulla kehittämistyötä voi jäsentää pienemmiksi kokonaisuuksiksi, joilla kullakin on oma päämääränsä ennen seuraavaan vaiheeseen siirtymistä. Kuitenkin esimerkiksi tarkistusvaihe voi kulkea mukana kautta koko kehittämistyöprosessin (Salonen, 2013).

Taulukko 1. Kehittämistyön aikataulu

AJAN-KOHTA	TOIMIJAT	KEHITTÄMISMENETELMÄ	DOKUMENTOINTI	AINEISTON HYÖDYNTÄMINEN	VAIHE
1/2016	Toimeksiantaja	Toimeksiantajan yhteydenotto, kirjallisuuskatsaus	Suunnitelmaraportin kirjoittaminen	Taustateorian kartoittaminen kohti kehittämissuunnitelmaa	ALOITUSVAIHE
1-2/2016	Toimeksiantaja	Kirjallisuuskatsaus, kehittämissuunnitelman luominen	Suunnitelmaraportin täydentäminen	Kehittämistyön perustelu ja sisällön tarkennus	SUUNNITTELUVAIHE
3-5/2016		Kentälle menon organisointi ja valmistelu, teema-haastattelurungon luominen, kirjallisuuskatsaus	Teemahaastattelurunko liitteeksi raporttiin	Kehittämistyön sisällön tarkennus	ESIVAIHE
5-6/2016	Toimeksiantaja, perhekodin asukkaat	Toimeksiantajan eli perhehoitajan ja perhekodin asukkaiden teemahaastattelu	Haastattelun nauhoitus ja litterointi. Aineiston luokittelu ja teemoittelu, uudelleen järjestely, analysointi ja tulkinta. Johtopäätösten tekeminen.	Aloitetaan tehtäväkansion luominen haastatteluiden sekä taustateorian perusteella. Kansion tehtävien suunnittelu. Tehtäväkansion konkreettinen luominen dokumenttiedostomuotoiseksi kehittämistyön liitteeksi, palautelomakkeiden luominen	TYÖSTÖVAIHE
7/2016	Toimeksiantaja ja perhekodin asukkaat	Tehtäväkansion testaaminen perhekodin asukkailla	Palautelomakkeet	Tehtäväkansiosta saadun palautteen koonti, kehittämistyöraportin kirjoittaminen	TARKISTUSVAIHE

8/2016		Kehittämistyöraportin it-searviointiosuuden kirjoittaminen, palautteesta nousevien kehittämisehdotuksien esille tuominen	Kehittämistyöraportin kirjoittaminen, kehittämissuosituksen powerpointin tekeminen	Kehittämistyöraportin viimeistely niin sisällöllisesti kuin ulkoisesti, kehittämistyön esittäminen	VIIMEISTELYVAIHE
9/2016		Palautteen koonti ja korjausten tekeminen kehittämistyöraporttiin		Arvioitavan kehittämistyöraportin palautus	VALMIS TUOTOS

5.1 Kehittämisen prosessin alkuvaiheita

Saimme toimeksiannon tammikuussa 2016, jonka mukaan meidän tuli kehittää ikääntyneen mahdollisuutta asua lähiomaisensa luona sekä luoda kyseisiä asumisoloja tukeva opas. Aloitimme kehittämistyöprosessin tutustumalla aiheeseen kirjallisuuden ja nettilähteiden avulla. Toimeksiannon laajuuden vuoksi käytimme paljon aikaa perehtymällä esimerkiksi ikääntyneiden asumisen tilastoihin ja hyvän vanhuuden käsitteisiin. Lisäksi etsimme tietoa ja tutkimuksia perhehoidosta ja perhehoitajuudesta, joiden avulla kykenimme tekemään eron virallisen perhehoidon sekä meidän kehittämistyössämme ilmenevän vapaamuotoisen perhehoidon välille. Tutkimuksia juuri meidän aiheestamme löytyi vähän ja löytämämme kirjallisuus käsitteli aihetta hoidollisesta katsantokannasta, eikä niinkään identiteetin tukemisen näkökulmasta.

Seuraavassa vaiheessa, suunnitteluvaiheessa, aloimme luoda kehittämistyön suunnitelmaa keräämämme taustateorian perusteella. Laajan aiheeseen perehtymisen jälkeen meillä oli mielikuva siitä, mitä halusimme kehittämistyössämme kehittää ja tuottaa. Opinäytetyömme suunnitelmassa perustelimme tämän kehittämistyön tarpeen sekä tavoitteen ja tarkoituksen. Vaikka toimeksiannon mukaan olisimme voineet kehittää ikääntyneen mahdollisuutta muuttaa lähiomaisen luo esimerkiksi pelkästään esteettömyyden näkökulmasta, halusimme kuitenkin paneutua identiteetin käsitteeseen ja sen tukemiseen ikääntyneellä perhehoidon tarjoamissa asumisolissa. Tällöin toimintaterapian taustateoriaksemme valikoitui toimintaterapialle keskeinen viitekehys, Inhimillisen toiminnan malli (Model of Human Occupation - MOHO), sillä koimme sen tarkastelevan ansiokkaasti identiteettiä käsitteenä.

Kehittämistyön suunnitelman hyväksyttämisen jälkeen aloimme organisoida varsinaista kentälle siirtymistä. Tässä esivaiheessa sovimme haastatteluajat haastateltavien kanssa

ja lähetimme heille alustavan sähköpostin kehittämistyöstämme ja haastatteluiden tarkoituksesta sähköpostilla toimeksiantajan kautta. Pian kävi ilmi, ettei yksi perhekodin asukkaista halunnut osallistua haastatteluihin, jolloin haastateltavia oli lopulta kolme: kaksi ikääntynyttä sekä perhehoitaja. Lisäksi loimme teemahaastattelurungon tasapainoillen Inhimillisen toiminnan mallin teorioiden, erityisesti identiteettiä koskevien, sekä ikääntymisen klassisten yksilötason teorioiden välillä. Ikääntyneiden identiteetin tukemisen kannalta oli olennaista, että haastattelumme toisi esiin toiminnallisen mukautumisen haasteet ja niiden vaikutukset identiteettiin sekä ympäristön, myös sosiaalisen ympäristön, merkityksen yksilön arjessa.

Haastattelumme sisälsi 10 perhehoitoon muuttamiseen sekä uudenlaisen arjen opetteluun pureutuvaa teemaa sekä teemoja tukevat apukysymykset haastattelijolle. Valmistauduimme teemahaastatteluihin käymällä haastatteluaiheita huolellisesti läpi. Halusimme varmistaa, että kumpikin haastattelija ymmärsi aiheet samalla tavalla ja tiedosti, mitä tietoa aiheilla ja luomillamme apukysymyksillä toivoimme saavamme, koska haastattelihoita oli kaksi ja haastattelimme ikääntyneet erikseen omissa tiloissa. Tässä vaiheessa pohdimmekin haastattelijoiden määrää haastattelutilanteessa. Päätimme yhden haastattelijan olevan parempi vaihtoehto ikääntyneelle vapaan, luottamuksellisen ja turvallisen ilmapiirin luomisessa, jolloin heidän olisi helpompi tuoda esiin heille tärkeät asiat ja omat mielipiteensä. Toimeksiantajan kanssa olimme puolestaan jo luoneet vastaavasti tiimihengen, jolloin hänen haastattelussaan molemmat tutkijat olivat läsnä. Esivaiheessa hankimme myös haastatteluihin tarvittavat nauhurit ja opettelimme niiden käytön valmiiksi.

5.2 Teemahaastattelu

Toimeksiantajamme tarjosi heti alusta asti mahdollisuutta perhekodin asukkaiden kokemuksien hyödyntämiseen. Hyödynsimme mahdollisuutta mielellämme ja koimme teemahaastattelun menetelmänä olevan aiheelle paras ja sisältöä tuottavin vaihtoehto. Lisäksi haastateltavat ikääntyneet ovat kehittämistyömme aloittamisen ajankohdan kanssa samanaikaisesti muuttaneet perhekotiin, joten heillä oli sillä hetkellä ajankohtaisin tieto perhehoitoon muuttamisen vaatimasta sopeutumisesta. Halusimme haastatella myös perhehoitajaa saadaksemme kokonaiskuvan asumisjärjestelyn toteutumisesta ja sen vaatimista erityisjärjestelyistä.

Teemahaastattelu on tiedonkeruumenetelmä, joka toteutetaan keskustelumuotoisena ennalta suunniteltujen teemojen mukaan. Tärkeää on huomioida, että haastattelija pysyy koko ajan keskustelun ohjaajana. Teemahaastattelulla saatu aineisto muodostuu haastateltavan aidosta kokemuksesta, eivätkä haastattelijan suunnittelemat vastausvaihtoehdot rajaa kertyvää aineistoa. Toisena merkittävänä etuna on, että ennalta suunnitellut teemat sitovat saatavan aineiston tutkimusongelmaan. Haastattelijan suurin haaste on pitää huolta, että haastateltavan vastaukset eivät lähde johdattelemaan keskustelun kulua liikaa, koska tällöin tehtävät haastattelut eivät ole enää vertailukelpoisia keskenään. Riskinä on, että tällä menetelmällä aineistoksi kertyy vain kasa sekavaa puhetta, jolloin haastattelijan on vaikea jäsenellä aineistoa ja tehdä siitä nimenomaan haastateltavien puheisiin perustuvia päätelmiä. (Hirsjärvi & Hurme, 2001.)

5.3 Haastattelun teemat

Haastattelun tavoitteena oli selvittää, miten perhehoidossa asuvia voitaisiin tukea sopeutumisessa niin, että kaikki osapuolet pystyisivät huomioimaan ikääntyneiden toiminnallisen identiteetin ja itsensä toteuttamisen mahdollisuudet yhteisessä arjessa. Kaikki teemat rakentuivat identiteetin huomioimisen ympärille ja olivat muotoiltu niin, että kunkin haastateltavan omat kokemukset muuttuneesta tilanteesta tulisivat mahdollisimman hyvin esille jokaisessa teemassa. Teemat käsittelivät muun muassa lähtötilannetta, jolloin muuttoa sekä perhehoidossa asumista yhdessä muiden asukkaiden kanssa oli alettu suunnitella. Pyrimme selvittämään teemahaastatteluilla myös ikääntyneen toiminnallista suoriutumista sekä roolien toteutumista ja identiteetin muokkautumista uudenaikaisessa arjessa. Olimme myös kiinnostuneita asukkaiden välisten suhteiden merkityksestä ja niiden mahdollisesta muuttumisesta, kun omaisesta onkin tullut perhehoitaja. Haastattelun teemat löytyvät liitteestä 3 Teemahaastattelurunko.

Teemat muuton syistä ja vaikutuksista pohjautuvat ikääntymisen myötä tapahtuvaan toimintakyvyn heikkenemiseen sekä Inhimillisen toiminnan mallin huomioivaan toiminnallisen mukautumisen tarpeeseen. Inhimillisen toiminnan malli tuo esille myös ympäristön yksilöön osaltaan vaikuttavana tekijänä. Haastattelussamme pyrimme huomioimaan ympäristön identiteetin toteuttamiseen mahdollistavasti tai estävästi vaikuttavana tekijänä sekä sosiaalisen ympäristön toimivuuden että fyysisen ympäristön esteettömyyden kanalta teemassa Ympäristön vaikutukset. Teemoilla Ajatuksia muutosta ja läheisistä, Ih-

missuhteet uudessa kodissa, Kokemus omaisen läsnäolosta sekä Perhekodin kodin-omaisuus pyrimme selvittämään tarkemmin sosiaaliseen ryhmään kuulumisen ja sen läsnäolon vaikutusta yksilön arjen kokemuksissa. Kielhofnerin (2008) mukaan yksilön on tapana omaksua sosiaalisen ympäristön ryhmien kautta kumpuavia arvoja ja mielenkiinnon kohteita, minkä mahdollista ilmenemistä myös perhehoidossa halusimme selvittää. Toisaalta lähestymme näitä teemoja myös klassiset aktiivisuus-, jatkuvuus- ja irtaantumisteoriat mielessä pitäen, sillä läheisten ihmisten tuella ja hyväksynnällä – tai vastaavasti sen puutteella – on suuri merkitys sille, pyrkiikö ikääntynyt jatkamaan rooliensa toteuttamista mahdollisimman paljon aiemman kaltaisesti, sopeutuen toiminnallisuutensa muutokseen vai pyrkiikö hän irtaantumaan haastavaksi käyneistä toiminnoista. Mikäli ikääntynyt kokee hyväksyntää ja saa tarvitsemaansa tukea perhehoidossa, nämä teoriat eivät kuitenkaan sulje pois toisiaan.

Teoriat identiteetin rakentumisesta Inhimillisen toiminnan mallissa toivat meidät teemoihin Itsenäisyys ja työnjako, Roolit nyt ja ennen sekä Ajanvietto kodin ulkopuolella. Tiedostaen, että tiettyjen roolien ja niiden tuomien edellytysten täyttämisen kautta yksilö voi saavuttaa mielekkääksi koetun elämän, halusimme näiden teemojen esittävän, miten ikääntyneet ovat toteuttaneet itseään ennen ja vastaavasti nyt perhekodissa. Toiminnallinen identiteetti syntyy MOHOn mukaan ajan kuluessa identiteetin ollessa jatkuvassa käytössä, kuten aiemmin kohdassa 3.1 on mainittu. Itsenäisyys ja toimintaan osallistuminen tarjoavat kyvykkyyden ja pätevyyden tunteen, joka vaikuttaa yksilön kokemukseen itsestään ja toimii näin myös identiteetin rakennuspalikkana. Näillä teemoilla selvitimme, millaisista asioista ikääntyneiden identiteettien tärkeimmät rakennuspalikat koostuvat ja miten perhekodissa asuminen vaikuttaa ja voisi parhaimmillaan vaikuttaa näiden erilaisten identiteettien toteuttamiseen.

Haastatteluaineistomme keräämisessä laadukkuuden tavoitteluun on pyritty etukäteen suunniteltujen teemojen lisäksi ennakoiden teemojen mahdollista syventämistä ja vaihtoehtoisesti muotoiltuja lisäkysymyksiä. Teemahaastattelun toteuttaminen vaatii kuitenkin sen seikan tiedostamisen, että kaikkiin lisäkysymyksiin tai niiden muotoiluihin ei voida mitenkään varautua etukäteen. Aineiston laadukkuutta voidaan etukäteen jo varmistaa myös kouluttamalla haastattelijoita sisäistämään ja ymmärtämään haastattelurungon ja sen tavoitteet mahdollisimman samankaltaisesti. (Hirsjärvi & Hurme, 2001. 184.)

5.4 Työstövaihe

Työstövaihe oli kehittämisprosessimme vaativin ja aikaa vievin vaihe. Ensin teimme haastattelut kahdelle ikääntyneelle sekä heidän perhehoitajalleen. Haastattelupäivänä annoimme haastateltaville saatekirjeet sekä suostumuslomakkeet, jotka varmistivat heidän ymmärtävän työn tarkoituksen ja tavoitteen. Nämä lomakkeet löytyvät raportin liitteistä 1 ja 2. Lomakkeiden läpikäynnin jälkeen kumpikin haastattelija haastatteli yhtä ikääntynyttä erillisessä tilassa ja lopuksi perhehoitajaa yhdessä. Haastatteluiden jälkeen litteroimme eli puhtaaksikirjoitimme ne viikon sisällä nauhoituksista. Kehittämistyömme kannalta litteroinnin sanatarkka selvittäminen riitti eikä esimerkiksi huokauksia ja äänenpainoja tarvinnut erikseen huomioida asiasisältöä esille tuodessa. Luimme litteroinnit niin yhdessä kuin erikseen tutkijoiden kesken varmistaaksemme parhaan ymmärryksen. Kehittämistyön työstämisen aikana luotu aineisto on muutoin dokumentoitu lukuun ottamatta litterointeja, jotka tullaan kehittämistyön palauttamisen jälkeen hävittämään haastateltavien anonymiteetin turvaamiseksi.

Litterointien jälkeen aloimme purkaa haastateltavien vastauksia teemahaastattelun teemojen mukaan. Kokosimme yhdelle sivulle aina yhden teeman vastaukset, erotellen haastateltavien kerronnat värikoodeittain. Nimesimme ja värikoodasimme asukkaat perhesuhteiden mukaan: perhehoitajan yhdellä värillä ja hänen vanhempansa puolestaan omilla väreillään tuotetun tekstin jäsentämisen ja analysoimisen helpottamiseksi Tämän purkamisen jälkeen luimme aineistoa useampaan otteeseen sekä teemoittain että haastattelukohtaisesti niin yksin kuin yhdessä tutkijatiimin kesken. Lukemisen tukena ja tulkitsemisen apuna on osittain käytetty Deyn 1993 tekniikoita, kuten kysymysten ”kuka, mikä, milloin, missä ja miksi” esittämistä aineistolle. (Dey 1993, 143.) Näiden kysymysten avulla pyrimme löytämään aineistosta yhtäläisyyksiä ja merkittäviä eroja haastateltavien ja heidän kokemiensa tapahtumien välillä.

Seuraavaksi aloimme luokitella aineistoa, joka on tärkeä osa analyysia ja muodostaa perustan, joka määrittää lähtökohdat aineiston tulkintaa ja sisällön tiivistämistä varten. Luokiteltaessa jäsennellään tutkittavaa ilmiötä vertailemalla aineiston osia toisiinsa luoden aineistomassasta luokat ikään kuin apuvälineiksi keskeisten asioiden esille tuomiseen. (Hirsjärvi & Hurme, 2001. 147.) Kuitenkin esimerkiksi kehittämisprosessimme teemahaastattelun teemoja voidaan jo käyttää alustavina luokkina aineiston analysoinnissa. Hirsjärven ja Hurmeen mukaan (2001, 149) luokittelua seuraa aineiston uudelleen järjestely luokittelun perusteella, jolloin samalla selviää luokittelun pätevyys. Usein tässä vaiheessa

vaaditaan vielä luokkien yhdistelyä ja pilkkomista uusiksi luokiksi, keskittyen niiden olenaisuuteen, aineiston määrään sekä käsitteelliseen erotteluun toisistaan. (Hirsjärvi & Hurme, 2001. 149.) Tämä vaihe kulki työssämme limittäin aineiston yhdistelyvaiheen kanssa. Kokosimme vastauksista uusia, niiden sisältöä kuvaavia luokkia, jotka käsitelimme yhdistelyvaiheessa.

Koostimme aineistomme teemakohtaisiksi yhteenvedoiksi, joista erottelimme haastattelujen yhtenevät kokemukset ja selkeästi eriävät näkemykset. Huomasimme, että kerontamuotoiset vastaukset tuottivat sisältöä useampiin teemoihin. Tämä aiheutti aineiston uudelleenjärjestelyn tarpeen, jossa eri teemoista nousseita vastauksia yhdisteltiin uudelleen sen teeman alle, johon ne parhaiten vastaavat. Tämä yhdistelyvaihe vaati meiltä laajempaa ajattelutyötä, jossa tarkastelimme luokiteltua aineistoa omasta ammatillisesta näkökulmastamme, toimintaterapian viitekehyksellä.

Aineiston uudelleenjärjestelyn jälkeen analysoimme ja tulkitsimme aineiston peilaten saamiamme tuloksia sekä Inhimillisen toiminnan malliin että klassisiin yksilötason teorioihin. Nämä prosessit käsitellään seuraavissa kappaleissa 6 ja 7. Tulkinnan ja johtopäätösten tekemisen jälkeen aloimme kehittää niiden perusteella Yksilöllisesti Yhdessä -tehtäväkansiota.

Jo kehittämistyön alkupuolella meillä oli jonkinlainen näkemys valmiista tehtäväkansiosta, sen osista ja tehtävistä, mutta tehtäväkansion varsinaiset kategoriat nousivat haastattelun teemoista, mitä käsittelemme kappaleessa 6.2. Tehtäväkansion kategorioiden luominen teemahaastattelun teemoista. Tehtävien avoimessa rakenteessa sekä kansion täyttöohjeissa huomioimme teoriasta nousseen ajatuksen siitä, että henkilö itse voi määrittellä identiteettinsä kannalta tärkeimmät toiminnot. Kansion ulkoasussa pyrimme selkeyteen ja jotta kansio olisi helposti käytettävissä, koimme sähköisen dokumenttimuodon takaavan parhaiten kansion saatavuuden sekä mahdollisen jatkomuokkaamisen. Tehtäväkansio löytyy raportin liitteestä 4.

5.5 Kehittämisprosessin viimeistelyvaiheet

Varsinaisessa tarkistusvaiheessa lähetimme tehtäväkansion sähköpostitse perhehoitajalle, joka tulosti tehtäväkansiot jokaiselle kolmelle perhekodin läheiselleen. Samassa viestissä pyysimme heitä täyttämään palautelomakkeen kansion testauksen jälkeen. Arvioimme kansion niin perhehoitajan ja perhekodin asukkaiden tuottaman palautteen kuin

myös oman reflektointimme perusteella. Arvioinnissa tarkasteltiin muun muassa tehtäväkansion käytännöllisyyttä ja toimivuutta perhekodin asukkailla sekä kehittämistyön kokonaisvaltaista onnistumista. Haastateltaville toimitettu palautelomake löytyy liitteestä 5 Palautelomake. Kokosimme saadun palautteen raporttiin ja teimme sen perusteella johdopäätöksiä kansion toimivuudesta ja kehittämissuhteita sen parantamiseksi varten. Saamaamme palautetta ja kehittämissuhteita käsittelemme tarkemmin kappaleessa 9 Kehittämistyön tulokset ja palaute.

Palautteen ja työmme lopputuloksen pohdinnan jälkeen tiedostamme työssämme olevan vielä kehittämistarvetta. Kansion viimeistelyvaihe sekä sen kattavampi testaaminen jäävät kuitenkin seuraavalle jatkokehittäjälle. Kuvaamamme kehittämistyön prosessi edesauttaa seuraavaa aiheeseen tarttujaa kansion kehittämissuhteiden hahmottamisessa, mikä puolestaan helpottaa jatkokehittäjää kansion muokkaamisessa ja parantamisessa.

6 AINEISTON ANALYYSI

Analyysiprosessin tarkoituksena on pyrkiä ymmärtämään ilmiötä monipuolisesti muodostaen teoreettisen näkökulman tai mallin, jonka osaksi aineisto voidaan sijoittaa. (Hirsjärvi & Hurme, 2001. 149-150.) Teemahaastatteluaineiston luokittelun jälkeen yhdistelimme aineiston kokonaisuuksien perusteella niin, että kaikki yhtenäiset sekä poikkeavat kokemukset otettiin huomioon.

Kokosimme yhteenvedon kokonaisuuksiksi huomioiden erikseen positiiviset ja negatiiviset kokemukset. Huomasimme, että haastatteluista esiin nousseet perhehoidon haasteet liittyivät joko omiin henkilökohtaisiin kodin sisätiloissa tapahtuviin toimintoihin, sosiaaliin tilanteisiin tai muussa fyysisessä ympäristössä tapahtuviin toimintoihin. Jaottelimme nämä haasteet erilaisiksi Yksilöllisesti Yhdessä -tehtäväkansiossa ilmeneviksi kategorioksi, joita ovat Minun ympäristöni sekä siihen liittyvät toiveet; tottumukset, nykyiset mahdollisuudet ja esteet; Ruokailutilanteet; Ihmissuhteet ja sosiaalinen aktiivisuus; Henkilökohtainen hygienia ja pukeutuminen; Liikunta ja ulkoilu; Muu ajanviete; Rentoutuminen ja hemmottelu sekä Asioinnit.

6.1 Tehtäväkansion kategorioiden luominen haastattelun teemoista

Tehtäväkansion kategoriat luotiin haastatteluista saadun tiedon pohjalta ja ne pyrkivät kattamaan elämän eri osa-alueet mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Haastattelurungon teemat ohjasivat vahvasti kategorioiden muodostumista ja yhteen kansion kategoriiaan vaikutti monesti useamman teeman esille tuomat asiat. Saimme lisävahvistusta tehtäväkansioon luomiemme kategorioiden tarpeellisuuteen, kun huomasimme yhden kategorian käsittelemien asioiden tulevan usein ilmi useammassa teemassa. Valmiiden kategorioiden lisäksi tehtäväkansion lopussa on tyhjiä, täytettäviä pohjia muille henkilön tärkeiksi kokemille toiminnoille, jotka eivät mahdollisesti sovi kansion valmiisiin kategoriisiin (katso liite 5 Tehtäväkansio). Huomioimme, että meidän tekemistämme kolmesta haastattelusta esiin nousseet toiminnot ja niissä ilmenevät haasteet eivät vielä tarjoa tarpeeksi monipuolista tietoa ja vertailupohjaa voidaksemme yleistää saamaamme tietoa kaikkiin perhekoteihin. Täytettävät tyhjät pohjat on luotu, jotta yksilöiden itselleen tärkeiksi kokemansa toiminnot huomioitaisiin tästä huolimatta mahdollisimman kattavasti.

6.1.1 Muuton syyt

Ensimmäisessä haastatteluteemassa käsitelimme muuton syitä. Tämän teeman alle saatujen vastauksien pohjalta saimme vaikutteita tehtäväkansion kategorioihin Minun ympäristöni, Liikunta ja ulkoilu sekä Asioinnit. Uuteen asumismuotoon siirtymiseen vaikuttivat vahvasti ikääntyneiden kunnon heikentyminen sekä omaisen kiireellinen elämäntyyli, joiden myötä oli mietittävä vaihtoehtoisia ratkaisuja asumisen toteuttamiseen. Ikääntyneet kokivat olevansa omaiselle taakka, sillä hän käytti vapaa-aikansa jokaisen läheisen ikääntyneen luona vierailen. Omainen puolestaan koki tilanteessa riittämättömyyden tunnetta ajanpuutteen vuoksi. Osapuolista yksikään ei kuitenkaan kokenut ulkopuolista hoitoa vaihtoehtona, vaan ratkaisun oli heidän mielestään löydyttävä muuta kautta.

Toimintakyvyn heikentyessä ikääntyneen yksin kotona pärjääminen tulee ajan myötä mahdottomaksi, jolloin Suomessa asia pyritään ratkaisemaan yhä useammin tukeutulla palveluasumiseen hoito- ja vanhainkodeissa (SVT, 2015). Kehittämistyömme perhehoitajalla oli mahdollisuus rakennuttaa esteetön, tilava koti itselleen ja ikääntyneille lähiomaisilleen, minkä lisäksi hänen ammatillinen taustansa hyvinvointipalveluiden alalla varmasti tarjosi hänelle tietoa ja rohkeutta, jonka ansiosta hänen oli helpompi ajatella tarjoavansa itse omaisilleen vaihtoehdon laitosasumiselle. Toivomme kaikkien omaisten saavan tarvitsemaansa tukea tehtäväkansionne avulla, jolloin heidän olisi mahdollista lähteä toteuttamaan vapaamuotoista perhehoitajuutta ja ylipäättään pohtia mahdollisuuksiaan asua yhdessä ikääntyneiden läheistensä kanssa. Tietysti ikääntyneen toimintakyvyn heikkenemisen ongelmat, kuten esimerkiksi muistisairaus tai liikkumisen vaikeudet vaativat omaiselta huomiota ja omistautumista. Ihannetilanteessa ikääntyneiden toiminnallisten haasteiden estäessä yksin kotona asumista punnittaisiin palveluasumisen lisäksi myös omaisen mahdollisuutta toimia ikääntyneen pääasiallisena hoitajana perhehoitomuotoisesti.

”Olen joka tapauksessa se henkilö, joka heist huolehtii.” ”Ni mä tiedän, et niist, ei näist ei niinku yksikään oikeesti kestäis sitä mihin ne mahdollisesti olis joutumassa.” ”Ja jos he olis vanhainkodissa tai jossain muussa vastavaanlaisessa asumismuodossa, ni joka tapaukses mä kävisin siel kattomassa ja joutuisin miettimään, miten he siel voi ja miten heist huolehditaan ja muuta.”

Vaikka haastatellut ikääntyneet uskoivat pystyvänsä pärjäämään vielä omillaankin, he tiedostivat samalla entisen asuinjärjestelyn kestättömyyden. Omillaan pärjääminen vaikeutuisi entisestään ja tulisi mahdottomaksi ennemmin tai myöhemmin, jolloin omasta asunnosta poismuutto tulisi pian kuitenkin eteen. Kumpikaan ikääntyneistä ei kokenut esimerkiksi palvelutaloa mahdollisena asumismuotona, ja nykyinen perhekoti oli heille ainut oman vanhan kodin lisäksi huomioitava todellinen vaihtoehto.

”Toinen mahdollisuus oli sitte tietysti vanhojen talo... ni ei niillä niin kauhee hyvä maine ole niil paikoilla.”

6.1.2 Ajatuksia muutosta ja läheisistä

Seuraavaksi käsittelimme toisen teemamme avulla ajatuksia muutosta ja läheisistä muuton jälkeen tarkasteltuna. Teeman avulla pohdittiin, millaisia ajatuksia idea muutosta perhekotiin oli alun perin aiheuttanut ja miten nämä ajatukset ovat varsinaisen muuton jälkeen muuttuneet. Tämä teema tuki osaltaan Ihmissuhteet ja sosiaalinen aktiivisuus- kategorian tarvetta ja luomista sekä Minun ympäristöni -kategorian sisältöä.

Oman kunnon heikkeneminen ja kaipuu entiseen kotiin vaikuttavat ikääntyneiden kyvykkyyden ja kontrollin tunteeseen. Haastatellut kokivat avun olevan perhekodissa helposti saatavilla, mikä on erityisen tärkeää heidän itse huomattessaan oman kuntonsa heikkenemistä. Haastattelustamme ilmeni, että omaisen jatkuvan läsnäolon vuoksi apua oli ikääntyneiden mielestä nyt helpompi pyytää. Omaisen kanssa asuttaessa apua pyytäessä ei tarvitse erikseen miettiä, mistä asti omainen joutuu mahdollisesti lähtemään auttaakseen ikääntyneitä läheisiään tai häiritseekö auttamaan tuleminen mahdollisesti hänen muuta päivärytmiään. Kun kynnyksellä avun pyytämiseen on mahdollisimman pieni, saatetaan myös välttyä mahdollisilta turvallisuusriskeiltä. Avun tarpeen ilmaiseminen omaiselle ja myös ilmaisemisen vaikeus on tärkeä tiedostaa ja niistä olisi hyvä myös keskustella yhdessä omaisen kanssa. Avuntarvetta ei tarvitse hävetä eikä sen pyytämistä pidä joutua jännittämään.

Fyysisen avun lisäksi arvostettiin avunsaantia esimerkiksi terveyspalvelujen käyttämiseen ja eri virastojen lähettämien virallisten kirjeiden ymmärtämiseen. Entisen kodin ikävöiminen vaikeutti kuitenkin sopeutumista uuteen kotiin ja asumisjärjestelyyn. Kaipuun olemassaolo tulisi tunnistaa sekä siihen liittyviä asioita ja niihin vaikuttamista olisi hyvä

yhdessä pohtia. Tehtäväkansionne tarjoaa mahdollisuuden pohtia vanhaan kotiin liittyviä asioita esimerkiksi kohdassa Minun ympäristöni, tarjoamalla keskustelualustan sille, mitä kukin on tottunut kotiympäristössään tekemään ja millaiset asiat yksilö kokee tärkeäksi kotiympäristössään. Kuten aina muuton yhteydessä, uusi paikka ei automaattisesti tunnu heti kodilta ja näin kodinomaisuuden vahvistaminen jokaisen yksilön tarpeiden mukaan on ensiarvoisen tärkeää, jotta sopeutuminen helpottuisi ja mahdollisesti myös nopeutuisi.

Asuminen yhdessä muiden kuin esimerkiksi oman puolison kanssa vaatii myös sopeutumista. Haastatellut ikääntyneet kertoivat ajatuksen jatkuvasta yhdessäolosta muiden kanssa tuntuneen hyvin jännittävältä ennen muuttoa, mutta tästä huolimatta muiden läsnäolo ei ole häirinnyt ja kaikki on heidän kokemansa mukaan sujunut hyvin. Ennen yhteiseen kotiin muuttamista on tärkeä tiedostaa muuttavien osapuolten välisten ihmissuhteiden kemiat sekä jokaisen yksilön sopeutumiskyky täysin uuteen tilanteeseen, jolloin yhdessä asumisen alku sujuisi mahdollisimman mutkattomasti. Voimmekin ajatella, että sosiaalisella ympäristöllä on vaikutus henkilön kokemukseen omasta itsestään ja tätä kautta yhteys myös henkilön sopeutumiskykyyn. Myös Inhimillisen toiminnan mallissa tunnistetaan muutoksen omassa koetussa suorituskyvyssä vaikuttavan henkilön toiminnalliseen mukautumiseen (Kielhofner, 2008. 107-108).

6.1.3 Muuton vaikutukset

Muuton vaikutusten selvittäminen oli iso osa haastatteluamme ja tämän teeman perusteella pystyimme koostamaan monista haastateltavien ristiriitaisista kokemuksista asioita, joita olisi ehdottomasti käsiteltävä tehtäväkansionne. Ristiriitaisien kokemusten pohjalta koimme tarpeelliseksi luoda tehtäväkansionne kategoriat: Minun ympäristöni, Ihmissuhteet ja sosiaalinen aktiivisuus, Liikunta ja ulkoilu, Muu ajanviete sekä Asioinnit. Ristiriitaisien kokemusten analysointi aineistossa oli haastavaa, mutta toisaalta juuri ristiriitaisuus loi tarvetta esille tulleiden asioiden paremmin selvittämisestä ikääntyneiden ja perhehoitajan välillä niin, että kaikkien kokemuksia otettaisiin arjessa huomioon. Teeman vastaukset toivat myös esille muun muassa identiteetissä mahdollisesti tapahtuvaa muutosta eri toimintojen osa-alueilla.

Ristiriitaiset kokemukset ympäristön saavutettavuudesta ikääntyneiden ja omaisen välillä aiheuttivat tulkinnan vaikeutta muuton vaikutuksesta ikääntyneiden aktiivisuuteen. Ikääntyneiden omien kokemusten huomiointi tuo arvokasta tietoa arjesta, mutta toisaalta

on huomioitava, että muutos ja uuteen sopeutuminen on aluksi aina haastavaa ja on mahdollista, että se herättää yksilössä myös vastahakoisuutta. Muutos henkilön tahdossa, tottumuksessa, suorituskyvyssä tai ympäristössä voi muuttaa koko Inhimillisen toiminnan mallin dynamiikkaa. Muutos vaatikin, että uudet ajatukset, tunteet ja teot toistetaan riittävästi johdonmukaisessa ympäristössä, jotta ne yhdistyvät organisoiduiksi toimintamalleiksi. (Kielhofner, 2008. 28-29). Muutos vaati siis aina aikaa.

Perhehoitajan mukaan ikääntyneet ovat liikkuneet uudessa ympäristössä enemmän, mutta ikääntyneet itse kokivat pystyneensä liikkumaan vanhassa kotiympäristössään varsin hyvin ja jopa nykyistä paremmin. Ikääntyneillä oli ennestään kodin ulkopuolisia harrastuksia, mutta niihin pääseminen on nykyisellä toimintakyvyllä haasteellista. Tosin haastattelu ei pureudu siihen, onko toimintakyky tullut harrastuksia estäväksi muuttamisen jälkeen vai onko harrastuksiin pääsy estynyt jo aiemmin. Toisaalta ikääntyneet tiedostavat ja myös hyväksyvät, että joistain toiminnoista on luovuttava. Näitä seikkoja pyrimme tuomaan esille myös tehtäväkansionne johdannossa, jossa muistutetaan mahdollisten korvaavien toimintojen löytämisestä niiden toimintojen tilalle, joista on ollut jo luovuttava. Vaikka sopeutuminen on ollut haastavaa, muutto on selkeästi tuonut ikääntyneille helpotusta jatkuvasti läsnä olevan fyysisen ja sosiaalisen avun muodossa. Uusi koti on myös esteettömästi rakennettu, mikä helpottaa liikkumista. Pihan keskeneräisyys koettiin vielä monin tavoin haasteena, vaikka esteetön uloskäynti on jo varmistettu.

Uudessa asumismuodossa ilmenneistä ristiriitaisista kokemuksista huolimatta havaittiin myös monia kaikkien tunnistamia positiivisia vaikutuksia entiseen tilanteeseen verrattuna. Kaikki osapuolet kokivat tuen ja turvan läsnäolon sekä jatkuvan avunsaannin mahdollisuuden arkea helpottavana tekijänä. Osapuolet olivat selkeästi tahoillaan punninneet vaihtoehtoja ja nykyinen, uusi asumismuoto koettiin tilanteeseen nähden parhaaksi vaihtoehdoksi. Kodinomaisuus voi ajan kuluessa tuoda ikääntyneelle myös lohtua hänen toimintakykynsä heiketessä, mikä luo puolestaan turvallisuuden tunnetta tulevaisuuden ajatteluun. Monella ikääntyneellä on myös vanhainkotiin muuttamiseen liittyviä pelkoja. Tracyn ja DeYoungin mukaan (2004, 28) Rutman ja Freedman (1998) esittävät ikääntyneen voivan pelätä kontrollin tunteen menettämistä ja tuttujen rutiinien muuttumista muuttaessaan vanhainkotiin. Ikääntynyt voi kokea oman elämän hallitsemattomuuden tunnetta laitospäiväkodin ympäristössä. Tracy ja DeYoung myös viittaavat Armerin (1993) huomauttavan ikääntyneiden joutuvan toimimaan vanhainkodin yhteisten sääntöjen ja toimintatapojen mukaan, mikä voi olla vaikea hyväksyä. Siirryttäessä laitosasumiseen ikääntynyt menettää tunteen omavaraisesta selviämisestä omassa kodissaan.

6.1.4 Ihmissuhteet uudessa kodissa

Vaikka perhekodissa asuvat olivat jo ennen muuttoa tottuneet näkemään toisiaan usein, jatkuva yhdessäolo vieraassa ympäristössä oli suuri muutos kaikille ja vaikutti oleellisesti kodintuntuun. Haastatteluista nousi osittain esiin ikääntyneiden oman tilan kaipuu, johon toisaalta saattoi vaikuttaa vielä vahvasti koettu koti-ikävä aiempaan omaan kotiin. Yhdessä asuttaessa on huomioitava kaikkien tarpeet. Itsenäisesti suoritettavien toimintojen ja yhdessä tehtävien asioiden välille on saatava tasapaino niin, että kaikkien on mahdollista osallistua itselleen tärkeisiin toimintoihin. Tilanne, jossa joku toinenkin saattaa viettää aikaa tai toimia toisen kanssa samassa tilassa yhtä aikaa vaatii perhekotijärjestelyltä sopeutumista. Toimintojen ja tilojen jakaminen muotoutuu toki ajan myötä selkeämmäksi, mutta on lähtökohtaisesti joka tapauksessa erilaista kuin yksin tai puolison kanssa asuttaessa.

Yksi ikääntyneistä kertoi esimerkiksi katsovansa mielellään televisiota perhehoitajan kanssa yhdessä, kun taas kaksi muuta ikääntynyttä pysyttelivät ruokahetkiä lukuun ottamatta mielellään enimmäkseen omissa huoneissaan. Suurin osa henkilökohtaisesta omaisuudesta sijaitsee juuri näissä omissa huoneissa, mikä saattaa vaikuttaa siellä paremmin viihtymiseen ja tunteeseen omasta paikasta. Tässä perhekodissa ruokahetket olivat kaikille yhteisiä ja mielekkäitä sosiaalisia hetkiä. Näiden haastattelun tarjoamien tietojen pohjalta perhekodissa asuvien henkilöiden vaikutukset toisiinsa sosiaalisena ryhmänä korostuivat, mikä puolestaan sai meidät rakentamaan Ihmissuhteet ja sosiaalisen aktiivisuuden omaksi merkittäväksi kokonaisuudekseen tehtäväkansion kategoriana.

Perhekodissa koettiin esiintyvän usein arkitilanteista syntyviä pikkuriitoja. Näiden taustavaikuttajana voidaan pitää ikääntyneen asumiskokemusta, jossa he kokevat asuvansa perhehoitajan luona sen sijaan, että tuntisivat asuvansa yhdessä kaikkien omassa kodissa. Perhehoitaja puolestaan kokee kannustavansa ikääntyneitä osallistumaan kodin pienten päätösten tekoon, johon ikääntyneet eivät ainakaan toistaiseksi ole vielä tarttuneet. Sopeutumisvaihe tulee viemään yksilöllisen määrän aikaa jokaiselta ikääntyneeltä perhehoitajan kannustuksesta huolimatta ja kaikkien perhekodissa asuvien on se hyväksyttävä. Vaikka arkiset tilanteet, esimerkiksi päivittäisten toimintojen jakamisesta, kiristävät toisinaan tunnelmaa, perhehoitaja kokee mahdollisen lukujärjestyksenomaisen suunnitelman laatimisen vievän asumisjärjestelyä kodinomaisesta enemmän laitosasumisen kaltaiseksi.

6.1.5 Kokemus omaisen läsnäolosta

Haastattelemamme ikääntyneet kertoivat kokevansa omaisen usein ohjaajana, mitä pidettiin sekä hyvänä että huonona asiana. Toisaalta oli mukavaa, että perhehoitajalla oli tarjota ehdotuksia, vaikka ne välillä tuntuivatkin hieman määräämiseltä. Perhehoitajan ja ikääntyneen omaisen aiemman suhteen laatu saattaa myös vaikuttaa siihen, miten perhehoitaja koetaan yhdessä asuttaessa. Ikääntyneen kokemus itsestään ja omasta tuen tarpeestaan antaa myös suuntaa sille, miten omaisen rooli koetaan perhehoidossa. Jos ikääntynyt on tottunut luottamaan perhehoitajaomaisensa neuvoihin entuudestaan, hänen on todennäköisesti helpompi ottaa niitä vastaan myös uudessa asumismuodossa, kun taas tiedostamattomuus omasta avuntarpeesta tai sen kieltäminen voivat luoda kitkaa ikääntyneen ja perhehoitajan välille.

Perhehoitaja osaltaan toivoi ikääntyneiden osallistuvan enemmän yhteisiin päätöksiin ja tuovan esille omaa aloitekykyään, jolloin hänen ei tarvitsisi toimia niin selkeästi ohjaajan roolissa. Muutosta oli haastattelutilanteessa kulunut vasta suhteellisen vähän aikaa, minkä vuoksi tulee huomioida, että aluksi yhteistä, uutta arkea on haastavampaa suunnitella ja näidenkin asioiden selkeytymiselle on annettava sopeutumisaikaa kaikin puolin. Haastatteluista kävi ilmi myös, että ikääntyneiden on hyvä itse pohtia, minkälaista tukea he perhehoitajalta haluaisivat ja millaiset mahdollisuudet perhehoitajalla on kohdata näitä tuen tarpeita. Näin perhehoitajan olisi helpompi ymmärtää, mitkä toiminnot ikääntyneen on tärkeä saada suorittaa mahdollisimman itsenäisesti ja ikääntynyt puolestaan välttäisi auttamisyritysten tuntumisen pomottelulta.

Tehtäväkansion kategoriassa Ihmissuhteet ja sosiaalinen aktiivisuus tarjotaan ikääntyneelle ja perhehoitajalle mahdollisuus keskustella oman tilan tarpeesta sekä toiveista yhteisiä aktiviteetteja kohtaan. Tässäkin kategoriassa kiinnitetään huomioita siihen, keneltä halutaan apua, jotta toimintoihin on mahdollista osallistua. Lisäksi tehtäväkansion lopussa on koontisivu, johon voidaan kirjoittaa ylös ikääntyneille mieluisat toiminnot, joiden tekemistä hän haluaa jatkaa ja se kenen kanssa hän mahdollisesti haluaa toimia tai keneltä hän kaipuu apua tai opastusta. Toivomme näiden avulla välttävän arkisilta jatkuvilta keskusteluilta, jotka saattavat tuntua perhehoitajan painostamiselta tai toisin päin katsottuna ikääntyneen välinpitämättömyydeltä. Eri toiminnoissa mahdollinen perhehoitajan tarjoaman tuen muoto on syytä arvioida tapauskohtaisesti, jotta tuki on mahdollisimman optimaalinen ikääntyneen toimintakykyyn ja toiminnan luomiin vaatimuksiin nähden sekä suhteessa perhehoitajan kyvykkyyteen toimia tuen tarjoajana. Perhehoitajan

oman jaksamisen kannalta on hyvä myös pohtia, voisivatko muut perheenjäsenet tukea toisiaan eri askareissa.

6.1.6 Itsenäisyys ja työnjako kotona

Perhehoitaja vaikuttaa suuresti perhehoidossa tapahtuvaan työnjakoon. Haastattelua tulkitessamme huomasimme perhehoitajan tekevän suurimman osan kodin askareista. Perhehoitaja ei kokenut tarvetta erilliselle suunnitellulle työnjaolle, koska kyse on perhehoitonäkökulmastamme huolimatta kotona asumisesta, jolloin luonnollisesti jokaisella on oikeus tehdä kotonaan itse haluamia asioita. Tämän tulkitsimme kuitenkin aiheuttavan osallistumisen vaikeutta, sekä vaikeutta jatkaa toimintoja, joihin ikääntyneet olivat entuudestaan tottuneet. Tällöin he joutuisivat itsenäisesti luomaan uutta struktuuria arjelleen uudessa ympäristössä, mikä on haastavaa ilman tukea. Toisaalta liian suunniteltu työnjako saattaisi velvoittaa ikäihmisiä liikaa huolehtimaan ennalta sovituista arjen askareista, eikä perhekoti olisi tällöin kodinomainen tai toimintakykyä ylläpitävä. Tämän perusteella tehtäväkansion viimeiselle sivulle on luotu koontisivu, johon ikääntyneen on mahdollista yhdessä perhehoitajan kanssa koota toimintoja ja askareita, joita hän haluaa aikaisemman tottuksensa mukaisesti jatkaa tai muusta syystä ottaa tehtäväkseen. Tässä kohdassa on myös mahdollista mainita, keneltä haluaa toimintoihinsa apua tai tekeekö asioita jonkun kanssa yhdessä.

Työnjakosivu on tarkoituksellisesti tehtäväkansion osana, sillä tarkoitus on, että työnjakoista toimisi eräänlaisena ikääntyneen omana muistilistana ja selkeyttäisi hänen paikkaansa muiden asukkaiden joukossa, antaen hänelle omia tärkeitä ja merkityksellisiä tehtäviä. Työnjakoa ei ole tarkoitus asettaa lukujärjestyksenomaisesti koko perheen nähtäville tai vertailtavaksi, jotta se ei aseta yksilölle paineita suoritua toiminnoista tai mahdollista muiden asukkaiden tarkkailua työnjaon toteutumisesta. Tämänkin osion tarkoitus on tukea toimintaan osallistumista ja suorituskykyä on tässä toisarvoinen tekijä. Työnjako tarjoaa myös perhehoitajalle näkökulmaa siitä, millaisia asioita hänen on mahdollista tehdä yhdessä ikääntyneiden kanssa tai millaisista asioista he voisivat olla kiinnostuneita. Jatkuva kysely ja ehdottelu saattaa ajan myötä käydä raskaaksi molemmille osapuolille. Työnjaon avulla saadaan helposti luotua struktuuria päivien sisältöön eikä mahdollinen kognitiivisten taitojen heikentyminen pääse estämään aloitekykyä, kun omat askareet ovat selkeästi tarkistettavissa. Työnjakoa on kuitenkin seurattava ja päivitettävä yksilötasolla, jotta se ei käy kuormittavaksi ja aiheuta ahdistusta ikääntyneille.

Osa ikääntyneiden rutiininomaisista toiminnoista on jäänyt pois heidän omasta tahdostaan. Vanhojen toimintojen taakse jääminen on kuitenkin aiheuttanut osaltaan pientä roolikriisiä ja sukupolvien välinen kuilu vaikeuttaa fyysisestä omaisuudesta luopumista, mikä näkyy esimerkiksi vaikeutena hahmottaa, että yhteiset tilat ja tavarat ovat todella kaikkien yhteisessä käytössä. Yhteisten tilojen merkityksen hahmottamisen vaikeus yhdessä oman huoneen korostuneen vaalimisen kanssa vaikuttivat suuresti ikääntyneiden tapaan viettää vapaa-aikaa kotona ja rentoutua esimerkiksi television ääressä. Lisäksi itse muuttoon sopeutuminen on painottanut arkisten, erityisesti pakollisten tilanteiden hoitamiseen keskittymistä, mikä on saattanut vaikuttaa rentoutumis- ja hemmottelukokemusten jäämiseen toisarvoiseksi. Halusimme tehtäväkansiossamme painottaa arkisten tilanteiden ohella elämästä nauttimisen merkitystä, minkä vuoksi nostimme myös Rentoutumisen ja hemmottelun omaksi kategoriakseen.

Toisaalta yhteisissä tiloissa hoidettaviin askareisiin vaikuttavat uudet kodinkoneet, jotka saattavat tuntua ikääntyneistä vieraalta jo niiden modernien käyttöominaisuuksien vuoksi. Ruuanlaiton jakamista hankaloittaa uusien kodinkoneiden lisäksi myös ikääntyneiden heikentynyt kunto, joka voi vaikuttaa osaltaan esimerkiksi varotoimien huomiotta jättämiseen. Tehtäväkansion johdannossa syvennetään kategorioiden osa-alueena esiintyvää ympäristön suunnittelua kertomalla siihen lukeutuvan kaikenlaisen ympäristön valmistelun ja asunnon muokkaamisen toimintaa mahdollistavaksi. Tässä otetaan myös huomioon erilaisten apuvälineiden ja ohjauksen tarve, joka voi tässä tapauksessa olla esimerkiksi selkokielisten ohjeiden tarjoaminen kodinkoneiden käyttöön tai mahdollisuus perhehoitajan opastukseen. Uusien kodinkoneiden käytön haasteellisuus vaikutti erityisesti keittiötoimintoihin ja ruuanlaittoon, minkä vuoksi loimme myös ruokailutilanteet omaksi kategoriakseen. Myös näiden toimintojen päivittäinen toistuvuus vaikutti niiden huomioimisen tarpeeseen tehtäväkansiossamme.

Ikääntyneiden vanhojen roolien ja tottumusten tiedostaminen helpottaa perhehoitajaa kannustamaan ja tukemaan heitä. Ikääntyneet kokivat saavansa halutessaan olla rauhassa omassa tilassaan, jota he myös arvostivat suuresti. Ikääntyneiden omaan tilaan kuului oman makuuhuoneen lisäksi aina oma kylpyhuone, sillä henkilökohtaisesta hygieniasta huolehtiminen sekä pukeutuminen itsenäisesti kuuluivat kaikkien ikääntyneiden arkeen. Henkilökohtainen hygienia ja pukeutuminen ovat myös omana kategorianaan kansiossa, sillä ne ovat usein ensimmäisiä merkittävimpiä asioita, joihin ikääntyneen toimintakyvyn heikkeneminen vaikuttaa. Tässäkin kategoriassa jälleen toimintojen päivittäinen toistuvuus lisäsi sen käsittelyn merkittävyyttä.

6.1.7 Roolit nyt ja ennen

Toimintakyvyn heikkeneminen aiheuttaa roolimutoksia, jotka korostuvat uudessa asuinmuodossa, kun kaipuu entiseen on kova ja uusiin asioihin ja luopumiseen totuttelu vaikeaa. Myös Inhimillisen toiminnan mallissa viitataan yksilön muuttuneen suorituskyvyn vaikuttavan toimintaan osallistumiseen ja sitä kautta suoraan myös henkilökohtaisten roolien toteutumiseen ja toiminnalliseen identiteettiin. Esimerkiksi yksi asukkaista oli aiemmin osallistunut vahvasti yhdistystoimintaan, mutta nykyisen toimintakyvyn vuoksi hän ei pysty enää itsenäisesti lähtemään toimintaan mukaan. Toisena esimerkkinä lievästä roolikriisistä voidaan pitää toisen haastatellun ikääntyneen kokemusta ruuanlaittajan roolista. Hän koki osittain painetta jatkaa ruuanlaittajan roolissa kaikkien aiempien tottumustensa mukaan, mutta toisaalta häntä ei haitannut välillä luovuttaa roolia myös muille, tässä tapauksessa perhehoitajalle.

Tämän perhekodin, ja miksei muidenkin vastaavien, suurena etuna koemme sen, että haastattelemamme perhehoitaja tuntee entuudestaan hyvin perhekotiin muuttaneet ikääntyneet. Perhehoitaja tietää esimerkiksi heidän mieltymyksistään, arvoistaan, elämänhistoriastaan ja heille merkityksellisistä toiminnoista, mikä auttaa häntä muokkaamaan uutta ympäristöä ikääntyneiden itsensä toteuttamista mahdollistavaksi. Perhehoitaja pystyy myös itse ennalta arvioimaan ikääntyneelle tärkeitä toimintoja ja keskustelemaan hänen kanssaan siitä, pystyykö hän mahdollisesti vielä jatkamaan toimintaa, muokautumaan toimintatavan muutokseen vai onko hänen harkittava toiminnasta luopumista. Sitovan toiminnan merkityksen korostuminen ikääntyneillä tuli vahvasti esiin erityisesti rooliteemassa. Myös MOHO korostaa sitovien toimintojen merkitystä osana onnistunutta toiminnallista identiteettiä. Tästä teemasta saimme lisää tärkeitä esimerkkejä siitä, minkä takia ihmissuhteiden ja erityisesti sosiaalisen aktiivisuuden käsittely osana tehtäväkansiota on välttämätöntä tyydyttävän identiteetin toteuttamisen kannalta. Tässä teemassa painottuivat myös liikuntakyvyn heikkenemisen ja sen myötä urheilullisuuden toteuttamisen estyminen ja näiden vaikutukset monille perinteisille, aktiivisille harrastuksille. Tähän perustuen tehtäväkansiostamme löytyy myös kategoria Liikunta ja ulkoilu.

6.1.8 Perhekodin kodinomaisuus

Tätä teemaa koskevat vastaukset auttoivat hahmottamaan omien fyysisten tavaroiden merkitystä ikääntyneiden kokemalle kodinomaisuuden tunteelle. Tavaroilla on ollut heidän aiemmassa omassa kodissaan omat paikkansa, joskus hyvin pitkäänkin, ja vastaavan paikan löytäminen uudessa kodissa voi olla hyvin haasteellista eikä tärkeälle tavaramalle välttämättä tunnu enää löytyvän arvoistaan paikkaa. Tähän saattaa vaikuttaa myös muiden asukkaiden tavaroiden sijainnit omien tavaroiden lomassa. Kotien yhdistäminen ja tavaroiden mahtuminen sekä siirtäminen paikasta toiseen vie aikaa ja on otettava huomioon, että vanhemmalle ikäpolvelle tavaroista luopuminen voi olla huomattavasti vaikeampaa kuin materialistisemmille, nuoremmille ihmisille.

”Se, että sais paikat kuntoon, tavarat sinne minne ne kuuluu... mutku mä tiedän et niit on siel sun täällä, ni se on rasittava tekijä...ja sitten odotetaan tietenkkin, et on ensimmäinen kesä ja sais ton pihan laitettuu ja kaikki semmoset asiat kuntoon, et tää on niinku puolivalmis vielä.”

Toinen haastatelluista ikääntyneistä kertoi kokeneensa uuden talon kodiksi oikeastaan alusta alkaen, kun taas toisella on ollut enemmän sopeutumisvaikeuksia. Luonnon läsnäolo ja ympäristön esteettömyys luovat kuitenkin ikääntyneille viihtyvyyttä, jotka korvaavat osittain sitä, että osa omista tavaroista hakee vielä paikkaansa. Toiminta- ja liikuntakyvyn heikkenemisen myötä on selvää, että fyysisen ympäristön vaikutus ikääntyneen mahdollisuuksiin toteuttaa identiteettiään kasvaa entisestään. Kodinomaisuuden kokemukseen vaikuttaa perhekodin muodostaman sosiaalisen ryhmän kokeminen, josta päästään jälleen Ihmissuhteet ja sosiaalinen aktiivisuus -kategorian tärkeään merkitykseen.

Uudessa kodissa muiden asukkaiden läsnäoloa ei koettu mitenkään häiritsevänä tekijänä, mihin vaikutti osaltaan juuri se, että kaikilla oli selkeästi omakseen kokema fyysinen tila, oma huone. Oman tilan kokeminen edesauttaa kodin tuntua ja auttaa pois ajatuksesta, että asuu ikään kuin jonkun toisen luona kylässä. Oman rauhan kokeminen perhekodissa on saavutettavissa hyvin ja etenkin henkilökohtaisen hygienian toiminnoissa sitä arvostettiin. Henkilökohtainen hygienia löytyy tehtäväkansiosta pukeutumisen kanssa yhteisestä kategoriasta. Oman rauhan saavuttamiseen vaikuttaa tosin olennai-

sesti toimintakyky, joka määrittää avuntarpeen ja sen myötä saattaa rajoittaa mahdollisuutta itsenäiseen toimimiseen ja omaan rauhaan. Tunne kodinomaisuudesta tarjoaa myös paremmat lähtökohdat kotona rentoutumisen onnistumiselle.

Falk ja muut (2012: 1002) selvittivät tutkimuksessaan ikääntyneiden tavoista luoda kodin tuntua vanhainkotiin muuttaessa. Sovelsimme tämän tutkimuksen huomioita kehittämistyöhömme, sillä vaikka työmme ikääntyneet eivät muuttaneet vanhainkotiin, heidän asuinympäristönsä muuttui uudenlaiseksi, mikä vaati kodin tunteeseen vaikuttavien tekijöiden huomiointia. Tärkeimpinä seikkoina kodin tunnun luomisessa esiin nousivat muun muassa ympäristön muokkaaminen omannäköiseksi esimerkiksi laittamalla esiin henkilökohtaisia tavaroita, huonekaluja ja muistoesineitä. Tärkeänä pidettiin myös kotiaskareiden tekemistä tai esimerkiksi aamu- tai iltapalan valmistamista. Oman aikataulun tekeminen, tuttujen harrastuksien jatkaminen sekä oman elämän hallinta lisäsivät paikkaan kiintymistä. Myös yksityisyyden kokeminen ja omassa huoneessa ajan viettäminen koettiin tähdellisenä. Kehittämistyömme asukkailla on jokaisella oma huone, mikä vahvistaa yksityisyyden kokemista perhekodissa. Vaikka perhekodin yleisten tilojen toivotaan näyttäytyvän jokaiselle yhtä saavutettavina, mahdollisuus yksityisyyteen on tärkeä jokaisessa kodissa.

6.1.9 Ympäristön vaikutukset

Ympäristön vaihtuminen ja monen elämän alueen sisällön muuttuminen uuteen kotiin muuttamisen ohella ovat haastateltujen ikääntyneiden mukaan vieneet heiltä paljon energiaa, mikä on toisaalta vaikuttanut myös heidän kykyynsä toimia kotona ja kodin ulkopuolella. Sopeutumisen ja kotiutumisen syventymisen myötä voidaan pitää mahdollisena, että ikääntyneillä saattaa alkaa olla stressin hälvenemisen ja ajan kuluessa uudestaan enemmän energiaa osallistua esimerkiksi päivittäisiin pihakävelyihin ja vastaviin vapaaehtoisiin toimintoihin aktiivisemmin. Otamme kuitenkin edelleen huomioon ikääntymisen klassisten yksilötason teorioidenkin huomion siitä, että kaikkea totuttua toimintaa ei ole välttämätöntä jatkaa tai mukauttaa, vaan yksilön on toimintakykynsä mukaan ennen pitkää opittava hyväksymään joistain toiminnoista luopuminen oman jaksamisensa vuoksi.

Ympäristön muutoksen vuoksi eksymisen mahdollisuus lähiympäristössä on luonut yksin ulkona liikkuvalla, haastatellulle ikääntyneelle jännitystä ulos lähtemiseen, vaikka raken-

nettu esteettömyys osaltaan helpottaa kotoa poistumista. Uusi ympäristö on tuonut etäisyyttä totuttuihin toimintoihin, jotka ovat sijoittuneet vanhan kodin lähiympäristöön, mikä vaikuttaa suuresti esimerkiksi asiointeihin, sosiaaliseen aktiivisuuteen, liikkumiseen ja muuhun ajanvietteeseen, jotka tapahtuvat perhekodin ulkopuolella. Kaikki edellä mainitut muutoksen kokeneet toiminnallisuuden muodot löytyvät myös tehtäväkansiosta.

Eksymistä voitaisiin ehkäistä tutustumalla yhdessä lähiomaisen kanssa ympäröivään maastoon ja reitteihin, jotka tulevat todennäköisimmin olemaan osa ikääntyneen liikkumista, ulkoilua ja asiointeja. Tämän avulla ikääntynyt saisi uskallusta ja itseluottamusta lähteä liikkumaan myös itsenäisesti ja välttyttäisiin sen suhteen turhan jännityksen kokeemiselta. Kansiomme kategorioiden alla toistuu sosiaalinen tuki, joka voi olla esimerkiksi juuri tällaista konkreettista auttamista arkisten tilanteiden tutuksi tuomisessa. Sosiaalisen tuen kattavuutta on selvennetty tarkemmin tehtäväkansion johdannossa (kts. Liite 4, s. 2.) Oman pihan ja kodin ympäristön keskeneräisyys rajoitti ikääntyneiden toiminnallisuutta lähinnä tekemällä toiminnan aloittamisesta ja ulos lähtemisestä haastavamman tuntuista, mutta jo aiemminkin todetun mukaisesti monet muuttoon liittyvistä asioista vaativat aikaa.

6.1.10 Ajanvietto kodin ulkopuolella

Molemmat ikääntyneet olivat haastattelujen perusteella tottuneet viettämään aikaa kodin ulkopuolella niin harrastusten parissa kuin ystäviäkin tavaten. He olivat molemmat toimineet urheilijan roolissa harrastuksissaan, mutta joutuneet luopumaan näistä toimintakyvyn heikkenemisen myötä. Toinen ikääntyneistä oli ollut vahvasti mukana erilaisissa yhdistystoiminnoissa, joista hän on myös joutunut luopumaan, koska liikuntakyvyn heikkenemisen vuoksi hän ei voi enää lähteä turvallisesti yksin kotoa. He ovat kuitenkin molemmat hyväksyneet jossain määrin näistä asioista luopumisen ja kokevat ehtineensä pitkän ikänsä aikana tehdä jo niin monenlaista, että toimintakyvyn laskiessa näistä toiminnoista ollaan oltu valmiita luopumaan, vaikka ne vielä harmittavatkin.

He tapaavat kertomansa mukaan kodin ulkopuolella kuitenkin edelleen työkavereitaan ja ystäviään sekä kauempana asuvia perheenjäseniään. Ikääntyneet käyvät keskenään myös lähes päivittäisillä kävelyillä lähimaastossa, johon perhehoitajalla on myös tapana heitä kannustaa. Kaikkiin tästä teemasta kummunneisiin asioihin voidaan vaikuttaa tukemalla ikääntyneitä kohtaamaan näitä menetyksiä tai löytämään uusia mielenkiinnonkohteita. Juuri tämän vuoksi myös tehtäväkansiostamme löytyy sekä fyysisen avun että

sosiaalisen tuen määritelmät ja niiden tarjoamat mahdollisuudet toimia osana ikääntyneen identiteetin tukemista.

Esimerkiksi kategoriassa Ihmissuhteet ja sosiaalinen aktiivisuus mainitaan myös esimerkeissä mahdollisen saattajan tarve, joka voisi tässä tapauksessa olla vielä riittävä tuki toisen ikääntyneen yhdistystoimintaan osallistumisen mahdollistamiseksi. Kategorioiden osa-alueet ja esimerkit tarjoavat perhehoitajalle yhteisen keskustelualustan ikääntyneen kanssa, jossa tarpeet ja mahdollistaminen tulevat ideaalitalanteessa kohtaamaan toisensa. Tässä esimerkissä voidaan huomioida se, että perhehoitajalla ei ole mahdollisuutta toimia itse saattajana, jolloin saattajaa voitaisiin hakea esimerkiksi ikääntyneiden tuki- ja ystäväpalveluiden tai vapaaehtoistoiminnan kautta. Esimerkiksi Suomen Punainen Risti tarjoaa ystävätoimintaa ympäri Suomea, paikallisesti jo yli 350 SPR:n osastossa, tällä hetkellä noin 25000 ihmiselle. Ystävätoiminnan avulla tarjotaan tukea ja toimintaa vanhuksille, nuorille, maahan muuttaneille, omaishoitajille, laitoksessa asuville ja vangeille. Ystävätoiminnalla vahvistetaan ihmisten hyvinvointia ja lisätään yhteisöllisyyttä sekä tarjotaan sosiaalista tukea erityisesti niille, jotka ovat vaarassa jäädä yksin ja kaipaavat yhteyttä muihin ihmisiin. (RedNet, 2016.) RedNet –Punaisen Ristin sivusto vapaaehtoisille 2016. <https://rednet.punainenristi.fi/ystavatoiminta>

7 TULKINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Teemahaastatteluaineistoa voidaan tulkita kahdesta näkökulmasta. Ensimmäinen näkökulma keskittyy tiukasti aineistossa pysymiseen, jolloin vain siinä esiintyviä asioita voidaan tulkita ja analysoida. Toisena vaihtoehtona on käyttää aineistoa ikään kuin apuvälineenä, jolloin aineisto on lähtökohtana tutkijan teoreettiselle pohdinnalle ja tulkinnoille. Hyödynsimme kehittämistyössämme jälkimmäistä vaihtoehtoa, jolloin käytimme aineistoa teoreettisten viitekehysten rinnalla vertaillen teemahaastatteluista saamaamme tietoa MOHOon ja ikääntymisen klassisten yksilötason teorioihin. Tulkintojen tekemisessä ongelmallista on virallisten ohjeiden puute. Alustava tulkinta tuo esiin haastateltavien omat tulkinnat arkensa tilanteista. Haastattelijan tehtävä on tuoda teoreettinen ajattelu haastateltavien omien tulkintojen rinnalle. (Hirsjärvi & Hurme, 2001. 151-152.)

Olennaista onnistuneen tulkinnan luomisessa on, että tutkijan kanssa saman näkökulman omaavan lukijan olisi löydettävä tekstistä samat asiat kuin tutkijakin on alun perin löytänyt, huolimatta omasta mielipiteestään näkökulman suhteen. Tulkintojen tehtävänä on ohjata näkemään tutkittavia asioita osana suurempaa kokonaisuutta. Laadullisen aineiston tulkintoja tehdään usein sisäkkäin, kun tutkija tulkitsee haastateltavan kertomaa ja lukija puolestaan tulkitsee tutkijan tulkitsemaa. Mitä enemmän nämä tulkinnat sisältävät päällekkäisyyksiä, sitä enemmän osallistujatahot ovat tulkinnasta yksimielisiä. Lopulta on myös harkittava olisiko aiheesta mahdollista tehdä muita yhtä lailla perusteltuja tulkintoja. (Hirsjärvi & Hurme, 2001. 151-152.)

Teemahaastatteluprosessin alkuvaiheilla tulkinnat voivat olla hyvin suurpiirteisiä ja prosessin edetessä ne saattavat kohdentua hyvin yksityiskohtaisiin osiin. Lopussa tutkijan on koostettava yhteenveto, jota luodessaan hänen on tuotava esille kokonaisvaltainen selvennys tutkimalleen ilmiölle. Tämä helpottaa lukijaa, joka ei tiedä varsinaisista haastatteluista vaan joutuu luottamaan tutkijan tulkintoihin. Tulkinnan varmentamiseksi voidaan käyttää useampia tulkitsijoita, mikä on tavallista etenkin luokitteluvaiheessa. (Hirsjärvi & Hurme, 2001. 152.) Tämä on myös yksi kehitystyömme vahvuuksia, sillä ajatustyötä tekeviä tutkijoita on koko prosessin ajan mukana kolme.

7.1 Aineiston tulkinta

Tulkitsimme aineistosta tehtyä analyysia vertailemalla sitä valitsemiimme teoreettisiin viitekehyskehyksiin (MOHO, ikääntymisen klassiset yksilötason teoriat). Haastattelun litteroitu aineisto toimi lähtökohtana tulkinnalle ja saimme siitä ennen kaikkea esiin haastateltavien omat kokemukset, jotka olivat paikoin ristiriidassa toisiinsa nähden. Erityisesti nämä ristiriitaiset kokemukset sekä oman toimintakyvyn että muiden perhehoitoasukkaiden toimintakyvyn suhteen tekivät aineiston teoriaan rinnastamisesta tulkinnallisesti hyvin haastavaa.

7.2 Sopeutuminen ja osallistuminen

Ikääntyneiden kertoman perusteella heidän kokemansa osallistumisen ja sopeutumisen vaikeus loivat osaltaan epätietoisuutta omasta paikasta uudessa kodissa ja siitä, mitä muut asukkaat heiltä itseltä odottavat. Uudessa ympäristössä oman paikan löytämistä voidaan tukea tuomalla esiin itselle tärkeitä toimintoja muille perhekodin asukkaille sekä jäsentelemällä itselle mahdollisia työtapoja ja keinoja, jotka mahdollistavat erilaisiin toimintoihin osallistumisen. Haastatteluiden aikaan ikääntyneet kokivat vielä asuvansa perhehoitajan luona sen sijaan, että tuntisivat asuvansa yhdessä kaikkien omassa kodissa. Tällöin omatoiminen osallistuminen on luonnollisesti vaikeampaa, kun oma paikka uudessa kodissa on vielä muovautumassa. Perhehoitaja puolestaan koki kannustavansa ikääntyneitä osallistumaan kodin päätösten tekoon, johon ikääntyneet eivät toistaiseksi olleet vielä tarttuneet.

Sopeutuminen uuteen kotiin, toisiin asukkaisiin ja koko tilanteeseen vie aikaa, ja näin ollen se tulee tiedostaa ja hyväksyä. Kun asukkaat saavat aikaa sopeutumiselle ja kotiuutumiselle, ikääntyneiden stressin hälvenemisen ja ajan kypsyyden vuoksi heiltä voi mahdollisesti löytyä enemmän energiaa osallistua aktiivisemmin esimerkiksi päivittäisiin pikahävelyihin ja vastaaviin vapaaehtoisiin toimintoihin. Vaikka muutto perhekotiin erilaiseen asuinympäristöön vie aluksi energiaa muulta toiminnalta, huomioimme edelleen ikääntymisen klassisten yksilötason teorioidenkin huomion siitä, että kaikkea totuttua toimintaa ei ole välttämätöntä jatkaa tai mukauttaa, vaan joistakin toiminnoista voi myös luopua.

7.3 Kodinsisäinen työnjako sekä perhekodin keskeneräisyys

Ristiriitaisena tekijänä koettiin perhehoitajan asema ”johtajana”. Ikääntyneet kokivat hyvänä asiana sen, että joku organisoisi kodin askareita, mutta joskus perhehoitajan aloitteiden tekeminen ja asioiden ehdottaminen tuntuivat ikääntyneistä määräilevältä päätöksenteolta. Perhehoitaja taas toivoi ikääntyneiltä enemmän aloitekykyä ja aktiivista osallistumista työnjaon sekä muun toiminnan suunnitteluun. Perhekodissa ei kuitenkaan koettu tarvetta erilliselle suunnitellulle työnjaolle. Selkeän työnjaon puutteen tulkitsimme aiheuttavan osallistumisen vaikeutta, sekä vaikeutta jatkaa toimintoja, joihin ikääntyneet olivat entuudestaan tottuneet. Ilman ainakin alkuvaiheisiin tehtyä työnjakoa ikääntyneet joutuvat itsenäisesti luomaan uutta struktuuria arjelleen uudessa ympäristössä, mikä on haastavaa ilman tukea. Toisaalta liian suunniteltu työnjako saattaisi myös velvoittaa heitä liikaa huolehtimaan ennalta sovituista arjen askareista, eikä perhekoti säilyisi tällöin kodinomaisena. Jokaisessa perhekodissa onkin tehtävä omat ratkaisunsa työnjaon hyötyjä ja haittoja puntaroiden.

Lisäksi kodin keskeneräisyys haittasi kodintuntua. Ikääntyneiden omille huonekaluille ja tärkeille tavaroille paikan löytäminen uudessa kodissa voi olla haasteellista, eikä niille välttämättä tunnu enää löytyvän arvoistaan paikkaa. Tähän saattaa vaikuttaa myös muiden asukkaiden tavaroiden sijainnit omien tavaroiden lomassa. Jokaisen tärkeiden tavaroiden esille saaminen olisi kuitenkin tavoiteltavaa kodikkuuden tunteen luomisessa. Kotien yhdistäminen ja kaikkien tavaroiden sovittaminen yhteen on tällaisessa tilanteessa haaste, joka on hyvä huomioida jo ennalta.

7.4 Tarvittavan tuen mahdollistaminen

Toimintakykyä arvioidessa tulisi analysoida miten tahto, tottumus, suorituskyky ja ympäristö vaikuttavat yksilön toimintakykyyn, jotta henkilöä pystyttäisiin tukemaan juuri hänen toiminnallinen ainutlaatuisuutensa huomioiden. Tämän lisäksi ongelmat pitäisi kohdata monesta näkökulmasta, monia terapeuttisia strategioita käyttäen. (Kielhofner 2008. 29.) Tämä ei kuitenkaan ole mahdollista ilman erillistä koulutusta. Jokainen pystyy kuitenkin itse suunnittelemaan mahdollisia toiminnan tukikeinoja arkeensa, jotta kyvykkyyden ja kontrollin tunnetta voi lisätä toiminnoissa, jotka henkilö tiedostaa itselleen tärkeiksi.

Mahdollinen tuki voi tulla joko fyysisestä avusta, sosiaalisesta tuesta tai toimintaympäristön muokkaamisesta. Tehtäväkansion jokaisen kategorian alle olemme sijoittaneet nämä kolme tuen muotoa: fyysinen apu, sosiaalinen tuki sekä ympäristön suunnittelu. Fyysinen apu tarkoittaa kädestä pitäen avustamista tai toisen puolesta tekemistä osana toimintaa. Ympäristön suunnittelu kattaa asuinympäristössä tehtävät valmistelut tai asunnon muokkaamisen toiminnan mahdollistamista varten. Ympäristön suunnittelu sisältää myös erilaisten apuvälineiden ja ohjeiden tarpeen huomioimisen. Sosiaalinen tuki on toisen ihmisen läsnäoloa ja neuvojen antamista itsenäisen toiminnan mahdollistamiseksi. Näillä tukemisen muodoilla olemme halunneet varmistaa jokaisen kansion käyttäjän mahdollisuuden pohtia tarvitsemiaan tuen muotoja mahdollisimman kattavasti. Aineistosta nousi esiin esimerkiksi ikääntyneiden vaikeus käyttää uusia kodinkoneita, jolloin ratkaisu voisi löytyä lyhyestä, selkokielisestä ohjeesta kodinkoneen läheisyydessä. Lisäksi ikääntyneet kokivat avun pyytämisen olevan helpompaa omaisen jatkuvan läsnäolon vuoksi. Omaisen kanssa asuttaessa apua pyytäessä ei tarvitse erikseen miettiä, mistä asti omainen joutuu mahdollisesti lähtemään auttaakseen ikääntyneitä läheisiään tai häiritseekö auttamaan tuleminen mahdollisesti hänen muuta päiväryhtiään. Tällöin sekä avun pyytäminen että sen tarjoaminen on mutkattomampaa.

7.5 Fyysinen ja sosiaalinen ympäristö

Ympäristö vaikuttaa aina toimintojen toteuttamiseen joko mahdollistavasti tai estävästi. Olosuhteet luovat myös puitteet identiteetin toteuttamiseen. (Kielhofner, 2008. 87-96.) Uusi fyysinen ympäristö sisältää sekä toimintaa mahdollistavia että estäviä tekijöitä, jotka perhehoitoon siirryttäessä pitäisi arvioida aina tapauskohtaisesti. Toimintaa mahdollistavina tekijöinä koettiin tässä tapauksessa esteetön asuinympäristö, isot asuintilat, omat huoneet sekä ympäröivä luonto. Yhdelle ikääntyneistä uusi ympäristö on tuttu, sillä talo on hänen lapsuudenkotinsa, mutta toinen kertoi eksyneensä alueella useamman kerran. Uusi ympäristö on tuonut eksyneelle etäisyyttä totuttuihin toimintoihin, jotka ovat sijoittuneet vanhan kodin lähiympäristöön, mikä vaikuttaa suuresti esimerkiksi asiointeihin, sosiaaliseen aktiivisuuteen, liikkumiseen ja muuhun ajanvietteeseen, jotka tapahtuvat perhekodin ulkopuolella. Eksymistä voitaisiin ehkäistä tutustumalla yhdessä lähiomaisen kanssa ympäröivään maastoon ja reitteihin, jotka tulevat todennäköisimmin olemaan osa ikääntyneen liikkumista, ulkoilua ja asiointeja. Tämän avulla ikääntynyt voisi saada uskallusta ja itseluottamusta lähteä liikkumaan myös itsenäisesti.

Myös sosiaalisen ympäristön merkitys korostui. Yhteiset ruokailuhetket ja yhteiset sosiaaliset tilat loivat yhteenkuuluvuutta, tukea ja turvaa. Toisaalta mahdollisuus omaan henkilökohtaiseen tilaan (omaan huoneeseen) koettiin tärkeäksi, sillä sosiaalinen ilmapiiri saattoi muuttua välillä kireäksi. Lisäksi yksityisyyden mahdollisuus on lähtökohtaisesti tärkeää omassa kodissa, minkä oma huone turvaa. Ikääntyneillä oli myös omia toiveita sosiaalisesta aktiivisuudesta ja esimerkiksi halusta jakaa toimintoja, kuten ruokailuhetkiä, yhdessä.

7.6 Sitovat toiminnot

Ikääntyneet kertoivat ns. sitovista toiminnoista eli erityisen merkityksellisistä toiminnoista (ks. 8.1 MOHO tehtäväkansion tukena), kuten yhden heistä kuulumisesta urheiluseuran toimintaan. Haastateltava koki useaan otteeseen tärkeäksi painottaa omaa toiminnallisuuttaan seurassa, vaikka ei enää siihen kuulunutkaan. Hän myös koki tärkeäksi menneiltä seura-ajoilta kertyneet muistoesineet. Urheilullisuus oli aikaisemmin kuulunut haastateltavan identiteettiin, mutta muuttuneen toimintakyvyn myötä henkilö koki saaneensa harrastaa jo tarpeeksi ja oli luopunut urheilusta. Erityisesti merkityksellisten toimintojen tukeminen tai niistä irti päästäminen mahdollisimman kivuttomasti on tärkeää uudessa ympäristössä.

Ikääntymisen klassisten yksilötason teorioiden esiin nostaminen auttaa ymmärtämään toimintojen jatkamisen, korvaamisen ja luopumisen merkityksen, sillä aktiivisuus-, jatkuvuus- ja irtaantumisteorioiden tarjoavat käyttäytymismalleja kohti tyytyväistä, tasapainoista ja hyvän mielialan omaavaa vanhuutta (Jyrkämä, 2007. 154-155). Kohdassa 8.2 Ikääntymisen klassiset yksilötason teoriat osana tehtäväkansion sisältöä olemme selvittäneet, miten teoriat näkyvät tehtäväkansion sisällössä. Analyysistä tulkitsimme, että urheiluseuratoimintaan kuulunut henkilö on irtaantunut urheilijan roolistaan, mutta toisaalta kaipaa muuten urheiluseuran toimintaan ja sen järjestämiin tapahtumiin osallistumista. Toisen haastateltava puolestaan on ristiriitaisissa tunnelmissa kokiessaan painetta jatkaa ruuantekijän roolissa, vaikka häntä ei haittaa antaa roolia jollekin toiselle. Ruuanlaitto on ollut henkilölle eräänlainen sitova toiminta, joka on todennäköisesti vaikuttanut identiteettiin luoden kuvan itsestä tärkeässä roolissa; ruuanlaittajana. Muutokseen ei ole vielä vain osattu sopeutua oikein. Huomioitava on, että kyseiset esimerkit ovat vain tulkintamme ja jokaisen tulisi itse valita haluaako jatkaa toimintaa, irtaantua siitä tai löytää itselleen korvaavan toiminnan.

7.7 Johtopäätökset

Haastattelemamme perhekodin suurena etuna koemme sen, että perhehoitaja tuntee entuudestaan hyvin perhekotiin muuttaneet ikääntyneet. Perhehoitaja tietää esimerkiksi heidän mieltymyksistään, arvoistaan, elämänhistoriastaan ja heille merkityksellisistä toiminnoista, mikä auttaa häntä muokkaamaan uutta ympäristöä ikääntyneiden itsensä toteuttamista mahdollistavaksi. Perhehoitaja pystyy myös itse ennalta arvioimaan, tietysti aina ikääntyneen omaa näkemystä painottaen, ikääntyneelle tärkeitä toimintoja ja keskustelemaan hänen kanssaan siitä, pystyykö hän mahdollisesti vielä jatkamaan toimintaa, mukautumaan toimintatavan muutokseen vai onko hänen harkittava toiminnasta luopumista.

Uuteen tilanteeseen ja asuinmuotoon sopeutuminen vie aikaa, joten ennen yhteiseen kotiin muuttamista on tärkeä tiedostaa muuttavien osapuolten välisten ihmissuhteiden kemiat sekä jokaisen yksilön sopeutumiskyky täysin uuteen tilanteeseen, jolloin yhdessä asumisen alku sujuisi mahdollisimman mutkattomasti. Tulevista mahdollisista sopeutumishaasteista on hyvä keskustella, jotta jokaisen odotukset olisivat mahdollisimman realistisia.

Huomioimme, että tekemistämme kolmesta haastattelusta esiinnousseet toiminnot ja niissä ilmenevät haasteet eivät vielä tarjoa tarpeeksi monipuolista tietoa ja vertailupohjaa voidaksemme yleistää saamaamme tietoa kaikkiin perhekoteihin. Yhden perhekodin kokemus on kuitenkin auttanut meitä luomaan Yksilöllisesti Yhdessä -tehtäväkansion, joka toivomamme mukaan jatkokehitettynä tuo apua ja tukea sekä kannustaa vapaamuotoisen perhehoidon suunnitteluun ja toteutukseen. Haastattelemallamme perhehoitajalla oli mahdollisuus rakentaa esteetön koti sekä rohkeutta asettua uudenlaiseen asuintilanteeseen yhdessä ikääntyneiden läheistensä kanssa. Tehtäväkansionamme luo toivottavasti itseluottamusta ja rohkeutta myös niille ikääntyneille sekä omaisille, jotka sitä kaipaavat.

8 YKSILÖLLISESTI YHDESSÄ- TEHTÄVÄKANSIO

Yksilöllisesti Yhdessä -tehtäväkansionamme voi kutsua toiminnalliseksi tehtäväkansionksi, sillä se koostuu osallistavista tehtävistä, joiden tarkoitus on saada perhehoidon osapuolet pohtimaan arkensa sisältöä oman identiteettinsä toteuttamisen kautta ja täten mahdollistaa arjessa uudella tavalla toimiminen. Tehtäväkansio on tarkoitettu jokaiselle ikääntyneelle henkilökohtaiseksi, ja parhaimmillaan se toimii ikääntyneen ja perhehoitajan välisenä keskustelualustana merkityksellisen arjen suunnittelussa. Tehtäväkansion kategoriat on luotu täytettäväksi vapaamuotoisesti, jolloin kansioista tulee aina tekijänsä näköinen. Kategorioiden tarkoitus on aikaansaada perhekodissa positiivista muutosta, joka näkyy ikääntyneiden mielekkäämpänä, sisältörikkaampana arkena. Olemme käyttäneet teoreettisena kontekstina tehtäväkansionssamme ikääntymisen klassisia yksilötaison teorioita ja MOHOa, joiden merkittävä vaikutus on nähtävissä koko kehittämistyöprosessimme etenemisestä. Yksilöllisesti Yhdessä -tehtäväkansio rakentuu ikääntyneen identiteetin tukemisen ympärille, mitä on selvitetty tarkemmin alle olevissa kappaleissa 8.1 MOHO tehtäväkansionamme tukena sekä 8.2 Klassiset ikääntymisen teoriat osana tehtäväkansion sisältöä.

Teemahaastattelusta esille nousseita perhehoidon hyötyjä ja haasteita hyödynnettiin tehtäväkansion kategorioiden luomisessa (kts. 6.2 Tehtäväkansion kategorioiden luominen haastattelun teemoista). Kategorioita on yhteensä kahdeksan, joista jokainen sisältää kolme erilaista tukemisen muotoa: ympäristön suunnittelun, sosiaalisen tuen sekä fyysinen avun. Tarve ikääntyneiden arjen monipuoliselle tukemiselle perhehoidossa ja siten myös tehtäväkansionssamme kulkeville tukemisen osa-alueille (3) nousi esiin tulkitessamme teemahaastattelusta poikinnutta aineiston analyysia. Tehtäväkansio löytyy liitteestä neljä.

8.1 MOHO tehtäväkansionamme tukena

MOHO teoreettisena viitekehyksenä antaa identiteetin määrittelyn lisäksi keinoja sen tukemiseen. Valmiita ohjeita mielekkään arjen saavuttamiseksi ei ole olemassa, vaan jokaisella yksilöllä on aina oma ainutlaatuinen arkensa ja identiteettinsä, joka kautta hänen on arkeaan jäseneltävä. Kuten kappaleessa 3.1 on mainittu, osallistuminen toimintaan, jossa voi saavuttaa kontrollin ja kyvykkyyden tunteen ja joka tähtää päämäärään, tukee

yksilön toiminnallista pätevyyttä ja vahvistaa täten identiteettiä. (Kielhofner, 2008. 106-107.) Tehtäväkansionne antaa ennen kaikkea ikääntyneelle mahdollisuuden suunnitella omaa arkeaan tarjoten tähän perhehoitajan näkemyksen tueksi. Päämääränä on mielekäs arki, jossa ikääntyneellä on selkeä roolinsa ja paikkansa perhekodissa.

Identiteetin tukemiseen liittyy usein oman toiminnallisuuden hahmottaminen, jossa ikääntyneillä korostuu usein tarve oman elämäntarinansa jakamisesta. (Kielhofner, 2008. 138). Vaikka tehtäväkansionne ei käsittele läpikotaisesti ikääntyneen yksilön elämänhistoriaa, se auttaa ikääntynyttä keskustelemaan perhehoitajan kanssa hänen aikaisemmista rutiineistaan sekä toimintaan osallistumisesta. Ikääntyneen ja perhehoitajan yhteisen harkinnan mukaan nämä vanhat totutut toiminnat voidaan pyrkiä mukauttamaan uuteen ympäristöön ja toimintakykyyn soveltuviksi. Ikäihmisen identiteettiä voi tehokkaasti tukea tunnistamalla sitovan toiminnan (eng. engaging occupation) hänen elämäntarinastaan ja yhdistämällä siihen oikean suhtautumistavan, joka auttaa mukautumaan muuttuvaan toimintakykyyn. Sitovalla toiminnalla tarkoitetaan merkityksellisiä toiminnan muotoja, jotka koheesiossa herättävät yksilössä tunteita, veloitteen ja määrätietoisuutta. Nämä johtavat ajan saatossa säännölliseen toimintaan osallistumiseen.

Sitova toiminta luo myös yhteyden muihin, jotka jakavat saman toiminnan. Sitovat toiminnot nousevat esiin muiden toimintojen joukosta niiden merkityksellisyyden vuoksi, sillä ne sisältävät paljon voimavaroja. Ikääntyneiden positiivisena kokeman toiminnallisen identiteetin ja pätevyyden luojana on tutkimuksissa noussut esiin merkittävänä tekijänä nimenomaan se, onko yksilöllä sitovia toimintoja. (Kielhofner, 2008. 124-138.) Myös haastatteluistamme nousi esiin ikääntyneiden omien sitovien toimintojen merkitys osana mielekkääksi koettua arkea. Tehtäväkansio kannustaa ikääntynyttä tietoisesti löytämään oman identiteettinsä kannalta tärkeät sitovat toiminnot ja auttaa niihin suhtautumisessa. Tehtävien rakenne on avoin, vain ajatuksia herättävien esimerkkien ohjaama, jolloin itselle merkityksellisten toimintojen esille nostaminen on helpompaa. Kansio tarjoaa osapuolille apua myös siinä, miten mahdollistaa eri toiminnot uudessa ympäristössä henkilön tarvitseman yksilöllisen tuen avulla.

Tehtäväkansionne tarkastellaan erityisen, sitovan toiminnan lisäksi myös muita toimintoja, jotka rytmittävät arkea. Osallistava ja tehtävämuotoinen lähestymistapa sisältää myös ajatuksen ikääntyneen toiminnallisesta sitoutumisesta kohti haluttua muutosta. Toiminnallinen sitoutuminen (eng. occupational engagement) määritellään MOHOssa voimaksi, joka johtaa yksilön toiminnalliseen muutokseen. Toiminnallinen sitoutuminen

sisältää ne toiminnot, ajatukset ja tunteet yksilön toiminnallisessa ympäristössä, jotka syntyvät terapiainterventiossa tai sen seurauksena. (Kielhofner, 2008. 171.)

Hyödynnämme sitouttamisen menetelmiä tehtäväkansiolla, sillä vaikka kyse ei ole terapiainterventiosta, myös tehtäväkansio tähtää toiminnalliseen muutokseen osallistavilla menetelmillä. Toiminnalliseen sitoutumiseen liittyy yksilön toiminnan aikana tekemät valinnat ja tunteet, jotka vaikuttavat vahvasti toiminnassa syntyvään muutokseen. Näihin voi vaikuttaa huomioimalla ainakin tärkeimmät sitoutumisessa vaikuttavat aspektit. Näitä aspekteja ovat valitseminen ja päätöksen teko (eng. choose/decide), sitoutuminen (eng. commit), kokeileminen (eng. explore), identifioituminen (eng. identify), neuvottelu (eng. negotiate), suunnittelu (eng. plan), harjoittelu (eng. practice), uudelleenarvioiminen (eng. reexamine) ja ylläpitäminen (eng. sustain). (Kielhofner, 2008. 172.) Tehtäväkansio mahdollistaa valitsemisen ja päätöksen teon, sitoutumisen, neuvottelun ja suunnittelun.

Valitseminen sekä päättäminen koskevat sitä, mihin toimintoihin henkilö osallistuu ja vaihtoehtoisten toimintojen valikoimista näille. (Kielhofner, 2008. 172.) Tehtäväkansiomme tehtävät tarjoavat jokaiselle mahdollisuuden tällaiseen valitsemiseen ja päätöksentekoon uudenlaisen ympäristön huomioon ottaen.

Tehtäväkansioon yhdessä tehtävä suunnitelma toiminnan toteuttamisesta vaatii täyttäjän sitoutumista kohti uudenlaista arjessa toimimista, esimerkiksi halua yrittää tehdä tutut toiminnot uudella tavalla, joka mahdollistaa niiden jatkamisen toimintakyvyn muutoksesta huolimatta. Sitoutuminen tarkoittaa tavoitteeseen tähtäämistä, henkilökohtaista projektia, rooliodotusten täyttämistä tai esimerkiksi uuden tavan oppimista. Sitoutuminen toimintaan kertoo myös henkilön uskosta mahdollisuuksiinsa parantaa omaa elämänlaatuaan. (Kielhofner, 2008. 172.)

Neuvottelulla tarkoitetaan terapiassa terapeutin ja asiakkaan tahdon ja halujen yhteensovittamista. Neuvottelu myös sisältää ottamis- ja antamisasetelman, jotta mahdolliset kompromissit voidaan saavuttaa. (Kielhofner, 2008. 174.) Tehtäväkansiota täytettäessä perhehoitaja ja ikääntynyt joutuvat läpi tehtävien neuvottelemaan esimerkiksi siitä, miten toimintojen vaatima apu mahdollistetaan ja miten eri yksilöiden arki sovitetään yhteen. Joistakin toiminnoista voidaan joutua luopumaan ja kaikkea ei välttämättä voida mahdollistaa, jolloin kompromissien löytäminen on oleellista. Neuvotteluun ohjeistamme tehtäväkansion johdannossa.

Tehtäväkansiossa omat arjen toiminnot suunnitellaan niin, että tarvittava tuki on saatavilla. Erityisesti uudet toimintatavat vaativat yleensä suunnittelua onnistuakseen. Suunnittelu tarkoittaakin uuden toimintatavan luomista, jotta suoriutuminen tai toimintaan osallistuminen onnistuu. (Kielhofner, 2008. 175.) Tehtäväkansiossa suunnittelu toimintojen onnistumiseksi toteutuu kolmen eri tukemisen muodon kautta (ympäristön suunnittelu, sosiaalinen apu ja fyysinen tuki), jotka löytyvät jokaisen kategorian alta.

8.2 Klassiset ikääntymisen teorit osana tehtäväkansion sisältöä

Kappaleessa 3.3 on kuvattu ikääntymisen klassiset yksilötason teorit, joihin kuuluvat irtaantumis-, aktiivisuus- sekä jatkuvuusteoria. Kyseiset teorit tukevat kehittämissyömme näkökulmaa yksilön omasta oikeudesta ja toisaalta vastuusta valita itselleen sopivia toimintamalleja kohti onnistunutta vanhuutta. Tämä voidaan saavuttaa toiminnasta luopumalla, sitä jatkamalla tai uuden korvaavan toiminnan löytymisellä. Tehtäväkansio luo rakenteellaan mahdollisuuden omalla painollaan etenevälle keskustelulle, jonka tarkoitus on tuottaa yksilöllisiä ratkaisuja. Se, valitseeko ikääntynyt itselleen parhaaksi vaihtoehdoksi hyvää vanhuutta tavoitellessaan aktiivisuus-, jatkuvuus- tai irtautumisteorian, on kiinni siitä, mikä vaihtoehto kuvastaa juuri henkilön omaa tahtoa, tottumusta ja suorituskykyä – eli sitä mitä hän esimerkiksi itse pitää tärkeänä hyvän vanhuuden saavuttamisessa.

Tehtäväkansion ohjeistuksessa kannustamme täyttäjiä huomioimaan klassiset teorit eri kategorioiden osa-alueissa, mikäli keskustelua herää esimerkiksi vanhasta toiminnasta luopumisesta tai siitä, miksi omatoimista toimimista on hyvä jatkaa. Myös perhehoitajien on hyvä tiedostaa, että korvaavia toimintoja ja uusia rooleja on mahdollista löytää, mutta toisaalta erityisesti luopumisen eteen tullessa ikääntynyt tarvitsee omaisen tukea. Mikäli ikääntynyt saa toimintamallilleen tukea uudessa ympäristössä, joka asettaa usein ikääntyneelle mukautumispaineita, sopeutuminen omaan muuttuvaan toimintakykyyn on helppompaa.

9 KEHITTÄMISTYÖN TULOKSET JA PALAUTE

Luomamme tehtäväkansio oli testattavana haastatellussa perhehoitokodissa, josta keräsimme myös erillisellä palautelomakkeella palautetta kansion käytöstä osana oman arjen suunnittelua. Palautelomakkeen pohja löytyy liitteenä (liite 6). Kolme ikääntynyttä täyttivät omat tehtäväkansionsa yhdessä perhehoitajan kanssa. Kaikki osalliset (neljä henkilöä) antoivat täytön jälkeen palautteen kokemuksestaan. Annetusta palautteesta esiin nousi alla mainittuja asioita.

Tehtäväkansio oli vastaajien mielestä helppo täyttää, vaikka eräs vastaajista koki täyttöohjeet epäselvinä. Kansion täyttäminen vaati keskittymistä ja pureutumista, mutta sitä ei koettu kuitenkaan liian vaikeana. Kansion aiheet koettiin hyviksi ja tärkeiksi, ja ne johdattelivat keskustelun kulkua. Täyttäjät kokivat kansioista olleen hyötyä, sillä se käsitteli arjen mahdollisia ongelmatilanteita, jotka eivät muuten välttämättä tulisi puheeksi. Samalla huomio kiinnittyi niihin asioihin, joita tulisikin huomioida, mutta myös siihen, että oli jo osannut huomioida oikeita asioita. Kansio sai myös ajattelemaan, mistä tarvittavaa apua voisi saada. Kansio nosti vastaajien arjen ongelmat esille, vaikkakin yksi täyttäjistä koki, ettei hänen arjessaan ollut ongelmia. Tehtäväkansion ulkoasu oli vastaajien mielestä selkeä, mutta myös lisää väriä, kontrastia ja kuvia kaivattiin.

Kukaan täyttäjistä ei saanut kansioista selvää ratkaisua ongelmiinsa. Eräs täyttäjä oli listannut mahdolliset ongelman ratkaisuvaihtoehdot, toinen taas ei vielä palautteenantovaiheessa ollut löytänyt ongelmaansa minkäänlaista ratkaisua, mutta ajatustyö ratkaisun löytämiseksi oli hänen sanojensa mukaan käynnissä. Ratkaisuksi koettiin toisaalta jo se, että aihe oli konkreettisesti keskustelussa, jolloin saattoi törmätä sellaiseen aiheeseen, jota ei ollut osannut huomioida ja kansiota täyttäessä se tuli väistämättä esiin. Ratkaisun löytämistä ohjaavat tukemisen osa-alueet (ympäristön suunnittelu, sosiaalinen tuki, fyysinen apu) koettiin helpottavan mahdollisen tuen suunnittelua yhtä vastaajaa lukuun ottamatta. Osa-alueiden koettiin olevan hyvin kattavia ja antavan struktuuria omaan suunnitteluun.

Palautteen perusteella tehtäväkansiossamme on vielä puutteita, mutta kansioista on myös selkeää hyötyä. Vaikka tuen suunnittelua helpottavat osa-alueet koettiin hyödyllisiksi, eivät ne kuitenkaan tuoneet vastaajille riittävää helpotusta itse ratkaisun löytämiseksi omiin arjen ongelmiinsa. Kansion päätarkoituksen mukaisesti se sai vastaajat kuitenkin pohtimaan omaa arkeaan tarkemmin niin, että keskusteluun nousi haasteellisia

arjen tilanteita, joihin ei muuten olisi tullut perheessä puututtua. Kansion koettiin myös käsittelevän juuri arjessa tärkeitä asioita. Palautteesta nousi esiin myös mahdollinen ohjeistuksen epäselvyys, mutta tähän pitäisi jatkossa perehtyä tarkemmin analysoimalla osa-alueiden vastauksien sisältöä. Ohjeistuksen selkeyden selvittämiseksi myös tehtäväkansion täyttötilannetta tulisi analysoida, esimerkiksi tutkimalla, miten kansion ohjeisiin perehdytään, miten yhdessä täyttäminen käytännössä etenee ja millä tavoin perhehoitaja avustaa ikääntynyttä kansion täytössä.

10 POHDINTA

Kehittämistyötä tukevien teorioiden ja tehtyjen tutkimusten löytäminen oli aluksi hyvin haastavaa, eikä tutkittua tietoa perhehoidosta Suomessa tai sen vaikutuksesta ikääntyneen arkeen juurikaan ole olemassa. Tarve kehittämistyölle oli suurempi kuin opinnäytetyötä aloittaessamme uskoimmekaan, mikä toisaalta lisäsi myös intoa uudenlaisen lähestymistavan kehittämiseen. Kehittämistyömme tuloksena syntynyt tehtäväkansio pureutuu perhehoidon kaltaisessa asumismuodossa asuvien kokemusten perusteella havaittuihin haasteisiin, ja koemme sen tämän vuoksi tarjoavan konkreettista apua arkisiin tilanteihin, joiden ratkaisemiseen perheiden on yksin vaikea tarttua.

Toimintaterapian ammatillinen näkökulma pääsee työssämme hyvin esille erityisesti tehtäväkansion tukemisen osa-alueissa, jotka tarjoavat oikein hyödynnettynä ratkaisuja kunkin toimintakyvyn huomioimiseen kotiympäristössä niin, että toimintaterapeutin kotikäyntiä ei välttämättä aina tarvita osallistamisen mahdollistamiseksi. Tehtäväkansio, ohjeiden ja esimerkkien avulla, on suunniteltu käytettäväksi perheen sisällä ilman ammatillisen apua. Tehtäväkansion käyttö ei ole koulutusta vaativa menetelmä, vaan helposti täytettävä, keskustelua herättävä ja tukeva julkaisu. Mikäli kansiota on kuitenkin mahdollista hyödyntää osana toimintaterapiaa, esimerkiksi kotikäynnillä, sen hyöty saattaa olla maksimaalisempi, sillä toimintaterapeutilla on ammatillinen näkemys mm. esteettömyysratkaisuista, apuvälineistä sekä toiminnan mahdollistamisesta sen analysoinnin ja porrastamisen avulla.

Työmme teoreettisessa kontekstissa korostuu erityisesti oma ammatillinen viitekehysemme. Hyödynsimme vahvasti Model Of Human Occupation- mallia, joka luo toimintaterapeuteille käsityksen siitä, miten toimintaan motivoitutaan, miten se rakentuu ja miten se lopulta suoritetaan. MOHO toi myös työllemme oleellisen käsitteen: identiteetin, sekä teoreettisen oletuksen sen muodostumisesta ja sen tukemisesta yksilön arjessa. Lähtiessämme tarkastelemaan identiteettiä myös oman ammatillisen viitekehysemme ulkopuolelta törmäsimme laajaan valikoimaan eri näkökulmista luotuja teorioita identiteetistä. Työssämme keskityimme nimenomaan ikääntyneen identiteettiin ja sen tukemiseen, mihin viitekehysemme mukaan voi vaikuttaa muokkaamalla arjen toimintoja. Ikääntymisen klassiset yksilöntason teoriat sisältävät näkemyksen ikääntyneen hyvästä vanhenemisesta suhtautumalla eri tavoin muuttuviin arjen toimintoihin, valitsemalla so-

piva käytösmalli. Kriitikistään huolimatta kyseiset teoriat sopivat hyvin osaksi omaa näkökulmaamme identiteetin ainutlaatuisuudesta ja sen tukemisesta toimintälähtöisesti. Klassiset teoriat antavat jo teoriassa jokaiselle mahdollisuuden luoda itsensä näköinen hyvä vanhuus, suhtautumalla arjen toimintoihin eri tavoin ja juuri itse oman arjen muokkaaminen korostuu näkökulmana työssämme. Kyseiset teoriat toivat työllemme myös erilaisen ja moniammatillisesti helpommin lähestyttävän painotuksen, kuin mitä yksistään MOHOn käyttäminen teoriapohjana olisi tuonut, sillä se on monelle muulle ammattikunnalle vieras viitekehys.

Tehtäväkansionamme on uniikki apuväline nimenomaan perhehoidon käyttöön, mutta niin sanottuja toiminnallisia julkaisuja ikääntyneen yksilöllisen arjen tueksi on jo entuudestaan olemassa. Vertailimme näitä jo olemassa olevia vapaita julkaisuja selvittääksemme, millaisista näkökulmista aihetta on aiemmin käsitelty sekä välttääksemme päällekkäisyydet luomamme materiaalin kanssa. Esimerkiksi Airo-kansiot (Airokansio Oy) ja Toimintaterapialiiton julkaisema Elämäni kirja ovat itse täytettäviä julkaisuja tukemaan ikääntyneen ainutlaatuista arkea. Kyseisissä julkaisuissa ikääntyneen on mahdollisuus ilmaista itselleen tärkeitä asioita, kertoa arjestaan, arvoistaan, menneisyydestään ja tulevaisuuden toiveistaan. Esimerkiksi Elämäni kirja on oiva apu selvittämään iäkkään ihmisen mieltymyksiä ja yleistä terveydentilaa (Suomen toimintaterapeuttiliitto. 2011). Ikääntyneelle itselleen on mielekästä muistella mennyttä ja taltioida itsestään persoonallisia asioita kirjaan, joka on lähiomaisten luettavissa. Jo luodut julkaisut mahdollistavat asioiden esille tuomisen tästä näkökulmasta.

Luomamme tehtäväkansio täydentää näitä jo olemassa olevia julkaisuja. Perhehoito ei kaikissa muodoissaan voi aina olla ikääntyneen viimeinen asuinympäristö. Airo-kansiot sekä Elämäni kirja varautuvat suunnittelemaan mahdollisimman merkityksellisen elämän säilyttämistä etenkin toimintakyvyn heikentyessä merkittävästi, aina elämän loppuvaiheille saakka. Edellä mainitut julkaisut ovat inspiroineet omaa tehtäväkansionamme ja uskomme julkaisujen yhdessä tuovan laajan kokonaiskuvan ikäihmisen identiteetistä. Yksilöllisesti Yhdessä –tehtäväkansio tyyppiselle julkaisulle on kuitenkin jo julkaistun materiaalin rinnalla selkeästi oma tarpeensa.

Opinnäytetyömme luotettavuutta pohdittaessa on otettava huomioon, että työn toimeksiantaja on sama henkilö kuin haastateltavan perhehoidon perhehoitaja. Teemahaastattelut tehtiin suljetuissa huoneissa kahden kesken, haastateltavan ja haastattelijan välillä, mutta on huomioitava, että toimeksiantajana perhehoitaja tulee lukemaan valmiin kehittä-

tämistyömme tulokset. Tämä saattaa vaikuttaa osaltaan siihen, mitä perhehoidossa asuvat ikääntyneet kertoivat kokemuksistaan haastattelutilanteissa. Haastattelujen suhteen ikääntyneet toivat esille huolensa väärin vastaamisesta ja haastattelussa huonosti pärjäämisestä. Tästä syystä yksi talossa asuvista ikääntyneistä ei halunnut antaa haastattelua. Pohdimme tämän kehittämistyön tekijöiden kesken haastatteluiden jälkeen ikääntyneiden muistivaikeuksien sekä virallisen tilanteen heille aiheuttaman jännityksen tunteen mahdollista vaikutusta haastattelutilanteessa saamiimme vastauksiin. Myös roolikäsitteen ymmärtäminen oli ikääntyneillä haastavaa haastattelijoiden selvennyksistä huolimatta, mikä saattoi vaikuttaa osaltaan rooleja käsittelevän teeman vastauksien suppeuteen. Toimeksiantaja tulee arvostelemaan lopullisen opinnäytetyön tuotoksineen, mikä saattaa osaltaan opinnäytetyötä tehneet tutkijat kiusalliseen asemaan perhehoidon toimivuutta ja haasteita analysoitaessa ja tulkittaessa juuri tämän kyseisen perheen haastatteluiden pohjalta.

Pohdimme teemahaastattelun teemoja paljon, jotta ne olisivat tarpeeksi laajoja, mutta kuitenkin helposti ymmärrettäviä. Laadimme myös lisäkysymyksiä tueksi haastattelutilanteeseen, jotta kumpikin haastattelija tahollaan ohjaisi keskustelua samaan suuntaan. Lisäkysymykset auttoivat myös haastateltavia vastaamaan. Vaikka keskustelu ei aina pysynyt täysin ohjatussa aiheessa, koimme teemahaastattelun oikeaksi haastattelutavaksi kehittämistyömme tavoitteeseen nähden. Teemahaastattelun sallima vuoropuhelu oli tässä tapauksessa ainoa tapa saada laajempaa perspektiiviä erityisesti juuri ikääntyneiden kokemuksista perhehoidossa. Teemahaastattelu salli ikääntyneiden kerrontamuotoiset vastaukset teemoihin ja tämän vuoksi haastatteluilla saavuttamamme aineisto oli hyvin monipuolinen ja laaja, vaikka vastaajia oli vain kolme. Tuotetun aineiston määrällinen laajuus teki myös tulkinnasta haastavampaa.

Yksilöllisesti Yhdessä -tehtäväkansiota pilotoineen perhehoitoperheen palautteiden mukaan kansio koettiin hyödylliseksi mahdollisten arjen ongelmien esille tuojana, mutta palautteesta päätellen perheen oli vaikea itse tiedostaa haasteellisia tilanteita, joita perheen ulkopuolinen mahdollisesti herkemmin huomioisi ikäihmisten pärjäämisestä huolimatta. Tehtäväkansion maksimaalisen hyödyntämisen vuoksi kansion täyttötilannetta voisi olla hyvä analysoida, esimerkiksi havainnoimalla ja tutkimalla siinä tilanteessa, kansion ohjeisiin perehtymistä, yhdessä täyttämisen etenemistä ja perhehoitajan roolia avustajana ikäihmisten täyttäessä kansiota.

Pilotoinnin perusteella tehtäväkansion selkeyttämiseksi luomamme esimerkit toimintakokonaisuuksien osa-alueissa toimivat osittain myös häiritsevänä tekijänä, jolloin ikään-tyneet takertuivat herkästi pelkästään valmiisiin esimerkkeihin omaa arkea soveltavan pohtimisen sijaan. On otettava huomioon, että pilotointi vain yhdellä perheellä vaikuttaa saavutetun tiedon yleistettävyyteen. Kansion kehittämismielessä sen täyttämistä tulisi jatkossa myös valvoa tutkijoiden toimesta, jotta käytännön ohjeistusta olisi mahdollista parantaa täyttämisen suhteen. Pilotoinnin valvonta jätettiin tietoisesti tekemättä, sillä arvioimme tutkijoiden läsnäolon häiritsevän perheen kesken suoritettavaa täyttämistä ja näin muuttavan olosuhteita verraten siihen, millaiseen käyttöön tehtäväkansio alun perin luotiin. Kansio vaatii ehdottomasti enemmän sen käyttämisen analysointia ja kehittämistä sekä julkaisu vaatii muokkausta, kun kokemusta sen käytöstä on kokeilujen pohjalta saatu enemmän. Teettämämme alustava, ensimmäinen pilotointi herättää kuitenkin tässä yhteydessä jatkokehittämisen tarpeen seuraaville tutkijoille, jotka kiinnostuvat tarttumaan tähän tärkeään ja ajankohtaiseen aiheeseen.

LÄHTEET

Airokansio Oy. 2016. Viitattu 20.7.2016. <http://airokansio.fi/>

Bradter, H. 2012. Kodin ja perheen välillä – Tutkimus vanhusten kokemasta ympärivuorokautisesta perhehoidosta. Pro gradu – tutkielma. Jyväskylän yliopisto.

Dey, I. 1993. Qualitative data-analysis. A user friendly guide for a social scientists. London: Routledge.

Falk, H., Falk, K., Persson, L-O & Wijk, H. 2012. Scandinavian Journal of Caring Sciences, 2013 Dec;27(4):999-1009. doi: 10.1111/scs.12011. Epub 2012 Nov 21. Viitattu 12.9.2016
<http://web.a.ebscohost.com.ezproxy.turkuamk.fi/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=19&sid=142f08f0-843f-4588-bd48-4b08393f613b%40sessionmgr4010&hid=4109>

Finlex 2012. Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista. Viitattu 23.11.2015 <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2012/20120980>

Finlex 2015. Perhehoitolaki. Viitattu 21.1.2016. <http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150263>

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2001. Tutkimushaastattelu – teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki, Yliopistopaino.

Jyrkämä, J. 2007. Ikääntyminen ja ikääntyvien kuntoutus. Teoksessa Karjalainen, Vappu – Viik-kumaa, Ilpo (toim.): Kuntoutus kanssamme, ihmisen toimijuuden tukeminen. Stakes. Vaajakoski: Gummerus Kirjapaino Oy.

Kielhofner, G. 2008. Model Of Human Occupation. Theory and practice. Neljäs painos. LWW.

Kuva 1. Inhimillisen toiminnan malli. Viitattu 22.1.2016. Saatavissa: <https://wiki.metropolia.fi/display/toimintaterapianharjoittelu/Toimintakyvyn+arviointi+harjoittelu+5+op-+toimintaterapeuttipis-kelijoiden+harjoitteluohje>

Oktay, J. Vollan, P. 1987. Foster Home Care for the Frail Elderly as an Alternative to Nursing Home Care: An Experimental Evaluation. American Journal Of Public Health. Vol 77. No.12.

Omaishoitajat ja läheiset –liitto ry 2015. Viitattu 29.2.2016. <http://www.omaishoitajat.fi/mita-omaishoito>.

P. Tracy, J.P, & DeYoung S. 2004. Moving to an Assisted Living Facility: Exploring the Transitional Experience of Elderly Individuals. Viitattu 12.9.2016
<http://web.a.ebscohost.com.ezproxy.turkuamk.fi/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=4&sid=142f08f0-843f-4588-bd48-4b08393f613b%40sessionmgr4010&hid=4109>

Perhehoitoliitto 2016. Viitattu 29.2.2016 <http://www.perhehoitoliitto.fi/perhehoito/ikaihmiset..>

RedNet –Punaisen Ristin sivusto vapaaehtoisille 2016. Viitattu 12.9.2016 <https://rednet.punainenristi.fi/ystavatoiminta>

Salonen, K. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön – Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. 2013. Viitattu 28.1.2016 <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf>

Sosiaali- ja terveysministeriö 2014. Kuntoutusasiantuntemuksen tarve sosiaali- ja terveydenhuollossa. Viitattu 23.11.2015. <http://docplayer.fi/6998416-Kuntoutusasiantuntemuksen-tarve-sosiaali-ja-terveydenhuollossa.html>

Suomen toimintaterapeuttiliitto. Elämäni kirja. 2011. Viitattu 20.7.2016. http://www.toimintaterapeuttiliitto.fi/site/assets/files/1080/elamani_kirja.pdf

Suomen virallinen tilasto (SVT): Väestöennuste [verkkójulkaisu]. 2015. Helsinki: Tilastokeskus. Viitattu 8.9.2016. http://www.stat.fi/til/vaenn/2015/vaenn_2015_2015-10-30_tie_001_fi.html

Tilastokeskus 2016. Viitattu 22.03.2016. <https://www.stat.fi/virsta/tkeruu/04/03/>.

Vanhusten perhehoidon voima –hanke. Vanhusten perhehoidon toimintaohje. Pohjois-Savo 2014. Viitattu 23.11.2015 <http://www.lapinlahti.fi/loader.aspx?id=7dc0caf0-3e27-4413-953e-b9b22a54b9e5>

Ympäristöministeriö 2013. Ikääntyneiden asumisen kehittämisohjelma vuosille 2013–2017. Viitattu 29.1.2016 <http://www.ym.fi/download/noname/%7BEAF4ED7E-F582-414E-8A33-1A9BC0067707%7D/37430>

Saatekirje

Hei!

Teemme toimintaterapian koulutusohjelman opinnäytetyötä ikääntyneiden identiteetin säilyttämisestä perhehoidon kaltaisessa asumismuodossa. Tavoitteenamme on tukea lähiomaistensa luona asuvien ikääntyneiden itsensä toteuttamisen mahdollisuuksia ja omatoimisuutta uudessa asuinympäristössä. Opinnäytetyömme nimi on Ikäihmisen identiteetin tukeminen perhehoidossa – *Yksilöllisesti Yhdessä -tehtäväkansio perhehoidon tueksi*.

Opinnäytetyömme tutkimuksellista osuutta varten tarvitsemme tietoa Teidän käytännön kokemuksistanne tällaisessa asumismuodossa. Haastattelulla haluamme selvittää kaikkia niitä muutoksia, joita muuton yhteydessä on tapahtunut niin ajatustasolla kuin toiminnallisestikin. Haastattelu tullaan nauhoittamaan, jotta pystymme palaamaan alkuperäiseen aineistoon tutkimuksemme edetessä. Haastattelu tullaan toteuttamaan nimettömänä, eikä opinnäytetyön raportoinnissa tulla mainitsemaan minkäänlaisia tunnistetietoja. Opiskelijoina meillä on täysi vaitiolovelvollisuus ja nauhoitukset tulevat ainoastaan meidän käyttöömme tätä opinnäytetyötä varten.

Haastatteluun osallistuminen on täysin vapaaehtoista. Mikäli annatte suostumuksenne haastatteluun ja sen nauhoittamiseen, allekirjoitattehan ohessa olevat suostumuslomakkeet valmiiksi.

Mikäli teillä on jotain kysyttävää opinnäytetyömme toteutuksen suhteen, vastaamme niihin erittäin mielellämme. Meidät tavoittaa seuraavilla yhteystiedoilla:

sähköpostitse emma.turpeenniemi@edu.turkuamk.fi tai

puhelimitse 050 4077290.

Ystävällisin terveisin

Ella Ekholm, Annemari Salminen & Emma Turpeenniemi

Turun Ammattikorkeakoulu
Toimintaterapian koulutusohjelma
Ruiskatu 8, Turku

Suostumuslomake

Olen tutustunut selvitykseen opinnäytetyöstä *Ikäihmisen identiteetin tukeminen perhehoidossa – Yksilöllisesti Yhdessä -tehtäväkansio perhehoidon tueksi* ja ilmoitan suostuvani haastatteluun. Suostun myös siihen, että haastattelu nauhoitetaan ja että haastattelua käytetään tutkimusaineistona.

Nimi

Päiväys ja paikka

Allekirjoitus

Tutkijoina sitoudumme kunnioittamaan haastateltavien anonymiteettiä.

Ella Ekholm, Annemari Salminen & Emma Turpeenniemi

Teemahaastattelurunko

Teemahaastattelun runko asukkaille / *perhehoitajalle*

1. TEEMA: Muuton syyt
Apukysymykset: Millainen oli tilanne, kun muutto tuli puheeksi? Millaisia ajatuksia tämä herätti?
2. TEEMA: Ajatuksia muutosta ja läheisistä
Apukysymykset: Mitä ajattelit muuttamisesta läheisesi luo muiden asukkaiden kanssa? Miten ajatuksesi ovat muuttuneet? *Mitä ajattelit läheistesi muuttamisesta luoksesi?*
3. TEEMA: Muuton vaikutukset
Apukysymykset: Mitä hyötyä muuttamisesta on ollut? Mitä haasteita olet huomannut?
4. TEEMA: Ihmissuhteet uudessa kodissa
Apukysymykset: Miten olet ollut aiemmin tekemisissä muiden asukkaiden kanssa? Miten tämä on muuttunut nyt, kun asutte yhdessä? Miltä se tuntuu? Miten koet muut asukkaat samassa asunnossa kanssasi? Kaipaako omaa tilaa tai koetko vertaistuen hyväksi?
5. TEEMA: Kokemus omaisen läsnäolosta
Apukysymykset: Miten koet perhehoitajan aseman perheessä? *Miten koet oman asemasi perheessä?*
6. TEEMA: Itsenäisyys ja työnjako kotona
Apukysymykset: Millaisia asioita teet itsenäisesti arjessa? Millaisista arjen asioista suoriudut itsenäisesti? Mihin tarvitset apua? Onko sovittu työnjaosta etukäteen? *Mitä sinun tehtäviäsi on jaettu myös ikääntyneille läheillesi? Onko sovittu työnjaosta? Mitä toiveita sinulla on ollut sen suhteen? Miten sinulla jää aikaa itsellesi?*
7. TEEMA: Roolit nyt ja ennen
Apukysymykset: Miten vanhat roolisi ilmenevät uudessa kodissa? Onko tullut uusia rooleja? Saatko apua roolien ylläpitämisessä ja toteuttamisessa? *Miten sinun roolisi ovat muuttuneet yhdessä asumisen myötä?*
8. TEEMA: Perhekodin kodinomaisuus
Apukysymykset: Tuntuuko perhekoti omalta kodilta? Mikä toisi lisää kodin tuntuu? Kauanko kesti saavuttaa tunne omasta kodista? Miten kotien yhdistäminen vaikuttaa kodin tuntuun?

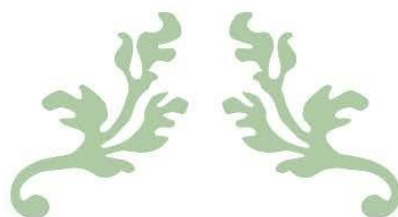
9. TEEMA: Ympäristön vaikutukset

Apukysymykset: Miten uusi ympäristö estää sinua tekemästä jotain, mitä olisit tavallisesti tehnyt? Miten uusi ympäristö mahdollistaa tekemisiäsi, joita et ehkä ennen pystynyt tekemään? Miten uusi ympäristö vaikuttaa mielialaan? *Miten luomasi ympäristö mahdollistaa ikääntyneiden toiminnallisuutta?*

10. TEEMA: Ajanvietto kodin ulkopuolella

Apukysymykset: Miten vietät aikaa kodin ulkopuolella? Kuinka usein vietät? *Miten paljon aikaa vietät yhdessä ikääntyneiden kanssa ja miten?*

Yksilöllisesti Yhdessä –tehtäväkansio



YKSILÖLLISESTI YHDESSÄ

Tehtäväkansio perhehoidon yksilöimiseksi



SISÄLTÖ

Johdanto	2
Minun ympäristöni	3
Ruokailutilanteet	4
Ihmissuhteet ja sosiaalinen aktiivisuus	5
Henkilökohtainen hygienia ja pukeutuminen	6
Liikunta ja ulkoilu	7
Muu ajanvietteeni	8
Rentoutuminen ja hemmottelu	9
Asiointit	11
Minulle merkityksellinen toiminta	12
Työnjako ja minun aikatauluni	15

JOHDANTO

Yksilöllisesti yhdessä- tehtäväkansio on kehittämistyöstämme (Ikäihmisen identiteetin tukeminen pitkäaikaisperhehoidossa) syntynyt tuotos. Luomamme tehtäväkansio on tarkoitettu perheen yhteiseen käyttöön, perhehoitotyyppiseen asumismuotoon ja sen tarkoitus on tuoda perheenjäsenet yhteen sopimaan talouden vastuualueiden jakamisesta ikääntyneen osallistumisen ja itsensä toteuttamisen mahdollistamiseksi. Kansio tulee perhekodin asukkaana ja perhehoitajan väliseksi, yhdessä täytettäväksi arjen oppaaksi, jonka avulla jokaisen olisi mahdollista luoda juuri itselleen mielekäs ja yksilöllinen arki. Tehtäväkansio on jokaiselle perhekodin asukkaalle henkilökohtainen. Täyttäminen on tarkoitus tehdä vapaamuotoisesti oman arjen tueksi ja herättämään keskustelua kotona.

Tehtäväkansio sisältää sivun oman kodin ympäristön pohdinnalle sekä seitsemän eri arjen toimintakokonaisuutta ja viisi tyhjää, juuri sinulle tärkeille toiminnoille varattua pohjasivua. Näille pohjasivuille on mahdollista koota päivittäistoimintojen lisäksi muita toimintoja, jotka ovat juuri sinulle ominaisia. Tehtäväkansion loppuun on varattu sivu, johon voit koota ne toiminnot, jotka toistuvat arjessasi jatkuvasti. Lisäksi voit tälle sivulle kirjoittaa halutessasi, kenen kanssa haluat toimintaa tehdä tai keneltä tarvitset siihen apua. Jokaisen toimintakokonaisuuden omalta sivulta löytyy konkreettisia esimerkkejä, jotka auttavat sinua kyseisen sivun täyttämässä.

Tehtäväkansion rakenteessa toistuvat osa-alueet ovat **ympäristön suunnittelu**, **sosiaalinen tuki** ja **fyysinen apu**. **Ympäristön suunnittelulla** tarkoitetaan asuinympäristössä tehtäviä valmisteluja tai asunnon muokkaamista toiminnan mahdollistamista varten. Ympäristön suunnittelu sisältää myös erilaisten apuvälineiden ja ohjeiden tarpeen huomioimisen. **Sosiaalinen tuki** on toisen ihmisen läsnäoloa ja neuvojen antamista itsenäisen toiminnan mahdollistamiseksi. **Fyysinen apu** puolestaan kattaa kädestä pitäen avustamisen tai toisen puolesta tekemisen osana toimintaa. Nämä osa-alueet ovat valikoituneet kehittämistyömme perusteella, josta esiin nousi perhehoitomuodon mahdollistama tuki näillä kolmella osa-alueella.

Tehtäväkansion täyttämisen ohella on hyvä keskustella mahdollisista kompromisseista, sillä kaikkia toimintoja ei välttämättä ole heikkenevän toimintakyvyn vuoksi mahdollista jatkaa ja joistakin toiminnoista voidaan joutua luopumaan. Tällaisille toiminnoille tulisi kuitenkin pohtia mahdollisia korvaavia toimintoja, mikäli sinä koet ne tärkeäksi.

MINUN YMPÄRISTÖNI

fyysinen rakennettu ympäristöni, kotini rakennuksena sekä pihani ja lähiympäristöni

Mitä olen tottunut tekemään kotiympäristössäni?

Ympäristöni vaikeuttaa toimimistani, koska
(esim. kotona on paljon rappusia, kodinkoneet ovat vaikeakäyttöisiä)

Ympäristöni helpottaa toimimistani, koska
(esim. kotona on paljon tilaa liikkua, bussipysäkki on lähellä)

Minulle olisi tärkeää, että ympäristössäni on
(esim. käytössä televisio, minulla on oma huone, kotonani on sauna)

RUOKAILUTILANTEET

huomioi keittiö- ja ruokailutilat, kodinkoneet ja ruuanlaittovälineet sekä syöminen ja ruokailutottumukset

YMPÄRISTÖN SUUNNITTELU

esim. päivän ruokaan tarvittavat raaka-aineet otetaan selkeästi esille, keittiöön jakkara lepäämiseen, kynnyksen poisto kulkemisen helpottamiseksi

SOSIAALINEN TUKI

esim. tarvitsen apua reseptin seuraamisessa, muistuttelua kodinkoneiden käytön turvallisuudesta

FYYSINEN APU

esim. tarvitsen apua aineiden pilkkomisessa ja sekoittamisessa, painavien tarvikkeiden esille ottamisessa

Keneltä saan tukea ruokailutilanteissa?

IHMISSUHTEET JA SOSIAALINEN AKTIIVISUUS

huomioi oma tila ja rauha, perhekodin yhteiset toiminnot, kotoa poistuminen,
kulttuuritapahtumat ja yhteiskuntaan osallistuminen

YMPÄRISTÖN SUUNNITTELU

esim. tarvitsen oman huoneen ja esteettömät uloskäynnit

SOSIAALINEN TUKEA

esim. saan saattajan mukaan ulos, minua kannustetaan päiväkävelyille lähtemisessä

FYYSINEN APU

esim. saan apua ulkovaatteiden pukemisessa, voin tukeutua saattajaan kävelyllä

Keneltä saan tukea sosiaalisen aktiivisuuden ylläpitämisessä?

5

© Ella Ekholm, Annemari Salminen & Emma Turpeenniemi

HENKILÖKOHTAINEN HYGIENIA JA PUKEUTUMINEN

huomioi peseytyminen, pukeminen, hampaiden harjaus, ulkonäöstä huolehtiminen

YMPÄRISTÖN SUUNNITTELU

esim. tarvitsen suihkutuolin, yletyn vaatekaapin hyllyille

SOSIAALINEN TUKEA

*esim. saan apua vaatteiden valinnassa,
minua muistutetaan peseytymisestä*

FYYSINEN APU

*esim. saan apua paidan napituksessa,
vaatteeni silitetään puolestani, partani
ajetaan puolestani*

Keneltä saan tukea henkilökohtaisen hygienian ylläpitämisessä?

© Ella Ekholm, Annemari Salminen & Emma Turpeenniemi

6

LIIKUNTA JA ULKOILU

huomioi liikuntaharrastukset, piha-askareet, kävelyt, ajanvietto luonnossa, kuntoilu

YMPÄRISTÖN SUUNNITTELU

esim. kävelysauvat odottavat eteisessä, tarvitsen takapihalle laatoituksen kulkemisen helpottamiseksi

SOSIAALINEN TUKI

esim. tarvitsen siskoni apua puutarhanhoidossa

FYYSINEN APU

esim. minulle tuodaan työvälineet tehdessäni pihatöitä

Keneltä saan tukea liikkumisessa ja ulkoilussa?

MUU AJANVIETTEENI

huomioi television katsominen, radion kuuntelu, lukeminen, pelit, käsityöt

YMPÄRISTÖN SUUNNITTELU

esim. lukemisen apuvälineet ovat yöpöydälläni, televisio asetetaan sopivalle etäisyydelle

SOSIAALINEN TUKI

*esim. joku lukee minulle päivän lehden,
minua neuvotaan sukkiin kutomisessa*

FYYSINEN APU

esim. televisio-ohjelmani ajastetaan valmiiksi

Keneltä saan tukea näissä toiminnoissa?

© Ella Ekholm, Annemari Salminen & Emma Turpeenniemi

8

RENTOUTUMINEN JA HEMMOTTELU

huomioi päiväunet, hieronta, kauneudenhoito, musiikki

YMPÄRISTÖN SUUNNITTELU

esim. saunaan on asennettava tukikaide, tarvitsen ohjeet radion käyttöön

SOSIAALINEN TUKEA

*esim. minulle varataan aika kampaajalle,
minua neuvotaan meikkaamisessa*

FYYSINEN APU

esim. sauna lämmitetään minulle valmiiksi

Keneltä saan tukea rentoutumiseen ja itseni hemmotteluun?

© Ella Ekholm, Annemari Salminen & Emma Turpeenniemi

9

ASIOINNIT

huomioi pankissa asiointi, kaupassa käyminen, terveydenhoito, kampaamo- ja kauneudenhoitopalvelut, kirjasto

YMPÄRISTÖN SUUNNITTELU

esim. minulle hankitaan taksikortti

SOSIAALINEN TUKEA

esim. minua neuvotaan ostosten tekemisessä

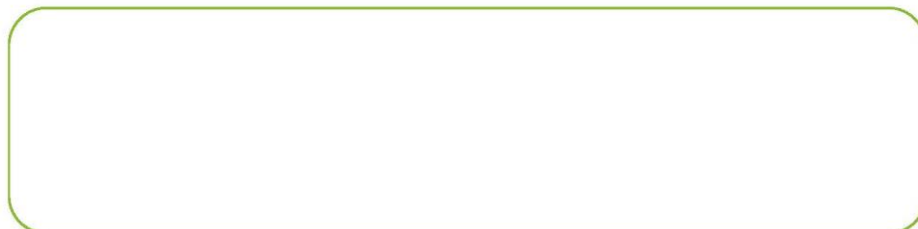
FYYSINEN APU

esim. taksikuski kantaa ostokseni sisälle

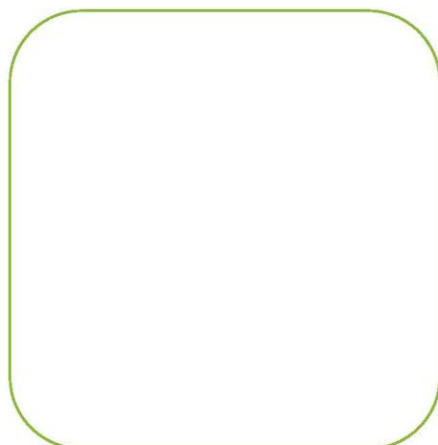
Keneltä saan tukea asiointiin?

MINULLE MERKITYKSELLINEN TOIMINTA:

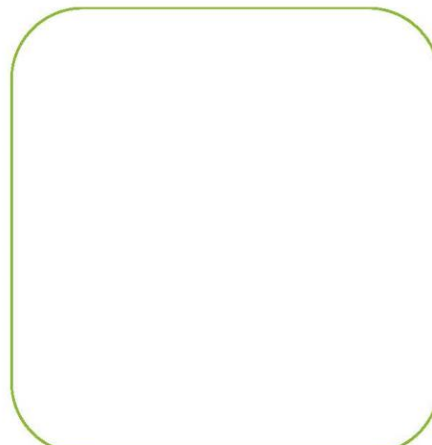
YMPÄRISTÖN SUUNNITTELU



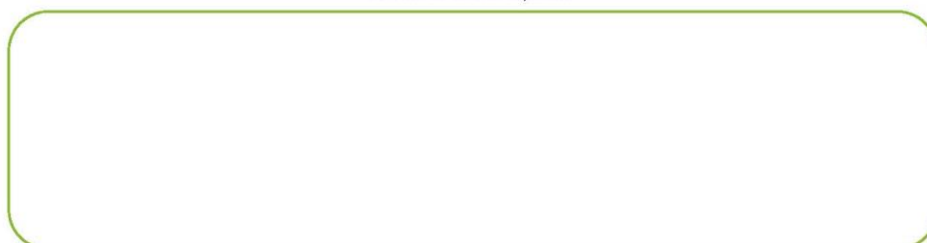
SOSIAALINEN TUKEA



FYYSINEN APU



Keneltä saan apua?



MINULLE MERKITYKSELLINEN TOIMINTA:

YMPÄRISTÖN SUUNNITTELU



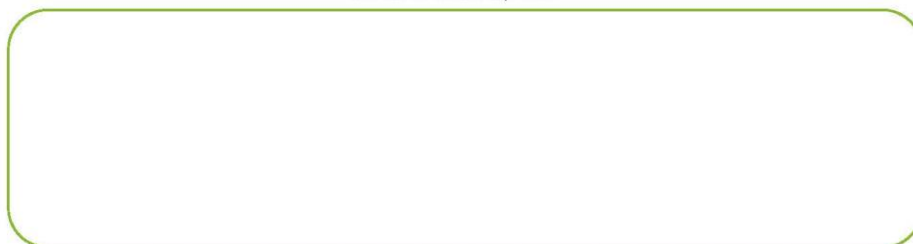
SOSIAALINEN TUKI



FYYSINEN APU



Keneltä saan apua?




MINULLE MERKITYKSELLINEN TOIMINTA:

YMPÄRISTÖN SUUNNITTELU



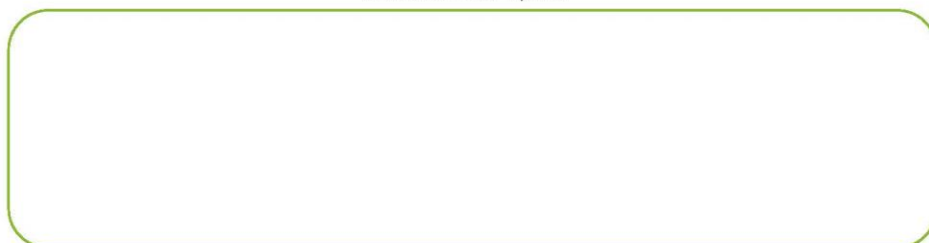
SOSIAALINEN TUKEA



FYYSINEN APU

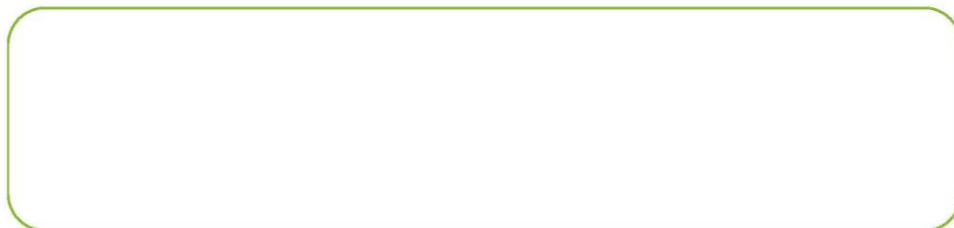


Keneltä saan apua?



MINULLE MERKITYKSELLINEN TOIMINTA:

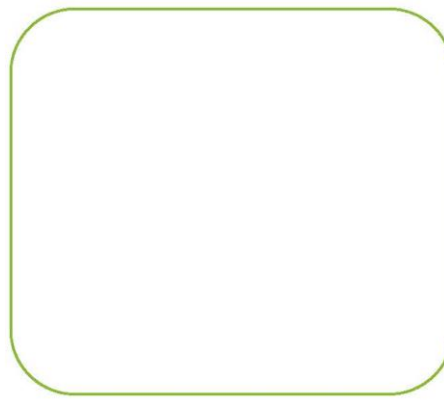
YMPÄRISTÖN SUUNNITTELU



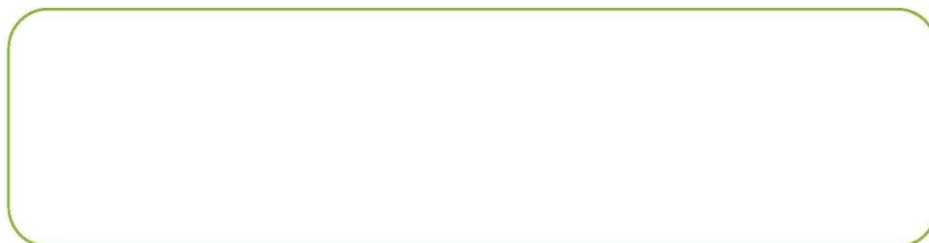
SOSIAALINEN TUKEA



FYYSINEN APU



Keneltä saan apua?



TYÖNJAKO

Kokoa tähän kodin sisäinen työnjako omalta osaltasi. Mikäli teet toimintoa yhdessä jonkun kanssa tai tarvitset siihen apua, voit merkitä sen toiseen sarakkeeseen.

TOIMINTA	KENEN KANSSA

PALAUTELOMAKE

YKSILÖLLISESTI YHDESSÄ- *tehtäväkansio perhehoidon yksilöimiseksi*

Toivomme, että tehtäväkansiostamme on ollut Sinulle hyötyä ja sen täyttäminen yhdessä on ollut mukavaa. Nyt toivomme vielä saavamme palautteen juuri Sinun kokemuksestasi kansion käytössä. Palautteesi on ensiarvoisen tärkeää kansiomme edelleen kehittämisen kannalta. Tähän palautelomakkeeseen et voi vastata oikein tai väärin, sillä vain Sinun aidosti kokemallasi mielipiteellä on väliä.

Vastaathan siis seuraaviin kysymyksiin rauhassa ja ajatuksella, **kiitos!**

1. Olivatko kansion täyttöohjeet helposti ymmärrettävät? Oliko tehtäväkansiota helppo täyttää? Miksi/Miksi ei?

2. Koitko tehtäväkansion käytön luontevana osana keskustelua? Perustele.

3. Käsittelikö tehtäväkansio arjessa tärkeäksi kokemiasi asioita? Mitkä kategoriat koskivat omaa arkeasi? Mitä jäi mielestäsi puuttumaan?

4. Oliko tehtäväkansiosta Sinulle hyötyä? Mitä hyötyä? Mikäli et kokenut kansiosta olevan selkeää hyötyä, mistä se johtui?

5. Löytyikö kansion avulla ratkaisuja mahdollisiin arjen ongelmiisi? Millaisia?

6. Oliko tarvitsemaasi tukea helppo suunnitella kansion tarjoamien osa-alueiden (ympäristön suunnittelu, sosiaalinen tuki, fyysinen apu) pohjalta? Mitä jäit kaipaamaan?

7. Mitä mieltä olit kansion ulkoasusta? (Esim. fonttikoko, kirjoitus-tila, yleinen selkeys.)
