

Saimaan ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysala Lappeenranta
Sosiaalialan koulutusohjelma

Kirsi Inkinen, Arja Kutvonen

Mitä kuuluu? Kuuntele ite!
Sosiokulttuurinen kohtaaminen
Ortamonpuiston palvelukodissa

Opinnäytetyö 2013

Tiivistelmä

Kirsi Inkinen, Arja Kutvonen

Mitä kuuluu? Kuuntele ite! Sosiokulttuurinen kohtaaminen Ortamonpuiston palvelukodissa, 60 sivua, 7 liitettä

Saimaan ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveysala, Lappeenranta

Sosiaalialan koulutusohjelma

Opinnäytetyö 2013

Ohjaajat: lehtori Anne Backman Saimaan ammattikorkeakoulu, vanhustenhuollon ohjaaja Päivi Silventoinen Ortamonpuiston palvelukoti Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveyspiiri.

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli avata sosiokulttuurisen innostamisen ajatusmaailmaa ja työtettä Lappeenrannassa sijaitsevan Ortamonpuiston palvelukodin henkilökunnalle. Opinnäytetyöraportista muodostui tuotos, joka jaetaan sähköisesti palvelukodin henkilökunnalle. Opinnäytetyöraportin lisäksi tehtiin ammatillinen posterit, joka jäi Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveyspiirin vanhustenhuollon käyttöön. Posterin avulla voidaan herättää vanhuksien henkilöstön kiinnostusta sosiokulttuuriseen toimintatapaan.

Palvelukodissa järjestettiin ryhmätoimintaa, johon osallistui asukkaita, heidän omaisiaan ja hoitajia. Opinnäytetyön viitekehykseksi muodostui sosiokulttuurinen innostaminen ja arvostava kohtaaminen. Opinnäytetyön tavoitteena oli sosiokulttuurisen ajatusmaailman esille tuominen. Lisäksi tavoitteena oli tarjota Ortamonpuiston palvelukodin asukkaille, heidän omaisilleen ja hoitajille tilaisuus yhteiseen toimintaan, joka voi vahvistaa yhteisöllisyyttä ja osallisuutta palvelukodissa.

Tässä opinnäytetyössä on kuvattu kehittämisprosessi, jossa on tuotu esiin ryhmätoiminnassa havaittuja hyviä käytäntöjä, haasteita ja ratkaisuehdotuksia. Aineiston keruumenetelmänä on käytetty strukturoitua havainnointia ryhmätoiminnan aikana.

Asiasanat: vanhustyö, sosiokulttuurinen innostaminen, arvostava kohtaaminen, osallisuus, yhteisöllisyys

Abstract

Kirsi Inkinen and Arja Kutvonen

How are you? Are you listening!? Socio-cultural meeting at “Ortamonpuisto” service home, 60 pages, 7 appendices

Saimaa University of Applied Sciences, Lappeenranta

Degree Programme in Social Services

Bachelor’s Thesis 2013

Instructors: Senior Lecturer Anne Backman, Saimaa University of Applied Sciences, Counselor of Elderly Care Päivi Silventoinen, South Karelia District of Social and Health Services

The purpose of the functional thesis was to open the thought of a socio-cultural inspiration and approach to work at the “Ortamonpuisto” service home. The thesis of the report includes a professional poster which will help to raise the interest of elderly care personnel towards socio-cultural approach.

Group activities, participated in by the residents, their families and nurses, were organized at the service home. Frame of reference in this thesis is socio-cultural encounter and appreciative encounter. The aim was to provide an opportunity for common activities to strengthen the sense of community and participation in the service home environment.

This thesis describes the development process, highlighting the identified good practices, challenges, and suggested solutions in group activities. The data collection method is a structured observation during the activities. Data for this thesis were collected by literature on the frame of reference, thesis diary, and feedback form and guest book.

Keywords: elderly care, socio-cultural inspiration, appreciative meeting, contribution, communality

Sisältö

1 Johdanto	6
2 Sosiokulttuurinen innostaminen vanhustyössä	7
2.1 Sosiaalipedagoginen sovellusalue	8
2.2 Taidelähtöiset menetelmät sosiokulttuurisessa innostamisessa.....	9
2.3 Innostajana vanhustyössä	12
3 Sosiokulttuurisuuden merkitys ihmisen hyvinvoinnille	13
3.1 Sosiokulttuurinen yhteisöllisyys	14
3.2 Osallisuus ja osallistuminen	15
3.3 Voimaantuminen	16
4 Arvostava kohtaaminen vanhustyössä.....	17
4.1 Työyhteisön vuorovaikutuksen ja ilmapiirin merkitys	17
4.2 Aito kohtaaminen arjen työssä	19
4.3 Sosiokulttuurinen kohtaaminen vanhustyössä.....	20
4.4 Omainen osallisena vanhustyössä	21
4.5 Tukea omaisten hyvinvointiin	22
5 Opinnäytetyön tehtävänä kehittämisprosessin kuvaus	24
5.1 Toimintaympäristönä Ortamonpuiston palvelukoti	25
5.2 Opinnäytetyön aiheen ajankohtaisuus.....	25
5.3 Menetelmät ja aineiston kerääminen.....	26
5.4 Eettisyys	27
6 Sosiokulttuurisen ryhmätoiminnan kehittämisprosessi.....	28
6.1 Ryhmätoiminnan suunnittelu	29
6.2 Ryhmätoiminnan kuvaus	30
6.3 Ryhmätoiminnan arviointia ja havaintoja	36
6.4 Sosiokulttuurisen ryhmätoiminnan jatkuvuus palvelukodissa	43
7 Yhteenveto ja johtopäätökset.....	44
7.1 Hyviä käytäntöjä	45
7.2 Haasteita ja ratkaisuehdotuksia.....	47
7.3 Johtopäätökset havainnoista ja palautteista	48
8 Pohdinta.....	51
Kuvat.....	56
Lähteet.....	57

Liitteet

- Liite 1 Havainnointilista
- Liite 2 Palautelomake
- Liite 3 Tiedote osallistujille
- Liite 4 Suostumuslomake
- Liite 5 Valokuvauslupa
- Liite 6 Sähköpostien käyttöluupa
- Liite 7 Posterit

1 Johdanto

Tässä opinnäytetyössä esitellään toimintatapa, jolla voidaan tukea asukkaan, omaisen ja hoitohenkilökunnan yhteistyötä vanhustyössä. Oma mielenkiintomme kulttuurin ja taiteen yhdistämisestä sosiaalialan työhön johdatti meidät opinnäytetyön teemoihin. Opinnäytetyöraportissa kuvataan Ortamonpuiston palvelukodissa järjestettyä ryhmätoimintaa kehittämisprosessina. Lappeenrannassa sijaitseva Ortamonpuiston palvelukoti tarjoaa tehostettua palveluasumista muistihäiriöisille ja huonokuntoisille vanhuksille.

Toteutetun ryhmätoiminnan tavoitteena on avata henkilökunnalle sosiokulttuurisen toiminnan ajatusmaailmaa teorian ja käytännön kautta. Lisäksi on pyritty vahvistamaan Ortamonpuiston palvelukodin yhteisöllisyyttä sekä tuottamaan iloa asukkaille, omaisille sekä henkilökunnalle. Opinnäytetyön viitekehykseksi on valittu sosiokulttuurinen innostaminen ja arvostava kohtaaminen. Yhdistämme viitekehyksen teorian opinnäytetyössämme sosiokulttuuriseksi kohtaamiseksi. Ikääntyvän väestön lisääntyessä on ajankohtaista miettiä toimintatapoja, joilla vastataan vanhustyön haasteisiin.

Euroopan unionin teemana oli vuonna 2012 *Aina oikea ikä*. Teemavuoden yhtenä tavoitteena oli suunnata katseet ikäihmisten aktiiviseen toimijuuteen ja osallisuuteen itselle mielekkäällä tavalla. (Aina oikea ikä, 2012.) Tämä teema terävöitti omalta osaltaan opinnäytetyömme näkökulmaa suunnitteluvaiheessa. Vuosi 2013 on nimetty käsityön juhluvuodeksi teemalla *Käsityö elämässä*. Juhlavuoden taustalta löytyvät Suomen käsityön museo ja Käsi- ja taideteollisuusjärjestö Taito ry. (Käsityö elämässä, 2013.)

Tämä opinnäytetyö painottaa työyhteisön ilmapiirin merkitystä ja asenteiden vaikutuksia sosiokulttuurisessa työotteessa ja taidelähtöisten työmenetelmien käytössä. Huomioonotettavaksi näkökulmaksi tarkentuu myös omaisen merkitys palvelukodin asukkaan arjessa.

Opinnäytetyön lähdemateriaali koostuu viitekehykseen liittyvästä kirjallisuudesta, opinnäytetyöpäiväkirjastamme, palautelomakkeista ja vieraskirjasta. Kehittämisprosessin kuvaamisessa käytetyn aineiston keruumenetelmä on strukturoi-

tu havainnointi, jossa havainnoitsija osallistuu toimintaan. Suoria lainauksia käytetään kuvaamaan toiminnan ilmapiiriä ja tunnelmia.

Opinnäytetyö on vahvasti työelämälähtöinen. Opinnäytetyöraportin toiminnallisen osuuden kuvaamisessa näkyy Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveystieteiden (Ekso) mukaisiin arvoihin nojaava toiminta. Asiakaslähtöisyys, vastuullisuus, oikeudenmukaisuus, avoimuus ja tuloksellisuus liittyvät myös olennaisena osana sosionomin (AMK) ammatilliseen osaamiseen.

Kiitämme Ortamonpuiston palvelukodin asukkaita, omaisia ja henkilökuntaa yhteistyöstä. Vanhustenhuollon ohjaaja on ollut tukenamme ja työelämänohjaajanamme tuonut meille uusia näkökulmia vanhustyöstä. Kiitos opinnäytetyömme ohjaajalle, hän on omalla sosiaalipedagogisella näkemyksellään lisännyt ymmärrystämme sosiokulttuurisesta innostamisesta.

2 Sosiokulttuurinen innostaminen vanhustyössä

Sosiokulttuurinen innostaminen on aina suunniteltua ja päämäärätietoista toimintaa. Sillä pyritään sosiaalisen liikkeen aikaansaamiseen sekä sosiaalisen muutoksen luomiseen ja vahvistamiseen. Innostamalla murretaan elitistinen näkemys kulttuurista harvojen yksinoikeutena. Samalla luodaan ja vahvistetaan sekä itsenäisten sosiaalisten ryhmien että toimivien ryhmäprosessien syntymistä. Sosiaaliset käytännöt saavat aikaan aloitteellisuutta, osallistumista sekä toiminnan ja sen merkityksen pohdinnan vuorovaikutusta. Innostamisessa toimintojen suunnittelu, toteutus ja arviointi keskittyvät käsitteiden ”persoona ja yhteisö” ympärille. Innostamista ei voi mallittaa ja siirtää sellaisenaan yhteisöstä toiseen, sillä jokainen yhteisö on erilainen. (Kurki 2008, 71–74.)

Sosiokulttuurisen vanhustyön lähtökohtana on näkemys, jossa vanhuus ei ole sairaus vaan elämänvaihe. Siihen liittyvät kulttuuristen sidosten lisäksi myös eletty elämä ja menneisyys. (Liikanen 2011, 6.) Ikääntyvien ihmisten sosiokulttuurisen innostamisen perustavoite on se, että yksilöt ja yhteisöt kykenisivät ottamaan mahdolluuksiensa mukaan pääosan toimijoina omassa elämässään ja kehityksessään (Kurki 2008, 83).

Kurki korostaa, että sosiokulttuurinen innostaminen on ytimeltään ikäihmisten omaa, vapaaehtoista osallistumista toimintaan sen kaikissa vaiheissa. He ovat mukana toiminnan suunnittelusta arviointiin saakka. Innostamisen aktiviteetit toimivat hyvin silloin, kun ikäihmiset voivat itse valita vapaasti toiminnat, jotka tuottavat hyvinvointia ja mielihyvää. Ikäihmisten parissa innostaminen liittyy kiinteästi ihmisen arkipäivän ympäristössä tapahtuvaan sosiaaliseen oppimiseen. (Kurki 2008, 16, 75.)

Kulttuurista puhuttaessa viitataan kaikkiin ihmisten aikaansaannoksiin. Kulttuuri on kollektiivinen ilmiö, siihen liittyy kaikki ihmisen tekemä, tuottama ja ilmaisema. Kulttuuri viittaa meille ominaisiin ajattelumalleihin, kuten tapoihin, perinteisiin, arvoihin, näkemyksiin, yhteiskuntamoraaliin ja maailmankäsityksiin. Kulttuuria syntyy sosiaalisessa vuorovaikutuksessa ja arkisissa käytännöissä. (Hohenthal-Antin 2006, 120.) Laaja kulttuurin käsite haastaa perinteisesti ja edelleen vallalla olevan taideperusteisen kulttuurin käsitteen ja kulttuuripolitiikan (Liikanen 2011, 2–3).

Sosiokulttuurisessa toiminnassa painotetaan tiedon ja kulttuurin kehittymistä prosessinomaisen yhteisen kokemuksen ja tekemisen kautta. Sosiokulttuurisuus perustuu arkipäivän käytännönläheiseen tietoon. Se pohjaa myös aikaan ja paikkaan sidoksissa oleviin kokemuksiin ja tilanteisiin. Liikanen nostaa esiin myös sosiokulttuurisesta teoriasta esitettyä kritiikkiä. Glassmanin (2004) mukaan sosiokulttuurisuus ei ole kiinnostunut niinkään sosiaalisesta muutoksesta ja dialogisesta kehittämisestä. Sen sijaan se kerää käytännönläheistä ja asiayhteyteen liittyvää tietoa. (Liikanen 2011, 5.)

2.1 Sosiaalipedagoginen sovellusalue

Sosiaalipedagogiikka on oppiala, jossa asioiden kuvaamisen ja selittämisen lisäksi pohditaan sitä, mitä on hyvä elämä, onnellinen arkipäivä ja mitä sen hyväksi tulisi tehdä. Sosiaalipedagogiikan näkökulmasta ei ikäihmisiä ole juurikaan tutkittu vaikka sosiokulttuuriseen innostamiseen tukeutuvia kolmannen ikäkauden hankkeita onkin toteutettu. Silloin, kun puhutaan ikäihmisten elämästä ja sen täydeksi saattamisesta, tarvitaan moraalista, sosiaalista, historiallista ja kasvatuksellista perspektiiviä. Sosiaalipedagogiikassa kasvatuksella tarkoite-

taan perusluonteeltaan aktiivista prosessia, jolla on elävä suhde ihmisen arkipäivään. Sosiaalipedagogiikka on ajattelun tapa: Kaikki minkä tahdotte ihmisten tekevän teille, tehkää se heille. (Kurki 2008, 9, 13–14, 31.)

Koko ihmisen elämänkaari lapsuudesta aina vanhuuteen saakka sisältyy sosiaalipedagogiseen sosiaalialan työhön. Sosiaalipedagogiikka on kasvatuksellista työtä, jonka keskeinen osatekijä on dialoginen suhde autettavaan. Yksi sosiaalipedagogisen työskentelyn keskeisistä periaatteista ja tavoitteista on itseapuun auttaminen. Usein tähän lisätään aktivoiminen realistiseen toimintaan sekä ihmisen rohkaiseminen ja kannustaminen, jotta hän pystyy kehittämään elinolojaan ja raivaamaan esteitä tieltään kehittääkseen itseään. (Hämäläinen & Kurki 1997, 18–19.)

Sosiaalipedagogiikka ikäihmisten yhteydessä keskittyy vanhuuden vahvistamiseen normaalina elämään kuuluvana vaiheena sekä syrjäytyneiden ja onnettomina elävien ihmisten tukemiseen. Sosiaalipedagogisessa vanhustyössä kasvatusta nähdään toimintana, joka kannustaa ikäihmisiä löytämään persoonalliset, yhteisölliset ja kulttuuriset kykynsä sekä voimavaransa. Kyse on toiminnasta eikä interventtiosta eli väliintulosta. Halutaan tuoda esille ikäihmisten täysipainoinen osallisuus omaan arkipäivään ja sen rakentamiseen. (Kurki 2007, 204 – 205.)

2.2 Taidelähtöiset menetelmät sosiokulttuurisessa innostamisessa

On tärkeä ymmärtää taide- ja kulttuuritoiminta sosiaalisten ja psyykkisen voimavarojen uusintajana ja ennalta ehkäisevänä työnä ja nähdä se ikääntyvien oikeudeksi samaan tapaan kuin huolenpito fyysisistä voimavaroista. Taide- ja kulttuuritoiminta ylläpitää voimavaroja ja elämän mielekkääksi kokemista, raskaiden palveluiden tarve vähenee palveluorganisaatiossa. (Lundahl, Hakonen & Suomi 2007, 269.)

Taidepohjaisia hankkeita kutsutaan monilla nimikkeillä. Tällaisia ovat yhteisötaide, soveltava taidetoiminta, luovien yhteisöjen rakentaminen tai taide- ja kulttuurilähtöinen toiminta. Sosiokulttuurinen arjen elävöittäminen on mukana erilaisissa hankkeissa läpäisevästi ja monimuotoisesti. (Bardy 2007, 25.) Sosiokulttuurisen ja taidelähtöisen tai muun soveltavan luovan toiminnan tavoitteena on toi-

mintakyvyn, yhteisöllisyyden ja vuorovaikutuksen virittäminen. Taiteen eristäminen elämästä johtaa esteettisen kokemuksellisuuden köyhtymiseen ja vesittymiseen. Esimerkiksi hoitolaitosten arkitodellisuudessa tämä voi toteutua nopeasti. Hoitolaitoksissa on usein jäykät päiväohjelmat. Tarvitaan uudenlaista sosiokulttuurista toimintaa, joka tuo asiakkaille mielekästä sisältöä elämään. Taidegerontologiassa ikääntyvän väestön taidetta ei enää tarkastella mukavana viihteenä ja virkistysinä vaan ”hengen ravintona”. (Liikanen 2011, 9–10.)

Kohtamäki ja Palomäki pitävät tärkeänä elämäntarinoiden ja muistojen siirtämistä vanhainkodin arkeen. He ovat tutkineet valokuvien toimivuutta elämäntarinoiden lähteenä. Valokuvat auttavat tavoittamaan autenttisen kokemuksen, ne luovat asukkaiden muistoille läheisen ja konkreettisen lähtökohdan. Omiin albumeihin talletetut perhekuvat vievät ”kuvan aikaan” ja muistoihin. Asukkaat eivät vain kerro tarinoita, vaan niitä eletään kokemuksina ja tunteina. Kerronta myötäilee ajalle ominaista elämää. Kohtamäen ja Palomäen tutkimus osoittaa, että perhekuvat tuovat paljon mielihyvää, ja valokuvien sekä tarinoiden arvo korostuu toimintakyvyn heiketessä. Valokuvien ja kerronnan kautta ihminen erottuu subjektina ja toimijana. (Kohtamäki & Palomäki 2010, 35, 41,43.)

Käsityön merkitys nähdään myös yhteisöllisyyden näkökulmasta. Käsitöitä harastetaan erilaisissa virallisissa ja epävirallisissa yhteisöissä. Tällaisia ovat ompeluseurat, taiteen perusopetus, kansalais- ja työväenopistojen kurssit, neulekahvilat sekä kaveri- ja työporukat. Käsityöyhteisöön kuulumisen on suosittua. Tiedon vastapainoksi käsin tekemisen ja ongelmanratkaisun kautta voidaan kehittää sellaista käytännön järkeä, joka auttaa näkemään asioiden välisiä yhteyksiä ja pohtimaan niiden taustalla vaikuttavia tekijöitä. (Rinne 2011, 124–125.)

Käsityötä tehdessään ihminen rentoutuu ja hyödyntää tietoisia ja tiedostamattomia ärsykeitä. Itseään toteuttava ihminen on mieleltään erityisen terve. Luo toiminta, tunteiden kokeminen, mielen herkistyminen ja kuvittelun eri muodot lisäävät terveyttä. Tekijällä on mahdollisuus tulla omaksi itsekseen ja hyväksyä itsensä. Samalla hän tuottaa konkreettisen käsien tuotteen, josta voi itse nauttia ja jota voi esitellä muille. (Vähälä 2003, 187.)

Vähälän tutkimuksessa mielenkiintoisena ilmiönä nousee esiin se, että neulomisen positiivisten tunteiden aikana sydämen syke rauhoittuu ja negatiivisen aikana kiihtyy. Sydämen sykeväli kasvaa neulomisen aikana hyvän olon ja tyytyväisyyden tunteen kasvaessa. Epäonnistumisenkin hetkellä neuloja pystyy luottamaan siihen, että suunnitelmien muuttaminen voi ratkaista ongelman. Käsityön aikana koettujen mielihyvän ja tyydytyksen tunteet saattaisivat olla vahvistamassa toimintatapoja, jotka ihminen kokee miellyttäväksi tai tavoitteellisiksi muissakin elämäntilanteissa. (Vähälä 2003, 185, 187.)

Esimerkkejä taidelähtöisten menetelmien käytöstä

Voimaannuttavasta käsityöstä Rinne tuo esille hyvänä esimerkkinä lahtelaisen kirjontaryhmän *Näppärät mummot*. Jo parinkymmenen vuoden ajan joukko iäkkäitä naisia on kokoontunut kirjomaan omaa elämäänsä kuviksi. Ryhmän toiminnasta tehdyssä käsityötaiteen tutkimuksesta on käynyt ilmi, että ryhmän koontuminen on koettu tärkeäksi. Tämän vahvistaa esimerkiksi se, että eräs ryhmän jäsen oli lähtenyt sairaalasta ennen aikojaan voidakseen osallistua toimintaan. Hoito- ja hoivatyössä voi käyttää hyväksi käsityön merkityksellisyyttä. Vaikka asiakas ei enää jaksaisi tehdä käsitöitä, hänellä on tallella hyviä muistoja. Niiden kautta hän voi vielä saada itsetuntonsa takaisin. (Rinne 2011, 124–125.)

Toinen hyvä esimerkki sosiokulttuurisesta innostamisesta on Riihimäen seudun dementiatyön kehittämisyksikköhanke (RIDKE) vuosina 2007–2008. Hankkeessa kehitettiin muun muassa dementiayksiköiden henkilöstön erityisosaamista vuorovaikutusosaamisessa, kuntouttavan työtteen vahvistamisessa ja omaisyhteistyössä. Samalla kehitettiin myös dementiatyön menetelmiä ja vaikuttavuuden arviointia. (Uronen 2008, 1.)

RIDKE -hankkeessa käytettiin sosiaali- ja taidekasvattaja Miina Savolaisen kehittämää valokuvamenetelmää (Voimauttava valokuva), jota sovellettiin ja kehitettiin dementiatyön menetelmäksi. Se toteutettiin työyksiköissä hoitaja-asukas – pareina. Kuudessa tapaamisessa hoitajat kävivät valokuvien avulla läpi asukkaan kanssa tämän elettyä elämää sekä nykyhetkeä. Yhdessä he työstivät albumin, arkikuvia sekä omakuvan. Voimauttavan valokuvan herkkä ja tunteisiin

vetoava prosessi päätettiin valokuvanäyttelyyn. Näyttelyssä oli paikalla paljon asukkaiden omaisia. He näkivät asukkaassa sellaisia puolia ja voimavaroja, joiden he saattoivat kokea kadonneen muistisairauden takia. Albumit vaikuttivat olevan merkityksellisiä sekä asukkaalle itselleen että myös omaisille. Omaisille tuntui olevan mieluista se, että asukkaille oli järjestetty jotain sellaista poikkeavaa tekemistä, joka ottaa huomioon jäljellä olevat voimavarat sekä samalla eheyttää ja hoitaa. (Halonen 2008, 46, 48–49.)

Myös elokuva ja teatteri voivat toimia taidelähtöisinä menetelminä. Tallqvist on joitakin vuosia sitten kuvannut televisiodokumentin dementiaa sairastavasta Teuvosta. Silloin hän sai kuulla unohtumattoman tarinan siitä, kuinka elämykset vaikuttavat sairastuneeseen mieleen.

Teuvo oli kertonut, kuinka hän käy mielellään vaimonsa kanssa elokuvissa ja teatterissa, mutta oli naureskellen sanonut, että jälkeinpäin häneltä on turha tulla kysymään juonesta, koska hän ei muista siitä mitään. Tarja oli kysynyt, miksi Teuvo sitten käy elokuvissa. ”Kokemus on sama kun herää nähtyään ihanan unen, jonka uskoo muistavansa. Uni katoaa, mutta jäljelle jää hyvä olo”, oli Teuvo vastannut. (Tallqvist & Simonen 2007, 203.)

Liikanen myöntää sortuvansa stereotyyppiseen ajatteluun toteamalla, että tämän päivän ihmiset ovat vielä vähään tyytyväisiä ja sopeutuvia kulttuurin kuluttajia, ja vain harva osallistuu todelliseen omaehtoisen kulttuurin luomiseen. Sen sijaan tulevista ikäihmisistä yhä useammalla on ollut taide- tai kulttuuriharrastus. Heidän motivoimisensa mukaan kulttuuritoimintaan on helpompaa. (Liikanen 2011, 42.)

2.3 Innostajana vanhustyössä

Sosiokulttuurisena innostajana vanhustyössä voi toimia vanhustyön ammattilainen, kasvattaja, ohjaaja, päivätoiminnan ja lähityön tekijä, taiteilija tai vapaaehtoinen työntekijä (Liikanen 2011, 8). Suomessa ei vielä ole varsinaisia ammatillisia innostajia, mutta ikäihmisten kanssa toimivat, innostamisen käytännön sisäistäneet työntekijät ja vapaaehtoiset voivat toimia innostajina nimikkeestä riippumatta. Hyvin monenlaiset ihmiset sopivat kyseiseen työhön, mutta innostaa et voi, jollet itse ole innostunut. Työ merkitsee silloin muutakin kuin palkkatyötä. Toisen ihmisen kohtaaminen dialogissa on myös työntekijän itsensä arkipäivää rikastuttava asia. (Kurki 2008, 94, 110.)

Mäkisalo-Ropponen tuo esille esimerkin avulla, kuinka sairaanhoitaja tarttuu dementoituneen henkilön haaveiluun kesken arkirutiinien ja tekee siitä rohkeasti todellisuutta.

Sairanhoitaja Liisa vei aamupalan herra Kivistölle, joka kertoi juuri tanssineensa maailman kauneimman naisen kanssa. Liisa vastasi herra Kivistölle: ”Niinkö, minäkin rakastan tanssimista, se on ihanaa, vai kuinka?” Herra Kivistö vastasi: ”Niin on, kunpa vielä saisi tanssia”. Liisa vastasi hänelle, että heti kun aamupala on syöty, voidaan tassia. Ja niin he tekivät. (Mäkisalo-Ropponen 2005, 41.)

Kurki jakaa innostamisen kuumaan ja kylmään maailmaan. Kuuma maailma perustuu filosofisille, teoreettisille ja ideologisille pohdinnoille. Tällöin vanhustyö tähtää jokaisen ikäihmisen sekä persoonalliseen että yhteisölliseen osallistumiseen ja suuntautuu heidän jokapäiväiseen elämäänsä. Innostamisen kylmän maailman vallitessa ei juurikaan pohdita toiminnan perusteita. Uusia toiminnan menetelmiä omaksutaan innokkaasti ja ikäihmisille tuotetaan pinnallisesti monenlaisia valmiita aktiviteetteja. Suunnittelussa heillä itsellään on passiivinen rooli. Innostaja itse luulee toimivansa oikein ja tarkoittaen hyvää, mutta se ei ole innostamista aidossa mielessä. Vaikka näin toimiessa innostamisen avulla saataisiin aikaan jotain myönteistä, muutosta parempaan ei välttämättä tapahdu. (Kurki 2008, 91–92.)

Kurjen mukaan innostaja auttaa ihmisiä asettumaan suhteisiin toistensa kanssa ja kehittämään yhteistä arkipäivää. Hän auttaa ihmisiä kokemaan, sekä hyötymään kokemuksistaan. Innostaja on informaation ja tietojen välittäjä sekä osallistumisen mahdollistavien ulkoisten olosuhteiden järjestelijä. Hänen tehtävänsä on herkistää, yllyttää, rohkaista ja motivoida ihmisiä osallistumiseen. Hän myös pyrkii tukemaan ihmisiä siten, että heidän asenteensa muuttuisivat passiivisista aktiivisiksi. Osallistavan pedagogiikan avulla ihmiset saadaan vuorovaikutukseen toistensa kanssa. Toimitaan empaattisesti ja kuunnellaan kärsivällisesti, pyritään helpottamaan tunteiden ilmaisemista. Ilmaistaan avoimesti kiintymystä ja hellyyttä. Hymyt ja kosketukset ovat tärkeitä. (Kurki 2008, 70–71, 93.)

3 Sosiokulttuurisuuden merkitys ihmisen hyvinvoinnille

Ystävyys- ja läheissuhteet sekä sosiaaliset toiminnat ylläpitävät ikäihmisten sosiaalista hyvinvointia. Aktiivinen sosiaalinen osallistuminen vähentää vaaraa

sairastua tai kuolla pidentäen näin elinajan ennustetta. Tutkimukset viittaavat laitoksissa asuvien vanhusten puutteelliseen yhteisöllisyyteen. Yksinäisyyden todetaan olevan yleisempää pitkäaikaislaitoksissa asuvilla kuin kotona asuvilla ikäihmisillä. Tuloksista voidaan nähdä, että vanhusten hyvinvoinnin edistämisen keskeisiin haasteisiin kuuluu läheissuhteiden tukeminen ja kanssakäymisen vahvistaminen. (Kivelä & Vaapio 2011, 101–102.)

3.1 Sosiokulttuurinen yhteisöllisyys

Yhteisö muodostuu ryhmästä ihmisiä, joilla on omat lähtökohtansa ja syynsä kuulua yhteisöön. Yhteisöllä on usein sama toiminnan kohde, jossa pyritään yhteiseen päämäärään, ja yhteisön jäsenet osallistuvat toimintaan kukin voimiansa ja kykyjensä mukaan. Yhteisöllisyys syntyy ryhmässä yhdessä toimien, se ei ole pysyvää, vaan muotoutuu jatkuvasti. On huomattu, että nyky-yhteiskunnassa korostuu yksilöllisyys ja yhteisölliset elämänmuodot ovat hävinneet. Tästä syystä yhteiskunnallinen palvelujärjestelmä pyrkii paikkaamaan yhteisöllisyyden puutetta tukemalla yhteisöllisyyttä eri tavoin. (Mäkinen, Raatikainen, Rahikka & Saarnio 2009, 154.)

Kurki nimittää aidon yhteisön sosiaalisen suhteen muodoksi, jossa yhteiset intressit ja arvot ohjaavat toimintaa. Yhteisössä yksilölliset persoonat muodostavat joukon, jossa jakavat ne yhteiset tavoitteet ja mielenkiinnon kohteet. Yhteisön jäsenet liittyvät yhteen päämääränään yhteinen tavoite. Yhteisöllisyyden tunnusmerkkejä ovat dialogi, yhteenkuuluvuuden tunne, avoimuus, uudistuminen ja samalla sopeutuminen tilanteeseen ja pysyvyys. (Kurki 2000, 130.)

Yhteisöllisyys tarkoittaa Hyypän mukaan sosiaalista pääomaa, jonka alustana voi toimia vain ihmisryhmä, yhteisö, kansa tai kansoja leimaava yhtenäiskulttuuri. Hän kutsuu yhteisöllisyyttä me-asenteeksi ja toteaa yhteisöhengen olevan tarpeellinen täydellisimmän ihmisyyden saavuttamiseksi. Yhteisöllisyyden kuulessa ydinkulttuuriin ihminen muotoutuu persoonaksi, joka elää kauan terveenä. Hyypä suosittelee ikäihmisille yhteisöllistä toimintaa. Vapaaehtoinen toiminta askartelun, puutarhanhoidon tai käsitöiden parissa pidentää tervettä elämää. Hyypän tutkimuksessa todetaan kulttuuriharrastusten aloittamisen van-

hemmalla iällä pidentävän elinikää lähes yhtä paljon kuin nuoresta pitäen aloitettu kulttuuriharrastus. (Hyypä 2005, 19–24, 166.)

3.2 Osallisuus ja osallistuminen

Osallisuus liittyy hoidon ja palveluiden eettiseen perustaan. Oikeus olla osallisenä ja arvostettuna jäsenenä yhteisössä ja yhteiskunnassa sisältyy ihmisarvoiseen vanhuuteen. Osallisuus tarkoittaa mahdollisuutta vaikuttaa täysivaltaisesti yhteiskunnan ja elinympäristön kehittämiseen vanhuuden tuomasta heikentyneestä toimintakyvystä huolimatta. Heikentynyt toimintakyky tai asuminen laitoksessa eivät saa olla esteenä osallisuuden mahdollistamiseen. Ikäihmisten hyvinvointia ja elämänlaatua parantaa ikäihmisten ihmissuhteiden ja oman toiminnan tukeminen sekä kanssakäyminen nuorempien ikäryhmien kanssa. (Kivelä & Vaapio 2011, 21.)

Aktiivisella osallistumisella on suuri merkitys seniori-iän mielekkyydessä. Osallistuminen taiteen tekemiseen auttaa löytämään omia ja yhteisön vahvuuksia, vahvistaa kansalaisyhteiskuntaa sekä edistää luovuutta. (Taipale 2007, 242.) Korkea ikä ja alentunut toimintakyky eivät estä osallistumasta tai nauttimasta taide- ja kulttuuritoiminnasta. Luovuus säilyy vanhana, muistisairaana ja demen-toituneenakin, eikä näiden tulisi olla esteenä taide- ja kulttuuritoimintojen luomiseen tai toteuttamiseen. Osallistuminen taide- ja kulttuuritoimintaan ei edellytä aktiivisena toteuttajana toimimista. Taide ja kulttuuri luovat elämyksiä, nautintoa ja toivoa myös katsojilleen ja kuulijoilleen. (Kivelä & Vaapio 2011, 103.)

Osallistumisen vaikutuksia voidaan nähdä heti. Hyvä hetki innostamisen kehyksessä tehtyyn taiteeseen voi jättää positiivisia vaikutuksia myös demen-toituneelle ikäihmiselle, vaikka itse toiminta unohtuisikin pian. Osallistuminen taiteen tekemiseen vähentää yksinäisyyden tunnetta ja saa ikä-ihmisen tuntemaan itsensä terveemmäksi ja onnellisemmaksi. Innostamisen prosessin lisäksi tuotoksilla on merkitystä niin tekijöille, heidän omaisilleen ja muille tuotoksiin tutustujille. Tuomalla tuokset nähtäville ikäihmisten arvostus lisääntyy positiivisesti niin kulttuurisesti kuin yhteiskunnallisesti. Sosiokulttuurinen toiminta lähtee ryhmän tarpeista ja voimavaroista. Taipaleen mukaan ei ole erityisryhmiä, on vain olennaisryhmiä. (Taipale 2007, 242–243.)

3.3 Voimaantuminen

Englanninkieliselle ilmaisulle *empowerment* on ollut vaikea löytää suomenkielistä vastinetta. Käytössä olevia suomennoksia ovat muun muassa valtaistaminen, valtaistuminen, voimaantuminen, voimistaminen ja vahvistaminen. Yleisin niistä on voimaantuminen, jonka Adams (2008) Mäkisen ym. mukaan määrittelee yksilöiden, ryhmien tai yhteisöjen kyvyksi kontrolloida olosuhteitaan, käyttää valtaa ja saavuttaa omia päämääriään. Prosessit, joiden avulla ihmiset voivat joko yksin tai yhdessä auttaa itseään ja toisiaan maksimoimaan elämänlaatuaan liittyvät myös siihen. (Mäkinen ym. 2009, 132–133.)

Yleisen teoretiedon ja kokemusperäisten tulosten yhdistämisen tuloksena on rakentunut voimaantumisteoria, jonka mukaan voimaantuminen lähtee ihmisestä itsestään. Voimaa ei voi antaa toiselle, se on henkilökohtainen ja sosiaalinen prosessi. Toimintaympäristön olosuhteet, ilmapiirin avoimuus ja toistensa arvostaminen, vaikuttavat voimaantumisprosessiin. Näin ollen voimaantuminen voi olla todennäköisempää jossain toisessa toimintaympäristössä kuin toisessa. Vastuun ottaminen omasta kasvusta ja omien voimavarojen löytyminen voimaannuttaa. Siitonen toteaa, ettei voimaantuneisuus ole pysyvä olotila. Sitä voidaan tukea avoimuudella, rohkaisemalla ja antamalla toimintavapautta sekä pyrkimisellä luottamukseen ja tasa-arvoisuuteen. Voimaantumisen positiivinen vaikutus ihmisen hyvinvointiin tunnetaan ja ihmisen hyvinvoinnin rakentumista voidaan yrittää edistää tiedostamalla voimaantumista jäsentäviä osaprosesseja. (Siitonen 1999, 6–14, 189.)

Sosiokulttuurisessa seniori- ja vanhustyön ammatillisessa viitekehyksessä työmenetelmät määrittyvät työn kohteen, tavoitteiden sekä arvo- ja tietoperustan mukaan. Asiakastyön prosessin lähtökohtana voi olla ikäihmisen voimaantuminen. Tässä yhteydessä sosiokulttuurinen lähestymistapa tarkoittaa sosiaalisen ja kulttuurisen osaamisen vahvistamista ja arjessa olevien voimavarojen tukemista. Voimaantumissuunnitelma voi olla osana hoito- ja palvelusuunnitelmaa. Suunnitelmassa keskitytään moniammatillisesti asiakkaan tuen tarpeen arviointiin ja voimavarojen kartoittamiseen. Suunnitelmaa tehtäessä ikäihminen määrittelee itse voimavaransa ja tuentarpeensa. Voimaannuttava arki toteutuu elvyt-

tämällä ja ylläpitämällä sosiaalisia suhteita ja osallistamalla mielekkääseen tekemiseen. (Hakonen 2003, 111–112.)

4 Arvostava kohtaaminen vanhustyössä

Ihminen tietää itse, mitä hänen elämänsä kuuluu. Hän on oman elämänsä asiantuntija. Aito kohtaaminen tapahtuu vakavasti ottamisen, läsnäolon ja jakamisen kautta. Sekä haavoittuneisuus että eheytyminen koskevat kaikkia ihmisiä, elämä on kokonaisuus. Läsnä oleminen on välttämätöntä luottamuksellisen ja välittämisen ilmapiirin syntymiselle. Oman tarinan jakaminen toisten kanssa vaatii luottamuksellisen suhteen. Se edellyttää ulkoa opituista vuorosanoista luopumista ja oman ihmisyyden avaamista. Se vaatii rohkeutta olla ihminen ihmiselle. (Mattila 2008, 13–14, 65.)

Ihmiseen on rakennettu tarve tulla ymmärretyksi, ymmärtää ja olla yhteydessä toiseen. Jokaisella on tunnemuistissaan jälkiä todellisesta kuulluksi tulemisesta ja läsnäolon lohduttavista hetkistä. Häkämies nostaa esiin Rosenbergin (2001) näkemyksen, jonka mukaan empatiassa keskeistä ovat kuunteleminen, ymmärtäminen ja myötäeläminen. Se edellyttää kykyä eläytyä. Häkämies tuo esiin myös Lindqvistin (2006) ajatukseen ihmisen mahdollisuudesta asettua toisen asemaan, jolloin ihminen katsoo maailmaa toisen silmillä, kuulee itseään toisen korvilla ja kokee toisen tunteita. (Häkämies 2012, 7–8.)

4.1 Työyhteisön vuorovaikutuksen ja ilmapiirin merkitys

Dalailama muistuttaa, että meidän pitäisi työyhteisössä kiinnittää huomiota siihen, miten kanssakäymisemme toistemme kanssa sujuu. Hän peräänkuuluttaa inhimillistä perushyvyttä. Hän tarkoittaa sillä sitä, että ihminen suhtautuu muihin lämpimästi ja osoittaa aidosti sekä rehellisesti inhimillisiä tunteita, myötätuntoa. Ihminen, jolla on lämmin sydän ja inhimillistä lämpöä, on työssään mielellään tynnempi ja rauhallisempi. Se antaa ihmiselle voimaa ja paremmat edellytykset muun muassa ajattelulle ja arviointikyvyille. Tärkein asia onnellisuudessa ja tyytyväisyydessä omassa työssä on se, miten suhtaudumme ympärillämme oleviin ihmisiin: työtovereihin, asiakkaisiin ja esimiehiin. Dalailama vakuuttaa,

että yksi ainoa ihminen voi muuttaa työympäristönsä ilmapiirin sekä positiiviseen että negatiiviseen suuntaan. (Dalailama & Cutler 2005, 44–46.)

Työyhteisössä jokaisen on kannettava vastuu omista tunteistaan. Työyhteisön vuorovaikutustilanteissa herää erilaisia tunteita, osa voi tuntua miellyttäviltä, osa häiritseviltä. On helppo syyttää omista kiusallisiksi kokemista tunteista jotakuta toista. Ihmiset, joiden kanssa joutuu vuorovaikutuksessa heikoille, mielletään hankaliksi. Vuorovaikutuksessa toisten kanssa syntyneet tunteet saavat kuitenkin heijastuspintansa ihmisen omasta elämäntarinasta ja kokemusmaailmasta. (Mattila 2008, 82–83.)

Hyvä ja toimiva työyhteisö mahdollistaa vanhustyön palkitsevuuden ja luovuuden. Vaativa työ edellyttää työyhteisön hyvää ilmapiiriä, hyvin toimivaa yhteistyötä ja monipuolista osaamista. Nämä koetaan palkitsevina ja työn iloa antavina. Luovuus löytyy yhdessä ideoimalla ja yhteisellä kehittämisellä. (Palkitseva ja luova vanhustyö.)

Työelämässä luovuus on voimavara. Luovuus on kykyä keksiä uusia ratkaisuja. Se on kykyä oivaltaa ja yhdistää tietoa uudella tavalla. Tämä edellyttää kiinnostusta ja kykyä kehittää itseään sekä vaikuttaa työympäristön kehittymiseen. Luovat pyrkimykset menevät kuitenkin helposti hukkaan. Näin voi käydä, elleivät työyhteisön ilmapiiri ja käytännöt tue pyrkimyksiä, tai jos ne suorastaan jarruttavat tai estävät niitä. Työyhteisöissä tulisi luoda kannustimia ideoiden ja tiedon jakamisen edistämiseksi myös muiden käyttöön. Luovista aloitteista, ideoista ja varsinkin keksinnöistä tulisi palkita. (Kolme puheenvuoroa luovuuden edistämisestä 2005, 23–24.)

Työyhteisöillä on oltava kärsivällisyyttä siihen, että kaikki luovat ideat eivät aina tai välittömästi johda näkyviin lopputuloksiin. Jos työntekijän tai tiimin työyhteisön panos on kokonaisuutena luovuutta ja innovatiivisuutta edistävä, tulee virheet ja epäonnistumiset sallia. (Kolme puheenvuoroa luovuuden edistämisestä 2005, 24.) Epäonnistumisia sallitaan, mutta niistä täytyy myös oppia. Ei keskitytä siihen, kuka on syyllinen, vaan siihen, mitä tapahtui ja miten virheitä voitaisiin tulevaisuudessa välttää. Se on epäonnistumista älykkäästi. (Koski 2001, 186.)

Työyhteisön ilmapiiriin tulee siis olla avoin ja salliva, sen jäsenten on oltava samoihin arvoihin sitoutuneita (Kekola, Silvander, Tähkäpää, Vanne & Viili 2005, 80). Työyhteisön olisi syytä tarkistaa ajoittain yhteinen päämäärä ja tulevaisuudenkuva. Se palauttaa työyhteisön perustehtävän jokaisen mieleen. Hyvin toimivassa työyhteisössä kaikki arvostavat toisiaan, hyväksyvät sekä oman että toisten toimintatavat ja tekevät yhteistyötä yhteisten päämäärien eteen. Tästä askel eteenpäin on otettu, kun arvostamisen lisäksi päästään siihen, että työntekijät voivat oppia toisiltaan. Työyhteisössä ihmiset ovat erilaisia ja täydentävät siten toisiaan. Työntekijöiden keskinäinen arvostus vaikuttaa asiakastyöhön. Asiakas vaistoaa huonon ilmapiiriin vaikka ei yleensä ymmärrä, mistä on kysymys. (Mattila 2008, 82–83.)

4.2 Aito kohtaaminen arjen työssä

Työtehtävien suorittaminen painottuu Palomäen ja Toikon näkemyksen mukaan usein kohtaamisen kustannuksella monissa vanhustyön käytännöissä. Tekemisen kulttuuri näkyy vahvana, vaikka sosiaalialan oppiteksteissä korostetaan kohtaamisen kulttuuria. Tehtävien suorittamiseen keskittyvä työote tuottaa ehkä tyydytystä vanhustyöntekijälle, mutta siitä ei seuraa aina iloa vanhukselle. Palvelulaitoksien laatumäärittelyissäkin mittaaminen kohdistuu tekemiseen eikä kohtaamiseen. Sosiaalipalvelujen piirissä elävät vanhukset toki arvostavat tekemistä, he ovat eläneet aikoja, jolloin yhteisöllisyyttä ja yhteistyötä oli enemmän kuin nykyisin. Tämän päivän työ on latautunut tehokkuudella, teknologialla ja kiireellä ja toisen ihmisen kohtaaminen on vähentynyt eettisesti arveluttavalla tavalla. (Palomäki & Toikko 2007, 271–287.)

Vanhuksen kuulluksi tuleminen edellyttää hoitajalta perehtymistä vanhukseen hänen itsensä tähden. Tämä kertoo valitusta tekemisen tavasta, se ei ole niinkään aikakysymys. (Kankare & Lintula 2004, 43.) Eettisyys on vanhustyössä läsnä arkipäivässä. Se on nähtävissä siinä, miten puhuttelemme, katsomme ja kosketamme vanhusta. (Lahtinen 2004, 53.)

Utti (2012) rohkaisee työntekijöitä käyttämään arjen työtilanteissa omaa ammattitaitoaan älykkäästi asiakkaan hyödyn näkökulmasta ja käyttämään siinä koko

elämäntaidon kirjoja. Hän markkinoi vanhustyötä vuorovaikutuksen ja kohtaamisen kautta.

Hittoon kiellot, tarpeettomat rutiinit ja tuotantolähtöisiä prosesseja tehostavat tuotantotalouden insinöörit. Vanhuspalvelut ovat ihan kaikkein hienointa työtä. Se antaa vapauden käyttää ja kehittää omaa osaamistaan. Se on kiinni vuorovaikutustaidoista. Siinä voi kohdata erilaisia ihmisiä ja olla merkityksellinen. Se on juuri sitä, mitä nuoret työelämältä odottavat. Se todella tuntuu ja tarjoaa suuria elämyksiä. (Utti 2012, 57.)

Dementoituneen ihmisen aidossa kohtaamisessa ja kuulemisessa vaaditaan hoitajalta hyvää tunneälyä ja itsetuntemusta. Sosiaalinen luovuus ja muutoksensietokyky ovat tärkeitä hoitajan työssä. Sosiaalisesti luova hoitaja pystyy heittäytymään asukkaan ehdoilla ja tasolle tasavertaiseen kanssakäymiseen. Dementiahoivatyössä ei tule unohtaa huumoria. (Kekola ym. 2005, 80.)

4.3 Sosiokulttuurinen kohtaaminen vanhustyössä

Kurki nostaa esiin Marcusen (1979) ajatuksen aistiherkistä ihmisistä. He ovat miehiä ja naisia, jotka ovat hyvällä omalla tunnolla inhimillisiä, helliä ja aistillisia, eivätkä häpeä itseään. Nämä ovat ihmisiä, joita tarvitaan mukaan kehittämään vanhustyötä ja muuttamaan vanhuksiin kohdistuvia asenteita. Hoitajan on kyettävä yhdistämään oma ammatillinen osaamisensa ikäihmisten maailmaan, eletävä ja rakennettava arkipäivää yhdessä heidän kanssaan. Hoitajan pätevyys kasvaa päivä päivältä hänen rakentaessaan tietoisuuttaan uudelleen yhdessä ikäihmisten kanssa. Hoitajan tulee olla tietoinen siitä, mikä on se teoreettinen perusta, josta hänen toimintansa nousee. (Kurki 2008, 60, 68.)

Kohtamäki ja Palomäki painottavat, että vanhainkodin arjessa työn tulisi painottua nykyistä enemmän käytännöllisten asioiden hoidon lisäksi henkilökohtaiseen kohtaamiseen. Painopisteen muuttaminen edellyttää työmenetelmien laajentamista elämänkerrallisten menetelmien suuntaan. Niiden avulla voidaan luoda erilaista kohtaamisen kulttuuria. (Kohtamäki & Palomäki 2010, 44.)

Vanhan ihmisen nykyisyydessä on mukana kaikki eletty elämä tunteineen, toiveineen ja merkityksineen. Olemalla kiinnostunut koko tuosta eletystä elämästä vanha ihminen tuntee oman arvostuksensa kohtaamisessa. Henkilökohtainen kosketus kohtaamisessa muodostuu esimerkiksi elämäntarinaa kertomalla.

Dementoitunutkin vanhus tarvitsee kuuntelijan, ymmärtäjän ja puolustajan. Vaikka sairaus tuottaa arkeen kaaostakin, hän ammentaa nykyisyytensä josta-kin. Siirryttäessä kohti vanhan ihmisen kohtaamista paremmin arvostavaa kulttuuria on tärkeää, että tarinallisuuteen liittyvät menetelmät siirtyvät käytäntöihin. (Palomäki & Toikko 2007, 271–287.)

Sosiokulttuurisessa kohtaamisessa kaikki ovat antavana ja saavana osapuole-
na. Tätä ajatusta vahvistaa Ortamonpuiston palvelukodin vanhustenhuollon oh-
jaajan oma kokemus. Ryhmäläisten tarinoita kuunnellessaan hän kertoo oppi-
neensa esimerkiksi säilömään marjoja, omenoita sekä valmistamaan kalan uu-
della tavalla. (Silventoinen, 19.7.2013.)

4.4 Omainen osallisena vanhustyössä

Omaiset ovat usein kuormittuneita läheisensä hoidosta. Elämä on voinut kaven-
tua sairauden ympärille ja omat harrastuksetkin ovat voineet jäädä. Omaisten
arvostava ja hyväksyvä kohtaaminen omana itsenään on tärkeää. Luottamus
rakentuu vähitellen kohtaamisissa, sanoissa ja teoissa. Yksikön hoitokulttuurilla
on vaikutusta siihen millaisia osallistumisen ja toiminnan mahdollisuuksia omai-
sella on. (Heimonen & Laine 2011, 58–60.)

Tallqvist (2007) on kirjoittanut raportin omista kokemuksistaan lähihoitajan työs-
sä. Hän tuo esiin omaisen ääntä kertomalla esimerkin omaisten osallistumisesta
palvelukodin arkeen:

*Tytär viipyy monta tuntia, rauhoittelee äitiään ja lukee tälle ääneen. Muutkin
asukkaat kerääntyvät kuuntelemaan häntä. Henkilökunta arvostaa tytärtä ja ty-
tär heidän työtään. Ellan Heikki-poikakin tulee usein tervehtimässä äitiään. Hän
saattaa ilahduttaa talon asukkaita päivällisaikaan. Heikki laskostaa pyyheliinan
käsivarrelleen ja käy pöydissä kysymässä, mitä rouville ja herroille saisi olla.
Sen jälkeen hän hakee jokaiselle erikseen lautasellisen ruokaa ja kaikilla on
hauskaa, Mirjakin jättää Hannun hetkeksi rauhaan tuijottaessaan kaipaavasti
Heikkiä. (Tallqvist & Simonen 2007, 167.)*

Hoitotyöntekijöiden on oltava aktiivisia kuullakseen, nähdäkseen ja havainnoi-
dakseen jokaisen autettavan tarinaa sekä sen vaikutusta tähän hetkeen. De-
mentoitunut henkilö ei välttämättä pysty itse kertomaan tarinaansa. Tässä
omaisten ja läheisten apu on äärimmäisen tärkeää. He voivat kertoa laajasti ja
tarkasti: millainen ihmisen elämä on ollut lapsuudesta tähän hetkeen, millaiset

arvot, tavat ja tottumukset ovat olleet tärkeitä, ketkä ovat olleet läheisiä ja tärkeitä ihmisiä, miten hän on suhtautunut elämäänsä ja kuolemaan. Omainen voi kertoa elämän kohokohtia ja onnenhetkiä, joita voidaan yhdessä muistella. Yhtälaila vaikeiden ja kipeiden asioiden kertominen voi auttaa hoitotyöntekijää ymmärtämään henkilön käyttäytymistä. (Mäkisalo-Ropponen 2005, 30–31.)

Utti (2012) nostaa esiin läheisten osallisuuden vanhuspalveluissa. Hän kuvaa arkista omaisen ja asukkaan kohtaamista laitoksessa.

60-vuotias poika tulee katsomaan vuoteessa elämäänsä viettävää äitiään. Sängyn vieressä on tuoli. Pieni pyöreä jakkara. Siinä hän voi istua ja jutella äidin ja viereisessä sängyssä olevan hyvin vähäpuheisen rouvan välissä. Hän tulee kolmena päivänä viikossa. On tullut jo melkein kymmenen vuotta. Hän ei halua osallistua hoito- ja palvelusuunnitelman mukaiseen toimintaan. Vaikka hänelle olisi tarjolla mielenkiintoista syöttämistä ja mahdollisesti myös vaihtoa. Pojan ja äidin suhde ei ole sellainen, että se olisi kummankaan hyvän elämän kannalta hyödyllistä. (Utti 2012, 90.)

Utti pohtii kirjassaan sitä, miten me tarjoamme tilaa läheisille tulla ja olla mukana. Hän kehottaa laatimaan läheisten ja asiakkaan kanssa elämänsuunnitelman, jossa katsotaan, millaista elämää haluamme vanhuksen viettävän. Mitä kukin voi tehdä? Millaisen tuen asiakas tarvitsee? Kyseisessä pojan ja äidin kohtaamisessa elämänsuunnitelman laatimisella oli positiivisia vaikutuksia. Poika ja äiti löysivät luontevan, molempia tyydyttävän tavan olla yhdessä. He lähtivät autoajelulle, ja äiti pääsi auton etupenkillä käymään monissa mielenkiintoisissa paikoissa. (Utti 2012, 91.)

4.5 Tukea omaisten hyvinvointiin

Omainen on potilaan hyvinvoinnin kannalta merkittävä henkilö. Hoitotyössä on muistettava koko ajan myös omaisen tukeminen ja auttaminen. Erityisesti omainen tarvitsee kuulijaa ja kuuntelijaa. Hoitotyöntekijän tehtävänä on olla myös omaisen tarinan kuulijana. Surutyön matka läheisen sairastumisesta kuolemaan on pitkä. Työntekijän tulisi olla aktiivinen suhteessa omaiseen, tulla omaisia vastaan. (Mäkisalo-Ropponen 2005, 57–58.)

Omaisets tarvitsevat tietoa ja tukea, he tarvitsevat ympärilleen toisia ihmisiä ja mahdollisuuksia itselleen merkitykselliseen toimintaan. On tärkeää kysyä, mitä omaiselle tänään kuuluu. (Heimonen & Laine 2011, 58–59.) Pohjavirran (2012)

mukaan omainen voi kokea syyllisyyttä siitä, että läheinen joutuu hoidettavaksi. Hän tarvitsee kannustusta uudessa roolissaan sekä tunnustusta jaksamisestaan. Yhteys omaisen ja hoitajan välillä syntyy, kun hoitaja kuuntelee, ymmärtää ja hyväksyy erilaisuuden ja osaa ottaa vastaan myös kritiikkiä. Kun luottamuksellinen suhde on saavutettu, omainen kykenee ottamaan vastaan yhteisöltä tukea, joka hänelle sen jäsenenä kuuluu. Omainen voi saada tukea hoitoyksikön muiden asukkaiden läheisiltä, vertaisiltaan. Vaihtelua huoneissa vietetylle ajalle tuo se, kun omaiset ja asukkaat viettävät aikaa yhteisissä tiloissa toisten kanssa seurustellen. (Pohjavirta 2012, 79–80.)

Heimonen ja Laine näkevät omaisen hyvinvoinnin tukemisen osana hyvää kokonaisuhoitoa. Myös erityisen tuen tarpeen tunnistaminen ja siihen vastaaminen on ensiarvoista. Tukea voi tarvita löytääkseen uusia arvoja menetettyjen tilalle ja kestääkseen muutokset. Omainen on myös voinut kadottaa iloittamisen taidon uuden elämäntilanteen tuomien menetysten myötä. Hoitoyhteisössä käydessään omaisen on hyvä saada paljon myönteisiä kokemuksia. Niitä vahvistaa se, että omainen kuulee aina jotain myönteistä sairastuneen läheisen arjesta. Myös sanattomaan viestintään on syytä kiinnittää huomiota. (Heimonen & Laine 2011, 58, 60.)

Koivula ja Heimonen esittelevät kirjallisuuskatsauksessaan, *Dementoituvan omaisena laitoksessa*, laitosomaisuuteen liittyviä tutkimuksia. Tulosten valossa on he nostivat esille omaisten tukemisen kehittämistarpeita. Useissa tutkimuksissa tuli esille omaisten ja henkilökunnan vuorovaikutuksen parantamisen tärkeys. Dementiayksiköt ja persoonaorientoitunut hoito-ote nähtiin laattaa parantavina tekijöinä. (Koivula & Heimonen 2006, 22.)

Koivula ja Heimonen tarkastelivat tutkimustuloksia muun muassa omaisen kokonaiselämäntilanteen näkökulmasta. Omaiset odottivat henkilökunnalta tukea hyvinvointinsa ylläpitämisessä sekä tunteiden käsittelyssä. He toivoivat henkilökunnan hyväksyvän omaisen yksilöllisen tavan osallistua. Omaiset näkivät tärkeänä myös tuen saamisen oman roolin löytämiseen laitoksessa sekä tuen surutyössä. Omaiset toivoivat avoimen keskusteluyhteyden rakentamisesta sekä luottamuksen rakentamista omahoitajakontaktissa. He halusivat myös keskustella dementoituvan elämäntilanteesta ja persoonasta. He toivoivat henkilö-

kunnan tunnistavan dementoituvan yksilöllisyyden. (Koivula & Heimonen 2006, 23.)

Henkilökunnan kehittämistarpeina sosiaalisten suhteiden ylläpitämisessä Koivula ja Heimonen toivat esille muun muassa epävirallisen kommunikaation ylläpitämisen sekä omaisen sosiaalisen verkoston kartoittamisen. He toivoivat henkilökunnan olevan näkyvillä ja saatavilla ja olevan kiinnostunut omaisen tilanteesta. Omaiset kaipasivat henkilökunnan tukea tärkeiden ihmissuhteiden ylläpitämisessä sekä vertaistuen piiriin ohjaamisessa. (Koivula & Heimonen 2006, 24.)

5 Opinnäytetyön tehtävänä kehittämisprosessin kuvaus

Ammattikorkeakoulun tutkimuksellisen opinnäytetyön vaihtoehtona on toiminnallinen opinnäytetyö (Vilkkä & Airaksinen 2003, 9). Toiminnallisen opinnäytetyön voi toteuttaa joko tutkimuksellisena tai toiminnallisena. Tutkimuksena toteutetun toiminnallisen opinnäytetyön voi tehdä toimintatutkimuksena, kehittävänä työntutkimuksena tai projektitutkimuksena, ja sen lopputuloksena on tutkimustulos. Toiminnallisena toteutettuna se on ammatillinen arjen teko, kehittämis- tai projektityö, josta lopputuloksena on tuotos tai tuote. Toiminnallinen osuus on ammatillisen taidon, tiedon sekä tutkivan tekemisen näyte. Raportissa tutkiva tekeminen sanallistetaan. (Vilkkä 2010, 3, 15.)

Opinnäytetyömme tehtävänä on kuvata kehittämisprosessi, jossa tuomme esiin ryhmätoiminnasta nousseita hyviä käytäntöjä, haasteita ja ratkaisuehdotuksia sekä osallistujien kokemuksia prosessista. Toiminnallisessa opinnäytetyössä avaamme sosiokulttuurisen innostamisen ajatusmaailmaa ja työtettä Ortonpuiston palvelukodin hoitohenkilökunnalle teorian ja käytännön työn kautta. Opinnäytetyöraportista muodostuu tuotos, joka jaetaan sähköisesti hoitohenkilökunnan luettavaksi. Tavoitteenamme on kehittämisprosessin kuvauksen ohella tuottaa asukkaille, heidän omaisilleen sekä hoitajille iloa. Lisäksi tavoitteena on antaa heille tilaisuus yhteiseen toimintaan ja siten vahvistaa yhteisöllisyyttä palvelukodissa.

5.1 Toimintaympäristönä Ortamonpuiston palvelukoti

Ortamonpuiston palvelukoti tarjoaa tehostettua palveluasumista ikäihmisille. Palvelukoti on avattu Lappeenrantaan kesällä 2010, se toimii osana Eksoten vanhuspalveluja. Asuntoja palvelukodissa on 83, joista neljä on tarkoitettu vuorohoitoon ja yksi on lyhytaikaisasunto. Hoitohenkilökunta koostuu kahdesta osastonhoitajasta, apulaisosastonhoitajasta, sairaanhoitajista sekä lähi-/perushoitajista. Lisäksi palvelukodissa työskentelee vanhustenhuollon ohjaaja. Asukkaita hoidetaan kuntouttavalla ja aktivoivalla työotteella. Yksilöllisyys sekä omat toiveet ja tottumukset huomioidaan arjen toiminnoissa. (Ortamonpuiston palvelukodin esite.)

Asukkaille järjestetään Ortamonpuiston palvelukodissa monipuolista toimintaa. Toimintaan on esimerkiksi vuonna 2012 sisällynyt muistelu-, keila- ja tikkaryhmä. Kädentaitoja on harjoitettu leipoen, askarrellen ja kesäkukkia istuttaen. On ollut mahdollisuus nauttia tanssista ja musiikista sekä elokuvista. Kaupunkiretki, laivaristeily Saimaalla sekä piknik Mustolan sululle ovat kuuluneet myös ohjelmaan. Naisille on järjestetty hemmottelupäivä ja miehille oma iltapäivä. Kaverikoirat ovat käyneet tervehtimässä asukkaita. Omaiset ja läheiset ovat aina tervetulleita yhteisiin tapahtumiin, joista tiedotetaan ilmoitustaululla. Kerran vuodessa on pyritty järjestämään omaisille oma ilta. (Opinnäytetyöpäiväkirja 14.3.2013.)

Vanhustenhuollon ohjaaja järjestää vertaisryhmätoimintaa Ortamonpuiston palvelukodissa. Ryhmään osallistuu sekä asukas että omainen. Ryhmä kokoontuu omaisten aikataulun mukaan noin kerran kuukaudessa. Usein läheisensä luona vierailevat, samassa elämäntilanteessa olevat omaiset tapaavat toisiaan ja keskustelevat esiin nousevista asioista. Ohjaajan tehtävänä on tiedottaminen, tapaamiskerroista sopiminen ja kahvitarjoilun järjestäminen. (Silventoinen 19.7.2013.)

5.2 Opinnäytetyön aiheen ajankohtaisuus

Vanhustyöhön suuntautuva opinnäytetyömme on ajankohtainen. Haasteita yhteiskunnalle asettaa ikääntyvän väestön osuuden kasvu, se on Suomessa nopeampaa kuin useimmissa muissa maissa. Aloittaessamme opinnäytetyön

suunnittelua vuonna 2012 Euroopan unionin vuoden teemana oli *Aina oikea ikä*. Se oli aktiivisen ja sukupolvien välisen solidaarisuuden teemavuosi. Suomessa teemavuodesta vastasi sosiaali- ja terveysministeriö ja käytännön koordinoijana Työterveyslaitos. Teemavuodelle oli asetettu monia tehtäviä, yksi niistä oli:

Aktiivisen ikääntymisen tukeminen ja nopeasti kasvavan väestöosan potentiaalinen parempi tunnistaminen ja hyödyntäminen. Miten senioripalvelujen avulla voidaan turvata aktiivinen toimijuus ja osallisuus itselle mielekkäällä tavalla? (Aina oikea ikä, 2012).

Myös kulttuurin näkökulmasta katsottuna käsillä tekemiseen liittyvä aiheemme on ajankohtainen. Suomen käsityön museo ja Käsi- ja taideteollisuusjärjestö Taito ry ovat nimenneet vuoden 2013 käsityön juhluvuodeksi teemalla *Käsityö elämässä* (Käsityö elämässä, 2013). Kulttuurista hyvinvointia -teema tulee olemaan lähitulevaisuudessa yksi tärkeimmistä vanhustyötä muuttavista näkökulmista ja erilaisista käytännöistä. (Liikanen 2011, 2–3.)

5.3 Menetelmät ja aineiston kerääminen

Olemme valinneet opinnäytetyömme toiminnallisen osuuden lähdeaineiston keräämismenetelmäksi havainnoinnin ryhmätoiminnan aikana. Käytämme strukturoitua havainnointimenetelmää, jossa havainnoitsijan asema suhteessa havainnoitavaan kohteeseen on osallistuja havainnoitsijana. Havainnoimme ryhmän jäsenten osallisuutta ryhmätoiminnassa, ryhmän sisäistä vuorovaikutusta ja kohtaamista sekä ilmapiiriä (Liite 1).

Tieteellinen havainnointi on systemaattista tarkkailua, jolla saadaan tietoa ihmisten toiminnasta. Havainnointi jaetaan osallistuvaan ja ei-osallistuvaan. Osallistuvassa havainnoinnissa tutkijalla on aktiivinen rooli havainnoitavassa toiminnassa, ei-osallistavassa havainnoinnissa tutkija pysyttelee pelkästään havainnoijajana, eikä osallistu toimintaan. Havainnointitekniikoissa on eroja, tekniikka voi olla systemaattista, jolloin se on hyvin pitkälle jäseneltyä ja mietittyä eli strukturoitua. Ei-systemaattinen tekniikka on joustavaa ja väljää. Strukturoidussa havainnoinnissa tutkija jäsentelee ongelmansa ennen varsinaista havainnointia ja laatii sitä varten havainnointikysymykset. Tällöin tutkittavasta alueesta

pitää olla ennalta sellaista tietoa, että voidaan päättää mitä ja milloin havainnoidaan. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Käytimme opinnäytetyöraportin teoriaosuuden lähdekirjallisuutena mahdollisimman ajantasaista kirjallisuutta. Opinnäytetyöraportin toiminnallisen osuuden lähdemateriaalina kehittämisprosessin kuvauksessa käytimme lähdekirjallisuuden lisäksi palautelomakkeella (Liite 2) kerättyä palautetta, vieraskirjaa ja opinnäytetyöpäiväkirjaa. Kohtaamispaikkaan järjestettiin vieraskirja, johon asukkaat, henkilökunta sekä vierailijat saivat kirjoittaa ajatuksiaan. Vieraskirja oli esillä neljä kuukautta toiminnan päättymisen jälkeen. Kuvassimme opinnäytetyöpäiväkirjaan ryhmätoimintaa sekä omia havaintojamme etukäteen asetettujen kysymysten mukaisesti. Opinnäytetyöpäiväkirja toimi meidän ja työelämänohjaajamme välisen vuoropuhelun sekä oman ammatillisen toimintamme reflektoinnin pohjana.

Sovimme etukäteen työnjaosta ryhmätoiminnan aikana. Toinen meistä toimi ryhmän mukana havainnoiden ja osallistuen toimintaan. Toinen huolehti toiminnan aikatauluttamisesta ja ryhmän ohjauksesta. Yhdessä organisoimme toimintaa, hankimme tarvittavat välineet ja kirjoitimme opinnäytetyöpäiväkirjaa. Ryhmässä paikalla olleet hoitajat osallistuivat toimintaan ja auttoivat tarvittaessa käytännön järjestelyissä.

5.4 Eettisyys

Ortamonpuiston palvelukodin esitteen mukaan tavoitteena palvelukodissa on yhdessä toimien tukea asukkaan voimavaroja, hyvinvointia, elämänlaatua ja aktiivista osallistumista päivittäiseen toimintaan sekä järjestettyyn virike- ja kuntouttavaan toimintaan. Hoito- ja hoivatyössä huomioidaan asukkaan oma toimintakyky ja voimavarat, itsemääräämisoikeus, elämäntilanne ja lähiyhteistyö (Ortamonpuiston palvelukodin esite.) Sitoutumalla toimimaan palvelukodin tavoitteiden mukaisesti toimimme samalla myös sosiaalialan ammattilaisten eettisten ohjeiden mukaisesti.

Varmistimme suostumuslomakkeella (Liite 4), että osallistujilla oli tieto kehittämisprosessiin osallistumisen vapaaehtoisuudesta sekä opinnäytetyön tarkoituk-

sesta. Pyysimme ryhmäläisiltä luvan valokuvaamiseen ja valokuvien käyttöön opinnäytetyömme esittelyssä sekä dokumentoinnissa (Liite 5). Valitsimme ja rajasimme käyttämämme valokuvat siten, että niissä näkyy vain luvan antaneet osallistujat. Sosiaalialan ammattilaisina noudatamme salassapitoa ja luottamuksellisuutta. Osallistujien nimiä ja henkilötietoja ei mainita missään vaiheessa.

Opinnäytetyössämme kuvaamme ryhmätoiminnan aikana vallinnutta ilmapiiriä. Käytämme opinnäytetyöraportissa ryhmään osallistujista nimikkeitä *asukas, omainen, hoitaja ja ohjaaja*. Keräsimme palautteet (Liite 2) nimettöminä, joten vastausten yksilöiminen on mahdotonta. Poistimme opinnäytetyöpäiväkirjan havainnointimuistiinpanoista otetuista suorista lainauksista henkilöiden nimet ja korvasimme myös ne nimikkeillä *asukas, omainen, hoitaja ja ohjaaja*. Näin toimien suojaamme osallistujien henkilöllisyyttä mahdollisimman tarkasti. Hävitämme keräämämme aineiston ja opinnäytetyöpäiväkirjan asianmukaisesti opinnäytetyön hyväksymisen jälkeen.

Arvioimme tässä opinnäytetyössä käytetyt lähteet luotettaviksi. Olemme suositteet suomalaisten vanhustyön ja kulttuurialan asiantuntijoiden kirjallisuutta, julkaisuja sekä Internet -lähteitä. Opinnäytetyöpäiväkirjasta poimittuihin sähköpostien käyttöön on pyydetty lupa vanhustenhuollon ohjaajalta (Liite 6).

6 Sosiokulttuurisen ryhmätoiminnan kehittämisprosessi

Toiminnallinen opinnäytetyömme lähti liikkeelle henkilökohtaisesta kiinnostuksestamme sosiokulttuuriseen innostamiseen sekä luoviin ja toiminnallisiin menetelmiin. Käsityöalan ammatillisen koulutuksen ja työkokemuksen myötä olemme kartuttaneet tietoja ja taitoja, joita voimme hyödyntää tulevaisuudessa toimiessamme sosiaalialalla yksilöllisessä asiakastyössä, ryhmässä ja yhteisöissä. Vahvistimme taidelähtöisten menetelmien osaamistamme sosiaalialan työtehtäviä silmällä pitäen Humanistisessa ammattikorkeakoulussa *Voimaa taiteesta – hyvinvointia tuottamassa* -erikoistumisopinnoilla (30 op) lukuvuonna 2011–2012 .

Kurki toteaa, että sosiokulttuurinen innostaminen on päämäärätietoista ja suunniteltua toimintaa. Toiminnan suunnitteluvaiheessa vastataan seuraaviin kysy-

myksiin: kuka/ketkä tekevät, mitä tekee, miksi tekee, mikä on toiminnan perustelu, miten tekee, minkä avulla, keiden kanssa, milloin ja missä. (Kurki 2008, 86.) Tämä näkökulma toimi lähtökohtana tämän kehittämisprosessin suunnittelussa.

Kokoonnuimme Ortamonpuiston palvelukodissa suunnittelupalaveriin kaksi kertaa. Palaveriin osallistuivat kahden osastonhoitajan lisäksi vanhustyön koordinaattori sekä vanhustenhuollon ohjaaja. Palavereissa käydyissä keskusteluissa opinnäytetyömme toiminnalliseksi osuudeksi vahvistui sosiokulttuuriseen innostamiseen perustuvan ryhmätoiminnan järjestäminen Ortamonpuiston palvelukodin asukkaille ja heidän omaisilleen. Tarkoituksena oli tarjota asukkaille, omaisille ja hoitajille tilaisuus kohtaamiseen ja yhteiseen toimintaan. Näkökulmaksi tarkentui omainen osallisena vanhustyössä ja yhteisöllisyyden vahvistaminen. Saimme käyttöömmme ryhmähuoneen, tulostimen ja cd-soittimen.

Suunnittelupalaverissa Ortamonpuiston palvelukodin henkilökunnan kanssa sovimme, että ryhmä kokoontuisi kahdeksan kertaa tammi-helmikuussa (2013) torstaisin kello 15.30–17.00. Tämä sopi parhaiten Ortamonpuiston palvelukodin päivärytmiin. Ryhmä valikoitui niin, että palvelukodin henkilökunta kartoitti ja kutsui ryhmään toiminnasta kiinnostuneita asukkaita ja omaisia. Kahdella palvelukodin kuntoutus- ja viriketoiminnasta vastaavalla hoitajalla oli mahdollisuus osallistua ryhmätoimintaan työaikana. Esiin nousseiden ajatusten ja toiveiden pohjalta aloitimme varsinaisen suunnittelutyön.

6.1 Ryhmätoiminnan suunnittelu

Suunnittelimme ryhmätoimintaa etukäteen tietämättä tarkalleen, millainen ryhmä meillä tulisi olemaan. Varauduimme siihen, että asukkaiden joukossa on muistisairaita henkilöitä. Olimme jo tässä vaiheessa valmiita luopumaan suunnitelmistamme sitä mukaa, kun ryhmässä syntyisi omia ajatuksia toiminnan sisällöstä. Ensimmäinen ryhmäkerran suunnittelimme käyttävämme tutustumiseen ja toiminnan tarkoituksesta kertomiseen. Ajattelimme, että osallistujat suunnittelisivat itse seuraavan kerran teeman, näin toteutuisi sosiokulttuurisen innostamisen periaate ihmisen osallistamisesta.

Ryhmätoiminnan seuraavat kuusi kertaa suunnittelimme rungoltaan samankaltaisiksi. Ottaisimme huomioon asukkaiden muistisairauden ja varaisimme aikaa uudelleen tutustumiseen jokaisella ryhmäkerralla. Aioimme käyttää tukena edellisellä ryhmäkerralla otettuja valokuvia. Sen jälkeen keskustelisimme sovitusta aiheesta ja muistelisimme aiheeseen liittyviä asioita. Jokaisella kokoontumiskerralla pyrkisimme tuottamaan jotain omin käsin. Suunnittelimme käyttävämme erilaisia tekniikoita työskentelyssä, esimerkiksi huovutusta, maalausta ja valokuvaamista. Pääpaino ryhmätoiminnassa tulisi olemaan vuorovaikutuksessa, keskustelussa ja muistelemisessa. Ryhmäkerta päättyisi toivemusiikin kuunteeluun, mahdollisesti tanssiin. Viimeisellä kerralla järjestäisimme koko talolle kohtaamispaikan tupaantuliaiset, joiden tarjoilun ja ohjelman osallistujat suunnittelisivat.

6.2 Ryhmätoiminnan kuvaus

Vanhustenhuollon ohjaaja jakoi laatimamme tiedotteen osallistujille (Liite 3) ryhmätoiminnasta hyvissä ajoin ennen toiminnan aloittamista. Ensimmäiseen ryhmäkertaan osallistui yksi hoitaja, viisi asukasta ja kuusi omaista. Aluksi esittelimme itsemme, mistä tulemme ja miksi olemme kokoontuneet. Ryhmä esittäytyi vierittämällä matonkudekerää pöydän yli toinen toisilleen (Kuva 1), kerän haltijalla oli puheenvuoro (Kuva 2).



Kuva 1. Esittelykierros



Kuva 2. Kerä puhujalla

Asukkaista neljä oli miehiä ja yksi nainen. Neljä asukkaista oli toimintakykyisiä, yksi toimintakyvytön. Omaisina osallistui kaksi puolisoa, yksi sisar, yksi tytär ja yksi tyttärentyttäjä. Neljä omaisista oli eläkeläisiä, yksi työikäinen. Yksi asukas ja hänen omaisensa jättäytyivät pois toiminnasta ensimmäisen ryhmäkerran jäl-

keen. Muiden ryhmään valikoitujen asukkaiden ja omaisten osallistuminen ryhmätoimintaan oli aktiivista koko jakson ajan, poissaoloja oli vain pakottavista syistä.

Kerroimme esittelykierroksen jälkeen, että ryhmällä on mahdollisuus sisustaa palvelukodin eteisaulassa sijaitsevaa nurkkausta. Ajatus herätti kiinnostusta ja tiedustelimme osallistujilta, mitä he haluaisivat valmistaa sisustukseen. Ryhmästä ei noussut esille ideoita, joten esittelimme mukana tuomamme keinutuolin (Kuva 3) ideoinnin pohjaksi. Keinutuoli on lähtöisin Mäntylän sairaalasta, josta asukkaat ja henkilökunta olivat muuttaneet Ortamonpuiston palvelukotiin. Keinutuoli on ollut kiertolaisena noin 25 vuotta, nyt se palautui takaisin vanhustyöhön Ortamonpuiston palvelukotiin.

Oli hiukan jännittynyt olo ensimmäisellä kerralla, uusi ikäryhmä ohjaustyössä. Olin väsynyt työpäivän jälkeen ja jotenkin jäi aika epävarma olo ryhmän jälkeen. Toivottavasti väsymys ja epävarmuus eivät vaikuttaneet ryhmän aloitukseen kovin paljon, ei ainakaan palautteesta päätellen. Kyselinkö liikaa ryhmäläisten tekemisen haluja? Jälkeenpäin ajattelin, että siinä oli puolensa: ryhmäläisille tuli varmasti olo, että saavat itse päättää mitä tehdään sekä kysellessäni muistuttelin myös miettimään sitä. Jostakin saattoi tuntua kiusalliselta utelu ja yhtäkkiä miettiminen, en tiedä... (Opinnäytetyöpäiväkirja 17.1.2013.)



Kuva 3. Keinutuoli ideoinnin pohjana



Kuva 4. Hiottu kädensija

Omaisiet innostuivat keinutuolin kunnostamisesta ja ideoita syntyi. Keskustelimme maalaamisesta ja hiomisesta. Maalaamisesta luovuttiin ja ajan rajallisuuden takia päädyttiin pelkkään keinutuolin hiomiseen. Todettiin, että sileäksi hiottu puupinta tuntuisi hyvältä koskettaessa. Hiomalla korostettaisiin tuolin luonnollisia kulumakohtia (Kuva 4). Yksi omaisen ilmoittautui vapaaehtoisesti hiontatyöhön. Selkänojaan suunniteltiin punottavan jotain pehmikkeeksi. Yksi ryhmäläisistä kertoi virkanneensa kotona isoäidin neliöitä ja syntyi ajatus torkkupeiton kokoamisesta. Ajatus sai kannatusta ja sovimme, että torkkupeitto sommitellaan ja kootaan yhdessä (Kuva 5). Peitto muotoutui loppujen lopuksi keinutuolin pehmikkeeksi. Yhdellä omaisella oli kotonaan kesken jäänyt tyynynpäällinen, johon hän oli virkannut palat. Hän toi ne mukanaan ryhmään, kokosi tyynyn ja lahjoitti sen kohtaamispaikan sisutukseen.

Kurki korostaa, että sosiokulttuurinen innostaminen on ytimeltään ikäihmisten omaa, vapaaehtoista osallistumista toimintaan sen kaikissa vaiheissa. He ovat mukana toiminnan suunnittelusta arviointiin saakka. Innostamisen aktiviteetit toimivat hyvin silloin, kun ikäihmiset voivat itse valita vapaasti toiminnat, jotka tuottavat hyvinvointia ja mielihyvää. Ikäihmisten parissa innostaminen liittyy kiinteästi ihmisen arkipäivän ympäristössä tapahtuvaan sosiaaliseen oppimiseen. (Kurki 2008, 16, 75.)



Kuva 5. Peiton sommittelua

Muun toiminnan ohella opastimme ryhmäläisille neulahuovutusta, joka oli useimmille uusi tekniikka. Neulahuovutuksesta innostuneen omaisen taidot karttuivat työn edetessä siinä määrin, että hän rohkaistui näyttämään mallia hoitajalle (Kuva 6).



Kuva 6. Omainen opastaa hoitajaa

Miespuolisista osallistujista kaksi ei ottanut käsityö-aihetta omakseen. He päättivät pelata sen sijaan korttia (Kuva 7). Kortin pelaamisen lomassa he osallistui-
vat yleiseen keskusteluun. Toinen miehistä esitti hauskan arvoituksen, ja hänen kiinnostuksensa tietovisailua ja arvoituksia kohtaan tuli esille. Kannustimme häntä pitämään ryhmälle tietovisaa työn lomassa. Arvoitukset ovat osa kansanperinnettä. Arvuuttelu on Suomessa aiemmin liittynyt yhteisöllisiin tilanteisiin, joissa se on saanut leikin tai kilpailun luonteen (Folkloristiikka).

Mitä Aatamilla ei ole ja meillä muilla ihmisillä on? Napa. Mietimme, onko Eevalakaan napaa, hänethän luotiin Aatamin kylkiluusta. (Opinnäytetyöpäiväkirja 17.1.2013)



Kuva 7. Korttipeli

Ryhmäkertojen toiminta rakentui luontevasti suunnitelmiamme myötäillen. Kuulumisten vaihdon jälkeen kaikki hakeutuivat oma-aloitteisesti omiin töihinsä. Lopuksi kuuntelimme toivemusiikkia. Kolmannella kokoontumiskerralla kuulumiskierros alkoi hieman eri tavalla. Vaikka muutos aiheutti hieman hämmennystä, se sujui toinen toistaan auttaen.

Aloitin kuulumiskierroksen niin, että kerrottiin kuulumiset ja sitten piti sanoa sen henkilön nimi, jolle kerän kieritti seuraavaksi. Aiheutti hieman keskustelua, että kuka muistaa mitenkään hyvin nimet.. Ajattelin, että tuntuuko oman nimen kertominen kolmannella kerralla jo hieman päiväkotimeiningiltä. Yllätin ehdotuksella ni itsenikin. Ensi kerralla voidaan sopia niin, että aina voi ”kilauttaa naapurille” ja pyytää muistintukea. (Opinnäytetyöpäiväkirja 31.1.2013.)

Osallistujien ehdotuksesta huovutustöistä, keinutuolin hiontapölyn pyyhkimisrasteistä, valokuvista ja matonkuteesta valmistui taulu kohtaamispaikan seinälle viimeisellä ryhmäkerralla (Kuva 8).



Kuva 8. Taulun sommittelua

Ensimmäisellä ryhmäkerralla olimme sopineet, että viimeisellä kerralla järjestäisimme juhlat. Työelämän ohjaajamme ja kaikki toimintaan osallistuneet omaiset, yhtä lukuun ottamatta, osallistuivat juhlaan. Valitettavasti toimintaan osallistuneet asukkaat ja hoitajat eivät voineet osallistua juhlaan palvelukodissa vallinneen epidemiauhan vuoksi. Sisustimme kohtaamispaikan (Kuva 9) valmiilla töillä, joimme kahvit ja nautimme leivonnaisista, joita ryhmäläiset olivat itse leiponeet.



Kuva 9. Kohtaamispaikka

6.3 Ryhmätoiminnan arviointia ja havaintoja

Jokaisen kokoontumisen jälkeen kirjasimme esiin nousseita ajatuksia opinnäytetyöpäiväkirjaan. Olimme varautuneet toiminnan suunnitteluvaiheessa siihen, että palvelukodin asukkaat ovat muistisairaita ja suunnittelimme ryhmätoimintaa sen mukaan. Suunnitelmat menetelmästä, joilla varauduimme tukemaan muistisairaana henkilön osallisuutta ryhmässä, osoittautuivat tarpeettomiksi.

Meillä ohjaajina ei alkusykäyksen jälkeen ollut oikeastaan ”mitään virkaa”. Luovuustutkijat ovat todenneet, jos pyydetään olemaan luova, se tappaa luovuuden. Siksi tuo valmis aihe alkuvaiheessa on varmasti tarpeen. Kun ryhmä on tuttu ja päästään työn touhuun, luovuuskin varmaan alkaa omia aikojaan kukkia ja uusia ideoita syntyy. Idea torkkupeitosta oli myös valmis, sen jalostamiseen kannattaa kannustaa sen myötä, kun työ etenee. Toivon, että innostus huovuttamiseen syttyy. Ensi kerralla kannattaa kerrata, mitä ensimmäisellä kerralla suunniteltiin ja kysyä, onko syntynyt uusia ideoita. (Opinnäytetyöpäiväkirja 17.1.2013.)

Osallistujat esittivät omia mielipiteitä ja ehdotuksia toiminnan suunnitteluvaiheessa rohkeasti. Myös eriäviä mielipiteitä esitettiin. Ilmapiiri oli välitön, eikä ryhmäläisillä tuntunut olevan kiire pois, vaikka päivällisen tuoksu leijaili ilmassa.

Teimme itsemme toteutuksen suunnitteluvaiheessa tarpeettomiksi alkusysäyksen jälkeen. Tämä liittyy sosiokulttuuriseen innostamiseen; tartutaan ihmisten omiin ajatuksiin ja ideoihin, kannatellaan niitä. Suunnitelmat ja tavoitteet on oltava, mutta niistä on osattava joustaa tilanteen mukaan.

Meillä on ollut paljon ideoita – hylkäämme niitä tilanteen mukaan. Ensimmäisen kerran työksi ajattelimme tehdä nimilaput, joita jatkossa käytettäisiin aloituksessa. Tämä porukka ei mitään nimilappuja kaipaa, ei edes ehdotettu niitä. Olimme ajatelleet, että jokaisen kerran keskusteluaihe valitaan etukäteen. Tämä porukka ei mitään aiheita tarvitse, tartutaan aiheisiin sitä mukaa, kun ne esiin nousevat. (Opinnäytetyöpäiväkirja 17.1.2013.)

Totesimme ensimmäisen ryhmäkerran jälkeen, että ryhmätoiminta tulisi olemaan omaisia innostava. Toimintaan oli ilmoittautunut ennestään käsitöistä kiinnostuneita. Yhteinen mielenkiinnon kohde loi pohjaa luontevalle vuorovaikutukselle. Kysyimme palautelomakkeessa mielipiteitä ryhmän vuorovaikutuksesta. Kaikki vastanneet olivat sitä mieltä, että vuorovaikutus oli ollut hyvää. Saimme palautelomakkeen täytettynä kaikilta asukas- ja omaispareilta.

Koko ajan iloinen puheensorina täytti huoneen. Eli vuorovaikutus ryhmän kesken oli erittäin hyvä. Mukavaa oli myös oppia tuntemaan muita Ortamonpuistossa kävijöitä. ennen heitä vain näki käytävällä, nyt voi vaikka pysähtyä juttelemaan. (Palautelomake.)

Hoitajan ja asukkaan kesken virisi idea huovuttamisesta myös omassa huoneessa. Se onnistuisi hyvin hoitajan avustaessa. Saimme myös ihastella joidenkin ryhmäläisten omia käsitöitä. Tutustuimme sekä uudempiin materiaaleihin sekä vanhoihin tekniikoihin. Esille tuotiin esimerkiksi vanutettu, huopautuvasta villasta koukuttu kassi sekä nyplättyjä tauluja. Ilmaan heitettiin ajatus nypläystaidon siirtämisestä nuoremmalle ikäpolvelle. Kuulimme monia hienoja tarinoita, mielipiteitä eri asioista ja ajan ilmiöistä. Huumorilla oli merkittävä osuus keskusteluissa, nauru raikasi välillä niin, että se kuului kauas.

En voinut eilen (7.2.) olla kuulematta tänne työhuoneeseeni teidän iloista naurua, se oli niin tarttuvaa, että olisin halunnut liittyä joukkoonne. (Silventoinen 8.2.2013.)

Ryhmäläiset tekivät omasta aloitteestaan kotonaan sisustukseen liittyviä töitä, tämä auttoi aikataulussa pysymistä. Kahdeksan ryhmäkertaa eivät olisi riittäneet töiden valmistumiseen. Kun aihe, jonka ympärille toiminta rakentui, kiinnosti

aidosti, se yhdisti myös eri sukupolvia toisiinsa. Se toi toiminnallista sisältöä vierailuihin ja lisäsi sosiaalista kanssakäymistä yhteisön sisällä.

Tässä työssä olen itse pitänyt tärkeänä omaisyhteistyötä. Omaiset/läheiset ovat merkittävä osa täällä asuvan vanhuksen elämää ja sosiaalista verkostoa. Ketkä muut tuntevat asukkaan elettyä elämää paremmin kuin he, ja jos kyseessä on vielä muistisairas heiltä saa arvokasta tietoa eletystä elämästä. Saatua tietoa auttaa kohtaamaan ja ymmärtämään asukkaan tarpeita ja toiveita. Mielestäni omainen on tärkeä yhteistyökumppani ja heidän pitäisi tuntea olevansa aina tervetulleita ja odotettuja henkilöitä. Tämä teidän ryhmätoiminta on mielestäni yksi merkittävä tapa osoittaa arvostusta omaisten/läheisten tärkeydestä. Mitä sillä on väliä jos ryhmätoiminnalla on enemmän merkitystä omaisille kuin asukkailla. Tämä kuitenkin antaa heille mahdollisuuden viettää yhteistä aikaa erilailla kuin muuten normaalisti arjessa. Vertaistukea voi saada ja antaa monella eri tavalla. Tässä ryhmässä olevien omaisten elämäntilanne on samankaltainen joka lisää varmaan heidän keskinäistä ymmärrystä. Eikä heidän tarvitse perustella toisille ryhmäläisille omaa tilannettaan. Tämä on sitä arjen arvostusta, keskinäistä ja tasavertaista tukea, kannustuksen saamista ja antamista. Tämä on sitä vertaistukea parhaimmillaan. Uskon kaikkien ryhmäläisten saavan voimia ja virkistystä toinen toisiltaan, sekä teiltä. (Silventoinen 8.2.2013.)

Yhden asukkaan puhe- ja toimintakyky oli hiipunut muutama vuosi sitten. Hän lepäsi muhkeassa pyörätuolissa tai sängyssä puolisonsa vierellä. Pohdimme toiminnan merkityksellisyyttä hänelle. Kukaan ei voi varmasti tietää, miten hän koki ryhmässä olemisen. Puolison hellä kosketus osoitti, että hänen mukanaolonsa oli tärkeää. Toivomme, että hetki keskellä puheensorinaa ja naurua toi asukkaalle hyvää mieltä. Välillä hän nosteli kättään ylös, puoliso tulkitsi sen tervehdykseksi.

Uskon tässä olevan tärkeintä yhdessä oleminen, jonka asukas ymmärtää ja aistii, vaikka ei kykene ilmaisemaan. Onhan hänen vierellä ehkä tuo elämän tärkein ihminen. Omaiselle nämä hetket ovat erilainen tapa viettää aikaa yhdessä. (Silventoinen 8.2.2013.)

Kokemus ryhmätoiminnasta voi olla yllättävä, kuten seuraavasta esimerkistä voi todeta. Ikäehyt eli Ikäihmisten elämänhallinnan ja hyvinvoinnin tukeminen -hankkeen sivuilta löytyy kannustava, positiivinen kokemus: *Jalka ei nouse eikä puhetta tule, mutta nauru tarttuu.* Tämä on havaittu työpajassa, jossa iloinen puheensorina sai vierestä touhua seuranneen mummon nauramaan makeasti pitkästä aikaa. (Tuovinen 2012.)

Ryhmään osallistui oman vointinsa mukaan asukas, joka omalla persoonallaan ja hauskoilla jutuillaan loi leppoisaa tunnelmaa. Hän muun muassa kertoi saa-

neensa sota-aikaan lempinimen Munaton Matti, kun tansseissa tanssitti naisia miehien ollessa rintamalla. Omainen, jonka puoliso oli menettänyt puhekykynsä, oli hyvillään tämän mukavan mummon omaisten puolesta koska mummolla oli puhe ja huumori tallella.

Eräs ryhmän miehistä tuumasi ensimmäisen kokoontumisen jälkeen käsitöiden tekemisestä: *akkojen hommaa, mutta lähin kuitenkin*. Ensimmäisillä kerroilla miehet eivät vaikuttaneet kovin innostuneilta. Ajan myötä vaikutti siltä, että tapaamista jopa odotettiin. Tämän vahvasti myös toisen puoliso. Ryhmässä viihtymiseen vaikutti todennäköisesti eniten se, että he löysivät itselleen mielekkäämpää toimintaa. Kortin pelaaminen muodostuikin luontevaksi ”käsityöksi”. Omat kortit kulkivat aina mukana. Marjapussi oli korttipeli, jota monet ryhmän jäsenistä olivat nuoruudessaan pelanneet. Miehet yrittivät opettaa monimutkaista taktiikkapeliä hoitajalle ja osallistuvalla havainnoijalle. Heidän keskittymiskykynsä ei kuitenkaan aina riittänyt peliin, keskusteluun sekä havainnointiin. Silloin kärsivällinen opettaja lopetti pelaamisen: *Ei taas kuunnella*, hän totesi ja jäi odottamaan. Se oli hyvä muistutus siitä, mistä arvostavassa kohtaamisessa ja aidossa läsnäolossa on kysymys.

Suunnitelmaan olemme kirjanneet: ”Tavoitteenamme on kehittämistehtävien ohella tuottaa asukkaille ja heidän omaisilleen iloa, antaa mahdollisuus yhteiseen toimintaan ja sen myötä vahvistaa yhteisöllisyyttä”. Minusta tuntuu, että tällä menolla ja meiningillä saavutamme tavoitteet kirkkaasti. Jatketaan vaan samaan malliin vaikka se voi vaikuttaa enemmän puuhastelulta kuin ammattilaisten suunnitelmalliselta ja tavoitteelliselta toiminnalta. (Opinnäytetyöpäiväkirja 31.1.2013.)

Toiminnallisuuden ja toiminnallisten työmenetelmien arkisuuden vuoksi ammatillaiset unohtavat usein työtä tehdessään, että he käyttävät työtehtävissään toiminnallisuutta. Asiakas ja työntekijät saavat toisiltaan arkisten askareiden lomassa paljon informaatiota, jota ei välttämättä muuten saa. Toiminnan avulla asiakas huomaa ja havainnoi itse tapaansa toimia, ja työntekijä saa tietoa asiakkaan toimintatavoista ja elämän realiteeteista. Tämän avulla voidaan yhdessä opetella uusia ja toimivimpia tai toivottavampia tapoja arjen hallintaan. Ammatillisen työn perustana on suunnitelmallisuus ja tavoitteellisuus. Toiminnallisia menetelmiä käytettäessä tämä saattaa unohtua. Vaikka sosiaalista työtä on jos-

kus hankala kuvata sanoin ulkopuolisille, se ei kuitenkaan tarkoita sitä, ettei työ olisi suunniteltua ja tavoitteellista. (Mäkinen ym. 2009, 163.)

Olimme toivoneet kahden hoitajan osallistuvan jokaiseen ryhmäkertaan. Osastonhoitajat olivat lupautuneet ottamaan tämän huomioon työvuorolistoja tehdessä mahdollistaen näin hoitajien osallistumisen. Tämä ei toteutunut suunnitellusti: ryhmään osallistui viidellä kerralla kahdeksasta yksi hoitaja kerrallaan. Hoitajien osallistuminen ryhmän toimintaan oli vapaaehtoista. Ymmärsimme, että hoitajien oli vaikea irrottautua työtehtävistä. Tunne siitä, että työtehtävät jäävät toisten harteille, saattoi korottaa osallistumiskynnystä. Ryhmäläiset olivat tyytyväisiä hoitajien läsnäoloon. Eräs omainen mainitsi kahteen otteeseen siitä, että oman osaston hoitaja ei ole vielä osallistunut toimintaan. Tämän tuli esille myös hoitajan taholta eräällä ryhmäkerralla.

Hoitaja harmitteli sitä, ettei yläkerrasta pääse osallistumaan, kun henkilökuntaa on ollut vuorossa liian vähän. Olisiko osastonhoitajalla ollut mahdollisuutta vaikuttaa tähän? Pakkohan tähän ei ollut osallistua, mutta jos tämän tyyppinen toiminta nähdään tärkeänä ja tarpeellisena, siihen on panostettava. (Opinnäyte-työpäiväkirja 28.2.2013.)

Havaitsimme yhteisöllisyyden vahvistuvan jo ensimmäisellä ryhmäkerralla, kun omaiset ehdottivat tuovansa valmiita tilkkuja ja lankoja. Mahdollisuuteen yhteisöllisyyden vahvistumisesta viittasi myös vanhustenhuollon ohjaajan välittämä omaisen kommentti.

Aivan kuin olisi tuntenut osallistujat entuudestaan, vaikka tavattiin ensimmäisen kerran juttu luisti niin hyvin. Tunnelma leppoisa ja mukava. (Silventoinen 18.1.2013.)

Neljännellä kokoontumiskerralla nousi esiin huoli siitä, että kokoontumiskertoja on yksi vähemmän kuin alun perin suunnittelimme. Pohdimme yhdessä, jatkaisimmeko toimintaa siten, että suunnitellut kahdeksan kertaa toteutuvat. Eräs ryhmäläisistä keksi mainion varasuunnitelman: *voidaanhan me tulla ja jatkaa ryhmää keskenäänkin, tuskin ne pois ajaa*. Suunnitelma sai kannatusta.

Luottamus osallistujien välillä vahvistui vähitellen. Luottamuksellisessa ilmapiirissä saattoi myös puhua vaikeista ja mielen päällä olevista asioista. Keskustelun aiheeksi nostettiin esimerkiksi henkilökohtaiseen verotukseen liittyviä asioita. Kaikki saivat aiheellisen muistutuksen siitä, että verottajan kanssa täytyy olla

tarkkana, muuten virhe voi vaikuttaa jopa Yle-veroon. Eräs osallistuja kertoi aloittaneensa harrastuksen, jota ei ollut aiemmin kertonut kenellekään, koska häntä luultaisiin hulluksi. Hän jakoi sen tämän ryhmän kanssa. Luottamuksellinen ilmapiiri vapautti myös huumorin käyttöön.

Asukas kyseli omalla vuorollaan ohjaajan auton merkkiä (Ford) ja muisteli omaansa. Ja kohta velmuilikin: ”kun täällä tuntuu olevan huumori-ihmisiä, tämä ei ole pilkkaa: Jos Ford on auto, niin akkakin on ihminen”. (Opinnäytetyöpäiväkirja 31.1.2013.)

Leskisen mukaan toimintaan on helpompi sitoutua, kun ryhmän päämäärästä, tavoitteista ja aikatauluista sovitaan ensimmäisellä kerralla. Ryhmän ohjaaja huolehtii asioiden sujumisesta ja organisoinnista sekä kannustaa ja rohkaisee ryhmäläisiä toimimaan yhdessä ja käyttämään kykyjään monipuolisesti. Ohjaaja ottaa ryhmän jäsenet tasapuolisesti huomioon kertoen suunnitelmat ja ideat sekä antaen palautetta ja kannustusta. Tasa-arvoinen kohtelu luo luottamuksen ilmapiiriin. (Leskinen 2009, 18.)

Oma merkityksensä välittömän ja luottamuksellisen ilmapiiriin syntymisessä olivat ryhmäohjaajan tahattomat ”tunnustukset”. Esittelykierron alkoi aluksi satumalta aina tunnustuksella esimerkiksi omasta väsymyksestä tai sinunkauppohen unohtumisesta. Lopulta ryhmä jo odotti huvittuneen jännittyneenä, onko ohjaajalla sinä päivänä mitään omalla tunnollaan – aina ei ollut. Ehdotettiin jopa ”rimpsalle” lähtöä, että seuraavalla kerralla olisi jotain tunnustettavaa.

Ryhmäkerran alussa käydystä kuulumiskierroksesta ei tahtonut aina tulla loppua. Jokaisella oli paljon asiaa, myös asian viertä. Pohdimme tässä yhteydessä arvostavan kohtaamisen merkitystä. On tärkeää, että jokaista kuunnellaan vuorollaan keskeyttämättä. Kannustavat kommentit ja kysymykset ovat paikallaan, mutta varsinainen oma asia voisi odottaa. Tämä vaatii napakkuutta ohjaajalta, puheenvuorojen jakamista tasapuolisesti.

Musiikin löytäminen osoittautui haasteelliseksi, kirjastosta lainattu aineisto ei aina toiminut, eikä osallistujien keskittymiskyky toiminnan lopussa aina riittänyt musiikin kuunteluun. Työskentelyä ja keskustelua ei maltettu lopettaa, tai toisinpäin; musiikin kuuntelu vei kykyä keskittyä muuhun toimintaan. Kesken korttipelin kuuntelimme kappaleen Nuoruusmuistoja, ja toiveen esittäjä totesi: *en ym-*

märrä tästä pelistä enää mitään. Toiveiden esittäminen ja oman kappaleen kuuleminen oli osallistujille tärkeää. Usein kappaleen toivoja keskittyi kuuntelemaan, vaikka toiset jatkoivat töitään ja keskustelua. Ohjaajina meidän olisi pitänyt pitää tarkemmin kiinni siitä, että toiminta ja keskustelu lopetetaan ennen musiikin kuuntelua. Näin toimittuna toivemusiikin kuuntelu olisi ollut toivojaa kunnioittavampaa ja arvostavampaa.

Ajatus toivelauluista tuli meiltä. Jos se olisi tullut ryhmäläisiltä, he ehkä olisivat innostuneet enemmän, ja keskittyneet niiden kuuntelemiseen. Tämän kokemuksen jälkeen olen sitä mieltä, että musiikkipiiri olisi parempi olla erikseen. Ainakin tälle porukalle tuntuu olevan tärkeämpää keskustelu käsitöiden lomassa ja se on nyt hyvin todistettu. (Opinnäytetyöpäiväkirja 21.2.2013.)

Suurin osa, neljä viidestä ryhmätoimintaamme osallistuvista omaisista oli eläkeikäisiä. Huomioimme, että ryhmätoiminta lähensi osallistujia vahvistaen yhteisöllisyyttä. Syntyi ystävyysuhteita ja omaiset esittivät vierailukutsuja toisilleen.

Sosiaalisen vuorovaikutuksen vahvistuminen lisää henkistä hyvinvointia ja auttaa jaksamaan jatkossakin. Jaksaa ehkä paremmin käydä tapaamassa läheistään laitoksessa ja pärjää itse kotona pidempään. Onko tämä ruusunpunainen näkemys vai voisiko tällaisesta toiminnasta todella olla moninkertainen hyöty sekä lyhyellä että pitkällä tähtäimellä. (Opinnäytetyöpäiväkirja 31.1.2013.)

Palautelomakkeessa (Liite 2) kysyimme, oletko saanut olla osallisena ryhmätoiminnassa ja miten se näkyy? Tarkoituksenaamme oli selvittää kysymyksellä sitä, miten osallistujat kokivat osallisuutensa ryhmän toiminnassa? Olivatko he omasta mielestään saaneet vaikuttaa ryhmän suunnitteluun ja toteutukseen? Olimme muotoilleet kysymyksen niin, että se ymmärrettiin osallistumiseksi ja vastaajat kuvasivat, mitä olivat ryhmässä tehneet.

*Olen saanut olla mukana. Olen huovuttanut muiden mukana. kertonut kuulumi-
set, pelannut korttia, keskustellut*

*Kyllä. Teimme yhdessä käsitöitä ja rakensimme/suunnittelimme Ortamoon tul-
lutta taulua.*

Olen saanut olla mukana ryhmätoiminnassa joka kerta.

Huomasimme, että emme olleet osanneet asetella kysymystä palautelomakkeeseen takoittamallamme tavalla, päätimme viimeisellä kerralla kahvihetken

lomassa esittää kysymyksen: Kuka tai ketkä heidän mielestään olivat suunnitelleet ja toteuttaneet ryhmätoiminnan? Kysymyksen tarkoituksena oli saada selville osallistujien kokemus osallisuudesta ryhmätoiminnan aikana. Olivatko he mielestään saaneet vaikuttaa ryhmän toimintaan? Nauruksi ja höpötykseksi hän se kahvihetki meni, saimme vastauksia kun välillä muistutimme, että asiaakin oli. Tällaisia vastauksia saimme omaisilta:

Porukalla – joku sanoi jotakin ja toiset tarttui siihen kiinni, lähettiin toteuttamaan.

Myö tehtiin kaikki täs yhdessä, miehiä myöten.

Kaikki myö yhes tehtiin.

Päätelimme että osallisuus, kuin myös yhteisöllisyys ryhmätoiminnassa oli toteutunut. Ikäihmisten osallistamisella ja yhteisöllisyyden tukemisella mahdollistetaan mielekäs arki asukkaille yhdessä omien läheisten kanssa. Totesimme myös, että sosiokulttuurisessa toiminnassa toimintaprosessi voi olla yhtä tärkeä kuin lopputulos. Vaikka käsitöiden tekeminen tuntui olleen osallistujille tärkeää, oli mukava nauttia myös sen tuloksista.

6.4 Sosiokulttuurisen ryhmätoiminnan jatkuvuus palvelukodissa

Havaitsimme ryhmän innokkuuden heti ensimmäisellä kokoontumiskerralla.

Jo ensimmäisen kerran jälkeen tuli tunne, että tämä ryhmä jatkaa vielä meidän osuuden jälkeenkin. Päivi oli jo ajatellutkin jatkavansa käsitöiden merkeissä. Jos meiltä jäisikin jotain kesken, olisi luontevaa jatkaa yhdessä saman työn äärellä. Ainakin sen nurkkauksen sisustamista voisi jatkaa. Kun omainen tulee tapamaan läheistään, kulkee hän yhteisen tilan ohi. Se varmasti pitää yllä kiinnostusta ja yhdessä olemisen nostattamia tunteita yllä. (Opinnäytetyöpäiväkirja 17.1.2013.)

Palautelomakkeisiin oli kirjattu ryhmätoiminnan kehittämisehdotuksia ja toiveita ryhmätoiminnan sisällöstä.

Ehkä toiminta/askareet voisivat olla enemmän sellaisia, että kaikki voisivat/haluaisivat osallistua siihen.

Itse en ole mikään idearikas tyyppi. Mutta ehkäpä tällaiset aktiiviset omaiset keksivät ideoita. Ei välttämättä tarvitsisi ohjaajaa, omaiset voisivat kokoontua itse jos heille tarjotaisi tilat. Kahvia voisi keitellä.

ryhmä on ollut mieluisa, kehittämiseen ehkä koitettaisko saada jotain toimintaa enemmän talon asukkaille??

Palautelomakkeissa tuli esille myös toive ryhmän jatkamisesta. Kokoontumisen ajankohtaa toivottiin aikaisemmaksi päivällä, jotta talvella olisi turvallisempi tulla valoisampaan aikaan. Aiheiksi toivottiin pelejä, tietokilpailuja ja laulutukioita.

Kaikkia ryhmämme omaisia yhdisti kiinnostus käsityöhön. Heistä löytyi myös vahvuuksia muilta kulttuurin aloilta. Yksi omaisista oli erityisen liikunnallinen ja toinen oli innostunut konserteissa kävijä. Keskustelimme siitä, miten erilaiset vahvuudet ryhmän sisällä voisi jatkossa ottaa hyötykäyttöön. Luvassa olisi taukojumbppaa ja katsauksia kaupungin musiikkitarjonnasta. Näin sosiokulttuurista innostamista tapahtuisi ryhmän sisällä, omaiset voisivat rikastuttaa toinen toisensa elämää tarjoamalla palan omasta arjestaan.

Vanhustenhuollon ohjaaja on suunnitellut jatkavansa syksyllä 2013 käsitöiden merkeissä kokoontuvan ryhmän toimintaa. Innostusta toiminnan jatkamiseen on löytynyt sekä omaisilta että henkilökunnalta. Alustavien suunnitelmien mukaan ryhmään osallistuisi omaisia, lähihoitaja sekä vanhustenhuollon ohjaaja. Henkilökunta toimisi osallistuvina ryhmän jäsenenä. Heidän vastuullaan olisi sopia tapaamiskerrat ja tarvittaessa he toimisivat ohjaajina. Käsitöiden ja kahittelun lomassa käytäisiin keskustelua esiin nousevista aiheista. Ensimmäisellä kokoontumiskerralla sovittaisiin, mikä ryhmän yhteinen tuotos tulisi olemaan: villasukkia joulumyyntiin vai jotain muuta. (Silventoinen 19.7.2013.)

Toisena suunnitelmana on aloittaa Muistojen puu -projekti. Ryhmässä olisi mukana asukkaita, hoitajat palvelukodin molemmista kerroksista sekä vanhustenhuollon ohjaaja. Aiheen tarkempi suunnitelma on alkutekijöissään, tavoitteena olisi tuottaa asukkaiden muistoista kertovat puut palvelukodin molempien kerroksien seinille. (Silventoinen 19.7.2013.)

7 Yhteenveto ja johtopäätökset

Opinnäytetyönä suunnittelimme ja toteutimme sosiokulttuuriseen innostamiseen perustuvaa toimintaa ryhmälle, joka koostui neljästä asukas- ja omaisparista sekä kolmesta hoitajasta. Opinnäytetyön tarkoituksena oli tarjota asukkaille, omaisille ja hoitajille tilaisuus kohtaamiseen ja yhteiseen toimintaan käsitöiden parissa. Tehtävänä oli tutustuttaa Ortamonpuiston palvelukodin henkilökunta

sosiokulttuuriseen ajatteluun. Suunnitelmien edetessä näkökulmaksi tarkentui omaisten osallisuus ja yhteisöllisyyden vahvistaminen. Sisustimme ryhmän tuoksilla kohtaamispaikan Ortamonpuiston palvelukodin sisääntulon läheisyydessä olevaan nurkkauksen.

Opinnäytetyöraportissa kuvasimme kehittämisprosessia aina suunnittelusta arviointiin saakka. Toimme esiin hyviä käytäntöjä, haasteita ja ratkaisuehdotuksia. Lisäksi kuvasimme osallistujien kokemuksia prosessista. Opinnäytetyön tavoitteena oli prosessinkuvauksen ohella tuottaa asukkaille, heidän omaisilleen sekä hoitajille iloa. Halusimme antaa ryhmän jäsenille tilaisuuden yhteisöllisyyttä vahvistavaan kohtaamiseen.

Keräsimme lähdeaineistoa strukturoidulla havainnoinnilla, palautekyselyllä sekä kohtaamispaikkaan jätetyn vieraskirjan avulla. Pidimme prosessin ajan opinnäytetyökirjaa. Havainnoimme ryhmän jäsenten osallisuutta ryhmätoiminnassa, ryhmän sisäistä vuorovaikutusta ja kohtaamista sekä toiminnan aikana vallitsevaa ilmapiiriä.

7.1 Hyviä käytäntöjä

Kehittämisprosessi kokonaisuudessaan osoittautui hyväksi käytännöksi. Sen aikana avautui toiminnasta monta mielenkiintoista näkökulmaa. Tutustuminen matonkudekerää vierittämällä oli mielekäs ja hauska tapa, näin puheenvuorojen jakaminen sujui luonnostaan. Ryhmätoiminnan aloittaminen ja lopettaminen samalla tavalla oli tärkeää, se loi osallistujille selkeän kuvan siitä, mitä ryhmäkerralla tapahtuu. Suunnitteluun osallistuminen ja vastuun jakaminen työtehtävistä vahvisti osallisuuden tunnetta sekä itseohjautuvuutta. Osallistujat opettivat ja ohjasivat toinen toisiaan. Yhteinen päämäärä ja tavoite vahvistivat yhteisöllisyyttä.

Ryhmässä vallitsi omien havaintojemme ja saamamme palautteen mukaan rento ja vapaa ilmapiiri alusta saakka. Siihen vaikutti jokainen ryhmän jäsen positiivisesti. Ryhmässä kuunneltiin kaikkien mielipidettä, ryhmän jäseniltä tulleita ideoita kannateltiin ja toiveisiin vastattiin. Tuttuuden tunne vallitsi heti tapaamisesta alkaen. Luottamuksellinen suhde vahvistui vähitellen ja keskustelun aiheet muuttuivat henkilökohtaisemmiksi. Kaikkien ryhmän jäsenten ei tarvinnut

osallistua samaan työhön: käsityöryhmässä saattoi hyvin pelata myös korttia. Toiminta lähti ryhmästä. Ryhmään saattoi tulla osallistumatta konkreettisesti varsinaiseen toimintaan, sai tulla nauttimaan hyvästä seurasta. Tämä madalsi kynnystä toimintaan osallistumiselle.

Omaisien osallistuminen ryhmätoimintaan oman asukkaan kanssa on monesta näkökulmasta katsottuna onnistunut ratkaisu. Omaisen voi toimia ryhmässä vertaisohjaajana. Käsitöistä innostunut harrastaja voi ohjata ja olla tukena aloittelevalle tai olemassa olevia taitojaan väheksyvälle tekijälle. Esimerkiksi villasukan kantapään neulomisessa moni aloittelija kaipaa käytännön ohjausta. Perinteiset käsityötaidot saavat uuden mahdollisuuden siirtyä omaiselta hoitajalle tai päinvastoin. Hoitajien ja omaisten vuorovaikutus vahvistaa yhteisessä toiminnassa yhteenkuuluvuuden tunnetta. Tutustuminen muussa kuin ”hoitoympäristössä” tuo asukkaasta uusia asioita esille. Keskusteluissa tulee tutummaksi asukkaan elämäntarina. Hoitajat voivat käyttää tätä sosiokulttuurista tietoa asukkaan hyväksi hoitotilanteissa ja arjen kohtaamisissa.

Omaisista tapaavat asukkaita palvelukodissa lähinnä omilla huoneissa tai yhteisissä tiloissa. Yhteiseen toimintaan osallistuminen tuo asukkaalle ja omaiselle erilaisen tavan olla yhdessä. Uusia puheenaiheita ja muistoja herää yhteisen toiminnan äärellä. Keskustelu käsillä tekemisen lomassa on sujuvaa, hiljaisuuskin on luontevaa. Pelkkä yhdessä oleminen on merkityksellistä.

Asukkaille ja omaisille järjestetyn toiminnan avulla yhteisöllisyys vahvistuu myös omaisten kesken. Tutustuttua on helppo pysähtyä juttelemaan palvelukodin käytävillä ja yhteisissä tiloissa. Syntyy uusia ystävyyssuhteita. Osa ryhmäläisistä on kyläillyt toistensa huoneissa omaisten kanssa sekä vierailut toistensa kotona. Omaisille tämänkaltaisen toiminta luo mahdollisuuden vertaistukeen, kaikkia yhdistää oman läheisen asuminen palvelukodissa.

Hyvänä käytäntönä pidämme myös sitä, että omaisella on mahdollisuus osallistua ryhmätoimintaan vielä sen jälkeen, kun asukas on edesmennyt. Omaisen arjen rutiineihin on jo pitkään voinut sisältyä päivittäinen vierailu palvelukodissa. Uudessa elämäntilanteessa tutuksi tullut vertaistukiryhmä voi muodostua omai-

selle eteenpäin kannattelevaksi voimavaraksi. Omaisella on halutessaan mahdollisuus jatkaa vapaaehtoisena seuraa kaipaavan asukkaan ystävänä.

Vanhustyön koordinaattori esitti toiveen sosiokulttuuristen ryhmien ohjaamisesta useammassa vanhusten palvelukodissa. Opinnäytetyön resurssien puitteissa emme voineet toteuttaa useampaa ryhmää. Otimme toiveen haasteena ja vastasimme siihen tiivistämällä opinnäytetyöraportin sisältöä ammatilliseksi posteriksi. Posterissa avaamme opinnäytetyömme teoreettista pohjaa ja tuomme esiin osallistujien kokemuksia. Posterit on oiva väline esitellä opinnäytetyön sisältöä eri tahoille.

Posterit eli tietotaulut on juliste, jonka avulla tuodaan esille tutkimus- ja kehittämistyötä sekä sen tuloksia tai informaatiota. Tutkimustuloksia esitellään tieteellisessä posterissa. Kehittämishanketta tuodaan näkyväksi vapaamuotoisessa ammatillisessa posterissa. Tiedotus- ja mainosposterit välittävät informaatiota. (Ritkala-Castrén 2010.) Posterin tavoitteena on tiedottaminen, kiinnostuksen herättäminen sekä markkinointi. Sitä voi käyttää opinnäytetyön esittelyn havainnollistamiseen ja sen voi viedä nähtäväksi työpaikalle, jossa työ on toteutettu. Posterit voi käyttää suullisen esityksen tukena tiedotustilaisuudessa. (Husu, Tarkoma & Vuorijärvi 2001, 420.)

7.2 Haasteita ja ratkaisuehdotuksia

Tapaamisen lopettaminen toivomusiikin kuuntelemiseen oli ainoa asia, joka meidän ohjaajien omista ennakkosuunnitelmista jäi voimaan. Lopetus ei kuitenkaan toiminut toivomallamme tavalla. Luopuminen jo aloitetusta rituaalista oli mahdotonta, sillä esitetyt musiikkitoiveet oli toteutettava. Tässä tilanteessa ohjaajan tehtävänä olisi ollut huolehtia jämäkämmin siitä, että työt lopetetaan ajoissa. Vain siten ryhmän jäsenet olisivat voineet keskittyä rauhassa musiikin kuuntelemiseen. Tähän tulemme vastaavissa tilanteissa kiinnittämään erityistä huomiota. Kirjastosta lainattu materiaali ei aina toiminut. Arvoitukseksi jäi, oliko syy levyissä vai soittimessa.

Haasteeksi naisvaltaisessa käsityöryhmässä saattaa muodostua mielekkään käsityön tarjoaminen miespuolisille osallistujille. Tässä ryhmässä miehiltä löytyi tähän ratkaisu omasta takaa: kortin pelaaminen. Se oli luonteva tapa olla yh-

dessä. Ryhmässä muisteltiin, kuinka heidän nuoruudessaan kokoonnuttiin korttipöydän ääreen naisväen tehdessä käsitöitä.

Hoitajien säännöllinen osallistuminen ryhmän toimintaan muodostui haasteelliseksi. Siihen vaikuttivat varmasti monet osatekijät. Uskomme kuitenkin, että tulevaisuudessa yleinen asennemuutos sosiokulttuurista innostamista ja taidelähtöisiä menetelmiä kohtaan vastaavat tähän haasteeseen pitkällä tähtäimellä.

Opinnäytetyön raportointivaiheessa pohdimme, miten toisimme raportissa esiin ryhmässä vallinneen hyvä tunnelman ja yhteishengen. Poimimme suorina lainauksina ajatuksiamme, ryhmäläisten lausahduksia sekä tuokiokuvia opinnäytetyöpäiväkirjamerkinnöistä, ne kertoivat sen hetkisistä tunnelmista. Valokuvien tarkoitus oli visuaalisesti selkeyttää tekstiä ja siten helpottaa lukijan mielikuvien syntymistä.

7.3 Johtopäätökset havainnoista ja palautteista

Osallisuus toteutuu ryhmätoiminnassa siten, että jokaisella on mahdollisuus tuoda esiin omat ajatuksensa suunnittelu-, toteutus- ja arviointivaiheessa. Varsinkin toiminnan suunnitteluvaihe on tärkeä osallisuuden kannalta. On vaivatonta päästä käsiksi toimintaan, jonka sisältöön ei ole ohjaajan ennalta valmiiksi suunnittelemaa. Osallisuuden tunnetta vahvistaa se, että kaikilla on mielekästä tekemistä, ryhmän ilmapiiri on luottamuksellinen ja rento.

Huomasimme, että palautelomakkeen kysymysten asettelussa oli oltava tarkka ja huolellinen. Osallisuus oli käytännön tasolla vaikeasti ymmärrettävä käsite. Se miellettiin helposti osallistumisena tai konkreettisenä tekemisenä. Jotta sekä kysyjä että vastaaja puhuisivat samasta asiasta, on syytä ensin avata käsitteitä käytännön tasolla.

Ymmärrämme osallisuuden olevan kokemuksellinen käsite, jonka jokainen muodostaa itse. Osallisuuden kokemus lähtee siitä, että kaikille ryhmään osallistuville annetaan mahdollisuus vaikuttaa ryhmätoiminnan suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin. Osallistumisen ymmärrämme olevan yhteisöllisessä toiminnassa mukana oloa ja mahdollisuutta käyttää omia kokemuksia, tietoja ja taitoja yhteisen tavoitteen saavuttamiseksi.

Yksilön osallisuus sekä ryhmän jäsenten yhteinen päämäärä ja tavoitteet lujittavat yhteisöllisyyden tunnetta. Vahvistuneesta yhteisöllisyydestä kertoo se, että ryhmä on valmis jatkamaan toimintaa keskenään, mikäli ohjausta ei järjesty. Oman työn ohella toisia opastetaan, autetaan ja tuetaan luontevasti. Poissa olevaa ryhmän jäsentä kaivataan. Yhteisöllisyyden vahvistumiseen viittaa myös se, että osa asukkaista omaisineen esitti toisilleen vierailukutsuja. Puoli vuotta projektimme päättymisen jälkeen saimme kuulla, että vierailuja ja yhteisiä retkiä oli toteutettu. Eräs omaisista kertoi myös, että projektin jälkeen omaiset ovat pysähtyneet kohdatessaan juttelemaan – myös muualla kuin Ortamonpuiston palvelukodissa.

Vuorovaikutus ja kohtaaminen ryhmän sisällä ovat sekä omien havaintojemme että osallistujilta saamien palautteiden valossa luontevaa ja välitöntä. Keskinäinen arvostus ja kunnioitus näkyvät silloin, kun jokaisen osallistujan mielipiteet otetaan huomioon ja osallistujat saavat puheenvuoron halutessaan. Keskittyminen omaan työhön tai pelkässä kuuntelijan roolissa oleminen ovat myös sallittuja. Ryhmän jäsenet antavat tukea ja opastusta toinen toisilleen sekä käsitöissä että henkilökohtaisissa asioissa. Yhteisen työn äärellä syntyy keskustelua ja ideointia esimerkiksi siitä, että neulahuovutus on mahdollista myös asukkaan omassa huoneessa yhdessä hoitajan kanssa.

Puolen vuoden kuluttua ryhmän päättymisestä eräs ryhmän miespuolisista asukkaista kertoi ajatuksiaan omasta osallistumisestaan Ortamonpuiston palvelukodin ryhmätoimintaan. Siinä yhteydessä hän totesi kerran erehtyneensä osallistuessaan naisten käsityöryhmään. Omien sanojensa mukaan hän oli ryhmässä ihan pihalla. Omien havaintojemme mukaan hän tuli ryhmään mielellään, vaikka oli heti ensimmäisen kokoontumiskerran jälkeen sitä mieltä, että tämä on akkojen hommaa. Hän halusi osallistua myös silloin, kun oma omainen ei päässyt mukaan. Edellä kuvatun kokemuksen pohjalta päättelemme, että yhdessä oleminen ja keskusteluun osallistuminen oli tässä tapauksessa merkityksellisempää kuin itse toiminta. Vaikuttaisi myös siltä, että aiemmin määrittellemämme osallisuuden tunne jäi saavuttamatta. Havainnoijan on vaikea arvioida osallisuutta, koska on kyse ihmisen omasta kokemuksesta. Voiko oma kokemus ryhmätoiminnasta ajan kuluessa muuttua, vahvistua myönteisempään tai

kielteisempään suuntaan? Sanotaan, että "aika kultaa muistot". Voiko se myös "ruostuttaa" niitä?

Sisustamaamme kohtaamispaikassa oli esillä vieraskirja neljän kuukauden ajan. Vieraskirjan kommentteista on luettavissa se, että ryhmän iloinen ja lämmin ilmapiiri välittyy myös kohtaamispaikkaan tutustuville ihmisille. Tuntuu erityisen palkitsevalta se, että yhteisellä työllämme on ollut positiivisia hyvinvointivaikutuksia. Toimintaan osallistunut ryhmä sai arvokasta palautetta muilta Ortamonpuiston palvelukodin asukkailta, omaisilta, läheisiltä ja henkilökunnalta.

Vieraskirjasta poimittuja kommentteja:

Kiva kiikkuu, ei ole nykyaikainen. Tässä on mukava istua. (Vieraskirja 20.3.2013).

Ryhmässä oli kiva ja rento tunnelma. Oli mukava hoitajana olla mukana ja keskustella omaisten kanssa muistakin asioista kun hoitoon liittyvistä. Käsityöt mitä tehtiin, sovittii yhdessä mitä tehdään ja ajatuksia sekä oivalluksia kehittyi vielä matkan varrella lisää. Tällaiselle omaisten ryhmälle voisi olla tarvetta jatkossakin. (Vieraskirja 22.3.2013).

...tauluun on taideterapeuttisella otteella rakennettu kollaasimainen tarina, suorastaan väri-iloittelu, joka antaa piristystä ja elämäniloa sekä asukkaille että omaisille. (Vieraskirja 25.3.2013.)

Ihanasti käytetty värejä keinutuolista on saatu vanhanaikainen ja virkatusta keinutuolipeitosta tulee mieleen mummoni virkkaama peitto Kiva nurkkaus jossa on kiva mieltä asioita huovutetut kukat olivat kauniita ja kuvista näkyi hyvä henki porukassa, yhdistetty kivasti uutta ja vanhaa (Vieraskirja 26.3.2013.)

Hyvät värit ja kaunis kokonaisuus. Leppoisa istahtaa ja viettää taukoa. (Vieraskirja 3.4.2013.)

Erytyisen ihana on kenutuolin vanha, uusi silkinpehmeä "iho". Sitä kun silittää, tulee lämmin olo! (Vieraskirja 5.4.2013.)

Ehkä liikkumatila saisi olla hiukan tilavampi, ehkäisee kaatumisriskiä. Muuten mukavan värikäs ja puoleensa vetävä. Tietysti keinussa piilee aina kaatumisriski. Hyväkuntoiselle ok. (Vieraskirja 2013.)

Kiikkuu, kaakkuu kirjava lintu väsy väsy västäräkki ei tule munnaa ei tule munnaa (Vieraskirja 20.5.2013.)

... kaunis, rakennuksen muuhun visuaaliseen ilmeeseen ja värimaailmaan sopiva kodikas tila. Oranssi on lämpöä antava, energinen väri. Isoäidin neliöistä virkatut käsityöt ja kauniisti kulunut keinutuoli tuovat tilaan muistojen kerroksia ja nostalgiaa. Keinutuolin pieni koko tuo mieleen jopa leikkimökin ja ikuisen kesän.

Ps Seinäkollaasi on hyvin kaunis ja siitä välittyy lämmin tunnelma. Kiitos! (Vieraskirja 1.7.2013.)

8 Pohdinta

Sosiokulttuurinen innostaminen vaatii ammattilaiselta muun muassa herkkyyttä ja rohkeutta heittäytyä uusiin tilanteisiin avoimin mielin. Vaikka suunnitelmat ja tavoitteet on alkutilanteessa oltava kirkkaana mielessä, on niistä kyettävä joustamaan ja luopumaan. On luovuttava ammattilaisen ”vallasta” sen myötä, kun ryhmä tai yksittäinen osallistuja tekee omat suunnitelmansa ja asettaa omat tavoitteensa. Liikanen nostaa esiin yhteisön ilmapiirin merkityksen, tarvitaan avointa ja luovaa ilmapiiriä, joka innostaisi ja rohkaisisi ikääntyvää ottamaan käyttöönsä itsessään olevat voimavarat. Luovuus ei katoa ikääntyessä. (Liikanen 2011, 7–8, 10.)

Sosiokulttuurinen innostaminen on suunnitelmallista ja tavoitteellista toimintaa vaikka se voi päällepäin näyttää enemmän puuhastelulta. On helppo ymmärtää hoitajissa mahdollisesti herääviä ristiriitaisia tunteita. Samaan aikaan, kun osastolla tarvitaan hoitavia käsiä, ne muotoilevatkin neulalla villasta kukkasia. Toivomme, että asukkaan ja omaisen sosiaalinen ja psyykinen tukeminen ja heidän kohtaamisensa erilaisissa arjen tilanteissa nähtäisiin tulevaisuudessa tärkeäksi osaksi kokonaisvaltaista hoitoa ja huolenpitoa. Panostamisella sosiokulttuuriseen kohtaamiseen asukkaan ja omaisen kanssa on nähdäksemme kauaskantoisia vaikutuksia. Se on kestävää kehitystä. Tutustuminen ja luottamuksellisen suhteen luominen epävirallisemmissa puitteissa voi tuoda uutta sisältöä asukkaan ja omaisen arkeen sekä hoitajan työhön. Kohtaamiset arjen hoitotyössä voivat saada uusia merkityksiä.

Taidelähtöisten menetelmien käyttöön liittyvät haasteet näkyvät rakenteiden tasolla esimerkiksi kulttuuripoliittisten ohjelmien painotuksissa, rahoitusmuodoissa ja koulutuksen resursseissa. Toisella tasolla vaikuttavat esimerkiksi työyhteisöissä vallitsevat arvostukset ja vakiintuneet toimintatavat. Asenteet vaikuttavat sekä henkilökohtaisella että yhteiskunnallisella tasolla. Niistä ei välttämättä keskustella. Kolmannella, toiminnan tasolla näkyvät arkipäivän toiminta, työyhteisöjen erilaiset käytännöt ja taidelähtöinen toiminta. Pienetkin teot ja muu-

tokset rakenteiden tasolla saattavat vaikuttaa merkittävästi toiminnan tasolla. Vastaavasti muutokset toiminnan tasolla saattavat vaikuttaa asenteisiin. Niiden vaikutukset ovat pienempiä ja näkymättömämpiä. (Rantala 2011, 17–18.)

Vuodesta 2013 alkaen Saimaan ammattikorkeakoulussa on uuteen sosiaalialan koulutusohjelman opetussuunnitelmaan otettu mukaan kolmen opintopisteen opintojakso, *Soveltavan taiteen menetelmät*. Opintojakson tavoitteena on, että opiskelija kehitty soveltavan taiteen ja taidelähtöisten menetelmien käytössä sosiaalialan asiakastyössä. (Saimaan ammattikorkeakoulu). Tämä on rakenteiden tasolla juuri yksi Rantalan mainitsemista muutoksista, jotka tulevat jatkossa vaikuttamaan asenteisiin toiminnan tasolla.

Tämän kaltainen ryhmätoiminta ei ole sellaisenaan siirrettävissä toisessa ympäristössä toteutettavaan ryhmään, sillä jokainen ryhmä muovaa toiminnasta omanlaisensa. Ryhmämme oli alusta alkaen innostunut, itseohjautuvuus ryhmässä oli ihailtavaa. Tähän vaikutti paljon se, että kokoonnuttiin yhteen omaisia yhdistävän käsityökulttuuri äärellä. Tarvittiin yhteinen mielenkiinnon kohde, jotta ryhmätoiminnasta muodostui mielekästä, ja jotta osallistujat sitoutuvat toimintaan. Meidän ryhmämme miehiä eivät käsityöt kiinnostaneet, mutta he näyttivät viihtyvän porukassa korttia pelaten. Tämä havainto tukee käytännössä Kurjen ajatusta sosiokulttuurisesta innostamisesta ikäihmisten parissa. Kurjen (2008, 7) mukaan sosiokulttuurinen innostaminen on toimintaa, joka soveltuu sekä ikäihmisen persoonalliseen että yhteisölliseen tukemiseen.

Ryhmän omaisjäsenet olivat yhtä lukuun ottamatta eri-ikäisiä eläkeläisiä. Näemme tämän kaltaisen toiminnan ennaltaehkäisevänä ikä-ihmisten parissa tehtävänä työnä. Sosiaalinen kanssakäyminen yhteisen harrastuksen äärellä on varsin luonteva tapa vahvistaa kotona mahdollisesti yksin asuvan puolison hyvinvointia. Vertaistuki voi olla elintärkeää oman jaksamisen kannalta.

Olemme läpi koko opinnäytetyön puhuneet omaisista, koska kaikki toimintaan osallistuvat läheiset olivat omaisia. On kuitenkin vanhuksia, joilla ei ole omaisia, mutta on läheisiä ihmisiä. On vanhuksia, joilla on omaisia, mutta he eivät ole läheisiä. Olisiko parempi puhua yleisesti läheisistä ihmisistä omaisten sijaan? Mielenkiintoisia opinnäytetyön tutkimusaiheita voisivat olla: Säilyvätkö tärkeät

ystävyyssuhteet palvelukotiin muuttamisen jälkeen? Millainen rooli vanhojen ystävyyssuhteiden tukemisessa on henkilökunnalla?

Opinnäytetyöraporttimme teoriaosuudessa on omistettu oma kappaleensa työyhteisön vuorovaikutukselle ja ilmapiirille. Näemme sen merkityksen erittäin tärkeänä sosiaali- ja terveysalalla. Sillä on merkitystä henkilökunnan työhyvinvoinnille ja sen myötä myös asiakkaan hyvinvoinnille. Toinen toistaan arvostava ilmapiiri luo hyvät puitteet omaisten ja läheisten kanssa tehtävään yhteistyöhön, hoivakumppanuuteen.

Pystyäkseen toimimaan sosiokulttuurisena innostajana on oltava tietoinen sen teoreettisesta taustasta. Tutustuimme sosiokulttuurisen innostamisen ja arvostavan kohtaamisen teoreettiseen taustaan ennen toiminnallisen osuuden aloittamista. Tämän viitekehyksen sisällöstä kehkeytyi vähitellen ajatus sosiokulttuurisesta kohtaamisesta. Ryhmätoiminnan suunnittelun ja itse toiminnan aikana teoria kiinnittyi vahvasti käytäntöön. Ymmärryksemme sosiokulttuurisen innostamisen ja arvostavan kohtaamisen merkityksestä vanhustyössä vahvistui käytännön toiminnan avulla. Opinnäytetyömme toiminnallisessa osassa, yhteenvedossa ja johtopäätöksissä sekä pohdinnassa olemme tuoneet näkyväksi omia havaintojamme ja kokemuksiamme.

Ryhmätoiminnan aikana pitämämme opinnäytetyöpäiväkirja osoittautui hyväksi työkaluksi. Se toimi välineenä vuoropuhelussa ohjaajien kesken, muistin tukena ja oman ammatillisen kasvun seurannassa. Reflektoimme omaa toimintaamme koko prosessin ajan. Kertaamalla tapahtunutta opinnäytetyöpäiväkirjan avulla tulimme tietoisiksi omasta toiminnastamme ja pystyimme arvioimaan toimintaamme. Työelämän ohjaajamme luki säännöllisesti opinnäytetyöpäiväkirjaamme. Hän toi sähköpostitse esiin uusia näkökulmia ja antoi positiivista palautetta. Olimme ensimmäistä kertaa mukana vanhustyössä, joten kokeneen ammattilaisen näkemykset ja tuki olivat ensiarvoisen tärkeitä.

Kielitoimiston sanakirjan mukaan reflektointi tarkoittaa harkitsemista, heijastamista tai mietiskelyä ja reflektiivisyys itsekohtaista sekä itseän viittaavaa. Reflektiivisyys nähdään osana sosionomin (AMK) ammatillista asiantuntijuutta. Sen tavoitteena on kehittää ammatillista kasvua. Reflektiota voidaan pitää ihmiselle

läheisenä ja arkisena toimintana, vaikka se usein liitetään ammattitoimintaan. Ammatillista reflektiota ei pidä tästä syystä erottaa erilliseksi asiaksi tai prosessiksi. (Mäkinen ym. 2009, 47–48.)

Ryhmäläiset näkevät käsiensä jäljen kohtaamispaikassa tullessaan tapaamaan läheisiään. Toivomme, että kohtaamispaikka tuottaa jatkossa iloa ja hyvää mieltä kaikille Ortamonpuiston palvelukodissa asioiville. Olemme kiitollisia saadesamme olla osallisena Ortamonpuiston palvelukodin kehitystyössä, ja toivomme opinnäytetyömme vahvistavan henkilökunnan ajatuksia sosiokulttuurisesta innostamisesta.

Olemme havainneet sosiokulttuurisen ryhmätoiminnan positiivisia vaikutuksia asukkaissa, omaisissa sekä hoitajissa. Seuraavan Ortamonpuiston palvelukodissa toteutettavan opinnäytetyön aiheeksi voisi sopia sosiokulttuurisen työotteen vahvistaminen arjen hoitotyössä. Sen voisi toteuttaa moniammatillisessa yhteistyössä sairaanhoitaja- ja sosionomi-opiskelija.

Palaute toiminnastamme ryhmätoimintaan osallistujilta ja henkilökunnalta oli positiivista ja kannustavaa. Eräs omainen totesi hyvästellessään: *ku työ ootte niin luonnollisia ihmisiä*. Toinen omainen pohti keskustelussa: *onkohan missään muualla tällaista*. Palautetta parhaimmasta päästä oli se, että omainen tulee ryhmään väsymyksestään huolimatta.

Hän oli tehnyt monta tuntia lumitöitä ja arveli, että saattaa niskoja taas huomenna jumittaa. Hän kertoi olleensa lumitöiden jälkeen niin väsynyt, ettei olisi jaksanut lähteä ryhmään. ”jos täällä ei olisi ollut niin kivaa, niin en olisi tullut” (Opinnäytetyöpäiväkirja 31.1.2013.)

Olemme arvioineet omaa toimintaamme ja opinnäytetyötämme prosessina. Olemme mielestämme onnistuneet saavuttamaan asettamamme tavoitteet ja löytäneet myös kehittymisen kohteita omassa ammatillisessa toiminnassamme. Olemme saaneet arvokasta kokemusta sosiokulttuurisesta innostamisesta ja arvostavasta kohtaamisesta vanhustyössä. Yhteistyötaitomme ovat tämän prosessin myötä hioutuneet entisestään.

Opinnäytetyömme nimi nousi asukkaan muistosta. Kun hän ystävänsä kohdattaessaan kysyi *mitä kuuluu*, tämä vastasi poikkeuksetta *kuuntele ite*. Kiteytyykö tämä Leena Kurjen seuraavassa ajatuksessa dialogisesta eli vuorovaikutteisesta toiminnasta? *Se lähtee ihmisten välisestä syvästä ja aidosta kohtaamisesta, kuulemisesta ja jakamisesta* (Kurki 2008, 65). Lausahdus jäi elämään ryhmän jäsenten keskuudessa muistona sosiokulttuurisesta kohtaamisestamme.

Ryhmään osallistuva asukas ilahdutti ryhmäläisiä tuodessaan oma-aloitteisesti mukanaan ystävyystä kertovan laulun. Hän halusi lausua laulun, koska joku vei äänen:

*Voisimme laulella tässä, ystävät yhdessä
ilta on lähestymässä, olkaamme ystäviä.
Ettemme siskot ja veljet toistamme unhoita
voisimme elossa illan, toistamme tukea.*

*Miehemme jossakin siellä, nuoruuden viettivät
raskas oli heille se aika, paljon he kestivät.
Nyt tuo askel jo painaa, terveys mennyttä on
taakka on helpompi kantaa, jos ystävä luona on.*

*Näin kun me voisimme aina, yhdessä muistaa tään
taakka ei niin paljon paina, ystävyys kun lämmittää.
Lyhyt vaikk´ askeleen mitta, horjuva vaikkakin on
kaunis on ruskainen ilta, jos ystävä luona on.*

Tämä laulu muistuttaa meitä siitä, miten tärkeää sosiaali- ja terveydenhuollossa työskentelevien ammattilaisten on tutustua siihen aikaan ja sosiokulttuuriseen ympäristöön, jossa asiakas on elänyt. Muistot voivat viedä hyvinkin kauas tästä ajasta ja paikasta, mutta liittyä silti vahvasti yhdessä vietettyyn hetkeen – tässä ja nyt.

Kuvat

- Kuva 1. Esittelykierros, s. 30
- Kuva 2. Kerä puhujalla, s. 30
- Kuva 3. Keinutuoli ideoinnin pohjana, s. 32
- Kuva 4. Hiottu kädensija, s. 32
- Kuva 5. Peiton sommittelua, s. 33
- Kuva 6. Omainen ohjaa, s. 33
- Kuva 7. Korttipeli, s. 34
- Kuva 8. Taulun sommittelua, s. 35
- Kuva 9. Kohtaamispaikka, s. 36

Lähteet

- Aina oikea ikä. Sosiaali- ja terveysministeriö, 2012.
<http://www.stm.fi/tiedotteet/tiedote/-/view/1577189>. Luettu 19.9.2012
- Bardy, M. 2007. Taiteen paluu arkeen. Teoksessa Bardy, M., Haapalainen, R., Isotalo, M. & Korhonen, P. (toim.) Taide keskellä elämää. Helsinki: Like, 21–33.
- Dalailama & Cutler, H.C. 2005. Työn ilo. Onnellisuuden taito työssä. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Folkloristiikka. Helsingin yliopisto.
<http://www.helsinki.fi/folkloristiikka/opiskelu/terminologia.htm#arvoitus>. Luettu 14.8.2013.
- Hakonen, S. 2003. Teorian ja ammattikäytännön vuoropuhelu. Teoksessa Marin, M & Hakonen, S. (toim.) Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Juva: PS-kustannus, 111 – 121.
- Halonen, S. 2008. Riihimäen seudun dementiatyön kehittämissuunnitelman loppuraportti 2007–2008.
http://www.riihimaki.fi/Tiedostot/RIIHIM%C3%84KI_tiedostot/RmkPerusturva/Vanhuspalvelut/Loppuraportti%202007-2008.pdf. Luettu 15.9.2012
- Heimonen, S. & Laine, M. 2011. Mahdollisuuksien matka. Logoterapeuttinen ajattelu muistisairaana ihmisen hoidossa. 2. painos. Orivesi: Oriveden hoivapalveluyhdistys ry.
- Hohenthal-Antin, L. 2006. Kutkuttavaa taidetta. Taidetoiminta seniori- ja vanhustyössä. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Husu, M., Tarkoma, E. & Vuorijärvi, A. 2001. Ammattisuomen käsikirja. Porvoo: WSOY.
- Hyppä, M. 2005. Me-hengen mahti. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Häkämies, A. 2012. Eläytyvä kuuntelu. Teoksessa Pohjavirta, H. (toim.) Onko tänään eilen. TunteVa® -opas muistisairaita hoitaville. Tampere: Tampereen kaupunkilähetys ry, 7–14.
- Hämäläinen, J. & Kurki, L. 1997. Sosiaalipedagogiikka. Porvoo: WSOY.
- Kankare, H. & Lintula, H. 2004. Vanhuksen kuulluksi tulemisen etiikka. Teoksessa Kankare, H. & Lintula, H. (toim.) Vanhuksen äänen kuuleminen. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 35–49.
- Kekola, P., Silvander, M., Tähkäpää, P., Vanne, M. & Viili, E., 2005. Miten kuulen dementoitunutta ihmistä? Teoksessa Kankare, H. & Lintula, H. (toim.) Vanhuksen äänen kuuleminen. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 73–81.

- Kivelä, S-L., Vaapio, S. 2011. Vanhana tänään. Suomen senioriliike ry. Eesti: Tallinna Raamatutrükikoda.
- Kohtamäki, T. & Palomäki, S-L. 2010. Valokuvat vanhainkodin asukkaiden elämäntarinoiden lähteenä. Janus 18 (1), 35–47.
- Koivula, R. & Heimonen, S. 2006. Dementoituvan omaisena laitoksessa. Ikäinstituutin julkaisuja Oraita 4/2006. Helsinki: Ikäinstituutti.
- Kolme puheenvuoroa luovuuden edistämisestä. Opetusministeriön julkaisuja 2005:35.
http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2005/liitteet/opm_300_opm35.pdf. Luettu 30.4.2013
- Koski, J.T. 2001. Luova hierre. Näkökulmia yksilöiden, ryhmien ja organisaatioiden luovuuteen. Jyväskylä: Gummerus Kustannus Oy.
- Kurki, L. 2000. Sosiokulttuurinen innostaminen. Tampere: Vastapaino
- Kurki, L. 2007. Sosiaalipedagogiikka ikäihmisten parissa. Sosiaalipedagoginen aikakauskirja Vuosikirja 2007 10-vuotisjuhla-julkaisu. 197 – 230.
- Kurki, L. 2008. Innostava vanhuus. Helsinki. Oy Finn Lectura Ab.
- Käsityö elämässä. <http://www.käsityöelämässä.fi/>. Luettu 26.7.2013
- Lahtinen, M. 2004. Välittämisen etiikka vanhustyön lähtökohtana. Teoksessa Kankare, H. & Lintula, H. (toim.) Vanhuksen äänen kuuleminen. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 50–56.
- Leskinen, E. 2009. Ryhmä toimimaan. Juva: PS-kustannus.
- Liikanen, H-L. 2011. Ikääntyminen ja kulttuuri. Kohti seniorikulttuuria. Ikäinstituutin julkaisuja Oraita 1/2011. Helsinki: Ikäinstituutti.
- Lundahl, R., Hakonen, S., Suomi, A. 2007. Taide ja kulttuuri – innovaatio seniori- ja vanhustyöhön. Teoksessa Seppänen, M., Karisto, A. & Kröger, T. (toim.) Vanhuus ja sosiaalityö. Juva: PS-kustannus.
- Mattila, K-P. 2008. Arvostava kohtaaminen arjessa, auttamistyössä ja työyhteisössä. 2. painos. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Mäkinen, P., Raatikainen, E., Rahikka, A., Saarnio, T. 2009. Ammattina sosionomi. Helsinki: WSOYpro Oy.
- Mäkisalo-Ropponen, M. 2005. ”Me ollaan sankareita elämän...” Elämäntarina-ajattelu vanhustyössä. Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulun julkaisuja B: Selosteita ja opetusmateriaalia, 7. 3.painos. Joensuu: Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulu.

Opinnäytetyöpäiväkirja. 17.1.–14.3.2013

Ortamonpuiston palvelukodin esite.

http://www.eksote.fi/Fi/UraEksotessa/Opiskelijat/Muut_opiskelijat/Documents/Ortamonpuiston%20palvelukoti.pdf . Luettu 28.9.2013

Palkitseva ja luova vanhustyö. Työterveyslaitos.

<http://www.ttl.fi/fi/toimialat/soter/vanhustyö/sivut/default.aspx>. Luettu 30.4.2013

Palomäki, S. & Toikko, T. 2007. Tekemisen ja kohtaamisen ristiriita vanhuustyössä. Teoksessa Seppänen, M., Karisto, A. & Kröger, T. (toim.) Vanhuus ja sosiaalityö. Jyväskylä: PS-kustannus, 271–287.

Pohjavirta, H. 2012. TunteVa® -toimintamallin käyttö. Teoksessa Pohjavirta, H. (toim.) Onko tänään eilen. TunteVa® -opas muistisairaita hoitaville. Tampere: Tampereen kaupunkilähetys ry, 45–80.

Rantala, P. 2011. Taidelähtöisiä menetelmiä työyhteisöihin. Prosessianalyysi. Teoksessa Rönkä, A-L., Kuhanen, I., Liski, M., Niemeläinen, S. & Rantala P. (toim.). Taide käy työssä. Taidelähtöisiä menetelmiä työyhteisöissä. Lahden ammattikorkeakoulun julkaisusarjat. TAIKA 2008–2011, 16–29. <http://www.taikahanke.fi/binary/file/-/id/1/fid/554>. Luettu 21.3.2013

Rinne, A. 2011. Käsin tehty hyvinvointi. Teoksessa Rönkä, A-L., Kuhanen, I., Liski, M., Niemeläinen, S. & Rantala P. (toim.). Taide käy työssä. Taidelähtöisiä menetelmiä työyhteisöissä. Lahden ammattikorkeakoulun julkaisusarjat. TAIKA 2008–2011, 124–125. <http://www.taikahanke.fi/binary/file/-/id/1/fid/554>. Luettu 21.3.2013

Ritmala-Castrén, M. 2010.

http://www.sthy.fi/system/files/sivut/sthy_posterinteko.pdf. Luettu 15.7.2013

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. <<http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/>>. Luettu 29.7.2013

Saimaan ammattikorkeakoulu. Soleops. Ryhmän opetussuunnitelma.

http://ops.saimia.fi/opsnet/disp/fi/ops_KoulOhjOps/tab/tab/sea?ryhma_id=17696354&koulohj_id=16076946&valkiel=fi&stack=push. Luettu 12.9.2013

Siitonen, J. 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua.

<http://herkules.oulu.fi/isbn951425340X/isbn951425340X.pdf>. Luettu 9.5.2013

Silventoinen, P. 2013. Sähköpostit. 18.1–19.7.2013

Taipale, M. 2007. Ikääntyneiden innostamisen sosiokulttuurisia käytäntöjä. Sosiaalipedagoginen aikakauskirja Vuosikirja 2007 10-vuotisjuhlajulkaisu. 231 – 245.

Tallqvist, T. & Simonen, E. 2007. Kuka vierelles jää. Lähihoitajan raportti. Keuruu: Kustannusosakeyhtiö Otava.

Tuovinen, R. 2012. Ikäehyt.
<http://some.lappia.fi/blogs/ikaehyt/2012/06/11/nauru-tarttuu-kun-tehdaan-yhdessa/>. Luettu 15.9.2012

Uronen, R. 2008. Riihimäen seudun dementiatyön kehittämissyksikköhankkeen loppuraportti 2007–2008.
http://www.riihimaki.fi/Tiedostot/RIIHIM%C3%84KI_tiedostot/RmkPerusturva/Va-nhuspalvelut/Loppuraportti%202007-2008.pdf. Luettu 15.9.2012

Utti, J. 2012. Tehtävänä hyvinvointiyhteiskunnan pelastaminen. Forssa Trilogia osa1 Vanhukset. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Vieraskirja. 20.3–1.7.2013. Ortamonpuiston palvelukoti.

Vilka, H. 2010. Toiminnallinen opinnäytetyö.
http://vilka.fi/hanna/Toiminnallinen_ont.pdf. Luettu 17.7.2013

Vilka, H. & Airaksinen T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Vähälä, E. 2003. Luovan käsityöprosessin yhteydet psyykkiseen hyvinvointiin. Kuopio: Muotoiluakatemia.

Saimaan ammattikorkeakoulu
Sosiaali- ja terveysala Lappeenranta
Sosiaalialan koulutusohjelma
Kirsi Inkinen ja Arja Kutvonen

Havainnointilista

24.9.2012

Opinnäytetyön aineiston keräämiseen käytämme strukturoitua havainnointia. Havainnoitsijan asema suhteessa havainnoitavaan kohteeseen on osallistuja (ryhmänohjaajana) havainnoitsijana.

Havainnoimme seuraavia asioita:

1. Miten asukkaiden osallisuus näkyy ryhmätoiminnassa
2. Miten vuorovaikutus ja kohtaaminen näkyvät ryhmätoiminnassa
3. Minkälainen tunnelma on ryhmätoiminnan aikana

PALAUTEKYSELY RYHMÄLÄISILLE



1. Oletko saanut olla osallisena ryhmätoiminnassa? Miten se näkyy?

2. Millainen vuorovaikutus ryhmäläisten kesken on ollut?

3. Millainen ilmapiiri vallitsee ryhmätoiminnan aikana?

4. Olisitko halukas jatkamaan vastaavanlaista ryhmätoimintaa? Miten kehittäisit sitä?

Kiitos!

t. Arja ja Kirsi

TERVETULOA

Kokoonnumme kevään aikana kahdeksan kertaa 10.1. - 28.2.

torstaisin tarinoinnin ja käsitöiden merkeissä.

Ensimmäisellä ryhmäkerralla

TORSTAINA

10.1.2013 klo 15.30 - 17.00

tutustumme toisiimme

ja suunnittelemme tulevaa toimintaa.



Kuva: Mikko Auerniitty. Suomen käsityön museo.

Terveisin Arja ja Kirsi

Sosiaali- ja terveysala

Suostumus

Sosiokulttuurinen kohtaaminen Ortamonpuiston palvelukodissa

Kirsi Inkinen ja Arja Kutvonen

Olen saanut riittävästi tietoa kyseisestä opinnäytetyöstä ja olen ymmärtänyt saamani tiedon. Minulla on ollut mahdollisuus esittää kysymyksiä ja olen saanut kysymyksiini riittävät vastaukset. Tiedän, että minulla on mahdollisuus keskeyttää osallistumiseni missä tahansa vaiheessa ilman että se vaikuttaa saamaani hoitoon tai kuntoutukseen. Suostun vapaaehtoisesti osallistumaan tähän opinnäytetyöhön liittyvään kehittämisprosessiin.

Aika ja paikka

Asukas/omainen

Opiskelijat

Hyvä ryhmään osallistuja

10.1.2013

Olemme sosionomi (AMK) opiskelijoita Saimaan ammattikorkeakoulusta, opinnäytetyömme aiheena on sosiokulttuurinen kohtaaminen Ortamonpuiston palvelukodissa.

Opinnäytetyömme on toiminnallinen, ja toteutamme sen ryhmätoimintana tapaamalla torstaisin klo 15.30–17.00 tarinoiden ja käsitöiden merkeissä 10.1. – 28.2. välisenä aikana. Aineiston opinnäytetyöhön keräämme havainnoiden ryhmän toimintaa ja kirjaamalla havainnot.

Ryhmätoiminnan jälkeen käymme vapaamuotoisen palautekeskustelun kaikkien ryhmään osallistujien kanssa ja kirjaamme keskustelussa tulleita ajatuksia, toiveita ja ideoita ylös, ja hyödynnämme myös niitä opinnäytetyön aineistossa.

Haluamme dokumentoida ryhmätoimintaa valokuvoin. Siksi pyydämme Teiltä valokuvaamiseen ja kuvien käyttämiseen opinnäytetyössä, sen esittelyssä sekä toiminnan toteutuksessa.

Osallistujan nimi _____

_____ SAA KUVATA JA KUVIA VOI KÄYTTÄÄ OPINNÄYTETYÖSSÄ

_____ SAA KUVATA SITEN, ETTÄ OSALLISTUJAA EI VOI KUVASTA TUNNISTAA

_____ RYHMÄÄN OSALLISTUJAA EI SAA KUVATA

_____/____20_____

Allekirjoitus

Tulevasta yhteistyöstä lämpimästi kiittäen

Kirsi Inkinen

Arja Kutvonen

sosionomi (AMK) opiskelija

sosionomi (AMK) opiskelija



Sähköpostien käyttö lupa

Sosiaali- ja terveysala

Sosiokulttuurinen kohtaaminen Ortamonpuiston palvelukodissa

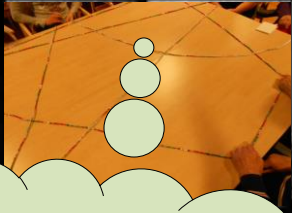
Kirsi Inkinen ja Arja Kutvonen

Suostun sähköpostitse lähettämäni tuen, ohjauksen ja palautteen käyttämiseen suorina lainauksina opinnäytetyössä Mitä kuuluu? Kuuntele ite! Sosiokulttuurinen kohtaaminen Ortamonpuiston palvelukodissa.

Aika ja paikka

Päivi Silventoinen

Vanhustenhuollon ohjaaja



Sosiaalisen vuorovaikutuksen vahvistuminen lisää henkistä hyvinvointia ja auttaa jaksamaan jatkossakin. Jaksaa ehkä paremmin käydä tapaamassa läheistään laitoksessa ja pärjää itse kotona pidempään. Onko tämä ruusunpunainen näkemys vai voisiko tällaisesta toiminnasta todella olla moninkertainen hyöty sekä lyhyellä että pitkällä tähtäimellä. (Opinnäytetyöpäiväkirjasta)



Yksi miehistä tuumasi ensimmäisen kokoontumisen jälkeen käsitöiden tekemisestä: "Akkojen hommaa, mutta lähin kuitenkin." Ryhmässä viihtymiseen vaikutti eniten se, että he löysivät itselleen mielekkäämpää toimintaa. Kortin pelaaminen muodostuikin luontevaksi "käsiyöksi". (Opinnäytetyöraportista)

Mitä kuuluu? Kuuntele ite! Sosiokulttuurinen kohtaaminen Ortamonpuiston palvelukodissa

Porukalla – joku sanoi jotakin ja toiset tarttui siihen kiinni, lähettiin toteuttamaan.

Myö tehtiin kaikki täs yhes, miehiä myöten. (Opinnäytetyöraportista)

Sosiokulttuurinen innostaminen vanhustyössä

Kurki korostaa, että sosiokulttuurinen innostaminen on ytimeltään ikäihmisten omaa, vapaaehtoista osallistumista toimintaan sen kaikissa vaiheissa. He ovat mukana toiminnan suunnittelusta arvioitiin saakka. Innostamisen aktiviteetit toimivat hyvin silloin, kun ikäihmiset voivat itse valita vapaasti toiminnot, jotka tuottavat hyvinvointia ja mielihyvää. Ikäihmisten parissa innostaminen liittyy kiinteästi ihmisen arkipäivän ympäristössä tapahtuvaan sosiaaliseen oppimiseen. (Kurki 2008, 16, 75.) Liikenen nostaa esiin yhteisön ilmapiirin merkityksen: tarvitaan avointa ja luovaa ilmapiiriä, joka innostaisi ja rohkaisisi ikääntyvää ottamaan käyttöönsä itsessään olevat voimavarat. Luovuus ei katoa ikääntyessä. (Liikenen 2011, 7–8, 10.)

Hyypä suosittelee ikäihmisille yhteisöllistä toimintaa. Vapaaehtoinen toiminta askartelun, puutarhanhoidon tai käsitöiden parissa pidentää tervettä elämää. Tutkimuksessa, jossa Hyypä tutki elinikää, todettiin että kulttuuriharrastusten aloittaminen vanhemmalla iällä pidentää elinikää lähes yhtä paljon kuin nuoresta pitäen aloitettu kulttuuriharrastus. (Hyypä 2005, 19 – 24, 166.)

Sosiokulttuurisena innostajana vanhustyössä voi toimia vanhustyön ammattilainen, kasvattaja, ohjaaja, päivätoiminnan ja lähtiyön tekijä, taiteilija tai vapaaehtoinen työntekijä (Liikenen 2011, 8). Suomessa ei vielä ole varsinaisia ammatillisia innostajia, mutta ikäihmisten kanssa toimivat, innostamisen käytännön sisäistäneet työntekijät ja vapaaehtoiset voivat toimia innostajina nimikkeestä riippumatta. Hyvin monenlaiset ihmiset sopivat kyseiseen työhön, mutta innostaa voi vain, jos on itse innostunut. Työ merkitsee silloin muutakin kuin palkkatyötä. Toisen ihmisen kohtaaminen dialogissa on myös työntekijän itsensä arkipäivää rikastuttava asia. (Kurki 2008, 94, 110.)

Saimaan ammattikorkeakoulu
Kirsi Inkinen, Arja Kuitvonen
Opinnäytetyö 2013

Mitä kuuluu? Kuuntele ite!
Sosiokulttuurinen kohtaaminen Ortamonpuiston palvelukodissa

"Hoitajan ja asukkaan välillä virisi idea huovuttamisesta myös omassa huoneessa. Se onnistuisi hyvin hoitajan avustuksella." (Opinnäytetyöraportista)

"Oli mukava hoitajana olla mukana ja keskustella omaisten kanssa muistakin asioista kun hoitoon liittyvistä. Käsiyöt, mitä tehtiin, sovittiin yhdessä, mitä tehdään ja ajatuksia sekä oivalluksia kehittyi vielä matkan varrella lisää. Tällaiselle omaisten ryhmälle voisi olla tarvetta jatkossakin." (Vieraskirjasta)

"Mukavaa oli myös oppia tuntemaan muita Ortamonpuistossa kävijöitä. Ennen heitä vain näki käytävällä, nyt voi vaikka pysähtyä juttelemaan." (Omaisen palautteesta)

"Isoäidin neliöistä virkatut käsiyöt ja kauniisti kulunut keinutuoli tuovat tilaan muistojen kerroksia ja nostalgiaa. Keinutuolin pieni koko tuo mieleen jopa leikkimökin ja ikuisen kesän." (Vieraskirjasta)

Arvostava kohtaaminen vanhustyössä

Omaiset ovat usein kuormittuneita läheisensä hoidosta. Elämä on voinut kaventua sairauden ympärille ja omat harrastuksetkin ovat voineet jäädä. Omaisten arvostava ja hyväksyvä kohtaaminen omalla itsenään on tärkeää. Luottamus rakentuu vähitellen kohtauksissa, sanoissa ja teoissa. Yksikön hoitokulttuurilla on vaikutusta siihen millaisia osallistumisen ja toiminnan mahdollisuuksia omaisella on. (Heimonen & Laine 2011, 58–60.)

Kohtamäki ja Palomäki painottavat, että vanhainkodin arjessa työn tulisi painottua nykyistä enemmän käytännöllisten asioiden hoidon lisäksi henkilökohtaiseen kohtaukseen. Painopisteen muuttaminen edellyttää työmenetelmien laajentamista elämäkerrallisten menetelmien suuntaan. Niiden avulla voidaan luoda erilaista kohtauksen kulttuuria. (Kohtamäki & Palomäki 2010, 44.)

Henkilökunnan kehittämistarpeina sosiaalisten suhteiden ylläpitämisessä Koivula ja Heimonen toivat esille muun muassa epävirallisen kommunikaation ylläpitämisen sekä omaisen sosiaalisen verkoston kartoittamisen. He toivoivat henkilökunnan olevan näkyvillä ja saatavilla ja olevan kiinnostunut omaisen tilanteesta. Omaiset kaipasivat henkilökunnan tukea tärkeiden ihmissuhteiden ylläpitämisessä sekä vertaistuen piiriin ohjaamisessa. (Koivula & Heimonen 2006, 24.)

Hittoon kiellot, tarpeettomat rutinit ja tuotantolähtöisiä prosesseja tehostavat tuotantotalouden insinöörit. Vanhuspalvelut on ihan kaikkein hienointa työtä. Se antaa vapauden käyttää ja kehittää omaa osaamistaan. Se on kiinni vuorovaikutustaidoista. Siinä voi kohdata erilaisia ihmisiä ja olla merkityksellinen. Se on juuri sitä, mitä nuoret työelämältä odottavat. Se todella tuntuu ja tarjoaa suuria elämyksiä. (Utti 2012, 57.)

Lähteet

Hyypä, M. 2005. Me-hengen mahti. Jyväskylä. PS-kustannus.

Heimonen, S. & Laine, M. Mahdollisuuksien matka. Logoterapeutin ajattelu muistisairaana ihmisen hoidossa. 2. painos. Orivesi: Oriveden hoivapalveluyhdistys ry.

Kohtamäki, T. & Palomäki, S.-L. 2010. Valokuvat vanhainkodin asukkaiden elämäntarinoiden lähteenä. Janus 18 (1), 35–47.

Koivula, R. & Heimonen, S. 2006. Dementoituvan omaisen laitoksessa. Ikäinstituutin julkaisu. Oraita 4/2006. Helsinki: Ikäinstituutti.

Kurki, L. 2008. Innostava vanhuus. Helsinki: Oy Finn Lectura Ab.

Liikenen, H.L. 2011. Ikääntyminen ja kulttuuri. Ikäinstituutin julkaisu Oraita 1/2011. Helsinki: Ikäinstituutti.

Utti, J. 2012. Tehtävänä hyvinvointiyhteiskunnan pelastaminen. Forssa trilogia osa 1 Vanhukset. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.

