

Näkökulmia ajankohtaisiin yhteiskunnallisiin kysymyksiin ja poliittisen päätöksenteon tueksi.

Asumisen yhteisöllisyydestä hyvinvointia iäkkäälle

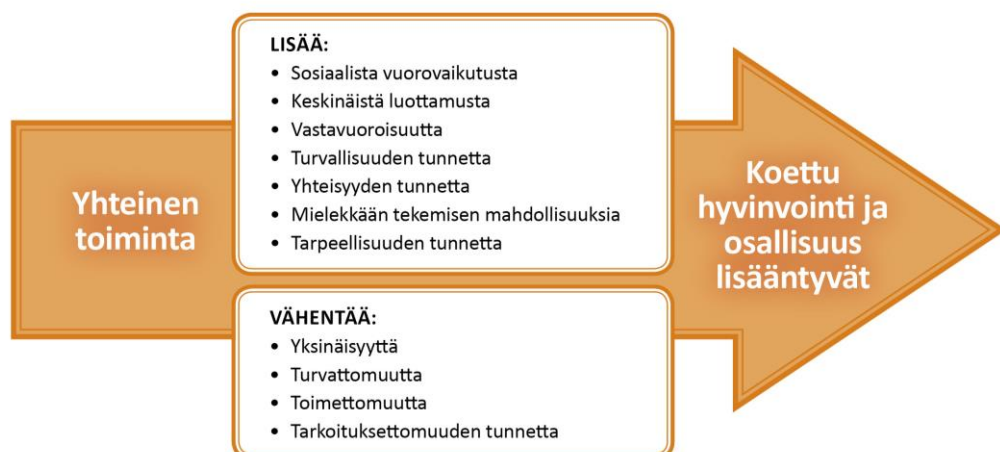
Outi Jolanki, dosentti, Tampereen yliopisto

Päivi Topo, dosentti, Ikäinstituutti

Erja Rappe, dosentti, Ikäinstituutti

Outi Teittinen, kehittämispäällikkö, Tutkimus- ja kehittämiskeskus GeroCenter

Ikääntyneiden asukkaiden yhteistä toimintaa ja sosiaalista kanssakäymistä voidaan lisätä erilaisilla asumisratkaisuilla ja asuinalueen kehittämisellä. Yhteisöllisyys tukee monin tavoin iäkkäiden hyvinvointia ja mielekästä elämää sekä kotona asuttaessa että palveluasumisessa. Tulevaisuuden asumisessa yhteisöllisyyttä kannattaa edistää määrätietoisesti.



Kuvio: Yhteisöllisyyden koetut hyvinvointivaikutukset

YKSINASUMINEN, ESTEELLINEN YMPÄRISTÖ JA YHTEISEN TOIMINNAN PUUTE LISÄÄVÄT ERISTÄYTYNEISYYTTÄ

Vanhat ihmiset viettävät suuren osan ajastaan omassa asunnossaan ja sen lähiympäristössä. Yli 400 000 yli 65-vuotiaasta asuu yksin ja yksin asuminen lisääntyy edelleen iäkkään väestön keskuudessa. Yksinasuminen on ongelma silloin, kun terveys ja toimintakyky heikkenevät, eikä apua saa riittävästi. Tämä korostuu erityisesti yksinasuvilla muistisairailta ihmisillä, joita on yli 100 000.

Elämän yksityistymisen myötä samassa asuintalossa tai alueella asuvat ihmiset eivät useinkaan tapaa toisiaan luontevasti. Yhteisöllisen asumisen kehittäminen, monimuotoinen yhteistoiminta ja vapaaehtoistoiminnan kasvu kertovat tarpeista yhteisöllisempään arkeen.

Asuinympäristöjen esteettömyys ja lähietäisyydellä järjestettävä yhteinen toiminta ovat edellytys yhteisöllisyydelle silloin, kun toimintakyky on heikentynyt. Iäkkäiden ihmisten vaikutusmahdollisuudet asumisratkaisujen tuottamiseen tai asuinalueen yhteisöllisen toiminnan suunnitteluun ovat vielä vähäiset, vaikka sosiaalisilla suhteilla ja vuorovaikutuksella on suuri merkitys iäkkäiden hyvinvoinnille.

ASUVA-hankkeen tavoitteet ja sisältö

Asumisen uudet vaihtoehdot ja hyvä vanhuus (ASUVA) -selvityshankkeessa kartoitettiin toimintamalleja yhteisöllisen asumisen ja yhteisöllisyyden edistämiseksi asuinalueilla. Myös muistisairaille tarkoitettuja asumispalveluja tarkasteltiin yhteisöllisyyden näkökulmasta. Hankkeen tavoitteena oli kartoittaa:

- yhteisöllisyyttä edistäviä toimintamalleja Suomessa ja ulkomailla
- yhteisöllisyyden yhteyksiä asukkaiden koettuun hyvinvointiin ja osallistumismahdollisuuksiin yhteisössä.

Tietoa yhteisöllisyydestä ja sen hyvinvointivaikutuksista kerättiin asukaskyselyillä, asiantuntijoiden, viranomaisten sekä palvelutarjoajien haastatteluilla ja tapaustutkimuksilla Suomesta ja ulkomailta sekä tutkimuskirjallisuudesta.

Kotimaissa tapaustutkimuksissa perehdyttiin mm. yhteisöllisyyden toteutumiseen ikäihmisten asumispalveluissa, ikäihmisten käynnistämässä ja toteuttamassa yhteisöllisen asumisen kohteissa sekä asuinalueilla tapahtuvassa järjestöjen, kaupunkien tai asukkaiden itse organisoimassa toiminnassa. Ulkomaisten tapaustutkimusten kautta tarkasteltiin erilaisia ikäihmisille suunnattuja yhteisöllisiä asumisratkaisuja, ikäihmisten osallisuuden kehittämistä osana kaupunkisuunnittelua sekä ikäihmisten keskinäisen avunannon ja yhteistoiminnan verkostoja. Omana näkökulmanaan tarkasteltiin muistisairaiden palveluasumista sekä perhehoitoa ja niiden tarjoamia mahdollisuuksia yhteisöllisyyteen.

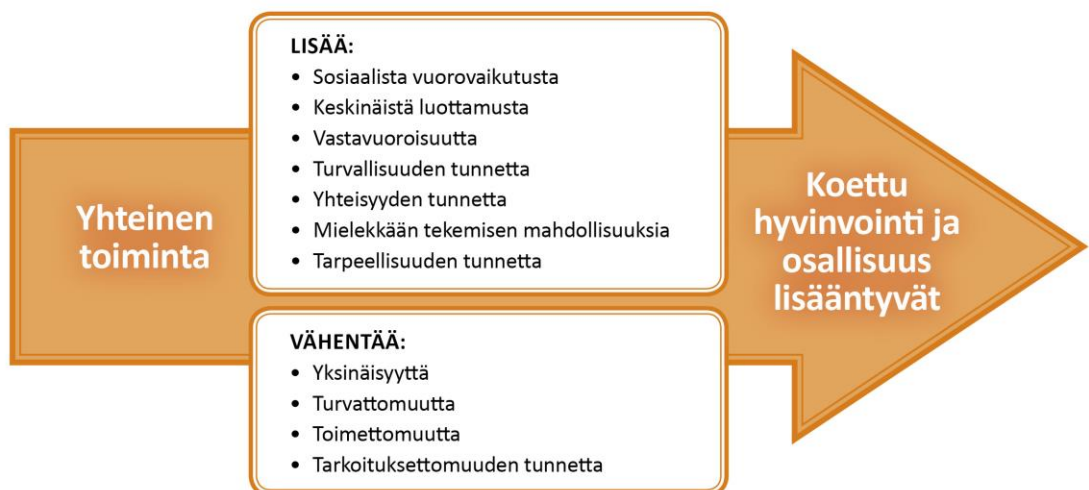
**”Asumisen yhteisöllisyydelle
on kasvava tarve.”**

Tulokset: yhteisöllisyyden tukeminen kannattaa

Selvitys osoitti, että

- Yhteisöllisyyden edistämiseen on monenlaisia keinoja.
- Yhteinen toiminta lisää asukkaiden sosiaalista vuorovaikutusta ja tutustuttaa asukkaita toisiinsa, tukee turvallisuuden tunnetta ja lisää keskinäistä luottamusta. Tutuus lisää yhteisyyden tunnetta ja helpottaa vastavuoroista avun pyytämistä ja antamista. Kaikki tekijät yhdessä vähentävät iäkkäiden yksinäisyyttä ja turvattomuutta ja lisäävät koettua hyvinvointia ja kokemusta osallisuudesta.
- Paikallinen toiminta ja vapaaehtoisuus ovat asumisen yhteisöllisyyden kivijalkoja. Toimintaan tarvitaan koordinoitua.
- Yhteisöllisyys pohjautuu osallistaville toimintavoille ja -malleille asukkaiden sekä julkisen, yksityisen ja kolmannen sektorin kesken. Iäkkäät asukkaat haluavat osallistua toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen.
- Esteettömät ja monimuotoiset sisä- ja ulkotilat luovat mahdollisuuksia asukkaiden kohtaamiselle ja yhteiselle toiminnalle. Luonto- ja viherympäristöt vahvistavat iäkkäiden yhteisöllisyyttä ja hyvinvointia.
- Palvelukeskusten avaaminen ulkopuolisille ja tilojen yhteiskäyttö lisää sukupolvien välistä vuorovaikutusta.
- Muistisairaiden kotona asumista tukee yhteisöllisyys ja asuinympäristön esteettömyys. Asumista tukevissa palveluissa ja palveluasumisessa yhteisöllinen toiminta edistää toimintakykyä ja elämän säilymistä mielekkäänä. Yhteisöllisyyden toteuttaminen edellyttää sitä, että omaiset ja vapaaehtoiset ovat toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa mukana ja, että palvelut nivoutuvat osaksi yhteisön toimintaa.

Kuvio: Yhteisöllisyyden koetut hyvinvointivaikutukset



Jatkossa tulee seurata iäkkäiden asumisen yhteisöllisyyden toteutumista ja tutkia yhteisöllisyyden vaikutuksia palveluiden käyttöön.

Suosituksset

Suosittelemme lainsäädännössä ja kehittämissuunnitelmissa

- huomioimaan asuntorakentamisen ja asuinalueiden suunnittelun säädöksissä yhteisöllisyyden ja sen toteutumiseen vaikuttavat tila- ja ympäristötekijät
- sisällyttämään kehittämissuunnitelmiin ja säännöksiin asuinympäristöjen ja palveluiden esteettömyyden, sillä se on keskeinen edellytys iäkkäiden yhteisöllisyydelle ja kotona asumiselle
- tukemaan yhteisöllisyyttä ikääntyneiden terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi ja sosiaali- ja terveyspalveluissa (ns. vanhuspalvelulaki)
- sisällyttämään yhteisöllisyyttä suosiva toimintakulttuuri ja fyysiset tilat keinoiksi vähentää muistisairaiden ihmisten itsemääräämisen rajoitustoimia
- sisällyttämään hoiva- ja asumispalveluiden laatusuosituksiin yhteisöllisyyttä edistävä toiminta ja suositusten seurantaan yhteisöllisyyteen liittyvien tietojen keruuta nykyistä enemmän.

Suosittelemme maakunnallisessa ja kunnallisessa päätöksenteossa

- turvaamaan SOTE-uudistuksen jälkeen asuinalueiden ja yhteisöllisyyden kehittämisen kunnan, asukkaiden, järjestöjen ja palveluntuottajien yhteistyönä.
- huomioimaan maankäytössä, kaavoituksessa ja liikennesuunnittelussa yhteisöllisyyden edellytykset ja osallistavan suunnittelun.
- valitsemaan iäkkäille suunnattujen palvelujen yhdeksi hankintakriteeriksi yhteisöllisyyttä vahvistavan toiminnan
- vahvistamaan vanhusneuvostojen sekä järjestöjen toimintaedellytyksiä
- osoittamaan resursseja asukastoimintaan ja vapaaehtoistoimintaan.

Suosittelemme palveluntuottajille

- iäkkäitä ja heidän läheisiään osallistavaa yhteistyötä eri sektoreiden kesken palvelujen, asumisen ja asuinalueiden suunnittelussa ja toteutuksessa
- yhteisöllisen toimintakulttuurin kehittämistä tavoitteellisesti iäkkäille suunnatuissa palveluissa
- tukemaan vapaaehtoisten toimintamahdollisuuksia yhteisöllisyyden edistämiseksi.

Lisälukemista

Jolanki O, Leinonen E, Rajaniemi J, Rappe E, Räsänen T, Teittinen O & Topo P (2017) Asumisen yhteisöllisyys ja hyvä vanhuus. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 47/2017.

Jolanki O & Vilkkonen A (2015) The meaning of a 'sense of community' in a Finnish senior cohousing community. *Journal of Housing for the Elderly* 29 (1-2), 111-125.

Kangaspunta S, Aro J & Saastamoinen M (2011) Epilogi: Yhteisyyden jatkumo. Teoksessa Kangaspunta S (toim.) *Yksilöllinen yhteisöllisyys. Avaimia yhteisöllisyyden muutoksen ymmärtämiseen*. ss. 245-266. Tampere University Press, Tampere.

Kauppinen T, Martelin T, Hannikainen-Ingman K & Virtala E (2014) Yksinasuvien hyvinvointi. Mitä tällä hetkellä tiedetään? THL, Työpapereita 27.

McMillan D & Chavis D (1986) Sense of community. *Journal of Community Psychology* 14, 6-23.

SVT (Suomen virallinen tilasto): Ajankäyttötutkimus. Osallistuminen ja vapaaehtoistyö 2009, 2. Vapaaehtoistyöhön osallistuminen, epävirallinen auttaminen ja luottamus. Tilastokeskus, Helsinki.

SVT (Suomen virallinen tilasto): Asunnot ja asuinolot 2015. Tilastokeskus, Helsinki.

Topo P (2015) Tukeeko ympäristö ja teknologia muistisairasta ihmistä? *Gerontologia* 29 (4), 221-235.

Lisätietoja:

Dosentti Outi Jolanki toimii tutkimuspäällikkönä Tampereen yliopistossa sekä yliopisto-tutkijana Jyväskylän yliopistossa. Hänen tutkimusaiheisiin kuuluvat vanhenemisen kokemuk-sellinen tutkimus, ikäihmisten asumisratkaisut ja vaihtoehdot sekä asukkaiden kokemukset yhteisöllisestä asumisesta.

Lisätietoja: outi.jolanki@uta.fi/outi.jolanki@jyu.fi, www.ikaasuminen.fi,
www.communityforallages.fi.

Dosentti Päivi Topo, toimii Ikäinstituutin johtajana. Hänen tutkimusaiheisiinsa kuuluvat ikääntymiseen, itsemääräämiseen sekä ikä- ja muistiystävälliseen ympäristöön liittyvät kysymykset.

Lisätietoja: paivi.topo@ikainstituutti.fi, www.ikainstituutti.fi

Dosentti Erja Rappe toimii vanhempana tutkijana Ikäinstituutissa. Hänen tutkimusaiheisiin kuuluvat muun muassa hyvinvointia tukevat ympäristöt, luonnon hyvinvointivaikutukset ja green care.

Lisätietoja: erja.rappe@ikainstituutti.fi, www.ikainstituutti.fi

Kehittämispäällikkö Outi Teittinen työskentelee tutkimus- ja kehittämiskeskus GeroCenterissä. Hänen kiinnostuksen kohteisiinsa kuuluvat ikäihmisten asumisratkaisut, erityisesti yhteisöllinen asuminen sekä hoivaorganisaatioiden toimintakulttuurin tutkimus ja kehittäminen.

ASUVA Asumisen uudet vaihtoehdot ja hyvä vanhuus-hanke on toteutettu osana valtioneuvoston vuoden 2016 selvitys- ja tutkimussuunnitelman toimeenpanoa.

Hankkeen ohjausryhmän puheenjohtaja:

Asuntoneuvos Raija Hynynen, ympäristöministeriö, Raija.Hynynen@ymparisto.fi.



VALTIONEUVOSTON
SELVITYS- JA TUTKIMUSTOIMINTA
www.tietokayttoon.fi