

TOIMINTAYMPÄRISTÖN MERKITYS VANHUKSELLE

3.4 2014

Krista Toivonen 2014

KUN LÄHDIT KOULUTUKSEEN JA KUN SAAVUIT
TÄHÄN TILAAAN....

Kuinka tieto ohjasi toimintaasi
orientoitumistasi?

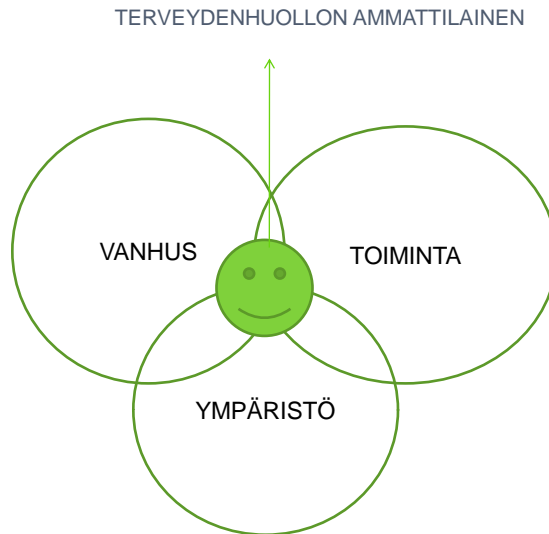
Kuinka ympäristö tukee toimintaasi,
orientoitumista?

Entäpä motivaatiosi? Halusi? Tahtosi?

Miten ne vaikuttavat tunnetilaasi?

Krista Toivonen 2014





Krista Toivonen 2014



VANHUKSEN TOIMINTAA TUKEVAN VANHUSTYÖN LÄHTÖKOHDAT

- o Ihmisen perustarpeena on **merkityksellisyyden**, elämän tarkoituksellisuuden tunne (Read 2008)

Merkityksellisyys syntyy:

- o Vuorovaikutuksessa **toisiin ihmisiin** tiettyssä tilassa, ajassa ja hetkessä – uusinnetaan ja muokataan jatkuvasti
- o Vuorovaikutuksessa **tietyn ympäristön** kanssa – ympäristön tuttuus voi vahvistaa tai murentaa elämän merkityksellisyyttä
- o Vuorovaikutuksen on oltava aktiivista ja vastavuoroista: sinä ja minä *TAI minä ja ympäristö*

(Pikkarainen 2007)

Krista Toivonen 2014



HYVINVOINNIN JA HYVÄN ELÄMÄN & MERKITYKSELLISYYDEN EDELLYTYKSET (STANLEY & CHEEK 2003)

- **Kokemus eletystä elämästä ja itsestä**
 - tasapainoinen
- **Sosiaaliset suhteet**
 - vuorovaikutus itselle merkityksellisiin ihmisiin on toimii
- **Autonomia**
 - Tunne itsemääräämisoikeudesta
- **Hallinnan tunne**
 - Omasta elämästä ja elämän ympäristöstä
- **Tarkoituksen tunne**
 - Elämälläni on tarkoitus ja merkitys
- **Kehittyminen mahdollisuus**
 - Pystyn , kykenen, osaan!

(Aila Pikkarainen)

Krista Toivonen 2014



TOIMINTA

Krista Toivonen 2014



- Toiminnalla tarkoitetaan jokapäiväisen elämän toimintoja ja tehtäviä, jotka yksilöt ja kulttuuri on nimennyt ja organisoinut sekä antanut niille arvon ja merkityksen
- Toiminta käsittää kaiken, mitä ihmiset tekevät Se sisältää itsestä huolehtimisen elämästä nauttimisen eli vapaa-ajan ja osallistumisen yhteiskunnan sosiaaliseen ja taloudelliseen rakenteeseen eli tuottavuuden



- Toiminnan voidaan ajatella olevan ihmisen perustarve ja terveyden osatekijä
- Toiminta on merkityksen ja tarkoituksen lähde

- Toiminta tuo ihmiselle valinnan ja kontrollin mahdollisuuden, tasapainoa ja tyytyväisyyttä elämään

(Anu Moilanen)

- Toiminnalla ihminen kehittää omia taitojaan, kykyjään, pätevyyttään, rakentaa identiteettiään sekä kontrolloi elämäänsä.



- Kaikki ihmisen toiminnot ovat ”liikettä” (näkyvää, tunnetta, kokemusta, aistimusta)
- Ilman liikettä ja liikkumiskokemuksia ihminen ei pysty
 - Hahmottamaan omaan itseään
 - Hahmottamaan ympäristöään
 - Toteuttamaan tarvitsemana toimintoja
- Haaste! Jos ei toimintaa -> passiivinen asiakas-> haastava käyttäytyminen



Toiminnan pitää olla **ainakin**

- Vanhukselle merkityksellistä
- Asiakaslähtöistä
 - Mielenkiinnot
 - Tarpeet, toiveet
- Tavoitteellista
 - Kenen tavoitteista lähdetään?

(Anu Jansson)



- Kun ikääntynyt ihminen saa kokemuksen omasta pätevydestään ja selviytymisestään, hänen kontrollin tunteensa elämästä lisääntyy ja toiminta arjessa jatkuu

Krista Toivonen 2014



VANHUS

A large green oval outline centered on the slide, containing the word 'VANHUS' in bold black capital letters.

Krista Toivonen 2014



Tarvitaan tietoa VANHUKSEN

- Toiminnallisesta suoriutumisesta
- Voimavaroista
- Elämänkulusta
- Sosiaalisista rooleista
- Tärkeistä henkilöistä
- Mielihyvää tuottavista asioista

Krista Toivonen 2014



*" Olennaisempaa kuin mitattu käden
puristusvoima on se, mihin ja miten tätä
puristusvoimaa omaavaa kättä
käytetään"*

Jyrkämä 2009

Krista Toivonen 2014



Vanhuksen ja häntä auttavan terveydenhuollon ammattilaisen kohdatessa voidaan kysyä

- Mitä ja millaista osaamista, kykenemistä ja täytymistä terveydenhuollon ammattilaisen kohtaaminen edellyttää vanhukselta?
- Mitä vanhus haluaa?
- Miltä hänestä tuntuu?
- Voiko hän toteuttaa toimijuuttaan?
- Millaisia asioita terveydenhuollon ammattilainen odottaa asiakkaansa osaavan, kykenevän ja haluavan?
- Mitä vanhuksen täytyy tehdä?
- Mitä terveydenhuollon ammattilainen ei odota asiakkaaltaan ja mitä työntekijä pitää ei toivottuna toimijuutena?

(Jaana Nummijoki)

Krista Toivonen 2014



○ Palvelusuunnitelmaa tehtäessä selvitetään...

- Mitä asioita laitoksen arjesta ikääntynyt osaa, kykenee tai haluaa?
- Mitä siellä voi ja mitä täytyy?
- Mitä asioita puolestaan ikääntynyt osaa, kykenee tai haluaa, joita hoivaympäristö ei pysty tarjoamaan tai jota ei ole ollut tapana tarjota?

Jyrkämä 2007

Krista Toivonen 2014



YMPÄRISTÖ

Krista Toivonen 2014

ELINYMPÄRISTÖ VAI TOIMINTAYMPÄRISTÖ?

- Elinympäristöllä tarkoitetaan ihmisten asuin-, toiminta- ja vapaa-ajan ympäristöjä
- Fyysinen elinympäristömme muodostuu rakennetusta ja luonnonympäristöstä
- Elinympäristöön kuuluvat myös sosiaaliset ja toiminnalliset, elämän laatuun ja elinolosuhteisiin vaikuttavat tekijät
- Eri väestöryhmillä on iästä tai elämäntilanteesta johtuen erilaiset tarpeet ja toivomukset elinympäristön suhteen.

(www.ymparisto.fi)

- Toimintaympäristömme koostuu siis
 - Fyysisestä
 - Sosiaalisesta
 - Symbolisesta
 - Kulttuurisesta
 - Yhteiskunnallisestapuolista / elementeistä

- Me olemme osa ympäristöjärjestelmää olemalla vuorovaikutuksessa ympäristön osien kanssa, vaikuttamalla toiminnallaan niihin ja samalla olemalla niiden vaikutuksen alainen.

Krista Toivonen 8-2011



- Vanhuksen arjessa selviytymisen tärkeänä edellytyksenä on, että toimintaympäristö ovat täysivaltaiseen toimintakykyyn mahdollistavia
 - **Fyysinen esteettömyys / esteellisyys**
 - **Sosiaalinen esteettömyys / esteellisyys**
 - **Asenne estettömyys!**

Krista Toivonen 2014



- Fyysinen ympäristö

- Tarjoaa
- Edistää
- Tukee
- Ennaltaehkäisee
- Estää

Toimintaa

- Lähiympäristön merkitys korostuu, jos ihmisen aktiivinen toimijuus on rajoittunut

- Liikuntarajoite
- Ikääntyminen
- Psykkinen sairaus jne.

- Lähiympäristön merkitys korostuu myös eri elämävaiheissa - lapsuus, vanhuus

Krista Toivonen 8-2011

- Ihmisen koko elinkaaren aikana on kehityksen kannalta on tärkeää, että hänen toimintaympäristönsä on sisällöllisesti rikas ja valintamahdollisuuksia tarjoava

- Ympäristössä yksityisyyden , henkilökohtainen tilan merkitys ja erityisesti sen tasapaino on tärkeää jokaisessa elämävaiheessa.

- vrt. yksinäisyys
- syrjäytyneisyys

Krista Toivonen 8-2011

TOIMINTAYMPÄRISTÖN MERKITYS TOIMINNALLE

- Ihmisen oppimis- ja sopeutumiskyky ratkaisee kuinka nopeasti hän asettuu (uuteen) ympäristöönsä, ryhtyy toimimaan, vaikuttamaan ja mahdollisesti muuttamaan sitä.
- Aina kun ihmisen toimintaympäristö vaihtuu hänen täytyy oppia uuden ympäristön toimintaedellytykset

(Veijo Nikkanen, 2005)

Krista Toivonen 8-2011



- Annetussa ympäristössä menestyksellisesti toimiminen edellyttää että ihminen
- 1. Tietää
- 2. Ymmärtää ja osaa
- 3. Hyväksyy
- Mitä joustavampi kulttuurinen suhtautumistapa on oppimiseen ja toimintamallien muutokseen sen helpompaa on uudessa toimintaympäristössä

(Veijo Nikkanen, 2005)

Krista Toivonen 8-2011



KOTI TOIMINTAYMPÄRISTÖNÄ

- Koti on elämän aikana rakennettu, koti viestii autonomiasta & yksityisyydestä, jatkuvuudesta
- Koti on rikas ympäristö: täynnä pientä ja suurta tekemistä, katsomista, koskemista
- Kotiympäristöön ja lähialueisiin liittyy elämänhistoriaa
- Tunteet ja muistot vahvistavat kotiin kiintymistä

- Esim. vanhuksat viettävät noin 70 % ajastaan asunnossaan.

(Topo, Juvani, Koskinen)

Krista Toivonen 8-2011



YMPÄRISTÖN MERKITYS PÄIVITTÄISISSÄ TOIMINNOISSA

- Peseytyminen
 - Pesuvati ja rätti vaiko suihku?
 - Kylmyys?
 - Hahmottaminen – valkoinen väri?
 - Yksityisyys?

- Pienillä asioilla muutoksia
- Värit
- Kuvat – jopa maalaukset
- Musiikki

Krista Toivonen 8-2011



- Laitosympäristöön muuttaminen aiheuttaa sekä positiivisia että negatiivisia tunteita ikääntyneille
- Positiivisia tunteita saavat aikaan se, että heistä huolehditaan sekä valmiin ruoan ja siivouksen saaminen
- **Negatiiviset tunteet syntyvät liikkumisen vapauden menetyksestä!!**

Tester ym. 2004

Krista Toivonen 2014

CASEN MITEN TOIMINTAA JA TOIMINTAYMPÄRISTÖÄ
VOIDAAN KEHITTÄÄ JA MUUTTA...

Case Länsi-Suomen Diakonialaitos Ruska Os4

- Muistiosaston uudistaminen
- Diakoniapuisto

Krista Toivonen 2014

LÄNSI- SUOMEN DIAKONIALAITOS



- Länsi-Suomen Diakonialaitos tarjoaa Porissa Ruska-osastolla hoitopaikan keskivaikeasti ja vaikeasti muistisairaille asiakkaille.
- Muistisairaiden hoitoa on kehitetty osastolla neljä vuotta systemaattisesti vuodesta 2000 alkaen niin koulutuksen kuin toimintaympäristön ja – menetelmien avulla
- www.pdl.fi

Krista Toivonen 2014

- Keväällä 2012 aloitettiin ideoimaan osaston fyysisen toimintaympäristön muuttamista muistisairaiden toimintaa ja toimijuutta mahdollistavaksi ja virikkeitä antavaksi
- Käytännön toteutukseen pyydettiin yhteistyökumppaniksi Sataedu Nakkilan tarpeistonvalmistaja- ja sisustusompelijaopiskelijoita
- Opiskelija yhteistyöllä tavoiteltiin eri sukupolvien välistä yhteistyötä sekä positiivista asennetta vanhustyöhön.
- Lisäksi tavoitteena oli kehittää sosiaali-, terveysalan sekä kulttuurialan yhteistyön mahdollisuuksia

Krista Toivonen 2014

PIENIN ASKELIN ETEENPÄIN

- Muistihoitaja kartoitti asukkaiden kokemuksia ajatuksia ja toiveita kodinomaisesta ympäristöstä sekä heidän mielenkiinnon kohteistaan
- Yhdessä hoitohenkilökunnan kanssa ideoitiin ympäristöä asukkaiden tarpeista
- Ideat koottiin ja pidettiin yhteinen suunnittelupalaveri opiskelijoiden kanssa
- Opiskelijoille annettiin muistisairauksista – miten se vaikuttaa arjessa selviytymiseen, mitä haasteita voi esiintyä jne.
- Suunnittelu oli hyvin vuorovaikutteista!

Krista Toivonen 2014



KONKREETTISIIN TOIMIIN KEVÄÄLLÄ 2013

ja tuloksena....

Krista Toivonen 2014



BUSSIPYSÄKILLÄ VOI ODOTELLA, TÄLLÄ BUSSI EI JÄTÄ



Krista Toivonen 2014

ETEISESSÄ VOI PUKEA HATUN PÄÄHÄN JA LAITTA KRAVATIN KAULAAN KUN PITÄÄ LÄHTEÄ TÖIHIN



Krista Toivonen 2014

OLOHUONEESSA VOI TAVATA OMAISIAAN TAI AVATA
ROTTINKIARKUN, JOSTA LÖYTYY PALJON MM.
MUISTELUKORTTEJA, MUISTIPELEJÄ, VALOKUVIA



Krista Toivonen 2014



Krista Toivonen 2014



Krista Toivonen 2014

- Tätä lehmää ja aidalla istuvaa kissaa voi silittää ja muistella tuntoaistimuksen kautta omaa kissaa tai lehmiä”. Lehmä ja kissa ovat koholla. Materiaali muistuttaa oikeaa eläintä, turkit pehmeät ja turpaja utaret aidon tuntuiset. Maitotonkka on peltimäinen.



Krista Toivonen 2014

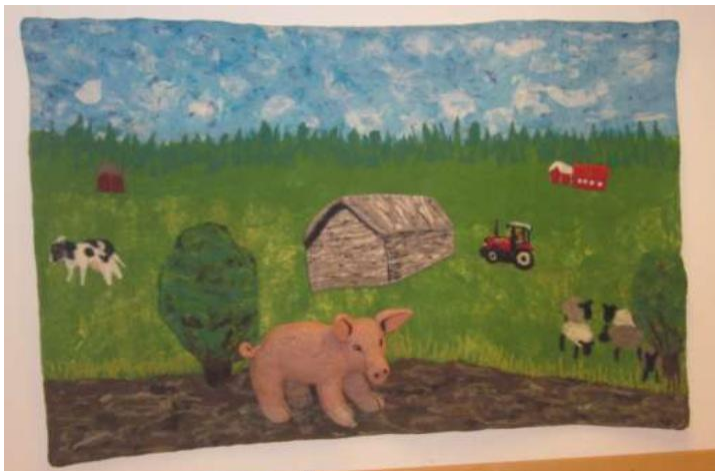


Tuvassa syödään,
juodaan
päiväkahvit.
Tuvassa pidetään
erilaisia
muistelutuokioita,
lehdenlukua jne.

Krista Toivonen 2014



HUOVUTUSTAULU, KOHOLLAAN OLEVA POSSU HOUKUTTELEE
KOSKETTAMAAN JA SILITTÄMÄÄN – HERÄTTÄMÄÄN
MUISTOJA



Krista Toivonen 2014

VIHERPARVEKE



Krista Toivonen 2014



TOIVOMUSTAULU..



Krista Toivonen 2014



DIAKONIAPUISTO ”METSÄ TULI VANHUSTEN LUO”

- Satakuntaliiton Tulevaisuus-kilpailun voitto v.2012
- <http://www.satakuntaliitto.fi/tulevaisuuspaalkinto>
- Diakoniapuisto
 - Kaikille avoin puisto!
 - 500m esteetön reitti metsän keskellä
 - Ray rahoitus 2014-2017 puiston kehittämiseen
 - Hanke mukana Eloisa Iä -ohjelmassa

Krista Toivonen 2014



OPISKELIJAYHTEISTYÖ ESIMERKKI DIAKONIAPUISTOSTA

- Tonttupolku jouluna 2013
 - Lähihoitaja-opiskelijat Kasvun tukeminen ja ohjaus tutkinnon osan opintoja
 - Muistisairaiden päivätoimintakeskus Rinkeplumma
 - Liinaharjan päiväkoti
 - Cygnaeuksen koulu
 - Länsi-Suomen Diakonialaitoksen asukkaan, palvelutalojen asukkaat, omaiset, henkilökunta

Krista Toivonen 2014





Krista Toivonen 2014



Krista Toivonen 2014



”SUKUPOLVET KOHTASIVAT DIAKONIAPIUSTON TONTTUPOLULLA”



Krista Toivonen 2014



Kiitos
iloa tärkeään työhönne!

Krista Tolonen 2014

