



Etäpalvelut lievittämässä kotihoidon asiakkaiden yksinäisyyttä

Päivi Sanerma, Tuula Mikkola, Joona Koistinen, Panu Karhinen,
Marjatta Komulainen, Sanna Saikko

Johdanto

Ikääntyneiden ihmisten yksinäisyys nousee usein esille, kun puhutaan kotihoidosta. Yksin asuminen, sosiaalisten suhteiden väheneminen ja vaikeudet osallistua kodin ulkopuoliseen sosiaaliseen toimintaan lisäävät riskiä yksinäisyyden kokemiselle. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen tutkimuksen (Aaltonen ym. 2023) mukaan lähes kolmannes kotihoidon asiakkaista koki yksinäisyyttä. Yksinäisyys lisää myös tarvetta käyttää erilaisia sosiaali- ja terveyspalveluja.

Yksinäisyys kokemuksena on yksilöllinen ja samalla monimuotoinen. Se on henkilökohtainen ja tuottaa usein kärsimystä. Yksinäisyys voi ilmetä emotionaalisenä kokemuksena, kuten yksittäisenä hetkenä ja yksinäisyyden tunteenä, suruna ja ikävänä. Yksinäisyydellä voi olla myös fyysisiä vaikutuksia, esimerkiksi unettomuutta, levottomuutta ja vaikeuksia selvitä arjessa. Tutkimuksissa yksinäisyyden on todettu liittyvän myös paikkaan ja aikaan, esimerkiksi eri viikonpäiviin, vuodenaikaan ja juhlapäiviin. Arjen tapahtumien vähyys, elämän merkityksellisyyspuute ja toimeettomuuden kokemus lisäävät yksinäisyyttä ja heikentävät iäkkään ihmisen voimavaroja. (Karisto & Tiilikainen 2017; Jansson ym. 2020; Kariniemi ym. 2020; Tiilikainen ym. 2023.)

Videoyhteyden kautta toteutetusta etäpalvelusta ja -kotihoitosta on tullut viime vuosien aikana osa ikääntyneiden kotona asumista tukevia palveluja kaikilla hyvinvointialueilla (Joseffson & Hammar 2022). Etäkotihoitoa

on alettu kehittää perinteisen läsnäpalveluna annettavan kotihoidon käyntien korvaajana ja täydentäjänä. Etänä toteutuva kotikäynti sisältää esimerkiksi asiakkaan voinnin ja terveydentilan seurantaan sekä lääkkeiden annon ja ruokailun aloittamisen ohjaamista (Ropa 2023). Etäkotihoitoa ja -palvelujen avulla on mahdollista vastata myös kotihoidon asiakkaiden sosiaalisiin tuen ja toiminnan tarpeisiin. Joillakin hyvinvointialueilla on kehitetty myös etäpalveluna toteutuvaa ryhmätoimintaa. (Eloranta ym. 2023.) Ryhmätoiminnalla voidaan vahvistaa sosiaalisia suhteita ja voimavaroja sekä lieventää yksinäisyyttä (Jansson ym. 2024).

Euroopan unionin osarahoittamassa Tulevaisuuden monipuolinen etähoito -hankkeessa (ESR) kehitetään palveluosaamista ja sen tulevaisuuden mahdollisuuksia ikäihmisten kotona asumista edistävissä palveluissa. Hankkeen tavoitteena on kehittää esimerkiksi uudenlaisia etäpalveluja, joilla pystyttäisiin vastaamaan myös etäkotihoitoa asiakkaiden yksinäisyyteen.

Tässä kirjoituksessa kuvataan tulevaisuustyöpajoissa tuotettuja työntekijöiden ja asiakkaiden näkemyksiä etäpalvelujen mahdollisuuksista tukea ikääntyneiden hyvinvointia ja lievittää heidän yksinäisyyttään. Lisäksi kuvataan, millaista osaamista etähoito edellyttää kotihoito työntekijöiltä ja miten kotihoidon sidosryhmiä voitaisiin hyödyntää sosiaalisen hyvinvoinnin tukemiseen ja yksinäisyyden lievittämisessä. Projektin suunnittelussa ja toteutuksessa on noudatettu hyvää ja huolellista eettistä toimintatapaa (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2023).

Tulevaisuustyöpajat ja tulosten analysointi

Kevään 2024 aikana järjestettiin kolme työpajaa, joiden tavoitteena oli visioida tulevaisuustyöskentelyn avulla etäpalvelujen tulevaisuutta osana palvelunkäyttäjän mielekästä elämää ja työntekijän mielekästä työarkea. Työpajoissa etsittiin yhdessä Oma Hämeen ja Vantaa-Keravan hyvinvointialueiden kotihoidon ja etäpalvelun työntekijöiden kanssa vastauksia seuraaviin kysymyksiin: Mitä tapahtuu seuraavaksi etäpalveluiden kehityksessä ja mikä on mahdollista jo nyt? Mihin suuntaan etäpalveluita kehitämme ja kuinka varmistamme, että kehitys on edistystä myös työntekijän ja palvelunkäyttäjän näkökulmista katsottuna?

Tulevaisuustyöpajat edustavat pääasiassa kotihoidon ja etäkotihoidon työntekijöiden näkemyksiä tulevaisuuden etäpalveluista. Työpajojen tuloksia on täydennetty palvelunkäyttäjien näkemyksillä keskustelemalla luoduista tulevaisuuskuvista syksyllä 2024 järjestetyssä kehittäjäklubityöpajassa.

Työpajaprosessi eteni seuraavasti: Osallistujat saivat ennakkokutsun, jossa oli kuvattu tulevan työskentelyn päämäärät ja toimintatavat. Työpajat toteutettiin käyttäen Zoom- ja Padlet-sovelluksia, ja niiden fasilitoinnista vastasi projektiryhmä. Työpajojen pituus oli kaksi tuntia, ja osallistujamäärä vaihteli välillä 7–14. Kolmannessa työpajassa oli mukana myös palvelun käyttäjä.

Syksyn 2024 aikana järjestettiin kehittäjäklubi, jossa kevään ennakkointityöpajojen tuloksia tarkasteltiin laajemman palvelujen käyttäjäryhmän kanssa. Fasilitaattorit kirjasivat työpajoissa kehitetyt sisällöt muistiin anonyymisti Padlet-sovellusta ja erillisiä muistiinpanoja hyödyntäen. Pajan lopussa osallistujat täyttivät palautekyselyn, jonka tietoja hyödynnettiin seuraavien pajojen suunnittelussa ja osana pajojen tulosten analysointia.

Työpajoissa jaettiin ajatuksia teknologian luomista mahdollisuuksista kestäväen, hyvinvointia tukevan tulevaisuuden rakentamisesta

etähoidossa. Osallistujat kehittivät fasilitoidusti yhdessä erilaisia skenaarioita ja pohtivat niiden toteutumista edellyttäviä valintoja ja tekoja. Työskentelyssä sovellettiin mahdollisten ja toivottavien tulevaisuuksien kuvitteluun ja konkretisointiin soveltuvaan tulevaisuuksien muistelumenetelmää ja Sitrassa kehitettyä Tulevaisuustajuus-työpajamallia. (Kokko 2007; Erätauko-säätiö 2024.) Työpajassa vahvistettiin osallistujien eli tulevaisuuden muutoksen tekijöiden tulevaisuusajattelua muodostamalla kuvaa tulevaisuuden etähoidosta teknologistuvan ympäristön ja inhimillisen toiminnan vuorovaikutuksena.

Kahdessa ensimmäisessä työpajassa luotiin ja tarkasteltiin yhdessä vaihtoehtoisten tulevaisuuksien skenaariota. Kolmannessa työpajassa palautettiin aiempien työpajojen tulokset uudelleen tarkasteltaviksi ja rikastettaviksi uusilla ajatuksilla. Samalla tulokset jo liitettiin osaksi projektin seuraavaa kehittämisvaihetta.

Työpajojen jälkeen tulokset analysoitiin teemoittelemalla jokainen työpajamuistiinpanoihin kirjattu ajatuskokonaisuus aineistolähtöisiin luokkiin, jotka luokiteltiin edelleen yläluokiksi (ks. Tuomi & Sarajarvi 2018). Yksinäisyys nousi keskeisenä läpileikkaavana teemana esiin jo työpajojen perusteella, ja muistiinpanojen analyysi vahvisti tätä alustavaa näkemystä. Lopuksi alkuperäiset analyysiluokat uudelleentulkittiin suhteessa yksinäisyyden läpileikkaavaan teemaan ja tähän liittymättömät aineistot ja luokat jätettiin tarkastelun ulkopuolelle.

Työpajatoiminnan tuloksia

Työpajoissa käsiteltiin etäpalveluja erilaisista näkökulmista. Paljon keskusteltiin yksinäisyyden haasteista, mutta esillä olivat myös etäpalvelujen tuomat mahdollisuudet yksinäisyyden lievittämiseksi. Etäpalveluiden onnistumisen edellytyksinä nähtiin palvelujen organisoituminen ja integroituminen käyttäjiensä arkielämään. Etäteknologian tuomia mahdollisuuksia

monipuoliseen ryhmätoimintaan ja kontakteihin ihmisten välillä pidettiin tärkeinä sekä toimintakyvyn että elämän mielekkyyden säilyttämisessä. Laitteiden toimivuus ja tarvittaessa saatavilla oleva tekninen tuki koettiin keskeiseksi edellytykseksi palvelujen hyödynnettävyydelle. (Taulukko 1)

Ikääntyvien yksinäisyyden tuomat elämän haasteet nousivat keskeisenä huolenaiheena toistuvasti esiin kaikissa työpajoissa sekä etäkotihoiton kontekstissa että kotihoiton haasteena yleisemmin. Työntekijät kertoivat kohtaavansa työssään paljon yksinäisiä asiakkaita, joiden sosiaaliset kontaktit ovat pitkälti kotihoiton käyntien varassa. Yksinäisyyden koettiin lisääntyneen erityisesti koronapandemian myötä. Yksinäisyyden nähtiin lisääntyvän myös tulevaisuudessa sote-alan rahoitus- ja resurssitilanteen takia, kun perinteisiä käyntejä, päivätoimintaa ja yhteisasumista joudutaan osallistujien arvion mukaan vähentämään.

Osallistujat näkivät etäpalvelun myös uhkakuvana, jos sitä käytetään yksipuolisena säästökainona ja perusteluna läsnäoloa sisältävien palvelujen vähentämiseen. Tällaiset palvelut nähtiin tulevaisuudessakin tärkeänä osana kotihoiton kokonaisuutta, ja perinteistä päivätoimintaa kaivattiin myös lisää. Pelkona kuitenkin oli, että asiakkaiden sosiaalista hyvinvointia ei huomioida riittävästi, kun säästöjä ja tehostamista tehdään määrällisten tehokkuusmittarien ehdoilla. Ihmisten maksukyvyyn nähtiin myös rajoittavan palveluiden käyttöä.

Etäkotihoito nähtiin sekä työntekijöiden että ikääntyneiden näkökulmasta kuitenkin pääasiallisesti mahdollisuutena ja yhtenä lisäkeinona kotihoiton asiakkaiden yksinäisyyden lievittämiseksi, vaikka useat osallistujat painottivat, että se ei korvaa fyysistä läsnäoloa. Toisaalta muutamat osallistujat kertoivat, että etäyhteydellä tapahtuva kohtaaminen tuntuu monista asiakkaista lähes yhtä todelliselta sosiaaliselta kohtaamiselta kuin perinteiset käynnit. Tärkeänä pidettiin myös sitä, että etäteknologia mahdollistaa aiempaa enemmän sosiaalisia kontakteja niille, jotka eivät voi tai eivät ha-

lua poistua kotoaan. Erityisesti etäryhmätoiminta ja sosiaaliset etätapahtumat, joista osallistujat jakoivat useita hyviä kokemuksia, nähtiin sosiaalisen hyvinvoinnin kannalta tärkeinä mahdollisuuksina. Näitä pidettiin tehokkaina myös resurssimelessä, kun yksi ohjaaja voi tarjota kerralla palvelua useille asiakkaille.

Osallistujat pitivät tärkeänä erilaisten läsnä- ja etäpalveluiden yhdistelyä asiakkaan yksilöllisen tilanteen mukaan. Etäpalvelu tuli esille esimerkiksi mahdollisena ennaltaehkäisevänä palveluna ennen varsinaista kotihoiton asiakkuutta. Etäpalveluiden järjestämisessä tulee ymmärtää ja huomioida asiakkaiden moninaisuus muun muassa toimintakyvyn, kulttuurisen taustan, kielen ja sosiaalisen pääoman näkökulmista nähtiin tärkeäksi etäpalveluiden järjestämisessä. Moninaisuus vaikuttaa siihen, kenelle etäpalvelut sopivat ylipäänsä, mutta myös asiakkaiden välisen vuorovaikutuksen sujuvuuteen ja mielekkyyteen ryhmätoiminnassa.

Etäryhmätoiminnan toteuttaminen ei välttämättä edellytä hoitajakoulutusta, joten etäryhmätoiminta muiden työntekijöiden, ammattiryhmien ja toimijoiden järjestämänä voisi vapauttaa hoitajien aikaa hoidollisiin toimenpiteisiin ja auttaa näin osaltaan hoitajapulaan. Tähän liittyen tuotiin esiin toiveita ja ideoita erilaisten sidosryhmien – esimerkiksi seurakuntien, järjestöjen ja opiskelijoiden – osallistumisesta etäryhmätoiminnan järjestämiseen. Ikääntyneet muistuttivat myös omaisten näkökulman huomioimisesta sosiaalisessa toiminnassa sekä ilmaisivat joitakin epäilyksiä viranomais- tahojen tuottamaa yhteisöllisyyttä kohtaan. Työntekijät näkivät etäteknologian mahdollistavan moniammatillisuuden toteuttamista nykyistä laajemmin ja matalammalla kynnyksellä. Toisaalta työntekijät toivat esiin joitakin byrokratiaan liittyviä esteitä ulkopuolisten toimijoiden kanssa tehtävälle yhteistyölle; näitä tulisi heidän mukaansa madaltaa. Muutamat työntekijät painottivat sitä, että fyysisiä palveluja halvemmat hinnat lisäävät etäkäyntien ja etäryhmien houkuttelevuutta.

Taulukko 1. Työpajojen tulokategoriat.

Yläluokka	Luokka	Määrä
Yksinäisyys etäkotihoidon keskeisenä haasteena (25)	Yksinäisyyden lisääntyminen keskeinen haaste ikääntyville	4
	Etäteknologia uhkaa lisätä yksinäisyyttä	6
	Perinteisiä käyntejä, päivätoimintaa ja yhteisasumista vähennetään taloudellisen niukkuuden myötä	6
	Perinteisen päivätoiminnan lisääminen olisi järkevää	2
	Sosiaalinen hyvinvointi ei näy perinteisissä tuottavuusmittareissa	5
	Ihmisten maksukyky ja palveluiden hinnoittelu rajoittaa osallistumista	3
Etäkotihoito tuo mahdollisuuksia yksinäisyyden lievittämiseksi (22)	Moni asiakas kokee etäkäynnit oikeana käyntinä	3
	Etäpalvelu mahdollistaa sosiaalisuutta kotoa poistumatta	8
	Etäpalvelu tukee sosiaalista hyvinvointia muttei korvaa läsnäoloa	5
	Etäryhmät yhtenä ratkaisuna yksinäisyyteen	6
	Etäryhmätoiminnasta hyviä kokemuksia	5
	Etäryhmät tehokkaita, kun monta asiakasta kerralla	3
Etäpalvelujen onnistunut organisointi sosiaalisen hyvinvoinnin näkökulmasta (20)	Etäpalveluiden täydentävyys ja tarkoituksenmukainen yhdistely perinteisiin palveluihin asiakaskohtaisesti	8
	Sosiaalisuutta lisäävät etäkontaktit eivät vaadi hoitajakoulutusta	3
	Yhteistyön lisääminen ja helpottaminen muiden toimijoiden ja sidosryhmien kanssa	8
	Etäteknologian mahdollistaman moniammatillisuuden hyödyntäminen	4
	Asiakkaiden moninaisuus huomioitava etäpalveluissa	6
	Hinnoittelun houkuttelevuus asiakkaalle	2
Etäteknologia sosiaalisen hyvinvoinnin näkökulmasta (26)	Laitteiden helppokäyttöisyys asiakkaille ja työntekijöille	7
	Laitteiden ja yhteyksien toimivuus	9
	Laadukas ääni ja isompi kuva, läsnäolon tuntua	5
	Asiakkaiden ja työntekijöiden teknologiaosaaminen ja koulutus	7
	Asiakkaiden ja työntekijöiden etävalmiudet paranevat tulevaisuudessa	4
Etäteknologian mahdollistama uudenlainen ryhmätoiminta (30)	Etä- ja hybridipäivätoiminta	6
	Etäkeskusteluryhmät/kahvit ikätovereiden kanssa	3
	Yhteisruokailu ja ruuanlaitto etänä	3
	Liikunnan ohjaus etäryhmissä	4
	Hengelliset ryhmät ja tapahtumat	2
	Ratkaisuja sosiaalisiin kohtaamatongelmiin	3
	Globaalit yhteydet ja moninaisuus	4
Virtuaalimaailmat haaveiden ja kokemusten mahdollistajana	8	

Myös teknologiaan liittyviä edellytyksiä ja kehittämiskohteita nousi keskusteluissa esiin runsaasti. Ehdoton edellytys etäpalveluiden tuottamiselle on laitteiden helppokäyttöisyys erityisesti asiakkaille mutta myös työntekijöille. Monet etäpalvelun parissa toimineet työntekijät kertoivat haasteista esimerkiksi virtajohdoissa, laitteen käynnistämisessä tai äänenvoimakkuussäädöissä. Yksi esiin tullut idea oli asiakkaiden televisioiden hyödyntäminen etäpalveluiden käytössä. Sekä työntekijöillä että ikääntyneillä oli ollut haasteita siinä, miten laitteet ja yhteydet olivat toimineet. Konkreettisia toiveita olivat laadukkaampi ääni ja isompi, laadukas kuva. Tämä toisi myös yksinäisyyden näkökulmasta enemmän läsnäolon tuntua etäpaamisiin. Asiakkaiden ja työntekijöiden teknologiaosaamista ja siihen liittyvää koulutusta pidettiin tärkeänä edellytyksenä etäpalveluille. Toisaalta arveltiin, että ihmisten valmiudet etäteknologian käyttöön saattavat joka tapauksessa parantua tulevaisuudessa.

Osallistujat jakoivat konkreettisia kokemuksiaan ja myös uusia ideoitaan etäteknologian mahdollistamasta sosiaalista toiminnasta. Useat ikääntyneet painottivat, että yksinäisyydessä on usein kyse tilanteesta, jossa olemassa olevat palvelut ja palvelujen tarve eivät kohtaa. Teknologian avulla voitaisiin löytää uusia ratkaisuja tarpeisiin vastaamiseen. Työntekijät painottivat enemmän konkreettisia ryhmätöiden muotoja. He näkivät potentiaalia esimerkiksi hybriditoiminnassa, jossa normaalin päivätoiminnan ohjelmaan voi osallistua myös etänä. Uusia ideoita esitettiin erilaisista etäryhmistä, joissa asiakkaat saisivat ohjatusti tai itsenäisesti olla vuorovaikutuksessa toistensa kanssa esimerkiksi vapaan kahvittelun ja keskustelun äärellä, ohjatun ruuanlaiton ja yhteisruokailun merkeissä tai vaikkapa jumppatuokiossa. Hengelliset sisällöt ja tapahtumat, esimerkiksi jumalanpalvelukseen osallistuminen etänä, tuotiin esiin joillekin asiakkaille tärkeinä mahdollisuuksina. Paljon keskustelua työntekijöiden kesken heräsi virtuaalimaailmojen tarjoamista mahdollisuuksista sellaiseen yhteistoimintaan,

jota fyysinen toimintakyky ei enää mahdollista. Ideoina mainittiin muun muassa nostalgiset kotiseutukokemukset ja ulkomaanmatkailu ikätoverien kanssa. Etäteknologian nähtiin mahdollistavan myös kansainvälistä toimintaa uudella tavalla, kun fyysinen sijainti ei ole enää rajoite. Tekoälyn ideointiin mahdollistavan reaaliaikaiset käännökset, vaikka yhteistä kieltä vieraskielisen ystävän kanssa ei olisikaan.

Tulevaisuustyöpajojen tuloksissa tuli esille useita palvelujen organisointiin liittyviä näkökulmia ja edellytyksiä ikääntyneen ihmisen hyvinvointia monipuolisesti tukevan etähoidon toteutumiselle. Etäpalveluiden nähtiin parhaimmillaan täydentävän ja tuovan lisäarvoa ihmisten elämään perinteisten palveluiden rinnalla pikemminkin kuin täysin korvaavan niitä.

Pohdinta

Tulevaisuuden kuvan luominen etähoidon mahdollisuuksista ja haasteista ikääntyneiden kotiin vietävissä palveluissa on tärkeää. Tulevaisuuden visioiminen ja ideoiminen antaa suuntaviivoja kehittämiselle ja yhteisen ymmärryksen lumiselle tulevaisuudessa etänä toteutettavista kotiin vietävistä palveluista. Etäpalvelujen positiivisia mahdollisuuksia ilmeni työpajojen tuloksissa monipuolisesti. Suurimpana voitettavana haasteena palvelujen suunnittelulle ja toteutukselle ilmeni kotona asuvien ikääntyneiden ihmisten yksinäisyys.

Työpajojen keskiöön nousut huoli ikääntyneiden kokemasta lisääntyvästä yksinäisyydestä ja sen haasteista saa tukea tutkimuskirjallisuudesta (Karisto & Tiilikainen 2017; Aaltonen ym. 2023; Tiilikainen ym. 2023). Suomen väestö ikääntyy EU-maista tällä hetkellä nopeimmin (Tilastokeskus 2023). Kotihoidon asiakkaiden sekä iältään yhä vanhempien kotona asuvien ihmisten keskeiseksi arjen haasteeksi on todettu yksinäisyys. Yksinäisyys on monitahoinen yksilöllinen kokemus, joka liittyy yksilön elämänsä eri vaiheisiin eri tavoin. Myös hankkeen työpajoissa tuli esille, että yk-

sinäisyys on iäkkäiden arjessa moniulotteinen ilmiö. Kontakti kotihoitoon on monille ainoa kontakti toisiin ihmisiin. Etähoidon käynnit ja kontaktit ulkomaailmaan voivat tukea kotona selviytymistä ja olla yksi ikkuna kotoa ulos. Yksinäisyyden kokemukseen vaikuttaminen tuloksellisesti edellyttää asiakkaan koko elämänpäiirin tarkastelua (Tiilikainen ym. 2023).

Työpajoissa keskeisenä uhkakuvana ikääntyneiden yksinäisyyden kannalta nähtiin sotealan rahoituksen ja resurssien väheneminen. Osallistujat arvioivat kuitenkin, että etäpalveluilla voidaan tukea monipuolisesti ikääntyneiden hyvinvointia ja lievittää näin yksinäisyyttä. Reinilän (2023) mukaan etäryhmätoiminnalla voidaan luoda asiakkaille merkityksellisiä kontakteja toisiin ihmisiin. Monien toimijoiden yhteisillä toimintamalleilla voidaan monipuolistaa ja kehittää etäpalvelujen sisältöjä.

Ryhmätoiminnan toteuttaminen edellyttää osaamista sekä palvelujen toteuttajilta että palvelujen käyttäjiltä. Kuka ryhmätoimintaa voi tuottaa ja mitä osaamista se edellyttää? Työpajoissa ideoitiin myös sitä, että sosiaalisesti aktivoivaa ja yksinäisyyttä lievittävää ryhmätoimintaa voisivat järjestää muutkin tahot kuin sotealan ammattilaiset. Erilaisia teknologiaratkaisuja tarvitaan, jotta toimintaa voidaan toteuttaa monipuolisin sisällöin. Tarvitaan koulutusta verkkovuorovaikutukseen ja ryhmän hallintaan verkossa. Lisäksi toiminnan toteuttaminen edellyttää osaamista sisällön tuottamisesta perustuen palvelujen käyttäjien tarpeisiin kotona. Näitä voivat olla esimerkiksi kontaktien luominen muihin ihmisiin, toimintakyvyn ylläpitäminen sekä muut käyttäjiä kiinnostavat aiheet. Myös arviointiosaaminen ja arviointimenetelmät ovat keskeisiä osaamisalueita, jotta voidaan arvioida palvelujen vaikutuksia niiden käyttäjiin. Teknologiaosaaminen ryhmämuotoisen etäpalvelun tuottamisessa on osaamisalue, johon tarvitaan koulutusta. Sähköisten palvelujen toimintaympäristön hyödyntämisen osaaminen voi mahdollistaa ikääntyvien yksinäisyyden tunteen lievittämisen erityisesti uu-

sia ryhmätoimintamalleja kehittämällä. Lisäksi ryhmämuotoisten palvelujen avulla voidaan vaikuttaa asiakkaiden vuorovaikutussuhteiden ylläpitämiseen. Asiakkaiden vuorovaikutussuhteiden ja kokonaisvaltaisen toimintakyvyn ylläpitäminen monipuolisesti on välttämätöntä, jotta asiakas voi selviytyä kotona (Josefsson & Hammar 2022).

Ikääntyneiden palveluissa toimivien henkilöiden osaamisvaatimukset kotihoidossa ja kotihoidon etäpalveluissa ovat muuttuneet nopeasti. Teknologisten ratkaisujen käyttö kotihoidossa on lisääntynyt, ja digitaaliseen toimintaympäristöön liittyvä osaamistarve muuttaa muotoaan käytettävien teknologioiden kehityksessä. (Anttila ym. 2023.) Uudenlaisen osaamisen tarve liittyy kotihoidossa yleisesti yhä vaativampiin klinisiin taitoihin, asiakkaan palvelukokonaisuuden ja palveluprosessien hallintaan sekä teknologian hyödyntämiseen ja palvelujen toteuttamiseen digitaalisessa toimintaympäristössä. Uudenlaista osaamista kotihoidon etäpalveluissa tarvitaan sekä henkilöstöltä että asiakkailta ja heidän läheisiltään. (Aspholm 2023.)

Kuka sitten hallitsee ryhmätoimintaosaamista niin, että etäpalveluja voidaan suunnitella, toteuttaa ja arvioida asiakasturvallisesti? Tätä tulee pohtia, vaikka vastausta on vaikea antaa. Asiakkaan näkökulmasta palveluihin osallistuminen edellyttää tarvittavia laitteita sekä saatavilla olevaa käyttötukea. Mahdollisia toteuttajia voivat olla erilaiset sidosryhmät, kuten kolmas sektori, järjestöt ja alan opiskelijat.

Palvelukokonaisuuksien organisointi, suunnittelu ja toteuttaminen niin, että palvelut tukevat kokonaisvaltaisesti asiakkaan toimintakykyä, haastaa palvelujärjestelmää. Kotona asumisen tukemiseksi järjestettävät etäpalvelut voivat olla yksi osa ennalta ehkäisevää toimintaa. Ennaltaehkäisevien toimenpiteiden, kuten etä- tai lähikäyntienä toteutettujen ennalta ehkäisevien kotikäyntien, avulla voi ilmetä jo varhain tarvetta toimenpiteisiin, jotka voivat tukea onnistuneempaa asumista ja elämää.

Kirjoittajat

Päivi Sanerma, TtT, KT, tutkijayliopettaja
Hämeen ammattikorkeakoulu
paivi.sanerma@hamk.fi

Tuula Mikkola, VTT, yliopettaja
tuula.mikkola@metropolia.fi
Metropolia Ammattikorkeakoulu

Joona Koistinen, DI, projektiasiantuntija
joona.koistinen@hamk.fi
Hämeen ammattikorkeakoulu

Panu Karhinen, TtM, toimintaterapeutti, lehtori
panu.karhinen@metropolia.fi
Metropolia Ammattikorkeakoulu

Marjatta Komulainen, VTM, MBA, lehtori
marjatta.komulainen@metropolia.fi
Metropolia Ammattikorkeakoulu

Sanna Saikko, Amo, Toimintaterapeutti YAMK,
lehtori
sanna.saikko@metropolia.fi
Metropolia Ammattikorkeakoulu

Kirjallisuus

- Aaltonen M, Häsä J, Heikkilä R, Kakko K, Edgren J. Yksinäisyys ja toive muualla kuin kotona asumisesta lisäävät kotihoidon asiakkaiden sosiaali- ja terveyspalvelujen käyttöä. Tutkimuksesta tiiviisti 59/2023. Helsinki: THL. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-408-218-1>
- Anttila H, Anttila M, Koivisto S, Niemelä M, Kaartinen J, Forsius P, Kauppinen S, Luoma ML. Kotihoidon uudet ratkaisut: Kotona asumisen teknologiat ikäihmisille. KATI-ohjelman 2020–2023 loppuraportti. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, 2023. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-408-202-0>
- Aspholm M. Hoitajien osaamisen kartoittaminen ja varmistaminen kotihoidossa: Työväline lähiesimiehen avuksi. Opinnäytetyö, Karelia ammattikorkeakoulu, 2023. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-202303274226>
- Eloranta S, Teeri S, Komulainen M, Hoffrén-Mikkola M & Mikkola T. ”Saan tehdä mitä haluan tehdä, ainut että teen sen nyt etänä.” Työntekijöiden ja esihenkilöiden kokemuksia etäkotihoitosta. Finnish Journal of EHealth and EWelfare 2023;15(3):353–65. <https://doi.org/10.23996/fjh.126911>
- Erätauko-säätiö. 2024. Internet: <https://www.eratauko.fi/mika-eratauko/> (viitattu 30.1.2025).
- Jansson A, Karisto A, Pitkälä K. Vartoomista, korpeentumista, räppimistä – palvelutalossa asuvien kokemuksia yksinäisyydestä. Gerontologia 2020;34(2):117–33. <https://doi.org/10.23989/gerontologia.85169>
- Jansson A, Lehtonen R, Partanen M, Pääkkö M, Ylimaa T, Andreassen P, Lind M, Heikkilä R. Ystäväpiiri-toiminta. HYTE-toimintamalli 5/2024. Helsinki: THL, 2024. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2024100476049>
- Josefsson K, Hammar T. Kotihoidon etäpalveluissa on vielä kehittämisen varaa. Tutkimuksesta tiiviisti 22/2022. Helsinki: THL, 2022. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-854-5>
- Kariniemi K, Siira H, Kyngäs H, Kaakinen P. ”Vanhakin on ihminen”: Ikääntyneiden kokemuksia vahvuksistaan, voimavaroistaan ja kotihoitosta. Gerontologia 2020;34(1):25–44. <https://doi.org/10.23989/gerontologia.80436>
- Karisto A, Tiilikainen E. Yksinäisyys ja aika. Yhteiskuntapolitiikka 2017;82(5):527–36. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2017102650309>
- Kokko RL. Tulevaisuuden muistelu – palaveri – työveikkuutta tuottava yhteistyömenetelmä. Yhteiskuntapolitiikka 2007;72(2):166–74. <https://urn.fi/URN:NBN:fi-fe201209117334>
- Reinilä, T. Etähoivan käyttöönoton laajennus Ete-lä-Pohjanmaan hyvinvointialueelle. Toimintamalli. 2023. Internet: <https://innokyla.fi/fi/toimintamalli/etahoivan-kayttoonoton-laajennus-etela-pohjanmaan-hyvinvointialueelle> (viitattu 5.1.2025).
- Ropa K. Työssä tarvittava ammatillinen osaaminen etäkotihoitoyksikössä. Opinnäytetyö, Metropolia Ammattikorkeakoulu, 2023. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2023110128337>
- Tiilikainen E, Jansson A, Pirhonen J. Yksinäisyys kokemuksena. Teoksessa: Rantanen T, Kokko K, Sipilä S, Viljanen A., toim. Gerontologia. Helsinki: Duodecim, 2023, 32–3.
- Tilastokeskus. Väestön ikääntyminen on suhteellista. 2023. Internet: https://stat.fi/tup/tietoaika/tilaajat/ta_05_03_nieminen.html (viitattu 16.2.2025).
- Tuomi, J, Sarajärvi, A. Laadullinen tutkimus ja sisällyönanalyysi (uud. laitos). Helsinki: Tammi, 2018.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Hyvä tieteellinen käytäntö. 2023. Internet: <https://tenk.fi/fi/tiedevilppi/hyva-tieteellinen-kaytanto-htk> (viitattu 17.1.2025).