

KOSKENTALON PÄIVÄTOIMINTA

Ikäihmisten osallisuuden tukeminen

Johanna Lintula q26536

Opinnäytetyö, syksy 2016

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Hoitotyön koulutusohjelma

Sairaanhoitaja (AMK)

TIIVISTELMÄ

Lintula, Johanna. Koskentalon päivätoiminta; ikäihmisten osallisuuden tukeminen. Diak Länsi, Pori, syksy 2016, 29 s., 1 liite. Diakonia-ammattikorkeakoulu, Hoitotyön koulutusohjelma, Sairaanhoidaja (AMK).

Opinnäytetyön aiheena on ikäihmisten päivätoiminta. Opinnäytetyö toteutui yhteistyössä Kolmostien Terveys Oy:n kanssa. Tutkimuksessa kysyttiin päivätoiminnassa käyviltä ikäihmisiltä kolmeen päättämiskysymykseen liittyviä kysymyksiä. Tutkimuskysymykset liittyivät aiheeltaan kodikkuuteen, osallisuuteen ja toimintakyvyn edistämiseen. Kyselyyn vastasi kahdeksan päivätoiminnassa kävijää.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää Koskentalon päivätoiminnassa käyvien ikäihmisten mielipiteitä päivätoiminnan kodikkuudesta, toimintakykyyn vaikuttamisesta sekä miten ikäihmiset osallistuvat päivätoiminnan suunnitteluun ja toimintaan. Tutkimuksen tavoitteena on saada kehittämissuhteita päivätoimintapäiviin kyseisten teemojen osalta. Ikäihmisten osallisuus toiminnan kehittämiseen toteutui heille tehtävän kyselyn kautta.

Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena. Aineisto kerättiin kyselylomakkeella päivätoiminnassa käyviltä ikäihmisiltä. Sisällönanalyysia käytettiin tulosten tulkintaan. Tarvittaessa ikäihmisiä avustettiin kyselylomakkeen täyttämässä.

Tulosten perusteella kodinomaisuutta tuo yhdessäolo muun muassa ruokailun merkeissä. Ohjaajan suullisen tiedon mukaan päivätoiminnan asiakkaat ovat saaneet osallistua ohjelman suunnitteluun. Yhteiseen tekemiseen kävijät ovat osallistuneet muun muassa askartelun ja bingon merkeissä. Tulevaan ohjelmistoon vastaajat toivovat retkiä, esitelmiä ikäihmisten terveyteen liittyvistä asioista. Toimintakyvyn parantumisen kannalta vastaajat ovat huomanneet mielen virkistymisen päivätoiminnan myötä.

Johtopäätöksenä tutkimuksen perusteella voisi päivätoiminnassa jatkossa kodinomaisuutta lisätä tauluilla ja värillä teksteillä. Lisäksi ohjelmistoon voi pyytää vierailijan pitämään luentoa ajankohtaisista asioista. Toimintakykyä voisi edistää lisäämisellä kävelyretkiä pihalla. Yleinen ilmapiiri päivätoiminnassa on ikäihmisten mielestä mieltä piristävä.

Avainsanat ikäihminen, päivätoiminta, kodinomaisuus, osallisuus, toimintakyky, laadullinen tutkimus, kyselylomake

ABSTRACT

Lintula Johanna. Supporting the participation of elderly people in Koskentalo. p., 29, 1 appendix. Language: Finnish. Autumn 2016. Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Nursing, Options in Health Care. Degree: Nurse.

The aim of this bachelor's thesis arose from an interest to develop the day activity provided by Koskentalo from the elderly people's point of view. The thesis was made in cooperation with Kolmostien Terveys Ab.

The purpose of this thesis was to find out the elderly people's views and ideas on creating a homelike environment in Koskentalo day activity. Moreover, to find out and take account of the elderly people's ideas on how to promote participation and involvement in the planning and implementing these activities.

This study was conducted as a qualitative research method. The data was collected by a survey. A questionnaire was filled in by the elderly visiting the day activity. If needed, the elderly were assisted in filling in the questionnaire on the basis of interview. The results were analyzed by content analysis.

The results showed that get together meals bring the homelike sense and the guests of the day activities are allowed to participate in the planning of the program. The visitors have already participated in hand crafts and bingo but within the near future, the elderly wish to go on field trips more and to hear presentations on the elderly people's health issues. Moreover, they think that paintings and rich fabrics increase the homelike environment. In addition, refreshing lectures about current issues and taking walks in the yard promotes their ability to function. They have noted that their functional capacity has improved through these activities and had a good effect on the mind and mood. The common atmosphere is cheery and refreshing in the day activities provided by Koskentalo.

Keywords an elderly person, day activity, homely, involvement, working order, qualitative research, questionnaire

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	4
2.1 Koskentalon päivätoiminta	7
2.2 Ikäihminen.....	8
2.3 Kodinomaisuus.....	8
2.4 Ikäihmisten osallisuuden tukeminen.....	9
2.5 Ikäihmisen toimintakyky	11
3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	13
4 TUTKIMUSAINEISTON HANKINTA- JA ANALYSOINTIMENETELMÄT	15
5 TUTKIMUKSEN TULOKSET	18
5.1 Ikäihmisten kokemus päivätoiminnan kodinomaisuudesta	18
5.2 Ikäihmisten osallistuminen päivätoiminnan toimintaan ja suunnitteluun...	19
5.3 Päivätoiminta toimintakyvyn edistämiseksi.....	20
6 JOHTOPÄÄTÖKSET	21
7 POHDINTA.....	23
7.1 Tutkimustyön luotettavuus.....	24
7.2 Tutkimustyön eettisyys.....	25
7.3 Lopuksi	26
LÄHTEET	27
LIITE 1: KYSELY KOSKENTALON PÄIVÄTOIMINNAN ASIAKKAILLE	29

1 JOHDANTO

Sosiaali- ja terveysministeriön ja Kuntaliiton uudistunut laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi julkaistiin 17.7.2013. Laatusuositus pitää tärkeänä, että kunnat varautuvat kaikessa toiminnassaan ikärakenteen muutoksiin ja turvaavat laadukkaat ja oikea-aikaiset palvelut ikäikäille. Laatusuositus tukee tässä tehtävässä kuntapäätäjää. Se on tarkoitettu myös sosiaali- ja terveyspalvelujen tuottajien ja kolmannen sektorin toimijoiden käyttöön. (Ikääntyneiden palvelut 2013.)

Parkanossa Koskentalon päivätoiminnan tavoitteena on löytää keinoja saada ikäihmiset aktiivisiksi ryhmän jäseniksi. Päivätoiminnan tarkoituksena on ylläpitää ja edistää ikäihmisten osallisuutta ja toimintakykyä kodinomaisessa ympäristössä. Palveluiden uudelleen organisoiminen on tärkeää, joten ajatus Kosken toimintatalon tilan hyötykäytölle ikäihmisten osalta on tarpeellista osaltaan tukemaan ikäihmisten osallisuutta, toimintakykyä ja yhdessä tekemistä kodinomaisissa puitteissa.

Opinnäytetyön aiheen valinta syntyi kiinnostuksesta kehittää vasta-alkanutta toimintaa tarkoituksenmukaiseksi ja houkuttelevaksi ikäihmisille. Kiinnostusta aiheeseen herätti myös työni kotihoidossa palveluvastaavan sijaisena, jonka alaisuuteen päivätoiminta kuuluu. Palveluvastaavana olen olennaisessa asemassa edistämässä päivätoiminnan kehitystoimintaa. Ikäihmisten päivätoiminnasta on tehty hyvin vähän tutkimuksia ja kirjallisuutta siitä on saatavilla vain vähän. Opinnäytetyö mahdollisti päivätoiminnassa käyvien ikäihmisten osallistumisen juuri tämän Koskentalon päivätoiminnan kehittämiseen.

Opinnäytetyön tutkimus toteutettiin kyselomakkeen avulla Koskentalon päivätoiminnassa käyviltä ikäihmisiltä. Tutkimukseni avulla saa päivätoiminnan kehittämiseen ehdotuksia asiakasnäkökulmasta. Analysoin ikäihmisten vastaukset ja tuloksista kirjoitin tutkimusraportin. Raportissa ovat analysoinnin tuloksena tulleet ehdotukset päivätoiminnan kehittämiseksi.

Opinnäytetyön teoreettisessa osassa kuvataan käsite ikäihminen ja pohditaan ikäihmisen osallisuutta, toimintakyvyn edistämistä sekä päivätoiminnan kodinomaisuutta. Opinnäytetyö pohjautuu nimenomaan ikäihmisten osallisuuden tukemiseen. Koskentalon päivätoiminta ja sen toiminnan suunnan kehittäminen paremmin ikäihmisiä houkuttelevaksi mahdollisti tämän tutkimuksen.

2 KOSKENTALON IKÄIHMISTEN PÄIVÄTOIMINTA JA VAIKUTTAVAT OSA-ALUEET

2.1 Koskentalon päivätoiminta

Koskentalon päivätoiminnan tuottaa Kolmostien Terveys Oy. Kolmostien Terveys Oy tuottaa Parkano – Kihniö yhteistoiminta-alueella kokonaisuudessaan julkisen perusterveydenhuollon. Kolmostien Terveys Oy on Pihlajalinna konsernin ja Parkanon kaupungin 1.1.2016 perustama yhteisyritys.

Koskentalon päivätoiminta alkoi 7.9.2015 Koskentalon toimintatilassa. Toimintatila sijaitsee Parkanon terveyskeskuksen pihapiirissä, samassa rakennuksessa kotihoidon toimiston kanssa. Toiminta Koskentalolla on tarkoitettu ikäihmisille. Toiminta on kotihoidon organisoimaa maksullista toimintaa. Asiakkaaksi pääsee kotihoidon edustajan tekemän palveluntarpeen kartoituksen kautta.

Päivätoiminnassa järjestetään toimintakykyä ja osallisuutta ylläpitävää toimintaa kodinomaisessa ympäristössä. Päivätoiminta on resursoitu järjestettävän yhden ohjaajan avulla ja noin kymmenelle asiakkaalle joka päivätoimintapäivä. Toimintaa järjestetään maanantaisin ja perjantaisin klo: 9.00 – 14.00.

Päivätoimintamaksuun sisältyy aamupala, lounas ja päiväkahvi. Tarpeen mukaan asiakas voi käydä avustettuna saunassa ja peseytymässä. Asiakkaan toimintakyky huomioiden ohjaaja avustaa pesuissa.

2.2 Ikäihminen

Laissa ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvveluista (2012/980) ikääntyneen määritelmän kerrotaan olevan vanhuuseläkkeeseen oikeuttavassa iässä olevaa väestöä. Lisäksi iäkkäällä henkilöllä tarkoitetaan henkilöä, jonka fyysinen, kognitiivinen, psyykkinen tai sosiaalinen toimintakyky on heikentynyt korkean iän myötä alkaneiden, lisääntyneiden tai pahentuneiden sairauksien tai vammojen vuoksi taikka korkeaan ikään liittyvän rappeutumisen johdosta. Kolmostien Terveys Oy:n vanhuuspalveluiden yksiköissä yleiseksi vanhusiäksi eli ikäihmiseksi katsotaan yli 65-vuotias henkilö. Opinnäytetyössä käytän sanaa ikäihminen, koska tätä käytämme myös työelämässä.

2.3 Kodinomaisuus

Ikäihmisen hyvinvoinnin kannalta on keskeistä, että fyysiset rakenteet ovat sellaisia, että ihmiset voivat olla aktiivisia. Sosiaali- ja terveysministeriön suosituksissa (2008) laadukkaan fyysisen ympäristön kriteereiksi nimetään turvallisuus, esteettömyys ja viihtyisyys.

Sosiaalisessa ympäristössä keskeistä hyvinvoinnin kannalta Voutilaisen (2008) mukaan on, että sen rakenteet antavat yksilölle mahdollisuuden kokoontua yhteen ja vuorovaikutukseen muiden kanssa. Aikaisempien tutkimusten mukaan mitä enemmän ikäihmisellä on sosiaalista pääomaa sitä paremmaksi he tuntevat terveytensä.

Voutilaisen (2008) mukaan siisti ympäristö ja luonnon läheisyys lisäävät viihtyisyyttä. Päivätoiminnan tilat pidetään siistinä yhdessä ikäihmisten kanssa pienin askarein sekä laitoshuoltaja käy tekemässä ylläpitosiivouksen säännöllisesti. Luonnon läheisyyttä tuo pihapiirissä oleva pieni puistikko, jonka voi hyvällä säällä käydä kiertämässä ympäri yhdessä. Lepohetken voi pitää matkalla olevalla penkillä. Koskentalon vieressä on myös hevostila, jonka pihapiirissä aitauksessa on

hevosia, joita voi matkalla käydä katsomassa. Viihtyisään ja kodinomaiseen ympäristöön kuuluvat myös erilaiset toimintamahdollisuudet. Tiloja voi järjestellä toiminnan mukaan.

2.4 Ikäihmisten osallisuuden tukeminen

Laatusuositus korostaa iäkkäiden osallisuuden vahvistamista. Tarvitaan aitoa yhdessä tekemistä niin, että kaikessa kehittämisessä ja päätöksenteossa kuuluu iäkkäiden ääni. (Ikääntyneiden palvelut 2013.)

Kuntien ikäpolitiikan tulee nähdä ikääntyvät kansalaisina ja erityisesti sosiaalisina osallistujina, joiden äänten kuuleminen palvelujen suunnittelussa ja toteutuksessa on tärkeää. Ikääntyneillä on voimavaroja, osaamista, kykyjä ja aktiivisuutta. (Haverinen 2008, 232–236.)

Osallisuus on kokemuksellista, kuten tunne yhteenkuulumisesta ja konkreettista, kuten mahdollisuus osallistua, toimia ja vaikuttaa yhteisössä. Ikäihmisten motivaatio ja voimavarat osallistua ovat erilaiset. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2013, 17.)

Haverisen (2008) mukaan sosiaalinen osallisuus merkitsee kuulumista johonkin yhteisöön ja se korostaa aktiivista osallisuutta syrjäytymisen ja eristymisen keinona. Käsite sisältää kontaktit perheeseen, sosiaaliset suhteet ja vaikuttamismahdollisuudet. Ikäihmisellä sosiaalinen osallisuus tarkoittaa sitä, että voi elää mahdollisimman pitkään tutussa ja turvallisessa ympäristössä, sekä yllä pitää omia sosiaalisia suhteita, osallistua harrastetoimintoihin, hoitaa asioinnin yksin tai avustettuna ja osallistua halutessaan lähiyhteisön toimintaan. Osallisuus tulee kuitenkin määritellä laajemmaksi käsitteeksi kuin osallistuminen. (Haverinen 2008, 232.)

Osallisuus merkitsee yksilötasolla sitä, että asiakkaat ovat osallisia esimerkiksi oman hoito- ja palvelusuunnitelmansa teossa. Pyrkimyksenä on vaikuttaa yksilöiden jokapäiväiseen elämään ja elämänhallintaan. Palvelujen tasolla osallisuus

on sitä, että asiakkaat ovat mukana suunnittelemassa palveluja yhteistyössä eri toimijoiden kanssa. (Clark, Davis, Fisher, Glynn & Jefferies 2008, 11.)

Osallisuutta voidaan kuvata viitenä tasona. Ensimmäisessä tasossa ei ole osallisuutta. Silloin palvelut suunnitellaan, toteutetaan ja johdetaan ammattilaisvetoisesti. Toisessa tasossa on rajoitettu osallisuus ja asiakas saa rajoitetusti tietoa palveluista. Kolmannessa tasossa on kasvava osallisuus. Asiakas saa säännöllisesti tietoa palveluista. Neljännessä tasossa on yhteistyötä eli asiakas saa silloin osallistua palvelujen suunnitteluun. Viidennessä tasossa on kumppanuus. Tässä tasossa asiakas ja palvelujen tuottajat toimivat kumppanuudessa kaikilla alueilla. (Clark, Davis, Fisher, Glynn & Jefferies 2008, 10–12.)

Ensimmäisellä tasolla palvelunkäyttäjillä ei ole lainkaan osallisuutta. Toisella tasolla osallistuminen on rajoitettua. Palvelunkäyttäjille annetaan rajoitetusti tietoa ja asiakkaat ovat silloin tällöin osallisia hoito- ja palvelusuunnitelmien teossa, mutta se ei ole systemaattista. Kolmannella tasolla puhutaan lisääntyvästä, kasvavasta osallisuudesta. Asiakkaiden mielipiteitä kysytään säännöllisesti toimintamuodoista ja he saavat säännöllisesti tietoa palveluista. Suurin osa osallistuu oman hoito- ja palvelusuunnitelman tekemiseen. Kuitenkin palvelujen suunnittelu, talouspäätökset, henkilökunnan rekrytointi jne. tehdään tilanteissa, joissa palvelunkäyttäjät eivät ole osallisina, tasolla neljä puhutaan yhteistoiminnasta. Palvelunkäyttäjät ovat osallisia ja he ovat säännöllisesti mukana hoito- ja palvelusuunnitelmiansa teossa, henkilökunnan rekrytoinnissa ja palvelujen suunnittelussa. Palvelunkäyttäjillä on mahdollisuus tavata toisiaan ja he saavat tarkoituksenmukaista koulutusta taidoista, joita tarvitaan yhteistoiminnassa. Viidennellä tasolla puhutaan kumppanuudesta. Palvelunkäyttäjät ja ammattilaiset ovat kumppaneita kaikilla tasoilla. Ratkaisevatkin poliittiset päätökset tehdään yhdessä. Palvelujenkäyttäjät ovat arvioimassa palveluja, ja heitä rohkaistaan toimimaan aktiivisesti. (Clark, Davis, Fisher, Glynn & Jefferies 2008, 10–12.)

Tutkimukseni avulla pyritään pääsemään neljänteen tasoon eli pyritään yhteistyöhön ja asiakas saa osallistua toiminnan suunnitteluun, kuten Clarkin, Davisin Fisherin, Glynnin & Jefferiesin (2008) kuvaamassa osallisuuden tasoportaikossa.

2.5 Ikäihmisen toimintakyky

Voimavara tarkoittaa usein samaa kuin resurssi eli selviytymisstrategiaa, selviytymistaitoa, vahvuutta, kykyä, mahdollisuutta tai keinoja. Kuntoutumisessa voimavaroja voivat periaatteessa olla mitkä tahansa kuntoutujaa hyödyntävät asiat, kuten oma taistelutahto, samassa elämäntilanteessa ollut tuttava tai aikaisemmat kokemukset. (Kettunen, Kähäri-Wiik, Vuori-Kemilä & Ihalainen 2009, 65.)

Toimintakyky voidaan jakaa fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn. Ikääntyneiden ihmisten toimintakyvyn arvioinnissa käytetään jaottelua fyysinen, kognitiivinen ja psykososiaalinen toimintakyky. Arvioitaessa suoriutumista arjen toiminnoista, kuten päivittäisistä perustoiminnoista (BADL, Basic Activities of Daily Living eli KATZ), vaativammista kotona asumisen ja itsenäisen elämisen toiminnoista (IADL, Instrumental Activities of Daily Living) ja sosiaalsiin suhteisiin ja harrastuksiin liittyvistä toiminnoista (AADL, Advanced Activities of Daily Living), käytetään myös käsitettä yleinen toimintakyky, koska nämä toiminnot edellyttävät sekä fyysistä, kognitiivista että psykososiaalista toimintakykyä. (Tiikkainen 2008, 61.)

Toimintakyvyn arviointi tuottaa tietoa useisiin erilaisiin tarkoituksiin. Arviointituloksia voidaan hyödyntää asiakkaan palvelutarpeen selvittämisessä, asiakkaan hoidon ja palvelun suunnittelussa, toteutuksessa ja arvioinnissa sekä hoito- ja palvelusuunnitelmaa laadittaessa. Lisäksi arvioidaan ja seurataan toimintakykyä edistävän hoitotyön, lääkehoidon ja muiden toimintakyvyn parantamiseksi tehtyjen kuntoutustoimien ja annettujen palvelujen vaikutuksia asiakkaan toimintakykyyn. (Voutilainen 2008, 124.)

lääkäillä ihmisillä pitää iästä ja toimintakyvystä riippumatta olla mahdollisuus elää omanlaistaan hyvää elämää omissa yhteisöissään. Hyvä elämänlaatu ei ole pelkästään hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä tahi eriasteista hoidon ja huolenpidon tarpeen arviointia ja siihen vastaamista – vaikka tämä Sosiaali- ja terveysministeriön (2013) laatusuositus onkin valmisteltu pitkälti näitä asiakokonaisuuksia huomioon ottavaksi. Kyse on laajasti hyvän elämän edistämisestä eli hyvän

elämänlaadun ja toimivan arjen turvaamisesta. Siihen tuovat parannuksia hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen ja palvelujen laadun parantaminen. Näkökulma ei koskaan saa kapeutua siihen, että iäkkäät ihmiset nähtäisiin vain palveluiden tarvitsijoina ja käyttäjinä. Vastuukysymyksiäkin tulisi pohtia nykyistä monipuolisemmin. Ihmisten oma vastuu ja yhteiskunnan vastuu eivät ole toinen toisensa poissulkevia. Iäkäs ihminen on aina, oman toimintakykynsä mukaisesti, osallistuja ja toimija. Hän asettaa itse omat tavoitteensa, valikoi kiinnostuksen kohteensa ja toimintatapansa sekä arvioi omaa toimintaansa.

Koskentalon päivätoiminnan tavoitteisiin kuuluu saada ikäihmisten voimavarat käyttöön ja toimintakyvyn edistäminen. Tutkimuksen kautta sain kehitysehdotuksia myös päivätoiminnan ikäihmisten voimavarojen käytön ja toimintakyvyn edistämiseen. Ikäihmisen toimintakyvyn ylläpitämistä on mietittävä jokaisen päivätoiminnan ikäihmisen kohdalla erikseen. Tähän ovat käytössä toimintakykymittarit. Parkanossa perusterveydenhuollossa ja myös päivätoiminnassa käyvien toimintakykyä arvioidaan erilaisilla toimintakykymittareilla, erityisesti käytössä ovat BADL eli KATZ ja IADL -toimintakykymittareilla.

3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITTEET JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Kesällä 2015 pohdin tutkimuksen aihetta ja toteutusväylää päivätoiminnan kehittämiseksi. Tutkimusluvan sain heti idean esittämisen jälkeen vanhustyön palvelupäälliköltä. Tutkimusluvan jälkeen lähdin tekemään tarkennettua tutkimussuunnitelmaa. Keskustelin suunnitelmaa tehdessäni myös silloisen kotihoidon palveluvastaavan, päivätoiminnan ohjaajan, vanhustyön palveluohjaajan ja vanhustyön palvelupäällikön kanssa opinnäytetyön aiheestani konsultoiden myös tarkennuksiin ohjausta opinnäytetyön ohjaajiani.

Opinnäytetyön tutkimusta päädyin tekemään rajaamalla tutkimuksen Koskentalon päivätoiminnassa tutkimushetkellä käyviin ikäihmisiin. Päivätoimintapäivä on ajateltu olevan enintään kymmenelle asiakkaalle. Vaihtelua asiakasmäärissä on ollut paljon.

Tutkimuspäivät olivat maanantai ja perjantai, jolloin päivätoiminnassa ovat eri asiakkaat. Tutkimuspäivänä esittelin ikäihmisille tutkimuksen aiheen, tarkoituksen ja tavoitteen. Kävin heidän kanssaan läpi kyselylomakkeen kysymykset. Kerroin heille, että kyselylomakkeeseen vastaaminen on vapaaehtoista ja tapahtuu anonyymisti. Suullisen tiedonannon kautta on helpompi selventää ikäihmisille eri käsitteet tutkimukseen liittyen.

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää Koskentalon päivätoiminnassa käyvien ikäihmisten mielipiteitä päivätoiminnan kodikkuudesta, toimintakykyyn vaikuttamisesta sekä miten ikäihmiset osallistuvat päivätoiminnan suunnitteluun ja toimintaan. Tutkimuksen tavoitteena on saada kehittämissuhteita päivätoimintapäiviin kyseisten teemojen osalta. Lisätavoitteena on saada ikäihmiset osallisiksi päivätoiminnan kehittämiseen tehtävän kyselyn kautta.

Kuten Valli ja Aaltola (2015) teoksessaan kertovat kyselyn suorittamisesta ryhmässä tutkijan ollessa paikalla, kyselyyn vastaajat voivat esittää tarkentavia ky-

symyksiä koskien lomakkeen kysymyksiä. Näin kysymykset ovat oikein ymmärrettyjä ja vastaukset sen mukaiset. Tutkijan ollessa paikalla kyselyn suorittamisen hetkellä, on hänellä mahdollisuus saada hyödyllistä havainnointimateriaalia tutkimusraportin kirjoittamiseen.

Tutkimuskysymykset ovat seuraavat:

1. Millaisia kokemuksia Koskentalon päivätoiminnan ikäihmisillä on kodin-omaisuudesta? Kyselylomakkeen kysymyksillä 1. ja 2. halutaan näihin vastaus.
2. Miten ikäihmiset osallistuvat Koskentalon päivätoiminnan suunnitteluun ja toimintaan? Tähän kysymykseen haetaan vastauksia kyselylomakkeen kysymyksillä 3., 4. ja 5.
3. Miten päivätoiminta edistää ikäihmisten toimintakykyä? Kyselylomakkeen kysymyksillä 6. ja 7. haetaan vastausta tähän.

4 TUTKIMUSAINEISTON HANKINTA- JA ANALYSOINTIMENETELMÄT

Tutkimusmetodina käytin laadullista eli kvalitatiivista tutkimusmenetelmää. Laadullisessa tutkimuksessa keskitytään pieneen määrään tapauksia ja pyritään analysoimaan niitä mahdollisimman perusteellisesti. Aineiston tieteellisyyden kriteeri ei näin ole sen määrä vaan laatu. Tutkittavaa joukkoa ei poimita sattumanvaraisesti vaan harkitusti ja rajatusti. (Eskola & Suoranta 1998, 18.)

Kuten Heikkilä (2014) kertoo, että laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus sopii hyvin esimerkiksi toiminnan kehittämiseen, vaihtoehtojen etsimiseen ja ongelmien tutkimiseen. Tavoitteena tutkimuksessani oli saada ehdotuksia Koskentalon päivätoiminnan kehittämiseksi.

Kyselylomakkeen pääteemoja lähdin miettimään sillä perusteella, että mitä päivätoiminnassa on ohjelmassa ja mikä on päivätoiminnan tarkoitus. Päivätoiminnan tilat ovat remontoitu muutama vuosi sitten. Tilat on pyritty saamaan kodikkaaksi. Kodikkuus siis yksi teema kysymyksiin. Ikäihmiset tulisi saada osalliseksi toimintaan. Tästä siis toinen teema. Kolmanneksi teemaksi nousi päivätoiminnan päätarkoitus eli ikäihmisten toimintakyvyn ylläpitäminen ja edistäminen. Halusin myös tietää, että mikä päivätoiminnassa on jo toimivaa. Näin emme poista toimivaa ratkaisua kehittämisen yhteydessä. Lisäksi halusin päivätoiminnan asiakailta näihin teemoihin liittyen kehittämisehdotuksia ja toiveita. Näiden tutkimuksessa ilmenneiden ehdotusten toteutusta käytäntöön voimme jatkossa lähteä pohtimaan yhdessä ohjaajan kanssa.

Aaltolan (2015) mukaan kysymysten tekemisessä ja muotoilemisessa täytyy olla huolellinen, sillä kysymykset luovat perustan tutkimuksen onnistumiselle. Kysymysten muoto aiheuttaakin eniten virheitä tutkimustuloksiin, sillä jos vastaaja ei ajattele samalla tavalla kuin tutkija on kysymyksen tarkoittanut, tulokset vääristyvät. Kyselylomakkeen kysymykset ovat suunniteltu kysyttävän niin, että mikä on jo hyvää ja miten voisi kehittää kyseessä olevaan tutkimuskysymyksiin (kodin-omaisuus, osallisuus ja toimintakyky) liittyviä asioita.

SurveyMonkeyn (i.a) internetsivuilla ohjataan hyvien kysymysten laadintaan. Kysymykset tulee kirjoittaa selkeästi. Yksinkertaisen ja suoraviivaisen kielen käyttäminen on erittäin tärkeää. Kirjoittaa tulee ymmärrettävästi. On vältettävä sekavia lauserakenteita ja hankalaa sanastoa, kuten ammattisanoja ja liian teknisiä käsitteitä. Jos viittaa käsitteeseen, jota vastaajat eivät välttämättä tunne, ei saa sivuuttaa sitä nopeasti. Tulee muistaa, että vastaajat käyttävät arvokasta aikaansa kyselytutkimuksen vastaamiseen ja heillä on paljon muitakin asioita mielessään. Jos kysymyksiä ei selitä tarkasti, vastaajat voivat turhautua ja keskeyttää vastaamisen tai vastata kysymyksiin sattumanvaraisesti, mikä on vieläkin haitallisempaa. Ensimmäinen vaihtoehto nostaa tietojen hankintahintaa ja toinen vaihtoehto taas heikentää tietojen laatua. Kysyä tulee aina vain yhdestä asiasta kerrallaan. Jos kysyy yhdessä kysymyksessä monesta eri asiasta, vastaajien on vaikea vastata ja tällöin on mahdotonta tulkita vastauksia. Kysymyksiä laadittaessa ei saa johdatella. Kyselytutkimuskysymykset, jotka johdattelevat vastaajia vastaamaan tietyllä tavalla, heikentävät kyselytutkimuksen puolueettomuutta ja vaikuttaa vastauksiin. Kun pitää kyselytutkimuksen sävyn tasapainoisena ja puolueettomana, vastaajat kertovat todelliset mielipiteensä, eivätkä sitä, mitä he luulevat tutkijan haluavan kuulla. Tämä auttaa tutkijaa tekemään oikeita päätöksiä ja havaitsemaan mahdollisia ongelmia.

Kun aineisto oli koottu, seurasi sen muokkaaminen siten, että sen analysoiva käsittely sai alkaa. Tarkistin aluksi mahdolliset virheelliset vastaukset ja kokonaan puutteelliset lomakkeet ja kiinnitin huomiota mm. seuraaviin seikkoihin: Täydellisyyttä tavoittelin tarkastamalla, että oliko jokaiseen kysymykseen saatu vastaus. Puuttuville vastauksille voi joskus saada tukea lomakkeen muista kysymyksistä, mutta yleensä nämä kohdat jäävät auki ja jos niitä on paljon. Puuttuvat tiedot vaikeuttavat tulosten tulkintaa. Täsmällisyyttä tarkistin siten, että oliko kaikkiin kysymyksiin vastattu täsmällisesti. Joskus esiintyi huolimattomuutta ja väärinymmärrystäkin. Yhtenäisyyden tarkistin kirjallisista vastauksista, että olivatko kaikki ymmärtäneet ja tulkinneet kysymykset ja annetut ohjeet samalla tavalla, kuten Virtuaaliammattikorkeakoulun (2007) ohjeistuksessa neuvottiin. Vastauksesta pystyi arvioimaan, että vastasiko se kysytyyn kysymykseen.

Sisällönanalyysin avulla pyritään muodostamaan tutkittavasta ilmiöstä tiivistetty kuvaus. Sisällönanalyysistä puhutaan silloin, kun tarkoitetaan sanallista tekstin sisällön kuvailua. Tutkimusaineiston laadullisessa sisällönanalyysissä aineisto pirstotaan ensin pieniin osiin, käsitteellistetään ja lopuksi järjestetään uudelleen uudenlaiseksi kokonaisuudeksi. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 105 – 116.)

Sisällönanalyysissä tarkastelin aineistoa kysymys kysymykseltä kaikki vastaukset kirjaten eli litteroin vastaukset. Litteroimisen apuna käytin Microsoft Officen Word ohjelmaa. Tämän jälkeen etsin vastauksista yhtäläisyyksiä tai muita merkittäviltä tuntuilta asioita tutkimusongelmaan, minkä jälkeen tiivistin vastaukset muutamaaan pääkohtaan tutkimuskysymyksiin verraten.

Kyselylomakkeiden vastaukset kirjasin Wordille lomake lomakkeelta ja kysymys kysymykseltä. Näin pyrin hahmottamaan paremmin tutkimuskysymysaiheittain vastaukset. Etsin vastauksista pääkohdat, tarkastelin yhteneväisiä vastauksia ja kokosin näitä yhdeksi. Yhtäläisyyksien etsiminen oli helppoa, koska vastauksissa oli hyvin paljon samankaltaisia vastauksia, tästä esimerkkinä kodikkuuteen liittyen ruokailu yhdessä oli monelle tärkeä asia. Näistä vastauksista sain raporttiini tiivistelmän sisällön analyysiin.

5 TUTKIMUKSEN TULOKSET

5.1 Ikäihmisten kokemus päivätoiminnan kodinomaisuudesta

Kodinomaisuutta päivätoimintaan ikäihmisten mielestä tuovat kahvihetki ja ruokailu yhdessä sekä saunominen. Yhdessä oleminen ja toisten läsnäolo tuo tunteen kodinomaisuudesta.

Kyllä täällä saa yksinäisyys seuraa.

Lisäksi viherkasvit ja kukat tuovat päivätoiminnassa käyvien ikäihmisten mielestä kodinomaisuuden tunnetta päivätoimintaan.

Käsitöiden ja arkisten asioiden tekeminen ovat myös tärkeitä kodikkuuden luojia, ja se että käsityöt ovat toimintatiloissa kävijöiden nähtävillä koristamassa tilaa. Kodinomaisuuden tunnetta kuitenkin on ollut hyvin vastaajien mielestä. Hyvä kontakti ikäihmisiin ja asiallisuus ovat osaltaan tuomassa kodinomaista oloa päivätoimintapäivään.

Palautetta tuli remontoitun tilan värityksen kylmyydestä. Tilan värit on eri tummuusasteita sisältävän lilan vivahteinen. Taulujen, ryijyjen tai tekstiilien avulla voisi lisätä kodikkuutta. Sisustuksen värit voisi olla kirkkaampi ja raikkaampi.

Viherkasvit, tarvitsisi olla tauluja seinissä, vähä kylmät värit, täytyisi olla kirkkaita väriä, kirkkaammat värit.

Täytyisi olla raikkaan värisiä mattoja.

Kodikkuutta lisäisi, jos päivätoimintaan saisi osallistua pariskuntana. Karaoke toisi päivätoimintaan kodinomaisuuden tunnetta. Siisteyteen voisi panostaa.

Kaikki on hyvin.

Asiallisuutta.

5.2 Ikäihmisten osallistuminen päivätoiminnan toimintaan ja suunnitteluun

Ikäihmisten vastauksien perusteella he ovat päässeet osallistumaan päivätoiminnan suunnitteluun, kun ohjaaja on kysellyt mielipiteitä ohjelmistosta. Päivätoiminnan suunnitteluun voi vastaajien mielestä osallistua myös vain päivätoiminnassa olemalla. Suunnitteluun ikäihmiset kokevat pääsevänsä osallistumaan vasta, kun ovat päivätoimintaan osallistuneet useamman kerran. Toiveena oli, että ikäihmiä saisi enemmän osallistua toiminnan suunnitteluun.

Kyllä ohjaajat ovat kyselleet ja kyllä aina on jotain keksitty.

Jollakin lailla. Saisi enemmän osallistua kotipalvelun päiväohjelman suunnitteluun.

Päivätoiminnassa ikäihmiset ovat vastausten mukaan yhdessä toisten kanssa askarrelleet, istuttaneet kukkia, tehneet käsitöitä, pelanneet bingoa ja muistipeliä sekä viettäneet aikaa yhdessä jutellen ja toisia kuunnellen.

Aina on keksitty jotain.

Jokainen tekee omiaan.

Itse en jaksa tehdä.

Ehdotuksena päivätoiminnan ohjelmaan lisättäväksi tuli retkeille lähtö yhdessä, kirppiksillä käyntiä, tekokukkien askartelua, Raamatun lukua ja esitelmiä ikäihmisten ajankohtaisiin asioihin liittyen. Lisäksi toiveena oli vierailuja esimerkiksi seurakunnalta. Erityisesti Myllymäen pariskunnan vierailua toivottiin (Myllymäen Taru on Parkano seurakunnalla diakonissana ja Klaus hänen miehensä kuuluu myös seurakunnan henkilöstöön. Klaus on nuoriso-ohjaajana). Muistipelin ja bingon pelaaminen jatkossakin, sekä huomioiduksi tuleminen.

Kyllä tämä riittää aivan hyvin.

En tiedä.

Huomioitavaksi tuleminen.

5.3 Päivätoiminta toimintakyvyn edistämiseksi

Ikääntyneiden vastausten mukaan päivätoiminta on tähän saakka jo vaikuttanut ikäihmisten toimintakykyyn piristävästi.

Mieli piristynyt.

Piristävästi.

Päivätoiminta tuntuu mukavalta ja se että joku kaipaa sekä että on ihmisiä ympärillä. Tulee myöskin lähdettyä kodista jonnekin, kun on sovittu päivätoiminta.

Se katkaisee yksinäisen viikon ja on ihan virkeä olo sinä päivänä.

Positiivisesti, mukava tulla.

Käsin tekeminen on myös vastausten perusteella vaikuttanut toimintakykyyn positiivisesti. Vastajaat esittivät kehittämissuhteuksina toimintakyvyn edistämiseksi pihalla kävelyn, lukuhetket, henkisen puolen asioista puhumisen sekä esitelmää ikäihmisten asioista ja lisäksi laulua. Ikäihmisten mielestä yhdessäolo on tärkein tai jo olemassa olevat toiminnot.

Kumpu tietäis.

En tiedä.

Lisäehdotus oli kirjoitettu erään vastauslomakkeen alareunaan.

Maakunnasta pyytää tuttuja myös päivätoimintaan samana päivänä.

6 JOHTOPÄÄTÖKSET

Kodikkuuden lisäämiseksi oli toivottu lisää värejä sekä värien raikastamista. Väriä on tällä hetkellä muutama vuosi sitten remontoitussa päivätoiminnan tilassa lilan sävyinen. Lila-sävy voi helposti yleisen käsityksen mukaan luoda kylmyyttä tilaan. Ehkä jatkossa voisi ajatella lisätä sisustuksen väriä lämpöisempään värisävyyn mahdollisesti tutkimuksessa esiin tulleiden ehdotusten mukaisesti eli taulujen ja ryijyjen avulla.

Kodikkuutta päivätoiminnan asiakkaiden mielestä tuovat yhdessä ruokailu ja tekeminen sekä saunominen. Tämä vie myös suuren osan päivätoiminnan ajasta. Hyvin pieni aika tällä hetkellä jää muuhun toimintaan. Päivätoiminnan kestoa on lyhennetty tunnilla verrattuna Rauhalan palvelukeskuksen organisoimaan ikäihmisten päivätoimintaan. Tämä muutos on asiakkaiden toiveesta, kun Koskentalon suunnitelmia tehtiin.

Ikäihmisten osallistamiseksi päivätoiminnan suunnitteluun ohjaaja on tiedustellut asiakkailta ehdotuksia. Jos vastaajat olivat olleet päivätoiminnassa, he eivät vielä osanneet vastata tähän tutkimuskysymykseen. Heillä on ehkä vielä totuttelua muihin käytäntöihin ennen kuin kokevat pääsevänsä osallisiksi toiminnan suunnitteluun.

Yhdessä tekemiseksi oli istutettu ja hoidettu kukkia sekä järjestetty yhteistä askartelua. Lisäksi oli ollut käytössä tehtävinä ja peleinä erilaisia muistitehtäviä, bingoa sekä juttelua ja keskustelua toisten ikäihmisten kanssa. Varsinkin bingo on ollut jo kauan keustosuosikki ikäihmisten päivätoiminnoissa.

Toiveena päivätoiminnan jatkosuunnitelmaksi oli tekokukkien tekoa, kirppiä käyntiä ja retkeilyä. Retkien toteuttaminen toki vaatii henkilöstöresurssin lisäystä tilapäisesti tai 3. sektorin vapaaehtoista avustajaa.

Ikäihmiset toivoivat myös, että luettaisiin Raamattua, pelattaisiin muistipeliä ja bingoa sekä esitelmiä ja järjestettäisiin seurakunnan vierailuja, jotka mielestäni vaihtelevaa. Aiheen voisi valita yleisesti kaikille sopivaksi.

Päivätoiminta on vaikuttanut ikäihmisten mielen virkistymisenä, piristymisenä sekä yksinäisen viikon katkaisijana. Yleiseksi vaikutelmaksi kyselyä tehdessä ja ikäihmisten kanssa keskusteltaessa tuli, että he ovat positiivisella mielellä ja pääasiassa innostuneena tulleet päivätoimintaan mukaan.

Toimintakyvyn edistämiseksi tuli ehdotuksina pihalla kävely ja lenkkeily. Yhdessä tekeminen koettiin tärkeäksi myös jatkossakin toimintakyvyn edistäjänä. Ohjelmistoon voisi lisäksi tulla keskustelua henkisen puolen asioista ja yhdessä pohdiskelua sekä esitelmiä ikääntyneiden asioihin liittyen. Vastauksien mukaan toiveena oli esimerkiksi, että asiantuntija tulisi kertomaan sairauden hoidosta ja yleensä kertomaan asioista, joita ikääntyminen tuo tullessaan. Lukuhetket olivat myös ikäihmisten toiveena toimintakyvyn edistämiseksi.

Lisäehdotuksena oli ikäihmisten tulo maakunnasta päivätoimintaan. Tämä on haasteellista päivätoiminnan toimintapäivien vuoksi, jotka ovat maanantai ja perjantai. Palvelutaksilla on tietyt päivät kullekin sivukylälle, jolloin sivukyläläiset pääsevät kyydissä kylälle. Sivukylältä päivätoimintaan haluavat on ohjattu Rauhalan palvelukeskuksen päivätoimintaan. Rauhalassa järjestetään toimintaa maanantaista perjantaihin eli viitenä päivänä viikossa.

Päivätoimintapäivä on tärkeä monelle ikäihmiselle sosiaalisten kontaktien luomisessa ja, kuten tutkimuksessa tuli ilmi, lainaten erästä vastausta "Se katkaisee yksinäisen viikon ja on ihan virkeä olo sinä päivänä".

7 POHDINTA

Näslindh-Ylispangarin (2012, 24) mukaan vanhus eli ikäihminen on usein helposti jäänyt ulkopuolelle palveluja suunniteltaessa. Ikäihmisten syvällistä ymmärrystä, viisautta ja asiantuntijuutta tulisi useammin ottaa huomioon palvelujen kehittämistyössä. Ainoastaan ikäihminen voi määrittää omat tarpeensa ja odotuksensa.

Opinnäytetyön prosessi oli mielenkiintoinen ja yllätyin positiivisesti vastauksista. Kyselyä tehdessä tuli paljon keskustelua ikäihmisten ja ohjaajan kanssa päivätoiminnasta. Tunnelma oli mukava pohdittaessa päivätoiminnassa vastauksia kyselyyn. Kyselyn avulla pääsivät päivätoiminnan ikäihmiset osallisiksi päivätoiminnan kehittämiseen, mikä on osallisuuden tukemista parhaillaan.

Haastavaa tutkimusta tehdessä oli pitää keskustelu nimenomaan kyselyssä ja saada ikäihmisiltä vastaukset juuri kyselyn kysymyksiin. Osa ikäihmisistä tarvitsi apua kyselyn vastauksen kirjaamisessa. Suullisen lisäselvityksen jälkeen ikäihmisten helposti vastaus rönsyili hieman sivuun tarkoituksesta. Kuitenkin tämä helpotti heitä ymmärtämään kysymyksen oikein. Tämän kautta minulle tuli tulevana sairaanhoitajana kokemusta ryhmäkeskustelun ylläpidosta sekä kokemusta ryhmän keskustelun aiheesta pysymisen ohjauksesta.

Tutkimusmetodi läheni mielestäni myös teemahaastattelua, vaikka kyselylomake oli käytössä. Vastaukset saatiin kirjalliseen muotoon, josta oli hyvä lähteä tekemään tutkimusraporttia.

Laadullisessa tutkimuksessani tuli myös odottamattomia kehitysehdotuksia päivätoiminnan sisältöön. Puolison saaminen mukaan päivätoimintaan oli tutkimuksessa mielestäni odottamaton kehitysehdotus. Kuten Hirsjärvi, Remes ja Sajaavaara (1997, 53) kirjassaan kertoo: Sitä mikä on tärkeää laadullisessa tutkimuksessa, ei määrää tutkija.

Keskeisenä kodikkuuden tuojana päivätoimintaan tutkimukseni mukaan on yhdessä vietetty aika ruokailun, saunomisen ja yhdessä tekemisen merkeissä. Keskeisinä asioina, joihin päivätoiminnan asiakkaat ovat osallistuneet päivätoiminnassa, ovat erilaiset askartelut ja pelit esimerkiksi muistipeli ja kestoosuusbingo. Asiakkaita voisi jatkossa enemmän osallistaa suunnittelemaan yhdessä ohjaajan kanssa päivätoiminnan sisältöä. Keskeisinä tuloksina toimintakyvyn edistämiseksi nousivat kävelyretkien lisääminen ja eriteemaiset esitelmät ikäihmisten terveyden edistämiseen liittyen. Tunnelma myös toimintakyvyn edistämisen merkeissä on päivätoiminnan asiakkailla positiivinen.

Hieman opinnäytetyötäni vastaavan tutkimuksen ikäihmisten päivätoiminnasta olivat tehnyt Hämeen ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijat Niemistö Heidi ja Niemistö Katja (2010). He olivat keskittyneet päivätoiminnan asiakkaiden ja työntekijöiden kokemuksiin päivätoiminnan merkityksestä ja sosiaalisuudesta. Opinnäytetyössäni aluksi pohdin myös työntekijöiden osallisuutta, mutta lopuksi ajattelin jättää heidät tutkimusraporttini mukaiseen kehitysohjelmaan.

7.1 Tutkimustyön luotettavuus

Tutkimuksen luotettavuutta määrittää tutkimuspäivän päivätoimintaryhmän kävijät. Osa ikäihmisistä on ollut jo kauemmin päivätoiminnassa ja he osaavat vastata kysymyksiin pidemmällä kokemuksella. Kun taas uusi päivätoiminta-asiakas ei osaa verrata tilannetta välttämättä kuin pariin päivätoimintapäivään, joka vastauksissa tulikin ilmi.

Erityisesti kvalitatiivisessa tutkimuksessa tutkijana jouduin jatkuvasti pohtimaan tekemiäni ratkaisuja ja näin ottamaan yhtä aikaa kantaa sekä analyysin kattavuuteen että tekemäni työn luotettavuuteen.

Usealla päivätoiminnan ikäihmisellä on muistisairaus eri vaiheissa, joka saattoi heikentää tuloksia. Uskon kuitenkin, että pohjalla on se tunne, vaikka viime tapahtumia ei aina muistisairas ikäihminen muistaisikaan.

Tutkimuksessani tutkimusaineiston keruuseen liittyvät ongelmia oli esimerkiksi, että mikä oli vastaajien suhtautuminen kyselyyn ja kuinka vakavasti vastaajat suhtautuivat sekä vastasivatko he huolellisesti ja rehellisesti. Tutkijana olin paikalla kyselyn suorittamisen hetkellä. Ikäihmisillä oli oikeus myös olla vastaamatta kysymyksiin.

Kyselylomakkeen väärinymmärtämisen vähentämiseksi olin tutkijana paikalla kyselyn suorittamisen hetkellä, jolloin ikäihmiset saivat esittää tarkentavia kysymyksiä vastauksia pohtiessaan. Kun tutkimusaineisto oli koottu ja palautetut vastaukset tarkistettu, jatkoin vastausten yhteen kokoamista kysymyskohtaisesti. Muutamia tarkentavia kysymyksiä tuli. Noin puolet kävijöistä tarvitsi lomakkeen täyttämässä apua, auttajana toimin joko minä tai päivätoiminnan ohjaaja.

7.2 Tutkimustyön eettisyys

Tutkimuslupa tulee saada sekä yhteistyötaholta että tutkittavilta. Tutkimuslupa ja yhteistyösopimus on allekirjoitettu Kolmostien Terveys Oy:n vanhustyön palvelupäällikön toimesta. Päivätoiminnan ikäihmisille esiteltiin kyselylomake ja kerroin opinnäytetyöni tarkoituksesta ja tavoitteesta. Lomakkeessa oli rastitettava kohta, että vastauksia saan käyttää tutkimuksessani.

Lomakkeet vastaajat palauttivat vastaamisen jälkeen minulle. Lomakkeet säilytetään tutkijan toimesta, niin etteivät ne joudu ulkopuolisen nähtäville. Tutkimuksessa on noudatettu ihmisarvon kunnioittamisen periaatetta.

7.3 Lopuksi

Tutkimus helpotti työtäni kotihoidon palveluvastaavan sijaisena, jonka lähimpänä alaisuudessa päivätoiminta on. Myönteinen, voimavaralähtöinen ja ikäihmisten kokemuksia arvostava näkökulma on kehittämistyön perusta, johon tutkimuksen tulokset antavat hyvät lähtökohdat. Tutkimuksen tuloksena saatiin palautetta päivätoiminnasta sekä toteutuskelpoisia ehdotuksia tulevien päivätoimintapäivien toimintaan.

Annan tutkimusraportin päivätoiminnasta ja kehittämissuhteista Kolmostien Terveys Oy:n edustajalle sekä keskustelen päivätoiminnan kehittämissuhteista päivätoiminnan ohjaajan kanssa. Näkyvä osuus tulee myöhemmin päivätoiminnan ikäihmisille kehitystyön myötä. Tarvitaan myös lisää tutkittua tietoa erilaisista asiakasosallisuuden, itsemääräämisen ja vaikuttamisen toimivista malleista ja hyvistä käytännöistä sekä asiakkaita osallistumaan toiminnan kartoittamiseen, jossa he viihtyvät ja joka on lisänä heidän toimintakykynsä ylläpitämiseksi.

LÄHTEET

- Clark, Marion; Davis, Ann; Fisher, Adrian; Glynn, Tony & Jefferies, Jean 2008. Transforming services: Changing lives. A Guide for Action. Viitattu 31.1.2016. <http://www.birmingham.ac.uk/Documents/college-social-sciences/social-policy/CEIMH/guide-transforming-services-2010.pdf>
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Haverinen, Riitta 2008. Osallisuutta ja ihmisen kunnioitusta – ikääntyneiden palvelukokemuksia. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Heikkilä, Tarja 2014. Tilastollinen tutkimus. EDITA. Viitattu 1.3.2016 <http://www.tilastollinentutkimus.fi/1.TUTKIMUSTUKI/KvantitatiivinenTutkimus.pdf>
- Hirsjärvi, Sirkka; Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 1997. Tutki ja kirjoita. Tampere: Tammerpaino.
- Ikääntyneiden palvelut 2013. Kunnat.net. Viitattu 21.10.2015. <http://www.kunnat.net/fi/asiantuntijapalvelut/soster/sosiaalipalvelut/ikaantyneet/laatusuositus/Sivut/default.aspx>
- Kettunen, Reetta; Kähäri-Wiik, Kaija; Vuori-Kemilä, Anne & Ihalainen, Jarmo 2009. Kuntoutumisen mahdollisuudet. Helsinki: WSOY.
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2013. Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi. Kuntaliitto. Viitattu 21.10.2015. http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110355/ISBN_978-952-00-3415-3.pdf?sequence=1
- Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista 2012/980. Viitattu 22.3.2016. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2012/20120980>
- Niemistö, Heidi & Niemistö, Katja 2010. Päivätoiminta ikäihmisen tukena ja voimavarana - asiakkaiden ja työntekijöiden kokemuksia päivätoiminnan merkityksestä ja sosiaalisuudesta. Hämeen ammattikorkeakoulu.
- Näslindh-Ylispangar, Anita 2012. Vanhuksen terveyden, hyvinvoinnin ja hyvän elämän edistäminen. Helsinki: Edita.

- SurveyMonkey i.a. Hyvät kyselyn kysymykset. Viitattu 23.8.2016 <https://fi.surveymonkey.com/mp/writing-survey-questions/>
- Tiikkainen, Pirjo (toim.) 2008. Gerontologinen hoitotyö. Helsinki: WSOY oppimateriaalit Oy.
- Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2002. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.
- Valli, Raine & Aaltola, Juhani 2015. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Voutilainen, Päivi 2008. Gerontologinen hoitotyö. Helsinki: WSOY oppimateriaalit Oy.
- Virtuaaliammattikorkeakoulu 2007. Kyselyyn perustuvan tutkimuksen suorittaminen. Viitattu 2.3.2016 <http://www2.amk.fi/digma.fi/www.amk.fi/opintojak-sot/0709019/1193463890749/1193464131489/1194289345955/1194290010211.html>

LIITE 1: KYSELY KOSKENTALON PÄIVÄTOIMINNAN ASIAKKAILLE

1. Mitkä asiat tekevät päivätoiminnasta kodinomaisen?

2. Mitkä asiat lisääisivät kodinomaisuutta?

3. Millä tavoin olette osallistuneet päivätoiminnan ohjelman suunnitteluun?

4. Millaisia tehtäviä olette tehneet yhdessä muiden kanssa?

5. Millaista ohjelmaa toivotte päivätoimintaan?

6. Miten päivätoiminta on vaikuttanut toimintakykyynne?

7. Millaisilla tehtävillä toimintakykyänne voisi edistää päivätoiminnassa?

Vastauksiani saa käyttää Johanna Lintulan opinnäytetyön tutkimuksessa, sekä Koskentalon päivätoiminnan kehittämisessä.

KIITOS VASTAUKSISTANNE!