

Kun iällä ei ole väliä

Toimintatuokion mallinnus kahden eri
sukupolven yhteistyön pohjaksi

LAHDEN
AMMATTIKORKEAKOULU
Sosiaali- ja terveysala
Sosionomi (AMK)
Sosiaalipedagoginen aikuistyö
Opinnäytetyö
Kevät 2017
Inna Jäntti
Kerttu Peippo
Karita Viljaranta

Lahden ammattikorkeakoulu
Sosiaalipedagoginen aikuis- ja perhetyön polku

JÄNTTI, INNA Kun iällä ei ole väliä
PEIPPO, KERTTU Toimintatuokion mallinnus kahden eri
VILJARANTA, KARITA: sukupolven yhteistyön pohjaksi

Sosiaalipedagogisen aikuis- ja perhetyön polun opinnäytetyö, 52 sivua, 12 liitesivua

Kevät 2017

TIIVISTELMÄ

Toiminnallisen opinnäytetyön ideana oli suunnitella ja toteuttaa Lounaan päiväkodin piha-alueella neljä toimintatuokion ohjausta. Ohjauksien kohderyhminä toimivat Lounaan päiväkodin lapsiryhmä sekä Harjulan Settlementti ry:n Ainolan ikäihmisten ryhmä. Opinnäytetyön avulla halusimme, että lapset ja ikääntyneet pääsisivät tekemään yhteistyötä leikkien ja pelien merkeissä.

Opinnäytetyömme tavoitteena oli tuottaa toimiva, käyttökelpoinen ja selkeä mallinnus puolen tunnin mittaista toimintatuokiota varten. Työmme tarkoituksena oli antaa molempien kohderyhmiemme työntekijöille konkreettinen työkalu, jonka avulla järjestää toimintatuokioita tulevaisuudessa ilman meitä tai toimeksiantajaamme Yhteisapelillä kohti arjen hyvinvointia- hanketta. Opinnäytetyön tarkoituksena oli myös innostaa ja motivoida kohderyhmiä sekä niiden työntekijöitä jatkamaan yhteistyötä tulevaisuudessakin. Toimintatuokioiden tarkoituksena on edistää ikääntyneiden ja lasten yhteistyötä, yhdessä leikkimällä ja tekemällä, sekä pitkällä aikavälillä parantaa osallistujien hyvinvointia ja tuottaa osallistujille iloa.

Opinnäytetyön tekemisen myötä halusimme syventää omaa ammatillista osaamistamme ja tietouttamme tulevaisuuden työllistymistä ajatellen. Toimintatuokioiden ohjauksista opimme paljon. Ikääntyneet ja lapset näyttivät nauttivan toistensa seurasta, ja heidän välinen yhteistyönsä oli sujuvaa heti alusta alkaen. Toimintatuokioissa lapset ja ikääntyneet pääsivät pitämään yhdessä hauskaa, tutustumaan toisiinsa ja harjoittelemaan yhteistyötä keskenään.

Opinnäytetyömme teoria koostuu seuraavista lähtökohdista: yksinäisyys, syrjäytyminen, sukupolvet ja niiden välinen yhteistyö, kosketus ja läheisyys sekä lapsen kehitys ja vuorovaikutustaidot ennen kouluikää. Näiden lisäksi etsimme tietoa aiemmin aiheeseen liittyvistä tutkimuksista.

Asiasanat: toimintatuokio, mallinnus, sukupolvet, yksinäisyys, yhteistyö, vuorovaikutustaidot

Lahti University of Applied Sciences
Degree Programme in Social Service

JÄNTTI, INNA
PEIPPO, KERTTU
VILJARANTA, KARITA:

When the age does not matter
An activity session model as
a basis for co-operation between
two generations

Bachelor's Thesis in social pedagogy for work with adults 52 pages, 12
pages of appendices

Spring 2017

ABSTRACT

The idea of this functional thesis was to plan and execute four activity sessions. Our target groups consisted of a group of elderly people from Harjula Settlementti ry and a group of under school-aged children from Lounaan kindergarten.

The purpose of the thesis was to produce a usable and easy guidance for half an hour activity session. We wanted to give a concrete tool to the employees of the two target groups to be able to arrange this kind of activity sessions in the future without us or our commissioner. Furthermore our purpose was to inspire and motivate our target groups and their employees to continue collaboration in the future.

We learned a lot from our activity sessions. The elderly and the children seemed to enjoy each others company and the co-operation between them was natural straight from the beginning. In our activity sessions the children and elderly people had fun together, got to know each other and practised co-operation between generations.

Our theory consists of following concepts: loneliness, marginalization, generations and co-operation between them, touch and proximity and child's development and interpersonal skills before school age. In addition to these we looked into previous research on this subject.

By writing this thesis we wanted to deepen our professional skills and knowledge thinking of our future employment.

Key words: Activity session, modeling, generation, loneliness, co-operation, interplay skills.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	OPINNÄYTETYÖN TOIMEKSIANTAJA JA KOHDERYHMÄT	3
2.1	Yhteisellä arjen hyvinvointia -hanke	3
2.2	Toimintatuokioiden osallistajat ja ryhmätoiminta	4
3	OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT	6
3.1	Tavoite ja tarkoitus	6
3.2	Tiedonhaun kuvaus	7
3.3	Aikaisemmat tutkimukset	8
4	OPINNÄYTETYÖN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT	10
4.1	Yksinäisyys	10
4.2	Syrjäytyminen	11
4.3	Sukupolvet ja niiden välinen yhteistyö	13
4.4	Ikääntyminen	15
4.5	Kosketus ja läheisyys	18
4.6	Lapsen kehitys ja vuorovaikutustaidot ennen kouluikää	19
5	TOIMINNALLISEN OSUUDEN TOTEUTUS	22
5.1	Toimintatuokioiden mallinnus	22
5.2	Teeman valinta	23
5.3	Pakkanen paukkuu 26.01.2017	26
5.4	Laskiaisena lauletaan 23.02.2017	28
5.5	Kevätkarkelot 23.03.2017	30
5.6	Ilmapalloja ja naurua 27.04.2017	31
6	TOIMINNALLISEN OSUUDEN ARVIOINTI	34
6.1	Toimintatuokioiden arviointi	34
6.2	Tavoitteiden arviointi	36
7	POHDINTA	39
7.1	Eettisyys	39
7.2	Opinnäytetyöprosessi	41
7.3	Kehittämisen- ja jatkohanke-ehdotukset	43
	LÄHTEET	45
	LIITTEET	2

1 JOHDANTO

Opinnäytetyömme toimeksiantajana toimii Yhteispelillä kohti arjen hyvinvointia –hanke ja kohderyhminä KOY Harjulakodit senioritalo Harjulan Settlementti ry:n Ainolan ikääntyneiden ryhmä sekä Lounaan päiväkodin lapsiryhmä. Yhteispelillä hankkeen projektipäällikkö Helena Haaja (2016) kertoo, että Yhteispelillä-hankkeen tavoitteena on tehdä suunnitelmallista yhteistyötä kohderyhmien kesken, minkä avulla pyritään lisäämään lapsiperheiden ja ikäihmisten hyvinvointia, yhteisöllisyyttä ja osallisuutta Lahdessa sekä Hollolassa. Hankkeen tarkoituksena on ehkäistä yksinäisyyttä ja syrjäytymistä kohderyhmissä.

Opinnäytetyön aihe on ajankohtainen, sillä sukupolvien välistä yhteistyötä pyritään lisäämään ja siitä keskustellaan paljon enemmän kuin ennen. Koponen (2016) kirjoittaa, että palvelukeskuksia joissa samassa pihapiirissä toimii sekä hoivakoti että päiväkotiki, on perustettu ympäri Suomea. Opetusministeriöllä ei ole tarkkaa tietoa niiden lukumäärästä, mutta ministeriö kuitenkin tukee toiminta-ajatusta täysin. Opetusneuvos Kirsi Alilan mukaan yhteistyö on hyvä asia, sillä kaikilla lapsilla ei ole omia isovanhempia, eikä kaikilla ikääntyneillä ole omia lapsenlapsia. Yhdessäolo ja yhteistyö rikastuttavat molempien osapuolten elämää.

Yhteispelillä-hankkeen tavoitteet ovat myös ajankohtaisia, sillä esimerkiksi yksinäisyydestä puhutaan yhteiskunnallisissa keskusteluissa entistä useammin. Elorannan ja Punkasen (2008, 10-18) mukaan yksinäisyys on ikääntymisen keskeinen ongelma ja noin kolmasosa suomalaisista ikäihmisistä, eli noin 270 000 henkeä kokee ajoittaista tai lievää yksinäisyyttä. Noin viisi prosenttia, eli 40 000 ikäihmistä kokee olevansa jatkuvasti yksinäisiä. Yksinäisyys voi olla pahimmillaan kokonaisvaltaista, mikä tarkoittaa, että ihminen on täysin hylätty. Yksinäisyys ja masennus kulkevat usein käsi kädessä ja ne molemmat kohottavat itsemurhariskiä.

Kainulainen (2016) on analysoinut Helsingin Sanomien yksinäisyysmittarin kyselyn (UCLA) aineistoja. Yksinäisyyden kokemus vähentyy läpi ikäryhmien noin 70 ikävuoteen asti. Yli 70-vuotiailla yksinäisyyden kokemus alkaa yleistyä. Sukupuolten välillä ei ole suurta eroa, mutta 70 ikävuoden kieppeillä olevat miehet kokevat selvästi vähemmän yksinäisyyttä kuin samanikäiset naiset. (Kainulainen 2016, 118.) Suomen laissa iäkkäällä henkilöllä tarkoitetaan ihmistä, jonka fyysinen, kognitiivinen, sosiaalinen tai psyykinen toimintakyky ovat korkean iän ja sen mukana tuomien sairauksien ja vammojen takia heikentyneet (Finlex 28.12.2012/980). Tässä opinnäytetyössä toimintatuokioihin osallistuneet ikääntyneet olivat 71- 91 vuotiaita. Opinnäytetyössä käytimme käsitettä ikääntynyt, koska se on mielestämme kunnioittavampi kuin esimerkiksi käsite vanhus.

Toimeksianto tälle opinnäytetyölle tuli meille suoraan työelämästä. Opinnäytetyöaiheeseen tartuimme innolla, koska aihe on ajankohtainen, ja toimeksiantajamme ajaa tärkeää asiaa. Meidän toimeksiantomme hankkeessa oli järjestää yhteisiä toimintatuokioita Lounaan päiväkodin lapsiryhmälle sekä Harjulan Setlementti ry:n Ainolan ikäihmisille tammi-huhtikuun välisenä aikana vuonna 2017.

Opinnäytetyömme tavoitteena oli tuottaa toimiva, käyttökelpoinen ja selkeä mallinnus puolen tunnin mittaista toimintatuokiota varten. Työmme tarkoituksena oli antaa molempien kohderyhmiemme työntekijöille konkreettinen työkalu, jonka avulla järjestää toimintatuokioita tulevaisuudessa ilman meitä tai toimeksiantajaamme. Opinnäytetyön tarkoituksena oli innostaa ja motivoida kohderyhmiä sekä niiden työntekijöitä jatkamaan yhteistyötä tulevaisuudessakin. Toiminta-tuokioiden tarkoituksena oli edistää ikääntyneiden ja lasten yhteistyötä, yhdessä leikkimällä ja tekemällä, sekä pitkällä aikavälillä parantaa osallistujien hyvinvointia ja tuottaa osallistujille iloa. Toimintatuokioiden järjestäminen oli tärkeää, jotta lapset ja ikääntyneet pääsivät kohtaamaan sekä tutustumaan toisiinsa.

2 OPINNÄYTETYÖN TOIMEKSIANTAJA JA KOHDERYHMÄT

2.1 Yhteisapelillä arjen hyvinvointia -hanke

Toimeksiantajamme tälle opinnäytetyölle oli Yhteisapelillä kohti arjen hyvinvointia- hanke. Hanketta hallinnoi vuosina 2016 – 2017 Päijät-Hämeen sosiaali- ja terveysturva ry. Raha-automaattiyhdistys rahoittaa hanketta, ja hanke on jatkoa neljä vuotta kestäneelle Päijät-Hämeen laajuiselle Kumppanuusverkosto- hankkeelle. Hankkeelle on myönnetty rahoitus eri toimijoiden kuntien, seurakuntien ja yhdistysten suunnitelmalliseen yhteistyöhön. Tavoitteena on tehdä suunnitelmallista yhteistyötä, jonka avulla lisätään lapsiperheiden ja ikäihmisten hyvinvointia, yhteisöllisyyttä ja osallisuutta Lahdessa sekä Hollolassa. (Haaja 2016.)

Yhteisapelillä kohti arjen hyvinvointia -hanke on jatkoa alkuperäiselle hankkeelle Päijät-Hämeen Kumppanuuskeskus –hankkeelle. Kumppanuuskeskus –hanke syntyi yhteisistä tarpeista ja toiveista eri toimijoiden kesken. Kumppanuuskeskus –hanke toteutettiin vuosina 2012- 2015. Hanke kokosi Päijät–Hämeen alueella eri toimijoiden muodostaman Kumppanuusverkoston. Hankkeen tarkoituksena oli tähdätä yhteistyöhön, jonka avulla osallistuminen ja vaikuttaminen olisivat mahdollisia. Yhteistoiminnan avulla tiivistettiin asukkaiden verkostoja sekä mahdollistettiin omaehtoista toimintaa. Tämän lisäksi lisättiin tietoutta jo olemassa olevista palveluista ja toiminnasta. (Kumppanuusverkosto 2017.)

Yhteisapelillä -hankkeen avulla mahdollistetaan ikäihmisten sekä lapsiperheiden kohtaaminen ja yhdessä oleminen. Hankkeen tarkoituksena on ehkäistä yksinäisyyttä ja syrjäytymistä kohderyhmissä. Hankkeen toiminta mahdollistaa kohderyhmille yhteistukioita, toiminnallisia ryhmiä, yhteistä liikuntaa ja kulttuurielämyksiä. (Haaja 2016.) Yhteistoiminnalla on tarkoitus luoda kohderyhmille tuttuutta, turvallisuutta ja yhteistä toimintaa (Kumppanuusverkosto 2017).

2.2 Toimintatuokioiden osallistujat ja ryhmätoiminta

Kohderyhmämme tässä opinnäytetyössä ovat Lounaan päiväkodin lapsiryhmä iältään 3-5- vuotiaita, sekä Harjulan Setlementti ry:n Ainolan ikäihmisten ryhmä iältään 71- 91- vuotiaita. Kohderyhmät osoitettiin meille toimeksiantajamme Yhteispelillä- hankkeen kautta, joten meidän ei tarvinnut koota kohderyhmiä itse. Lapsia toimintatuokioihin osallistui vaihtelevasti 10-15 lasta ja ikääntyneitä vaihtelevasti 3-7 ikääntynyttä. Tuokioiden aikana mukana oli aina vähintään kaksi päiväkodin työntekijää aktiivisesti ohjaamassa lapsia sekä Harjulan Setlementti ry:n yksi työntekijä ja hänen mukanaan opiskelija avustamassa ikääntyneitä. Lisäksi mukana oli aina toimeksiantajan puolelta yksi henkilö seuraamassa ohjaustamme.

Ryhmässä uuden oppiminen on oppimisen perusmuoto. Ryhmän käyttämistä tavoitteellisesti yksilön oppimisen voimavarana, sekä samalla koko ryhmän oppimisen voimavarana, ei kovin hyvin tunneta. Ryhmä sekä edistää, että toisaalta voi myös estää oppimista. Ryhmä tarjoaa jäsenilleen sosiokongitiivisia ristiriitoja, jäsenet voivat kannustaa yksilöä ylittämään oman kehitystasonsa, ryhmä vahvistaa opiskelumotivaatioita ja oppimisprosessista tulee ryhmässä emotionaalinen ja lisäksi ryhmä estää yksilöä jumittumasta ongelmakohtiin. (Repo-Kaarento 2007, 24-25.)

Päiväkodin arki on tyypillisesti täynnä vauhtia, menoa, ääntä, liikettä ja melskettä. Ryhmäkoot ovat suuria, ja lapsia on yleensä paikalla varsin paljon. Yksittäistä päiväkodin lasta ajatellen tämä ei ole tae siitä, että kaikilla lapsilla olisi aito yhteys toiseen ihmiseen.

Ryhmässäkin voi tuntea olevansa yksinäinen. Myös lapset haluavat olla hyväksytyjä muiden ihmisten silmissä. Lapsi kaipaa rinnallensa ikätovereita ja sen lisäksi myös kanssakäymistä aikuisten kanssa. Päiväkodissa kilpailu huomatuksi tulemisesta voi olla ajoittain kovaakin. (Holkeri-Rinkinen, 2009, 216.)

Erilaiset ryhmät muodostavat yhteiskunnan sosiaalisen järjestyksen ja yksilöiden socialisaation perustan. Ryhmään kuulumisen on osa yksilön elämää sekä kasvua. Ryhmä tarkoittaa ihmisiä, jotka tapaavat ja ovat vuorovaikutuksessa keskenään säännöllisesti. Ryhmän jäsenille, jotka tapaavat toisiaan säännöllisesti, syntyy yhteisiä tapoja, kiintymystä, solidaarisuutta sekä pyrkimyksiä tukea toisia ryhmän jäseniä. (Antikainen, Rinne & Koski 2013, 24.)

Hyvän ryhmähengen luominen edellyttää ryhmän vetäjiltä pieniä hienovaraisia interventioita ryhmän kasvun edistämiseksi. Viihtyvyyden ja luotettavuuden kannalta jokaisella ryhmäläisellä pitää olla tasavertaisesti tilaa olla oma itsensä. Ryhmässä pitää vallita turvallinen ilmapiiri. Tasavertaisen ja turvallisen ilmapiirin luominen edellyttää ryhmän yhdessä sovittuja yhteisiä sääntöjä. Kaikilla pitää olla ryhmän sisällä tarvittavat tiedot ryhmätoimintaan ja tehtäviin liittyen. Ryhmäläisten sitoutuminen ryhmään ilman yhteistä tehtävää tai tavoitetta on mahdotonta. Vetäjien tulee osata antaa vastuuta myös muille ryhmän jäsenille. (Pitkälä, Routasalo, Blomqvist & Mäntyranta 2007, 93- 94.)

3 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT

3.1 Tavoite ja tarkoitus

Opinnäytetyömme on toiminnallinen opinnäytetyö. Toiminnallinen opinnäytetyö on yksi opinnäytetyön eri muodoista ammattikorkeakoulussa. Toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena on käytännön toiminnan ohjeistaminen, käytännön toiminnan opastaminen, toiminnan järjestäminen sekä järjeistaminen. Toiminnallinen opinnäytetyö voi olla omasta koulutusalaista riippuen esimerkiksi ohje, ohjeistus, opastus, opas tai jonkin tapahtuman suunnittelu tai toteutus. (Airaksinen 2009.)

Meidän opinnäytetyömme tavoitteena oli tuottaa toimiva, käyttökelpoinen ja selkeä mallinnus puolen tunnin mittaiselle toimintatuokiolle. Mallinsimme konkreettisen ja selkeän rungon tuokioiden järjestämistä varten. Mallinnuksen luovutimme molempien kohderyhmien työntekijöille sekä toimeksiantajallemme. Mallinnus on liitteenä opinnäytetyössämme.

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli antaa kohderyhmien työntekijöille konkreettinen työkalu toimintatuokioiden järjestämiseen. Opinnäytetyömme tarkoituksena oli myös innostaa ja motivoida järjestämässämme toimintatuokioissa kohderyhmien lapsia, ikääntyneitä ja Lounaan päiväkodin sekä Harjulan Settlementti ry:n työntekijöitä jatkamaan toimintaa tulevaisuudessa, ilman meitä tai toimeksiantajaamme. Toimintatuokioiden tarkoituksena oli edistää ikääntyneiden ja lasten yhteistyötä, yhdessä leikkimällä ja tekemällä, sekä pitkällä aikavälillä parantaa osallistujien hyvinvointia ja tuottaa osallistujille iloa.

Tarkoituksenamme oli tässä kirjallisessa työssä osoittaa, miten tärkeää sukupolvien välinen yhteistyö on niin lasten kuin ikääntyvienkin kannalta. Rotkirch, Söderling ja Fågel (2010, 5) kirjoittavat, että isovanhemmat ovat aina olleet perhe-elämän

keskeinen osa. Ennen elettiin usein laajennetuissa useamman sukupolven perheissä. Tutkimukset osoittavat, että 1700-luvun Suomessa erityisesti mummon läsnä oleminen paransi selkeästi lapsenlapsen mahdollisuutta jäädä henkiin. Helposti ajatellaan, että isovanhempien merkitys tänä päivänä on heikentynyt tai hävinnyt kokonaan. Näin ei kuitenkaan ole, sillä viime vuosikymmeninä isovanhempien rooli on taas korostunut.

Suomessa vanhempien ikäryhmien osuus kasvaa kaikista nopeimmin. Isovanhemmilla ja lapsenlapsilla on enemmän yhteistä aikaa kuin koskaan aiemmin ja tämä selittyy ikääntyneiden ihmisten korkeammalla elinajanodotteella. Myös isovanhemman rooli on muuttunut, isovanhempi voi olla lapsenlapsen leikkikaveri sekä roolimalli. Nykyään puhutaan myös yhteisöllisestä isovanhemmudesta, joka pitää sisällään sellaiset vuorovaikutussuhteet jotka toteutuvat sukupolvisuhteessa ilman biologista suhdetta. Yhteisöllisellä isovanhemmudella luodaan uusia tukiverkostoja eri ikäryhmien välille. Lapset, joilla ei ole isovanhempia, voivat silti saada elämän iloa yhteisöllisistä isovanhemmista, sama pätee myös toisin päin. (Tontti 2011, 16-18.)

3.2 Tiedonhaun kuvaus

Opinnäytetyömme keskeisiä hakusanoja olivat yksinäisyys, syrjäytyminen, sukupolvet ja niiden välinen yhteistyö, ikääntyminen, kosketus ja läheisyys sekä alle kouluikäisten kehitys ja vuorovaikutustaidot. Näiden keskeisten käsitteiden pohjalta suoritimme tiedonhakua eri tietokannoista.

Lähdemateriaalia etsimme Masto-Finna tiedonhakujärjestelmästä, jonka avulla löysimme useita teoksia ja tutkimuksia opinnäytetyötämme varten. Tiedonhakujärjestelmän lisäksi käytimme lähteiden haussa myös Internetiä, josta etsimme tieteellisiä kirjoituksia esimerkiksi pro gradu - tutkielmia, joiden lähdeluetteloita käytimme myös hyväksi. Pyrimme aina käyttämään uusinta

lähdemateriaalia, jotta tieto olisi mahdollisimman tuoretta. Kaikista opinnäytetyötämme koskevista teemoista ei ole ollut tarjolla päivitettyä tutkittua tietoa, joten jouduimme käyttämään myös yli kymmenenkin vuotta vanhoja lähdemateriaaleja, joiden arvioimme kuitenkin sisältävän edelleen paikkaansa pitävää tietoa.

3.3 Aikaisemmat tutkimukset

Tampereen yliopistossa tehdyssä kasvatustieteiden pro gradu-tutkielmassa (2008) tutkittiin sukupolvien välistä yhteistyötä ja sitä, mitä sukupolvien välisellä yhteistyöllä voidaan saada aikaan. Tutkimuksessa lähtökohtana toiminnalle oli yhteinen tekeminen ja oppilaiden sekä ikääntyvien ryhmäytyminen. Tutkimuksen tuloksissa kerrotaan, että sukupolvien välinen yhteistyö sai aikaan vastavuoroista oppimista, sekä ikääntyvät että oppilaat oppivat toisiltaan jotakin uutta. Opittiin vuorovaikutustaitoja, erityisesti huomattiin, että uskallus ottaa kontaktia eri sukupolven edustajaan madaltui. Koettiin erilaisia tunteita ja empatiaa toisia osallistujia kohtaan. Tapahtui myös ryhmäytymistä, joka onnistui hyvin ja edesauttoi tietojen ja taitojen vaihtumista sukupolvien välillä. (Mäki & Ojavalli 2008, 50-70.)

Holkeri-Rinkisen tekemässä tutkimuksessa (2009, 5-6, 87-142, 235) tutkittiin aikuisten ja lasten välistä vuorovaikutusta. Tutkimuksen tarkoituksena oli tarkastella yksityiskohtaisesti lasten ja aikuisten välistä vuorovaikutusta, toimintaympäristönä toimi päiväkotii. Tutkimuksessa tutkittiin asetelmia aikuisten ja lasten välisessä vuorovaikutuksessa, esimerkiksi lapsia vuorovaikutuksen aloittajina sekä aikuisia vuorovaikutuksen aloittajina. Tutkimuksessa huomattiin muun muassa, että kun aikuinen on vuorovaikutuksen alullepanija, määrällisesti eniten esiintyi aikuisen puolelta erilaisia kehotuksia, määräyksiä ja käskyjä, mutta puhetta väritti ystävällisyys. Tutkimus osoittaa, että päiväkodin arki on hyvin tapahtumarikasta. Aikuisten ja lasten välillä on paljon eri merkityksistä vuorovaikutusta.

Tutkimuksessa huomattiin, että haasteena varhaiskasvatustyössä on se, että vuorovaikutuksen toinen osapuoli on tunteva ja kokeva pieni lapsi, joka yrittää herkällä korvalla kuunnella ja tulkita aikuista.

Sukupolvien ketju- tutkimusprojektissa (2009) selvitettiin sukupolvien välistä avun antamista suomalaisissa perheissä. Tutkimuksessa tutkittiin taloudellista tukea, käytännön apua sekä ihmisten välille rakentuvaa vuorovaikutusta. Tutkimus osoittaa, että eri sukupolvien sukulaisten välinen apu, on yksi keskeinen osa ihmisten välisestä vuorovaikutuksesta ja se on myös taloudellinen tekijä. Sukupolvien välistä auttamista siis esiintyy suvuissa vielä nykypäivänäkin. (Haavio-Mannila, Majamaa, Tanskanen, Hämäläinen, Karisto, Rotkirch & Roos, 2009, 9, 119.)

Helsingin yliopistossa tehdyssä valtiotieteellisen tiedekunnan pro gradu -tutkielmassa tutkittiin sitä, mitä tapahtuu, kun hoivakodin yhteydessä toimii myös päiväkotia. Yksikössä on pyritty lisäämään muistisairaiden ikääntyneiden ja lasten yhteistä toimintaa. Tutkimuksen mukaan työntekijöiden mielestä lasten ja muistisairaiden ikääntyneiden kohtaamiset ovat olleet pääasiassa onnistuneita. Vaikka kaikki ikääntyneet eivät enää pystyneet kommunikoimaan normaalisti, he pystyivät kuitenkin ilmaisemaan itseään eri kehon kielillä. (Vuorinen 2012, 71-72.)

Kohtaamiset lasten ja ikääntyneiden välillä toivat esiin positiivisia tunteita, mutta myös pelkoa, hämmennystä ja ihmettelyä. Esimerkiksi pelon tunteisiin lapsilla vaikutti se, että ikääntyneet saattoivat äänellä kovaäänisesti, käyttäytyä ennalta arvaamattomasti, ja heillä saattoi olla mukanaan erilaisia apuvälineitä liikkumista varten, mitkä eivät välttämättä olleet tuttuja lapsille. Yhdeksi haasteeksi yksiköiden väliselle yhteistyölle nousi se, että kaikki yksikön työntekijät eivät tunteneet juurikaan toista yksikköä, sen aikatauluja, asukkaita tai työntekijöitä, mikä teki yhteistyöstä vierasta ja jopa jännittävää. (Vuorinen 2012, 96.)

4 OPINNÄYTETYÖN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT

4.1 Yksinäisyys

Yksinäisyys käsitteenä tarkoittaa usein tilannetta, jossa ihmisellä ei ole ketään tai riittävästi läheisiä ihmisiä. Ihminen voi kuitenkin tuntea yksinäisyyttä, vaikka hänellä olisi ystäviä tai hän olisi parisuhteessa. Monilla saattaa olla paljon tuttuja, mutta kukaan ei ole kuitenkaan niin läheinen, että hänelle voisi kertoa kaikki omat asiansa. Ihmissuhteet liittyvät usein johonkin teemaan, esimerkiksi ystävyysuhteet saattavat liittyä työpaikkaan tai kouluun. Nämä ystävyysuhteet katkeavat usein koulun loputtua tai työpaikan vaihdossa. On hyvin suhteellista, kuinka monta läheistä ihmistä kukakin kaipaa. Toisille riittää yksi hyvä ystävä, ja toisille se on aivan liian vähän. (Nevalainen 2009, 10- 13.)

Nevalainen (2009) kirjoittaa, että osa ihmisistä on valinnut yksinäisyyden itse, ja tällöin puhutaan vapaaehtoisesta yksinäisyydestä. Usein yksinäisyys on kuitenkin tila, jota ihminen ei ole halunnut elämäänsä. Tällöin yksinäisyys koetaan kokemuksena, joka sisältää kärsimystä, tämä saattaa tuoda ihmiselle kokemuksen, että yksinäisyys pilaa hänen koko loppu elämänsä. Ihminen saattaa tuntea itsensä esimerkiksi vihatuksi, pahaksi, surulliseksi tai inhottavaksi, eikä tällöin koe olevansa tervetullut muiden ihmisten seuraan. Äärimmillään yksinäisyys voi järkyttää ihmisen mieltä ja tehdä ihmisestä sairaan. (Nevalainen 2009, 18-22.)

On todettu, että kaikilla yksinäisillä ihmisillä on yhteisiä piirteitä. Näitä ovat esimerkiksi sosiaalisten taitojen kömpelyys sekä haluttomuus ottaa sosiaalisia riskejä. Tällaisella ihmisellä negatiivinen palaute saattaa aiheuttaa yksinäisyyttä sekä avuttomuutta. (Saaristo 2011, 74.)

Nyky-yhteiskunnassa ikääntyneiden yksinäisyys on suuri haaste. Haasteeksi muodostuu se, miten yksinäisiä ikääntyviä voitaisiin

tukea niin, ettei yksinäisyys johda lopulta masennukseen tai muihin ongelmiin. Ikääntyneiden omat kommentit kertovat, että yksinäisyys ei liity niinkään läheisten tai ystävien vierailutiheyteen vaan ihmissuhteisiin kohdistuviin odotuksiin ja niistä saatuun tyydytykseen. (Saaristo 2011, 131.) Tutkimuksien mukaan ikääntyneiden yksinäisyyteen johtavia riskitekijöitä ovat muun muassa: sairaudet, puolison menehtyminen, eläköityminen sekä muut ikääntymiseen liittyvät elämänmuutokset. On huomattu, että ikääntyneen psyykkisen toimintakyvyn heikkeneminen on osittain yhteydessä muihin yksinäisyyden tekijöihin. (Parkkinen, 2015, 10-15.)

Nevalaisen (2009, 54-58) mukaan, yksinäisyys on kuitenkin täysin yksilöllinen kokemus, joten tiettyjä tuntomerkkejä siihen ei ole. Osa ihmisistä osaa tunnistaa yksinäisyyden ja osa taas ei osaa. Joillekin yksinäisyydestä kertominen on vaikeaa, koska sitä saatetaan hävetä. Yksinäisyyden voittaminen vaatii sitä, että ihminen tunnistaa ja hyväksyy oman yksinäisyytensä. Oman yksinäisyyden tunnistaminen ja asian syvä pohtiminen saattaa olla hyvinkin masentava kokemus. Tästä kokemuksesta ei välttämättä selviä ilman apua. Mikään psykologinen vaiva ei voi kuitenkaan parantua, ellei ihminen hyväksy sitä ensin itse.

4.2 Syrjäytyminen

Syrjäytyminen voidaan määritellä yksilön ja yhteiskuntaan yhdistävien siteiden väliseksi heikkoudeksi. Syrjäytymisestä puhuttaessa asiaa tarkastellaan usein yhteiskunnan kannalta. Puhuttaessa syrjäytymisestä sana sosiaalinen ei tarkoita mitään hyvää ihmisten vuorovaikutukseen liittyvää, vaan yksilön ja yhteiskunnan suhteisiin liittyvää. Sosiaalisesta syrjäytymisestä puhuttaessa puhutaan usein myös sosiaalisesta osallisuudesta. (Raunio 2006, 9-11.) Osallisuus on syrjäytymisen vastavoima. Osallisuudessa on kyse kiinnittymisestä johonkin yhteisöön,

yhteiskuntaan, ympäristöön. Osallisuus on tunne yhteenkuuluvuudesta, turvallisuudesta ja oikeinmukaisuudesta. (Jämsen & Pyykkönen 2014, 9.)

Syrjäytymiseen liittyvät pitkällä ajalla esiintyneet sosiaaliset ongelmat. Syrjäytyminen on prosessi. Se voi kestää vuosia tai tapahtua hyvinkin nopealla aikavälillä. Syrjäytyminen johtaa huono-osaisuuteen. Huono-osaisuudella tarkoitetaan ihmisen elinolojen monia puutteita yhtä aikaa. Syrjäytymiseen voi liittyä samanaikaisesti esimerkiksi köyhyys, eristäytyminen ja kyvyttömyyden tunne, kun ihminen syrjäytyy, hän joutuu vähitellen tavanomaisen sosiaalisen elämän ulkopuolelle. Syrjäytymisen torjuminen on hankalaa, koska on vaikea sanoa, mistä se on alkanut. Elämään kuuluu ylä- ja alamäkiä, mutta jossain kulkee raja, minkä jälkeen vaikeudet alkavat kasautua normaalia suuremmaksi taakaksi. (Ihalainen & Kettunen 2016, 130-131.)

Jokaisen ihmisen elämässä tulee eteen haasteita, ja on normaalia, että silloin ihminen tarvitsee muiden apua. Ihmiset eivät jakaudu pärjääviin tai tuen tarvitsijoihin tai normaaleihin ja normaaleista poikkeaviin. Kaikki ihmiset ovat tavallaan syrjäytymisuhan alaisia. Jokaisella ihmisellä on oikeus hyvinvointiin ja tyydyttävään elämään, omasta tilanteesta tai elämäntaustasta riippumatta. (Häkli, Kallio & Korkiamäki 2014, 9-10.)

Syrjäytymistä on perinteisesti käsitelty syrjäytymisen syynä köyhyys ja syrjäytymisen syynä yksinäisyys. Syrjäytyminen köyhyytenä on painottunut taloudellisten varojen vähyyteen ja syrjäytyminen yksinäisyytenä on kuvastanut sosiaalista yksinäisyyttä. Syrjäytymisestä koskevissa keskusteluissa ei juurikaan mainita ikääntyviä. Aiemmat sukupolvet ovat olleet sodan kokeneita, ja lähes kaikki ovat suurelta osin olleet lähtöisin köyhistä olosuhteista. Valtaosalla kansalaisista on ollut samankaltaiset oltavat, joten ei ole ollut tarve puhua syrjäytymisestä. Ennen syrjäytyminen on koskettanut vain hyvin pientä vähemmistöä, mutta yhteiskunta on

muuttunut. Myös ikääntyminen on moninaistunut ja eriarvoistunut. Ikääntyvien syrjäytyminen on uusi ja kasvava ilmiö yhteiskunnassamme. Siitä ei ole Suomessa tehty juurikaan tutkimuksia. (Niemelä 2009, 25- 26.)

Lasten ja nuorten syrjäytymistä käsitellään huomattavasti enemmän kuin ikääntyvien syrjäytymistä. Kun lapsi ei saa tarvitsemaansa perushoivaa ja huolenpitoa tai jos lapsi voi muuten psyykkisesti huonosti, hänen syrjäytymisriskinsä kasvaa. Lapsen saama perushoiva ja psyykkisen hyvinvoinnin taso ovat keskeisessä roolissa lapsen kasvaessa aikuiseksi. Tämän takia perushoivan toteutuminen sekä psyykinen vointi lapsuudessa vaikuttavat myöhemmin syrjäytymisprosessiin. (Raunio 2006, 106.)

4.3 Sukupolvet ja niiden välinen yhteistyö

Kielitoimiston (2006) sanakirjassa käsite sukupolvi määritellään niin, että sukupolvi on nimitys henkilöistä, jotka edustavat samaa sukupolveutumisasastetta, esimerkiksi isovanhemmat-lastenlapset. Sanakirjan toisen määrittelyn mukaan sukupolvi ja ikäpolvi ovat verrattavissa. Sukupolveksi sekä ikäpolveksi voidaan katsoa henkilöt, jotka ovat samaan aikaan eläviä tai saman ikäisiä. Tämän määrittelyn perusteella, jokainen kuuluu johonkin sukupolveen. (Kielitoimiston sanakirja 2006, 1.)

Suvun näkökulmasta katsottuna vanhempien kaikki lapset ovat samaa, seuraavaa sukupolvea, ja taas kaikki heidän lapsensa ovat samaa, seuraavaa sukupolvea. Tästä näkökulmasta ajateltuna sukupolvien ketjuja kuvaavat esimerkiksi sukuromaanit ja sukututkimus. Yhtä lailla koko homo sapiens – lajia voidaan ajatella yhdeksi suureksi ihmissuvuksi, mikä tarkoittaa sitä, että meidän ajanlaskumme 2000 vuoteen mahtuu lähes 70 sukupolvea, jos niiden välinä pidetään 30 vuotta. (Virtanen 2005, 197.)

Yksinkertaisimmillaan sukupolvi erottaa aikuiset lapsista. Suvun ja perheen näkökulmasta katsottuna sukupolvet ovat ketju, jossa elämän opit siirtyvät vanhemmilta lapsille ja siitä edelleen taas heidän lapsilleen. Sukupolvet muodostavat jatkumon, jossa kaikilla on omat roolinsa ja oma paikkansa. Suku pohjautuu biologiseen ketjuun. Yhteiskunnassa taas sukupolvia määrittävät ikä ja elämänkaaren eri vaiheet. Kun sukupolvesta puhutaan yhteiskunnallisena käsitteenä, se tarkoittaa saman ikäisten ikäpolvea. (Virtanen 2001, 19.)

Eri-ikäiset ihmiset ovat eri tavoin kosketuksissa todellisuuteen. Eri-ikäiset ovat kokeneet erilaisia historiallisia tapahtumia ja heillä on ollut hyvin erilaiset mahdollisuudet kouluttautua. Vanhemmat ikäluokat ovat keskimäärin heikommin koulutettuja, kuin nuoremmat ikäluokat. Samaan sukupolveen kuuluvat ovat kulkeneet läpi samat historialliset vaiheet ja tuntevat ne yhteisen kokemuksen kautta. Yhteiset kokemukset vaikuttavat siihen, miten saman sukupolven ihmiset kokevat ja ymmärtävät asioita. He voivat myös toimia eri tavalla, kuin eri kokemustaustan omaavat ihmiset. (Antikainen, Koski & Rinne 2013, 313- 314.)

Tänä päivänä eri sukupolvien välistä yhteistyötä on yritetty lisätä monin eri keinoin. Ennen eri sukupolvet esimerkiksi isovanhemmat ja lapsienlapset asuivat usein samassa taloudessa, mikä ei tänä päivänä ole enää yleistä. Esimerkiksi MLL järjestää kylämummit- ja vaarit toimintaa. Kylämummit ja vaarit toimivat lasten kanssa vapaaehtoisina erilaisissa toimintaympäristöissä, esimerkiksi kouluilla ja päiväkodeilla. Vapaaehtoiset kylämummit- ja vaarit lähtevät mukaan toimintaan, koska heistä lasten kanssa oleminen on mukavaa. He ovat aikuisia, jotka haluavat antaa aikaansa lapsille ja olla läsnä heidän arjessaan. (Mannerheimin lastensuojeluliitto 2016.)

Vuonna 2016 Lahteen perustettiin uusi yksityisen sektorin päiväkotitoiminta, jonka rinnalle nousi myös vanhainkoti. Päiväkodin ja vanhainkodin yhteiselolla on saatu aikaan tunnelma, josta hyötyvät kaikki

osapuolet. Yksiköiden ajatus on, että ikääntyneet ja lapset olisivat jatkuvasti tekemisissä keskenään, eivät ainoastaan juhlapyhinä. Tämän takia kiinteistöt sijaitsevat aivan vierä vieressä. Tällaisia palvelukeskuksia on perustettu eri puolille Suomea. Tampereen yliopiston tutkija Tuulikki Ukkonen-Mikkolan mukaan, hänen muutaman vuoden vanhassa väitöskirjassaan (2011), jossa tutkittiin sukupolvien kohtaamisia palvelukeskuksessa, saatiin yhteiselosta suuria hyötyjä aikaan: ikääntyvät saivat elämyksiä elämänsä ja heillä oli mahdollisuus kokea olevansa hyödyllisiä, lapset puolestaan saivat yhteistyöstä itsetuntoa, joka tukee heidän sosiaalista kehittymistään. (Koponen 2016.)

4.4 Ikääntyminen

Suomen laissa iäkkäällä henkilöllä tarkoitetaan ihmistä, jonka fyysinen, kognitiivinen, sosiaalinen tai psyykinen toimintakyky ovat korkean iän ja sen mukana tuomien sairauksien ja vammojen takia heikentyneet (Finlex 28.12.2012/980). Ikääntyminen on ilmiönä moniulotteinen. Se koskettaa jokaista ihmistä henkilökohtaisesti ja siihen liittyy erilaisia sosiaalisia ja yhteiskunnallisia ulottuvuuksia. Tällä hetkellä Suomessa on noin puoli miljoonaa 75- vuotta täyttäneitä ihmistä. 40 vuoden päästä luku tulee olemaan noin miljoona. (Kuronen & Saari-Salomeri 2016.)

Suomen väestö ikääntyy nopeimmin koko Euroopassa. Vuonna 2030 tulee olemaan 65- vuotta täyttäneitä yli 600 000 enemmän, kuin nyt. Mikä tarkoittaa, että 15- 26 % väestöstä on silloin yli 65- vuotiaita. Myös 80- vuotta täyttäneiden määrä kolmin- tai nelinkertaistuu. (Saaristo 2011, 131.) Suomalaisen yhteiskunnan ikääntymisessä on kyse pysyvistä ikärakenteen muutoksesta. Vanhuseläkkeen alaikärajan ylittäneitä on noin miljoona, samalla lasten sekä työikäisten määrä on laskussa. (Ihalainen & Kettunen 2016, 164.) Noin runsaan sadan vuoden aikana suomalaisten elinikä on jopa kaksinkertaistunut. Viime vuosikymmenien aikana iäkkäiden

ihmisten keskimääräinen odotettava elinikä on pidentynyt huomattavasti. Vuoden 2012 tilaston mukaan, naisten elinikä oli 83,5- vuotta ja miesten 77,2- vuotta. Tulevaisuudessa ihmisten odotetaan elävän vielä tätäkin pidempään. Vanhushuollon tavoitteita ovat jo pitkään olleet laitospaikkojen vähentäminen, avopalveluiden kehittäminen ja kotona asumisen tukeminen. (Lähdesmäki & Vornanen 2014, 18-19.)

Ikääntyminen on jokaisen ihmisen kohdalla yksilöllistä, ja siihen kuuluu erilaisia vaiheita. Puhutaan kolmannesta ja neljännestä ikäkaudesta. Kolmannesta iästä puhuttaessa, tarkoitetaan eläkkeelle pääsyn jälkeisiä toimintakykyisiä vuosia. Neljännestä iästä puhuttaessa tarkoitetaan ihmisen elämän loppuvaiheen kautta, jolloin toimintakyky on ainakin jossain suhteessa heikentynyt. Kolmas ikä ajoittuu noin 65 - 90 ikävuoden välille ja neljäs ikä taas tarkoittaa sen jälkeisiä vuosia. Tätä kalenteri ikään perustuvaa jakoa ei voi kuitenkaan yksilötasolla käyttää. Ihmisryhmien tarkastelu ikään perustuvalla jaottelulla tuo huonosti esille ikääntymisen moninaisuuden ja yksilölliset seikat. (Kivelä 2012, 13- 14.)

Kivelän (2012) mukaan käsitys ikääntymisestä on usein liian kielteinen. Yleensä ikääntymisestä puhuttaessa mainitaan vain negatiiviset puolet: fyysinen hidastuminen, ihmissuhteiden menetys, sairaudet ja toimintakyvyn sekä muistin heikentyminen. Ikääntymiseen liittyvät kuitenkin myös kasvaminen, kehittyminen, ilo ja huumori. Ikääntyminen on monimuotoinen tapahtuma. Iäkkäitä ihmisiä pidetään usein samanlaisina, vaikka kaikki ovat kuitenkin yksilöitä. Ikääntymisen monimuotoisuus ei tule yleensä esille yleisessä keskustelussa. (Kivelä 2012, 9-10.) Kulttuuri ja vallitseva aikakausi sisältävät aina erilaisia käsityksiä ikääntymisestä. Käsitykset tulevat esiin asenteina ja yleistyksinä siitä, mitä muutoksia ikääntymiseen kuuluu ja millaista elämää ikääntyneet elävät. Asenteet ja yleistykset vaikuttavat siihen, miten ihmiset kokevat ikääntymisen. (Ihalainen & Kettunen 2016, 166.)

Ikääntymisen seurauksena elimistön toimintakyky heikkenee, eikä vastustuskyky ole enää entisensä. Lähes kaikissa aisteissa esimerkiksi näkö- ja kuuloaistissa tapahtuu muutoksia. Kehossa tapahtuu kokonaisvaltaisia muutoksia ikääntymisen myötä: vatsan toiminta voi muuttua, verenkierto heikentyy, keuhkoissa ja hengitysteissä voi tapahtua muutoksia, lihasmassa heikkenee ja kestävyys vähenee. Psykkinen ikääntyminen taas on muuttumista, kypsymistä ja siirtymistä uuteen vaiheeseen elämässä. Psykkinen toimintakyky nivoutuu psykikkisiin voimavaroihin, psykikkiseen terveydentilaan ja persoonallisuustekijöihin. Sosiaalinen ikääntyminen sisältää muutoksia ikääntyvän ympäristön suhteissa ja niihin kohdistuvissa odotuksissa. Sosiaalinen ikääntyminen näkyy ympäristön asettamina roolien muutoksina ja rooli-odotuksina. (Eloranta & Punkanen 2008, 10-18.)

Ikääntymiseen vaikuttavat aina niin biologiset, sosiaaliset, psykologiset tekijät, kuin myös terveys ja elinympäristökin. Vaikka ikääntymisestä puhutaan usein biologisena ilmiönä, se on suurelta osin myös sosiaalinen ilmiö. Vallitsevat eläkeikärajat havainnollistavat hyvin vanhentamista ja sosiaalista vanhenemista. (Ahonen, Lyytinen, Lyytinen, Nurmi, Pulkkinen & Ruoppila 2014, 231.)

Ikääntynyt ihminen peilaa omaa elämänlaatuaan yksilöllisesti ja omaan kulttuurihistorialliseen viitekehukseensä pohjaten. Yleensä terveys on ihmisille tärkeimpiä elämänlaatukriteereitä. Ikääntynyt joutuu usein luopumaan tästä laatukriteeristä, ainakin osittain. Ikääntyneellä voivat sen sijaan korostua läheisten ihmisten merkitys, turvallisuus ja erilaiset palvelut sekä niiden saatavuus. Ikääntynyt, joka on elänyt sodan tai pula-ajan, ei haikaile kovin korkealle. Hänelle voivat riittää oma koti, perhe ja turvattu toimeentulo elämänlaadun kriteereinä. (Ihalainen & Kettunen 2016, 33.)

4.5 Kosketus ja läheisyys

Kosketus sanaa käytetään yleisesti, kun puhutaan voimakkaista kokemuksista (Koponen 2009, 9). Kokemukset voivat olla tapahtumia tai fyysisiä kokemuksia. Kosketus on voimakkain sanattoman viestinnän muoto ja kosketus lisää ihmisen hyvinvointia. Ihminen tarvitsee ja kaipaa kosketusta läpi elämän. Kosketuksen merkitys korostuu etenkin varhaislapsuudessa. Aikuinen voi omalla vuorovaikutuksellaan voimistaa lapsen myönteisiä vuorovaikutustaitoja ja rauhoittaa kielteisiä vuorovaikutustaitoja. Kosketusaisti kehittyy ensimmäisenä ihmiselle ja pysyy elämän loppuun saakka. (Mäkelä 2005, 1543.) Ihmisellä on luontainen hellyyden tarve, jota hän pyrkii tyydyttämään kulttuurin luomien sääntöjen mukaan (Koponen 2009, 9). Ihminen reagoi välittömästi kosketukseen miettien samalla kosketuksen tarkoitusperää (Mäkelä 2005, 1543).

Ensimmäinen aisti joka ihmisille kehittyy, on tuntoaisti. Iho säätelee ruumiin lämpötilaa. Ruumiin nesteet pysyvät ihmisen sisällä ihon ansiosta. Iho varoittaa ihmistä vaaroista ja torjuu uhkia. Kosketus on lisääntymisen perusta. Kyvyttömyys tuntea kosketusta ollenkaan on todella harvinainen sairaus, se merkitsee jatkuvaa hengenvaaraa. Tunto on eloonjäämisen kannalta ihmisen tärkein aisti. Kädellisille nisäkkäille kosketus on kaikista tärkeintä. (Kinnunen 2013, 14.)

Jo sikiöaikana sikiö altistuu ikään kuin hieronnalle yhdeksän kuukauden ajan äidin vatsassa. Neuvoloissa äitejä rohkaistaan koskettelemaan vatsaansa raskausaikana, jotta tunneside syntyisi. Syntyminen on ensimmäinen merkittävä kosketuksen kokemus. Uusi ihmisen alku saatellaan maailmaan vauvalle elintärkeiden ihmisten koskettamana. (Kinnunen 2013, 36- 37.) Sodan jalkoihin jääneet sotasukupolvet ovat jääneet vaille aikuisen syliä. Sotasukupolvien kollektiivista traumaa ei ole käsitelty koskaan kunnolla. Erilaiset kosketuselämäkerrat kertovat, että 1950-1960- luvuilla syntyneillä sukupolvilla, ei ole juurikaan kokemuksia kotona saadusta

hellyydestä. Näiden sukupolvien lapsuuteen, ei välttämättä kuulunut minkäänlaista paijaamista, suukottelua tai sylissä olemista.

(Kinnunen 2013, 78.)

Kosketus vähentää stressiä, ärtyneisyyttä ja levottomuutta. Kosketus parantaa unen laatua ja keskittymiskykyä sekä rauhoittaa.

Kosketuksen puutteen on todettu lisäävän keskittymisvaikeuksia, aggressiivisuutta, ahdistuneisuutta ja masennusta. Jos ihminen ei saa riittävästi kosketusta, hakee hän korvikkeen jostain muualta.

(Väestöliitto 2016.)

Jyväskylän yliopistossa tehdyssä kasvatustieteiden pro gradu-tutkielmassa (2009) tutkittiin, millaisia kokemuksia suomalaisilla on kosketuksesta, mitä he ajattelevat siitä ja millaisena he näkevät kosketuksen merkityksen tämänhetkessä elämässä. Tuloksissa tuli esille, että tämän hetkinen kosketuskulttuuri koostuu halaamisesta, kättelystä, suukottelusta ja taputtelusta. Nykyajan koskettelu kohdistuu ystäviin, puolisoihin, tyttö- tai poikaystäviin. Vanhempien, sisarusten ja lapsien kanssa koskettelu on myös yleistä. Suomalaiset eivät mielellään kosketa tuntemattomia ihmisiä. Kosketus koettiin hyvin tärkeäksi ja kosketusta kaivattiin lisää arkeen. Vaikka lapsuudessa tai nykyhetkessä kosketus oli ollut niukkaa, vastaajat olivat yhtä mieltä siitä, että kosketuksella on merkitystä ja positiivisia vaikutuksia. (Koponen 2009, 66, 80, 84.)

4.6 Lapsen kehitys ja vuorovaikutustaidot ennen kouluikää

Lapsuus on elämänvaiheena erityinen. Lapsuuden aikana opitaan tärkeitä selviytymiskeinoja elämään. Yksilön kehitystä ajatellen varhaislapsuus ja vuodet ennen kouluikää ovat merkittävää aikaa.

Lapsuudessa muutokset ovat kehityksen joka osa-alueella suuria.

Usein sanotaan, että ihmisen kolme ensimmäistä ikävuotta ovat erityisen tärkeitä ihmisen kokonaishyvinvoinnille. (Kronqvist &

Pulkkinen 2007, 78.)

Erik H. Eriksonin (1985) teorioissa leikki-ikä kestää noin kolmen vuoden iästä kuuden vuoden ikään. Leikki-ikä on aikaa, jolloin ympäristön normeja, sääntöjä ja käyttäytymistapoja sisäistetään, niistä muotoutuu yksilön omia psyykkisiä rakenteita.

Kehitystehtävänä leikki-iässä on aloitteellisuus ja sen vastakohtana syyllisyys. (Dunderfelt 2011, 237-238.) Ennen kuin lapsi aloittaa lakisääteisen peruskoulun, hän on kehittänyt itselleen kasan taitoja, tietoutta ja ymmärrystä, niin nopealla tahdilla, ettei hän enää koskaan elämänsä aikana tule oppimaan niin nopeasti uusia asioita. Ikkävuodet 0- 7- vuotta ovat aikaa, jolloin lapsi oppii todella nopealla tahdilla uusia asioita. (Fisher 2013, 1.)

Lapsen oppiessa käyttämään sanoja, hän oppii myös kertomaan omista aikeistaan, toiveistaan ja tunteistaan. Kielen oppiminen mahdollistaa kysymysten esittämisen ja tiedon saamisen, mikä auttaa lasta jäsentämään ympäröivää maailmaa paremmin. Lapsen kielen kehitykselle on varsin tyypillistä, että lapsi oppii ja ymmärtää puhetta, jo ennen kuin itse pystyy tuottamaan sitä. Toisen ikävuoden loppuvaiheessa lapsi alkaa ymmärtää kielen sosiaalisen luonteen. Yli kolmevuotiaat lapset voivat oppia yli kymmenenkin sanaa päivässä ja lapsi oppii myös kertomaan tarinoita. Neljävuotiaana lapsen tarinoista tulee yhä selkeämpiä. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 89- 90.)

Lapsen sosiaalisella kehityksellä tarkoitetaan vuorovaikutukseen liittyviä taitoja ja valmiuksia toimia ryhmässä. Myös lapsen herkkyyys muiden lasten yhteistyöaloitteille on osa sosiaalisia taitoja. Se miten lapsi oppii ja tunnistaa muiden ihmisten eleitä sekä ilmeitä, kuuluu olennaisena osana lapsen sosiaalisiin taitoihin. Paras ja monipuolisin oppimiskeino lapselle on leikki. Leikin avulla lapset ilmaisevat omia ajatuksiaan ja käsityksiään ympäröivästä maailmasta. Leikki kehittää luovuutta, kieltä ja ajattelun valmiuksia. (Kronqvist & Pulkkinen 2007, 117- 118.)

Opetus- ja kulttuuriministeriö (2016) ovat tehneet varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset. Lapsen kolmen tunnin päivittäisen fyysisen aktiivisuuden tulisi koostua kevyestä liikunnasta, reippaasta ulkoilusta sekä vauhdikkaasti fyysisestä aktiivisuudesta. Lapsella on oikeus ja tarve liikkua joka päivä. Lapselle luonteenomaista on liikkua, leikkiä ja touhuta. Liikunta pienelle lapselle on fyysisesti aktiivista leikkiä. Uni ja terveellinen ravinto ovat lapselle yhtä tärkeitä kuin liikunta. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016.)

5 TOIMINNALLISEN OSUUDEN TOTEUTUS

5.1 Toimintatuokioiden mallinnus

Aloittaessamme pohtimaan toimivaa toimintatuokion rakennetta, meidän tuli huomioida kohderyhmien ikähaitari, mahdolliset toimintakyvyn rajoitteet, aikarajoite, toimintaympäristö, osallistujien määrä sekä vallitsevat sääolosuhteet. Ennen ensimmäistä toimintatuokiota suunnittelimme raakaversion mallinnuksesta, päätimme että teemme siihen parannuksia ohjauksien aikana tulleiden havaintojemme sekä palautteiden mukaan.

Ryhmän perusrakenteen ollessa suunniteltu, on pohdittava tarkemmin mitä ryhmässä tapahtuu. Sisältöä ei kannata suunnitella minuutilleen. On kuitenkin hyvä, että ohjaajalla on enemmän leikkejä hihassaan, kuin mitä käytännössä ehditään toteuttaa. Ryhmäkertoja suunnitellessa ohjaaja seuraa ryhmää havainnoiden ja tarpeen tullen muokkaa tekemiään suunnitelmia. Suunnittelua tehtäessä on hyvä jättää tilaa luovuudelle ja asioille joita ei pysty ennakoimaan. Ohjaajan tehtävä on kuljettaa ryhmää kohti sen tavoitteita. (Martin, Heiska, Syvälahti & Hoikkala 2012, 21.)

Lapsien ja ikääntyneiden tutustumisen sekä turvallisuuden luomiseksi päätimme ohjata jokaisella ohjaukerralla saman aloituksen ja lopetuksen. Tutustumisen ja turvallisuuden luomisen lisäksi koimme hyödylliseksi myös sen, että lapset tiesivät mitä oli luvassa ja osasivat aina rauhoittua alun ja lopun tekemiseen. Ikääntyneet taas pääsivät ohjeistamaan lapsia alussa ja lopussa esimerkiksi piiriin ja ottamaan toisiaan käsistä kiinni, koska hekin tiesivät mitä tulee tapahtumaan. Lorujen ja toiminnallisten leikkien osalta muokkasimme mallinnusta aina tarpeen mukaan, kunnes saimme siitä toimivan kokonaisuuden.

Mallinnus syntyi pitkäjänteisenä työnä, muokkasimme sitä koko kevättalven ajan. Uskomme, että siitä syntyi käyttökelpoinen runko

kohderyhmien ohjaukseen ja hyvä pohja tärkeän yhteistoiminnan jatkamiseen myös tulevaisuudessa. Runko on myös helposti muokattavissa eri kohderyhmien käyttöön.

Suunnittelun merkitystä ei voi koskaan korostaa liikaa. Kun tuokio on suunniteltu hyvin, se on tarkoituksenmukainen ja tehokas. Tuokion rakenne paranee tutkimuksen, valmistelun ja hyvän suunnittelun avulla. Tuokion onnistuminen riippuu sekä ulkoisista että sisäisistä seikoista, molemmat tekijät tulee huomioida vaikuttavina tekijöinä tuokioiden kulussa. Tuokiosuunnitelman perusosat ovat: oppimistavoitteet, sisältö, menetelmät, apuvälineiden osuus ja toteutus. Hyvin suunnitellulla tuokiolla on aina myös varasuunnitelma. (Autio 2012, 312-313.)

Mallinnuksena tuotimme rungon, joka antaa työntekijöille työkalun toimintatuokioiden ohjaamiseen. Rungon tarkoitus ei ole antaa työntekijöille täysin valmista toimintatuokiota, joka sisältää ennalta suunnitellut leikit, lorut ja laulut. Tarkoituksenamme oli tehdä toimiva runko, jonka avulla työntekijät itse voivat päättää sopivat leikit tilanteen mukaan runkoon ja tavoitteisiin sopiviksi.

Kaikki ohjaamamme leikit, lorut ja laulut kirjasimme liitteeksi runkoon, jotta työntekijät voivat niitä halutessaan hyödyntää. Mallintamamme runko ei ole sidoksissa tiettyyn vuodenaikaan tai ryhmäkokoon. Aikarajaksi meille oli jo ennen toimintatuokioiden suunnitteluvaihetta asetettu 30 minuuttia. Tämä aikaraja oli määritelty toimeksiantajan, sekä päiväkodin ja Harjulan Settlementti ry:n kanssa etukäteen sopivaksi, joten myös mallintamamme runko, on tehty puolen tunnin mittaista toimintatuokiota varten.

5.2 Teeman valinta

Toimintatuokioiden tarkoituksena oli edistää ikääntyneiden ja lasten yhteistyötä, yhdessä leikkimällä ja tekemällä, sekä pitkällä aikavälillä parantaa osallistujien hyvinvointia ja tuottaa heille iloa.

Toimintatuokioiden suunnittelussa meidän tuli ottaa huomioon kokonaisvaltaisesti lasten kehitys ja vuorovaikutustaidot sekä ikääntyneiden fyysinen toimintakyky. Näiden asioiden huomioon ottaminen rajoitti leikkien valintaa ja niiden haastavuustasoa.

Suunnittelussa piti erityisesti ottaa huomioon lasten mahdollisesti heikko keskittymiskyky, sekä ikääntyneiden mahdollisesti huono fyysinen kunto. Halusimme tuokioiden sisällön kuitenkin olevan tarpeeksi haastavaa, jotta mielenkiinto pysyisi yllä. Sääkslahden (2015,162) mukaan, muistin kehittyminen mahdollistaa aiempaa runsaampien ja monimutkaisempien sääntöleikkien opettelun. Sääntöjen mukaan leikkiminen opettaa tärkeitä yhteisössä toimimisen periaatteita. Jos yhteisiä periaatteita ei kunnioiteta, yhteisleikit eivät onnistu.

Lapset saatetaan usein nähdä tiedoiltaan ja taidoiltaan keskeneräisinä. Lapset omaavat kuitenkin jo runsaasti monipuolista tietoa. Se on voimavara, jolla vuorovaikutusta rikastutetaan ja jonka avulla osoitetaan lapselle, että hän on kaikkien kokemustensa kanssa ainutlaatuinen. (Holkeri-Rinkinen 2009, 212- 213.) Hyvä fyysinen kunto luo perustan aktiiviselle ja mielekkäälle elämälle. Mielekäs liikkuminen ikääntyvillä auttaa ylläpitämään sekä fyysistä että psyykkistä toimintakykyä. (Immonen-Orpana 2009, 58.) Lapsia ajatellen lorujen, leikkien ja laulujen tuli sisältää jotakin toiminnallista. Ikääntyneitä ajatellen toiminta ei saanut olla liian raskasta fyysisesti.

Aloittaessamme miettimään toimintatuokioiden sisältöä, aloitimme ensin teeman valinnalla. Halusimme selkeän teeman, joka kulkisi läpi kaikkien kevään aikana pidettävien toimintatuokioiden ajan. Teemaksi valikoitui lasten ja ikääntyneiden yhteistyö, toimeksiantajamme hankkeen yhden tavoitteen mukaisesti. Jokaiselle yksittäiselle toimintatuokiolle valikoitui teema vallitsevan vuodenajan tai juhlapyhien mukaan. Teeman perusteella keksimme toimintatuokioiden nimet. Teeman valinnan jälkeen asetimme

jokaiselle toimintatuokiolle tavoitteen, jonka perusteella aloimme etsiä sopivia leikkejä, loruja ja lauluja.

Päiväkodin arkea miettiessämme tuli mieleen, että päiväkodin vuosi rytmittyy hyvin paljon vuodenaikojen ja eri juhlapyhien ympärille. Päiväkodissa kaikkina vuodenaikoina ulkoillaan säässä kuin säässä, juhlapyhät huomioidaan esimerkiksi askartelujen merkeissä. Myös ikääntyville juhlapyhät voivat olla tärkeitä, elämää rytmittäviä hetkiä. Juhlapyhät rytmittävät myös kalenterivuotta. Suomen evankelis-luterilaisen kirkon (2017) mukaan juhlapyhiin liittyy erilaisia traditioita, perinteitä ja tapoja jotka rakentavat yhteisöllisyyttä. Erilaiset traditiot, perinteet ja tavat välittävät tärkeää kulttuuriperintöä ihmiseltä ihmisellä ja sukupolvelta toiselle. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko 2017.)

Valitsemamme teeman perusteella löytyi paljon vanhoja leikkejä ja loruja, jotka voivat olla tuttuja niin ikääntyneille, kuin myös lapsille. Halusimme, että varsinkin ikääntyneet saavat tutuista leikeistä ja loruista tuttuutta ja pääsevät muistelemaan omaa lapsuuttaan. Hohenthal-Antinin (2009, 23) mukaan muistelutyö on ammatillinen menetelmä. Muistelutyö voi vahvistaa itsetuntoa, jäsentää elämää ja lisätä omia voimavaroja. Muistelutyö voi antaa rohkeutta katsoa omaa jo elettyä elämää. Usein mielletään, että muistelutyö on erityisesti ikääntyville soveltuva menetelmä. Muistelu kuuluu kuitenkin jokaiseen eri elämänkaaren vaiheeseen. Kaikenikäisillä on muistoja, jota jakaa muille.

Holkeri-Rinkisen (2009) mukaan leikeissä lapset rakentavat yhteistä sosiaalista todellisuutta. Leikissä ilmenee lasten tapa tulkita asioita ja antaa asioille merkityksiä. Todellisen ajan antaminen lapsen leikille, on leikin ja lapsuuden ominaislaadun kunnioittamista. Leikin ei tule toimia esimerkiksi pelkkänä täyteohjelmana, jonkin tärkeämmäksi määritellyn toiminnan lomassa. (Holkeri-Rinkinen 2009, 221.) Lapsi ei leiki tietoisesti kehittyäkseen vaan siksi, että leikki tuottaa iloa ja mielihyvää (Autio 2012, 15).

5.3 Pakkanen paukkuu 26.01.2017

Ensimmäisen toimintatuokion tavoitteeksi asetimme ryhmäytymisen. Tarkoituksena oli saada lapset tutustumaan ikääntyneisiin sekä luoda kaikille turvallinen ja mukava olo. Sääkslahti (2015, 160-161) kirjoittaa, että kaiken toiminnan tulee olla niin fyysisesti, psyykkisesti kuin sosiaalisestikin turvallista. Ilmapiiri on ratkaiseva tekijä, siinä mitä ryhmässä uskaltaa tehdä. Lapsen kannalta ajateltuna ryhmän ilmapiirin ollessa turvallinen ja kannustava, ei tule houkutusta niin sanottuun kielletyn hedelmän maistamiseen, eli tilanteita tehdä jotain kiellettyä, kun aikuinen ei huomaa.

Tavoitteen saavuttamiseksi valitsimme aluksi tutustumisleikin ja muut leikit ja lorut niin, että osallistujat pääsisivät olemaan mahdollisimman paljon ringissä nähden toisensa. Halusimme myös, että päiväkodin henkilökunta oli koko ajan lasten saatavilla ja näkyvillä luoden turvallisuuden tunnetta. Mikkolan ja Nivalaisen (2010, 20) mukaan hyvin pienikin lapsi osaa lukea ympäristönsä tunnekieltä. Tapa, jolla aikuinen huomioi, kohtaa lapsen ja vastaa lapsen tarpeisiin, herättää lapsessa erilaisia tunteita, kuten mielihyvää, turvallisuutta, pelkoa tai turhautumista. Perusturvallisuus kehittyy ja vahvistuu päivittäin erilaisissa arjen kohtaamisissa.

Ensimmäinen toimintatuokio aloitettiin nimiringillä, jossa jokainen osallistuja sanoi oman nimensä, ja muut taputtaen tavuttamalla toistivat osallistujan nimen. Nimirinki toistettiin harjoituksen vuoksi kaksi kertaa. Valitsimme nimiringin ja nimien opetteluun, koska nimien opettelu luo turvallisuuden tunnetta niin lapsille kuin ikääntyneillekin. Aution (2012) mukaan toistaminen on tehokas tapa oppia nimiä ja huomio keskittyy äänessä olevaan. Varsinkin huomion keskipisteenä oleminen on lapsille tärkeää. (Autio 2012, 85.) Nimiringin jälkeen siirryttiin suoraan toiminnalliseen Liisa -loruun.

Lorun jälkeen siirryttiin tuokion toiminnalliseen osuuteen, kaikille tutulla karhu nukkuu -leikillä, missä lapset sekä ikääntyneet pääsivät

liikkumaan yhdessä. Leikkiä sovelsimme niin, että liikkua sai ainoastaan kävellen yhdessä parin kanssa, huomioiden ikääntyneet. Heikentynyt fyysinen kunto koettelee ikääntyneiden mieltä, mutta haastaa ikääntyneet samalla luovuuteen (Haarni, Viljanen & Hansen 2014, 21). Leikissä oli otettu huomioon ryhmän ikäjakauma, sekä ryhmän erilaiset liikuntataidot. Leikki oli tarpeeksi hidastempoinen, että kaikki pystyivät osallistumaan leikkiin, mutta tarpeeksi jännittävä ja toiminnallinen, että lasten mielenkiinto pysyi leikissä, eikä pitkästyminen ilmennyt.

Toiminnallisen osuuden jälkeen ohjasimme vielä kerran Liisa –lorun. Loppuun olimme valinneet vielä tutun Tuiki tuiki tähtönen –laulun ja halausringin. Haarnin, Viljasen ja Hansenin (2012, 50) mukaan moni ikääntynyt kokee halauksen tärkeäksi, vaikka kulttuurissamme on vältelty kosketusta. Erilaiset fyysisen läheisyyden, myötätunnon ja välittämisen osoitukset rakentavat yhteyttä toisiin ihmisiin. Hyväksyvä lempeä kosketus tuo hyvää mieltä ja on yksi kommunikointi välineistä.

Halausringin jälkeen oli vielä lyhyt palautehetki. Palautehetki toteutettiin toiminnallisesti, esimerkiksi ohjeistamalla osallistujia sanomalla: *”Jos tänään oli kivaa, niin nyt saa pomppia”*. Pieviläinen, Pyykkönen ja Saukkonen (2014, 10) kirjoittavat, että asiakaspalautteen antaminen on aina vapaaehtoista. Palautteen antaminen perinteisistä tavoista poikkeavilla tavoilla voi olla uusi kokemus. Etenkin, kun käytetään toiminnallisia menetelmiä palautetta kerätessä. Jo suunnitteluvaiheessa voi olla hyvä pohtia, miten palautteen antoa voisi madaltaa. On myös syytä kertoa realistisesti, millaisiin toimenpiteisiin palautteen saannin jälkeen voidaan ryhtyä.

Nimirinki, toiminnallinen palautehetki sekä halausrinki tulevat toistumaan jokaisessa toimintatuokioissa. Tutulla aloituksella ja lopetuksella halutaan luoda turvallisuutta sekä täsmällisyyttä. Osallistujat oppivat tuokion kulun tuttujen leikkien avulla, jotka

toistuvat aina samassa kohdassa. Mielekkääksi tuokion kulun tekee vaihtuva toiminnallinen osuus. Niemelä (2007) kirjoittaa, että yksilö- ja yhteisötasolla turvallisuus on inhimillinen peruskysymys.

Turvattomuus on sitä, että on olemassa uhkia, joiden takia tuo inhimillinen peruskysymys on vaarassa jäädä toteutumatta.

Turvattomuus subjektiivisena ilmiönä lähentelee pelon, uhan tai vaaran kokemusta. (Niemelä 2007, 167.)

Päiväkodissa aikuiset, jotka ovat säännöllisesti lapsen lähellä, luovat turvaa ja ilmapiirin jossa lapsi kasvaa ja rakentaa käsitystä omasta itsestään (Mikkola & Nivalainen 2010, 21). Muistuttelimme tuokioiden ohjauksissa itseämme siitä, että ikääntyneetkin voivat kokea olonsa turvattomaksi, ihan yhtä lailla kuin lapsetkin. Niemelän (2007, 171) mukaan perusturvattomuus on suunnilleen yhtä yleistä ikääntyneiden keskuudessa, kuin muissakin ikäryhmissä.

5.4 Laskiaisena lauletaan 23.02.2017

Toisen toimintatuokion tavoitteena oli osallistaa ikääntyneitä mukaan leikkeihin oman toimintakykynsä mukaan sekä antaa heille vastuuta lasten ohjaamisesta. Haarni, Viljanen ja Hansen (2014) kirjoittavat, että erilaiset roolit ja tehtävät tuovat mielekkyyttä ikääntyneen elämään. Osallistuminen ja yhdessä tekeminen tuovat hyödyllisyyden sekä tarpeellisuuden kokemuksia ja antavat mahdollisuuden kokea yhteenkuuluvuuden tunnetta. (Haarni, Viljanen & Hansen 2014, 20, 38.) Tavoitteen saavuttamiseksi valitsimme leikkejä, joissa ikääntyneet pääsivät ohjaamaan muutamia lapsia kerrallaan ja olemaan itse aktiivisia toimijoita leikeissä. Teemaksi valikoitui laskiainen.

Aikuisten läsnäololla sekä ohjauksella on lapsen leikille suurempi merkitys kuin usein muistetaan. Asiantuntijoiden mukaan, aikuisen osallistumisen on havaittu kannustavan lapsia jatkamaan leikkiä pitkäjänteisemmin. Aikuisen osallistuminen voi myös rohkaista arkoja ja vetäytyviä lapsia. Lapsi tarvitsee leikkimisensä

tueksi aikuista, joka antautuu mukaan leikkiin. Aikuisen läsnäolon avulla leikki tuntuu turvalliselta ja aikuinen on valmis auttamaan lasta konfliktitilanteissa. (Mikkola & Nivalainen 2010, 54.)

Aloitimme ensimmäiseltä kerralta tutulla nimiringillä. Nimirinki toteutettiin taputtaen, jonka jälkeen siirryimme seuraan johtajaa -leikkiin. Seuraa johtajaa -leikissä ikääntyneet toimivat johtajina ja lapset seurasivat. Holkeri-Rinkisen (2009) mukaan, kun aikuinen on vuorovaikutuksen aloittaja, on hän tyypillisesti myös vuorovaikutusta hallitseva ja eteenpäin vievä osapuoli. Aikuisella on paljon erilaisia keinoja edetä ohjauksessaan ja pitää lapsen mielenkiinto mukana ohjauksen kulussa. (Holkeri-Rinkinen 2009, 212.)

Ohjaukset pidettiin lähellä laskiaista, joten halusimme tuoda esiin laskiaisen perinteitä, jotka ovat varmasti ainakin ikääntyneille tuttuja. Tämän takia olimme valinneet kahden ensimmäisen leikin jälkeen laulun, jonka lauloimme kaikki yhdessä. Lauluksi olimme valinneet Jänöjussin mäenlaskun, minkä me kaikki muistimme lapsuudestamme ja se oli myös ikääntyneille tuttu.

Perinneleikit ovat oivallinen liikunnan muoto, ne yhdistävät eri sukupolvia. Ikääntyneille leikit ovat tuttuja ja lapset opettelevat mielellään uutta. (Arvonen 2004, 32.) Liikuntaleikkien perinne on arvokasta kulttuuriperintöä sukupolvelta toiselle. Leikki innostaa lapsia yhteistoimintaa ja samalla se tuottaa iloa ja huvia. Leikkien avulla lapset harjaannuttavat erilaisia arjen taitoja. Erilaiset lorut, laulut ja kielelliset sanonnat kehittävät monipuolisesti sanavarastoa. (Autio 2012, 15-16.)

Laulamisen jälkeen ohjasimme lumijalkapalloa. Olimme soveltaneet jalkapallon säännöt molempia sukupolvia palveleviksi, joten lumijalkapalloa pelattiin kävellen käsi kädessä, yrittäen saada pallo maaliin. Tämän jälkeen ohjasimme osallistujat takaisin ringiin ja ohjasimme viime kerralta tutun Liisa -lorun. Lorun jälkeen ohjasimme eläinkävelyä, missä lapset ja ikääntyneet pääsivät liikkumaan eri

eläiminä. Lopuksi ohjasimme tutun halausringin ja pidimme lyhyen toiminnallisen palautehetken.

5.5 Kevätkarkelot 23.03.2017

Kolmannen toimintatuokion tavoite oli kaikkien osallistujien ryhmässä toimimisen taitojen harjaannuttaminen ja yhteistoiminnallinen tekeminen. Lisäksi tavoitteena oli osallistaa ikääntyneitä mukaan toimintaan. Mikkola ja Nivalainen (2010) kirjoittavat, että lapsilla on tarve hakeutua toisten lasten seuraan. Alle kouluikäisellä lapsella ei kuitenkaan ole riittäviä taitoja yhdessä toimimiseen. Tämän takia vuorovaikutus toisten lasten ja myös aikuisten kanssa on lapselle aina palkitsevaa, mutta myös kuluttavaa. Lapset vasta opettelevat vallankäyttöä, minkä takia aikuisia tarvitaan ohjaamaan tilanteita. (Mikkola & Nivalainen 2010, 19.) Tavoitteen saavuttamiseksi valitsimme leikit niin, että suurin osa leikeistä leikittiin isona ryhmänä, eikä pienryhmätyöskentelynä. Suunnittelimme leikit niin, että ikääntyneet pääsivät aktiivisesti osallistumaan leikkeihin oman toimintakykynsä mukaisesti. Tuokion teemaksi valikoitui kevät.

Aloitimme tutulla nimiringillä. Tällä kertaa nimirinki toteutettiin tömistäen. Seuraavaksi jaoimme lapset 2-4 hengen ryhmiin niin, että jokainen ikääntynyt sai oman lapsiryhmän. Tarkoituksena oli, että ikääntyneet antoivat suullisesti tehtäviä lapsille, esimerkiksi: käy koskettamassa jotain sinistä. Lasten piti toimia ohjeiden mukaisesti ja palata takaisin oman ohjeistajansa luokse kuuntelemaan uusi ohje tai kysymään neuvoa. Yksi tärkeä oppimisen elementti on mahdollisuus, että lapset voivat puhua keskenään sekä myös aikuisten kanssa, samalla kun he oppivat uusia asioita (Fisher 2013, 117). Näin saatiin myös ikääntyneet osallistettua mukaan lasten ohjaamiseen. Lapset taas pääsivät harjoittelemaan värien ja esineiden tunnistamista sekä purkamaan intoaan juoksemalla.

Päiväkodin henkilökunta oli opetullut pyynnöstämme itse valitsemansa Ville ja Valle -lorun yhdessä lapsien kanssa, minkä he

opettivat meille muille osallistujille. Lapset olivat innolla mukana, kun loru oli heille tuttu. Koimme tärkeäksi, että päiväkodin henkilökunta sekä lapset pääsivät myös itse opettamaan ikääntyneille jotain uutta, näin oppimista tapahtui puolin ja toisin. Samalla päiväkodin työntekijät pääsivät ottamaan vetovastuuta ohjaamisesta. Seuraavaksi ohjasimme toiminnallisen eläinsadun. Lapset ja ikääntyneet lähtivät innolla mukaan kertomukseen toimimaan ohjeiden mukaisesti.

Eläinteemalla jatkettiin myös viimeiseen leikkiin. Jokaiselle ikääntyneelle ja muutamalle päiväkodin henkilökunnan työntekijöille annettiin tuttu eläinkortti eläimistä, jotka oli jo yhdessä tunnistettu sadusta. Kaikista tehokkainta oppimista on se, että uusi opittava asia liitetään vanhaan jo opittuun asiaan (Fisher 2013, 72- 73). Ikääntyneet sekä päiväkodin henkilökunta hajaantuivat päiväkodin pihalle saatuaan kortit. Tämän jälkeen lapset saivat nostaa pussista sadun eläimiä ja heidän tarkoituksenaan oli löytää oikean eläimen luokse liikkumalla pitkin pihaa. Lopuksi pidettiin tuttu halausrinki sekä lyhyt toiminnallinen palautehetki.

5.6 Ilmapalloja ja naurua 27.04.2017

Neljännän ohjauskerran tavoitteena oli ryhmässä toimiminen sekä saada työntekijät ja osallistujat huomaamaan yhteistyön tuottama ilo ja innostus. Tämä ohjauskerta oli meidän ohjaamanamme viimeinen, joten yhteistyön tuottama ilon ja innostuksen esille nostaminen oli tärkeää toiminta-tuokioiden jatkoa ajatellen.

Helin (2016) kirjoittaa, että yhteistyön toimiminen sujuvasti ja sen osaaminen eivät ole itsestään selviä asioita. Yhteistyöstä puhutaan paljon ja se liitetään moneen eri ammattiin työhön kuuluvaksi asiaksi. Yhteistyön toteuttaminen voi kuitenkin olla hankalaa monista erisyistä, esimerkiksi ihmisten välinen vuorovaikutus tai luottamuspula voivat hankaloittaa yhteistyötä. (Helin 2016, 2.) Tavoitteiden saavuttamiseksi valitsimme leikkejä, joissa lapset ja ikääntyneet

pääsivät tekemään yhteistyötä keskenään ja pitämään samalla hauskaa yhdessä. Ohjauskerta pidettiin lähellä vappua, joten teemaksi valikoitui vappu.

Aloitimme tutulla nimiringillä, tällä kertaa nimirinki toteutettiin tömistäen. Nimen sanottuaan jokainen sai kertoa vielä yhden asian mistä pitää. Tämän avulla halusimme luoda positiivista ja kannustavaa ilmapiiriä. Repo-Kaarento (2007) kirjoittaa, että oppiminen on paitsi tiedollista ja taidollista, se on myös emotionaalista. Uuden oppiminen voi houkuttaa ja kiehtoa, mutta samalla se saattaa myös ahdistaa ja pelottaa. Parhaassa tapauksessa oppiminen aktivoi myönteisiä tunteita: iloa, ylpeyttä, innostusta, hyväksymistä ja arvostamista. (Repo-Kaarento 2007, 52.)

Seuraavana meillä oli vuorossa missä Minun lapseni ovat –leikki. Tämän leikin avulla halusimme osallistaa leikkiin ikääntyneet, jolloin he pääsivät kokemaan yhteistyön tuottaman ilon sekä oman osallisuutensa merkityksen tälle yhteistyölle. Bromell ja Hyland (2007, 10) pitävät sosiaalista osallisuutta ja osallistumista käsitteinä, jotka keskittyvät erityisesti yksilöiden ja ryhmien välisiin suhteisiin. Tällaisessa suhteessa yksilö osallistuu yhteiseen tekemiseen omilla ehdoillaan.

Halusimme, että jokainen osallistuja pääsee osallistumaan aktiivisesti, kuitenkin huomioiden jokaisen yksilön fyysinen kunto. Ikääntyneet jaettiin määritellyn leikkialueen kumpaankin päähän ja he saivat itse päättää, millä tyylillä lasten liikkuminen leikkialueella tapahtui. Tämän jälkeen ohjasimme Hämä-hämä-häkki –lorun, joka oli monille tuttu jo entuudestaan. Seuraavana vuorossa oli leikkivarjo.

Leikkivarjo valittiin välineeksi, koska siinä tiivistyy koko ryhmän yhteishenki. Halusimme tuoda esiin myös valitsemaamme teemaa, joten otimme ilmapalloja leikkivarjon päälle pomputeltaviksi. Aution

(2012) mukaan leikkivarjo ei ole yksilöväline, vaan siihen tarvitaan koko ryhmä yhteistyöhön. Leikkivarjoleikeistä nauttivat kaikenikäiset ihmiset. Leikkivarjo kehittää niin fyysisiä, kuin sosiaalisia taitoja. (Autio 2012, 119-110.) Monissa harjoituksissa ryhmän yhteistyö ja kiinteys nousevat esiin. Hyvä yhteistyö lisää ryhmän kiinteyttä ja kiinteys taas lisää ryhmän yhteistyötä, tämä tuottaa ryhmälle onnistumista ja menestymistä. (Kataja, Jaakkola & Liukkonen 2011, 80.)

Viimeisenä meillä oli ohjelmassa ilmapallojen pomputtelu ilmassa, jonka olimme valinneet vappu -teeman mukaisesti ja myös siksi, että se vaatii osallistujilta yhteistyötaitoja. Jaoimme lapset pienempiin ryhmiin ja jokaiseen ryhmään tuli myös yksi ikääntynyt mukaan. Tarkoituksena oli pitää palloa mahdollisimman kauan ilmassa niin, että jokainen pääsi vuorollaan koskettamaan palloa. Lopuksi ohjasimme vielä tutun halausringin sekä toiminnallisen palautehetken.

6 TOIMINNALLISEN OSUUDEN ARVIOINTI

6.1 Toimintatuokioiden arviointi

Toimintatuokioiden alkaessa päätimme, että pyydämme aina ohjauksien päätteeksi toimeksiantajaltamme suullisen palautteen ohjauksen onnistumisesta. Lisäksi käytimme toiminnallista palautteen keräämistä lapsilta ja ikääntyneiltä. Emme keränneet osallistujilta erikseen kirjallista palautetta, vaan palaute annettiin aina ohjauksen päätteeksi toiminnallisina menetelmin.

Päätimme, että emme kerää kirjallista palautetta osallistujilta, koska pihaolosuhteissa se olisi ollut haastavaa ja myös aikaa vievää, lisäksi lapset olivat liian nuoria antaakseen kirjallista palautetta. Saimme myös toimeksiantajaltamme suosituksen, että heidän kokemuksensa mukaan toiminnallinen palaute toimii hyvin ryhmässä, missä on lapsia mukana. Kirjasimme heti toimintatuokioiden jälkeen itsellemme ylös saamamme suullisen ja toiminnallisen palautteen, jotta pääsimme heti kehittämään mallinnustamme eteenpäin.

Lapsien sanallinen kielenkäyttö sijoittuu erilaiseen kokonaiskuvaan kuin aikuisten. Lasten kommunikointi poikkeaa aikuisten kommunikaatiosta. Lapsilla sanallinen kommunikointi, ei ole erottunut omaksi kommunikaation kielekseen. Aikuiset taas ovat riippuvaisempia kielellisistä keinoista. Lapsilla ei-verbaaliset toiminnot vuorottelevat puheen kanssa. (Strandell 1996, 26.)

Heti ensimmäisellä ohjaukerralla huomasimme, että olisi hyvä valita joku meistä ohjauksessa johtavaan rooliin, jotta välttyttäisiin päälle puhumiselta ja saataisiin selkeämpi ohjeistus osallistujille. Jaoimme seuraaville ohjauskerroille vetovastuut ja se toimi mielestämme hyvin, näin jokainen meistä sai myös kehittää omia ryhmänohjaustaitojaan. Toimintatuokioiden ohjauksissa huomasimme, että päiväkodin piha oli meidän ohjauksiamme varten

haastava. Varsinkin lumen ollessa maassa, pihan mäkisyys ja liukkaus aiheuttivat haasteita ohjaamiselle. Vaihtelimme ohjauspaikkaa sääolosuhteiden mukaan ja saimme luovuutta käyttäen valitut leikit toteutettua pihan haasteista huolimatta.

Ensimmäisen toimintatuokion jälkeen havaitsimme, että mallinnukseen pitää lisätä toiminnallista tekemistä, jotta lapset pääsevät purkamaan energiaansa liikkumalla ja, jotta saataisiin aikaraja 30 minuuttia täyttymään mieleisellä tekemisellä. Saimme ensimmäisen ohjauskerran jälkeen myös toimeksiantajalta palautetta, että toiminnallista tekemistä olisi voinut olla enemmän. Joissain toimintatuokioissa oli paljon osallistujia, mikä asetti omat haasteensa ohjaamiseen. Onneksi myös aikuisia oli aina paikalla runsaasti, mikä helpotti lasten rajaamista.

Matkan varrella havaitsimme paljon asioita, joita emme olisi voineet ennakoida suunnitteluvaiheessa tuntematta ryhmää ja toimintaympäristöä. Toimeksiantajaltamme saimme pitkin matkaa niin positiivista kuin kehittävääkin palautetta. Joistakin leikeistä saimme palautetta, että säännöt olisivat voineet olla lapsia ajatellen yksinkertaisempia ja, että riehumisleikkejä voisi olla enemmän. Myöhemmissä ohjauksissa saimme positiivista palautetta toimeksiantajalta lisätystä toiminnallisuuden määrästä ja sisällön valinnoista. Viimeisellä ohjauskerralla toimeksiantajan mielestä ohjauksemme oli sujuvaa ja valitsemamme leikit ja lorut olivat kohderyhmille toimivia.

Yksilöiden ohjaaminen oppimaan uutta, vaatii tiedon ja taidon välittämisen lisäksi ymmärrystä ja tietoa yksilöiden oppimisprosessista ja siitä, miten oppimisprosessia voi ohjata. Ryhmän oppimisprosessin ohjaaminen tuo vuorovaikutusprosessiin oman haasteensa. Ryhmän ohjaaminen edellyttää tietoa siitä, miten ryhmä toimii, sekä tietoa ja taitoa ohjata ryhmää ja sen jäseniä oppimaan tavoitteellisin keinoin. Ryhmän toiminnan tietämykseen

kuuluu, esimerkiksi taito ymmärtää ryhmä osana isompaa organisaatiota ja ympäröivää kulttuuria. (Repo-Kaarento 2007, 126.)

6.2 Tavoitteiden arviointi

Ilmenneistä haasteista huolimatta saavutimme mielestämme jokaiselle toimintatuokiokerralle asettamamme tavoitteet. Ensimmäisen kerran ryhmäytymistavoite saavutettiin, lapset toimivat todella hienosti ja rohkeasti yhdessä ikääntyneiden kanssa ja ikääntyneet ottivat heti rohkeasti kontaktia lapsiin, he esimerkiksi pyysivät lapsia tulemaan rinkiin heidän viereensä ja ottivat lapsia kädestä kiinni oma-aloitteisesti. Aina lopuksi pidetyssä halausringissä lapset ja ikääntyneet halusivat toisiaan, mikä näytti olevan ikääntyneille tärkeä hetki. Ikääntyneet pyysivät itse aktiivisesti lapsia halaamaan itseään ja jokaisen kasvoilla oli hymy.

Onnistuimme jokaisella kerralla osallistamaan ikääntyneitä, sekä päiväkodin henkilökuntaa mukaan toimintaan leikkivalintojemme avulla, sekä antamaan heille ohjausvastuuta, tulevaisuutta ajatellen. Särkelä-Kukon ja Rouvinen-Wileniuksen (2014) mukaan, jokainen ihminen kokee osallisuuden yksilöllisesti tunteena tai kokemuksena yhteisöön ja yhteiskuntaan kuulumisesta. Sitoutuminen, luottamus ja kuulluksi tuleminen ovat osallisuuden keskeisiä asioita. (Särkelä-Kukko & Rouvinen-Wilenius 2014, 9.)

Ikääntyneet sekä päiväkodin henkilökunta ottivat hyvin ohjausvastuuta ja yritimme parhaamme mukaan antaa tarpeeksi kattavan ohjeistuksen, jotta se olisi heille helppoa. Uskomme myös, että lapset sekä ikääntyneet oppivat ryhmässä toimimisen taitoja tai ainakin pääsivät harjoittelemaan niitä, koska monet valitsemamme leikit ja pelit sitä vaativat. Toiminnallinen palaute osallistujilta oli positiivista, mutta on hyvä muistaa, että ryhmässä annettu palaute ei ole niin luotettavaa, kuin yksilöinä annettu palaute. Taulukossa 1 on kuvattuna jokaisen toimintatuokion tavoite sekä keinot ja menetelmät, joita hyödynsimme tavoitteeseen päästäksemme.

Yhteispelillä- hankkeen avulla mahdollistetaan ikäihmisten sekä lapsiperheiden kohtaaminen ja yhdessä oleminen. Hankkeen tarkoituksena on ehkäistä yksinäisyyttä ja syrjäytymistä kohderyhmissä. Hankkeen toiminta mahdollistaa kohderyhmille yhteistuuokioita, toiminnallisia ryhmiä, yhteistä liikuntaa ja kulttuurielämyksiä. (Haaja 2016.) Yhteistoiminnalla on tarkoitus luoda kohderyhmille tuttuutta, turvallisuutta ja yhteistä toimintaa (Kumppanuusverkosto 2017).

Yhteispelillä- hankkeen tavoitteet syrjäytymisen ja yksinäisyyden ehkäisy, ovat paremmin nähtävissä ja arvioitavissa, kun yhteistoimintaa ikääntyneiden ja lasten välillä on jatkettu pidemmällä aikavälillä. Toimintatuokioissa mahdollistimme osallistujille yhteistyötaitojen kehittämisen, yhteisöllisyyden luomisen, läheisyyden tunteen ja mahdollisuuden olla osana ryhmää. Konkreettisesti toimintatuokioissa näkyi ryhmäytyminen ja se, että lapset alkoivat tulla tutuiksi ikääntyneiden kanssa. Lapset alkoivat heti ensimmäisen ohjauksen jälkeen hakeutua ikääntyneiden seuraan omatoimisesti, tietyt lapset tiettyjen ikääntyneiden luo.

TAULUKKO 1

Toimintatuokio	Tavoite	Keinot/ menetelmät
Pakkanen paukkuu	Ryhmäytyminen	Piiri muodostelma, jotta kaikki näkivät toisensa Tutustumisleikki
Laskiaisena lauletaan	Osallistaa ikäntyneitä mukaan leikkeihin ja antaa	Leikkejä, joissa ikäntyneet saivat

	heille ohjausvastuuta	ohjata lapsia
Kevät karkelot	Ryhmässä toimimisen taitojen harjaannuttaminen ja yhteistoiminallinen tekeminen	Ryhmäleikit, joissa leikittiin yhtenä isona ryhmänä
Ilmapalloja ja naurua	Osallistujien innostaminen yhteistyöhön tulevaisuutta ajatellen	Leikit, jotka vaativat yhteistyötä onnistuakseen

7 POHDINTA

7.1 Eettisyys

Eettisyydessä tarkastellaan kysymyksiä hyvästä ja pahasta, oikeasta ja väärästä. Arkisessa elämässä ihmiset ovat usein erimieltä siitä mikä on hyvää ja pahaa, mitä saa ja mitä ei saa tehdä sekä mikä on kenenkin velvollisuus. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 23.) Etiikan kysymykset edellyttävät aina arvojen, normien ja toiminnan analysointia. Etiikan kysymykset liittyvät inhimilliseen toimintaan. Kansanomaisesti ajateltuna etiikalla tarkoitetaan lähes samaa kuin moraalilla. Käytännössä kun puhutaan esimerkiksi ammattietiikasta, tarkoitetaan niitä arvo- ja moraaliperiaatteita, sekä menettelytapoja, joita liitetään ammattietiikan arvostettavaan ja hyväksyttävään toteuttamiseen yhteiskunnassa. (Niemelä 2011, 14-15.)

Eettisyys liitetään usein tunteisiin. Yksinkertaisuudessaan hyvältä tuntuva toiminta on hyvää toimintaa. Tunteet eivät kuitenkaan voi olla ainoa pohja eettisyydelle, koska ne voivat johtaa harhaan. Pelkkä yleinen toiminnan hyväksyttävyys ei myöskään riitä etiikan perusteeksi. Eettisyys tähtää hyvään elämään sekä oikean ja väärän erottamiseen. (Talentia 2013, 5- 6.)

Opinnäytetyöhön liittyy paljon eettisiä kysymyksiä, jotka on otettava huomioon. Opinnäytetyön toiminnallisessa osuudessa työskentelemme niin lapsien kuin ikääntyvienkin kanssa. Erityisesti, kun miettii toimintatuokioitamme, missä on 3-5- vuotiaita lapsia sekä ikääntyneitä ihmisiä, meidän tulee laittaa omat ennakkokäsityksemme syrjään. Kaikilla lapsilla tai ikääntyneillä ei ole samanlaista toimintakykyä, vaan jokainen tulee kohdata yksilönä. Varsinkin ikääntyneitä ajatellaan helposti stereotyyppisesti huonokuntoisiksi ja huonomuistisiksi. Ikääntyneet eivät ole samanlainen homogeeninen ryhmä. Kaikilla ikääntyneillä on oma ainutlaatuinen elämänkaari, joka vaikuttaa heidän identiteettiinsä. (Lynch 2014, 37.)

Emme julkaise opinnäytetyöprosessin missään vaiheessa, kohderyhmissämme olevien henkilöiden yksityistietoja, kuten nimiä tai sukupuolia. Emme myöskään kuvanneet kohderyhmiämme toimintatuokioiden aikana. Julkaisemme toimeksiantajamme ja yhteistyökumppaniemme nimet vain luvan kanssa. Säilytämme kaiken opinnäytetyöhön liittyvän materiaalin luottamuksellisesti.

Pohdimme toimintatuokioiden lopuksi pidettävien toiminnallisten palautehetkien kohdalla, oliko toiminnallinen palautehetki lopulta kaikkein luotettavin tapa kysyä lapsilta palautetta. Kun osallistujia ohjeistettiin esimerkiksi pomppimaan, jos toimintatuokiossa oli ollut kivaa, voi olla, että kaikki lapset pomppivat vain pomppimisen ilosta. Toisaalta lasten energiatasot olivat toimintatuokioiden lopuksi yleensä jo niin korkealla, että arvioimme etteivät he varmaankaan, olisi jaksaneet suullista palauterinkiä, eikä kaikkien lasten sosiaalisten taitojen taso olisi välttämättä niin korkea ja isossa ryhmässä puhuminen olisi voinut olla pelottava asia.

Ammattietiikan haaste on tilanteiden ja ongelmien moniulotteisuus. Kun tarkastellaan yksityiskohtaisesti jotain yksittäistä tilannetta, siihen kuuluu runsaasti resursseja. Aina ei ole aikaa pohtia ongelmaa monesta eri näkökulmasta, vaan on tehtävä ratkaisu vain nopean eettisen pohdinnan perusteella. Työntekijä joutuu pohtimaan ratkaisujaan monesta eri eettisestä näkökulmasta. Työntekijän tulee pohtia monipuolisesti tilanteeseen liittyviä arvoja ja normeja. Työntekijän tieto, ammatillisuus ja eettinen harkintakyky lisääntyvät kokemuksen lisääntyessä. Työntekijän tulee tiedostaa omat piiloarvonsa, ennakkokäsityksensä ja ennakkoluulonsa, jotta hän pystyy työskentelemään eettisesti kestäväällä tavalla. (Ihalainen & Kettunen 2016, 72.)

Sosiaalialan eettiset toimintaperiaatteet, eivät ohjeista suoranaisesti sitä, miten pitäisi toimia ristiriitatilanteissa. Kantava periaate on se, että työntekijän tulee aina huolehtia asiakkaan edun olevan ensisijaisena. Lisäksi työntekijän tulee huolehtia erityisesti

heikommassa asemassa olevan asiakkaan etujen turvaamisesta. Ristiriitaisia intressejä sisältävät tilanteet koettelevat työntekijän lojaalisuutta. Työntekijän ei pidä olla lojaali ainoastaan asiakkaalle, vaan myös asiakkaan epävirallisille verkostoille, kuten työnantajalle, kollegoille, ammattikunnalle ja muiden ammattikuntien edustajille. (Raunio 2009, 111.)

7.2 Opinnäytetyöprosessi

Ammatillinen kasvu tarkoittaa psyykkis-emotionaalista kasvua, kohti laajempaa ammatillisuutta. Yksilön oma henkinen, psyykkinen, sosiaalinen ja maailmankatsomuksellinen muutos kuuluvat ammatilliseen kasvuun. Ammatillinen kehitys voi olla ajoittain nopeaa ja ajoittain taas hidasta. Ammatilliseen kasvuun kuuluu yleensä pysähdyksiä, silloin jo aikaisemmin omaksuttu tieto muokkautuu syvällisemmäksi osaksi yksilön toimintaa ja ajattelua. Lopulta se automatisoituu osaksi yksilön sen hetkistä ammatillisuutta. (Mäkinen, Raatikainen, Rahikka & Saarnio 2009, 33.) Ammatti-identiteetti taas on yksilöllinen käsitys ja ymmärrys omasta ammattilaisuudesta sekä itsestä ammattilaisena (Mäkinen, Raatikainen, Rahikka & Saarnio 2009, 34).

Opinnäytetyöprosessin aikana opimme paljon sekä kasvoimme ammatillisesti. Opimme kärsivällisyyttä, ryhmätyötaitoja ja suunnitelmallisuutta. Prosessin aikana opimme käsittelemään ja ratkaisemaan erilaisia haasteita, esimerkiksi aikataulujen suunnittelua. Meille kaikille oli uutta ohjata samanaikaisesti niin eri-ikäisiä osallistujia. Huomasimme, että tämä oli meille prosessin aikana suurin haaste, mikä kasvatti meitä kuitenkin ammatillisesti. Huomasimme, että eri-ikäisten ohjaaminen antoi meille paljon mahdollisuuksia omien suunnittelutaitojen sekä luovuuden kehittämisessä. Reflektoimme paljon koko opinnäytetyöprosessin aikana, mikä auttoi meitä näkemään asiat monesta eri näkökulmasta.

Reflektiivisyys on tärkeä asiakastyön alue. Työntekijän tulee suhtautua tietoisesti ja kriittisesti omaan työhönsä. Oma työtä pitää tarkastella, pohtia ja myös kyseenalaistaa. Reflektiivisyyteen liittyy kokemuksista, tilanteista ja ihmisiltä oppiminen. Reflektiivisyyden vastakohtana on jäykkä opittu työtapa ja tiedon soveltaminen kaikkiin tilanteisiin. Erityisesti ihmisten kanssa tehtävässä työssä reflektointi on erityisen tärkeää. (Ihalainen & Kettunen 2016, 64.)

Toimeksiantajamme ehdotettua meille tätä toiminnallista aihetta, halusimme heti lähteä mukaan. Mielestämme sukupolvien välinen yhteistyö on tärkeä aihe, josta on puhuttu viime vuosina enemmän, kun isovanhemmuudenkin merkitys on taas noussut pintaan. Rotkirch ja Fågel (2010, 35) sanovat, että nyky-yhteiskunnassa vanhemmuuden myöhäistyminen, sekä lapsettomuuden lisääntyminen, merkitsevät sitä, että lapsenlapsia joudutaan odottamaan pidempään tai se voi jäädä kokonaan kokematta. Lapsenlapsettomuuden kokemus voi olla lähes yhtä raastava, kuin vastentahtoinen lapsettomuus.

Sukupolvien välisestä yhteistyöstä löytyi jonkin verran aiemmin tehtyjä opinnäytetöitä, sekä tutkimuksia. Toivottavasti tulevaisuudessa niitä tullaan tästä tärkeästä aiheesta tekemään lisää. Varsinkin ikääntyneiden ilo oli mahtavaa huomata tuokioiden aikana ja se sai meidät innostumaan aiheesta entistä enemmän. Meitä kaikkia olisi kiinnostanut pidemmälläkin aikavälillä nähdä, mitä yhteistyö konkreettisesti saa aikaan osallistujien elämässä.

Opinnäytetyön toiminnallisessa osuudessa pääsimme kohtaamaan ikääntyneitä sekä lapsia. Ikääntyneet olivat kohderyhmänä meille vieraampi, joten opimme heidän kanssaan työskennellessä uutta, esimerkiksi miten fyysinen toimintakyky tulee huomioida toiminnallisen tekemisen ohjaamisessa. Lapsia oli toimintatuokioissa suuri ryhmä, joten päiväkodin työntekijöiden läsnäolo oli meille arvokasta, jotta pystyimme keskittymään itse ohjaamiseen, eikä meidän tarvinnut keskittyä varsinaisesti lapsien rajaamiseen.

Teimme tiivistä yhteistyötä toimeksiantajamme kanssa ja saimme sieltä kaiken tarvitsemamme tuen, palautteen ja ohjauksen. Yhteistyö niin Lounaan päiväkodin kuin Harjulan Setlementti ry:n kanssa onnistui mutkattomasti ja molemmilta tahoilta työntekijät sekä Harjulan Setlementti ry:n ikääntyneet olivat aktiivisesti ja innostuneesti mukana toimintatuokioiden toteutuksissa. Toivomme, että pystyimme antamaan heille eväitä tulevaisuuden toteutuksia varten.

7.3 Kehittämisen- ja jatkohanke-ehdotukset

Opinnäytetyömme toimintatuokioita varten tuotettu mallinnus toimii hyvänä pohjana ikääntyneiden ja lasten yhteistyötä varten. Emme kuitenkaan päässeet opinnäytetyömme puitteissa näkemään, jatkuuko kohderyhmien yhteistyö mallinnuksen avulla vai ei. Lisäksi mielestämme olisi mielenkiintoista tutkia pidemmällä aikavälillä sitä, mitä yhteistyö on tuottanut. Olisi kiinnostavaa tutkia, ovatko ikäihmiset saaneet jotakin uutta, kenties positiivisia voimavaroja elämäänsä, onko yksinäisyys vähentynyt tai esimerkiksi onko psyykinen vointi yhteistyön avulla parantunut. Myös lasten näkökulmasta olisi mielenkiintoista tutkia, miten lapset ovat kokeneet yhteistyön ja miten se on heihin vaikuttanut.

Olisi myös mielenkiintoista selvittää, miten kohderyhmien työntekijät ovat mallinnusta käyttäneet ja miten he ovat kokeneet yhteistyön. Onko se heidän mielestään tuottanut jotakin uutta. Olisi myös kiinnostavaa tutkia, kuka toimintatuokioita tulevaisuudessa on vetämässä: kenties ikääntyneet ovat innostuneet suunnittelemaan yhdessä lapsien kanssa toimintatuokioiden sisältöä. Olisi hienoa lähteä viemään tällaista yhteistyöajattelua, myös muihin päiväkoteihin ja ikääntyneille tarkoitettuihin yksiköihin ja katsoa millaisilla eri tavoilla yhteistyötä voitaisiin lähteä toteuttamaan. Sukupolvien välisestä yhteistyöstä löytyy varmasti paljon erilaisia

aiheita, mitä olisi tulevaisuudessa kiinnostavaa lähteä tutkimaan esimerkiksi opinnäytetyön merkeissä.

Mielestämme olisi hienoa, jos tulevaisuudessa tuokiot voisivat toteutua niin, että vuoro kuukausin toimintatuokion suunnittelisivat päiväkotit ja ikääntyneet. Mielestämme ikääntyneet voisivat ryhmänä ottaa vastuuta toimintatuokioiden suunnittelusta ja ohjaamisesta. He voisivat hyödyntää tekemäämme mallinnusta ja leikkivihkoa toimintatuokion suunnittelussa ja ideoinnissa. Näin ikääntyneet saataisiin osallistettua vielä aktiivisemmin toimintaan ja toiminnasta voisi tulla heille mielekkäämpää, kun se olisi itse suunniteltu. Tulevaisuudessa voitaisiin myös esimerkiksi haastatella toimintatuokioihin osallistuneita ikääntyneitä, siitä miten he ovat kokeneet toimintatuokiot, millaisia tunteita heissä on herännyt ja olisiko heillä kehitysehdotuksia. Näin saataisiin kehitettyä toimintatuokioita osallistujalähtöisesti.

LÄHTEET

Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Nurmi, J-E., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. 2015. Ihmisen psykologinen kehitys. Ps kustannus: Juva.

Airaksinen, T. 2009. Toiminnallisen opinnäytetyön kirjoittaminen. [Viitattu 27.12.2016] Saatavissa:

<http://www.slideshare.net/TiinaMarjatta/toiminnallinen-opinnytety-tekstin>

Antikainen, A., Koski, L. & Rinne, R. 2013. Kasvatussosiologia. PS-kustannus: Juva.

Arvonen, S. 2004. Perheliikunnan sisällöt. Teoksessa Arvonen, S. (toim.) Porukalla. Perheliikuntaohjaajan käsikirja. Edita Prima Oy: Helsinki, 105,130.

Autio, T. 2012. Liiku ja leiki. Motorisia perusharjoitteita lapsille. VK-kustannus: Vaajakoski.

Bromell, D. & Hyland, M. 2007. Social Inclusion and Participation: A Guide for Policy and Planning. Social Inclusion and Participation group. Ministry of Social Development. [Viitattu: 23.04.2017] Saatavissa:

https://www.researchgate.net/publication/267839318_Social_Inclusion_and_Participation_A_Guide_for_Policy_and_Planning

Dunderfelt, T. 2011. Elämänkaaripsykologia. WSOYpro Oy: Helsinki.

Eloranta, T. & Punkanen, T. 2008. Vireään vanhuuteen. Otavan Kirjapaino Oy: Keuruu.

Finlex 28.12.2012/980. Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvveluista. [Viitattu 27.12.2016] Saatavissa:

<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2012/20120980>

Finsoc Arviointiraportteja 4/2004. Helsinki: Stakes.

Fisher, J. 2013. Starting from the child. Teaching and learning in the Foundation Stage. Fourth Edition.

Haaja, H. 2016. Lapsiperheiden ja ikääntyvien kohtaamiset ja yhteistoiminta hyvinvoinnin tukena. Power Point esitys. [Viitattu 18.01.2017] Saatavissa:

<http://reppu.lamk.fi/course/view.php?id=12123>

Haarni, I., Viljanen, M & Hansen, M. 2014. Ikääntyvä mieli. Mielen hyvinvointia vanhetessa. Suomen mielenterveysseura. Kirjapaino Jaarli oy: Helsinki.

Haavio- Mannila, E., Majamaa, K., Tanskanen, A., Hämäläinen, H., Karisto, A., Rotkirch, A. & Roos, JP. 2009. Sukupolvien ketju. Suuret ikäluokat ja sukupolvien välinen vuorovaikutus Suomessa. Sosiaali- ja terveysturvan tutkimuksia 107. Vammalan Kirjapaino Oy: Sastamala.

Helin, R. 2016. Onnistunut moniammatillinen yhteistyö terveys- ja sosiaalityöntekijöiden kirjoituksissa. Sosiaalityön pro gradu-tutkielma. Tampereen yliopisto. [Viitattu 23.04.2017] Saatavissa:

<https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/99089/GRADU-1464349049.pdf?sequence=1>

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Saajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. Otavan Kirjapaino Oy: Keuruu.

Hohenthal-Antin, L. 2009. Muistot näkyviksi. Muistelutyön menetelmiä ja merkityksiä. PS-kustannus: Juva.

Holkeri-Rinkinen, L. 2009. Aikuinen- ja lapsi vuorovaikutusta rakentamassa. Acta Universitatis Tamperensis 1407. Tampere University Press: Tampere.

- Häkli, J., Kallio, K-P. & Korkiamäki, R. 2014. Myönteinen tunnistaminen. Nuorisotutkimusseura, verkkojulkaisuja 90. Helsinki. [Viitattu: 20.03.2017] Saatavissa: http://www.nuorisotutkimusseura.fi/images/julkaisuja/myonteinen_tunnistaminen.pdf
- Ihalainen, J. & Kettunen, T. 2016. Turvaverkko vai trampoliini. Sosiaaliturvan mahdollisuudet. Sanoma Pro Oy: Helsinki.
- Immonen-Orpana, P. 2009. Onnistuneen ikääntymisen ymmärrystä rakentamassa. Fysioterapeuttiopiskelijoiden oppiminen kestävää kehitystä edistävän kasvatuksen yhteydessä. Tutkimuksia 300. Yliopistopaino: Helsinki
- Jämsen, A. & Pyykkönen, A. 2014. oSallisuuden jäljillä. Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry: Saarijärvi. [Viitattu: 20.03.2017] Saatavissa: <http://www.jelli.fi/lataukset/2014/05/oSallisuuden-j%C3%A4jill%C3%A4-verkkoversio-pakattuna-16052014.pdf>
- Kainulainen, S. 2016. Yksinäisten elämänlaatu. Teoksessa Saari, J. (toim.) Yksinäisten Suomi. Gaudeamus: Helsinki, 114-225.
- Kataja, J., Jaakkola, T. & Liukkonen, J. 2011. Ryhmä liikkeelle! Toiminnallisia harjoituksia ryhmän kehittämiseksi. Bookwell Oy: Juva.
- Kielitoimiston sanakirja. 2006. Kotimaisten kielten tutkimuskeskus: Helsinki.
- Kinnunen, T. 2013. Vahvat yksin, heikot sylityksin. Otteita suomalaisesta kosketuskulttuurista. Kirjapaja: Juva.
- Kivelä, S-L. 2012. Hyviä vuosia – arvokas ja turvallinen ikääntyminen. Kirjapaja: Helsinki.

Koponen, J-P. 2016. Aidon kylätunnelman resepti: Päiväkoti ja vanhainkoti pistivät hynttyyt yhteen. [Viitattu: 05.04.2017]
Saatavissa: <http://yle.fi/uutiset/3-8668902>

Koponen, J. 2009. Kosketuksen merkitys. Kasvatustieteen pro gradu- tutkielma. Jyväskylän yliopisto. [Viitattu 23.01.2017]
Saatavissa:
<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/23026/URN%3ANBN%3Afi%3Aju-201003101311.pdf?sequence=1>

Kumppanuusverkosto 2016. Lapsiperheiden ja ikäihmisten yhteistoimintaa Lahdessa ja Hollolassa. [Viitattu: 6.2.2017]
Saatavissa: <http://www.kumppanuusverkosto.fi/lapsiperheiden-ja-ikaihminen-yhteistoimintaa-lahdessa-ja-hollolassa/>

Kumppanuusverkosto 2017. Yhteisapelillä kohti arjen hyvinvointia hanke. [Viitattu 13.02.2017] Saatavissa:
<http://www.kumppanuusverkosto.fi/hanke/>

Kuronen, T. & Saari-Salomeri, S. 2016. Vanhenemisen tutkimus: yhteiskunnan ja elämäntietojen risteyksessä. [Viitattu 28.12.2016]
Saatavissa: <https://www.helsinki.fi/fi/uutiset/vanhenemisen-tutkimus-yhteiskunnan-ja-elamankulkujen-risteyksessa>

Lynch, R. 2014. Social work practice with older people. A positive person-centered approach.

Lähdesmäki, L. & Vornanen, L. 2014. Vanhuksen parhaaksi. Hoitaja toimintakyvyn tukijana. Edita: Helsinki.

Mannerheimin lastensuojeluliitto. 2016. Vanhempainnetti: Kylämummit- ja vaarit. [Viitattu 21.12.2016] Saatavissa:
<http://www.mll.fi/vanhempainnetti/kylamummit/>

Martin, M., Heiska, H., Syvälahti, A. & Hoikkala, M. 2012. Satoa ryhmästä – opas hyvinvointiryhmän ohjaajalle. Ylioppilaiden terveydenhuoltosäätiö. Multiprint Oy. [Viitattu 28.04.2017]
Saatavissa: http://www.yths.fi/filebank/1546-Satoa_ryhmasta.pdf

Mikkola, P. & Nivalainen, K. 2010. Lapselle hyvä päivä tänään – näkökulmia 2010- luvun varhaiskasvatukseen. Pedatieta: Saarijärvi.

Mäkelä, J. 2005. Kosketuksen merkitys lapsen kehityksessä. Yleiskatsaus. Suomen Lääkärilehti 14/2005 vsk 60. [Viitattu 24.01.2017] Saatavissa:
https://asiakas.kotisivukone.com/files/pirpana2.tarjoaa.fi/tiedostot/kosketuksen_merkitys_artikkeli.pdf

Mäki, J. & Ojavalli, M. 2008. ”Kun yhdessä tehdään, niin oppiihan siinä puolin ja toisin” Tapaustutkimus sukupolvien välisestä yhteistyöstä. Tampere: Tampereen yliopisto, pro gradu tutkielma. [Viitattu 21.12.2016] Saatavissa:
<https://tampub.uta.fi/bitstream/handle/10024/79065/gradu02557.pdf?sequence=1>

Nevalainen, V. 2009. Yksinäisyys. WS Bookwell Oy: Porvoo.

Niemelä, A-L. 2009. Ketkä ovat syrjäytyneitä? Teoksessa Engeström, Y., Niemelä, A-L., Nummijoki, J. & Nyman, J. (toim.) Lupaava kotihoito – uusia toimintamalleja vanhustyöhön. PS-kustannus: Jyväskylä, 25-47.

Niemelä, P. 2011. Sosiaalityö hyvinvointietiikan toteuttajana. Teoksessa Pehkonen, A. & Väänänen, M. (toim.) Sosiaalityön arvot ja etiikka. PS-kustannus: Juva, 13-43.

Niemelä, P. 2007. Vanhuus ja turvattuus. Teoksessa Seppänen, M., Karisto, A. & Kröger, T. (toim.) Vanhuus ja sosiaalityö. Sosiaalityö avuttomuuden ja toimijuuden välissä. PS-kustannus: Juva, 167-179.

Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2016. Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä. Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset.

Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2016:21. [Viitattu 11.03.2017] Saatavissa:

<http://opetusministerio.mailpv.net/archive/file/bc81848357d67abb8f462c6769b3f72c/okm21.pdf>

Parkkinen, M. 2015. Ikääntyminen, yksinäisyys ja toimintakyky.

Valtiotieteen pro gradu-tutkielma. Helsingin yliopisto. [Viitattu 27.3.2017] Saatavissa:

https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/155285/Parkkinen_Sosiologia.pdf

Pieviläinen, H., Pyykkönen, A. & Saukkonen, T. 2014. Asiakkaan äänellä. Menetelmäopas asiakaspalautteen keräämiseen

sosiaalityössä. Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry. [Viitattu: 15.04.2017] Saatavissa:

<http://www.jelli.fi/lataukset/2011/04/Asiakkaan-%C3%A4%C3%A4nell%C3%A4-menetelm%C3%A4opas.pdf>

Pitkälä, K., Routasalo P., Blomqvist, L. & Mäntyranta T. 2007.

Ryhmäilmiöitä ikääntyneiden taide- ja virikeryhmissä. Teoksessa

Pitkälä, K., Routasalo, P. & Blomqvist, L. (toim.) Taide ja

virikeryhmät psykososiaalisena kuntoutuksena. Ikääntyneiden

yksinäisyys. Geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishanke.

Tutkimusraportti 5. Gummerus kirjapaino Oy, 78-96.

Raunio, K. 2009. Olennainen sosiaalityössä. Gaudeamus: Helsinki.

Raunio, K. 2006. Syrjäytyminen. Sosiaalityötä kiinnostavia näkökulmia. Gummerus Oy: Vaajakoski.

Repo-Kaarento, S. 2007. Innostu ryhmästä. Miten ohjata oppivaa yhteisöä? Kansanvalistusseura. Dark Oy: Vantaa.

Rotkirch, A., Söderling, I. & Fågel, S. 2010. Isovanhemmuuden merkitys korostuu. Teoksessa Fågel, S., Rotkirch, A. & Söderling (toim.) Farkkumummoja ja pehmoaareja – uusia ikkunoita isovanhemmuuteen. Väestöliitto. Forssan Kirjapaino Oy: Helsinki, 5-9.

Rotkirch, A. & Fågel, S. 2010. Sukupolvien välistä köydenvetoa. Teoksessa Fågel, S., Rotkirch, A. & Söderling, I. (toim.) Farkkumummoja ja pehmoaareja – uusia ikkunoita isovanhemmuuteen. Väestöliitto. Forssan Kirjapaino Oy: Helsinki, 33-51.

Saaristo L. 2011. Vanhusten yksinäisyys. Teoksessa Heiskanen, T. & Saaristo, L. (toim.) Kaiken keskellä yksin. Yksinäisyyden syyt, seuraukset ja hallintakeinot. PS kustannus: Juva, 131-139.

Strandell, H. 1996. Päiväkoti lasten kohtaamispaikkana. Tutkimus päiväkodista sosiaalisten suhteiden kenttänä. Tammer-Paino Oy: Tampere.

Suomen evankelis-luterilainen kirkko 2017. Kristilliset juhlapyhät rytmittävät vuoden. [Viitattu 13.04.2017] Saatavissa: <http://evl.fi/kirkossa/pyhapaivat>

Särkelä-Kukko, M. & Rouvinen-Wilenius, P. 2014. Mitä on osallisuus? Teoksessa Jämsén, A. & Pyykkönen, A. (toim.) Osallisuuden jäljillä. Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry, 9-10.

Sääkslahti, A. 2015. Liikunta varhaiskasvatuksessa. PS-kustannus: Juva.

Talentia 2013. Sosiaalialan ammattieettiset ohjeet. Ammattieettinen lautakunta: Helsinki. [Viitattu 25.01.2017] Saatavissa: http://www.talentia.fi/files/558/Etiikkaopas_2013_net.pdf

Tontti, S. 2011. Isoäitien ja lastenlasten välisen yhteydenpidon haasteita ja esteitä. Pro gradu- tutkielma. Kasvatustieteet. Käyttäytymistieteidenlaitos. [Viitattu 05.04.2017] Saatavissa: <http://vaestoliitto-fi-bin.directo.fi/@Bin/246f399d143fb91a1bfd3d0e06505826/1491393068/application/pdf/1965290/Pro%20Gradu%20tutkielma%20%28Sari%20Tontti%29.pdf>

Virtanen, M. 2001. Fennomanian perilliset. Poliittiset traditiot ja sukupolvien dynamiikka. Karisto Oy:n kirjapaino: Hämeenlinna.

Virtanen, M. 2005. Suuret ikäluokat sukupolvena. Teoksessa Karisto, A. (toim.) Suuret ikäluokat. Vastapaino: Tampere, 197-207.

Vuorinen, J. 2012. Ikäpolvien kanssakäyminen hoivakodissa. Etnografinen tutkimus muistisairaiden ikääntyneiden toimijuudesta. Pro gradu- tutkielma. Valtiotieteellinen tiedekunta. Helsingin yliopisto. [Viitattu 08.04.2017] Saatavissa: <https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/34127/graduvalmis.pdf?sequence=2>

Väestöliitto. Tietoa vanhemmille. Kosketuksen merkitys. [Viitattu 24.01.2017] Saatavissa: http://www.vaestoliitto.fi/vanhemmuus/tietoa_vanhemmille/pienten_lasten_vanhemmat/lapsijaseksuaalisuus/usein-kysytyt-kysymykset/lapsen-itsetyydytys-tai-unnutus/kosketuksen_merkityksesta/

LIITTEET

TOIMINTATUOKIO

- **ALOITUS 5 MIN**
 - TAVOITTEENA KERTOA TOIMINTATUOKION SISÄLTÖ
 - LÄMMITTELYLEIKKI
- **TOIMINNALLINEN LEIKKI 7 MIN**
 - TAVOITTEENA PURKAA LASTEN ENERGIAA
 - OSALLISTAA IKÄÄNTYNEITÄ YHTEISEEN TOIMINTAAN
 - OPETTAA LAPSIA TOIMIMAAN YHDESSÄ TOISTENSA JA IKÄÄNTYNEIDEN KANSSA
 - ANTAA KAIKILLE MAHDOLLISUUS OSALLISTUA OMALLA PANOKSELLAAN
 - TUOTTAA ILOA
- **LORU/LAULU 3 MIN**
 - YHTEISÖLLISYYS
 - KIELEN KEHITYKSEN TUKEMINEN
 - MUISTIN VAHVISTAMINEN JA TUKEMINEN
- **TOIMINNALLINEN OSUUS 7 MIN**
 - OPETTAA UUTTA
 - PERUSLIIKUNTAITOJEN KEHITTÄMINEN
 - TOIMINTAKYVYN YLLÄPITÄMINEN
- **LORU/LAULU 3 MIN**
 - YHTEISÖLLISYYS
 - KIELEN KEHITYKSEN TUKEMINEN
 - MUISTIN VAHVISTAMINEN JA TUKEMINEN
 - RAUHOITTUMINEN
- **LOPPURAUHOITTUMINEN 5 MIN**
 - RAUHOITTUMINEN
 - YHDESSÄ OLEMINEN
 - HYVÄN MIELEN LISÄÄMINEN



TOIMINTATUOKION LORUT & LEIKIT

Lorut

NIMIRINKI:

Laitetaan osallistujat piiriin. Ohjaaja aloittaa ja kertoo oman nimensä tavuttaen. Ensimmäisellä tavulla taputetaan kummatkin kädet reisiin, seuraavalla tavulla lyödään kädet yhteen ja tätä toistetaan vuoron perään niin monta kertaa, kun nimessä on tavuja. Saman voi tehdä myös jalkoja tömistäen.

HALUSRINKI:

Halaus se lämmittää,

halaus se rentouttaa,

haluas se piristää,

haluas se hymyilyttää ja

hyvän mielen aikaan saa.

(Ensin halataan tiukasti itseä ja sen jälkeen kaveria vierestä.)

LIISA LORU:

Liisa nukkui, näki unta (Laitetaan kädet silmille.)

yöllä satoi paljon lunta (Tehdään käsillä lumisadetta ylhäältä alas.)

kinos kasvoi, kasvoi pilviin asti (Nostetaan kädet korkealle ja seistään varpailla.)

Liisa juoksi nopeasti (Juostaan paikallaan.)

palloin pyörein pehmein (Tehdään käsillä pyöreitä muotoja.)

rakensä hän lumimuurin (Taputetaan käsillä alas lumimuuria.)

Liisa heräsi unestaan (Hierotaan silmiä.)

muisti lumilinnojaan (Laitetaan käsi pään päälle.)

ulos juoksi nopeasti (Juostaan paikallaan.)

lunta olikin vain polviin asti (Laitetaan kädet polviin.)

TUIKI TUIKI TÄHTÖNEN:

Tuiki tuiki tähtönen,
iltaisin sua katselen
korkealla loistat vaan
katsot alas maailmaan
tuiki tuiki tähtönen,
iltaisin sua katselen

JÄNÖJUSSIN MÄENLASKU:

Kun pikkupojat suksillaan
laski mäessään,
niin jänöjussi pensaastaan
katsoi ihmeissään.
Ja niin hän nauroi itseksään,
kun joku lensi pyrstölleen,
niin huoleton, tuo leikki on
ja aivan verraton.

Jos mulla oisi sukset vaan,
kyllä näyttäisin,
mäkeä kuink' lasketaan
ja kaikki voittaisin.
Vaikk' hyppyri tuo katala
on mulla liian matala,
niin pilvihin mä hyppäisin,
heille näyttäisin.

Mutt' orava tuo oksaltaan
silloin haastoi näin:
Sä pullistelet varmaan vaan,

Jussi ystäväin.

Et kyllä hyppää pilvihin,
mä vaikka sua auttais
ja vedon lyön, jos teet sen työn,
niin häntäni mä syön.

Jos Jussi vaikka yllättäis,
se mistä tiedettiin,
ja jotta kiista selviäis,
sukset hankittiin.

Ja kohta mäen huipulta
Jussi huutaa hurjana:
Pois alta vaan, nyt lasketaan,
en pelkää ollenkaan!

Ja niin kuin myrsky konsanaan
hän syöksyi alaspäin,
ei aavistanut ollenkaan,
ett' vois käydä näin:
Kas satakunta volttia
hän teki ilman holttia
ja vatsalleen hän kinokseen
näin lensi suksineen.

Mutt' orava hän hymyili,
se oli miehen työ,
ja mulla säilyi häntäni,
en sitä vielä syö.

Kas muista, Jussi ystäväin,
ei pilvet ole maassa päin,
sä usko vaan, kun neuvotaan
tai koeta uudestaan

VILLE JA VALLE:

Ville ja Valle mökissänsä, elivät olivat yksinänsä.

Ovi oli lukossa, ja ikkunat oli tukossa ja piipun päällä oli hattu.

Ville oli Ville ja Valle oli Valle, senhän voi kuuluttaa kaikkialle!

Ville piti rahasta ja Valle piti mahasta, varsinkin kun se oli täysi.

Ville oli Ville ja Valle oli Valle, senhän voi kuuluttaa kaikkialle!

Ville piti rahasta ja Valle piti mahasta, varsinkin kun se oli täysi.

HÄMÄ- HÄMÄHÄKKI:

Hämä-hämähäkki kiipes langalle.

Tuli sade rankka, hämähäkin vei.

Aurinko armas kuivas satehen,

hämä-hämähäkki kiipes uudelleen.

HARAKKA HYPPII:

Harakka hyppii maassa (Hypitään paikallaan.)

Västäräkki keikkuu kivellä (Keinutaan puolelta toiselle.)

Varpunen nokkii katolla (Koputetaan sormilla päätä.)

Kissa köyristää selkäänsä (Köyristetään selkää.)

Kaikki linnut pelkää (Vapistaan.)

Tuolla ne jo lentää (Heilutetaan käsiä kuin siipiä.)

Omaan pikku pesään (Tehdään käsistä pesä.)

KEVÄINEN METSÄRETKI:

Nyt lähdemme kaikki keväiselle metsäretkelle. Ensin LAITAMME ULKOILUHOUSUT JALKAAN, KUMISAAPPAAT JALKAAN sekä LAITAMME TAKIN PÄÄLLE. Sitten laitamme vielä LIPPALAKIN PÄÄHÄN JA SORMIKKAAT KÄTEEN. Seuraavaksi pakkaamme repun, LAITAMME SINNE MEHUA JA EVÄSLEIVÄN SEKÄ OTAMME VARMUUDENVUOKSI MYÖS KIIKARIT MUKAAN.

Avaamme ulko-oven ja keväinen aurinko paistaakin jo kauniisti. LÄHDEMME KÄVELEMÄÄN KOHTI METSÄÄ. ENSIN KIIPEÄMME SUURELLE KALLIOLLE JA OTAMME KIIKARIT REPUSTA. KATSELEMME KIIKAREILLA JA KOITAMME NÄHDÄ JOITAKIN METSÄN ELÄIMIÄ. Minkä eläimen näemme? (Nostetaan hirvikortti esiin)

JATKAMME MATKAA JA kipuamme kalliolta alas. Löydämme pienen metsäpolun, jota pitkin lähdemme kävelemään. Metsäpolun varrella on paljon pieniä puroja, JOIDEN YLI HYPPELEMME. Eteemme tulee todella suuri puro, PÄÄSEMMEKÖ HYPPÄÄMÄÄN SEN YLI?

Puron toisella puolella huomaamme jonkun eläimen vilahtavan. LÄHDEMME NOPEASTI JUOKSEMAAN ELÄINTÄ KOHTI. Emme tunnista eläintä, joten PYSÄHDYMMME KAUEMMAKSI KIIKAROIMAAN SITÄ. Eläimellä on kaksi hassua hammasta sekä iso litteä häntä. MIKÄ ELÄIN ON KYSEESSÄ? (Nosta majavakortti)

Nälkä yllättää meidät ja lähdemme JUOSTEN ETSIMÄÄN HYVÄÄ EVÄSPAIKKAA. Löydämme suuren kannon mihin ISTUMME JA OTAMME EVÄÄT REPUSTA. SYÖTYÄMME HUOMAAMME ORAVAN, JONKA PERÄÄN LÄHDEMME JUOKSEMAAN.

Orava johdattaa meidät paikkaan, mihin kaikki metsän eläimet ovat kokoontuneet viettämään kevät karkeloita. MITÄ KAIKKIA ELÄIMIÄ NÄEMME?

LEIDI LEPAKKO:

Leidi Lepakko on _____, _____ lepakko. Hänellä on _____ silmät, jotka loistavat kuin ilta-aurinko silloin, kun Leidi on _____. Hänen silmiensä väri himmenee ja siipinahkaa alkaa kutittaa aina silloin, kun hän on _____ tai _____.

Leidi Lepakko asuu _____ äitinsä kanssa kahden, koska hänen _____ sisaruksensa ovat jo aikuisia ja koska _____ Herra Lepakko on muuttanut muualle. Leidin huoneessa on _____ sänky, jossa on _____, lähes _____ koristeet ja hänen katostaan roikkuu _____ prinsessaharso.

Eräänä päivänä Leidi kietoi prinsessaharsostaan köyden ja kapusi tempputornin _____ seinämää pitkin alas. Olisitpa nähnyt, miten hänen _____ äitinsä suuttui.

Entä, mitä sitten tapahtui...?.

LEIKIT

KARHU NUKKUU:

Muodostetaan piiri leikkijöistä ja valitaan piirin keskelle yksi tai useampi leikkijä ” karhuksi ” . Karhu menee kyykkyyn piirin keskelle ja halutessaan laittaa kädet silmiensä päälle. Piirissä olijat lähtevät kulkemaan myötä päivään ja laulavat samalla ” *Karhu nukkuu, karhu nukkuu talvi pesässänsä. Ei ole vaaraa kellään, näin sitä leikitellään, karhu nukkuu, karhu nukkuu, eipäs nukukkaan.* ” Kun on laitettu ”eipäs nukukkaan” karhu nousee ylös ja lähtee ottamaan piirissä olijoita kiinni. Kun hän saa yhden kiinni tulee hänestä seuraava karhu ja leikki voi alkaa uudelleen. Leikkiä voidaan myös leikkiä niin, että piirissä olijat jaetaan pareihin ja liikkua saa ainoastaan kävellen.

SEURAA JOHTAJAA:

Leikkijät jaetaan pienempiin ryhmiin. Ryhmä laitetaan jonoon ja jonon ensimmäinen on johtaja. Muut leikkijät kulkevat johtajan takana. He seuraavat johtajaa ja toistavat hänen tekemänsä liikkeit. Sovitusta äänimerkistä jonon ensimmäinen siirtyy jonon viimeiseksi, seuraavasta tulee uusi johtaja. Leikkiä leikitään niin kauan, että kaikki ovat saaneet olla johtajina.

LUMIJALKAPALLO:

Rajatulla peli alueella osallistujat jaetaan pareihin tai kolmen hengen ryhmiin. Osallistujat ottavat toisiaan kädestä kiinni ja liikkua saa ainoastaan yhdessä kävellen niin, ettei ote irtoa. Tarkoituksena on potkia palloa eteenpäin ennalta määrättyihin kohteisiin. Vaihtelua peliin saa, ottamalla erikokoisia palloja.

KÄY KOSKETTAMASSA:

Valitaan leikki alue, jossa on paljon eri värejä ja erilaisia esineitä. Osallistujat voidaan jakaa tarvittaessa pienempiin ryhmiin. Ohjaa ohjeistaa esimerkiksi: Käy koskettamassa jotain sinistä. Osallistujat lähtevät etsimään annettujen ohjeiden mukaan jotain sinistä ja käyvät koskettamassa sitä ja palaavat ohjeistajan luokse kuuntelemaan seuraavaa ohjetta.

LÖYDÄTKÖ OIKEAN ELÄIMEN LUOKSE?

Eläinten kuvat annetaan ohjaajille tai viedään piha-alueelle. Pieniä eläinten kuvia on pussissa, josta osallistujat saavat nostaa yhden eläimen kerrallaan ja pitää löytää oikean eläimen luokse. Eläinten nosta pussista jatketaan niin kauan ennen kuin kaikki eläimet ovat löytäneet oman paikkansa.

MISSÄ MINUN LAPSENI OVAT?

Osallistujat ovat rivissä ja osoitetaan paikka, esim. viiva maassa, johon leikissä juostaan.

Ohjaaja: Missä minun lapseni ovat?

Osallistujat: Täällä!

Ohjaaja: Tulkaa kotiin!

Osallistujat: Millä tavalla?

Ohjaaja: Niin kuin jänis. (Joka kerralla jokin eri eläin.)

Ja osallistujat liikkuvat matkien eläintä sovitusta paikasta toiseen.

LEIKKIVARJO:

Pyörivä pyörä: Otetaan yläotteella kiinni varjon reunasta. Kuljetaan myötä-päivään ja vaihdetaan suuntaa merkistä. Etenemistä voi tehdä: Kävellen, juosten, laukalla ja ristilaukalla.

Ilmapallo: Otetaan kiinni varjon reunasta. Nostetaan varjo ylös ja samalla otetaan askeleita kohti varjon keskustaa. Varjon saavuttaessa maksimi kohdan otetaan askeleita varovasti taaksepäin.

Myrsky: Otetaan varjon reunasta kiinni. Käydään rauhalliseen tahtiin ensin ravistelemaan varjoa ja merkistä nopeutetaan tahtia. Mukaan voi ottaa myös palloja.

Väri vaihto: Jokainen asettuu jonkun värin kohdalle. Nostetaan varjo ilmaan ja ohjaaja sanoo esim. punainen. Kaikki jotka ovat punaisen värin kohdalla päästävät varjosta irti ja vaihtavat paikkaa.

MAA-MERI-TAIVAS

Merkitään leikkialue ja piirretään maahan esim. viivat maan- meren ja taivaan merkiksi. Ohjaaja sanoo vuoron perään maa, meri tai taivas ja leikkijät juoksevat aina kyseiselle viivalle. Tarvittaessa maasta, merestä ja taivaasta voi olla kuvat mukana.

KUKA PELKÄÄ MUSTEKALAA?

Rajataan leikki alue ja piirretään maahan ” turva- alueet”. Ohjaaja tai yksi leikkijöistä valitaan mustekalaksi. Mustekalan tarkoituksena on saada muita leikkijöitä kiinni, kun he juoksevat turva-alueelta turva-alueelle. Kun mustekala saa jonkun kiinni muuttuu hän mustekalanlonkeroksi ja jää paikalleen ottamaan muita leikkijöitä kiinni. Mustekala saa juosta leikkialueella vapaasti mutta mustekalanlonkerot saavat liikkua ainoastaan tukijalan avulla.

LÄHTEET:

Autio, T. 2012. Liiku ja leiki. Motorisia perusharjoitteita lapsille. VK- Kustannus: Vaajakoski

<https://kasvatus.wikispaces.com/Liikuntaleikkej%C3%A4+3-5+-vuotiaille>

Mannerheimin lastensuojeluliitto. Vanhempainnetti. Leikkivinkit. Saatavissa: www.mll.fi

Pulli, E. 2006. Tempputornissa tapahtuu. Liikkumaan innostavia tarinoita ja toimintavinkkejä. Karisto Oy kirjapaino: Hämeenlinna.

Tekijät: Inna Jäntti, Kerttu Peippo & Karita Viljaranta