

”Olen kyllin hyvä”

VOIMAUTTAVA VALOKUVA
TEHOSTETUSSA PALVELUASUMISESSA

Pollari Teija, e33nsos

Opinnäytetyö, kevät 2016

Diakonia-ammattikorkeakoulu,

Pieksämäen toimipiste

Sosiaalialan koulutusohjelma

Sosionomi (AMK)

Hei, älä turhaan jää, seinän viertä kulkemaan/
kutsuttuna juhliin, kynnykselle seisomaan/
jos katsoa sä voisit, niin kuin minä katson sua/
sun ei koskaan, enää tarvitsisi piiloutua/

Kuka opetti sua, maata kohti katsomaan/
että parempi ois, varovasti rakastaa/
älä luule että ainut, oisit jota pelottaa/
täs ois toinen, ja se toinen sua odottaa/

Anna minun nähdä sun kasvosi, nähdä kuinka valosi loistaa/ anna minun
kuulla sun äänesi, kuulla kuinka ilosi soi/
anna sateen huuhtoa surusi, anna tuulen helmoja nostaa/
tänään on tullut sun päiväsi, nyt on sinun vuorosi loistaa.

(Juha Tapio kappaleessa Sinun vuorosi loistaa)

TIIVISTELMÄ

Teija Pollari. ”Olen kyllin hyvä” VOIMAUTTAVA VALOKUVA TEHOSTEUSSA PALVELUASUMISESSA. Pieksämäki, kevät 2016. 60 sivua, 2 liitettä. Diakonia-ammattikorkeakoulu, Pieksämäen toimipiste. Sosiaalialan koulutusohjelma. Sosionomi (AMK).

Opinnäytetyöni oli kehittämispainotteinen, jonka produktiotuote oli valokuvat ja pieni muotoinen valokuvanäyttely palvelukodissa, asukkaista otetuista kuvista. Kuvat pohjautuivat asukkaiden elämäntarinaa tai narratiiveihin. Asukkaita oli kuusi, tehostetussa palveluasumisessa asuvaa jyväskyläläistä miestä, joilla ikääntymistä, muistisairautta ja rankkojakin elämäkokemuksia taustalla. Teoriaosuudessa käsitteelin voimauttava valokuva -menetelmää, voimaantumista (empowerment) sekä elämäntarinan kuuntelemista.

Opinnäytetyöni tavoitteena oli nostaa asukas keskiöön, hänen voimaantuminen, kuulluksi tuleminen, vuorovaikutustaitojen paraneminen sekä itsensä arvokkaaksi kokeminen. Voimauttavan valokuvan kuvissa oli tärkeää, miten asukkaat haluavat muiden heidät näkevän. Otetut kuvat olisivat työväline ihmisläheisessä työssä, jonka kautta olisi mahdollista kehittää hoitotyötä, nähdä asukkaat uudessa valossa ja saada sitä kautta uusia keskustelunaiheita asukkaiden sekä omaisten kesken.

Johtopäätöksissä nousi esiin asukkaiden suuret yksilölliset erot toimintakyvyssä, voimaautumisessa, sekä sen hetkisissä voimavaroissa. Asukkaat nauttivat kuulluksi tulemisesta, kuvauksista, ja vuorovaikutuksesta vähintäänkin siinä hetkessä. Valmiit kuvat tuottivat hyvyyden tunnetta.

Asiasanat: voimauttava valokuva, voimaantuminen, elämäntarina, narratiivi, keskusteleminen

ABSTRACT

Teija Pollari. "I am enough" EMPOWERING PHOTOGRAPHY IN SUPPORTED HOUSING. 60 pages, 2 appendices. Language: Finnish. Pieksämäki, Spring 2016. Diaconia University of Applied Sciences, Pieksämäki. Degree Programme in Social Services. Degree: Bachelor of Social Services.

My Bachelor's thesis was a development-oriented study, which was the product of productions photos and a small-scale photo exhibition in the service home, taken from the residents. The images were based on the life story of the residents or narratives. The population was six, living in intensified service housing from Jyväskylä; aging men, with, memory diseases who had endured some hard experiences of life in the background. The theoretical part dealt with the empowering photography method, empowerment, as well as listening to the story of life.

The aim of my thesis was to raise a resident in the centre, his empowerment, being heard, communication skills and self-improvement to be a valuable experience. Empowering photography images were important for how the residents want the others to see them. The captured images were a tool in caring work, through which it would be possible to develop nursing care, to see the people in a new light and get it through new topics for discussion between the residents and the relatives.

The conclusions emerged from the large individual differences in the residents' functional capacity, empowerment, as well as in current capabilities. Residents enjoy becoming heard, descriptions, and interaction with each other, at least in the moment. Ready-made images produced a sense of goodness.

Keywords: empowering photography, empowerment, life story, narrative, discussing

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	6
2	OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT	7
3	VOIMAANTUMINEN	11
3.1	Voimaantunut ihminen	12
3.2	Voimaantumista edesauttavia tekijöitä	14
4	VOIMAUTTAVA VALOKUVA	17
4.1	Sosiaalityön menetelmä	17
4.2	Voimauttavan valokuvan osa-alueet	18
5	ELÄMÄNTARINA	21
5.1	Keskusteleminen	21
5.2	Narratiivit	23
5.3	Yhden asukkaan narratiivi	25
6	OPINNÄYTETYÖN TAVOITTEET	28
7	AIKAISEMMAT PROJEKTIT JA TUTKIMUKSET	30
8	KOHDERYMÄ	32
9	OPINNÄYTETYÖN PROSESSIN VAIHEITA	34
9.1	Yhteistyö, aikataulu ja raportointi	34
9.2	Lupa-asiat	39
9.3	Kuvauspaikat ja kuvien ottaminen	40
9.4	Eettisyys	41
9.5	Ammatillista pohdintaa	43
10	TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET	48
	LÄHTEET	58
	LIITE 1. Kuvauslupa	61
	LIITE 2. Kyyditsemislupa	60

1 JOHDANTO

Myös laitoshoidossa voimauttaminen on tärkeää. Hoidossa ja kaikessa palveluissa tulee ottaa huomioon ikääntyneiden yksilöllisyys. Se koskee myös pitkäaikaislaitoksia ja ympärivuorokautisia palveluyksiköitä. Palveluita koskevia päätöksiä tehtäessä on otettava huomioon niiden vaikutukset siihen, kokeeko vanhus itsensä arvokkaaksi ja tuntee ko hän elämänsä mielekkääksi. Iäkkäällä ihmisellä on oltava mahdollisuus osallistua omien palveluidensa toteuttamiseen sekä saatava arvioida sen hyödyllisyyttä. Toimintakyvyn heikentyessä merkittävästi, esim. laitoshoidossa asuville ikääntyneille on tarjottava tukea, jotta heillä olisi mahdollisuus vaikuttaa omaan elämään ja siihen vaikuttaviin päätöksiin. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2013, 20; Kivelä 2012, 134.)

Palvelukotien asukkaiden holistinen huomioiminen ja voimaantumista edesauttavien tekijöiden mahdollistaminen on näinä päivinä haastavaa. Ihmisläheisestä hoitotyöstä on tullut raskasta, koska henkilöresurssit ovat niukat, eikä lisäresursseja tulla todennäköisesti lisäämään tulevaisuudessa. Hoidollista työtä leimaavat pakkotahtisuus ja kovat arvot. Nykyisin kuitenkin korostetaan hyvää vuorovaikutusta ja ymmärretään ihmisläheinen työ tunnetyönä. (Savolainen 2012.) Onkin mietityttävää, että hallitus aikoo laskea vanhuspalveluiden hoitajamitoitusta tehostetussa palveluasumisessa ja vanhainkodeissa nykyisestä 0,50:stä 0,40:een vuodesta 2017 alkaen. Hoitajamäärän pienenemistä perustellaan kunta- ja valtiotalouden säästöillä. Aiemmin peruspalveluministerinä, nykyisin kansanedustajana toimiva Susanna Huovinen on huolissaan hoitohenkilökunnan jaksamisesta. (Keskisuomalainen 2015.)

Voidaanko rehellisesti väittää, että perushoidollisten töiden lisäksi asiakaan voimaantumista edistävä yksilöllinen kohtaaminen ja asukkaan arvokkuuden tunne tulee riittävästi huomioiduksi? On ilmeistä, että tehostetussa palveluasumisessa ei tulla lähitulevaisuudessa lisäämään sosiaalialan ammattilaisia, vaan nytkin täysin työllistetyt hoitajat antavat hoidollisen työn rinnalla sosiaalista kuntoutusta.

Tässä opinnäytetyössä käsittelemme voimaantumisen teemaa, joka on punainen lankani työssäni. Ikääntyneiden ja rankkojakin elämäntarinoita omaavien miesten parissa toteutettu produktio pohjaa Miina Savolaisen kehittämään voimauttava valokuva -menetelmään ja nostaa jokaisen asukkaan arvokkaana yksilönä esiin.

2 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT

Voimauttava valokuva – menetelmä on rekisteröity merkki, jonka käyttäjällä on siihen vaadittu koulutus, joka itseltäni puuttuu. Hoito- ja sosiaalialan ammattilaiset voivat kuitenkin käyttää menetelmää terapeuttisina menetelmin, kuten itse teen. Voimauttavan valokuvauksen menetelmää voi opiskella ammatillisena täydennyskoulutuksena hoidolliseen asiakastyöhön, työyhteisöjen kehittämiseen sekä kolmivuotiseen jatkokoulutukseen. Ammatillisen koulutuksen rinnalla on kaikille kiinnostuneille ammatillisesta taustasta huolimatta työpajoja, joissa keskiössä on henkilökohtainen voimauttava prosessi. Ensimmäiset menetelmäohjaajat valmistuivat keväällä 2011. (Savolainen 2012.)

Oma ammatillinen kasvuni sosiaalialaan on alkanut aiemmassa opiskelussani ja työssäni, jossa toimin lähinnä sairaanhoidollisten, sekä kiireisesti mitoitettujen perushoidollisten toimien parissa. Pohdin jo tuolloin, miten voisin auttaa ja kuunnella asiakkaita kokonaisvaltaisemmin ja auttaa heitä voimaantumaa sekä näkemään itsensä ainutlaatuisuuden. Sosionomiopintojen vanhuus työharjoittelussa sainkin pyynnön mielenkiintoiselle kuulostavaan opinnäytetyöhön Jyväskylän kaupungin vanhuspalveluista. Itse voimauttavan valokuvan menetelmä oli minulle vieras entuudestaan, mutta voimautumisen ja elämäntarinan teemat olivat minulle tuttuja sosionomi (AMK) opinnoista. Muistan ajatelleeni ja toivovani tuolloin, että tulevana sosionomina voisin auttaa ja kuunnella ikääntyneitä yhä holistisemmin, sekä toimia näin kaikista huonoimmassa asemassa olevien äänitorvena. Lisäksi toivoin tuovani jotain lisää palvelukotien rutiineihin, jotta asiakkaat tulisivat yhä paremmin huomioiduksi, tuoden esiin heidän äänensä ja ainutlaatuisuutensa.

Vanhuus -opintokokonaisuuden työharjoittelussa keväällä 2014 Jyväskylän kaupungin vanhus- ja vammaispalvelun OIVA- keskuksessa, sain opinnäytetyön idean ja pyynnön Jyväskylän kaupungin vanhuspalvelujen virikeohjaaja Helena Hjeltiltä. Hän kertoi tehostetussa, niin sanotulla suljetulla osastolla olevista asukkaista, joilla on hyvinkin rankkoja taustoja erilaisine elämäkokemuksineen. Lisäksi nämä kaikki asukkaat ovat miehiä, jotka tulevat liian harvoin kuulluksi. Hjelt ehdotti minulle voimauttavan valokuvan menetelmää. Innostuin aiheesta ja ideasta todella.

Itse halusin linkittää ja lisätä myös näiden pitkäaikaisasumisessa olevien miesten elämäntarinan kuuntelemista sekä voimautumisen teoriaa. Toisaalta siksi, että kuvista tulisi mahdollisimman asukkaiden itsensä näköisiä, mutta myös siksi, että nämä miehet tulisivat nähdyksi, kuulluksi ja kohdatuksi yhä holistisemmin. Toisaalta kaikki vuorovaikutus ja keskusteleminen mahdollistaa turvallisen, voimautumisen mahdollistavaa ilmapiiriä. Koska hoidollinen työ on usein valitettavasti liian kiireistä, minua kiinnosti tulevana sosiaalialan ammattilaisena ajatus siitä, että hoitajien ja asukkaiden välit lähenisivät sitä kautta, että he oppisivat näkemään asukkaan myös muuna ihmisenä kuin hoidettavana.

Palvelutalon toiminnasta vastaa palveluesimies, joka yhdessä henkilökunnan kanssa huolehtii asukkaiden toimintakyvyn ylläpitämisestä, hyvästä elämänlaadusta sekä turvallisesta ja laadukkaasta hoidosta. Lääketieteellisestä hoidosta vastaa geriatrian erikoislääkäri. Virikeohjaaja Helena Hjelt toimii virikehetkien pitäjänä ja on yleensä hankkinut erilaisia esiintyjä päiväsaliin, jolloin asukkaat voivat esimerkiksi tanssia ja kuunnella esiintyviä taiteilijoita. Vierailuaikoja ei ole erikseen määritetty, vaan läheiset ovat milloin vain tervetulleita mukaan talon arkeen, tapahtumiin ja juhliin.

Jokaisella asukkaalla on oma reilunkokoinen huone, jossa on oma kylpyhuone. Ryhmäkoti on kerrostalossa, jossa on 5 kerrosta ja asuinpaikkoja lähes 40. Ruokailu- ja oleskelutilat ovat kerroksissa yhteiset. Asukkailla ei ole mahdollisuutta laittaa omassa asunnossaan ruokaa, mutta asunnot on sisutettu asukkaan henkilökohtaisilla huonekaluilla sekä tavaroilla. Huone kertoo omaa tarinaansa asukkaastaan, jossa sain myös kuunnella heidän elämäntarinoitaan. Huoneista nousi myös johdattelevia kysymyksiä.



Kuva 1. Omat antiikkiset huonekalut luovat kodin tuntua. Vain vuode on palvelukotiin kuuluva.



Kuva 2. Musisointia. Asukkaalla on todellinen soittamisen lahja. Huoneesta löytyy sähköurut, akustinen kitara, marakassit sekä triangeli. Sain nauttia musiikista asukkaan luona vieraillessa



Kuva 3. Asukas on ilmaissut taiteellisuuttaan erilaisissa käden taidoissa, työskennellessään Jyväskylän kaupungin teatterin kulisseissa sekä harrasteteatterissa. Toisella puolella niin seinällä, kuin lattiallakin runsaasti asukkaan maalaamia tauluja.



Kuva 4. Asukas on asunut vuosikausia palveluasumisessa, mutta joutunut vaihtamaan myös palvelukotia. Onneksi vanhat, 1970-lukua henkivät huonekalut ovat seuranneet mukana

3 VOIMAANTUMINEN

Englannin kielessä sanasta empowerment käytetään suomessa esimerkiksi sanoja voimaantuminen, vahvistuminen, sisäisen voimantunteen kasvaminen sekä perheyhteisissä valtaistaminen. (Vilen, Leppämäki & Ekström 2008, 23–25). Siitonen (1999) määrittelee tutkimuksessaan empowerment -käsitteen voimaantumiseksi ja sisäiseksi voimantunteeksi. (Siitonen 1999, 60.) Myös Dunderin (2002) mukaan voimaantuminen on sisäisen voimantunteen rakentumista. Voimaantumisen tärkeyttä joka päiväisessä elämässä korostaa seikka, että se on ratkaisevassa asemassa ihmisen toimintakykyisyyden, elämänhallinnan, hyvinvoinnin ja jaksamisen kannalta. (STM 2002, 63.)

Räsänen (2006) muistuttaa, että empowerment käsitettä on tulkittu niin valta, kuin voima perustaisista lähtökohdista, joka sinällään tuo eri näkökulmia voimautumiseen. (Räsänen 2006, 95.) Ihmisten töissä uupuminen, jaksaminen ja yleisesti keskusteluissa esiin noussut hyvinvointivaltion säilyminen käänsi 1990-luvulla voimautumisen käsittelyn valtaperustaisesta voimaantumisen kysymyksiin. (Siitonen 1999, 84.) Voimaantumista tutkimalla voidaankin todeta erilaisten ja eri ikäisten ihmisten jaksamista, esimerkiksi työhyvinvointiin liittyvissä kysymyksissä. (Siitonen & Robinson 2001, 61.)

Eri tulkitsijat määrittelevät siis voimaantumisen syitä omista lähtökohdistaan. Esimerkiksi köyhyys ja hyvinvointi on suhteellista kysyttäessä sitä huono- ja hyväosaisilta. Voimaantumisprosessiin kuuluvat havahtuminen ja valtaistaminen. Voimaantumiseen vaikuttaa yhteiskunnan toimivuus, yhteisö, sosiaalinen pääoma, tasa-arvoinen osallistumisen mahdollisuus sekä luottamuksellinen toiminta. (Räsänen 2006, 95.)

Voimaantumisen lähtökohtana on ajatus siitä, että ketään ei voi voimaannuttaa, jos ihminen ei sitä itse halua. Jokainen on siis lähtökohtaisesti itse vastuussa omasta voimaantumisestaan (empowerment). Valokuvien, valokuvauksen ja elämäntarinan kuuntelemisen idea onkin prosessi, jossa asiakkaan voimaantuminen tapahtuu vähitellen. Esimerkiksi valokuvat tuovat esiin asiakasta ihmisenä, jollaisena hän toivoo itsensä muiden näkevän, yleensä uudessa valossa. Valokuvat nostavat esiin myös

keskusteluja asiakkaan omaisten, muiden asukkaiden ja hoitajien kesken. Voimaantumista tapahtuu esimerkiksi myös niin, että elämästään kertova alkaa näkemään itsensä muunakin ihmisenä, kuin vaikkapa alkoholistina. Elämäntarinaa kuunnellessa korostuu seikka, että asiakkaan ääni pääsee kuuluviin ja asiakas kokee olevansa jonkun silmissä tärkeä. (Liikanen & Kaisla 2007, 33–34.)

On syytä muistaa, että voimaantumisen tila ei ole kuitenkaan stabiili, vaan se vaihtelee elämässä olevien voimaantumista lisäävien ja luovien sekä voimaantumista estävien ja vähentävien tekijöiden vuoksi. Lisäksi voimaantuminen on yhteydessä ihmisen omiin päämääriinsä ja hyvinvointiin. (Räsänen 2006, 95; Siitonen 1999.)

Myös valinnan vapaus koetaan tärkeänä voimaantumisen prosessissa. Toisaalta on muutamia poikkeuksia, jossa ihminen on voimaantunut ankarissa olosuhteissa, esimerkiksi armeijassa, jossa oman kontrollin mahdollisuus on hyvin vähäinen. Yksilön tulisi kuitenkin huomata, että valta/voima (power) on heidän omilla käsissään ja he voivat kontrolloida omaa voimaansa ja valtaansa, joka auttaa vahvaksi tulemisessa. (Siitonen 1999, 93, 170; Räsänen 2006, 95).

3.1 Voimaantunut ihminen

Voimaantumiseen vaikuttavia syitä ja seurauksia voi olla hankala todentaa, koska jokainen voimaantuu yksilöllisesti sekä itsenäisesti ja kaikki vaikuttaa kaikkeen. Kokemus voimaantumisesta voi ilmetä eri voimakkuuksilla sekä eri tavoilla. Voimaantumista ei voida siis mitata kaikille sopivalla asteikolla. Yhteistä voimaantuneille ihmisille on kuitenkin se, että he ovat löytäneet omat voimavaransa, yleensä määräävät itse itsensä sekä ovat usein ulkoisesta pakosta vapaita. Jatkuvasti väsynyt ja voimavarojen puutetta kokeva ihminen ei ole enää voimaantunut. (Siitonen 1999.)

Asiakkaan omia voimavaroja voidaan kasvattaa aktivointi- ja kannustusjärjestelmillä. Mutta yksilön voimaantuminen (empowerment) ei ole varsinaisesti mitattavissa oleva asia. Jokaisen ihmisen henkilökohtainen historia sekä yksilölliset voimavarat selviytyä hyvinkin haastavista elämäntilanteista tulisi ottaa huomioon kaikessa vuorovaikutuksessa. (Hiilamo ja Saari 2010, 219.) Tällöin sosiaalihoillon työntekijä on

avain asemassa, vuorovaikutus tulee olla eettisesti kantavaa ja asiakaskohtaista. Mietin myös sitä, voiko työntekijää vaihtaa, jos asiakas kokee ettei kemiat kohtaa ammattilaisen kanssa?

Räsänen (2006) muistuttaa asennearvojen tärkeydestä suhteessa voimaantumiseen. Luovassa asenteessa paitsi hankimme kokemuksia ja opiskelemme uutta tietoa, kyseenalaistamme ja tarkastelemme vanhoja uskomuksiamme sekä näkemyksiämme. Toisaalta kaikkea tietoa ei ole edes olemassa, vaan voimme itse etsiä sitä. Voimaantuminen on siis oma sisäinen äänemme. On opettavaista huomata, että jokainen voi vaikuttaa oman elämänsä suuntaan ja olla oman elämänsä asiantuntija. Ihminen voi tietoisesti valita positiivisen tai negatiivisen tavan ajatella. Positiivisen tavan valitseminen ruokkii hyviä tuntemuksia ja kokemuksia. Voimaantumisen kannalta tulisikin säilyttää mielen tyyneys ja energisyys, koota pirstaleiset ajatukset ja välttää aggressiivisia, äkkipikaisia ajatuksia. Voimaantumista ruokkii myös hyväksyä seikka, että kaikkien kanssa ei tarvitse kilpailla paremmuudesta. (Räsänen 2006, 67–68, 102.) Riittää, että riittää itselleen.

Voimaantumista tapahtuu vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa. Voimaantumisessa ihminen kokee itsenäisesti oivalluksia ja kokemuksia, ollen sisäistä voimaantumista. Voimaantuminen voidaan käsittää siis yksilön sisällä tapahtuvana prosessina. Voimaantuminen näkyy ihmisessä armollisempina ajatuksina itseään ja muita kohtaan. Yleensä ihminen alkaa ajattelemaan myös maailmasta erilailla ja suvaitsee myös muiden virheet. Ihminen voimaantuu, koska ahdistuneisuus vähentyy, nauttii elämän eri osa-alueista enemmän ja kokee tunnesolmuja avaavia oivalluksia. Voimaantuminen ja positiivisempi asenne näkyy myös joka päiväisessä elämässä. Voimaantuminen lisää itsetuntemusta, ihminen haluaa kehittää itseään ja asettaa saavutettavissa olevia, realistisia tavoitteita itselleen. (Vilen ym. 2008, 23–25.) Voimaantunut ihminen on luova, toiveikas ja osaava (STM 64, 2002).

Dunderin (2002) mukaan voimaantunut ihminen on positiivisesti latautunut, myönteinen, kokee luottamusta ja arvostusta. Voimaantuneella ihmisellä on herännyt halu auttaa muita ja osaa ajatella myös muiden hyvinvointia. (STM 2002, 63.) Shehenzaz (2008, 58.) kuvaa voimaantuneita ihmisiä itsenäisiksi ja kokevan pystyvänsä vaikuttamaan omaan elämäänsä.

Voimaantunut ihminen on havahtunut miettimään ja usein muuttamaan minäkäsitystään ja arvojaan. Minäkäsityksen kautta ihminen arvioi myös ympärillä olevaa ja on siksi tärkeää myös voimaantumisprosessissa. Prosessiin kuuluu keskustelua itsensä kanssa, asioiden arvioimista ja tosiasioiden silmiin katsomista. Toisaalta ihmisen perusasenteella on vaikutuksensa voimaantumisessa ja liittyy ihmisen arvoihin ja tapaansa toimia ihmisten kanssa. (STM 2002, 63–64.)

Juha Siitosen voimaantumista käsittelevässä väitöskirjassa sisäinen voimantunne määritellään olevan yhteydessä seitsemään eri kategoriaan. Voimaantunut ihminen heijastaa myönteisyyttä ja positiivista latausta. Hän kokee arvostuksen tunnetta ja luottamuksellista, hyväksyvää ilmapiiriä. Voimaantunut ihminen ottaa vastuuta itsestään sekä muiden hyvinvoinnista omaten toiminnanvapautta. Hän kokee siis vastuuta, vapautta ja luottamusta. Kontekstilla eli toimintaympäristöllä ja yhteisöllä on vaikutusta voimaantumisprosessin alkamisen ja erityisesti voimaantumisen tunteen jatkumisen kannalta. (Siitonen 1999, 61.)

3.2 Voimaantumista edesauttavia tekijöitä

Jotta voimaantumista voi tapahtua, sosiaalialan ammattilaisen tulee erityisesti muistaa alansa ammattietiikka sekä vuorovaikutuksellinen tukeminen. Sosiaalialan ammattilaisen tulee mahdollistaa asiakkaalle turvallisuuden ja hyväksytyksi kokemisen tunne, jolloin elämän kokemuksia voidaan nostaa esiin ja ottaa puheeksi. Erilaisia haasteita voidaan nähdä ja käsitellä turvallisessa ilmapiirissä. Parhaimmillaan voimaantumista tapahtuu myös uusien oivallusten kautta. (Vilen ym. 2008, 339.) Koska ihminen voimaantuu oman prosessinsa kautta, sosiaalialan ammattilainen ei voi päättää asiakkaansa voimaantumisesta, eikä hyvinvoinnista. (STM 2002, 65.)

Voimaantuminen on henkilökohtainen ja ihmisestä itsestään lähtevä sosiaalinen prosessi, jossa hän energisoi itse itsensä. Ketään ei voi siis voimaannuttaa väkisin. Voimaantuminen on kuitenkin prosessi, joka voi tapahtua tietyissä ympäristöissä herkemmin, kuin toisissa. Vaikka toinen ihminen ei voi antaa voimaantumista lahjana toiselle, hän voi mahdollistaa myönteisen ja turvallisen ilmapiirin. (Siitonen 1999, 93, 170.) Lisäksi Dunder (2002) mainitsee, että ihmisen tulisi kokea itsensä hyväksytyksi, työnsä merkitykselliseksi ja kokea toiminnanvapautta (STM 2002, 63).

Kun avopuolen sosiaalityö ei enää riitä, asiakkaan voimaantumisen kannalta on keskeistä löytää asiakkaalle sopiva palveluasunnon muoto. Se vaatii aina vaatii asiakkaaseen ja yleensä myös omaisiin tutustumista. Opinnäytetyöni kohderyhmässä muistisairaus on edennyt pidemmälle, eikä asukas pärjäisi sosiaali- ja terveystalvelujen turvin itsenäisesti kotonaan. Tuettu asuminen on todettu dementiaa sairastaville voimauttavimmaksi asumismuodoksi, mutta jonotusajat ovat pitkät. Kun puhutaan tarkemmin voimauttamisen mahdollistamisesta tuetussa palveluasumisessa, sen keskiössä on yksilökeskeinen työote. On tärkeää, että asiakas säilyttää minuuden, myös yhteisössä eläessä sekä vapauden valita itseään koskevilla asioilla. Muistisairaana tukemisessa pyritään laadukkuuteen ja että asukas nauttii elämästään juuri siinä hetkessä. (Shehenaz 2008, 56, 62, 132.)

Myös erilaiset sosiaalihuoltoa koskevat Suomen lait pyrkivät edistämään kansalaistensa hyvinvointia ja voimautumisen mahdollistamista. Sosiaalihuoltolain (1301/2014) tarkoituksena on vähentää, eriarvoisuutta, edistää osallisuutta ja sosiaalista turvallisuutta, asiakaskeskeisyyttä sekä asiakkaan oikeutta hyvään, riittävään ja laadukkaaseen palveluun sekä kohteluun sosiaalihuollossa. Myös yhteistyötä tulisi parantaa sosiaalihuollon ja kunnan eri toimijoiden kanssa. Lisäksi asiakkaalle on taattava mahdollisuus osallistua itseä koskeviin päätöksiin. Asiakassuhde perustuu luottamuksellisuuteen. (Sosiaalihuoltolaki 2014.)

Myös laki sosiaalihuollon asemasta ja oikeuksista (812/2000) korostaa asiakkaan oikeutta hyvään kohteluun ja laadukkaaseen sosiaalipalveluun. Asiakkaan yksityisyyttä, itsemääräänoikeutta ja vakausta on kunnioitettava. Minkäänlainen syrjintä ei ole sallittua ja asiakkaan oma mielipide, kulttuuritausta, yksilölliset tarpeet ja toivomukset on otettava huomioon palveluja suunnitellessa. (Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 2000.) Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalveluista (980/2012) eli vanhustalvelulaki parantaa iäkkään mahdollisuuksia vaikuttaa itseään koskevien palveluiden sisältöön, elinolosuhteisiin, toteuttamistapaan, hyvinvointiin ja toimintakykyyn. (Vanhustalvelulaki 2012.)

Yksilön mielenterveys ja koherenssin tunne ovat vaikuttamassa voimautumiseen. Yksilön koherenssin tunne on tärkeää puhuttaessa positiivisesta mielenterveydestä voimavarana. Koherenssin tunne tarkoittaa yksilön elämänhallinnan tunnetta, jolloin

elämää ymmärretään tarkoitukselliseksi ja hallittavaksi. Koherenssin tunnetta psyykkisenä voimavarana ovat lisäämässä sekä itsensä hyväksyminen, että itseluottamus. Koemme olevamme ohjaksissa omaa elämäämme koskien, osaamme suojaautua haastavissa elämäntilanteissa sekä olosuhteissa. Ihminen löytää edellä mainituissa tilanteissa syitä jatkaa kohti mielekkäiksi kokemiaan asioita, ja hänellä on resursseja toimia. Koherenssia kuvaavat mielekkyys, hallittavuus sekä ymmärrettävyys tukevat ihmistä paitsi psyykkisesti, myös holistisesti. Luottamus selviämiseen ei ole vain hetkellistä, vaan sitoutunutta. (Noppari ym. 2007, 29.)

Kenenkään mielenterveys ei pysy aivan tasaisena tarkastellessa koko elämänkaarta, mutta normaalin mielenterveyden omaava nähdään elämän iloisena sekä toimintakykyisenä. (Noppari ym. 2007, 16, 18) Mielenterveys auttaa ymmärtämään ympäristöstä tulevia signaaleja sekä mukauttamaan toimintatapoja. Myös vuorovaikutuksen, ajattelun, parisuhteen solmimisen, sosiaalisessa verkostossa toimimisen sekä työkykyisyyden näkökulmasta mielenterveys on hyvin tärkeää. Hyvä mielenterveys sisältää minäkäsityksen sekä itsearvostuksen osana itsetuntemusta. Yksilö osaa nimetä itselleen tärkeät asiat, realistisen osaamisensa, kykenee mielihyvään sekä nauttii olemassaolostaan. (Noppari ym. 2007, 21.)

Nopparin ym. (2007) mukaan terve ihminen omaa riittävästi itseluottamusta. Hän luottaa haastavissa tilanteissa selviytymiseensä, kykyihinsä sekä osaamiseensa. Tyytyväisyyden tunne ja itsensä hyväksyminen ovat auttamasta yksilöä tasapainoiseen psyykkeeseen. (Noppari ym. 2007, 30.) Mielenterveyteen vaikuttavia komponentteja ovat sisäiset ja suojaavat tekijät, sisäiset haavoittavat tekijät, ulkoiset haavoittavat tekijät sekä ulkoiset suojaavat tekijät. Hyvä itsetunto, tunteiden käsitteleminen, turvallinen elinympäristö, riittävä koulutus, työllistyminen ja parisuhde osana sosiaalisia suhteita ovat avainasemassa. (Noppari ym. 2007, 47–48.)

Noppari, Kiiltomäki ja Pesonen (2007) toteavat mielenterveyden koostuvan sosiaalisesta tuesta ja vuorovaikutuksesta, yhteiskunnallisista rakenteista ja resursseista, yksilöllisistä tekijöistä ja kokemuksista sekä kulttuurillisista arvoista ja arvostuksista. Positiivisesta mielenterveydestä puhuttaessa yksilön koherenssi, eli tunne oman elämän ohjaksissa olemisesta on hyvin tärkeää. Hyvä itsetunto myös tukee olemassa olevaa mielenterveyttä. (Noppari ym. 2007, 19, 29, 30, 50)

4 VOIMAUTTAVA VALOKUVA

Taide- ja sosiaalikasvattaja Miina Savolainen on kehittänyt voimauttavan valokuvan menetelmän, jonka lukuisista tunnustuksista mainittakoon Suomalaisen Lääkäriseuran Duodecimin Kulttuuripalkinto 2006. Voimauttava valokuva on sosiaalipedagoginen, dialogisen näkemisen tapa työvälteenä oman itsensä ja toisen korjaavaan katsomiseen. Menetelmä sisältää voimautumisen käsitteen, jossa valta-asemien purkaminen, itsemäärittelyn oikeus ja vastavuoroisuus toimivat eettisinä kehyksinä. (Savolainen 2012; Savolainen 2013.)

4.1 Sosiaalityön menetelmä

Savolaisen mukaan voimauttava valokuvaus on prosessi, joka auttaa ihmistä tiedostamaan, mikä omassa elämässä on tärkeintä ja auttaa siis näin kohdentamaan ja säilyttämään voimavaroja tulevaisuudessa. Menetelmä myös auttaa tutkimaan ja rakentamaan omaa elämäntarinaa ja identiteettiä. Savolainen huomasi omassa Maailman ihanin tyttö -projektissaan, että kaikkien tulee saada tunnekokemus omasta hyvydestään, sillä se on hyvä pohja tuleviin haasteisiin. Menetelmä haastaa myös sen hetkisen ympäristön kenties uudenlaiseen ajatteluun verrattaessa vaikkapa lastensuojelun asiakkaita ja sairaalan saattohoitopotilaita. (Savolainen 2013.)

Voimauttavan valokuvan menetelmä pyrkii valokuvien kautta tekemään ihmisen näkyväksi, tallentaa, jäsentää elämäntarinaa, eri rooleja, identiteettiä sekä yhteistä historiaa perheen tai työyhteisön kanssa. (Savolainen 2012; Savolainen 2013.)

Valokuva pystyy ilmaisemaan eri tunnetiloja ja merkityksiä aivan eri tavalla kuin sanat. Kuvista näemme esimerkiksi välittömästi surun, masennuksen ja voitonriemun eri sävyineen. Näitä tunnetiloja olisi hyvin haastavaa, hitaampaa ja joskus mahdotonta kertoa kirjoittamalla tai puhumalla. (Seppänen 2002, 202.)

Savolainen (2012) muistuttaa, että ketään ihmistä ei voi kuitenkaan voimauttaa väkisin ja koskee kaikkea auttamistyötä (Savolainen 2012). Myös Siitonen (1999) toteaa, että voimaantumisen on ihmisessä itsessään tapahtuva prosessi, eikä ketään voi

suoranaisesti voimaannuttaa. Luomamme ympäristö voi kuitenkin olla osaltaan auttamassa voimaantumisen tunteen syntymiseen. (Siitonen 93, 170.) Voimauttavassa valokuvassa nähdään kuitenkin tärkeänä, että uskotaan ihmisessä olevaan hyvään, vaikka ihminen ei sillä hetkellä itse sitä näkisi. Tämä on myös kaiken auttamistyön perusta. Valokuvia ei käytetä asiakkaan arviointiin tai diagnosointiin, eikä anneta ohjeita, miten elämää tulisi elää ja kehittää. Tämä erottaa voimauttavan valokuvan ja valokuvaterapeuttisen menetelmän. (Savolainen 2012.)

Savolainen (2012) haluaa muistuttaa, että voimauttava valokuva menetelmän sielu on lastensuojelussa. Kuvausprosessissa keskiössä ovat korjaavat katseet, jota voi kutsua peilaussuhteeksi. Katseaisti voi sisältää jotain niin tunnepitoista, jota olisi hyvin vaikea sanallisesti kertoa. Jokainen ihminen tarvitsee rakkautta ja hyväksyntää juuri sellaisena kuin on. Lapsi voidaan rakastaa näkyväksi. Lapsi ei kasva pelkämästä kasvatuksesta, vaan rakkaudesta ja hyväksynnästä. Myös lapsi haluaa, että hänen antamallaan rakkaudella on merkitystä. Vain tätä kautta hän voi kokea luottamusta ja liittyä muihin ihmisiin. (Savolainen 2012.)

Savolaisen (2012) mukaan ihmisen täytyy olla ensin jonkun muun silmissä arvokas, ennen kuin voi kokea itse samoin. Korjaavat kokemukset siis syntyvät muiden ihmisten avulla, liittymisen kokemuksena. Ihmiset saattavat kokevat, että heitä katsotaan diagnoosien summana ja ovat leimautuneita koko elämän. Itsetunto ei ole päässyt kehittymään normaalisti, koska peili on rikkoontunut tai puuttunut. Ihmiset kokevat näkymättömyyden tunnetta. Voimaannuttavan valokuvan prosessiin kuuluu arvostava palaute olennaisena osana. Tavoitteena on ihmisen kyky katsoa itseään rakastavammin ja lempeämmin, toisaalta myös muita arvostavammin ja myötätuntoisemmin. (Savolainen 2012.) Voimauttava valokuva onkin edistämässä ihmisläheisen työn eettistä laadukkuutta ja on vastavuoroisempaa, kuin perinteisessä hoidollisessa työssä. Menetelmä pitää sisällään ajatuksen, että ammatillisuus voi olla rakkaudellista, jos se on dialogista. Ihmisläheinen työ koetaan identiteettityönä. (Savolainen 2012.)

4.2 Voimauttavan valokuvan osa-alueet

Voimauttavan valokuvan keskeisiä osa-alueita määritellään olevan neljä: arkielämästä nousevien merkityksellisten aiheiden kuvaaminen, albumikuvat, omakuva sekä

vuorovaikutus kuvaustilanteessa. Itse valokuvaaminen on vielä asioiden prosessointia, mutta valmiit kuvat auttavat jäsentämään asioita ja elämää kenties uudesta näkökulmasta. (Savolainen 2008; Savolainen 2013.)

Vaikka erilaiset haasteet ja vaikeat asiat kuuluvat elämään, niitä harvoin kuvataan. Vaikeiden asioiden kuvaaminen tekee ihmisen tarinasta kokonaisemman ja realistisemman. Tämän jälkeen on entistä eheyttävämpi kokemus, kun oppii näkemään itsestään vaikeampinakin kokemiansa puolia ja arvostamaan itseään. Toisaalta myöskin tavallinen arki perheissä jää usein kuvaamatta, ja kuvataan vain loma-matkoilla, syntymäpäivillä ja lasten ollessa pieniä. Harvoin otamme kuvia epäsiististä kodista tai hakiessamme lasta hoidosta. Toisaalta perheen kuvaajan roolin ottanut ei löydä juurikaan kuvia itsestään myöhemmin, kun alkaa niitä kaipaamaan. Myös työelämä- ja yhteisö on keskeinen osa aikuisen elämää, mutta jää yleensä kuvaamatta. (Savolainen 2013.)

Perhevalokuva albumien kautta koko perhe voi läpikäydä yhteisiä vaiheita. Tämä antaa mahdollisuuden myös tarkastella perheen eri rooleja, esimerkiksi vanhempia työssäkäyvinä, lapsistaan huolehtivina aikuisina. Kuvat herättävät konkreettisesti muistot eloon ja keskusteltaviksi. Kuvilla rakennetaan perheen ja perheenjäsenen historiaa, jotka ovat kerätty perhealbumiin. Kuvat ovat usein valokoituja ja kuvaustilanteet antavat positiivisen kuvan perheestä. Toisaalta albumin kokoaja on yleensä sama jäsen perheestä, joten sivuun jätetyt kuvat voivat olla osuvampia jollekin toiselle perheenjäsenelle. (Savolainen 2013.)

Albumien kuvien kautta ihminen muodostaa kuvan perheestään ja millaisessa ympäristössä hän on varttunut. Aikuisena kuvien katseleminen voi olla ristiriitaista, koska oma kokemus itsestään ja ympärillä olleesta voi poiketa paljonkin kuvien antamasta vaikutelmasta. Voimauttavassa valokuvassa valitaankin itselle omimmat kuvat, eli luodaan oman näköistä tarinaa lapsuudesta aina aikuisuuteen. Kuviin liittyy paljon tunteita ja osa-alueita ihmisenä kasvamiseen, joita ei voisi sanoin kuvata. Parhaimmillaan kuvat auttavat ihmistä oivaltamaan, mikä omassa elämässä on tärkeintä. (Savolainen 2013.)

Voimauttavassa valokuvassa pyritään vuorovaikutustaitojen kehittymiseen ja terapeutteihin identiteetti työhön. Itsessään valokuva ei ole terapeutin väline, vaan tapa jolla sitä käytetään. Esimerkiksi perheissä voidaan tulla kuulluksi ja ymmärretyksi

paremmin menetelmän kautta. Ryhmäprosessissa on olennaista se, että jokainen yksilö tulee kuulluksi ja nähdyksi haluamallaan tavalla. Voimauttavassa valokuvassa keskiössä onkin näkemisen tapa, miten katsomme toista. Voimme tietoisesti katsoa sitä hyvää ja haurasta toisessa, sen sijaan että näkisimme haasteet ja ihmisen ongelmien summana. (Savolainen 2012; Savolainen 2013.)

Savolainen korostaa valokuvaustilanteen vastavuoroisuutta ja tasavertaisuutta, kuvattavaa ei saa kontrolloida käskyin ja vaatimuksin. Kuvaustilanne on hetki pysähtyä myös näkemään toisen ihmisen ainutlaatuisuus ja kauneus. Kuvattava saa määritellä, miten toivoo itseään kuvattavan. Kuvaustilanne asettaa kuvattavan ei vai vain kuvauksen kohteeksi, vaan päähenkilöksi. Myös valmiita kuvia katsellessa tulee huomioida se hyvä ja kauneus, mikä ihmisestä hehkuu. Tämä on tärkeää paitsi lastensuojeluasukkaiden, esimerkiksi myös puolisoa kuvattaessa. Lisäksi valokuvatuksi tuleminen pakottaa ihmistä heittäytymään ja luottamaan toiseen ihmiseen, sekä näyttämään tunnetilojaan. Parhaimmillaan ihminen oppii rakastamaan itseään juuri sellaisena kuin on. Itsensä rakastaminen auttaa luottamaan omiin kykyihin ja tätä kautta voimauttaa. Tällöin ihminen välittää ja rakastaa myös muita ihmisiä herkemmin. (Savolainen 2013.)

Savolainen (2013) toteaaakin, että voimauttava valokuvaus ei ole valokuvaterpiala. Voimauttava valokuva on terapeuttinen taidekasvatusmenetelmä, jota kuka tahansa voi käyttää työssään tai elämän eri osa-alueilla. Kuvilla ei saa koskaan asettaa asiakasta epäsuotuisaan valoon, vaan edellyttää myös kuvaajan omakohtaista perehtymistä oman elämäntarinansa kuviin. (Savolainen 2013.) Voimauttavassa valokuvassa tärkeintä onkin katse, miten katsomme, eikä itse kuva. Kuvattava hyväksytään ja huomioidaan ehdoitta, ilman ehtoja ja määrittelyjä.

5 ELÄMÄNTARINA

Ihminen on sosiaalinen olento, joka haluaa tulla nähdyksi, kuulluksi, hyväksytyksi, ymmärretyksi ja pidetyksi. Vain ihmiset käyttävät suullista kommunikaatiota, kieli-, ääni- ja puhejärjestelmää. Myös ilmeet, eleet, ruumiinkieli ja äänen sävy kertovat paljon. Tulkitsemme muita ihmisiä kuullun, nähdyn ja koetun perusteella. (Ronthy-Östberg & Rosendahl 2000, 12, 14, 37, 49.) Vuorovaikutuksessa ja ihmisten kohtaamisessa on muistettava, että paitsi sanat, myös tunneviestit kertovat kanssaihmiselle, mitä ajattelemme ihmisen kyvykkyydestä ja mahdollisesta suoriutumista. (STM 2002, 64.) Tämä on tärkeää muistaa paitsi keskustelemisessä myös kaikessa sosiaalialan työssä, kun haluamme luoda voimaantumista mahdollistavaa, hyväksyvää ilmapiiriä.

5.1 Keskusteleminen

On syytä muistaa erottaa puhuminen ja *keskusteleminen* (*discussing*) toisistaan. Keskustelussa oppivat molemmat jakaen kokemuksiaan, puhuen toisen ihmisen kanssa. Keskustelussa kohdataan toinen ihminen ja se on yksi kanssakäymistapa. Dialogissa kuunnellaan toisen kertomaa ja pyritään ymmärtämään sitä. (Ronthy-Östberg & Rosendahl 2000, 12–14.)

Onnistuneessa keskustelussa on vastavuoroista kunnioitusta, rehellisyyttä, avoimuutta sekä mielipidevapautta. Erityisesti kunnioitus sisältää ajatuksen huomioida toisen sen hetkiset voimavarat, rajoitukset ja heikkoudet. Hyvä kuuntelija on empaattinen, katsoo silmiin, sopeutuu eri puhetahteihin, on kiinnostunut kertojan tarinasta, eikä keskeytä puhujaa. Toisaalta hyvässä kuuntelemisessä osataan ja uskalletaan olla myös hiljaa. (Ronthy-Östberg & Rosendahl 2000, 4, 22–23, 38.)

Miestä ja naista keskustelijana ei voida yleistää tiettyyn muottiin. Eroavaisuuksia kuitenkin löytyy ja ne näkyvät parhaiten ryhmässä. Mies käy suoremmin asiaan, myös konkreettisesti. Usein miehet ovat loogisempia ja arvot ovat kovempia, kuin naisilla yleensä. Naiset suhtautuvat miehiä myönteisemmin ihmissuhteiden vaalimiseen. Miesten ja naisten keskustelutyyleissä heijastuvat lapsuusaika. Naiset samaistuvat äitiinsä ja kokevat yhteisöllisyyttä varhaisemmin kuin pojat, jotka etsivät miehen mallia

isästään tai muista läheisistä. Naisten puheessa korostuu siis enemmän yhteisöllisyyden tärkeys. (Ronthy-Östberg & Rosendahl 2000, 88–89.) On kuitenkin aina muistettava, että naisten ja miesten välisiä eroavaisuuksia ei saa yleistää kaikkiin ihmisiin.

Elämäkerrallinen työote on lähestymistapana, joka on syvällisempi, kuin sosiaalityön taustakartoitus, mutta erillinen terapiasta. Terapeutista työtettä voidaan kuitenkin käyttää. Oman elämäntarinan kertominen ilmentää ihmistä itseään parhaiten, jolloin hän muistelee ja kertoo elämästään omin sanoin. Oman elämäntarinan kertominen on asiakkaalle itselleen terapeutista, toisaalta antaen tietoa haastateltavalle. Kuunteleminen on aina suoraan yhteydessä asiakkaan kokemusmaailmaan, johon ovat vaikuttamassa koetut ihmissuhteet ja vuorovaikutus. Näin ollen asiakkaan kertoma on myös osa jonkun muunkin elämäntarinaa. Tarina sanaan saatetaan suhtautua epäileväisemmin, kuin kertomus sanaan, jota myös paljon käytetään. Kertomussanaa leimaa elämästä kerrotun olevan myös kuuntelijan korvassa uskottu. (Liikanen & Kaisla 2007, 33–34.) Tämä saattaa johtua miellelyhtymästä, joka viittaa sadun ja tarinan olevan synonyymeja. Haluan tässä yhteydessä korostaa seikkaa, että sosiaalityön keskeinen ja luonnollinen lähtökohta on, että asiakas puhuu totta. Emme voi myöskään väheksyä toisen kokemaa ja siihen liittyviä tunnetiloja.

Sosiaalityössä pyritään saamaan asiakkaan luottamus, jossa kielenkäyttö on tilanteeseen ja persoonaan sopivaa. Elämäntarinaa kuunnellessa voimme huomata, millaiseksi ihmiseksi hän itse itsensä luokittelee. Sosiaalityössä voidaan käyttää myös auttavia kysymyksiä, kuten millaisen elämän asiakas on elänyt, käännekohtat, sosiaalinen verkosto, kokemus omista voimavaroista, miten nykytilanteeseen on päästy. On tärkeää, että asiakkaan ääni pääsee kuuluviin. (Liikanen & Kaisla 2007, 33–34.)

Elämäntarinan kertomisessa on tärkeää kuulluksi tuleminen, asiakas kertoo niitä asioita mitä itse haluaa (oma identiteetti esiin, auttavat kysymykset) ja sen terapeutin vaikutus asiakkaaseen. Elämäkertaa kuunnellessa huomioidaan asiakkaan sen hetkiset voimavarat sekä rajoitteet, kuten kuulo. Kuuntelukertoja olisi syytä olla vähintään kaksi. Keskiössä on asiakkaan kuulluksi tuleminen tunne ja palvelu asiakkaan tarvetta kertoa elämästään. Luottamuksellisuus on tärkeää, jotta asiakas pystyy kertomaan myös haasteellisia asioita elämästään. Elämäntarinan kertominen on aina asiakkaan ehdoilla tapahtuvaa, mutta kertominen on aina vuorovaikutustapahtuma. Haastattelija kohtaa aidosti kertojan ja hänen elämänsä tarinan. Asiakas saattaa kokea ahdistavia muistoja

sekä pelkotiloja. Haastattelu vaatii sosiaalista ammattitaitoa sekä rauhallisen tilan. Myös haastattelijan oma vireystila tulee olla kunnossa. (Liikanen & Kaisla 2007, 36.) Keskustelua koskevassa kirjassaan Ronthy-Östberg & Rosendahl (2000) muistuttavat, että toista ihmistä ei voi muuttaa, vaan muutoksen voi tehdä ja aloittaa vain omalta kohdaltaan. (Ronthy-Östberg & Rosendahl 2000, 17.)

5.2 Narratiivit

Narratiivisuudesta puhuttaessa käytetään myös yleisesti termejä tarinallisuus ja kertomuksellisuus. Tarinat ja kertomukset ovat tutkimustyön kannalta olennaisia, koska ne toimivat sekä tiedon välittäjinä, että rakentajina. Latinankielen narratio tarkoittaa kertomusta ja narrare kertomista. (Heikkinen 2007, 142) Narratiivinen terapia, narrative therapy, tarkoittaa ihmisen tapaa antaa kokemuksille merkitystä ja jäsentää sitä itselle käsitettäväksi ja mieluisaksi. Oman sisäisen maailman jäsentämistä ja sitä kautta ihmiselle itselleen oman elämän merkityksellisyyttä voidaan kutsua tarinaksi. (Russell & Carey 2006, 171.) Lisäksi tarinoilla mielletään olevan alku, keskikohta ja loppu (Kaasila 2008, 43).

Narratiivinen tarkoittaa tarinallista näkökulmaa, jossa kertoja ja kuuntelija ovat tasavertaisessa asemassa. Kaikilla ihmisillä on elettyä elämää ja tarinoita kerrottavanaan. Keskusteluissa haluamme kertoa myös arjesta sekä tarinoita, jotka ovat vielä toteutumatta. Kuuntelija ei voi kertoa, mikä tarinassa on oikeaa tai väärää, koska se on kertojan subjektiivinen, sisäinen kokemus. Kuuntelija ei voi myöskään tietää tai nimetä tarinan oikeaa loppuratkaisua, koska ehdotonta oikeaa tai väärää ei ole olemassa. (Vilen ym. 2008, 206-207, 211.)

Usein kuuntelija voi joiltain osin samaistua kertojan tarinaan. Narratiivisessa lähestymistavassa ajatellaan, että esimerkiksi haasteellisessa elämäntilanteessa oleva ihminen ei ole ongelma menneestä tai sen hetkisestä tilanteesta johtuen, vaan haasteena on itse ongelma. Merkittävää on ihmisen oma kokemus haasteellisesta elämäntilanteesta, eli kuinka paljon hän kokee itse vaikuttaneensa ja voi vaikuttaa asiaan. Toisaalta positiivisissa elämäntapahtumissa merkittävää on, onko kaikki ollut sattumaa, ihmisen ollessa passiivinen tarkkailija. Keskeistä onkin, miten ihminen itse päättää selviytyä. (Vilen ym. 2008, 206-207, 211)

Nykyisin ymmärretään eri sairauksien ja kuntoutumisen merkitys ihmisen holistisuuteen, kokemaan ja elämäntilanteeseen. Näitä prosesseja on tarkasteltu narratiivisesta eli tarinallisesta näkökulmasta. Ei voida myöskään unohtaa näiden tarinoiden historiallisuutta, asiakkaan kokemaa siinä ajassa ja todellisuudessa missä hän on kulloinkin elänyt. (Hänninen 1999, 18, 141)

Narratiivisuudella voidaan viitata ja käyttää tutkimuksessa neljällä eri tavalla. Ensimmäiseksi sillä voidaan viitata tiedonprosessiin, joka tarkoittaa tietämisen tapaa ja tiedon luonnetta. Toiseksi sitä voidaan käyttää kuvaamaan tutkimusaineiston luonnetta. Kolmanneksi sitä voidaan käyttää kuvaamaan tutkimusaineiston analyysia. Analyysitapoina ovat narratiivien ja narratiivinen analyysi ja narratiivinen. Neljänneksi sillä voidaan viitata käsitteen liittämiseen narratiivien käytännölliseen merkitykseen. (Heikkinen 2007, 144)

Omassa kehittävässä opinnäytetyössäni keräsin aineistoa voimauttavan valokuvan ottamisen pohjaksi narratiivisten haastattelujen avulla. Kaikkien asukkaiden kanssa keskustelu ei juurikaan antanut informaatiota kuuntelijalle, esimerkiksi muistisairauden takia. Siksi haastatteluista vain kahden asukkaan kohdalla keskustelu oli vuorovaikutteisempaa ja enemmän tietoa antavaa.

Koska asukkaat toivat esille lyhyissäkin narratiiveissaan eri asioita, tämä auttoi myös käytännössä järjestämään sopivia kuvauspaikkoja yksilöllisesti. Oli tartuttava, minkä asukas koki itselleen tärkeänä, lyhyestäkin vinkistä. Toisaalta ikääntyneemmät ihmiset määrittelevät itseään usein edesmenneen työuran ja perheen kautta. Myös lapset ja puoliso nousivat esiin, elämän kohokohtina. Työskentelyn pohjalta otettuja kuvia voi katsoa Kuvauspaikat ja kuvien ottaminen -alaotsakkeen alta.

Itse kuvauspaikalla asiakas sai asettua kuvaan oma mielen mukaan, mutta kohteliasta ohjailua käytettiin. Toivoakseni asukkaiden parissa säännöllisesti työskentelevät hoitajat saivat ja saavat jatkossa kuvien kautta työkaluja kehittää yhä yksilöllisempää palvelua.

Narratiivista eli tarinallista terapiaa saavat käyttää vain siihen koulutetut työntekijät, kuten terapeutit ja psykologit. Lisäksi terapia on lähes aina pitkäaikaista. Kuten aiemmassa tekstissäni viittasin, sosionomi (AMK) ei ole terapeutti, mutta voi käyttää terapeutista työtapaa useissa eri työskentelymenetelmissä, kuten kuunnellessaan asiakkaiden elämäntarinaa muutamalla erillisellä kerralla.

5.3 Yhden asukkaan narratiivi

Kuten ylempänä tekstissäni viittaa, keskusteleminen tuotti vaikeuksia kaikkien kuuden asukkaan kohdalla eritasoisesti. Projektiin lähtiessä en kuitenkaan arvannut, että erot ovat niin suuria. Lopulta tartuin hetkeen ja siihen vuorovaikutukseen mikä oli mahdollista. Avaan näistä syistä vain yhden miesasukkaan elämäntarinaa alla olevassa. Kyseisen asukkaan kanssa kävin kolmella erillisellä kerralla kuuntelemassa ja keskustelemassa hänen tarinaa, luonnollisesti asukkaan suostumuksella.

Keskusteluyhteys löytyi nopeasti ja asukkaalta syntyi puhetta paljon, joista kirjoitin paperille asioita. Jouduimme pitämään taukoja aika ajoin. Asukas kertoi eläneensä maalaislapsuuden keski-suomalaisessa pienessä kunnassa. Hänellä oli 2 vanhempaa sisarusta ja oli siis perheensä kuopus. Molemmat vanhemmista olivat maanviljelijöitä ja heillä oli karjaa. Varhaislapsuusaika oli onnellinen ja oli itsestään selvää, että myös kaikki kolme lasta osallistuivat kotitilan töihin. Myös opiskelua pidettiin perheessä tärkeänä. Asukas kertoi käyneensä kansakoulua 4 vuotta ja oppikoulua 2 vuotta.

Asukas kertoi kansakoulun viimeisillä luokilla elämässään tapahtuneen käännekohdan ja vaikean asian. Hän kertoi saaneensa tulehduksen keuhkoihinsa, joka lamaannutti niin hengitystä, kuin koko kehon. Keho myös konkreettisesti halvaantui, joten kyse ei hänen mukaansa ollut perinteisestä keuhkokuumeesta. ”Jouduin opettelemaan kävelemisen uudestaan, pikkuhiljaa. Minulla oli hyvä lääkäri ja kuntoutusapua. Silloin päätin, että tästä vielä lähden kävelemään.” (Miesasukas 17.12.2015.)

Tämä oli kuitenkin vaikeaa aikaa noin 10 vuotiaalle pojalle. Asukas mietti, että ehkä ikä jollain lailla suojasi häntä. Ei osannut kuitenkaan liikaa ennakoida ja pelätä tulevaisuutta. Uurastaminen palkittiin, mies oppi kävelemään kuntoutuksen ja päättäväisyytensä ansiosta. Muistot tuosta ajasta ovat kuitenkin edelleen kirkkaana.

Oppikoulu-aika tarkoitti sitä, hän konkreettisesti muutti kotoaan pois ja asui yksityisellä vuokranantajalla. Naisella oli omakotitalo, josta oppikouluun opiskelemaan tullut nuorimies vuokrasi yläkerran huoneen. Hänen vanhemmat maksoivat vuokran, johon kuului myös ruoka. Viikonloppusin hän kävi kotonaan kylässä. Matkat taittuivat polkupyörällä, vaikka matkaa oli lähes 30 kilometriä.

Koulun loppuessa mies muutti kotiinsa takasin asumaan ja pääsi silloiseen verovirastoon töihin. Hänelle oli iso ja merkityksellinen asia olla valtiolla töissä. Mies kertoi keski-suomen alueen tulleen tutuksi, koska silloin työhön kuului myös asukkaiden kotona käyminen ja erilaisten tietojen selvittäminen paikan päällä.

Halusin tietää, miten nuoren miehen vapaa-aika muuten kului ja missä vaiheessa seurusteleminen astui mukaan kuvioihin. Hän kertoi harrastaneensa aktiivisesti musiikkia ja soittaneensa sähköurkuja bändissä. Viikonloput sujuivatkin tanssikeikoilla soittaessa bändin kanssa. Unirytmit olivat viikonloppuisin sekaisin, mutta soittamisesta sai lisätienestiä. Mutta tärkeintä oli intohimo soittamiseen.

Bändikaverit viettivät aikaa myös vapaa aikaa yhdessä, keikkoja ei ollut joka viikonloppu. Eräänä viikonloppuna asukas ja kaksi bändikaveria päättivät lähteä eräisiin maatilain talkoisiin. Joku ystävästä oli saanut tietää niistä ja silloin oli hänen mukaansa tapana, että niihin mentiin auttamaan, vaikka ei tunnettu. Matka tehtiin polkupyörällä kuuden kilometrin päähän. Siellä hän tapasi tulevan vaimonsa. Nuoripari tutustui pikkuhiljaa, koska nainen oli etelä-suomessa töissä. Naisen vanhemmat asuivat kuitenkin miehen lähellä, joten tapaamiset onnistuivat muutaman kuukauden välein. Alussa treffeillä tanssipaikoilla ja lopulta tiiviimmin. Naiselta loppuivat työt ja hän muutti takasin keski-suomeen ja suhdekin muuttui vakavaksi. Nuoripari muutti yhteen, menivät parin vuoden päästä naimisiin ja yhdessä päätettiin, että lapsia ei tehdä aivan heti. Pariskunnalla oli molemmilla töitä ja ensimmäinen yhteinen asunto ostettiin. Huonekalut ostettiin myös lainarahalla, eikä niitä ollut montaa.

Kuuden vuoden päästä naimisiinmenosta syntyi ensimmäinen poika ja parivuotta myöhemmin toinen poika. Olin kiinnostunut, minkälainen isä hän on ollut ja millaisia kasvatuseriaatteita hänellä on ollut. Mies kertoi, ettei ollut mitään kasvatuseriaatteita, vaan lapset tulivat heidän elämään ja oppivat elämään siinä. Hän kertoi poikien olleen aina kilttejä ja pärjänneen koulussa, vaikka ei ollut patistanut siihen. Pojissa itsessään oli into oppia. Pojat opiskelivatkin pitkälle, toinen lääkäriksi ja toinen opettajaksi. Lasten isä kertoo, että on antanut poikiensa itse löytää oman alansa ja intohimonsa. Totesin asukkaan olevan varmasti ylpeä pojistaan. Mies kertoi olevansa ja keskittyvänsä olemaan pojilleen vain ”kyllin hyvä isä”, eikä ole niin kiinnostunut heidän urastaan vaan enemmänkin muista asioista.

Kysyttäessä mies ei muistanut, kuinka kauan hän on asunut pois kotoaan, koska hänellä oli erinäisiä pidempiäkin jaksoja hoitokodissa, ennen lopullista muuttoa. Kyse on kuitenkin useammasta vuodesta. Hän ei ymmärrä syytä, miksi hän omien sanojensa mukaan joutui hoivakotiin ja kokisi pärjäävänsä yksin. Aika tuntuu olevan välillä pitkä.



Kuva: Näkymä asukkaan huoneesta pihalle. ”Täällä minä katson päivät pitkät pihalle huoneestani” (Elämäntarinan kertoja 1, syksy 2015.)

Asukkaan vaimo oli vierailut miehensä luona viikoittain, mutta keskustellessani asukkaan kanssa kuvien julkistamisen jälkeen hänen kanssaan huoneessaan, hän kertoi vaimonsa kuolleen noin puoli vuotta sitten. Otin osaa suruun. Muualla asuvat pojat käyvät kuitenkin mahdollisuuksien mukaan. Suurta iloa hänelle tuo edelleen musiikki. Huoneessa useita soittimia, joista eniten käytössä on kitara ja kosketin soittimet. Mies soittaa myös palvelukodin eri tilaisuuksissa. Jatkossa hän toivoisi saavansa kierrellä eri palvelukotien tilaisuuksissa soittamassa. Muuten kaikki on hyvin, mutta tekemistä saisi olla enemmän.

6 OPINNÄYTETYÖN TAVOITTEET

Siitosen (1999) mukaan kaikki voimaantumiseen tähtäävä toiminta soveltuu hyvin kehittämis-, edistävään-, ennakoivaan- ja kuntouttavaan työhön. Voimautumiseen pyrkivä toiminta edistää uudistavia työtapoja, työhön sitoutumista ja hyvinvointia yksilön, yhteisön ja yhteiskunnan tasoilla. (Siitonen 1999). Kehitystyössä pyritään toiminnallisilla menetelmillä parantamaan, kehittämään sekä uudistamaan uusia työmenetelmiä tarkoituksenmukaisemmaksi ja laadukkaammaksi. (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 11.)

Opinnäytetyöni on siis kehittämispainotteinen, jonka produktio tuote on valokuvat ja pienimuotoinen valokuvanäyttely. Aiheenani on voimauttavanvalokuvan menetelmä tehostetussa palveluasumisessa. Produktion tavoitteena on nostaa asiakas keskiöön, hänen voimaantuminen, kuulluksi tuleminen, vuorovaikutustaitojen paraneminen, myös omaiset ja hoitajat näkevät erilaisilla omaisen/asiakkaan ja keskustelunaiheita löytyy lisää asiakkaiden kesken ja kanssa.

Valokuvauksen ja valokuvien tavoite on asiakkaiden voimaantuminen (empowerment) ja voimaantumisen tunteen jatkuminen myös jatkossa. Työssäni asiakas on siis keskiössä. Kuuntelen heidän elämäntarinoitaan, jotta kuvista tulisi juuri heidän näköisiä eli millaisena miehenä he haluavat itsensä kuvattavan eli näkevän. Asukkaat ovat muutakin kuin elämässään olleiden ongelmiansa summa.

Tärkeää on myös, miten he haluavat muiden heidät näkevän ja rakentaa sekä eheyttää omaa identiteettiään, jolla on luonnollisesti pitkäaikaiset vaikutukset heidän elämäänsä. Tärkeää on, millaisena miehenä he itseään tuovat esiin. Kuvat auttavat myös suhteessa omaisiin ja läheisiin. Lisäksi myös hoitajat voivat tutustua kuvien avulla eritavalla hoidettavaansa ja nostaa esiin keskustelunaiheita. Opinnäytetyö siis palvelee hoidonkin tarpeita myös jatkossa.

Koska olen tutustunut asiakkaisiin, tiedostin, että voimaannuttavan valokuvauksen teema toteutetaan niillä voimavaroilla ja vuorovaikutustaidoilla, joita asiakkailla on jäljellä. Tämä on siis hyvin yksilöllistä. Kaikki asiakkaat pyritään kuitenkin huomioimaan tasapuolisesti. Toivon myös, että itse prosessista, opiskelijan ja

ikäntyneen tapaamisista syntyy paljon hyvää mieltä, sekä kuulluksi tulemisen tunnetta. Haluan korostaa myös omaa oppimisprosessiani läpi opinnäytetyön, sekä tulevana sosiaalialan ammattilaisena, jolloin elinikäinen oppiminen alalla jatkuu. Voimaantumisen edellytysten luominen on tärkeää kaikessa sosiaalialan työssä.

Yleisellä tasolla tavoitteeni on antaa miehille mahdollisuuden osallistua yhteiseen tekemiseen ja itsensä tuntemiseen paremmin sekä lisätä osallisuuden ja itsemääräämisen tunnetta. Tavoite on, että he kokisivat myös arvokkuuden tunnetta.

7 AIKAISEMMAT PROJEKTIT JA TUTKIMUKSET

Voimauttavan valokuvan menetelmää käytetään esimerkiksi perheissä, vertaisryhmissä tai ammattilaisten ja asiakkaiden välillä sekä esimerkiksi hoito- ja kasvatusalan opinnoissa oman ammatillisen kasvun tukena. Hoiva aloilla koetaan usein oman ammatin arvostuksen puutetta yhteiskunnan taholta, josta matalapalkkaisuus on hoitajien mukaan selvä esimerkki. Voimauttava valokuva -menetelmä tuo siis myös työyhteisöön voimautumisen tunnetta. (Savolainen 2012; Savolainen 2013.)

Hoidollisen työn asiakkailla voi olla paljon myös näkymättömyyden kokemusta. Koska voimauttavaa valokuvausta on käytetty aiemmin paljon lasten ja perheiden parissa, haluaisin laajentaa nyt voimauttavan valokuvauksen teemaa ikääntyneempään, tehostetussa palveluasumisessa oleviin asiakkaisiin.

Sosiaalikasvattaja Miina Savolainen on kehittänyt voimauttavan valokuvan menetelmän. Hänen tunnetuin produktio on Maailman ihanin tyttö, jota hän työsti usean vuoden ajan lastenkodissa varttuneiden tyttöjen parissa. Voimauttavan valokuvan menetelmä on levinnyt kaikkialle sosiaali-, terveys- ja opetuslalle. Lastensuojeluprojekti Maailman ihanin tyttö perustui huomioon, että sanat eivät ole riittäviä hoidollisella ja pedagogisella alalla, joka on perinteisesti pyrkinyt jäsentämään ihmisen elämää, käsitystä itsestään ja vuorovaikutussuhteita. Keskeiset kysymykset olivat ammatillisuus ja asiakkaan rakastaminen sekä dialogisuus. Dialogisuutta pyrittiin edistämään kollegojen kesken. Voimauttavan valokuvan menetelmää on käytetty myös työyhteisöissä. Vuonna 1998 alkanut lastensuojeluprojekti innosti Savolaista voimauttavan valokuvan menetelmän kehittämiseen. Voimauttavan valokuvan menetelmää on käytetty edistämään oman identiteetin löytymistä, voimaantumista sekä eheytymistä on kehitetty juuri lapsi- ja perhetyössä. (Savolainen 2012.)

Savolainen kirjoitti ja työsti Maailman ihanin tyttö -kirjansa lähes 10 vuotta kestäneen lastensuojelun piirissä olleiden tyttöjen parissa tehdyn voimauttava valokuva projektin innoittamana. Savolainen (2008) kuvaa Maailman ihanin tyttö kirjassaan lastensuojelun piirissä olevien lasten kasvutarinan tulevan näkyväksi kuvausprosessissa ja jokaisen oikeudesta kokea olevansa maailman ihanin. Savolaisen mukaan lapset ovat osoittaneet,

että jokainen voi opetella katsomaan itseään lempeämmin. Valokuvausprosessi on esimerkki siitä, että kuvien avulla voi voimaantua. (Savolainen 2008.)

Diakonisen hoitotyön koulutusohjelmasta 2013 valmistuneet Pia Peippo ja Annukka Salmivaara ovat tutkineet Miina Savolaisen kehittämän voimauttava valokuva menetelmällä toteutetun valokuvausprojektin kokemuksia nimenomaan henkilökunnan työn kannalta. Asiakkaat olivat Helsingin kaupungin Malmin Pienkotien Jäkäläpolun yksikön 10-17vuotiaita, huostaan otettuja lapsia. Voimauttava valokuva -menetelmän käyttämisellä pyrittiin nuoren terveen itsetunnon ja minäkuvan kehittymiseen. Kyseessä oli laadullinen tutkimus ja aineisto kerättiin teemahaastatteluna. Valokuvausprojektin todettiin tuoneen myönteisiä vaikutuksia niin lasten arkeen, kuin aikuisten ja lasten välille. Kehittämisideoina työntekijät nostivat esiin seikan, että tulevaisuudessa kuvia voisi ottaa enempi arjessa ja arkisissa tapahtumissa. (Peippo & Salmivaara 2013.)

Menetelmää on käytetty terapeuttisena myös vammaisten parissa. Jyväskylän toimintaterapian opiskelijat Hietaniemi ja Tuominen (2011) ovat omassa opinnäytetyössään perehtyneet päihdeongelmaisiin ja valokuvaterapiaan, asiakkaat eivät tosin ole olleet tehostetussa palveluasumisessa. He huomioivat päihdeongelmainen tarpeen osoittaa usein pakonomaista halua nauttia alkoholia, tyypillistä kuntoutumiselle on myös retkahtaminen vanhoihin huonoksi todettuihin tapoihin. Paitsi alkoholinkäyttäjää itse, myös hänen omaiset ja läheiset kärsivät tilanteesta. Alkoholisoitunut joutuu usein luopumaan työstään ja sosiaalisista suhteistaan. Opinnäytetyö painottaakin motivoinnin merkitystä voimaannuttavana ja kuvien merkitystä prosessissa. (Hietaniemi & Tuominen 2011.)

8 KOHDERYMÄ

Kehittävän opinnäytetyön tulee sisältää kohderyhmän esittelyn ja analyysin. (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 48–49). Voimauttavanvalokuvan produktiossa olen käyttänyt voimavarakeskeistä työtettä, joka on keskeinen työmenetelmä sosiaalialalla. En ole siis tietoisesti pyytänyt tai halunnut asukkaiden diagnosoitua tai hoito- ja palvelusuunnitelmia nähtäväkseni. Työtäni ei ole siis leimannut asukkaiden mahdolliset sairaudet tai haasteet, vaan olen keskittynyt jäljellä oleviin voimavaroihin, niiden kasvattamiseen ja siihen hyvään, mitä asiakkaista kumpuaa. Tästä syystä en ensin ajatellut käsitellä erillisenä otsakkeena esimerkiksi ikääntymiseen tai mielenterveys- ja päihdekuntoutujiin liittyvää tietoa.

Lisäksi miesten asuessa tehostetussa palveluasumisessa on ollut kuitenkin oma vaikutuksensa opinnäytetyön prosessiin verrattaessa esimerkiksi avopuolen asiakkaisiin. Ryhmäkodista muualle poistuminen ja liikkuminen tapahtuu vain hoitajien tiedossa olevalla avainkoodilla. Osastolta ei saa, eikä voi poistua yksin. Olen näistä syistä oman eettisen ja ammatillisen harkinnan kautta päätyneet avaamaan tästä syystä yleisellä tasolla miksi ja minkälaisien sairauksien vuoksi miehet asuvat tehostetussa palveluasumisessa.

Voimauttava valokuva projektissa mukana olleet 6 miestä asuvat Jyväskylän kaupungin tehostetussa (yöpäivävuorokautinen) palveluasumisessa, muistisairaiden ryhmäkodissa. Tämä ryhmäkoti on siis asukkaan koti, josta hän maksaa vuokran sekä huolenpidon. Miehet ovat iältään noin 55–85 vuotiaita. Suurimman osan ollessa noin 70 vuotiaita.

Asukkaista suurin osa oli eläkeiässä ja usealla asukkaista on ilmennyt elämänsä aikana rankkoja elämäkokemuksia, alkoholismisairautta ja joko primäärinä tai sekundäärisenä masennusta tai muita mielenterveysongelmia. Lisäksi komorbiditeettinä eli rinnakkaissairautena on tullut muistisairautta (dementia). Osalla sairauden aste oli pidemmällä kuin toisella. Tämä ilmeni opinnäytetyön tekijälle asukkaiden kanssa tapahtuvassa vuorovaikutuksessa. Sairaudet ilmenivät fyysisenä, psyykkisenä ja sosiaalisena osa-alueena. Esimerkiksi puheen tuottaminen ja liikkumisen vaikeus olivat esimerkkeinä asiasta. Lisäksi muistisairaus on ravisuttanut paitsi mielenterveyttä, myös koko kehoa.

Ikääntyminen on ihmisyyteen kuuluva, yksilöllinen prosessi, kuten ihminen itse. Ikääntymiseen ovat siis vaikuttamassa ainakin fyysinen, psyykkinen ja sosiaalinen osa-alue, sekä niiden vaikutus toisiinsa. Fyysisellä osa-alueella tarkoitetaan ihmisen somaattista ja biologista vanhenemista, sekä fyysistä liikkumiskykyä, johon geeniperimämme luo omat vääjäämättömät puitteet oppii uusia asioita ja on luova koko elinikänsä. Yhteiskunta ja kulttuuri ovat vahvasti sidoksissa sosiaaliseen vanhenemiseen. (Vallejo Medina, Kivelä & Tani, 2006.)

Sosiaalisella vanhenemisella tarkoitetaan ihmisen vanhenemista suhteessa ympäristöönsä jolle leimaa eri elämänvaiheista antavat esimerkiksi eläkkeelle siirtyminen. Fyysisen osa-alueen heikentyminen ei tarkoita välttämättä psyykkistä vanhenemista. Sosiaalinen ja psyykkinen vanheneminen voi olla myös positiivista kasvua ja muutosta. Psyykkinen osa-alue tarkoittaa ikääntyneen henkistä ja älyllistä kapasiteettia niin arjen päivittäisissä toiminnoissa kuin yllättävissä tilanteissa. (Koskinen 1998, 91–97.)

Vanhenemisen muutokset alkavat näkymään jo 20 vuotiaana, ollen yksilöllinen ja pitkä prosessi. Varsinainen biologinen vanhuus alkaa kuitenkin 75-80vuotiaana. Ihmisten keskimääräinen elinikä on noussut. (Ahonen & Bukis 2008.) Suoranaiset muistiongelmät eivät kuitenkaan suoranaisesti liity nimenomaan ikääntymiseen, vaan ovat yhteydessä erilaisiin vammoihin ja sairauksiin. (Raitanen, Hänninen, Pajunen & Suutama 2004, 77, 83.)

Alkoholiongelma on masennuksen yhteydessä melko yleinen, erityisesti miehillä (Melartin ym. 2010, 170). Kaksoisdiagnoosilla tarkoitetaan päihde- ja mielenterveysongelman yhtäaikaista esiintymistä (Mantila 2005, 3-4). Mielenterveysongelmista kärsivillä esiintyy pähteiden ongelmakäyttöä muuta väestöä enemmän. Selitys löytyy usein siitä, että alkoholin käytöllä pyritään lieventämään ja lääkitsemään esiintyvää mielenterveysongelmaa. (Hölttä 2006, 11.) Hyvä itsetunto on tukemassa mielenterveyttä. Yleisimpiä mielenterveyden häiriöitä ovat psykoosit, mieliala-, ahdistuneisuus-, persoonallisuus-, ja päihdehäiriöt. Mielenterveyspotilaista vain puolet on hoidon piirissä. (Norppari ym. 2007, 19, 29, 30.)

9 OPINNÄYTETYÖN PROSESSIN VAIHEITA

Opinnäytetyöni lähti käyntiin toukokuussa 2014, jolloin sain pyynnön opinnäytetyön tekemiseen vanhustyön työharjoittelussa. Alla olevassa kuvaan yhteistyön ja projektin alkamista aina opinnäytetyön esittelyyn ja kuvien julkistamisjuhlaan saakka, joka pidettiin työelämän kontaktin tiloissa, palvelukodissa 17.12.2015. Käsittelen myös kuvaukseen liittyviä lupa-asioita, kuvausten järjestämistä ja prosessin eettisyyttä. Olen kokenut tärkeänä liittää työhöni myös konkreettisesti otettuja kuvia, koska ne tuovat esille opinnäytetyön prosessia, tukien kirjallista työtäni sekä työn läpinäkyvyyttä. Tarvittavat luvat kuvien käyttämiseen on saatu kirjallisena vuoden 2014 kesällä, niin itse asukkailta, kuin omaisilta lähettämieni lupalomakkeiden muodossa. Laiton sähköpostia silloiselle palvelukodin esimiehelle 6.6.2014, jotta voisin tulla esittelemään itseni, keskustelemaan opinnäytetyöstä lisää sekä esittelemään lupalomakkeeni ja saamaan asukkaiden omaisten yhteystiedot. Luvat lähetettiin Jyväskylän kaupungin kirjokuorissa ja vastaukset ohjeistettiin lähettämään palvelukotiin. Postimerkein varustettu vastauskirjekuori oli lupahakemuksissa mukana. Kirjallisten lupien lisäksi myös nykyisen palveluesimiehen Pirkko Rasi-Koskisen kanssa on puhuttu kuvien käyttämisestä myös opinnäyte työssä ja saatu siihen lupa.

9.1 Yhteistyö, aikataulu ja raportointi

Työelämän yhteistyökumppani on siis Jyväskylän kaupungin pitkäaikaishoito (PAH). Ensiaskelaita projektiin otettiin toukokuussa 2014, jolloin sain pyynnön opinnäytetyön tekemiseen vanhustyön työharjoittelussa. Otin ensimmäisen kontaktin asiakkaisiin työharjoitteluni viimeisenä päivänä keväällä 2014, asukkaille järjestetyssä kevätkuullassa. Haastatteluita aloin tekemään muiden opiskelujen lomassa syksyllä 2014. Asukkaat valitsivat mieluista kuvat keväällä 2015, jotka kehitettiin loppusyksystä 2015. Kirjallista työtä olen työstänyt pikkuhiljaa projektin alkamisesta saakka. Valokuvat kehitettiin jyvaskyläläisessä paino- ja digialan yritys Grano Oy: ssa syksyllä 2015.

Opinnäytetyön esitleminen ja samalla kuvien julkistamisjuhla pidettiin aamupäivästä 17.12.2015, Jyväskylän kaupungin palvelutalon päivähuoneessa, jonka kerroksessa

asukkaat asuivat projektin alussa. Paikalla olivat luonnollisesti voimauttava valokuva - projektiin osallistuneet asukkaat, Jyväskylän kaupungin vanhuspalveluiden virikeohjaaja ja samalla opinnäyte työn työelämän ohjaajani Helena Hjelt, yksikön palveluesimies Pirkko Rasi-Koskinen, musiikista vastannut ammattimuusikko Niko Saloheimo, muita palvelukodin asukkaita sekä vuorossa olevia lähihoitajia.

Hjelt juonsi koko juhlan. Alussa säännöllisesti muutoinkin palvelukodissa soittava ammattimuusikko Niko Saloheimo lauloi ja laulatti joululauluja. Tämän jälkeen Hjelt alusti minut kertomaan opinnäytetyön prosessista. Olin varautunut puhumaan tiivistetysti, koska tiesin asukkaiden menevän syömään heti tilaisuuden jälkeen. Toisaalta mietin, ettei esimerkiksi Power Point esitys olisi juuri tälle ryhmälle antoisin ja todennäköistä oli, ettei asukkaiden keskittymiskyky olisi riittänyt pitkiin teoria esittelyihin. Jätin tietokoneen siis kotiin. Toisaalta halusin tuoda esiin myös työelämän ohjaajalleni ja palveluesimiehelle kokonaisuutta ja mitä kaikkea opinnäytetyön prosessiin on kuulunut, myös kirjallisessa tuotannossa ja pohdinnoissa. Selvää oli kuitenkin se, että asukkaille tulisi saada hyvää mieltä ja arvokkuuden tunnetta, myös kuvia katsellessa. Minulle oli tärkeää näyttää kuvaa myös itse asukkaalle ja kertoa siitä hyvästä, mikä kuvasta kumpuaa. Kuvat onnistuvatkin yli odotusteni, ne olivat ilmeikkäitä ja asukkaat näyttäytyivät niissä parhaimmillaan ja arvokkaana. Koin tärkeänä, että projekti saatettiin maaliin niin, että saimme jakaa ajatuksia ja valmiit tuotokset olivat huoneeseen vietävänä. Uskoakseni myös palveluesimiehelle ja hoitajille aukesi työn monipuolisuus ja tärkeys asukkaan kannalta. Koin olevani tervetullut niin asukkaiden, kuin henkilökunnan puolelta.

Olin ennen tilaisuuden alkua saapunut aiemmin paikalle, koska halusin keskustella yksikön palveluesimiehen ja hoitajien kanssa. Halusin olla tietää, miten hoitajien aikataulu sijoittuu asiakkaiden ruokailun järjestämisen suhteen ja mielipidettä siitä, missä valokuvat eivät häiritsisi heidän työtään. Lopulta asettelin kuvat esille pienimuotoiseksi kuvanäyttelyksi päivähuoneen toiseen päätyyn, johon siirsin yhdessä palveluesimiehen kanssa pöydät tätä varten. Olin myös puhelimitse yhteydessä paikalle saapuvaan Hjeltiin.

Koska paikalla oli myös ihmisiä, keitä en aiemmin ollut nähnyt, esittelin luonnollisesti itseni, kuka olen, miksi olen paikalla ja hieman opiskeluistani. Kerroin pääpiirteittäin opinnäytetyön rakennetta, siihen sisältyviä teorioita sekä työn kulusta alusta

kalkkiviivoille. Lopussa käänsin ylösalaisin asettelemanani kuvat esille, pidin pienen kiitospuheen ja nostimme maljat. Myös Rasi-Koskinen ja Hjelt pitivät omat pienet kiitospuheet. Valmiit kuvat tuottivat mielihyvää silmin nähden asukkaille. Alla olevat kaksi valokuvaa on ottanut tilaisuudessa mukana ollut lähihoitaja Emma Vaarinen. Projektissa mukana olleiden miesten lisäksi luvan kuvien julkaisemiseen ovat antaneet myös kuvassa läsnä olevat Helena Hjelt ja Pirkko Rasi-Koskinen.



Kuva: kuvien julkistamisjuhla sekä opinnäytetyön esittelemisen palvelutalon päivähuoneessa. Miesasukkaista kuvassa viisi kuudesta. Vasemmalta oikealle Pirkko Rasi-Koskinen toisena, takarivissä, Helena Hjelt kolmas eturivissä, valkoisessa takissa. Opinnäytetyön tekijä oikeassa reunassa.



Kuva: Pienimuotoinen valokuva näyttely. Asukkaat saivat kuvat huoneisiinsa juhlan jälkeen.

Jyväskylän kaupungin pitkäaikaishoidon virikeohjaaja Helena Hjeltin kanssa yhteistyö oli tiivistä niin sähköpostitse, kuin puhelimitse. Pääosin asukkaat kyydittiin kuvauspaikoille yksi kerrallaan, koska usealla oli erityistarpeita yksilölliseen huomioimiseen. Hjelt on toiminut myös kyyditsijänä, kun kuvaukset ovat olleet palvelutalon ulkopuolella. Asiasta sovimme vanhustyön palvelupäällikön Eija-Liisa Saarmanin kanssa, jotta vakuutus olisi kunnossa mahdollisissa kolaritilanteissa. Toisaalta myös asukkaat tarvitsivat auttajaa sekä turvaa niin autossa, kuin kävellessä.

Projektissa valokuvaajana toimi itsenäinen ammattivalokuvaaja Hannu Ahonen, jonka kontaktin sain virikeohjaaja Helena Hjeltiltä. Ahonen on toiminut myös muissa Jyväskylän kaupungin projekteissa. Kuvaustilanteisiin on liittynyt valokuvaajan ja asiakkaan tutustuminen, jotta luottamuksellinen asiakassuhde on voinut syntyä. Opiskelija on kertonut opinnäytetyöstään luonnollisesti tarkemmin myös asukkaille. Valokuvaukseen ja valokuviiin liittyvä yhteistyö alkoi syksyllä 2014.

Lisäksi olen saanut apua ja tukea kulttuuriluotsi koordinaattori Hanne Laitiselta, joka toimii Jyväskylän kaupungin taidemuseo ja kulttuuripalveluissa. Laitinen oli mukana,

kun kävimme asukkaiden luona kysymässä heidän mielipidettään kuvista, jotka valitaan kehitettäväksi. Laitisen kautta tutustuin ja vaihdoin ajatuksia opinnäytetyön tiimoilta myös Jyväskylän taidemuseon museolehtorin Sirpa Turpeinen kanssa.

Laitisen kautta sain idean valokuvien teettämisestä niin sanotulle kapakankaalle. Kankaalle painettu kuva on kevyt siirtää ja toisaalta tarpeeksi arvokkaan näköinen esimerkiksi seinille ripustettaviin kuviin. Lopulta kyselin vaihtoehdosta ja hintoja muutamasta paikasta ja tarjouskilpailun voitti Jyväskyläläinen paino- ja digikuvia kehittävä Grano Oy. Katselimme muutamia malleja painatusmateriaaleista, kehyksistä ja koosta. Kuvissa on käytetty uusinta painatusmenetelmää kiiltävälle paperille, pohjan päälle ja kuvat saivat myös alumiini reunukset.

Kuvia tuli yhteensä 13 kappaletta, jotka ovat kevyitä siirrellä ja ripustaa, esimerkiksi asukkaan muuttaessa toiseen huoneistoon. Budjetti syistä valokuvia ei teetetty tällä kertaa enempää. Luonnollisesti kuvia tuli enemmän, 48 kappaletta ja ovat levykkeellä, josta Jyväskylän kaupungin pitkäaikaishoito voi tulostaa kuvia lisää asiakkaalle, tarpeen ja budjetin mukaan. Kuvien mahdollinen teettäminen on kaupungin vastuulla ja vaatii asiakkaiden ja omaisten hyväksynnän. Kuvat luovutan Jyväskylän kaupungille levykkeen muodossa. Nyt teetettyjen kuvien määrä ja niiden budjetti käsiteltiin ja päätettiin Jyväskylän kaupungin pitkäaikaishoidon palvelupäällikön kanssa, koska paitsi kuvaajan, myös kuvien teettämisen laskutus meni kaupungin laskuun. Kuvaaja palkkio oli 1000 euroa kaikkinaensa. Opinnäytetyön tekijä huolehti kuvaajan palkkioon ja laskutukseen liittyviä asioita.

Voimaannuttavan valokuvauksen otoksista oli alussa tarkoitus tehdä pienimuotoinen valokuvanäyttely irrallaan asukkaiden kotoa, esimerkiksi Jyväskylän kaupungin kirjastoon. Käytännössä niin kirjaston aulan, kuin esimerkiksi museon tilat olivat aikataulutettu ja vuokrattu pitkäksi aikaa eteenpäin. Mietin myös sitä, että usean asukkaan itsensä paikalle pääsy oli vaikeaa siitä huolimatta, vaikka kyyditys olisi järjestetty. Usean asukkaan keskittymiskyky ja paikallaan oleminen edes lyhyen aikaa vaatisi useita auttajia, mietin nauttisiko asukas itsekään lopulta asiasta. Lopulta mietin yhdessä Helena Hjeltin kanssa, että eettisin ja asiakaslähtöisin tapa olisi järjestää pienimuotoinen juhla ja puhe viriketoimintahetken yhteydessä julkistaen kuvat pienen syötävän ja juoman kera. Kuvat laitetaan juhlan jälkeen esille asukkaiden ja huoneisiin.

Aluksi ajattelin, että kuvanäyttely pyrittäisiin tekemään vuoden 2015 kevääseen mennessä ja että myös teoria osuus valmistuisi koululle vuoden 2015 kevääksi. Toiveissa oli valmistua sosionomiksi (AMK) kesäksi 2015. Aikataulu osoittautui kuitenkin liian kunnianhimoiseksi ja kiireiseksi. Lopulta kuvanäyttely pidettiin joulukuussa 2015 ja teoriaosuus valmistuu vuoden 2016 alussa ja valmistuminen maaliskuussa 2016.

Vaikka ensikontaktista on aikaa 1,5 vuotta, työtä on riittänyt koko ajaksi. Opinnäytetyön kirjoitusprosessi on kokenut niin ylä-, kuin alamäkiä. Teoriat voimauttava valokuva, voimautuminen ja elämäntarina olivat minulle selviä jo työn alkuvaiheessa. Keräsin mielestäni kattavasti materiaalia, niin kirjojen, kuin nettilähteidenkin kanssa. Eri lähteiden tieto oli kaikissa samansuuntainen, joten pidän lähteitä luotettavina. Osa lähteistä on yli 10 vuotta vanhoja, mutta sisällöltään yhä luotettavia ja siksi käytinkin niitä. Työ kulki alitajunnassani kuitenkin koko ajan ja luin aiheeseen liittyviä artikkeleita. Myös yleareenasta löytyi materiaalia, jota en kuitenkaan käyttänyt lähteissä, vaan katsoin sitä omasta mielenkiinnostani.

Teoriaosuudessa käsittelen voimauttavaa valokuvausta, elämäntarinaa ja voimaantumista (empowerment) ja mitä nämä seikat nimenomaan tässä työssä tarkoittavat. Esimerkiksi kuvalla voi tuoda itseään esiin eri tavalla. Sanat ja teot ovat voineet loukata, mutta kuvat puhuvat sanatonta kieltään. Nostan työssäni esiin myös yhden elämäntarinan. Luonnollisesti käsittelen myös koko prosessia ja loppu tulemaa. Opinnäytetyön kirjallisen tuotoksen luovutan Jyväskylän kaupungin käyttöön.

9.2 Lupa-asiat

Saatuani pyynnön opinnäytetyöhön Jyväskylän kaupungin pitkäaikaishoidon virikeohjaaja Helena Hjeltiltä, pyysin aluksi suullista lupaa pitkäaikaishoidon johtajan Eija-Liisa Saarmanilta, esiteltyäni ensin opinnäytetyön alustavan idean.

Tämän jälkeen täytin Jyväskylän kaupungin vaatiman tutkimuslupahakemuksen ja lähetin sen hallintoon käsiteltäväksi. Opinnäytetyön hakemus hyväksyttiin alkuvuodesta 2015. Luonnollisesti produktio ja kuvat vaativat paitsi asiakkaiden, myös omaisten luvan. Lupa valokuvaamisesta ja kuvien käyttämisestä valokuvanäyttelyssä, haastattelu

ja kyyditsemisluvat lähetin omaisille alkukesästä 2014 (LIITE 1 ja LIITE 2). Asiakkaiden omaisten yhteystiedot sain palvelutalon johtajalta. Omaiset lähettivät palvelutaloon lomakkeet allekirjoitettuna, josta ne sain. Myös diakonia-ammattikorkeakoulun lomake sopimuksesta työelämään tehtiin kirjallisena.

9.3 Kuvauspaikat ja kuvien ottaminen

Palvelutalon ulkopuolella olevista kuvauspaikoista esimerkiksi eräs miesasukas oli harrastanut aiemmin moottoripyöräilyä, joten kuvat otettiin parkissa olevan moottoripyörän selässä. Teatterin kulisseissa ja harrasteteatterissa näytelleen kanssa pääsimme Jyväskylän kaupungin teatteriin, jossa teatterikuraattori kierrätti meitä myös teatterin kulisseissa ja teatterin lavalla, joissa molemmissa kuvia otettiin. Eläköityneen muurarin kanssa kävimme Toivolan vanhalla pihalla ottamassa kuvia. Ikänsä musiikkia harrastaneen kanssa menimme Jyväsjärven rannalle, jossa miesasukas soitti kitaraa. Lehtorin virassa toimineen miehen saimme viedä Jyväskylän kaupungin kouluun, jossa kuvat otettiin koulun pihassa sekä luokassa. Optikkona toimineen miehen kuva otettiin ryhmäkodissa, koska hän ei kyennyt lähtemään kodin ulkopuolelle. Tarkempia kasvokuvia en kuitenkaan opinnäytetyössäni esitele salassapitovelvollisuuden vuoksi.

Luonnollisesti kuvaukset vaativat etukäteisvalmisteluja ja soittoja. Projektin aikana sain oppia lisää vuorovaikutuksesta erilaisten ihmisten kanssa, itsenäistä tiedonhankintaa, rohkeutta ja luottamusta omaan pärjäämiseen.

Esimerkiksi kuvauspaikkoja varten yhteistyö eri tahojen kanssa oli antoisaa. Koska eräs asukkaista oli harrastanut aikoinaan paljon moottoripyöräilyä ja koki haluavansa tätä ilmentäviin kuviin, aloin miettimään kuvauspaikkaa, koska tuttavapiirissäni ei ole moottoripyöräilyä harrastavia. Lopulta otin yhteyttä minulle etukäteen vieraaseen Jyvä-Marineen, jonka liike sijaitsee Jyväskylässä Alasinkadulla. Olin tietoinen, että liikkeessä myydään moottoripyöriä, mönkijöitä ja veneitä. Käydessäni paikan päällä esitin asiani ja sain hyvän vastaanoton. Kuvauspäivänä saimme apua konkreettisesti moottoripyörän siirrossa myös Jyvä-Marinen mopoista, moottoripyöristä sekä mopoautoista vastaavalta toimitusjohtaja Jani Soiniselta.

Toisaalta erilaisista kontakteista oli hyötyä. Moninaisuus ja monikulttuurisuus -työharjoittelussa kerroin suurpiirteittäin opinnäytetyöstäni työharjoittelupaikan ohjaajalle, paljastamatta kuitenkaan salassa pidettäviä asioita. Hänen kontaktien kautta sain Jyväskylän teatterikuraattoriin yhteyden. Jälkikäteen sain kuulla, että ei ole lainkaan itsestänselvyys päästä kiertämään myös teatterin kulisseissa. Luonnollisesti olin hyvin kiitollinen, ei vain oman projektini, vaan eri teattereissa työskennelleen asiakkaani vuoksi. Varsinkin kulisseissa liikkuesssa asukas hehkui innosta, vaikka muistisairaus vaikeutti puheen tuottamista. Vuorovaikutusta tapahtui kuitenkin lisääntyvästi niissä puitteissa, mikä oli mahdollista.

Oman haasteensa kuvauspaikkojen suhteen tuotti asukkaiden liikkumisen vaikeus ja hitaus. Konkreettisesti lyhyenkin matkan käveleminen vaati yleensä istahtamisaikaa. Kenelläkään asukkaista ei ollut pyörätuolia, mutta rollaattorin kuljetimme autossa mukana. Myös asiakkaiden turvallisuus tuli huomioida, jottei kaatumisia pääsisi tapahtumaan. Esimerkiksi kitaraa soittava mies istuu rannalla isolla kivellä, jota ympäröi kivikkoinen ranta. Asukkaan oma liikkumiskyky oli kuitenkin sinänsä hyvää, joten uskalsin Hjeltin avustuksella auttaa miehen kivelle. Kuvaushetket olivat antoisia ja mieleenpainuvia kokemukseni mukaan kaikille osallistuneille.

9.4 Eettisyys

”Tutkimus- ja kehittämistoiminnan eettisten ratkaisujen tavoitteena on ihmisten kunnioittaminen, tasa-arvoinen vuorovaikutus ja oikeudenmukaisuuden korostaminen. Eettisyys näkyy myös kriittisenä asenteena vallitsevia käytäntöjä ja tarjottuja tietoja kohtaan. Rakentava kriittisyys luo pohjan mahdollisimman hyvien ammattikäytäntöjen kehittämiseksi ja niiden jatkuvalla arvioinnille.” (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 11)

Tässä työssä olen erityisesti huomionnut, että palvelutalo on asiakkaiden koti. Myös asiakkaiden toiveet ja itsemääräämisoikeus olivat tärkeitä toimintaperiaatteita. Asiakas pidettiin kaikessa toiminnassa keskiössä. Myös salassapitovelvollisuus ja vuorovaikutus palvelutalon johtajan kanssa on tärkeää.

Palvelutalon esimies vaihtui opinnäytetyöni aikana kolme kertaa, joten tämä loi omat haasteensa tutustumisessa ja opinnäytetyön esittelemisessä. Kanssakäyminen tapahtui sähköpostitse, puhelimitse sekä muutaman kerran kasvokkain. Palvelukodin esimies on hyvin työllistetty ja kiireinen. Itse asiassa en ollut tietoinen projektin loppupuolella, että esimies oli kolmannen kerran vaihtunut, joten halusin esitellä työtäni myös puhelimesta. Palveluesimiehen on haastavaa ottaa kantaa esimerkiksi työn prosessiin, voimautumisen ilmenemiseen ja muuhun loppu tulemaan, jos on juuri aloittanut työssään.

Olen ollut myös kysyttäessä itse puhelinyhteydessä omaisiin. Kaikessa vuorovaikutuksessa on korostunut ja korostuu eettisyys, hienovaraisuus sekä opiskelijan salassapitovelvollisuuden esiin tuominen. Salassapitovelvollisuudesta olen keskustellut myös Jyväskylän kaupungin pitkäaikaishoidon johtaja Eija-Liisa Saarmanin kanssa. Omat tallennetut kuvat muistitikulla hävitän projektin jälkeen, mutta osa kuvista tallentuu sovitusti opinnäytetyöhön. Levykkeen luovutan opinnäytetyön ohjaajalle Hjeltille. Kuvaus projektin jälkeen valokuvaaja Ahonen on poistanut omassa kamerassaan ja tietokoneella olevat kuvat asianmukaisesti. Saarmanilta olen saanut suullisen luvan työhöni jo keväällä 2014, sekä olen lähettänyt hänelle ideapaperin opinnäytetyötä koskien. Olen myös kertonut itsestäni ja opinnäytetyöstä tarvittavat asiat.

Opinnäytetyön tekeminen on saanut minut vakuuttuneeksi työn aihe alueiden eettisyydestä. Esimerkiksi elämäntarinan kuuntelemisessa oli tärkeää, että ei aseta sanoja asukkaan suuhun, vaan asukas sai kertoa niitä asioita mitä haluaa ja nousee mieleen. Varsinkin muutaman asukkaan kohdalla huomasin selkeästi puhumisen ja kuulluksi tulemisen tarpeen. On sanomattakin selvää, että vuorovaikutus tapahtui niissä puitteissa, kuin se oli asukkaiden terveydentilan vuoksi mahdollista.

Jyväskylän kaupungin virikeohjaaja Helena Hjelt on ollut kyyditsemässä kuvaajaa, minua ja asiakkaita, jos kuvaukset ovat olleet muualla kuin palvelutalossa. Keskustelin asiasta ennen kuvausten alkamista Hjeltin kanssa, valitettavien, mutta mahdollisten kolaritilanteiden varalta. Hjelt kysyi asiaa Saarmanilta, joka kertoi näin vakuutusten olevan paremmin kunnossa, kun kaupungin työntekijä kyyditsee.

Yhteistyö on ollut tiivistä kaikkien osapuolten kesken. Erityisesti virikeohjaaja Helena Hjeltin kanssa. Hjeltin ammattitaito näkyy monessakin asiassa. Hän tietää ja tuntee

asukkaat pidemmältä väliltä, joten olen saanut arvokkaita vinkkejä projektiin. Kokonaisvastuu työstä on ollut ja on luonnollisesti minulla.

Kuvat sekä elämäntarinan kuulemiset on pyritty tekemään huomioiden asukkaiden oma sekä hoitajien työn rytmi, kuten ruokailuajankohdat. Luonnollisesti työ muotoutui ja tarkentui lisää sen edetessä. Riskinä oli myös se, että kaikki asiakkaat eivät kykene kertomaan ja heittäytymään prosessiin, koska osastolla on hyvin monentasoisia asukkaita. Toisaalta tämän kehittämistyön kaikki tulokset ovat aika subjektiivisia, jokaisella asiakkaalla on omanlainen käsitys prosessista ja sen vaiheista. Oma näkemys on myös esimerkiksi opiskelijalla, työelämän yhteistyöhenkilöllä, opinnäytetyön luvan antajalla, asiakkaiden hoitajilla sekä kuvaajalla. Uskoisin koko opinnäytetyön prosessin tuoneen kuitenkin paljon hyvää usealle taholle sen eri vaiheissa.

Lisäksi huomioin hoitajien vuorotyön luonteen, kaikkiin en pystyisi saamaan kontaktia lainkaan. Tulostin kuvani ja kirjoitin pienen tekstin itsestäni, kuka olen, missä opiskelen ja opinnäytetyöstäni. Teksti ja kuva olivat ryhmäkodin sisäovessa, jotta kaikki hoitajat olisivat tietoisia projektista ja tunnistaisivat minut palvelukotiin tullessa.

Kuntouttava työote, jossa ohjataan sanallisesti on sosiaalialalla tärkeää. Toisaalta huomioin hoitajien olevan hyvinkin työllistettyjä. Parranajo ei oikein onnistunut asiakkaalla eräänä päivänä ja teräkin oli tylsä. Asukas itse koki, että parta tulisi ajaa, toistaen ”pitää ajaa parta”. Opinnäytetyön tekijä auttoi asukasta aamutoimissa, jotta päästiin lähtemään kuvauksiin aikataulussa.

9.5 Ammatillista pohdintaa

Opinnäytetyön prosessi sai kokonaisuudessaan aikaan ammatillista pohdintaa ja asioiden työstäminen toi kriittistäkin ajattelua. Esimerkiksi asiakkaan pitäminen työn keskiössä merkitsi sitä, että oli muistettava ketä varten tätä projektia tehdään. Hyväksytyt opinnäytetyö on toki välttämätön osa ammatillista kasvamista ja osa tutkintoani. Sosiaalialan eettiset periaatteet näkyivät muun muassa siinä, että kuvaukseen liittyviä asioita ei saanut tehdä liian kiireellä. Valokuvat julkistettiin lopulta palvelukodissa, koska se oli asukkaille todennäköisesti turvallisim ja nautittavin paikka. Saimme katsoa kuvia yhdessä, vapaassa ilmapiirissä. Minun oli hyväksyttävä myös

seikka, että elämäntarinan kuunteleminen ei ollut lopulta mahdollista kuin kahden kohdalla. Heistä toisella oli kuitenkin muistisairaus, joka vaikeutti olennaisen löytymistä keskusteluista.

Kuten aiemmin opinnäytetyössäni viittasin, erilaisilla säädetyillä lailla pyritään mahdollistamaan ihmisten voimaantuminen. Sosiaalialan lainsäädäntö ei aina kuitenkaan kulje käsikkäin asiakkaan kokeman oikeudenmukaisuuden tai eettisyyden kanssa. Ammattietiikka velvoittaa sosiaalialan ammattilaisia olemaan yhteiskunnan kaikista heikoimmassa asemassa olevien äänitorvena, myös julkisessa keskustelussa. Sosiaalialan työn ytimenä nähdään asiakkaan omien voimavarojen etsimistä sekä löytymistä, kun he ovat kohdanneet haastavan elämäntilanteen, omat voimavarat ovat loppuneet tai ovat syrjäytymisvaaran piirissä. (Talentia i.a.)

Opinnäytetyön työstäminen sai minussa aikaan prosessin, jossa jäin miettimään laajemmin voimaantumista ja ihmisten tasavertaisuutta luotaessa voimaantumista mahdollistavaa ilmapiiriä tai fyysistä tilaa. Suomen hallituksen säätämällä lailla pyritään siis osaltaan mahdollistamaan voimaantumista. Mutta pelkillä lain kirjaimilla voimaantuminen tuskin tapahtuu. Koska voimaantuminen on ihmisessä itsessään tapahtuva sosiaalinen prosessi, lähtökohtaisesti ihminen itse on vastuussa omasta onnellisuudestaan ja voimaantumisen tunteestaan. Sosiaalihuollon henkilöstön roolia ei kuitenkaan tule väheksyä, kun voimaantumisen edellytyksiä pyritään luomaan, varsinkaan tiiviissä asiakassuhteessa, kuten ohjaus- ja hoidollisessa työssä. Kuntouttavassa työotteessa asiakasta kannustetaan tekemään ja toimimaan mahdollisimman paljon itse. Tällöin asiakas itse huomaa edistymistä ja selviytymistä aluksi pienin askelin. Mielestäni kuntouttava työote on siis voimaantumista mahdollistava työote.

Valmistun pian sosiaalialan ammattilaiseksi. Opiskeluaika teoriaopintoineen, erilaisine tehtävineen sekä työharjoitteluineen on saanut minut arvostamaan ja kiinnostumaan sosiaalialan työstä yhä lisää. Lisäksi opinnäytetyön prosessi sai minut vakuuttumaan, että sosiaalityön kehittäminen vaatii tiivistä yhteistyötä myös poikkisektorisesti.

Tulevaisuudessa poikkitieteellinen opetus ja työ tulevatkin lisääntymään. Sosiaalityön, lääke- ja hoitotieteen opiskelijoita aletaan joissain määrin kouluttaa samoilla kursseilla. Pilottikaupunkeina ovat olleet Turku ja Tampere. Opiskelijat itse kokevat yhteiset opinnot mielenkiintoisina ja hyvinä, koska eri tieteenalat tarkastelevat asioita eri

näkökulmista. Opiskelijat kokevat saavansa eri näkökulmia. Esimerkiksi tulevat lääkärit haluavat tietoa sosiaalityöntekijän työnkuvasta, koska toimivat esimerkiksi sairaaloissa yhteistyössä asiakkaiden asioissa. (Lääkärilehti 2015.) Näen tällaisen yhteistyön hyvänä, jotta asiakkaan voimaantumista mahdollista työote ja tietoisuus siitä olisivat poikkisektorista uudella tasolla.

Opinnäytetyön prosessin aikana korostui myös seikka, että tulevana sosiaalialan ammattilaisena on hyvä hahmottaa paitsi sosiaalialan, myös terveysalan palveluja. Oma opinnäytetyöni on lähtenyt työelämän kontaktin pyynnöstä ja on tuonut uutta näkökulmaa, ajatuksia ja kehittämistyötä niin asukkaille kuin koko ryhmäkodissa toimiville työntekijöille. Projektin aikana olin yhteistyössä Jyväskylän kaupungin lähihoitajien kanssa. On tärkeää arvostaa ja huomioida hoitoalan ammattilaisten työnkuvaa, jotta asiakas saa mahdollisimman hyvän huolenpidon, ohjauksen ja palvelun. Lisäksi hoitajat tuntevat asukkaat eritavalla, kuin projektin aloittava sosionomi opiskelija. Toisaalta itse en tietoisesti juuri kysellyt hoitajilta asukkaista, koska halusin muodostaa itse mielipiteeni voimauttavan valokuvan prosessin sujumisen kannalta. Asukas sai itse kertoa elämäntarinansa ilman ennakkokäsityksiä sekä näin myös määritellä otetut kuvat mahdollisimman mieleisiksi.

Virikeohjaaja Hjeltin kanssa keskustelimme kuitenkin jonkin verran asukkaista lähinnä heidän osalta, ketkä eivät juuri kyenneet tuottamaan enemmän puhetta. Asukasta kuitenkin huomioitiin tarkkavaistoisesti myös nonverbaalisin tavoin. Omaan ammatilliseen matkalaukkuun otin opin, että sanattoman viestinnän ilmeet, eleet, läsnäolo ja olemus kertovat myös todella paljon ihmisestä, miten hän kokee vuorovaikutuksen ja dialogin. Tämän mukaan sosiaalialan ammattilainen voi muuttaa vuorovaikutustaan ja puhettaan asiakaskohtaisemmaksi.

Pohdin myös voimauttava valokuvan prosessiin osallistuneita, käytin heistä tekstissäni sosiaalialalla yleisesti käytettyjä asukas ja asiakas sanaa. Olisiko kuitenkin ollut inhimillisempää kirjoittaa asukkaista miehinä, tuoden heidät yhä tasavertaisempaan valoon opinnäytetyöntekijän kanssa, joka osaltaan poistaa turhaa hierarkiaa. Koska miesten nimiä ei voida tässä yhteydessä käyttää, oli ratkaistava asia kuitenkin jollain tavalla. Asukkaiden kanssa vuorovaikutuksessa käytin luonnollisesti heidän etunimeään, koska olimme tutustuneet.

Siitonen (1999) nostaa esiin tutkimuksessaan usein kuullun väittämän siitä, että voidakseen voimaannuttaa, ihmisen tulee olla itse voimaantunut. Toisaalta kuitenkin uskotaan vahvasti voimaantumisen olevan ihmisestä itsestään lähtevä prosessi ja voimaa ei voi antaa toiselle. Tästä huolimatta on siis todettu, että jos rinnalla kulkija ei ole itse voimaantunut, hän ei voi myöskään auttaa voimaantumaan. (Siitonen 1999, 93, 169, 181.)

Kaikki tekeminen voidaan kokea terapeutiksi, vaikka toiminta ei olisi varsinaisesti terapiaa. Terapeutti on laillistettu ja nimikesuojattu ammattinimike. Sosiaalialan ammattilainen voi kuitenkin käyttää terapeutista työtettä ja menetelmää osana vuorovaikutusta. Terapian käsitettä korvataan esimerkiksi taideterapiassa puhumalla ilmaisullisista, toiminnallisista, luovista, kokemuksellista ja voimaannuttavista menetelmistä. Asiakkaan saama ohjaus, tuki ja vallitseva ilmapiiri on erittäin tärkeässä osassa suhteessa terapeutin ja voimaantumisen tunteeseen. Työskentely ja valmis tuotos on voimaannuttava ja terapeutin myös prosessina, johon kuuluu itse tekeminen, valmiin tuotoksen tarkastelu ja jakaminen kanssa ihmisille. Prosessissa pyritään asiakkaan voimaantumiseen, jossa asiakas hyväksyy itsensä ja menneensä, kantaen siitä myös itse vastuun. (Seppänen ym. 260-261.)

Heumann, McCall & Boldy (2001) ovat tutkineet hauraiden ikääntyneiden voimaantumista. Paitsi asiakkaat, myös sosiaalialan ammattilaiset kokevat asiakkaan voimaantumisen edellytyksenä, että asiakas on tietoinen mitä palveluja on saatavilla, ja että asiakkaan toiveet ja mielipide otetaan huomioon kaikissa päätöksissä. Täydellisen voimaantumisen edellytyksenä nähdään asiakkaan täysi päätösvalta palveluistaan ja hän päättää oman elämänsä suunnasta ja kohtalostaan. (Heumann, McCall & Boldy 2001, 4.) Täysi päätösvalta kuulostaa aika isolle vastuulle, jos esimerkiksi ikääntyneellä on diagnosoimattomia muisti-, mielenterveys- tai päihdesairauksia. Tutkimuksessa todetaan kuitenkin, että sairaanhoidolliselle puolelle siirryttäessä lääkäri ottaa voimakkaammin roolia ja kokonaisvastuuta turvallisesta hoivasta. (Heumann, McCall & Boldy 2001).

Siitosen (1999) mukaan voimaantuneet ihmiset ovat ulkoisesta pakosta vapaita ja määräävät itse itseään. Jatkuvasti väsynyt ja voimavarojen puutetta kokeva ihminen ei ole enää voimaantunut. (Siitonen 1999.) Sinällään voimaantumisen lähtökohdat ovat siis haasteellisemmat laitospäätöksissä asumisessa, varsinkin jos sinne on päädytty

vastoin asiakkaan omaa tahtoa. Silloin hän ei voi valita fyysistä kotiaan, vaan voimautumisen askeleita täytyy löytyä pienistä valinnan vapauksista, kuten haluaako osallistua päivätoimintaan, ulkoiluun ja mahdollisuuksien mukaan mitä ruokaa syö. Tämänkaltaisessa asumisessa voimauttavan valokuvan -menetelmä on antoisa toki sinällään, mutta opinnäytetyöntekijän on muistettava, että voimautumisen askeleet voivat olla hyvin pieniä tai lyhytkestoisia pidemmällä aikavälillä.

10 TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Voimaantumiseen vaikuttavia syitä ja seurauksia voi olla hankala todentaa, koska jokainen voimaantuu yksilöllisesti. Kokemus voimaantumisesta voi ilmetä eri voimakkuuksilla sekä eri tavoilla. Voimaantumista ei voida siis mitata kaikille sopivalla asteikolla. Yhteistä voimaantuneille ihmisille on kuitenkin se, että he ovat löytäneet omat voimavaransa, yleensä määräävät itse itseään sekä ovat usein ulkoisesta pakosta vapaita. Jatkuvasti väsynyt ja voimavarojen puutetta kokeva ihminen ei ole enää voimaantunut. (Siitonen 1999.)

Ketään ihmistä ei voi voimauttaa väkisin ja koskee kaikkea auttamistyötä (Savolainen 2012). Voimaantuminen on ihmisessä itsessään tapahtuva prosessi, eikä ketään voi suoranaisesti voimaannuttaa. Luomamme ympäristö voi kuitenkin olla osaltaan auttamassa voimaantumisen tunteen syntymiseen. (Siitonen 93, 170.)

Kehittävän opinnäytetyöni johtopäätösten luotettavuuteen (reliabiliteetti) vaikuttaa myös seikka, että luonnollisen vanhenemisen lisäksi asukkaiden terveydentila on huonontunut (kuten muistisairaus, fyysinen liikkuminen ja sosiaalinen toimintakyky) opinnäytetyön prosessin aikana. Huomioitavaa on, että oimauttavan valokuvan johtopäätökset ovat ihmisen oma kokemus roolistaan siinä kulttuurissa missä hän elää. Lisäksi yksilön persoona vaikuttaa elämän suuntaan ja voimattomuuden (powerless) ja voimaantumisen (empowerment) tunteeseen. (Heikkinen & Tuomi 2001, 93, 97).

Kaikkien asukkaiden kohdalla selvästi havaittavaa oli, että he nauttivat kuulluksi tulemisesta, kuvauksista, ja vuorovaikutuksesta vähintäänkin siinä hetkessä. Lisäksi valmiit kuvat tuottivat hyvyyden ja arvokkuuden tunnetta sekä nostivat hymyn asukkaiden huulille. Aukkailla oli kuitenkin suuret yksilölliset erot toimintakyvyssä, sen hetkisissä voimavaroissa ja näin ollen myös voimautumisen tunteessa projektin loppuessa. Aiempien tutkimusten mukaan huomioin omassa työssäni voimautumisen (empowerment) todellakin olevan yksilöllinen sosiaalinen prosessi.

Huomioni mukaan voimauttavan valokuvan prosessissa toteutui luottamuksellinen ilmapiiri. Aukkailla ilmeni erilaisia tapoja osoittaa mielihyvää ja vuorovaikutusta. Mielestäni menetelmä on siirrettävissä eri asiakasryhmiin.

Opinnäytetyön tekeminen on saanut minut vakuuttuneeksi työn aihe alueiden eettisyydestä. Esimerkiksi elämäntarinan kuuntelemisessa oli tärkeää, että ei aseta sanoja asukkaan suuhun, vaan asukas sai kertoa niitä asioita mitä haluaa ja nousee mieleen. Varsinkin muutaman asukkaan kohdalla huomasin selkeästi puhumisen ja kuulluksi tulemisen tarpeen. On sanomattakin selvää, että vuorovaikutus tapahtui niissä puitteissa, kuin se oli asukkaiden terveydentilan vuoksi mahdollista.

Lisäksi mietin voimautumisen tunteen jatkumisen kannalta seikkaa, että asukkaat asuivat konkreettisesti eri kerroksissa nyt, kuin kuvien ottamisen aikaan. Toisaalta kerrokset ovat identtisiä pohjapiirrokseltaan ja asukkaat saivat luonnollisesti mukaansa omat henkilökohtaiset tavarat ja huonekalunsa. Myös voimauttava valokuva -projektin kuvat matkaavat asukkaan mukana. Olen kuitenkin vahvasti sitä mieltä, että voimauttava valokuva -menetelmä voi voimauttaa ja todistetusti niin tehnytkin myös tässä projektissa.

Sosiaalialan rakenteisiin puuttuminen ja palvelujen muutos on kuitenkin hidasta. Tulevaisuudessa voimautumisen tutkimisen täytyy kiinnittää yhä enemmän huomiota nimenomaan yksilötyön mallissa, hoivan- ja hyvinvoinnin palvelujen järjestämisessä. Vaikka uudet sosiaalialan käytännön mallit ja ohjelmat ovat lisänneet usean hauraan ja vammaisen voimaantumista, uudet mallit kohtaavat monenlaisia esteitä ja haasteita matkallaan. Kuten todistelemaan jatkuvasti vanhan ajan sosiaalipalveluille uuden mallin hyvyttä. (Heumann, McCall & Boldy 2001, 238, 240–241.) Voimauttava valokuva – menetelmä on yksi esimerkki uudesta työtavasta, joka on ottanut jalansijaa sosiaalialalla.

Yleisesti ottaen voimauttava valokuva -menetelmä ja elämäntarinoiden kuunteleminen toi asukkaille kuulluksi tulemisen tunnetta. Lähes kaikki asukkaat näyttivät ilon tunteita prosessin aikana, joka on mahdollista voimautuneille ihmisille. Sairauksista johtuvilla mielentiloilla ihminen itse ei voi kuitenkaan mitään ja se on täysin ymmärrettävää. Silloin keskityttiin niihin hyviin hetkiin, mitä kunkin päivänä ilmeni.

Toisaalta kaikki pyrkivät jonkinlaiseen kontaktiin saapuessani asukkaiden kotiin sekä kuvausmatkoilla. Silloin he siis harjaannuttivat vuorovaikutustaitojaan. Eräs asukkaista oli niin hyvässä sosiaalisessa ja muussa terveydentilassa, että vierailut kesti muutaman kerran jopa yli 2 tuntia asukkaan huoneessa. Muistan ajatelleeni tuolloin, että onko

eettisesti oikein, että olen yhden asiakkaan kanssa näin paljon vuorovaikutuksessa eli jäävätkö muut vähemmälle huomiolle.

Kaikki eivät kyenneet sairauksiensa vuoksi kertomaan elämäntarinaansa. Tyypillisimmillään muistisairaus pysäytti puheen juuri ratkaisevalla hetkellä. Kun yritin saada keskusteluyhteyttä uudelleen ja kertosin jo puhuttua, asiakas ei siltikään kyennyt jatkamaan. Tyypillisimmillään asiakas totesi ”mitenkäs se nyt oli”, ”niin”, ”en minä muista”, tai oli hiljaa yrittäen kuitenkin hakea sanoja. Keskustelu jatkui kuitenkin tovin päästä, mutta yleensä uudesta aiheesta.

Näen oman opinnäytetyöni ja sen aiheen tukeneen vahvasti omaa ammatillista kasvuani sosiaalialan ammattilaiseksi, jossa pyritään luomaan edellytyksiä asiakkaan voimaantumiseen. Vaikka voimauttavan valokuvan teema nousi työelämäkontaktista, oli tietenkin luonnollinen, mutta myös eettinen valinta valita kahdeksi muuksi teoriaksi voimaantuminen ja elämäntarina.

Opinnäytetyön tekeminen muistutti minua vahvasti seikasta, että ketään ei voi voimaannuttaa kuin pistoksella, vaan kaikki lähtee asiakkaasta itsestään, hänen omasta sosiaalisesta prosessistaan ja halustaan voimaantua. Tärkeintä tässä produktiossa on ollut asiakkaan kohtaaminen, luoda edellytyksiä hänen voimaantumiseensa, kuulluksi tulemiselle ja arvokkaaksi kokemiselle. Jokainen ihminen on kyllin hyvä ja kaunis juuri sellaisena kuin on. Lisäksi huomioin käytännössä, että kaikki pienet askeleet voimaantumiseen ja kuvauksissa heittäytymiseen on arvokkaita. Tämä pätee kaikkeen sosiaalialan työhön, isoja harppauksia ei ole tarkoituskaan ottaa. Voimaantumisen tunteen kokeminen on myös vahvasti päiväkohtaista.

Kehittävää opinnäytetyötä lähdin tekemään produktio ajatuksella, lopputulemana kuvat ja pienimuotoinen valokuvanäyttely. Työ ei kuitenkaan ollut lyhytkestoinen. Se vaati aikaa, suunnittelua, yhteistyötä, yhteydenottoja sekä tärkeimpänä asukkaiden huomioimista. Tätä kirjoittaessa opinnäytetyön aloittamisesta on 1,5 vuotta. Näenkin kehittävän opinnäytetyön linkittyvän vahvasti myös työelämän uusien menetelmien ja työtapojen kehittämiseen ja parantamiseen. Tällaisen opinnäytetyön kannalta näen tärkeänä pitkäkestoisen työskentelyn, jo senkin vuoksi, että tutustuu paremmin asukkaisiin ja luottamuksellisen ilmapiirin luominen on helpompaa. (Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010, 33–33.)

Opinnäytetyön tekeminen sai minut myös miettimään seikkaa, kuinka tietoisia ihmiset ovat omasta voimaantumisen tilastaan ja tuleeko sitä edes mietittyä tavallisessa arjessa. Hyvinvoiva, onnellinen ihminen tarvitsee yleensä pysähdyksen, jossa hän puntaroi onnellisuuttaan ja sen hetkisiä voimavaroja, esimerkiksi sairastumisissa. Voimavarojen heikentyessä joudumme työstämään tietoisesti voimaantumista, kuten onnettomuuksissa, jotka ravisuttavat ihmistä kokonaisvaltaisesti. Toisaalta äkillisiin tapaturmiin ja sairauksiin liittyy pakko yrittää, koska toinen ääripää tarkoittaa luovuttamista.

Toisaalta osa ihmisistä kaipaa omaa rauhaa. On tärkeää kysyä ihmiseltä itseltään, millaista huolenpitoa hän kaipaa. Haastavampaa onkin sellaisten ihmisten kohdalla, jotka lipuvat voimattomuuteen ja syrjäytymiseen pikkuhiljaa. On vaikea ottaa kiinni, koska ihmiseltä itseltään vie aikaa ymmärtää ja myöntää, että tarvitsee apua. Voimaantuminen lähtee ylipäättään siitä, että ihminen itse ymmärtää haasteensa.

Asukkaiden kanssa en juurikaan käyttänyt sanaa voimaantua, vaan teimme konkreettisesti hyvältä tuntuvia asioita. Myös liikkeelle lähteminen ja vuorovaikutus muiden kanssa ruokkii hyvän olon ja voimaantumisen lisääntymistä.

Osa produktiossa olleista asukkaista olivat asuneet jo pitkään ympärivuotisessa palveluasumisessa. Osalla havaitsin jonkinlaista jämähämää ja turtumista sen hetkiseen tilaan, ikään kuin ei osattaisi haaveilla siitä, että osaa ja on arvokas ihminen juuri sellaisen kuin on. Näkisin siis niin sanotun laitostumisen olevan haaste suhteessa voimaantumisen kokemiseen ja sen mahdollisuuteen. Juuri siksi huomioni mukaan voimaantumisen valokuvan projekti on onnistunut tavoitteessaan siinä suhteessa, että se on tuonut rutiinia rikkovaa ja asiakkaan yksilönä huomioivaa menetelmää asukkaiden saataville siinä hetkessä.

Asiakkaat kokivat silminnähdyn mielihyvää ja tärkeäksi kokemisen tunnetta niin kuvaus, kuin keskustelu hetkissä. Myös hoitajat huomioivat asukkaiden innostuneisuuden esimerkiksi kuvauksiin lähtiessä. Toisaalta haasteena muutaman osalta oli sairauden aste suhteessa monipuolisempaan vuorovaikutukseen ja fyysiseen liikkumiseen, jolloin myös mieluisten kuvien ja kuvauspaikkojen löytyminen oli vaikeaa. Yhden asukkaan kohdalla kävi niin, että hän ei lähtenyt kuvauksiin lainkaan, ollen puhumatta ja liikkumatta. Tämä oli hänen sairausasteelleen muutenkin ominaista, eikä opinnäytetyön tekijästä johtuvaa. Istahdin kuitenkin asukkaan viereen ja yritin

keskustella. Lopulta kasvokuvan lisäksi otettava toiminnallinen kuva otettiin hänestä istumassa ryhmäkodissa, jossa näkyi kädet ja silmälasit pöydällä. Hänen ammattinsa on ollut optikko.

Ryhmäkodin palveluesimies toteaaakin kuvanäyttelyä ja pienimuotoista juhlaa edeltävänä päivänä puhelimesta, että usea asukkaista on mennyt voimauttavan projektin aikana alaspäin nimenomaan sairauksiensa vuoksi. Usea heistä ei hänen mukaansa enää todennäköisesti muista olleensa mukana produktiossa, eivätkä myöskään jaksaisi olla kovin pitkään näyttelyssä. Lisäksi palveluesimies kertoo, että suurin osa asukkaista on sijoitettu uudelleen, eri kerroksiin ryhmäkodissa. (henkilökohtainen tiedonanto, Jyväskylän kaupungin ryhmäkodin palveluesimies 16.12.2015.)

Yllä olevista seikoista johtuen saattanee olla hankala todentaa voimaantumista ja voimautumisen tunteen jatkuvuutta nimenomaan pidemmällä aikavälillä, koska muistisairaus on etenevä. Koska asukkaiden asuinkerros ja asunnot ovat vaihtuneet, myös asukkaiden omahoitaja ja muut hoitajat sekä fyysinen ympäristö ovat vaihtuneet. Tällöin hoitajien on haasteellisempaa tukea mahdollisen voimautumisen tunnetta. Toisaalta huoneissa olevat kuvat antavat mahdollisuuden siihen, koska kuvista nousee asukkaille ehkä joitakin muistoja ja hoitajat pystyvät ottamaan kuvien perusteella puheeksi asukkaan elämäntarinan. Tällöin yksi työni tavoite, puheen aiheiden löytyminen ja asukkaaseen uudella tavalla tutustuminen toteutuisi.

Mietin myös sitä, että koska kukaan ei voimaannu hetkessä, se tarvitsee kaikilla ihmisillä toistoja. Varsinkin, jos itsetunto on huono, itsensä arvokkaaksi kokeminen ei tapahdu hetkessä. Parhaimmillaan voimauttava valokuva menetelmä antaa kuitenkin vahvan sysäyksen itsensä arvostamiseen ja voimaantumiseen. On erityisen tärkeää, että ihmistä katsotaan siinä hetkessä arvostavasti, koska toinen ihminen on toiselle peili. Näihin muistoihin voi palata kuvien avulla ja tietoisesti harjottaa näkemään itsessään hyvyyden ja kauneuden yhä uudelleen.

Voimauttava valokuva -projekti antoi asukkaille luvan olla oma itsensä ja keskittyä itseensä. Usealle kuvattavalle mielihyvää toi myös se, että heidän äänensä pääsi kuuluviin ja he olivat keskiössä kaikessa toiminnassa. Usealla omaiset asuivat kauempana, tai kävivät vain harvoin. Asukkaat saivat uutta innostusta elämään ja arkeen. Elämäntarinaa kertoessaan sekä opinnäytetyön tekijän kysyessä he muistelivat ja tiedostivat, mitä rooleja heillä on elämässään, puolisona, isänä ja entisen ammatin

kautta. Tämä loi hyvää pohjaa voimautumiselle. Mietin sitä, että parempi kuntoisilla olisi ehkä voinut nousta innostus myös itse valokuvaamista kohtaan. Kuvaustilanteet pyrittiin tekemään mahdollisimman stressittömäksi. Käytin myös hyväntahtoista huumoria työväliseinä, jotta kuviin saataisiin useampia tunnetiloja ja ilmeitä.

Omassa produktiossa tuntui hyvälle kohdata asiakas hänen omassa elinympäristössään. Muutaman, erityisesti yhden asiakkaan vuorovaikutustaidot olivat kiitettävällä tasolla, hän puhui todella paljon, ajatuksen juostessa kirkkaana ja nautin myös itse hänen seurastaan. Sain kuunnella hänen soittamaa kosketin- ja kitarasoittoa, asukkaan huoneessa. Hän silminnähdessä nautti, kun sai huomiota ja seuraa, joku kysyi ja oli myös kiinnostunut vastauksesta. Huomasin hänen myös odottaneen tapaamistamme. Koin onnistuneeni luottamuksellisen ilmapiirin syntymisessä. Tästä esimerkkinä hän kysyi, milloin tulen seuraavan kerran ja elämäntarinaa sain kuunnella soljuvana pitkän ajan.

Saatoin erään asukkaan omaan kerrokseensa ja huoneeseensa 17.12.2015 ryhmäkodissa pitämäni kuvien julkistamisen ja opinnäytetyön esittelemisen jälkeen. Asettelimme yhdessä hänen kaksi teetettyä valokuvaa ja antamani joulukortin huoneessa olevaan hyllykköön. Kysyin hänen mielipiteitään, mitä voimauttavan valokuvan prosessista jäi mieleen niin hyvässä kuin pahassa. ”Minulle tämä on tuonut vaihtelua arkeen ja tietoa siitä, että pääsen ulkomaailmaan, ulos täältä. Kun kerroit edellisellä kerralla, että tulet vaikka ensi viikon torstaina, osasin odottaa sitä. Se päivä meni aina nopeasti. Sinä olit [opinnäytetyöntekijä] aina rauhallinen, etkä hötkyillyt. Ja kuuntelit minua. Sovit hyvin tähän hommaan. Olet jotenkin persoonallinen ja taiteellinen. Sitä taitoa tarvitaan tässä musiikin soittamisessakin.” (Miesasukas 17.12.2015.)

Suurimman osan kanssa ilon hetket olivat kuitenkin siinä hetkessä tapahtuvaa, koska heidän sairaudet olivat pitkälle edenneet, eivätkä muistaneet, että tulen toistekin. Eräs asukas näytti mielihyväänsä hieromalla kiivaasti käsiään toisiaan vasten ja hymisemällä suu hymyssä. Tämä oli kyseisen asukkaan sanatonta vuorovaikutusta ja sen kehittymistä. Siinä hetkessä tapahtui hyvää oloa ja voimaantumista, mutta en voinut olla varma, jatkuiko hetki muistoissa pidempään. Asukkaat näyttivät siis eri tavoin tunnetilojaan projektin aikana. Kuvattavana oleminen tuntui olevan mieluista suurimmalle osalle, mutta vaati yleensä hieman suostutteluja.

Jäin myös miettimään sosionomi (AMK) opintojen aiempia opintokokonaisuuksia, joissa opimme yksilön vastuusta omasta elämästään suhteessa maahan ja kulttuuriin.

Länsimaissa korostetaan yksilöä ja hänen itsenäistä selviytymistään, sekä vastuuta omasta pärjäämisestään, siis myös voimaantumisen tunteesta. Usea asiakkaista on varmasti elänyt kulttuurissa, jossa odotettiin hänen pärjäävän yksin, eivätkä he osanneet tai kehdanneet pyytää apua. Toisaalta entisaikaan perheen merkitys oli suurempi, kuin nykyaikana.

Näkemykseni mukaan, yhteisöllisyyttä korostavissa kulttuureissa on suotuisampi ympäristö voimaantumisen, joka tapahtuu kuitenkin lopulta ihmisessä itsessään. Onko voimauttavan valokuvan menetelmä siis osuvampi juuri länsimaissa? Näinkään ei voi todeta, koska jokainen ihminen on yksilö ja juuri voimauttava valokuva antaa työkalun siihen, että voi asettaa itsensä näyttille juuri sellaisena, kuin itse kokee ja näkee itsensä. Yhteisöllisessä kulttuurissa ei ole ehkä helpointa näyttäytyä yksilönä, juuri sellaisena kuin kokee olevansa.

Tätä produktiota helpotti valokuvaajan hyvät vuorovaikutustaidot. Asiakkaiden oli selkeästi helppo tutustua ja tulla toimeen hänen kanssaan. Vuorovaikutus oli mutkatonta myös valokuvaajan opinnäytetyön tekijän kanssa. Kuvaaja otti itse kuvat ja opinnäytetyön tekijä auttoi asukkaan kuvauspaikalle, valmistelussa ja asukkaan tunnetilojen löytymisessä itse kuviin. Kuvia otettiin kaiken kaikkiaan 48 kappaletta, josta teetettiin lopulta 13 kuvaa. Kaikki kuvat on levykkeellä, josta on mahdollisuus teettää Jyväskylän kaupungin vanhuspalveluiden budjetin mukaan lisää kuvia.

Savolaisen mukaan ihannetapauksissa voimaantumisen tunne jää asiakkaan selkäyttimeen, pysyväksi tilaksi. Hänen mukaansa voimaantumisen käsite on jo tuttu työyhteisöissä, mutta sen vaatimaa hoitajan ja hoidettavan tasavertaisuutta ei ole kunnolla sisäistetty. Hoitajan tulee olla läsnä kaikilla aisteillaan ja myös oman elämän solmukohdat käsiteltyinä. Valokuvien kautta jokaisen oma henkilökohtainen tarina ja totuus tulee konkreettisesti esille. Kuvattavana oleminen antaa mahdollisuuden myös itsereflektioon. Toisaalta menetelmä antaa työyhteisössä mahdollisuuden näyttäytyä muunakin kuin työkaverina, omana persoonanaan heikkouksineen ja vahvuuksineen. Toisaalta positiivista palautetta saadaan työkavereilta. Yleensä myös turha hierarkia jätetään pois. (Savolainen 2013)

Mietinkin seuraavana kehittämisideana, että voimauttavan valokuvan -menetelmää käytettäisiin hoitotyöntekijöiden yhteisössä, esimerkiksi kyseisessä tehostetussa palveluasumisessa. Tämä auttaisi hoitajia yhä parempaan yhteishenkeen, löytämään

lisää vahvuuksia itsestään sekä ymmärtämään työkavereitaan paremmin. Tätä kautta yksikkö saisi motivoituneemman ja hyvinvoivemman henkilöstön. Hyvinvoiva työyhteisö on myös taloudellisesti tuotteliaampi sekä antaa yksilöllisempää hoitoa asiakkailleen.

Tätä produktiota tehtäessä osasin odottaa isoa työmäärää, mutta kuitenkin huolehdittavien asioiden määrä yllätti minut. Työmäärää ja vastuuta lisäsi seikka, että tein opinnäytetyön yksin. Jälkikäteen ajatellen suosittelisinkin tällaisen työn tekemistä vähintäänkin parittain. Asioilla on tosin helposti tapana pitkittyä, kun useiden ihmisten aikatauluja sovitetaan yhteen. Omassa työssä saimme kuitenkin sovittua opinnäytetyön ohjaajan ja valokuvaajan kanssa aikataulut suhteellisen hyvin. Muutamia tapaamisia jouduimme siirtämään esimerkiksi siksi, että opinnäytetyön ohjaaja toimii kaupungin virikeohjaajana ja oli siis työllistetty. Itsellä kulki rinnan luonnollisesti muut Diakonia-ammattikorkeakoulun tehtävät, oppitunnit ja työ.

Keskustellessani muutaman hoitajan kanssa, he kertoivat valokuvien kautta saavansa uusia puheenaiheita asiakkaan kanssa. Osalle hoitajista tuli esimerkiksi yllätyksenä asukkaan vanha ammatti. Asiakkaat myös muistelevat kuvien kautta projektin aikaisia kokemuksiaan ja keskustelevat niistä hoitajien kanssa, kukin sen hetkisten kykyjensä mukaan. Koko voimauttavan valokuvan prosessi siis voimauttaa asukasta pidemmälläkin välillä. Toisaalta Siitonen (1999) muistuttaa, että toimintaympäristöllä ja yhteisöllä olevan vaikutusta voimaantumisprosessin alkamisen ja erityisesti voimaantumisen tunteen jatkumisen kannalta. (Siitonen 1999, 61)

Produktio kehittää siis asukkaan ja hoitajan välisiä suhteita. Lisäksi niinkin arkinen asia muille kuin ympärivuorokautisessa hoidossa asuville, kuin auton kyydissä istuminen ja matka kuvauspaikalle olivat ilon aiheita. Asukkaat kokevat arvokkuuden tunnetta, kun heitä varten on otettu kuvia, jotka ovat myös teetetty. Tätä pohjaa vasten uskallan väittää, että voimauttavan valokuvan projekti oli onnistunut alkuperäisessä tavoitteessaan suurimmalti osin.

Jäin kuitenkin miettimään, että sellaiset asukkaat, jotka ovat pitkällä sairauksissaan, olisivat vaatineet pienemmän ja yksilöllisempää huomiota antavan ryhmän sekä useampia opiskelijoita. Myös hoitajien ja opiskelijan yhteistyön tulisi olla tällöin tiiviimpää. Hoitajalle varattaisiin siis konkreettisesti aikaa olla apuna asiakkaisiin tutustumisessa ja kuvaustilanteissa. Tällöin kuvat voisivat olla enempi asukkaan

arkisessa ympäristössä, hoitokodissa ja piha-alueella. Tällöin voisi kokeilla myös ryhmätyöskentelyä miesten kesken, joka voisi lähentää yhdessä asuvia miesasukkaita. Nyt työskentely oli lähinnä yksilötyöskentelyä. Tälle projektille oli myös leimaa antaa seikka, että asukkaat olivat pitkäaikaishoidossa. Projekti olisi ollut erilainen, jos asukkaat olisivat tienneet kotiutuvansa, tai olisivat muutoin avohoidon piirissä.

Olisi mielenkiintoista tehdä kysely määrätyn ajan päästä, kuinka hyvin kuvat ovat palvelleet asukkaita ja hoitohenkilöstöä, mutta myös omaisten suhtautumista ja huomioita suhteessa kuviin ja ryhmäkodissa asuviin omaisiinsa. Itse en nähnyt omaisia kertaakaan, mutta puhelimesta sain keskustella muutaman omaisen kanssa, kun kuvaus- ja kyyditsemislupalomakkeita lähetettiin. Vaikka sain tutustua asukkaisiin heidän omassa elinympäristössään, suurin osa kuvista otettiin palvelukodin ulkopuolella. Toisaalta asukkaiden vuorovaikutustaitojen kehittyminen näkyy paremmin pidemmällä aikavälillä ja ovatko esiin tulleet, lisääntyneet vuorovaikutustaidot jääneet pysyviksi.

Mietin myös sitä, että projekti alkaa ja loppuu. Opiskelijan on myös ymmärrettävä roolinsa palvelukodin ulkopuolisena henkilönä, vaikka kiintyisikin asukkaisiin. Opinnäytetyön tekeminen avartti omaa ammatillista osaamistani ja oli tärkeä myös siksi, että aion tulevana sosiaalialan ammattilaisena työskennellä gerontologisessa sosiaalityössä.

Opinnäytetyön kirjoittaminen sai minut miettimään seikkaa, onko voimautumisen lähtökohdat sosiaalipalvelujen kannalta kaikissa suomen kaupungissa yhtäläiset. Voiko nykyaikana, taloudellisesti heikompana aikana voimautua, jos puitteet siihen ovat heikommat? Toisaalta on esimerkkejä, että ihminen on voimautunut hyvinkin ankarissa puitteissa. Mietin myös sitä, kuinka tärkeä osuus fyysisellä ympäristöllä ja yhteisöllä on, voimautumiselle luodaan puitteet siinä fyysisessä ympäristössä ja muissa resursseissa, missä hän elää. On siis hyvin tärkeää, että asukas saa juuri itselleen sopivan asumismuodon.

Asiakkaiden elämäntarinan kuunteleminen sekä voimauttavan valokuvan prosessi oli haasteellisempaa kuin alussa luulin. Kun tutustuin asiakkaisiin, huomasin, että asiakkaan sairaudet olivat hyvin eriasteisia. Lopulta vain kaksi asiakkaista pystyi kommunikoimaan enemmän. Asiakkaan elämäntarinan kuunteleminen oli siis hyvin haasteellista. Myös muistisairaus ja puheen tuottamisen vaikeudet loivat omat haasteensa prosessiin. Mietin myös paljon sitä, onko että puheliaammat hakeutuivat,

keskustelivat ja hakeutuivat aktiivisemmin seuraan kuin, sairauksissaan pidemmälle edenneet. Toisaalta mietin sitä, että kaikilla asiakkailta on oikeus ja samanlaiset oikeudet sosiaalialan palveluihin. Eettisesti orientoitunut henkilöstö muistaa tämän joka päivä työssään.

Kaiken kaikkiaan opinnäytetyön tekeminen antoi enemmän kuin otti. Olen iloinen siitä, että sain tutustua uusiin ihmisiin ja ammatillista oppia monelta taholta. Myös aika ajoin pitkältä tuntuva kirjoitusprosessi opetti minua pitkäjänteisyyteen. Kirjoittamisen loppumetreillä sain voimaa ja uutta puhtia kirjoittamiseen keskusteltuani opiskelujeni opinnäytetyön ohjaajan kanssa puhelimesta ja kävimme sen hetkistä tuotosta lävitse.

Oma matkani sosiaalialan ammattilaisesta asiantuntijaksi vaatii aikaa, käytännön työtä sekä muilta kauemmin töitä tehneiltä oppimista eli hiljaisen tiedon siirtymistä. Toisin sanoen, asiantuntijuus vaatii elinikäistä oppimista. Olen kuitenkin iloinen siitä, että omaalani on löytynyt ja tunne on vain vahvistunut opiskelujen aikana.

Olen vakuuttunut tämän produktion kautta saamieni havaintojen tukevan seikkaa, jossa voimauttava valokuva -menetelmä on voimauttamista edesauttava ja lisäävä työmenetelmä, vähintäänkin siinä hetkessä. Voimautumisen tunteen vahvistuminen ja jatkuminen on suurelta osin kiinni ihmisestä, yhteisöstään, ympäristöstään, koherenssin tunteesta ja muista yksilöllisistä luonteen piirteistä. Aukkaiden terveydentila tulee huomioida tämänkaltaisissa projekteissa. Mielestäni menetelmää voisi kuitenkin käyttää kaikissa asiakasryhmissä, asiakkaiden yksilöllinen toimintakyky huomioiden.

LÄHTEET

- Ahonen, Viktoria & Bukis, Hanna 2008. Opinnäytetyö. Hoitotyön suuntautumisvaihtoehto. Diakonia-ammattikorkeakoulu. VANHUSTEN YKSINÄISYYS. Yli 75-vuotiaiden kotona yksin asuvien palvelukeskuksessa käyvien kokemuksia yksinäisyydestä. http://kirjastot.diak.fi/files/diak_lib/Helsinki2008/ea2a10_ahonenHELSINKI10516.pdf
- Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä. Opas Diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetöitä varten. Viides uudistettu painos. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.
- Dunder, Marja-Liisa 2002. Voimaantumisen -avain hyvinvointiin. Teoksessa Immonen, Tuula & Ahonen, Juha (toim.): Hyvinvoinnin haasteet ja työelämä. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen selvityksiä 2002: 14. Helsinki, 63–65. Viitattu 13.10.2015. <http://thl32kk.lib.helsinki.fi/bitstream/handle/10024/113896/hyvinvointi.pdf?sequence=1>
- Heikkinen, Hannu 2007. Narratiivinen tutkimus – todellisuus kertomuksena. Teoksessa Ikkunoita tutkimusmetodeihin II. Aaltola, Juhani & Valli, Raine. Toim. PS-kustannus.
- Heumann, Leonard F; Mc Call, Mary E & Boldy, Duncan P 2000. Empowering Frail Elderly People: Opportunities and Impediments in Housing, Health and Support Service Delivery. London: Greenwood Press. Viitattu 19.12.2015. Saatavissa://www.nelliportaali.fi, Ebrary -aineisto. <http://site.ebrary.com.anna.diak.fi:2048/lib/diak/detail.action?docID=10020829>
- Hietaniemi, Tullia & Tuominen, Susanna 2011. VALOKUVATERAPEUTTISEN TYÖSKENTELEYN SOVELTUVUUS OSAKSI PÄIHDERIIPPUVAISTEN TOIMINTATERAPIAA. Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Hiilamo, Heikki & Saari, Juho (toim.) 2010. Hyvinvoinnin uusi politiikka – johdatus sosiaaliin mahdollisuuksiin. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Helsinki-ammattikorkeakoulu 2010. A TUTKIMUKSIA 27. Juvenes Print Oy. Tampere 2010. Viitattu 12.10.2015. http://www.google.fi/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&frm=1&source=web&cd=1&ved=0CB0QFjAA&url=http%3A%2F%2Fwww.diak.fi%2Ftyoelama%2Fjulkaisut%2FDocuments%2FA_27_ISBN9789524930932.pdf&ei=gxTaU6_LBejnywOkr4HgBg&usg=AFQjCNE1RVnQSQRsFea7un8dkMHeU201g&sig2=LkKVY8r-PoQin9d70WxyIg
- Hänninen, Vilma 1999. Sisäinen tarina, elämä ja muutos. AKATEEMINEN VÄITÖSKIRJA. Tampereen yliopisto, sosiologian ja sosiaalipsykologian laitos. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy JuvenesPrint.
- Hölttä, Jaana 2006. ”Muiden silmissä vain häirikkö..” Kaksoisdiagnoosi potilaiden hoidon ja avun saannin haasteet. Tampereen yliopisto. Hoitotieteen laitos. Pro gradu – tutkielma. <http://tutkielmat.uta.fi/pdf/gradu01228.pdf>
- Juha Tapio. Sinun vuorosi loistaa CD 2015. Kaiku Recordings.
- Kaasila, Raimo 2008. Eri lähestymistapojen integroiminen narratiivisessa analyysissä. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.

- Keskisuomalainen, julkaistu 7.10.2015. Hallitus aikoo vähentää hoitajien määrää vanhusta kohti – ”Tästä tulee vielä iso härdelli”. Viitattu 7.10.2015. <http://www.ksml.fi/uutiset/kotimaa/hallitus-aikoo-vahentaa-hoitajien-maaraa-vanhusta-kohti-tasta-tulee-viela-iso-hardelli/2144538>
- Kivelä, Sirkka-Liisa 2012. Hyviä vuosia. Arvokas ja turvallinen ikääntyminen. Helsinki: Kirjapaja
- Koskinen, Simo 1998. Vanhustyö. Helsinki: Vanhustyön keskusliitto.
- Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 2000. 22.9.2000/812. Finlex – Valtion säädöstietopankki. Ajantasainen lainsäädäntö. Viitattu 19.12.2015. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2000/20000812>
- Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalv palveluista 2012. 28.12.2012/980. Finlex – Valtion säädöstietopankki. Ajantasainen lainsäädäntö. Viitattu 19.12.2015. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2012/20120980>
- Liikanen, Hanna-Liisa & Kaisla, Susanna 2007. Gerontologisen sosiaalityön menetelmistä. TYÖPAPEREITA 3:2007. Pääkaupunkiseudun sosiaalialan osaamiskeskus SOCCA. Heikki Waris-instituutti.
- Lääkärilehti 2015. Moniammatillinen opetus laajenee tulevaisuudessa. Viitattu 14.10.2015. http://www.laakarilehti.fi/uutinen.html?opcode=show/news_id=16135/type=1
- Mantila, Seija 2005. Kaksoisdiagnoosipotilaiden hoidon ja tuen haasteet ammattihenkilöstölle päihde- ja mielenterveystyössä. Hyvinvoinnin rakentajat - hanke. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja D, työpapereita 22. Helsinki: Multiprint Oy.
- Melartin, Tarja; Kuosmanen, Lauri & Riihimäki, Kirsi 2010. Tosimies ei masennu? Suomen Lääkärilehti 65 (3), 169–173. <http://www.laakarilehti.fi/files/lehdisto/SLL32010-melartin.pdf>
- Noppiari, Eija; Kiiltomäki, Aliisa & Pesonen, Arja 2007. Mielenterveystyö perusterveydenhuollossa. Helsinki: Tammi.
- Peippo, Pia & Salmivaara, Annukka 2013. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Diakonisen hoitotyön koulutusohjelma. ”VITSI MÄ OON KAUNIS...” Kokemuksia valokuvausprojektista lastensuojeluyksikkö Malmin Pienkotien Jäkäläpolulla. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/59744/Peippo_Pia.pdf?sequence=1
- Raitanen, Tarjaliisa; Hänninen, Tuomo; Pajunen, Hannu & Suutama, Timo 2004. Gerontopsykologia. Vanheneminen ja vanhuuden psykologia. Porvoo: WS Book-Well Oy.
- Ronthy-Östberg, Maria & Rosendahl, Suzanne 2000. Keskustelu kehittää. Juva: WSOY.
- Russell, Shona & Carey, Maggie 2006. Narratiivisen terapian peruskysymyksiä. Porvoo: Oy Formato Print Ab.
- Räsänen, Juhani 2006. Voimaantumisen mahdollistaminen ja ratkaisut. Yhteiskunnan, yhteisön ja yksilön valtaistaminen. Suomen Työvalmennusakatemia julkaisu. Julkiviestintä Oy.
- Savolainen, Miina 2008. Maailman ihanin tyttö. Helsinki: Blink Entertainment Oy.
- Savolainen, Miina 2013. Maailman ihanin tyttö. Voimauttavan valokuvan menetelmä. Viitattu 7.10.2015. http://www2.uiah.fi/projektit/maailman_ihanin/Menetelma.html

- Savolainen, Miina 2012. Voimauttavan valokuvan menetelmä. Viitattu 7.10.2015.
<http://www.voimauttavavalokuva.net/menetelma.htm>
- Seppänen, Janne 2002. Katseen voima. Kohti visuaalista lukutaitoa. Nuorisotutkimusverkosto julkaisuja 17. Jyväskylä: Gummerrus Kirjapaino Oy.
- Seppänen, Marjaana; Karisto, Antti & Kröger, Teppo (toim.) 2007. Vanhuus ja sosiaalityö. Sosiaalityö avuttomuuden ja toimijuuden välissä. Juva: WS BookwellOy. PS-kustannus.
- Shehenaz Manji 2008. AGING WITH DEMENTIA AND AN INTELLUCTUAL DISABILITY A CASE OF SUPPORTED EMPOWERMENT IN A COMMUNITY LIVING HOME. Faculty of Sosial Work, Doctor of Philosophy. Wilfrid Laurier University. Viitattu 20.12.2015.
<http://scholars.wlu.ca/cgi/viewcontent.cgi?article=2059&context=etd>
- Siitonen, Juha 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Tutkimus. Oulu. Oulun yliopisto.
<http://herkules.oulu.fi/isbn951425340X/isbn951425340X.pdf>
- Siitonen, Juha & Robinson, Heljä 2001. Pohdintaa voimaantumisesta. Teoksessa Järvisalo, L (toim.) Muutoksen kautta kasvuun. Kotilo ry:n julkaisuja. RT-Print Oy. Pieksämäki. 61–72.
- Sosiaalihuoltolaki 2014. 30.12.2014/1301. Finlex – Valtion säädöstietopankki. Ajantasainen lainsäädäntö. Viitattu 19.12.2015.
<http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2014/20141301>
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2013. Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi. Viitattu 22.11.2013.
http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=6511564&name=DLFE-26915.pdf
- Talentia i.a. Ammattietiikka. Viitattu 30.10.2013.
<http://www.talentia.fi/tyoelamassa/ammattietiikka>
- Vilen, Marika; Leppämäki, Päivi & Ekström, Leena 2008. Vuorovaikutuksellinen tukeminen. Helsinki: WSOY.
- Vallejo Medina, Aila; Kivelä, Sirkka-Liisa & Tani, Leena 2006. Vanhustenhoito. Helsinki: WSOY.

LIITE 1. Kuvauslupa

LUPA VALOKUVAAMISESTA JA KUVIEN KÄYTTÄMISESTÄ
VALOKUVANÄYTTELYSSÄ/HAASTATTELULUPA 4.6.2014

Hyvä asukas / omainen,

Olen sosionomi (AMK) opiskelija Diakonia-ammattikorkeakoulusta, Pieksämäen yksiköstä. Opinnäytetyön aiheeni on voimaannuttava valokuvaus tuetun palveluasumisen miesasukkaille. Opinnäytetyöni on luonteeltaan kehittävä, joka toteutetaan valokuvaprojektina vuoden 2014 loppuun mennessä. Opinnäytetyöhön kuuluu olennaisena osana myös kirjallinen tuotos, jonka olisi tarkoitus valmistua vuoden 2015 keväällä.

Projektin keskiössä on valokuvattava itse. Käyn kuuntelemassa asukkaiden elämäntarinaa sekä toiveitaan millaisena miehenä he toivovat muiden hänet näkevän. Tämän jälkeen otettaisiin asukkaan itsensä määrittelemiä kuvia. Valokuvaajana toimii Hannu Ahonen, puh. -.

Valokuvat tulisivat valokuvanäyttelyyn sekä asukkaan henkilökohtaiseen käyttöön. Projektin jälkeen kamerassa ja mahdollisesti muistitikulla olevat kuvat hävitetään asianmukaisesti. Kuvia ei luovuteta kolmansille osapuolille. Minua sitoo tiukka vaitiolovelvollisuus koskien asukkaan henkilökohtaisia asioita.

Toivoisin, että omaistanne saa haastatella, kuvata ja käyttää kuvia valokuvanäyttelyssä sekä täyttaisitte alla olevan kirjallisen lupaosion.

-Kuvattavan nimi _____

___ saa kuvata ja kuvia voi käyttää valokuvanäyttelyssä

___ saa kuvata siten, että osallistujaa ei voi tunnistaa kuvasta (esim. kuvattava selin, vain osa henkilöstä näkyy, kuten kädet ja jalat)

___ minua/omaistani ei saa kuvata

___ / ___ 2014 Paikka

Allekirjoitus

Nimen selvennös

Mikäli Teillä herää kysymyksiä tai haluatte tiedustella asioita tarkemmin, ottakaa rohkeasti yhteyttä minuun. Tulevasta yhteistyöstä lämpimästi kiittäen!

Teija Pollari, sosionomi (AMK) opiskelija, teija.pollari@student.diak.fi

LIITE 2. Kyyditsemislupa

Voimaannuttava valokuvaus projektin aikana saatamme tehdä autolla matkoja lähialueille. Nyt tiedustelen Teiltä suostumusta omaisenne kyyditsemiseen.

Pyydän Teitä allekirjoittamaan suostumuksen, mikäli läheistänne saa kuljettaa autolla valokuvausprojektin aikana.

Omaistani saa kuljettaa valokuvausprojektin aikana autolla

Paikka ja aika

Allekirjoitus