



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

OPINNÄYTETYÖ

Iloa arkeen

Ikäihmisten itsetunnon ja osallisuuden vahvistaminen taiteen
keinoin

Tuulimaria Saarinen

Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma (210 op)

11 / 2015

HUMANISTINEN AMMATTIKORKEAKOULU

Koulutusohjelman nimi

TIIVISTELMÄ

Työn tekijä Tuulimaria Saarinen	Sivumäärä 40 ja 5 liitesivua
Työn nimi Iloa arkeen: Ikäihmisten itsetunnon ja osallisuuden vahvistaminen taiteen keinoin	
Ohjaava(t) opettaja(t) Maarit Honkonen-Seppälä	
Työn tilaaja ja/tai työelämäohjaaja palvelukeskus Huuponhovi, Helvi Laitinen	
Tiivistelmä <p>Työn tilaajana toimii palvelukeskus Huuponhovi. Huuponhovi on vanhuksille suunnattu pitkäaikaisen laitosasumisen yksikkö, joka sijaitsee Leivonmäellä.</p> <p>Toteutin toiminnallisena opinnäytetyönä taidenäyttelyn palvelukeskus Huuponhoviin asukkaiden tekemistä kuvataideteistä, jotka toteutettiin ohjaamissani taidepajoissa. Taideteiden aiheet vaihtelivat luontoon liittyvistä teemoista oman kädenjaljen piirtämiseen ja taideteiden toteutusmuoto oli abstrakti piirtäminen.</p> <p>Opinnäytetyön tavoitteena oli vahvistaa palvelukeskuksen asiakkaiden osallisuutta ja itsetuntoa taiteen keinoin, sekä edistää virkistystoiminnan järjestämistä ja kehittämistä palvelukeskus Huuponhovissa motivoituneita asukkaita mukaan toimintaan. Toteutuksen suunnittelussa ja taidepajojen järjestämisessä tuli huomioida asukkaiden vaihteleva kuntotaso sekä toimintakyvyn muutokset. Muistisairauksien huomioiminen oli myös tärkeää. Opinnäytetyön raporttiosion teorioissa käyn läpi käsitteet elämänkaari ja kehitystehtävät, vanhuus ja toimintakyky, muistisairaudet ja dementia, kuvataide ja estetiikka, itsetunto ja osallisuus.</p> <p>Opinnäytetyö antaa uusia näkökulmia taidetoiminnan järjestämisestä vanhuksille, virkistystoiminnan ohjaajana työskentelemisestä ikäihmisten parissa sekä ihmisen elämänkaaresta ja siihen liittyvän vanhuuden ikävaiheen asettamista haasteista. Opinnäytetyö nostaa esiin myös vapaaehtoistoiminnan merkityksen virkistystoiminnan järjestämisessä.</p>	
Asiasanat vanhustyö, elämänkaari, kuvataide, osallisuus, virkistystoiminta	

HUMAK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Name of the Degree Programme

ABSTRACT

Author Tuulimaria Saarinen	Number of Pages 40 pages and 5 attachment pages
Title Joy to the life: Strengthening the self-esteem and participation of the seniors by using art	
Supervisor(s) Maarit Honkonen-Seppälä	
Subscriber and/or Mentor Palvelukeskus Huuponhovi, Helvi Laitinen	
Abstract <p>The thesis has been ordered by palvelukeskus Huuponhovi. Huuponhovi is the facility of a housing unit which is intended for the elderly people.</p> <p>The work takes the form of a functional thesis. I carried out the art exhibition from works of art which residents made in the workshops. I was the instructor at the art workshops. . The works of art were abstract illustrations.</p> <p>The aim of the thesis was to strengthen elderly's participation and self-esteem by using art, to develop of the organization recreational activities and motivate the elderly. In the activities had to be considered functional capacity of the elderly and the memory disorders. The key concepts in the theoretical part of thesis are life-cycle and development tasks, aging and the functional capacity, memory disorders and dementia, art, and aesthetics and also self-esteem and participation.</p> <p>The thesis gives new perspective to work with elderly and being an instructor in recreational activities. It also helps to understand of human lifespan challenges and the importance of volunteering in the elderly care.</p>	
Keywords geriatric care, lifespan, visual arts, participation, recreational activities	

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	5
2 TOIMIPAIKAN ESITTELY	6
2.1 Palvelukeskus Huupohovi ja Mäntypirtti	6
2.2 Asukkaiden taustat ja lähtökohdat	8
2.3 Taidenäyttely	9
3 TYÖN TEOREETTINEN TAUSTA	10
3.1 Elämänkaari ja kehitystehtävät	11
3.2 Vanhuus ja toimintakyky	12
3.3 Muistisairaudet ja dementia	13
3.4 Kuvataide ja estetiikka	14
3.5 Itsetunnon merkitys ja muuttuminen vanhuuden ikävaiheessa	15
3.6 Osallisuus	16
4 OPINNÄYTETYÖN MUODON ESITTELY JA TIEDONKERUUMENETELMIEN VALINTA	17
4.1 Toiminnallinen opinnäytetyö	18
4.2 Tiedonkeruumenetelmät toiminnallisen toteutuksen tukena	18
4.3 Havainnointi ja osallistuva havainnointi	19
4.4 Keskustelut ja elämäntarinat	19
4.5 Eeron yksilöhaastattelu	
5 OPINNÄYTETYÖN TOIMINNALLISEN OSUUDEN TOTEUTUS	22
5.1 Taidepajojen suunnittelu	23
5.2 Taidepajojen toteutus	24
5.3 Taidenäyttelyn pystytys	27
6 TYÖN ARVIOINTI	29
6.1 Asiakkaiden ja hoitohenkilökunnan arviointi	29
6.2 Tilaaajan arviointi	32
6.3 Oma arviointi	32
7 YHTEENVETO JA JATKOKEHITTÄMISIDEAT	34
LÄHTEET	38
LIITTEET	41

1 JOHDANTO

Kulttuuri ja taide sekä näiden elämyksellisten ilmiöiden rinnalla kulkeva kauneudentaju kehittyvät jo pienelle lapselle hyvin merkityksellisiksi ja tärkeiksi kantaen läpi elämänkaareen vanhuuteen saakka. Jokainen meistä tulkitsee jossain vaiheessa elämänsä taidetta ja kokee kulttuuria, vaikka ei kokisi sitä kantavana voimana. Taide-elämykset koetaan aina henkilökohtaisella tasolla tulkiten niiden yksilöllistä viestiä. Taiteessa ja kulttuurissa on pohjimmiltaan kyse viestinnästä ja vuoropuhelusta.

Aloittaessani yhteisöpedagogin opinnot koin niiden tarjoaman kirjon kattavan koko ihmisen elämänkaaren kriiseineen, kehitystehtävineen ja haasteineen. Koulutuksen painotukset sijoittuvat monien kurssien kohdalla nuorisotyön puolelle, mutta löysin niistä aina annettavaa myös vanhustyön saralle. Olen työskennellyt vanhusalalla sekä yksityisellä että kunnallisella sektorilla jo vuosikymmenen ajan tehden hoitotyötä sekä toteuttaen virkistystoimintaa. Yhteisöpedagogin työkenttä tulee tulevaisuudessa painottumaan yhä enemmän vanhustyön puolelle suurten ikäluokkien siirtyessä näiden palvelujen piiriin. Lähitulevaisuudessa väestöllinen huoltosuhde kokee muutoksen. Vuonna 2030 yli 65-vuotiaiden osuus väestöstä arvioidaan olevan 26 prosenttia nykyisen 19,9 prosentin sijaan (Väestöennuste 2015.)

Opintojen aikana *elämänkulku, kasvatus ja kulttuuri*-opinnot antoivat sysäyksen siihen suuntaan, että kiinnostuin tutkimaan ja tulkitsemaan yksilön kasvua ja kehitystä koko elämänkaaren ajalta. *Ohjaamisen perusteet* antoivat minulle paljon itsevarmuutta ja rohkeutta ohjaustyöhön, johon olen pelkäämättä hakeutunut opintojen edetessä esimerkiksi harjoittelujaksojen kautta. Viestinnän opinnot ovat olleet minulle koulutuksen isoin anti. Jos mietitään ihmiselämää ja sen rakenteita voidaan viestinnän nähdä olevan kaikessa keskeisenä tekijänä. Viestinnän avulla ilmaisemme itseämme ja tunteitamme, sekä koemme kuuluvamme osaksi yhteisöä. Tapoja viestiä on useita, mutta minulle mielenkiintoisin viestinnän muoto on nonverbaalinen, eli sanaton, viestintä. Sitä on kaikkein haastavin tulkita. Nonverbaalinen viestintä on usein myös se, mikä meistä jää jäljelle muiden ilmaisukykyjen heikentyessä ja kadotessa ikääntymisen tai sairastumisen seurauksena.

Vanhustyössä olen saanut huomata mikä merkitys asiakkaalle on katseella, hymyllä ja kosketuksella. Tämän pohjalta halusin lähteä toteuttamaan toiminnallista opinnäytetyötä vahvistamaan vanhuksen kykyä viestiä, ilmaista itseään, tuntee merkityksellisyyden ja osallisuuden tunnetta sekä parantaa itsetuntoa onnistumisen kokemusten kautta. Tavoitteet ja haasteet tuntuvat suurilta, mutta hoitotyön arjessa olen huomannut pienten asioiden merkityksen. Tämän pohjalta lähdin toteuttamaan taidenäyttelyä palvelukeskus Huuonhovissa asukkaiden itse tekemistä taideteoksista. Taidenäyttely voi tuntua pieneltä hankkeelta, mutta se kätkee sisäänsä isoja teemoja ja kysymyksiä. Mikä merkitys on osallisuudella ikäihmiselle? Mitkä kehitystehtävät tulevat merkityksellisiksi vanhuudessa? Miten taiteen ja estetiikan keinoin voidaan tukea ikäihmisen itsetuntoa?

2 TOIMIPAIKAN ESITTELY

Esittelen alkuun opinnäytetyön tilaajan ja toimipaikan, jotta saan muodostettua kuvan ympäristöstä, missä työskentelin. Toimipaikan nimi tuodaan esiin opinnäytetyössä tilaajan suostumuksesta. Sen jälkeen kerron yleisluontoisesti toimipaikan asiakkaista ja heidän lähtökohdistaan, eli siitä kohderyhmästä, keille olen opinnäytetyötä toteuttamassa. Opinnäytetyössä esiintyvät henkilöiden nimet on muutettu anonymiteetin suojelemiseksi. Lopuksi tuon pääpiirteittäin esiin opinnäytetyön rakenteen ja aiheen avaten niitä lähtökohtia ja tavoitteita, jotka opinnäytetyötäni määrittävät.

2.1 Palvelukeskus Huuonhovi ja Mäntypirtti

Toiminnallisen opinnäytetyöni tilaajana toimii palvelukeskus Huuonhovi Leivonmäellä. Leivonmäki on osa Joutsan kuntaa vuonna 2008 tehdyn kuntaliitoksen myötä (<http://www.leivonmakiseura.fi/>). Huuonhovi on yksi Joutsan kunnan vanhustenhuoltoon kuuluvista toimipaikoista. Muita toimipaikkoja ovat koko kunnan käsittävä kotihoito ja Joutsan kirkonkylällä sijaitseva palvelukeskus Jousi sekä palvelutalo Kirkkokangas. Huuonhovi on perustettu vuonna 1997 vanhan vanhainkodin siirryttyä uusiin tiloihin. Huuonhovissa työskenteli opinnäytetyön toiminnallisen toteutukseen aikaan viisi vakituista hoitajaa ja kaksi sijaista, kaksi sairaanhoitajaa ja yhteensä viisi osasto- ja laitospulasta, joista kaksi oli

sijaisia. Olin toinen osastoapulaisena toimivista sijaisista. Olen työskennellyt Huuponhovissa kaksivuorotyössä vuoden 2013 kesästä lähtien tehden säännöllisesti sijaisuuksia. Huuponhovissa työskennellään kolmessa vuorossa. Aamuvuoroissa työskentelee arkipäivisin neljästä kuuteen työntekijää, iltavuoroissa kolme ja yövuorossa yksi hoitaja. Palvelukeskuksen yhteydessä sijaitsevat myös Leivonmäen kotihoidon toimistotilat (perhdytyskansio, 2015.)

Huuponhovi on vanhusten laitosasumisen yksikkö. Laitosasumisen palvelut ovat tarkoitettu henkilöille, jotka eivät pärjää kotihoidon tarjoaman avun turvin, mutta eivät myöskään tarvitse sairaalahoitoa. Huuponhovi on 16-paikkainen palvelukeskus, josta neljä paikkaa on varattu lyhytaikaispaikkalaisille. Lyhytaikaishoitoa vaativat asiakkaat ovat usein kotihoidon palvelujen piirissä tai asuvat edelleen kotonaan omaishoitajan avustamina. Lyhytaikaishoitajaksot kestävät yleensä viikosta kahteen asiakkaan tai omaishoitajan tarpeiden mukaan ja ne sovitaan aina etukäteen. Lyhytaikaispaikat toimivat myös akuuttipaikkoina, jolloin vapaalle paikalle voi päästä myös hätätapauksen yllättäessä, esimerkiksi omaishoitajan sairastuttua tai muiden palvelukeskusten ollessa täynnä.

Käytän opinnäytetyössäni termejä *asukas* ja *asiakas* limittäin, mutta tarkoittaen samaa asiaa. Huuponhovin pitkäaikaisilla asiakaspaikoilla asuvat henkilöt ovat meille työntekijöille luontaisesti asukkaita, mutta palvelutalon ulkopuolelta lyhytaikaishoitoon tulevat henkilöt mielletään usein virkacielessä asiakkaiksi. Kuitenkin jokainen asiakas talossa ollessaan on meille asukas ja haluamme luoda kodinomaisen ympäristön jokaiselle yksilölle. Asukkaiden huoneet ovat kaksipaikkaisia ja varustetut wc – ja suihkutiloilla. Asiakkaiden ruokailu tapahtuu palvelukeskuksen ruokailusalissa, jonka yhteydessä sijaitsee myös talon laitoskeittiö. Palvelukeskuksen yhteinen sauna on sekä Huuponhovin että Mäntypirtin asukkaiden käytettävissä (perhdytyskansio, 2015.)

Palvelukeskuksen yhteydessä, talon toisessa päässä sijaitsee kunnan ikäihmisille suunnattuja vuokra-asuntoja tarjoava Mäntypirtti. Asuntoja siivessä on yhteensä kahdeksan, joista jokainen oli toiminnan toteutuksen aikaan asutettu. Mäntypirtin asukkaat asuvat itsenäisesti vuokrahuoneistoissa, jotka ovat varustettu henkilökohtaisilla wc- ja pesutiloilla, sekä omalla keittiöllä. Halutessaan Mäntypirtin asukkaat voivat erillispalveluna ostaa ruokailut täysi- tai puolihoitolo-

la, sekä kylvytys- ja siivouspalvelut. Vuokra-asunnot ovat suunniteltu ikäihmisille, jotka suoriutuvat edelleen elämän perustoiminnoista hyvin, mutta tarvitsevat tukea esimerkiksi lääkkeiden annostelussa tai muissa ikääntymisen tuomissa haasteissa. Mäntypirtin asukkaat ovat myös ympärivuorokautisen valvonnan piirissä (perehdytyskansio, 2015.)

2.2 Asukkaiden taustat ja lähtökohdat

Vakituisia asukkaita talossa on kaksitoista, joista suurin osa on vuodepotilaita. Palvelukeskuksen asukkaiden keski-ikä on yllättävän korkea ja yli 90-vuotiaita asukkaita on talossa monia. Asukkaiden perussairaudet vaihtelevat keskenään, mutta yleisimpiä sairauksia ovat erilaiset muistisairaudet, diabetes eli sokeritauti, sydänsairaudet, liikunta- ja tukielinsairaudet sekä aivoverenkierron häiriöt. Suurin osa asukkaista on jollain muotoa liikuntarajoitteisia ja moni joutuu turvautumaan erilaisiin apuvälineisiin, kuten rollaattoriin ja pyörätuoliin. Käytössä on myös erilaisia nostovälineitä sekä pesutilanteita helpottavia apuvälineitä. Joutsan kunnassa on myös muihin Keski-Suomen kuntiin verrattuna keskipertoa enemmän amputaatioita (Rytkönen 2015). Moni asukkaista on käynyt läpi sotaajan ja siihen liittyvät murrosvaiheet. Asukkaiden aikaisemmat ammatit ovat sijoittuneet useimmiten agrariiyhteiskunnan tarjoamiin elinkeinoihin, kuten maanviljelyyn, kalastukseen ja kädentaitoihin.

Muistisairaudet olen huomionnut opinnäytetyössäni ja sitä toteuttaessa erityisesti siitä syystä, että olen huomannut niiden vaikuttavan arjessa eniten asukkaiden psyykkiseen hyvinvointiin ja sosiaalisten kohtaamisten aiheuttamiin haasteisiin sekä vuorovaikutustilanteisiin. Huuonohovi ei ole erityisesti muistiyksikkö, mutta muistisairauksia - ja häiriöitä joissain muodoissa esiintyy lähes jokaisella asukkaalla. Muistisairaudet aiheuttavat päivittäin monia haastavia ja jopa uhkaavia tilanteita asukasyhteisössä sekä hoitotilanteissa. Muistisairaahan kohtaaminen vaatii tietynlaista tuntemusta sairautta kohtaan. Toiminnallisen opinnäytetyön ollessa kyseessä erityisesti toiminnan suunnittelulle ja toteutukselle asettuvat haasteet ja vaatimukset ovat lähtöisin asiakkaiden kuntotasosta ja toimintakyvystä. Muistisairaudet jouduin huomioimaan miettiessäni esimerkiksi taidenäytelyn teoksiin käytettäviä värejä sekä tiloja, missä toiminta toteutetaan.

2.3 Taidenäyttely

Taidenäyttelyn toteuttaminen sai alkunsa yhden ihmisen haaveesta. Eero (nimi muutettu) on yksi Huupohovon asukkaista, joka käy säännöllisesti lyhytaikaisjaksoilla omaishoitajan levätessä. Eeron elämää rajoittaa pitkäaikaissairaus sekä sen mukanaan tuomat haasteet ja rajoitteet. Eeron toimintakyky on säilynyt monilta osin, mutta hän tarvitsee tukea ja avustusta arjen askareisiin sekä lääkityksen annosteluun. Eero on piirtänyt koko ikänsä ja taide on aina ollut tärkeällä sijalla hänen elämässään. Näkökyvyn huonontumisen myötä piirtämisestä on tullut haastavampaa, mutta se on edelleen yksi tärkeistä elämässä kiinni pitävisistä harrastuksista ja iloa tuottavista asioista. Eeron piirtämisharrastus kotiloissa on jäänyt tilojen puuttuttua, mutta Huupohovissa ollessaan hän on jatkanut harrastustaan. Eero piirtää luontokuvia ja Huupohovon runsaat ikkunapinta-alat sekä ympäröivä luonto tarjoavat paljon valoa, aiheita ja inspiraatiota piirtämiseen. Vuoden alussa Eero otti puheeksi piirtämänsä työt ja niiden painoarvon. Hän toivoi tilaisuutta, jossa myös muut voisivat nähdä hänen töitään. Näin ajatus taidenäyttelyn pitämisestä syntyi.

Päätin laajentaa ideaa taidenäyttelystä yhden ihmisen unelmasta isommaksi ja yhteisölliseksi kokemukseksi. Taidenäyttelyyn laitettaisiin esille myös muiden asukkaiden tekemiä kuvataiteellisia töitä, jotka toteutettaisiin järjestämässäni taidepajoissa. Taidepajojen ohella kävin vuoropuhelua asukkaiden kanssa ja kyselin heiltä muun muassa, mitä järjestämieni taidepajojen toiminta heille merkitsee ja minkälaisia tunteita taidenäyttelyn järjestäminen ja taide itsessään heissä herättää.

Taidenäyttelyn tarkoituksena on tuottaa iloa ja virikkeellisyyttä asukkaiden muuten hyvin laitosmaiseen arkeen Huupohovissa sekä tarjota taiteellisia elämyksiä myös asukkaille, jotka eivät kuntotasonsa vuoksi kykene itsenäisesti osallistumaan taiteen tekemiseen. Merkittävässä osassa on myös asukkaiden itsetunnon vahvistaminen ja osallisuuden toteutuminen. Taidepajat ja niiden seurauksena pidettävä näyttely ovat vahvasti kytköksissä asukkaille tarjottavaan virkistystoimintaan ja sen kehittämiseen. Virkistystoiminnalla on merkittävä vaikutus asukkaiden arkeen ja mielialaan. Resurssit erilaisen toiminnan kehittämiseen ja toteuttamiseen ovat rajalliset, mutta tällaisen projektin myötä on myös mahdolli-

suus saada taide- ja kulttuuritoiminnasta rutiininomainen virkistysmuoto palvelukeskus Huuponhoviin sekä esimerkillinen malli muille Joutsan kunnan vanhus-tenhuollon toimipaikoille. Yhtenä tavoitteenani opinnäytetyössä on myös hoito-henkilökunnan motivoiminen ja kannustaminen viriketoiminnan toteuttamiseen perushoidollisen työn ohessa.

Taiteella on hoitolaitoksissa iso merkitys. Taide ja kulttuuri vaikuttavat kokonaisvaltaisesti asukkaiden viihtyvyyteen sekä mielialaan poistaen stressiä ja antaen voimia arjessa jaksamiseen. Taiteen on tarkoitus toimia yhteisöllisesti ollen vuorovaikutuksessa hoitolaitoksen asukkaiden, omaisten ja työntekijöiden kanssa. Hoitolaitoksissa esiintyvistä taiteesta puhutaan usein termillä soveltava taide, jonka tarkoituksena on antaa voimaa ja vaikuttaa hoitavasti (Simpanen 2007, 7). Huuponhovissa on melko vähän taidetta näytillä, mutta se kytkeytyy vahvasti asukkaiden ikäluokkaa ja asuinkuntaa koskevaksi taiteeksi. Näytillä on paljon valokuvataidetta entisajan työ- ja kalastustekniikoista Joutsan alueella, kartoja sota-ajan Suomineidosta sekä maisema- ja luontoaiheisia maalauksia.

3 TYÖN TEOREETTINEN TAUSTA

Tämän kappaleen alla avaan opinnäytetyön kannalta keskeisiä käsitteitä ja niiden merkityksiä tässä työssä. Avattavat käsitteet ovat *elämänkaari* ja *kehitystehtävät*, *vanhuus* ja *toimintakyky*, *muistisairaudet* ja *dementia* sekä *kuvataide* ja *estetiikka*. Käsitteet on avattu keskittyen yksilön sosiaaliseen käyttäytymiseen ja henkiseen kasvuun kytkeytyen. Elämäkaaren käsitettä avaan kehityspsykologisen teorian kautta keskittyen psykososiaalisen kehityksen haasteisiin ja vanhuuden kehitystehtäviin. Vanhuutta avaan käsitteenä perehtyen siihen, kuka on vanhus nykyajan Suomessa ja millaisia haasteita vanheneminen tuo tullessaan ihmisen toimintakyvylle. Muistisairauksia lähestyn keskittyen niiden aiheuttamiin psykososiaalisiin haasteisiin. Kliinisen tietoperustan läpikäymistä muistisairauksien osalta en koe tarpeellisena, koska kliininen diagnostiikka vaatii tuekseen lääketieteellistä tuntemusta. Kuvataidetta ja estetiikka käyn läpi keskittyen niiden antamaan merkitykseen taidepajojen suunnittelulle ja toteutukselle sekä koko projektin lähtökohdille. Opinnäytetyössä käyttämiäni oleellisia käsitteitä ovat myös *itsetunto* ja *osallisuus*. Itsetunnon haluan käsitteenä nostaa esiin siitä syystä, että se on yksi merkittävä minän ja identiteetin osa, joka vaikuttaa yksi-

lön elämänlaatuun läpi elämän. Osallisuutta avaan käsitteenä lain avulla ja tuon esiin osallisuuden merkityksen ikäihmiselle.

Tuon opinnäytetyössäni esiin yksilöiden kommentteja ja näkemyksiä esimerkiksi vanhenemisen ja taiteen suhteesta sekä itsetunnon merkityksestä, mutta teorianmäärittelyssä keskityn niihin näkökulmiin ja teorioihin, jotka on esimerkiksi kehitystehtäviltään laadittu koskemaan yleisesti vanhuuden ikävaihetta.

3.1 Elämänkaari ja kehitystehtävät

Elämänkaaren käsitteen huomioiminen opinnäytetyössäni on olennaista erityisesti siitä syystä, että toiminnan kohteena ovat ikäihmiset, joiden elämää on jo vanhuuden ikävaiheessa mahdollista käsitellä koko elämänkaaren mitalta. Elämänkaari käsittää kaikki yksilön kehitysvaiheet syntymästä kuolemaan. Kehitys ja muutos vaiheesta toiseen on jo vanhuuden ikävaiheessa lähestymässä päätivistään. Kari Turunen käyttää teoksessaan Ikävaiheiden kriisit termiä *elämänlogos*, joka kuvaa sitä vääjäämätöntä ja kronologisesti etenevän prosessin kulkua elämän eri vaiheista yhdeksi kytkökseksi ja kokonaisuudeksi (Turunen 2005, 11). Elämänkaari keskittyy fyysisten muutosten ja kasvun lisäksi myös psykososiaalisiin muutoksiin ja yksilön kehitykseen. Elämänkaari on kokonaisuus, joka jokaisen yksilön kohdalla on ainutlaatuinen, mutta siihen liittyy myös tiettyjä yhtenäisiä lainalaisuuksia, joiden perusteella elämänkaarta voidaan tutkia yhtenä psykologian tieteenhaarana (Dunderfelt 1999, 17.) Elämänkaaren kehityksestä on olemassa useita eri elämänkaaripsykologiaan kuuluvia teorioita. Tässä yhteydessä keskityn Erik H. Eriksonin teoriaan ihmisen identiteetin muotoutumisesta.

Erik Homburger Erikson psykososiaalisessa kehitysteoriassa ihmisen kehityskaari on jaettu kahdeksaan eri vaiheeseen. Nämä kehitysvaiheet ovat vauvaikä, varhaislapsuus, leikki-ikä, kouluikä, nuoruus, varhainen aikuisuus, keski-ikä ja vanhuus. Kaikki kahdeksan kehitysvaihetta ovat kytköksissä toisiinsa rakentuen toinen toisistaan muodostaen kokonaisuuden (Dunderfelt 1999, 244-249.) Opinnäytetyön kannalta oleellista on keskittyä kehitysteoriassa esiintyvään vanhuuden vaiheeseen, koska toiminnallisen toteutuksen kohderyhmä edustaa tuota ikävaihetta.

Erikson esittää kehitysteoriassaan vaiheiden kehitystehtävät vastakkaisina pareina, mutta niiden tarkoituksena ei ole sulkea toisiaan pois. Kehitystehtävät edustavat sitä kokemuksellista ulottuvuutta, mikä ilmenee kehitysvaiheessa. Vanhuuden kehitystehtäväksi Erikson määrittelee minän eheytyksen ja sen vastaparina epätoivon ja katkeruuden. Tämänkaltaiset kokemukset ovat koettavissa kokonaisvaltaisesti fyysisellä, psyykkisellä ja sosiaalisella tasolla. Minän eheytyminen voidaan nähdä eräänlaisena eletyn elämän hyväksymisenä ja tavoitteellisuuden jatkumona elämässä. Kiinnostus elämää kohtaan ei ole sammunut ja lähestyvä kuolema ei pelota kaikesta lopullisuudesta huolimatta. Epätoivo ja katkeruus toisessa ääripäässä edustavat ihmisen suhtautumista elämänsä jatkamiseen halveksuen. Syitä tällaiseen suhtautumiseen voi olla monia, esimerkiksi omaa vanhenemista voi olla vaikea hyväksyä, taustalla on selvittämättömiä elämänsä kriisejä tai ympäristön antama tuki on puutteellista (Dunderfelt 1999, 244-245.)

3.2 Vanhuus ja toimintakyky

Vanhuus, tai Tony Dunderfeltin kuvaama kypsyyden ikävaihe sijoittuu ihmisen elämänsä ikävaiheeseen ikävuosista 60-65 ylöspäin (Dunderfelt 2011, 192). Vanhuuteen ikävaiheena liittyy erilaisia fyysisiä, emotionaalisia ja sosiaalisia kasvun ja kehityksen vaiheita. Käsittelen opinnäytetyössäni eniten vanhuuteen liittyviä henkisen kasvun kehitystehtäviä. Tuon esille fyysisen vanhenemisen vaiheita, jotka vaikuttavat toimintakyvyn muutoksiin. Fyysiset muutokset ovat yhteydessä myös muihin muutoksiin, kuten merkityksellisyyden ja osallisuuden tunteen sekä itsetunnon kehittymiseen. Vanhenemisen ja vanhuuden lisäksi on aiheellista avata toimintakyvyn käsitettä ja sen merkitystä yksilölle.

Vanheneminen koetaan nyky-yhteiskunnassa eräänlaisena taakkana ja vallitsevat asenteet kertovat, että Suomi on vanhuskielainen maa (Ylikarjula 2011, 144). Vanhuudesta ja vanhenemisestä käytetään monia kiertoilmauksia termien aiheuttamien mielikuvien vuoksi. Käytän työssäni ilmauksia vanhus ja ikäihminen tarkoittaen samaa asiaa. Vanhus-termin käytöstä on pyritty pääsemään eroon myös hoitoalalla; enää ei puhuta vanhainkodeista vaan palvelukeskuksista. Yksi syy vaihtoehtoisten ilmaisujen käyttöön saattaa juontaa juurensa siitä,

että pelkkä biologinen ikä ei juurikaan kerro henkilön toimintakyvystä tai elämäntilanteesta mitään (Ylikarjula 2011, 19).

Vanheneminen alkaa jo noin 20-30 vuoden iässä, mutta ensimmäiset vanhenemisen muutokset ovat nähtävissä viimeistään 40-50 vuoden iässä. Vanhenemiseen liittyvät fysiologiset muutokset ja toimintojen heikkeneminen johtuu solujen vanhenemisesta ja niissä tapahtuvista muutoksista. Vanheneminen vaikuttaa esimerkiksi painoon, sydän ja verenkiertoelimistön toimintoihin, luustoon, hengityselimistöön, lihaksiin ja niveliin sekä kuulo- ja tasapainoelimiin. Ikääntymisen myötä ihmisen terveydentilan on todettu huonontuvan ja pitkäaikaissairauksien määrän lisääntyvän. Terveyden kokeminen vanhuusiässä vaihtelee; osa kokee itsensä terveemmäksi kuin toiset ikäluokkansa edustajat ja ikäihmiset luottavat omiin tuntemuksiinsa terveydentilan tulkinnasta (Pertti Pohjolainen.)

Toimintakyvyn käsite on monialainen ja se voidaan ymmärtää eri tavoin. Se voidaan laajimmillaan tulkita ihmisen toimintoina, joita hän harjoittaa osallistussaan elämän eri toimintoihin ja tilanteisiin. Toimintakyky jaetaan usein kolmeen eri osa-alueeseen, jotka vaikuttavat ihmiseen toimien kokonaisvaltaisesti yhdessä. Nämä osa-alueet ovat fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen toimintakyky. Fyysinen toimintakyky tarkoittaa pelkistetysti elimistön toimintaan liittyviä haasteita ja muutoksia sekä havaintomotoristen taitojen muutoksia. Psyykinen toimintakyky käsittää tiedonkäsittelyyn liittyvät toiminnot sekä tunteiden käsittelyn. Psyykkisen toimintakykyyn liittyy myös olennaisesti yksilön ja hänen elinympäristönsä välinen vuorovaikutussuhde ja siellä vallitsevat resurssit ja puitteet. Sosiaalinen toimintakyky ilmaisee yksilön kykyä tulla toimeen yhteiskunnassa olevien normien mukaan. Se myös kertoo sen, kuinka yksilö selviytyy vuorovaikutussuhteissa ja arkipäivän toiminnoissa noudattaen oman toimintaympäristön sanelemia rooleja. Sosiaalista toimintakykyä kartoitetaan erilaisten tutkimusmenetelmien avulla. Sosiaalisen toimintakyvyn kartoitus on olennainen osa kunnallisia vanhuspalveluja ja se suoritetaan henkilölle esimerkiksi pitkäaikaiseen palveluasumiseen hakeuduttaessa (Pertti Pohjolainen.)

3.3 Muistisairaudet ja dementia

Muistisairauksia käsittelen yleisessä tasolla keskittyen erityisesti niiden aiheuttamiin käytöshäiriöihin ja persoonallisuuden muuttumisen haasteisiin. Muistisairauksia esiintyy yleisimmin iäkkäillä ihmisillä ja ne ovat muodoltaan usein eteneviä muistisairauksia, jotka heikentävät yksilön toimintakykyä merkittävästi muistin ja kognitiivisen toimintakyvyn heiketessä. Suomessa on noin 193 000 muistisairasta ihmistä ja vuosittain sairastuneita on lähemmäs 15 000. Yleisimpiä eteneviä muistisairauksia ovat Alzheimerin tauti, Lewyn kappale-tauti ja otsa-ohimolohkorappeumasta johtuvat sekä verisuoniperäiset muistisairaudet. Etenevien muistisairauksien edetessä johtavat ne dementiaoireyhtymään (Muistiliitto 2015.) Muistisairauksien oireet vaihtelevat keskenään ja niiden yksilölliseen etenemiseen ja oirekarttaan vaikuttavat monet asiat, kuten yksilön peruspersoonallisuus ja eletty elämä, ulkoiset olosuhteet ja haasteet, diagnoosi ja sairauden vaikeusaste sekä saadun hoidon laatu (Muistiliitto 2013.)

Dementialla tarkoitetaan oireyhtymää, jonka aiheuttajana voi olla useita eri syitä ja toisistaan poikkeavia neurologisia muutoksia. Dementia voi olla ohimenevä, etenevä tai pysyvä tila ja siihen liittyy useita yksilön elämää rajoittavia tekijöitä. Esimerkiksi sosiaalinen kanssakäyminen vaikeutuu (Erkinjuntti 2001, 88.) Tämän lisäksi saattaa ilmetä kielellisiä häiriöitä sekä kätevyuden ja haastavien älyllisten toimintojen heikkenemistä (Muistiliitto 2013).

Arjessa sairauden tuomat haasteet saattavat näkyä esimerkiksi käytöksen muuttumisena. Aiemmin kohteliaasta ja kiltistä henkilöstä saattaa paljastua aggressiivisia piirteitä. Henkilö saattaa olla hajamielinen ja unohtaa sovittuja tapaamisia tai tavaroita eri paikkoihin. Muistisairas asukas saattaa myös muistaa asioita ja tapahtumia kaukaa menneisyydestä, mutta ei juuri käymäämme keskustelua. Asiakas ei välttämättä tiedä mitä vuorokauden aikaa elää ja ei tunnista näläntunnetta samalla tavalla kuin terveenä ollessaan. Muistisairas henkilö kokee myös olonsa usein turvattomaksi. Vuorovaikutustilanteet voivat olla haastavia ja ahdistavia, eikä muistisairas asukas löydä välttämättä sanoja kommunikation tueksi (Muistiliitto 2014.)

3.4 Kuvataide ja estetiikka

Kuvataide kuvaa ja yhdistelee erilaisia silmällä havaittavia elementtejä. Kuvataiteen lajeista keskityn piirustukseen, koska se on opinnäytetyössäni esiin tuleva taiteen laji. Tuon ilmi, mikä merkitys kuvataiteella ja taiteella yleensä on kulttuurisessa kontekstissa ja suhteessa ikäihmisiin. Estetiikka terminä on moniulotteinen. Tässä yhteydessä keskityn estetiikkaan sen kokemuksellisessa merkityksessä ja aistillisessa ulottuvuudessa.

Kuvataide on keino kuvata, sommitella ja yhdistellä silmällä havaittavia elementtejä, kuten valoa ja värejä seko muotoja ja eri ulottuvuuksia. Piirustus on yksi kuvataiteen perinteisistä lajeista. Piirustuksen lisäksi muita lajeja ovat muun muassa kuvanveisto, maalaus, taidegrafiikka ja valokuvataide (Wikipedia 2015.) Opinnäytetyössäni kannustin asiakkaita abstraktiin, eli luovaan piirtämiseen.

Taiteella ja kulttuuritoiminnalla on monia vaikutuksia hyvinvointiin ja terveyteen. Ikääntyvät ihmiset voivat osaltaan hyötyä taiteen positiivisista vaikutuksista toimintakykyyn osallistumalla esimerkiksi erilaisiin taidetapahtumiin ja yhteisölliseen sosiaaliseen toimintaan. Taidetoimintaan osallistuminen voi myös ennaltaehkäistä ja pienentää dementiariskiä sekä ehkäistä syrjäytymiseltä ja masentuneisuudelta kohottamalla mielialaa (Liikanen 2010, 29.)

Estetiikka käsitteenä käytetään monin tavoin. Sillä voidaan tarkoittaa esimerkiksi filosofian haaraa, johon kuuluu taiteen filosofia ja kauneuden filosofia (Vuorinen 1993, 13). Estetiikkaa käsitteenä voidaan käyttää myös kuvaamaan esteettistä kokemusta ja sen aistillista ulottuvuutta. Estetiikka pelkistettynä tarkoittaa aistien toimintatapaan liittyvää kokemusta (Tuomikoski 1987, 84). Esteettisellä kokemuksella tarkoitetaan eräänlaista mielihyvääkokemusta, joka muodostuu ihmisen omassa tajunnassaan kokemasta aistisisällön käsittelystä. Esteettiseen kokemukseen ei liity tietoista päättely- ja ajattelutoimintaa ja kokemuksesta seuraavat reaktiot ovat ennustamattomia ja spontaaneja. Esteettinen kokemus ei kuitenkaan automaattisesti liity kaikkiin taide-elämyksiin (Tuomikoski 1987, 199.) Esteettisten kokemusten erittely tai niiden tutkiminen tämän pohjalta ei ole täysin mahdollista, mutta niiden painoarvo taiteen tekemisessä ja kokemisessa on merkittävä.

3.5 Itsetunnon merkitys ja muuttuminen vanhuuden ikävaiheessa

Itsetunto rakentuu kahdesta osasta; hankitusta ja annetusta. Hankittu itsetunto kehittyy ihmiselle kokemusten ja havaintojen kautta. Annetulla itsetunto tulee ja muodostuu jo lapsuuden kehitysvaiheessa sen pohjalta, kuinka lapsen perustarpeeseen tulla rakastetuksi ja hoivatuksi on vastattu (Keltinkangas-Järvinen 2000, 120.)

Tämän määrittelyn perusteella hankittua itsetuntoa on mahdollisuus kehittää, rappeuttaa tai vahvistaa jokaisessa yksilön kehitysvaiheessa ja itsetunnon hankkiminen ei ole ikään sidottua (Keltinkangas- Järvinen 2000, 122). Aikaisemmin mainitulla toimintakyvyn ylläpitämisellä voidaan vahvistaa vanhuksen itsetuntoa ja merkityksellisyyden tuntua. Itsetunnon vahvistumiseen tai rappeutumiseen vaikuttavia asioita ovat muun muassa osallisuuden ja yhteisöllisyyden toteutuminen arjessa, saatu tuki ja huomio sekä onnistumisen kokemukset ja omien vahvuuksien löytäminen myös elämänkaaren viimeisessä vaiheessa. Tässä yhteydessä esiin nousee Erik H. Eriksonin elämänkaariteoriassa esitetty kehitystehtävä minän eheytymisestä. Osa minän eheytymistä on itsensä hyväksyminen sellaisena kuin on ja omien kykyjen arvostaminen.

Arjessa asukkaan itsetunto heijastuu moneen asiaan. Asiakkaan kommentteissa saattavat vilahdella toteamukset ”ei minusta ole enää mihinkään”, ”en minä tule, kun en minä osaa” ja ”antaa olla, minä luovutan”. Asiakkaan mieliala saattaa vaihdella ja hän kokee olevansa masentunut. Välillä niiden keinojen löytyminen on vaikeaa, joilla asiakkaan itsetuntoa saisi kohotettua ja hänet saisi tuntemaan olonsa merkitykselliseksi. Tästä syystä onkin tärkeä kehua sekä ulkoisia että sisäisiä vahvuuksia arkisissa tilanteissa. Varsinkin fyysisen toimintakyvyn heikkeneminen ja liikuntarajoitteinen elämä saattaa lannistaa asiakasta. Silloin itseenäisesti sängystä ylös nouseminen tai hampaiden pesun onnistuminen ovat asioita, joiden kehuminen saattaa muuttaa koko päivän kulun.

3.6 Osallisuus

Osallisuuden merkitys ikäihmisille käy ilmi jo vuoden 2015 alusta voimaan tullessa vanhuspalvelulaissa, jossa säädetään ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemiseen liittyvistä sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvueluita koskevista

Tässä kappaleessa käyn läpi toiminnallisen oppinnytetyön lähtökohtia ja perustaa sekä esittelen oppinnytetyössä käytetyt tiedonkeruumenetelmät perustellen niiden valinnan. Esittelen tiedonkeruumenetelmät pääpiirteittäin ja siltä osin, kun ne ovat vaikuttaneet työn tekemiseen.

4.1 Toiminnallinen oppinnytetyö

Tutkimuksellisen oppinnytetyön sijaan on mahdollista tehdä toiminnallinen oppinnytetyö. Toiminnallisen oppinnytetyön lähtökohtia ovat esimerkiksi jonkin toiminnan ohjeistaminen, järjestäminen tai opastaminen. Toteutustavat toiminnallisessa oppinnytetyössä vaihtelevat. Toiminnallisen oppinnytetyön seurauksena syntyy aina jokin konkreettinen tuotos, kuten opas tai tapahtuma (Vilka & Airaksinen 2003, 9.) Tuotoksen lisäksi osa toiminnallisen oppinnytetyön laatimisesta on raporttiosuus, jossa kerrotaan lopputuotoksen eli produktin toteutumiseen liittyvästä prosessista edeten suunnittelusta toteutukseen saakka. Raportin tukena tulee hyödyntää ammatillista tietoperustaa ja opittuja teorioita sekä käsitteitä soveltaen niitä perustellusti oman ammattikulttuurin kehittämiseen (Vilka & Airaksinen 2003, 41.) Oppinnytetyöni tuotoksena toimii Huuonhovichissa toteutettu taidenäyttely. Produktin saamiseksi osaksi oppinnytetyötä suoritin läpi prosessiin dokumentointia valokuvaten työn eri vaiheita. Oppinnytetyöni liitteenä on valokuvia taidepajojen toteutushetkestä, toimitiloista, taidenäyttelyn pystytyksestä sekä taideteoksista.

Toiminnallisen toteutuksen lisäksi oppinnytetyössä on myös ajatus toimintamallien kehittämisestä. Taidenäyttelyn järjestämisen on tarkoitus motivoida virkistystoiminnan kehittämistä palvelukeskus Huuonhovichissa ja antaa uusia ideoita sekä asukkaille että hoitohenkilökunnalle arjen piristämiseen.

4.2 Tiedonkeruumenetelmät toiminnallisen toteutuksen tukena

Esittelen oppinnytetyössä toiminnallisen toteutuksen tukena käyttämäni tiedonkeruumenetelmät ja perustelen niiden valintaa toteutustavassa. Tutkimuksellisten menetelmien käyttö oppinnytetyössä ei ole välttämätöntä, koska työn laajuus saattaa helposti kasvaa kohtuuttomaksi opintopistemäärään nähden. Tekijän on hyvä kartoittaa käytettävissä olevat resurssit ja oma osaaminen sekä

suhteuttaa ne tilaajaan toiveisiin, kohderyhmän tarpeisiin ja oppilaitoksen opin-
näytetyön ohjeistuksia vastaaviksi (Viikka & Airaksinen 2003, 56) Opinnäyte-
työssäni tutkimuksellisten menetelmien käyttö ei ole perusteltua ottaen huomi-
oon toteutuksen laadun ja kohderyhmän, jonka kanssa työskentelen. Pääasialli-
set opinnäytetyössä toiminnallisen toteutuksen tukena käytettävät tiedonkeruu-
menetelmät ovat havainnointi, keskustelut ja kertomukset sekä yksilöhaastatte-
lu.

4.3 Havainnointi ja osallistuva havainnointi

Päädyin käyttämään havainnointia sekä osallistuvaa havainnointia yhtenä tie-
donkeruumenetelmänä taidepajojen yhteydessä. Osallistuvan havainnoin valin-
ta tiedonkeruumenetelmäksi oli perusteltua, koska taidepajojen aikana olin itse
osana toteutusta ohjaajan roolissa (Eskola & Suoranta 1999, 99). Havainnointi
aineistonkeruumenetelmänä on haasteellinen ja vaatii havainnoijalta tarkkaa
paneutumista ja perehtymistä havainnoitavaan asiaan ja aihepiiriin ennen ha-
vainnointia. Havainnoinnin lisäksi on hyvä myös kerätä dokumentaarista aineis-
toa muistin tueksi, joka voi tarvittaessa palauttaa mieleen havainnointitilantees-
sa tehtyjä huomioita (Martti Grönfors 2001.) Taidepajojen aikaan minun oli
mahdollista kirjoittaa muistiin tiettyjä asiasanoja havainnoin tueksi, mutta merkit-
tävänä havainnoin tukena toimivat taidepajojen toteutuksen aikana otetut valo-
kuvat, jotka ovat tämän opinnäytetyön liitteenä.

Uskalsin valita havainnoinnin tiedonkeruumenetelmäksi myös siitä syystä, että
ennen toteutusta perehdyin aihepiiriin ja kohderyhmää koskeviin haasteisiin ja
huomioitaviin seikkoihin. Valokuvamuistin ansiosta koetun muistaminen oli
helppoa. Yksi havainnoin lähtökohdista oli myös non-verbaaliseen viestintään
keskittyminen, eli ilmeiden ja eleiden havainnoinnin tärkeys. Osalla taidepajoihin
osallistuneista vanhuksista toimintakyvyn aleneminen ja etenevä muistisairaus
ovat saaneet aikaan puhe- ja liikuntakyvyn menetyksen, jonka vuoksi dialogin
toteutuminen ja sanallinen vuorovaikutus heidän kanssaan ei ollut mahdollista.

4.4 Keskustelut ja elämäntarinat

Opinnäytetyöni yhtenä tavoitteena oli herättää keskustelua taidepajojen ohella sekä ennen ja jälkeen niiden toteutuksen taiteen merkityksestä asukkaille ja taiteen herättämistä tuntemuksista. Asukkaiden kanssa käytävät keskustelut tuovat esiin prosessin merkityksellisyyden. Käytän tässä yhteydessä termiä *keskustelu*, koska en halunnut lähteä toteuttamaan strukturoituja haastatteluja. Haastattelutilanteen moni asiakas kokee tungettelevaksi ja painostavaksi tavaksi saada tietoa. Hyödynnän kuitenkin kvalitatiivista, eli laadullista yksilöhaastattelua Eeron kohdalla, joka ilmaisi olevansa halukas puhumaan kiinnostuksestaan taiteen tekemiseen.

Dialogit ja ryhmäkeskustelut ovat yleisiä viestintätilanteita palvelukeskuksen arjessa hoitohenkilökunnan ja asiakkaan välillä. Keskustelu asiakkaan kanssa on asiakkaan näkökulmasta usein toivottua, koska silloin hän kokee tulleensa huomatuksi ja hyväksytyksi. Hoitohenkilöstö joutuu usein kysymään asiakkaalta myös vaikeita ja henkilökohtaisia kysymyksiä, jolloin asiakkaan ja hoitajan välinen luottamus on merkityksellinen asia. Eniten mielihyvää tuottava viestinnän kanssakäyminen hoitotyössä on vuoropuhelu, jossa vallitsee luottamus ja molemmat osapuolet ovat läsnä viestintätilanteessa.

Keskustelu on yleensä turvallinen tiedonkeruumenetelmä myös muistisairausten ikäihmisten kanssa, koska asiakas pystyy rentoutumaan vuorovaikutuksellisessa tilanteessa ja kokee tulleensa kuulluksi sekä kokee osansa merkitykselliseksi ollessaan osana dialogia tai keskustelupiiriä. Keskustelu myös auttaa muistisairasta asiakasta keskittymään parhaillaan elettyyn hetkeen. Moni muistisairas asukas ei vaikuta ollenkaan muistisairaalta keskustelutilanteissa, kun saa olla osana vuorovaikutusta. Yksin ollessaan erilaiset pelko- ja harhatilat saattavat olla muistisairaalle mahdollisia. Keskustelua ei mielestäni kuitenkaan voi pitää täysin validina tiedonkeruumenetelmänä, koska keskustelu pitää aina sisällään keskustelijoiden välisen erilaisen tulkintatavan saadusta informaatiosta ja keskustelun sisällöstä. Keskustelussa saadun tiedon vääristelemisen välttämiseksi voi keskustelun sisällön purkamisessa käyttää apuna litterointia. Litteroinnissa informaatio otetaan sellaisenaan vastaan ja puretaan sanatarkasti tekstiin (Ruusuvuori 2010, 424). Käytin litterointia muutamien keskustelutilanteiden purkamisessa sekä osana yksilöhaastattelua.

Työssäni huomasin, että ikäihmiselle luontainen puhetyyli ja keskustelun muoto on usein omaelämäkerrallinen kerronta. Vanhus peilaa helposti keskustelussa käsiteltäviä asioita omiin kokemuksiinsa ja siihen historiaan, mitä oma elämänkulku pitää sisällään. Ihmisen ajattelu ja tietäminen voidaan nähdä narratiivisena, eli kertomuksiin pohjautuvana. Kertomukset auttavat tekemään tapahtumat ja koetut hetket muistettaviksi ja ymmärrettäviksi sekä jaettaviksi toisten kanssa. Kertomukset rakentuvat oman minän ympärille muodostaen osan elämäntarinaa (Syrjälä 2001, 208.)

Arkisissa tilanteissa keskustelua ja omaelämäkerrallista kerrontaa on vaikea erottaa toisistaan. Yleensä annan asukkaan olla vuorovaikutustilanteissa eniten äänessä ja keskityn keskusteluun kuuntelijan roolissa.

4.5 Eeron yksilöhaastattelu

Tein osaksi opinnäytetyötäni yhden kvalitatiivisen, eli laadullisen yksilöhaastattelun. Päädyin tähän ratkaisuun, koska opinnäytetyön aiheen valintaa inspiroinut Eero (nimi muutettu), edustaa toimintakyvyltään asiakasta, joka kykenee itse määräämään päätöksistään ja ratkaisuistaan. Eero oli myöntäväinen ja halukas yksilöhaastatteluun, joten toteutin sen myös asiakkaan itsensä toiveesta. Haastattelu on mahdollisesti yleisin tapa kerätä aineistoa. Haastattelu on vuorovaikutustilanne, jossa yksinkertaisimmillaan haastattelija kysyy kysymyksiä, joihin haastateltava vastaa. Haastattelutyyppejä voi olla monenlaisia (Eskola & Suoranta 1999, 86.) Yksilöhaastattelun luonne oli avoimen haastattelun kaltainen. Olin haastattelijana valinnut etukäteen aiheen, josta puhuisimme (Eskola & Suoranta 1999, 87). Olin toisaalta varautunut myös siihen, että haastattelun rakenne ja luonne määräytyisi myös sen mukaan, mihin laatimistani kysymyksistä Eero olisi valmis vastaamaan. Käsittelen yksilöhaastattelun tässä yhteydessä lainaten otteita haastattelukysymysten vastauksista ja litteroiduista otteista, mutta keskityn haastatteluaineiston analysointiin osana asiakkaiden antamaa arviointia vasta kappaleessa kuusi.

Keskeisenä teemana haastattelussa oli taiteen ja toteutuvan taidenäyttelyn merkitys Eerolle. Haastattelun alussa esitin kysymyksiä koskien Eeron nuoruutta ja niitä elämäntapahtumia, jotka johdattivat Eeron taiteen tekemisen pariin;

”Ajatus taidenäyttelystä lähti alkujaan hänen pitkäaikaisesta haaveestaan. ”*Taidetta olen tehnyt siitä lähtien, kun lattialla polvillani konttasin*”, Eero muistelee. Kiinnostus taiteen tekemiseen löytyi jo nuorena ja läpi kouluajan piirustus oli aina arvosanana kymmenen urheilun ollessa toinen lempiharrastuksista”. Eeron vastauksista kävi ilmi, että hän kokee taiteen merkittävänä voimavarana elämässään. Kysyin Eerolta taideteosten aihepiirien määräytymisestä ja inspiraation merkityksestä; ”Aiheet Eeron piirustuksiin kumpuavat tavallisesta maalaiselämästä ; luonnosta ja sen tarjoamista elämyksistä. Luonnossa liikkuminen ja siellä nähtyjen ihmeiden tallentaminen paperille on lähtökohta piirustusten syntymiselle. Lintuaiheisiin piirustuksiin Eero on löytänyt kiinnostuksen von Wrightin veljesten lintumaalausten kautta. ”*Lintu on luonnossa valtavan kaunis eläin*”, toteaa Eero. Näyttelyn keskiöön on osuvasti asetettu kuva huuhkajasta, joka toimii Huuponhovin symbolina ja suojelijana. ”*Huuppo kun tarkoittaa vanhan kansan kielellä huuhkajaa*”, selventää Eero.”. Haastattelun lopuksi halusin selvittää, mitä Eeron mielestä taide merkitsee vanhuuden ikävaiheessa ja mikä merkitys sillä on hänen mielestään laitosympäristössä; ” Eeron mielestä taidepajojen kaltainen toiminta ja taiteen esiintuominen olisi tärkeää myös laitosympäristössä. ”*Elämän ylläpitäminen perustuu aina toimintaan*”, Eero painottaa.” (Tuulimaria Saarinen, 2015)

Haastattelun pohjalta kirjoitin informatiivisen lehtijutun, jonka oli tarkoitus olla osa taidenäyttelyn mainontaa. Lehtijuttua ei kuitenkaan koskaan julkaistu. Edellisessä kappaleessa esitetyt lainaukset ja litteroidut tekstiosuudet ovat peräisin kirjoittamastani lehtijutusta. Lainauksiin olen muokannut ainoastaan henkilön nimen alkuperäisestä versiosta anonymiteetin suojelemiseksi.

5 OPINNÄYTETYÖN TOIMINNALLISEN OSUUDEN TOTEUTUS

Tämän kappaleen alle avaan kaiken konkreettisesti koetun ja eletyn. Käyn läpi opinnäytetyöni toiminnalliseen toteutukseen liittyvän prosessin edeten suunnittelusta taidepajojen toteutukseen ja lopulta taidenäyttelyyn pystytykseen. Pyrin kertomaan tapahtumat mahdollisimman seikkaperäisesti, jotta lukijan on helppo eläytyä toteuttamaani toimintaan ja sen aikaan saamiin tunteisiin sekä tuotoksiin.

5.1 Taidepajojen suunnittelu

Taidepajojen suunnittelu käynnistyi jo helmikuun lopulla. Tilaaja ilmoitti, että sopiva ajankohta näyttelylle on löytynyt viikolta 11. Viikolla 11 vietettäisiin valtakunnallista Vanhustyön keskusliiton Aivoviikkoa, jonka teemana tänä vuonna oli ”*kulttuuri ja taide kuuluu kaikille*”. Teemaviikkoa myötäillen ja siihen osallistuen päätimme koota näyttelyn viikolla 11 kannustamalla asukkaita tuottamaan taide-teoksia taidepajoissa Eeron teosten lisäksi näyttelyssä esiteltäviksi. Päätimme myös, että taidepajoihin osallistuminen olisi vapaaehtoista, jotta osallisuuskin tulisi huomioitua.

Taidepajojen suunnitteluun sain vapaat kädet. Ainoastaan välineistön hankinnasta sovimme yhdessä tilaajan kanssa, koska välineistö hankittiin tilaajan varoilla. Taidetarvikkeiden valitseminen määräytyi valitsemieni piirtämistekniikoiden perusteella. Välineiksi valitsin puuvärit, tussit, vesivärit, sormivärit ja liidut. Papereiksi hankittiin värillisiä A4-arkkeja, sekä A3-koon arkkeja, jotka olivat maalaamiseen soveltuvia. Välineistön hankinnan yhteydessä pohdimme myös taidenäyttelyn pystytysprosessia. Taideteokset olisi tarkoitus asettaa esille sermeihin, jolloin taidenäyttelylle löytyisi selkeä paikka palvelukeskuksen aulasta. Tilasin sermit Joutsan kunnasta lainakäyttöön.

Suunnittelussa merkittävässä osassa oli taidepajojen aikataulutuksen, toteutuskertojen niiden keston suunnittelu. Palvelukeskuksen päiväjärjestyksessä virkistystoiminnan toteutukselle varattu aika sijoittuu aamupäivälle ennen lounasta tai vaihtoehtoisesti lounaan jälkeen päiväkahvia edeltävälle aikavälille. Kannustamme asukkaita virikkeelliseen toimintaan, kuten lehden lukuun, television katseluun tai jumppatuokioon yleensä aamupalan ja lounaan välisenä aikana. Osallistuminen aamupäivän toimintaan on kuitenkin yksilöllistä, sillä osalla asiakkaista aamulääkitys vaikuttaa siten, että lepääminen aamupalan jälkeen on suositeltavaa. Lounaan jälkeen suurin osa asukkaista lähtee päivälevolle, jolloin toiminnan järjestäminen on haastavampaa.

Työntekijöiden vuoronvaihto Huupohovissa tapahtuu kello 13. Aikavälillä 13-15 talossa on eniten työntekijöitä. Tuolloin on myös helpompi irtaantua hoitotyöstä viriketoiminnan järjestämiseen. Olennaista taidepajojen ajankohtien suunnitte-

lussa oli sovellettavuus ja joustavuus. Palvelukeskuksen vaihtelevasta arjesta johtuen taidepajat olisi parasta toteuttaa aina sopivan hetken löytyessä. Asiakkaiden kuntotaso, työntekijöiden määrä, työvuorojako ja palvelukeskuksen viikkosuunnitelma ovat kaikki aikataulutukseen liittyviä haasteita.

Toteutustilaksi taidepajojen järjestämiselle valikoitui palvelukeskuksen osastolla sijaitseva aula sekä Huuponhovin ja Mäntypirtin asukkaiden yhteinen ruokasali. Molemmissa tiloissa on paljon ikkunapinta-alaa ja luonnonvalon tarjoamia mahdollisuuksia taiteen tekemiseen, sekä isot pöydät ja runsaasti istumatilaa. Tiloja valitessa oli myös tärkeää pohtia niiden sijainteja rauhallisen ja häiriöttömän ilmapiirin kannalta. Työrauhan antaminen varsinkin muistisairaille asiakkaille oli yksi tilojen valinnan lähtökohdista.

Taidepajojen suunnittelussa yksi suurimmista haasteista oli itse toiminnan suunnittelu. Kuvataide on aina ollut minulle haaste sekä tulkinnan että toteutuksen muodossa. En ole koskaan pitänyt piirtämisestä tai kädentaidoista yleensä, joten haastoin taidepajojen suunnittelussa ja toteutuksessa myös itseni menemään epä mukavuusalueelle ja etsimään erilaisia lähestymiskeinoja piirtämiseen ja sen toteuttamiseen. Olen aiemmin osallistunut ja tehnyt empiiristä tutkimusta erilaisista kuvataidetekniikoista, joita vanhusten virkistystoiminnassa käytetään. Näissä näkemissäni taidepajoissa käytetyissä tekniikoissa yleisiä ovat erilaiset muotit, sabluunat ja valmiit mallit, joiden pohjalta askarellaan tai piirretään. Taide näyttelyn perimmäisen ajatuksen ja teeman pohjalta halusin valita tekniikaksi abstraktin piirtämisen, jolloin jokaisen yksilön mielikuviutus olisi vain rajana. Tiedostin jo suunnitteluvaiheessa abstraktin piirtämisen haasteet, koska varsinkin muistisairaalle vapaamuotoinen piirtäminen voisi olla iso haaste.

5.2 Taidepajojen toteutus

Taidepajojen ensimmäinen toteutuskerta pidettiin viikolla 11. Ensimmäiseen taidepajakertaan osallistui kuusi (6) asukasta, joista yksi oli mies ja loput neljä (4) naisia. Pyysin myös Eeroa osallistumaan, vaikka hänen teoksensa olivat valmistuneet jo aiemmin pidemmällä aikavälillä. Eero kertoi kuitenkin mieluummin katselevansa muiden työskentelyä. Osallistujien sukupuolijakaumaan vai-

kutti merkittävästi palvelukeskuksen sen hetkinen asukastilanne ja asiakkaiden kuntotaso. Työskentelytilana toimi osaston aula. Kolme (3) asukasta osallistui toteutukseen sivustakatselijoina. Osallistujat olivat pääosin Huuponhovin asukaskuntaa, muutama osallistujista saapui paikalle Mäntypirtin puolelta. Ensimmäinen toteutuskerta oli haasteellinen, koska olin epävarma asukkaiden halukkuudesta osallistua toimintaan ja heidän suhtautumisestaan projektia kohtaan. Aikataulutus myös asetti omat haasteensa, koska oli vaikea arvioida toteutukseen kuluvaan aikaan ja taidepajan tarkkaa kestoa.

Ensimmäisen taidepajan ajankohta sijoittui aamupalan ja lounaan väliseen aikaan. Taidepajan alkuun kerroin asukkaille miksi olen pyytänyt heitä kokoontumaan pöydän ääreen ja mitä tulisimme tekemään. Informoin heitä opinnoistani ja kerroin projektini lähtökohdista. Kerroin myös tarkoituksestani dokumentoida taidepajahetkiä valokuvoin ja kysyin suostumuksen tilaajan lisäksi itse kohde-ryhmältä. Eettisten kysymysten vuoksi valokuvissa ei esiinny ihmisten kasvokuvia anonymiteetin suojaamiseksi. Asukkaat myös saivat jättää työnsä nimettömiksi, mutta halutessaan saattoivat laittaa nimen taidetyöhönsä.

Tämän jälkeen tutustuimme yhdessä käytettävissä olevaan taidevälineistöön. Annoin myös asukkaille muutamia aihe-esimerkkejä, koska abstraktin piirtämisen käsite oli monelle hankala. Kevät ja luonto sekä sen moninaisuus inspiroi monia taideteoksia. Tekniikoista ja välineistä käytetyimpiä olivat liidut, tussit ja värikynät. Sormivärien ja vesivärien käytön moni koki liian haasteelliseksi. Ensimmäisen taidepajan yhteydessä ideoimme yhdessä erään asukkaan kanssa oman kädenjäljen piirtämisen. Siitä muodostui myös seuraavan taidepajan aikana suosittu aihe. Kädenjäljen piirtäminen oli hieno oivallus myös näyttelyn teeman mukaisesti; kulttuuri kuuluu kaikille. Oma kädenjälki kulttuurin toteuttamisessa ja osallisuudessa siihen voi myös näkyä hyvin konkreettisenä jälkenä.

Ensimmäisen taidepajan toteutuksen yhteydessä kuuntelimme piirtäessä myös musiikkia. Kysyin ennen taidepajan alkua olisivatko asukkaat halukkaita kuuntelemaan musiikkia toteutuksen aikana, vai haluaisivatko tehdä töitään hiljaisuudessa. Moni asukas toivoi musiikkia. Musiikki on usein vahvasti osana Huuponhovin arkea. Asukkaat kuuntelevat levyjä, radiota tai musiikkiohjelmia ison osan päivästä. Jokainen asukas on erilainen ja reagoi musiikkiin eri tavoin. Huomasin

toteutuksen aikana, että Tapio Rautavaaran musiikki selkeästi inspiroi monia aiheita, mutta vei myös huomiota itse piirtämiseltä. Toisaalta musiikki ja nostalgiset klassikkokappaleet saivat aikaan monenlaista keskustelua ja naurua sekä iloa. Musiikin uskotaan olevan avuksi ikäihmisille non-verbaalissa ilmaisussa ja osallisuuden kokemisen kehittämisessä (Vanderark & Newman & Bell & 1983, 71). Musiikki auttoi osaltaan tekemään taidepajasta yksilöitä yhdistävän ja rentouttavan kokemuksen.

Toinen taidepajoista toteutettiin noin viikkoa myöhemmin palvelukeskuksen ruokasalissa ennen päiväkahviaikaa. Pajaan osallistui kuudesta kahdeksaan henkeä. Taidepajan toinen toteutuskerta oli suunnattu erityisesti Mäntypirtin asukkaille. Mäntypirtin asukkaiden joukossa on myös monia nuoria asukkaita osaston väkeen verraten ja heidän kuntotasoaan määrittävät lähinnä fyysiset rajoitteet. Varsinkin moni Mäntypirtin miesasukkaista koki taidepajatoiminnan ”lapsellisena”, mutta osallistui kuitenkin toimintaan sivustakatselijan roolissa. Toisessa taidepajassa asukkaiden osallistuminen oli paljon löyhempää ja paikalla olijojen kokoonpano vaihtui useasti. Taidepajojen toiminnassa pidin hyvin merkityksellisenä arvostaa jokaista osallistujaa ja heidän läsnäoloaan myös silloin, kun asiakas ei ollut halukas osallistumaan itse toteutukseen. Eräänä esimerkkinä tästä toimi Hessun tapaus. Hessu sanoi joutuneensa aina kouluaikoina piirustustuntien ajaksi nurkkaan seisomaan, koska ei osallistunut kuvataidetehtävien opetukseen aktiivisesti. Hessu kyseli minulta monesti, saako hän olla vain katselemassa kun muut tekevät. Jälkeenpäin tulkitsin, että jo pelkästään Hessun läsnäolijana osallistuminen toimintaan ja toteutuksen katselemiseen oli hyvin merkittävä kokemus asukkaalle itselleen. Hessu sai olla osana yhteisöä eikä häntä suljettu toiminnan ulkopuolelle.

Toisen taidepajatoteutuksen tunnelma oli yhteisöllisempi ensimmäiseen koontumiskertaan verraten. Oli mielenkiintoista huomata, että tavallisessa arjessa riitatilanteisiin ajautuvat asiakkaat kohtasivat toisensa eri tavalla taideteosten äärellä ja heille löytyi yhteisiä mielenkiinnon aiheita. Asukkaiden välinen kommunikointi oli paljon aktiivisempaa ja asukkaat kehuivat ja kannustivat toisiaan ahkerasti. Toisen toteutuskerran aikana moni asukas pyysi minua piirtämään joitain aiheita malliksi. Molempien toteutuskertojen aikana korostin vanhuksille, että jokaisen piirustusjälki on persoonallista ja yhtä arvokasta. Oli kui-

tenkin vaikea olla vähättelevä itseään malliaiheita piirtäessä, koska piirtäminen on aina ollut minulle epämielinen taiteenlaji. Piirsimme yhdessä eri eläimiä ja maisemakuvia. Asukkaat osallistuivat toisella toteutuskerralla toimintaan paljon rohkeammin ja myös palvelukeskuksen henkilökunta kiinnostui asukkaiden tekemistä taideteoksista. Ensimmäisellä taidepajakerralla hoitohenkilöstön kiinnostus toteutettua toimintaa kohtaan oli hyvin vähäistä. Tähän saattoi vaikuttaa ensimmäisen taidepajakerran ajankohta, joka sijoittui hoitotoimenpiteiden kannalta kiireiseen aikaan ja hoitohenkilökuntaa oli silloin vähemmän paikalla.

Oli mielenkiintoista seurata muistisairaiden asukkaiden osallistumista taidepajatoimintaan. Ensimmäisellä taidepajakerralla eräs muistisairas nainen oli aluksi haluton osallistumaan toimintaan ja sanoi katselevansa muiden tekemistä. Lopulta hän kuitenkin pyysi paperia ja piirsi melko nopeassa ajassa maisemakuvan paperille. Nainen esitteli teostaan ja siinä olevia elementtejä myös muille. Seuraavalla kerralla sama nainen ilmestyi pöydän ääreen ja piirsi uudelleen saman teoksen käyttäen hieman eri värejä. Naisen tytär sattui vierailemaan äitinsä luona toisella toteutuskerralla ja hämmästeli äitinsä taitoja kertoen, ettei äiti koskaan hänen olleessaan lapsi piirtänyt yhtään mitään. Nainen oli kuitenkin opettanut tyttärelleen erään muistisäännön kissan piirtämiseen liittyen. Tytär tiedusteli, että vieläkö äiti muistaisi opettamansa säännön. Nainen alkoi tomerana luetella lorua, joka kissan piirtämiseen liittyi. Taiteen tekeminen nosti esiin yllättävän muiston elämänkulun ajalta. Toinen mielenkiintoinen havainnointi liittyy palvelukeskuksen pitkäaikaiseen naisasukkaaseen, joka edenneen muistisairautensa myötä oli menettänyt verbaliset kommunikointikyvyt. Nainen kuitenkin nautti kosketuksesta ja havainnoi käsiensä avulla esineitä ja ihmisiä. Avustin naista kokeilemaan sormivärejä ja maalaamaan isolle paperille niiden avulla. Nainen naurovi työtä tehdessään. Selkeästi kokemus oli uusi ja erilainen, mutta ei vastenmielinen.

5.3 Taidenäyttelyn pystytys

Taideteoksen tekeminen itsessään on jo prosessi, eikä sen esille laitto ole aina itsestään selvä seuraus. Taideteosten esille tuonti oli kuitenkin tässä prosessissa yksi merkittävimmistä osuuksista. Halusin asukkaat osaksi pystytysprosessia avustamaan ja kertomaan mielipiteitään taideteosten sijoituspaikoista. Alkujaan

taideteokset oli tarkoitus asettaa esille palvelukeskuksen pääaulaan sermeihin, mutta viime hetkillä kävi ilmi, ettei sopivia sermejä ollut saatavilla. Päädyin valitsemaan kartonkeja taustapahveiksi ja eräänlaisiksi kehyksiksi taideteoksille. Kartonkien värien valinta osoittautui haasteelliseksi. Ennen värisommittelua olin ottanut selvää eri värien merkityksistä, niiden aiheuttamista tunnetiloista ja vaikutuksista. Toisaalta halusin värimaailman suhteen myös noudattaa toteutusajankohtaan sijoittuvaa vuodenaikaa. Kartonkien väreiksi valikoituivat kaksi eri vihreän sävyä, punainen ja oranssi. Oranssi valaisee mieltä ja vihreä väri antaa toivoa. Vihreä myös rauhoittaa ja lievittää jännitystä sekä lisää keskittymiskykyä. Punainen puolestaan aktivoi mieltä ja käyttäytymistä kiihottaen elimistöä (Simpanen 2007, 20). Värivalinnat oli myös huomioitu taidevälineiden valinnassa.

Eeron näyttely pystytettiin ensimmäisenä. Hänen toiveenaan oli, että näyttely tulisi sijoittumaan Mäntypirtin puolelle eteisaulaan. Eero halusi tekemänsä taideteokset erilleen muiden asiakkaiden tekemistä töistä. Omasta mielestäni ajatus ei tukenut yhteisöllistä otetta, mutta projektin ohjaajana kunnioitin asiakkaan valintaa. Toisaalta kyse oli kuitenkin erittäin tärkeästä ja Eerolle merkittävästä tapahtumasta. Eero valitsi näyttelytilan itsenäisesti ja perusteli valintaansa runsaalla ikkunapinta-alalla, joka mahdollisti luonnonvalon pääsyn sisätiloihin ja toi teokset paremmin esiin. Luonnonvalon läheisyyden lisäksi aulatilalla sijaitsevat lähellä palvelukeskuksen pääovia ja näyttelystä kiinnostuneiden olisi helppo löytää paikalle. Aulatilassa oli myös sohvia ja nojatuolia, johon saattoi istahtaa katselemaan taideteoksia myös pidemmäksi aikaa. Ennen näyttelyn pystytystä puhdistin seinän, johon työt oli tarkoitus laittaa. Eero halusi olla mukana taideteosten asettelussa ja järjestyksen päättämisessä sekä teosten kiinnittämisessä. Hän oli valinnut siniset taustakartongit töilleen ja perusteli värivalintaansa sillä, että sininen sopisi taideteosten luonteeseen ja aihepiireihin kaikista parhaiten. Sinisen värin tiedetään myös alentavan verenpainetta, vähentävän jännitystiloja ja lisäävän keskittymiskykyä (Simpanen 2007, 20).

Taideteosten asettelu ja kiinnittäminen oli tarkkaa puuhaa. Mittasin mittanauhan ja viivaimen avulla symmetriset välit teosten välille ja merkitsin lyijykynällä merkit seinään osoittamaan kohtia, johon taideteokset kiinnitettäisiin. Eero seurasi sommittelua kauempaa ja antoi ohjeita, jos joku töistä oli asettumassa vinoon

tai liian kauaksi muista töistä. Taidenäyttelyn pystytys vei yllättävän kauan aikaa. Eeron terveydentilan ja kunnan vuoksi jaoimme pystytysprojektin kahdelle eri päivälle.

Muiden asiakkaiden taideteoksista koottu näyttely päätettiin pystyttää osaston käytävälle. Sermien puutteen vuoksi päädyin järjestämään teoksille tilaa pitkän osastokäytävän seiniltä. Taideteosten ripustukseen ja asetteluun pyysin apua asukkailta, jotka olivat osallistuneet taidepajojen toteutukseen. Heidän lisäksi moni asukas, joka ei ollut kyennyt fyysisen toimintakykynsä vuoksi osallistumaan taidepajatoimintaan halusi olla mukana taidenäyttelyn pystytyksessä. Koin tämän merkittävänä piirteenä ja edistysaskeleena. Apunani toimi esimerkiksi eräs pyörätuolissa istuva, aivoinfarktin seurauksena toispuoleisesti halvaantunut mies. Mies oli jo nuoruudessa ollut kätevä käsistään, mutta joutunut luopumaan harrastuksistaan halvauksen seurauksena. Hän halusi auttaa teosten sommittelussa ja ripustamisessa toimimalla eräänlaisena työnjohtajana. Mies oli tyytyväinen, kun sai olla osallisena projektia toimintakyvystään huolimatta ja tuli kuulluksi yhtenä yhteisön jäsenistä.

Taidepajojen toteutuksen ja teosten esille laiton välinen aikaväli venyi odotettua pidemmäksi, eikä moni taidepajoihin osallistuneista enää muistanut tekemiään taideteoksia. Oli kuitenkin merkittävää huomata, että he olivat taideteoksia katselleessaan ylpeitä kädenjäljestään ja omista taidoistaan.

6 TYÖN ARVIOINTI

Tässä kappaleessa käyn työn arvioinnin läpi asiakkaiden ja hoitohenkilökunnan antamasta palautteesta sekä oman arvioinnin kautta. Itselleni merkittävin painoarvo arvioinneista on asiakkailta saamani arviointi. Työn lähtökohtana on kuitenkin ollut ensisijaisesti tuottaa heille toimintaa, jolla on myönteinen vaikutus heidän hyvinvointiinsa ja jaksamiseensa sekä itsetunnon ja osallisuuden vahvistumiseen.

6.1 Asiakkaiden ja hoitohenkilökunnan arviointi

Asiakkailta saatu arviointi koostui lähinnä satunnaisotannan kautta saaduista palautteista, jotka ovat tulleet ilmi havainnoinnin ja keskustelujen seurauksena. Palautetta pyysin ja sain taidepajoihin osallistuneiden henkilöiden lisäksi muilta asukkailta ja hoitohenkilöstön jäseniltä, jotka kiersivät katselemassa taidenäyttelyn teoksia tai seurasivat taidepajojen toteutusta.

Asukkaiden kanssa käytyjen arkipäiväisten keskustelujen lomassa saatoinkin kysyä, mitä mieltä he olivat taideteoksista ja tehdystä näyttelystä sekä taiteesta ylipäättänsä. Mitä taide merkitsee heille tässä elämänvaiheessa ja olisiko mukava, jos taidetta olisi enemmän laitoksen seinillä? Tarkoituksena oli selvittää erityisesti niitä tunne-elämyksiä, joita taide herättää ikäihmisissä ja voiko taiteen tekeminen sekä kokeminen parantaa elämänlaatua ja vahvistaa osallisuutta. Näitä kysymyksiä pohdimme myös Eeron kanssa näyttelyä tehdessä ja yksilöhaastattelun yhteydessä. Eero toi painokkaasti ilmi, kuinka tärkeä ja merkittävä rooli taiteella on ollut hänen elämässään, sekä sen kuinka kokee taiteen vaikuttavan esimerkiksi laitosasumisen viihtyvyyteen positiivisesti. Eeron mielestä oma koti on ihmiselle kaikki kaikessa, mutta hän tiedostaa oman toimintakykynsä muutokset ja tulevaisuuden näkymät laitosasumisen asiakkaana. Eeron lyhytaikaiset hoitajaksot palvelukeskuksessa olivat opettaneet hänelle paljon laitosasumisen mielekkyydestä. ”Tänne (palvelukeskukseen) tullaan autolla ja lähdetään lopulta laatikossa, eikö siihen väliin voisi mahtua mitään mukavaa?”, kommentoi Eero laitosasumisen viihtyvyyttä. Hänen näkemyksensä mukaan elämän ylläpitäminen perustuu aina toimintaan ja järjestettyjen aktiviteettien merkitys toimintakyvyn säilymiseen on erittäin merkittävä. Eero myös painotti, että hänelle taide tuo voimia ja antaa mielekästä tekemistä, mutta yhtä hyvin jollekin toiselle se voi olla musiikki tai leipominen. Eeron mielestä mielekäs toiminta auttaisi pitämään mielen virkeänä myös laitosympäristössä. Hänelle toteutettu taidenäyttely merkitsi erityisesti tekemisen iloa pitkäaikaisen unelman parissa. Eero kertoi olevansa tyytyväinen yhteistyöhömmö ja taputti usein selkääni sanoen; ”Ollaan me vaan hyvä parivaljakko tässä hommassa”.

Moni asukas piti erityisesti Eeron tekemiä taideteoksia hienoina ja ne myös herättivät runsaasti keskustelua. He kiittelivät taidepajaprojektin järjestämisestä ja ihastelivat taideteoksia. Monen asukkaan oli helpompaa ottaa kantaa Eeron taideteoksiin, koska niiden aihepiiri oli selkeä. Taidepajojen kautta syntyneiden teos-

ten aihepiirit ja ilmaisutekniikat vaihtelivat värikkyuden ollessa merkittävänä piirteenä. Osa asukkaista ihastui nimenomaan taideteosten värikkyteen osaston pitkillä ja vitivalkoisilla käytävillä. Taidenäyttely ei tavoittanut kaikkia palvelukeskuksen asiakkaita. Osa ei ollut kiinnostunut taidepajoihin osallistumisesta tai näyttelyn kiertämisestä sen valmistuttua. Työntekijänä kehotin asukkaita tutustumaan taideteoksiin informoimalla taidenäyttelystä, mutta osallistuminen näyttelyn kiertämiseen oli vapaaehtoista.

Asukkaat kertoivat, että taiteella on merkitys heidän elämälleen. Taide tuo iloa ja vaihtelua, sekä sisältöä päivään. Kuvataidetta asukkaat eivät mieltäneet osaksi arkeaan yhtä vahvasti kuin esimerkiksi elokuvia tai musiikkia. Osa asukkaista vastasi kysymykseeni siitä olisiko taidetta hyvä olla enemmän laitospäristössä esittämällä vastakysymyksen; ”*Olisi tietenkin, mutta kuka sen sitten maksaisi?*”. Tämä kommentti toistui aika useassa puheenvuorossa ja tuo ilmi sen, kuinka hoitoalan resurssipula on heijastunut asiakkaiden viihtyvyyteen. Asiukkaat ovat tottuneet saamaan kulttuuripalveluja ja virkistyspalveluja erillisostoina, vaikka niiden tuottaminen osana ihmisen kokonaisvaltaista hoitoa tulisi olla itsestäänselvyys. Palaan tähän aiheeseen kappaleessa seitsemän pohtiessani kehittämissuhteita.

Toiminnallisen toteutuksen alkaessa esittelin opinnäytetyöni aiheen ja tulevan projektin osastopalaverissa kannustaen henkilökuntaa palautteen antoon ja kehitysehdotuksien ilmaisemiseen. Alusta saakka yhteistyö muiden työntekijöiden kanssa oli saumatonta ja sain monia vinkkejä toteutukseen. Hoitohenkilökunnan arki laitoksessa on usein kiireistä, eikä aikaa hoitotyön ja hoidon laadun takaamisen ohessa jää asukkaiden virkistystoiminnalle. Osa työntekijöistä kuitenkin ehti osallistua taidepajojen seuraamiseen sekä näyttelyn kiertämiseen sen valmistuttua. Henkilökunnan palaute projektista oli pääosin positiivista, mutta myös kehittämiskohteita löytyi. Sain palautetta siitä, että osaston käytävälle tehdyssä näyttelyssä teosten yhteyteen olisi voinut kiinnittää nimilaput selvennykseksi omaisille ja työntekijöille, jotta he tietäisivät kenen teoksista on kyse. Eeron näyttelyä keuhuttiin ja työntekijät myös opastivat asiakkaiden omaisia katsomaan näyttelyä. Työntekijät seurasivat myös mielenkiinnolla eri persoonien osallistumista taidepajoihin ja niiden aikana esiintyneitä reaktioita. He sanoivat näh-

neensä useassa asukkaassa uusia piirteitä ja puolia, jotka taiteen tekemisen yhteydessä tulivat esille henkilöstä.

6.2 Tilaajan arviointi

Työsi toteutus teemalla "kulttuuri kuuluu kaikille" pohjalta saavutti hyvin tavoitteen.

Taidenäyttelyn työt ja sen toteutus oli erittäin onnistunut. Asiakkaan toiveesta , hänen täällä Huuponhovissa ja kotona tehtyjen töiden perusteella toteutettu taidenäyttelyn kokoaminen ja toteutus vastasi asiakkaan unelmaan saada toteuttaa taidenäyttely.

Taidenäyttelystä näyttää jäävän meille pysyvä , josta tulee olemaan paljon ilo meille ja talossa käyville vieraille.

Lisäksi kokoamasi työpajojen töiden tekeminen yhdessä asiakkaiden kanssa toi iloa, yhteisöllisyyttä monelle asukkaallemme .

Työsi täällä toi kaiken kaikkiaan paljon ilo meille, toivomme sinulle hyvää Jatkoa. Terveiset Eerolta ja samoin meiltä kaikilta.

Helvi Laitinen

Vastaava sairaanhoitaja

Palvelukeskus Huuponhovi

6.3 Oma arviointi

Yksi suurimmista haasteista opinnäytetyössäni oli aikataulutuksen ja siihen liittyvä suunnitelmallisuus. Opinnäytetyön toteutuksen yhdistäminen täysipainoiseen työelämään oli yksi suurimmista haasteista, mutta antoi myös erilaisen lähestymiskulman opinnäytetyön toteuttamiseen. Eduksi osoittautui erityisesti se, että olin asukkaille ennestään tuttu persoona ja luottamussuhde useiden asiakkaiden ja minun välille oli jo muodostunut. Koen luottamussuhteen tärkeäksi luo-

vuutta ja uskallusta vaativassa projektissa. Alkuun pelkäsin, minkälainen vaikutus roolin vaihtumisella hoitotyöntekijästä ohjaajaksi olisi asukkaisiin. Opinnäytetyötäni lähdin kuitenkin ensisijaisesti toteuttamaan opintojensa päätepidettä lähestyvänä yhteisöpedagogiopiskelijana, jonka ammatti-identiteetin muotoutuminen ja kasvu eroaa paikoin paljonkin osastoapulaisen toimenkuvasta. Toisaalta roolien vaihtuvuus opetti paljon, vaikka varsinkin ensimmäisen taidepajan kohdalla tunsin olevani hukassa. Asiakkaat eivät kuitenkaan missään vaiheessa vierastaneet minua ohjaajan roolissa. Uskon sen johtuvan siitä, että olin heille ennestään tuttu henkilö, enkä toisaalta tehnyt tehtävänannosta liian haastavaa.

Osallistuminen taidepajoihin oli asukkaille vapaaehtoista. Olen erittäin tyytyväinen osallistumisprosenttiin, koska näin myös monien sellaisten asukkaiden liittyvän mukaan toimintaan, jotka yleensä viihtyvät vain omissa oloissaan. Koen, että onnistuin rohkaisemaan ja motivoimaan heitä mukaan toimintaan. Yhteisöllinen tekeminen toi myös asukkaista uusia puolia esiin sekä auttoi ymmärtämään asiakkaiden taustoja. Koen onnistuneeni osallisuuden vahvistamisessa ja yhteisöllisyyden luomisessa myös asukkaiden välille, jotka toimintakykynsä puolesta eivät kohta toisiaan. Sain myös toimintakyvyiltään eritasoiset ihmiset osallistumaan toteutukseen rohkeasti.

Aikataulutukseen liittyvät haasteet tulevat ilmi opinnäytetyön valmistumisen pitkittymisessä. Opinnäytetyön toiminnallinen toteutus tehtiin jo alkukeväästä 2015, mutta raportin varsinainen kirjoittaminen käynnistyi vasta syksyllä työsuhteeni päättyessä lokakuun lopussa. Huomasin opinnäytetyöprojektin aikana, että työelämän ja opiskelun yhdistäminen oli minulle aikataulullisesti haastavaa. Kirjoittamiselle ei tuntunut enää pitkien työpäivien jälkeen löytyvän aikaa ja voimavaroja. Opinnäytetyön esitarkastusversion olin kirjoittanut jo keväällä ja silloin laadittu rakenne toimi hyvänä pohjana kirjoitustyön jatkamiselle. Tein myös läpi toiminnallisen toteutuksen muistiinpanoja ja dokumentoin koettuja hetkiä. Tämän ansioista minun oli helppo palauttaa mieleeni koetut tapahtumat, havainnoinnit ja keskustelut. Toisaalta työn pitkittyminen antoi mahdollisuuden sen sisällön pohtimiselle ja kehittämiseksi. Opinnäytetyön produkti, eli taidenäyttely sai myös jatkoaikaa esillä oloon. Alun perin näyttelyn oli tarkoitus olla esillä Huuonhovichissa toukokuun loppuun saakka, mutta päädyin purkamaan osan

siitä vasta syksyllä. Eeron taideteoksista tehty näyttely sai jäädä tilaajan pyynnöstä näytille, ja se on näytillä edelleen.

Opinnäytetyön toteutus oli itsenäistä puuhaa. Tilaajan kanssa sovimme ennen toiminnallisen toteutuksen alkua toiminnan sisällöstä ja sen tavoitteista, sekä kävimme yhdessä läpi tilaajan toiveet työn suhteen. Toteutuksen suhteen sain vapaat kädet, mutta pidin tilaajan ajan tasalla aikataulutuksen muutoksista, asukkaiden reaktioista ja kommenteista sekä opinnäytetyön sisältöön liittyvistä asioista. Tilaajan edustajan kanssa pidimme muutaman välipalaverin prosessin aikana. Työyhteisön kanssa kävin reflektioivaa keskustelua pääasiassa yhteisillä tauoilla ja otin vastaan vinkkejä, kuinka työtä voisi kehittää sekä kerroin työn eri vaiheista. Työpäivien hektisyys toi kuitenkin omat haasteensa tilaajan kanssa toimimiseen. Tavoitteistani huolimatta en onnistunut motivoimaan hoitohenkilökuntaa viriketoiminnan järjestämiseen ja käytäntöjen vakiinnuttamiseen tai kyennyt vaikuttamaan asenteisiin, jotka toimintaa kohtaan vallitsivat. Tosin tämän tavoitteen tulokset ovat nähtävissä vasta pitkällä aikavälillä.

Opinnäytetyön raporttiosuuden kirjoittaminen oli haastavaa ja kesti ajallisesti enemmän kuin olisin uskonut. Lähdekirjallisuuden käyttö ja tieteellinen kirjoittaminen on ollut minulle haasteellista varsinkin tämän työn kohdalla. Opinnäytetyön aihepiiri käsittelee kohderyhmää, jonka kanssa toimimisesta minulla on miltei kymmenen vuoden työkokemus takanani. Kokemuksen kautta saatu tieto kulkee sisällöltään käsi kädessä teorian tiedon kanssa, mutta teorian tiedon perustelemisen on haastavaa, koska omat kokemukset aiheesta vaikuttavat paljon opinnäytetyön tekemiseen. Monet teorian tietoon pohjautuvat asiat ovat päässäni ja ytimissäni, mutta sama tieto täytyy löytää myös käytettävistä lähteistä. Tämän vuoksi haasteeksi osoittautui objektiivisen näkökannan säilyttäminen läpi kirjoitusprosessin. Kyseessä on myös opinnäytetyö, joka muodoltaan haastaa pysymään tutkitussa ja todistetussa tiedossa. Taiteeseen ja luovaan työskentelyyn keskittyvä toiminta herättää tunteita ja kokemuksia, jotka eivät ole tieteen avulla perusteltavissa. Kokemuksellisuus asettaa haasteen työlle, mutta myös inspiroi toiminnan toteutukseen ja sen kehittämiseen.

Opinnäytetyöni aikana esiin nousseita uusia teemoja ja seikkoja olivat muun muassa asukkaiden taustojen ja sosiaalisen toimintakyvyn ymmärtäminen ja huomioiminen järjestettävässä virkistystoiminnassa sekä virkistystoiminnan kustannuskeskeinen ajattelumalli asiakkaiden keskuudessa. Näiden huomioiden pohjalta nousi kehittämisideoita, jotka voisivat osaltaan täydentää ja tuoda uutta tietoa ja painoarvoa nyt toteutetulle produktille.

Taidepajojen yhteydessä huomasin yhdessä muun hoitohenkilökunnan kanssa, kuinka ennestään tutuista asiakkaista paljastui uusia ja yllättäviä piirteitä. Moni asukkaista oli taiteellisesti kyvykäs ja nautti uudenlaisesta toiminnasta. Taidepajojen kaltaista toimintaa Huuponhovissa ei usein oltu toteutettu. Aloimme yhdessä työkavereiden kanssa pohtia, kuinka merkittävää olisi myös mielekkään virkistystoiminnan järjestämisen kannalta tuntea ja tietää asukkaiden aikaisempia mielenkiinnon kohteita, työ - ja harrastustaustaa sekä aiemmissa kehitysvaiheissa koettuja kriisejä tai identiteetin muotoutumiseen vaikuttaneita tapahtumia.

Tämän kautta nousi esille uusi tutkimuksellinen aihe; asiakkaan elämänsä ja psykososiaalisen taustan selvittäminen. Asiakkaasta on potilastiedoissa löydettävissä fyysiseen toimintakykyyn liittyviä tietoja sekä sen hetkinen päivitetty elämäntilanne. Asiakkaan historia ja elämänsä siltä osin, mitä se on ollut esimerkiksi lapsuudessa ja nuoruudessa ei sen sijaan käy useinkaan ilmi tiedoista. Taustoilla on kuitenkin iso merkitys ihmisen kokonaisvaltaisessa kohtaamisessa ja niiden ymmärtäminen auttaisi hoidon laadun parantamisessa. Yhteisöpedagogille tämänkaltaisen tutkimushaaste olisi kehittävä ja tukisi elämänsäkaaritietouden kehittymistä.

Toinen prosessin aikana esiin nousseista asioista sai miettimään taide- ja virkistystoiminnan kehittämistä ja toteutuksen parantamista palvelukeskus Huuponhovissa, sekä vanhustyössä yleensä. Aikaisemmin mainitsin, että moni asukas toivoisi taidetta ja taidetoimintaa olevan enemmän laitospäristössä, mutta ongelmaksi asukkaiden mielestä nousevat kustannuskysymykset. Opinnäytetyön toiminnallisena toteutuksena järjestetyt taidepajat eivät vaatineet välineistöään ja hankinnoilta lopulta paljoakaan rahallisia resursseja. Onko lopulta ky-

se siitä, että taideteoksiakin tärkeämpää olisi yhteinen tekeminen ja osallisuuden tunteminen?

Olen hoitotyötä tehdessäni huomannut, että asukkaille annettavaa aikaa on hektisen työpäivän aikana löydettävänä liian vähän. Osa asukkaista varallisuustasosta riippuen ostaa virkistyspalveluita, kuten hierontaa, ulkoilutusta ja lukuhetkiä erillisiltä palveluntarjoajilta. Se luo osaltaan epätasa-arvoa asiakkaiden välille. Kuten jo vanhuspalvelulaki sanoo, jokaisella ikäihmisellä tulee olla oikeus osallistua mielekkääseen ja toimintakykyä ylläpitävään ja sitä edistävään toimintaan (Vanhuspalvelulaki 980/2012, 14§). Tässä yhteydessä nousee esiin kolmannen sektorin, eli vapaaehtoistoiminnan luomat mahdollisuudet ikäihmisten virkistystoiminnan kehittämiseen ja toteutumisen edistämiseen. Vapaaehtoistyön voidaan määritellä olevan osallistumista auttamis- ja tukitoimintaan vuorovaikutukseen perustuen. Vapaaehtoistyön lähtökohdat eivät ole taloudellista voittoa tavoittelevat, vaan perustuvat vapaaehtoistyöntekijän omaan haluun auttaa sekä oppia samalla itse jotain uutta ja tärkeää (Eskola & Kurki 2001,10.)

Opinnäytetyön toiminnallisen toteutuksen yhteydessä pyrin näkemään toteuttamani produktin jatkuvuuden ja painoarvon myös tulevaisuudessa järjestettävälle virkistystoiminnalle sen toimiessa eräänlaisena toimintamallin kehittäjänä. Produktin tiimoilta hyödynsin verkostointitaitojani ja otin yhteyttä erilaisiin paikallisiin toimijoihin ja järjestöihin ja tiedustelin heidän kiinnostustaan vapaaehtoistoimintaan palvelukeskus Huuponhovissa. Kevättalvella 2015 palvelukeskuksessa vieraili Rutalahden porinapiiriksi kutsuttu joukko naisia, jotka toivat asukkaille neulomiaan villasukkia tuliaisiksi ja kertoivat porinapiirin toiminnasta. Vierailusta tehtiin lehtihaastattelu, jonka yhteydessä pääsin mainostamaan meneillään olevaa taideprojektia. Ilmaisimme myös yhdessä muiden työntekijöiden kanssa toiveen vapaaehtoisavun tarpeesta palvelukeskuksessa, kuten ulkoiluttajista tai kulttuuritoiminnan taitajista.

Vuoden 2015 aikana vapaaehtoisten määrä hieman lisääntyi Huuponhovissa ja asukkaat saivat nauttia esimerkiksi musiikki- ja teatteriesityksistä sekä yhteisistä ulkoiluhetkistä. Vapaaehtoisten ansioista asiakkaat osallistuivat enemmän myös palvelukeskuksen ulkopuoliseen toimintaan, kuten seurakunnan järjestämiin tilaisuuksiin. Nykyisillä hoitajamitoituksilla tällaisen virkistystoiminnan toteutta-

minen ei olisi mahdollista ilman vapaaehtoisia toimijoita. Pidän näitä solmittuja vapaaehtoiskontakteja merkittävänä askeleena parempaan päin. Vapaaehtoistyön vahvistaminen tuo toivottavasti jatkuvuutta virkistystoiminnalle ja esimerkiksi vastaavien taideprojektien järjestämiselle palvelukeskus Huuponhovissa kannustaen yhä useampia toimijoita yhteistyöhön.

Yhteenvetona voisin todeta, että toiminnallinen opinnäytetyö ei anna yhtä selkeitä ja täsmällisiä tuloksia kuin tutkimuksellinen työ, mutta se ei vähennä työn merkityksellisyyttä ammattikentän kehittymiselle. Yhteisöpedagogin ammatillisen kasvun ja toimialan kehittymisen kannalta opinnäytetyö toi lisää tuntemusta elämänkaaren vanhuuden ikävaiheesta ja siihen liittyvistä haasteista toimittaessa käytännön työssä ikäihmisten parissa. Vanhustyössä yksityisellä sektorilla on jo herätty yhteisöpedagogin tietotaitopohjan hyödyntämiseen. Yksityiset hoitokodit ovat palkanneet yhteisöpedagogeja osaksi työtiimejä nimenomaan asiakkaiden viriketoiminnan kehittämiseen.

Opinnäytetyöstä käy ilmi merkityksellisyyden ja osallisuuden tuntemisen painoarvo vanhukselle, sekä virkistystoiminnan merkitys toimintakyvyn ylläpitäjänä ja yhteisöllisyyden edistäjänä. Taiteella osaltaan, sen tekemisellä ja kokemisella on merkitystä ihmiselle läpi elämänkaaren.

LÄHTEET

- Dunderfelt, Tony 1999. Elämänkaaripsykologia. Lapsen kasvusta yksilön henki-
seen kehitykseen. 9-11.painos. Porvoo, Helsinki, Juva: WSOY
- Dunderfelt, Tony 2011. Elämänkaaripsykologia. Lapsen kasvusta yksilön henki-
seen kehitykseen. Helsinki: WSOY
- Erkinjuntti, Timo 2001. Dementian käsite. Teoksessa Erkinjuntti, Timo & Rinne,
Juha & Alhainen, Kari & Soininen, Hilikka (toim.) Muistihäiriöt ja demen-
tia.1.painos. Hämeenlinna: Karisto Oy
- Eskola, Antti & Kurki, Leena 2001.Johdannoksi. Teoksessa Eskola, Antti & Kur-
ki, Leena (toim.). Vapaaehtoistyö auttamisena ja oppimisena. Jyväskylä:
Gummerus Kirjapaino Oy
- Eskola, Jari & Suoranta, Juha 1999. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 3.
Painos. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy
- Grönfors, Martti 2001. Havaintojen teko aineistonkeräyksen menetelmänä. Te-
oksessa Aaltola, Juhani & Valli, Raine (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1.
Metodin valinta ja aineiston keruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä:
Gummerus Kirjapaino Oy
- Keltinkangas- Järvinen, Liisa 2000. Tunne itsesi, suomalainen. Juva: WS
Bookwell Oy
- Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali –
ja terveystalvveluista 980/2012, 1§ ja 4 &. Viitattu 26.11.2015
<http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2012/20120980#L3P14>
- Liikanen, Hanna-Liisa 2010. Kulttuurin merkitystä ei pidä aliarvioida ikääntyne-
säkään. Gerontologia 1/2010, 27.
- Muistiliitto 2013. Muistihäiriöt ja –sairaudet. Muistisairauksien oireisto. Viitattu
27.11.2015 [http://www.muistiliitto.fi/fi/muisti-ja-muistisairaudet/muistihairiot-
ja-sairaudet/muistisairauksien-oireisto/](http://www.muistiliitto.fi/fi/muisti-ja-muistisairaudet/muistihairiot-ja-sairaudet/muistisairauksien-oireisto/)
- Muistiliitto 2014. Muistisairauksien oireisto. Muutokset käyttäytymisessä. Viitattu
29.11.2015 [http://www.muistiliitto.fi/fi/muisti-ja-muistisairaudet/muistihairiot-
ja-sairaudet/muistisairauksien-oireisto/muutokset-kayttaytymisessa/](http://www.muistiliitto.fi/fi/muisti-ja-muistisairaudet/muistihairiot-ja-sairaudet/muistisairauksien-oireisto/muutokset-kayttaytymisessa/)

- Muistiliitto 2015. Muistihäiriöt ja – sairaudet. Muistisairaudet. Viitattu 27.11.2015
<http://www.muistiliitto.fi/fi/muisti-ja-muistisairaudet/muistihairiot-ja-sairaudet/muistisairaudet/>
- Palvelukeskus Huuponhovi 2015. Perehdytyskansio. Esite.
- Pohjolainen Pertti. Ikäinstituutti. Fysiologinen vanheneminen. Viitattu 26.11.2015 <http://www.vapaaehtoiseksiseniorina.fi/binary/file/-/id/1/fid/58>
- Ruusuvuori, Johanna 2010. Litteroijan muistilista. Teoksessa Ruusuvuori, Johanna & Nikander, Pirjo & Hyvärinen, Matti (toim.) Haastattelun analyysi. Tampere: Vastapaino
- Rytkönen, Mari 2015. Diabeteskoulutus. Joutsa: Palvelukeskus Huuponhovi.
- Saarinen, Tuulimaria 2015. Lehtijuttu. Joutsan seutu. Julkaisematon lähde.
- Simpanen, Marjo-Riitta & Minerva Kustannus Oy 2007. Hämeenlinna: Kariston kirjapaino Oy.
- Suomen virallinen tilasto (SVT): Väestöennuste [verkkójulkaisu]. ISSN=1798-5137. 2012. Helsinki: Tilastokeskus. Viitattu: 26.11.2015
http://www.stat.fi/til/vaenn/2015/vaenn_2015_2015-10-30_tie_001_fi.html
- Syrjälä, Leena 2001. Elämäkerrat ja tarinat tutkimuksessa. Teoksessa Aaltola, Juhani & Valli, Raine (toim.) Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineiston keruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2015. Osallisuus. Viitattu 26.11.2015
<https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus>
- Tuomikoski, Paula 1987. Taide ja ihminen. Helsinki: Hakapaino Oy
- Turunen, Kari E. 2005. Ikävaiheiden kriisit. Juva: Atena Kustannus Oy
- Vanderark, Sherman & Newman, Isadore & Bell, Sarah 1983. Music Therapy. 3 (1):71. doi:10.1093/mt/3.1.71. Viitattu 26.11.2015
<http://musictherapy.oxfordjournals.org/content/3/1/71.full.pdf+html>
- Wikipedia 2015. Kuvataide. Viitattu 28.11.2015
<https://fi.wikipedia.org/wiki/Kuvataide>

Vilka, Hanna & Airaksinen, Tiina 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi

Vuorinen, Jyri 1993. Estetiikan klassikoita. Juva: WSOY:n graafiset laitokset

Ylikarjula, Simo 2011. Vanheneminen kielletty?. Elämäkokemuksen puolustus. Helsinki: Kirjapaja

LIITTEET

Valokuvia taidepajojen toteutushetkestä, taidenäyttelyn pystytyksestä ja toimitiloista sekä itse taideteoksista.



Taidepaja käynnissä ja tekemisen iloa ilmassa.





Taidepajojen toteutustilat. Ylemmässä kuvassa ruokasali ja alemmassa kuvassa osaston aulatila.





Eeron kanssa taidenäyttelyä pystyttämässä.





Asukkaiden tekemiä taidetöitä esillä Huuponhovin käytävillä.



79-vuotiaan muistisairaana naisen taiteilema sormiväriä.