

Minna Lamppu

## Musiikkipedagogi – yhteyden luoja

Musiikkipedagogi taide- ja kulttuuritoiminnan kehittäjänä  
muistisairaiden hoivayhteisössä

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Tutkinto Musiikkipedagogi YAMK

Koulutusohjelma Musiikki

Opinnäytetyö Minna Lamppu

Päivämäärä 20.5.2014

Tekijä(t) Otsikko Sivumäärä Aika	Minna Lamppu Musiikkipedagogi – yhteyden luoja Musiikkipedagogi kulttuuri- ja taidetoiminnan kehittäjänä muistisairaiden hoivayhteisössä 55 sivua + 2 liitettä 20.5.2014
Tutkinto	Musiikkipedagogi YAMK
Koulutusohjelma	Musiikin tutkinto
Suuntautumisvaihtoehto	Musiikkipedagogi
Ohjaaja(t)	FT, MuM Laura Huhtinen-Hildén
<p>Maapallon väestö ikääntyy ja sillä on merkittäviä sosiaalisia sekä taloudellisia vaikutuksia. Muistisairaudet lisääntyvät, ja Suomessa ne luokitellaan jo kansantaudiksi. Muistisairaudet eivät kosketa pelkästään vanhuksia, vaan myös työikäisiä. Tähän ongelmaan voisi löytyä helpotusta kulttuuri- ja taidetoiminnasta, jolla on tutkitusti lukuisia hyvinvointivaikutuksia. Nopeasti muuttuvan yhteiskunnan kehitys ja sen alati kiihtyvä tahti vaativat työntekijöiltä vahvaa ammattitaitoa. Myös musiikkipedagogin työnkuva muuttuu: enää perinteinen mestari-kisälli -malli ei vastaa ajatusta musiikkikasvatuksesta. Musiikkipedagogin työllistäjä voi tänä päivänä olla vaikka palvelutalo.</p> <p>Tässä toimintatutkimuksessa selvitän, millaista kulttuuri- ja taidetoimintaa palvelutaloympäristöön tulisi kehittää ja miksi. Tutkimuksen kohteena on myös se, millaiseksi musiikkipedagogin rooli tässä yhteydessä muodostuu.</p> <p>Käytännössä järjestettiin viisi luovia menetelmiä hyödyntävää taidetyöpajaa, joissa mukana olivat musiikkipedagogin lisäksi kohdepalvelutalon vaikeasti dementoituneita asukkaita, hoitajia sekä ulkopuolisia muusikko-vierailijoita. Viimeisessä työpajassa olivat mukana myös muistisairaiden omaiset. Tietoa hankittiin mm. haastatteluilla, havainnoiden ja reflektoiden. Hoitajat, omaiset ja muistisairaajat olivat toiminnassa mukana vaikuttajina ja tekijöinä. Toiminta oli osallistavaa ja yhteisöllistä. Taidetyöpajojen keskiössä oli musiikki, mutta niissä käytettiin myös kuvataidetta, kirjallisuutta, draamaa, liikettä sekä arvuuttelu- ja päätelytehtäviä. Taidetyöpajoissa heräteltiin muistoja kaikkia aisteja aktivoimalla. Toiminta oli osallistujilleen henkilökohtaisesti suunniteltua.</p> <p>Opinnäytetyöni lisää ymmärrystä taiteen ja kulttuurin käytön hyödyistä sekä mahdollisuuksista, avaten myös ikkunan taiteen alan ammattilaisten uudenlaiseen työnkuvaan. Toiminta toi iloa ja aktiviteettia muistisairaiden arkeen sekä mahdollisti elämän loppuajan merkitykselliset muistot muistisairaahan ja hänen omaisensa välillä. Toiminta kehitti alojen välistä yhteistyötä sekä antoi potkun kehittämistyön jatkamiselle yhteistyön muodossa.</p> <p>Työ kuvastaa osaltaan oppimisprosessiani musiikkipedagogina ja työelämän kehittäjänä.</p>	
Avainsanat	Taide, ikääntyminen, muistisairaudet, hyvinvointi

Author Title Number of Pages Date	Minna Lamppu Music Educator as a Liaison – Introducing Arts-based Methods at a Home for People with Memory Disorders 55 pages + 2 appendices 20 May 2014
Degree	Master of Music
Degree Programme	Music
Specialisation option	Music Pedagogy
Supervisor	Laura Huhtinen-Hildén, Ph.D, M.Mus
<p>The ageing of the world's population has serious social and economic consequences. The number of people with memory disorders is also increasing, and in Finland, memory disorders have already been named a national disease. Memory disorders are not only a concern of senior citizens but also working-age people. This problem could be relieved by using arts-based methods, which have many benefits in health and well-being. The rapidly changing society demands strong expertise from employees. Also the music educator's job description is about to change. The traditional idea of a master and apprentice no longer responds to the needs of music education. Today, the music educator's employer could be, for example, an elderly care unit.</p> <p>In this action research, I examine what kinds of arts activities should be developed for people with memory disorders and why. I also examine what kind of a role it gives for the music educator.</p> <p>In practice, five art-based workshops were organized in an elderly care unit. Workshops were planned for the elderly with memory disorders by me (music educator) together with nurses and visiting musicians. In the last workshop, also the family members of the elderly people were invited to join in. Information was acquired, for example, by interviewing, observing and reflecting. The nurses, elderly people with memory disorders and their family were actively engaged in participatory activities. The focus of the activity was on music but also on visual arts, drama, movement, literature and cognitive tasks, such as guessing and reasoning games. Memories were revived by stimulating all the senses. Workshop activities were tailored for each participant.</p> <p>This development project increases the knowledge of the benefits and possibilities of the professional use of arts-based methods and opens a new perspective into the identities and competences of arts professionals. Arts-based methods brought joy and activity into the long days of elderly people with memory disorders and created a possibility for rest-of-the-life-memories between the elderly and their family. The project also developed cooperation between the professionals of the field and gave a boost for continuing it.</p>	
Keywords	Art, elderly, memory disorder, well-being

## Sisällys

1	Johdanto	1
2	Taide, luovuus ja hyvinvointi	2
2.1	Taide ja kulttuuri lisäävät hyvinvointia	2
2.2	Musiikki hyvinvoinnin edistäjänä	4
2.2.1	Musiikin erityisyys neurotieteen näkökulmasta	5
3	Ikääntyminen ja taidetoiminta	6
3.1	Ikääntyminen ja sen mukanaan tuomat haasteet	6
3.2	Tuhat muistoa tallessa – ikääntyminen ja muisti	7
3.2.1	Terveet aivot eivät höperöidy	7
3.2.2	Etenevät muistisairaudet	9
3.2.3	Aivoterveys	10
3.3	Luovan alan menetelmät ikääntymisen tukena	11
3.3.1	Tutkimukset suunnan viitoittajina	11
3.3.2	Luova muistelu	11
4	Musiikkipedagogin työnkuva muutoksessa	13
4.1	Musiikkikasvatus kehityksen pyörteessä	13
4.2	Jokaisessa oppilaassa on oppimisen potentiaali	13
4.3	Millaista osaamista nykyajan pedagogilta vaaditaan?	14
5	Kehittämisprojektin kuvaus	15
5.1	Tutkimuksen tavoitteet	15
5.2	Tutkimusote	17
5.3	Tutkimuksen toteuttaminen	19
6	Taidetuokiot Tammikodissa	21
6.1	Kohti kehittämissyhteistyötä	21
6.2	Vierailut yksiköissä, palvelutaloon tutustuminen	22
6.3	Yhteistyö alkaa, ensimmäinen tapaaminen	25
6.4	Omaisten haastattelut työpajatoiminnan alussa	27
6.5	Luovan toiminnan työpajat Tammikodissa	31
6.6	Työpajojen keskeisiä havaintoja	31
6.6.1	Osallistavaan toimintaan totuttautuminen	32
6.6.2	Hoitajat kehittämiskumppaneina	33

6.6.3	Vierailevat musiikkipedagogit	35
6.6.4	Muistisairaiden ja omaisten yhteinen ilo	35
6.6.5	Käytäntöön liittyviä havaintoja kehittämissuunnitelmassa	38
7	Yhteenveto ja pohdinta	39
7.1	Millaista kulttuuri- ja taidetoimintaa tulisi kehittää?	39
7.2	Miksi?	42
7.3	Musiikkipedagogin rooli toiminnan kehittäjänä: yhteyden luoja	45
7.4	Katse taakse ja eteen	47
8	Loppusanat	50
	Millaisen vanhuuden sinä haluat?	50
	Lähteet	51

#### Liitteet

Liite 1. Tiedote taidetyöpajatoiminnasta

Liite 2. Esimerkit tuntisuunnitelmista

## 1 Johdanto

Väestön ikärakenne on muuttumassa maailmanlaajuisesti. Vuoteen 2050 mennessä ikäihmisten (yli 60-vuotiaiden) määrä reilusti ylittää alle 15-vuotiaiden määrän. Sillä on merkittäviä sosiaalisia ja taloudellisia vaikutuksia. Muistisairauksiin sairastuvien luvut ovat niin korkeat, että muistisairaudet luokitellaan Suomessa jo kansantaudiksi. Muistisairaudet eivät kosketa vain ikäihmisiä, vaan myös työikäisiä. Maailma muuttuu kiihtyvää vauhtia ja nopeatempoisessa työelämässä työntekijältä vaaditaan vahvaa ammattitaitoa. Myös musiikkipedagogin perinteinen työnkuva on muuttunut: pelkkä tiedon siirtäminen ei ole riittänyt enää vuosikausiin ja viime vuosina taiteen alan ammattilaisia on tavattu myös erilaisista hoitolaitoksista. Entä millaisen vanhuuden sinä haluat? Ihmisten elinikä pitenee, mutta saatto lisää vuosia elämään vai lisää elämää vuosiin?

Näiden ajatusten valossa on kiinnostavaa pohtia taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutusten sekä niiden hyödyntämisen mahdollisuuksia. Musiikkipedagogina törmään usein ajatukseen: Miten voisin hyödyntää osaamistani mahdollisimman monipuolisesti? Taiteen soveltava käyttö on minulle yksi monipuolistumisen ja tavoittavuuden perspektiivi. Taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutuksia hyödyntävien, osallistavien ja yhteisöllisten menetelmien käyttö ja niiden tietoiseksi tuominen on tarpeen jokaisella paikkakunnalla. Yhteiskunnan hyvinvoinnin tukemisen taiteen ja kulttuurin keinoin tulisi ulottua myös pieniin kuntiin, jolloin kaikilla olisi tasa-arvoinen mahdollisuus olla osallisia taiteen ja kulttuurin monista mahdollisuuksista.

Kehittämiprojektini johtoajatuksena oli kehittää hyvinvointia sekä yhteisöllisyyttä edistävää taide- ja kulttuuritoimintaa muistisairaille tehostetun palveluasumisen yksikköön kotikaupungissani, Heinolassa. Työssäni selvitän, millaista kulttuuri- ja taidetoimintaa palvelutaloympäristöön tulisi kehittää ja miksi. Tarkastelen myös sitä, millaiseksi musiikkipedagogin rooli tässä yhteydessä muodostuu. Tutkimustyöni lisää ymmärrystä taiteen ja kulttuurin käytön mahdollisuuksista sekä hyödyistä palvelutalossa ja avaa ikkunan musiikkipedagogin uudenlaiseen työnkuvaan.

## 2 Taide, luovuus ja hyvinvointi

### 2.1 Taide ja kulttuuri lisäävät hyvinvointia

Mielen ja kehon hyvinvoinnin ylläpitäminen yhä nopeutuvassa arjessa on suuri haaste. Hyvinvointi kuuluu kaikille – ja terve, toimintakykyinen väestö on hyvinvointiyhteiskunnan perustekijöitä. Mikä on kulttuurin rooli tässä yhteydessä?

Kulttuuri yksin on jo itseisarvo, mutta sillä on muitakin arvokkaita ominaisuuksia. Taiteen ja kulttuurin monet terveyttä ja hyvinvointia edistävät vaikutukset on todistettu lukuisin tutkimuksin (ks. esim. Kilroy, Garner, Parkinson, Kagan & Senior 2007; Staricoff 2004; Matarasso 1997; von Brandenburg 2008; Nummelin 2011). Esimerkiksi näissä tutkimuksissa nousevat esiin erilaiset terveyttä edistävät tekijät. Taide- ja kulttuuritoiminnan tuottamat sosiaalisuuden ja yhteisöllisyyden kokemukset sekä fyysisen kunnon kohentuminen johtavat parempaan elämänlaatuun. Masentuneisuuden väheneminen, vuorovaikutuksen ja luottamuksen paraneminen sekä mielialan nousu, ja fyysiset vaikutukset, kuten verenpaineen ja stressihormonitasojen lasku, lääkkeiden tarpeen sekä hermostuneisuuden väheneminen ovat vain pintaraapaisu monista taiteen ja kulttuurin eduista.

Pelkästään kulttuurin kuluttamiseen liittyvissä, vuosia kestäneissä ja tuhansien tutkittavien laajuisissa väestönseurantatutkimuksissa on todistettu kulttuuria kuluttavien ihmisten elävän (jopa puolet) muita pitempään. Näissä tutkimuksissa ei ole otettu huomioon kulttuuritoimintaan osallistumisen sosiaalisia vaikutuksia, eli pelkästään kulttuurin kuluttaminen pitää ihmistä hengissä ja lisää mielenterveyttä. (Hyypä 2011.)

Jo pelkkä kulttuurin kuluttaminen pidentää ikää. Entä miten kulttuuritoiminta vaikuttaa siihen aktiivisesti osallistuvaan, siis tekijään ja toimijaan? Matarasso (1997) luettelee tutkimuksessaan 50 taidetoimintaan osallistumisen hyötyä. Hän jakaa taiteen tekemiseen osallistumisen hyödyt seuraaviin näkökulmiin:

<p><b>Persoonan kehitys:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ luottamus</li> <li>➤ itsetunto</li> <li>➤ yhteisöllisyys, jne.</li> </ul>	<p><b>Sosiaalinen yhteenkuuluvuus:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ ehkäisee syrjäytymistä</li> <li>➤ ehkäisee ristiriitoin joutumista</li> <li>➤ lisää kulttuurien välistä ymmärrystä ja yhteistyötä</li> <li>➤ lisää sukupolvien välistä yhteyttä, jne.</li> </ul>
<p><b>Yhteisön vahvistuminen ja itsemääräämisoikeus:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ vahvistaa yhteisöjä</li> <li>➤ parantaa oman elämän kontrollia</li> <li>➤ lisää omistautuneisuutta</li> <li>➤ helpottaa kumppanuuden kehittymistä, jne.</li> </ul>	<p><b>Imago ja identiteetti:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ kasvattaa ylpeyttä omasta kulttuurista</li> <li>➤ kasvattaa yhteenkuuluvuuden tunnetta</li> <li>➤ kehittää yhteisöjen traditioiden syntyä</li> <li>➤ rohkaisee ympäristön kehittämiseen, jne.</li> </ul>
<p><b>Mielikuvitus ja visiot:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ kehittää luovuutta</li> <li>➤ vähentää taiteen kuluttajan ja sen luoja välistä kuilua</li> <li>➤ rohkaisee ihmisiä ilmaisemaan heidän arvonsa, merkityksensä ja unelmansa</li> <li>➤ kasvattaa odotuksia, jne.</li> </ul>	<p><b>Terveys ja hyvinvointi:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ parantaa oloa/vointia</li> <li>➤ edistää rentoutunutta ilmapiiriä hoitolaitoksissa,</li> <li>➤ parantaa elämänlaatua</li> <li>➤ tarjoaa ainutlaatuisen ja syvän ilon lähteen, jne.</li> </ul>



Hyvinvointinäkökulmasta tarkasteltuna olennaista on kulttuuri- ja taidetoimintaan osallistuminen ja onnistumisen kokemuksen turvaaminen sekä niistä seuraava elämyksellisyys ja ilo (Brandenburg 2008).

Kulttuuri tunnustetaan myös poliittisesti tärkeäksi välineeksi. Näin toteaa ulkoasiainministeriön kulttuuriyksikön päällikkö Timo Heino (2007):

”Kulttuuridiplomatialla kehitetään luottamusta kansojen välillä, jolla poliittiset ja taloudelliset sopimukset lepäävät. Kulttuuri tukee myös kansalaisyhteiskunnan kasvua. Se tavoittaa vaikuttajat, joita ei muilla keinoin saa hoidettua ja ryhmät, joihin muuten ei yllätä, kuten esimerkiksi nuoret, ei-eliitti ja suuri yleisö kielimuurin takana.” (Heino 2007.)

Kulttuurin merkitys sekä hyödyt ymmärretään ja sen roolia yhteiskunnan rakentajana halutaan kasvattaa. Opetus- ja kulttuuriministeriön Kulttuuripolitiikan strategia 2020:n suuntaviivoina ovat kulttuuripolitiikan toiminta-alueen, toimintamuotojen ja -tapojen monipuolistuminen sekä uusien painopisteiden, kuten kulttuurin sosiaaliset vaikutukset taloudellisten vaikutusten rinnalla sekä kestävän kehityksen vaatimusten ja monikulttuurisuuden esiin nouseminen. Ministeriön mukaan kulttuuri edistää väestön hyvinvointia, sivistystä ja elinikäistä oppimista, elinkeinoelämää ja työllisyyttä, alueiden elinvoimaa, teknologista osaamista ja innovaatioita. (OPM 2009.)

## 2.2 Musiikki hyvinvoinnin edistäjänä

Musiikilla on kaikissa ikävaiheissa erityinen asemansa kulttuuri- ja taidetoiminnan terveysvaikutuksista puhuttaessa. Saarikallio (2012) listaa, että musiikki muun muassa synnyttää voimakkaita tunne-elämyksiä, antaa iloa ja elämyksiä sekä vahvistaa identiteettiä. Osallistuminen musiikkitoimintaan vaikuttaa positiivisesti sosiaaliseen yhteenkuuluvuuteen, iloon ja voimaantumiseen (ks. esim. Sixsmith & Gibson 2007).

Musiikin yhteys perustaviin psykologisiin tarpeisiin ja merkityksiin on kiistaton. Musiikin vaikuttavuudelle on esimerkiksi seuraavia syitä:

- Musiikki on tunnepitoista, mukaansatempaavaa
- Musiikki on helposti saatavilla
- Musiikki muokkaa kokemustamme ja käyttäytymistämme

- Musiikki on fyysistä ja auttaa irti arjesta sekä murheista
- Musiikki on vuorovaikutuksellista ja sosiaalista toimintaa
- Musiikin symbolinen luonne mahdollistaa henkilökohtaiset merkitykset ja heijastaa identiteettiämme

(Saarikallio 2012, 37–39.)

Saarikallion lista herättää mielikuvia monistakin käytännön tilanteista, joissa olen myös itse havainnut yllä lueteltuja musiikin vaikutuksia. Ajatellaanpa esimerkiksi kehtolaulun käyttöä: se rauhoittaa ja saattelee lapset nukkumaan. Suomalaista kehtolauluperinnettä ajatellessa muistan erään nauhoitteen, jossa emännät lauloivat lauluunsa arjen toimintojen ohessa kaikki surut, murheet sekä myös elämän ilot. Itse koen, että musiikki on hengittävä tila, jossa olla.

### 2.2.1 Musiikin erityisyys neurotieteen näkökulmasta

Musiikin vaikutuksia aivot toimintaan ja sitä kautta vuorovaikutukseen, elämänlaatuun ja -hallintaan on tutkittu viime vuosina paljon (ks. esim. Särkämö & Huotilainen 2012).

Pelkästään musiikin kuuntelulla on laajasti aivoja aktivoivia vaikutuksia. Miellyttävän musiikin kuuntelu aktivoi mesolimbista järjestelmää, joka säätelee palkitsevuutta, motivaatiota, mielihyvää ja tunteita sekä vaikuttaa kehomme tilaan säätelemällä hormoni-toimintaamme, immuunijärjestelmäämme sekä autonomista hermostoaamme (Huotilainen 2012, 98). Musiikin kuuntelu myös parantaa tehtävistä suoriutumista, edistää kielikehitystä sekä voi vahvistaa lapsen tai nuoren tunnetaitoja ja helpottaa lukihäiriön oireita. (Huotilainen 2012, 101–103.)

Musiikki on tärkeä hyvinvoinnin lähde kaikissa ikävaiheissa. Aivotutkija Minna Huotilaisen mukaan musiikkitoimintaa pitäisi olla jokaisessa paikassa, jossa työskennellään vanhusten kanssa. Hänen perustelunsa ovat seuraavat:

- 1) Musiikkitoiminnan positiiviset vaikutukset hyvinvointiin, jotka on osoitettu lukuisissa tutkimuksissa mittaamalla elämänlaatua, tunteita ja masennuksen määrää
- 2) Musiikkitoiminnan positiiviset vaikutukset aivojen vanhenemisen hidastumiseen, pysähtymiseen ja jopa aivokudoksen uusiutumiseen / aivojen nuortumiseen

- 3) Musiikillisen aktiviteetin ja liikunnan erityinen yhteys vanhuudessa, ei pelkää suhteessa tanssimiseen, vaan myös taustamusiikin merkitys kävelytaidon säilymisen tukena
- 4) Aivotutkimukset osoittavat peilisolujen aktivoitumisen yhteyden musisointiin, joka puolestaan myötävaikuttaa ryhmän yhteenkuuluvaisuuteen

(Huotilainen 2013, Huhtinen-Hildénin 2014 mukaan.)

### 3 Ikääntyminen ja taidetoiminta

#### 3.1 Ikääntyminen ja sen mukanaan tuomat haasteet

Vuoteen 2047 mennessä yli 60-vuotiaiden määrän arvioidaan saavuttavan alle 15-vuotiaiden määrän ensimmäistä kertaa maailmassa. Tämän hetken 841 miljoonaa ikäihmistä enemmän kuin tuplaantuu ja vuoteen 2050 mennessä maailmassa arvioidaan olevan yli 2 miljardia yli 60-vuotiasta. Tällä on merkittäviä maailmanlaajuisia sosiaalisia ja taloudellisia vaikutuksia. (United Nations 2013, World Population Ageing Report.) Voidaan siis odottaa, että hoidon tarve lisääntyy ja ympärivuorokautista hoitoa tarvitsevien määrä kasvaa. Tämä haastaa yhteiskunnat pohtimaan keinoja vanhusten hyvinvoinnin, terveyden ja toimintakyvyn ylläpitämiseksi.

Eräs väestön ikääntymisen mukanaan tuoma haaste on muistisairaudet. Suomen sosi- ja terveysministeriön kannanotossa *Tavoitteena muistiystävällinen Suomi* nostetaan esiin muistisairauksien kasvava merkitys kansanterveyden ja -talouden kannalta. Muistisairaudet luokitellaan meillä jo kansantaudiksi. Päivittäin noin 36 suomalaista sairastuu muistisairauteen. Vuonna 2020 vähintään keskivaikeaa muistisairautta sairastaa Suomessa arviolta jopa 130 000 ihmistä. Toisin kuin saatetaan luulla, muistisairaudet eivät kosketa vain ikääntyviä ihmisiä, vaan niitä tavataan paljon myös työikäisillä. (STM 2012.)

Muistisairauksien hoito on merkittävä kustannus yhteiskunnalle, sillä se vaatii tehostetua palveluasumista. Jopa kolme neljästä ympärivuorokautista hoitoa tarvitsevasta sairastaa muistisairautta. Vuonna 2012 ympärivuorokautisen hoidon keskimääräiset kustannukset olivat 46 000 euroa henkilöä kohden. Kotihoidossa vastaavat kustannukset

olivat 19 000 euroa. Suomalaisessa vaikuttavuustutkimuksessa muistisairaana ja hänen omaisensa käyttämät sosiaali- ja terveydenhuollon kustannukset olivat 8 000 euroa vuodessa vertailuryhmää matalammat, kun palvelut räätälöitiin yksilölliset tarpeet monipuolisesti arvioiden. Tutkimuksen mukaan hoidon kehittäminen edisti elämänlaatua ja viivästytti hoitoon siirtymistä. Ministeriö linjaakin kansallisen muistiohjelman yhdeksi kivijalaksi tavoitteen hyvän elämänlaadun varmistamisesta muistisairaille ihmisille ja heidän läheisilleen oikea-aikaisen tuen, hoidon, kuntoutuksen ja palvelujen turvin. (STM 2012.)

Ikääntyneiden palvelujen kehittämistä linjaavat muutkin sosiaali- ja terveystieteelliset asiakirjat. Näitä ovat muun muassa: Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämisohjelma (KASTE) 2008–2011, Terveys 2015 -kansanterveysohjelma, Hyvinvointi 2015 -ohjelma sekä Sosiaali- ja terveysministeriön strategiat 2015 / Vanhusten hoidon ja palvelujen linjat vuoteen 2015 (Lehto 2007). Jotta voimme tarjota väestölle laadukkaita hyvinvointipalveluja, palvelutoiminnan tulee uusiutua ja muokkautua muuttuvan yhteiskunnan tarpeita vastaavaksi.

### 3.2 Tuhat muistoa tallessa – ikääntyminen ja muisti

”Vaan ylitse kaikkien kyynelten tuhat muistoa meitä lohduttaa. Ne tallessa päivien menneiden – tuhat muistoa kultaakin kalliimpaa.” (tuntematon)

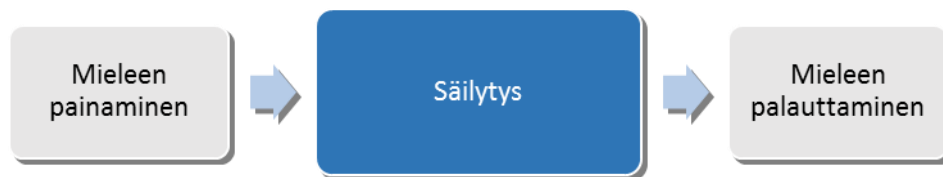
Muistatko ensirakkauden? Entä laineen liplatuksen ja lokin huudot? Muistatko mummon tuoksun ja vastaleikatun nurmen? Muistatko läheisen, jonka olet menettänyt? Osa muistoistamme ovat sellaisia, joita emme halua menettää mistään hinnasta.

#### 3.2.1 Terveet aivot eivät höperöidy

Muistia tarvitaan kaiken aikaa, jotta selviämme arkipäiväisistä toimistamme. Muisti on kyky tallettaa mieleen uusia asioita, säilyttää ne ja tarvittaessa palauttaa ne tilanteen vaatimalla tavalla mieleen (Erkinjuntti, Alhainen, Rinne & Huovinen 2006). Muisti jakaantuu eri osa-alueisiin: aistimuistiin, työmuistiin ja säiliömuistiin.

Aistimuisti tuo aivoihin tietoutta eri aistiemme kuulon, näön, haju-, maku- ja tuntoaistin kautta. Se on osa tajuntaa ja tietoiseksi sen sisältö tulee vasta kun tieto kulkeutuu työstettäväksi työmuistiin. Työmuisti puolestaan on lyhytkestoista muistia ja pitää ajatuksen

vaikkapa puhelinnumerosta mielessä pienen hetken. Säiliömuisti on nykytiedon mukaan kapasiteetiltaan rajaton tila, jossa tosiasioita (semanttinen muisti), tarinoita ja elämyksiä (episodinen muisti) sekä taitoja (taitomuisti) säilyy vaikka ihmisen koko elinajan. (Erkinjuntti, ym. 2006.)



Kuvio 1: Muistin osavaiheet. (Erkinjuntti, ym. 2006, 13).

Mieleen palauttamisen vaiheessa tarvittava asia haetaan pitkäkestoisesta muistista työmuistiin, jossa sitä tarkastellaan ja voidaan käyttää (Erkinjuntti, ym. 2006, 21).

Ikääntyessä asioiden mieleen painaminen ja palauttaminen heikkenevät, mutta oppimiskyky säilyy ja äly toimii. Normaaliin ikääntymiseen kuuluu edellä mainittuja muistimuutoksia, mutta muistipulmien ja -häiriöiden syyt liittyvät psyykkiseen hyvinvointiin ja aivot toiminnan häiriöihin. Näin ollen Erkinjuntin, ym. (2006, 23) mukaan terve ikääntynyt ihminen ei höperöidy eikä tylsisty.

Muistin heikkenemiseen vaikuttavat monet asiat: kiputilat, masennus, aistipuutokset, jännitys, lääkitys ja nautintoaineet sekä väsymys, uupumus ja stressi, mutta muistihäiriöistä on syytä huolestua, jos unohtelu on esimerkiksi jatkuvaa, päivittäistä ja haittaa arkielämän sujuvuutta. (Erkinjuntti, ym. 2006, 23–28.)

### 3.2.2 Etenevät muistisairaudet

Muistisairauksiin sairastuvien luvut ovat korkeita: Muistisairauksiin sairastuu 36 suomalaista päivässä. Syy ei ole yksin väestön vanhenemisessa, vaan myös työikäiset sairastuvat. Vuosittain sairastuvia on tällä hetkellä noin 13 000. Vuoteen 2020 mennessä arvioidaan Suomessa olevan 130 000 vähintään keskivaikeaa muistisairautta sairastavaa henkilöä. (STM 2012.)

#### 3.2.2.1 Alzheimerin tauti

Alzheimerin tauti on aivojen rappeumasairaus, joka etenee hitaasti ja johtaa dementiaan. Taudin kesto on keskimäärin kahdeksan vuotta. Alzheimerin tauti johtaa hermosolujen kuolemaan ja aivokudoksen häviämiseen, jolloin aivot kutistuvat huomattavasti. Kun aivokuori kutistuu, se aiheuttaa tuhojaan alueilla, joilla ajattelu, suunnittelu ja muisti sijaitsevat sekä alueella, jolla uudet muistot syntyvät. Tauti jaotellaan varhaisvaiheeseen, lievään ja keskivaikeaan sekä vaikeaan vaiheeseen. (Alzheimer Association 2014.)

Alzheimerin tautia sairastavilla on tyypillisesti vaikeuksia itsensä ilmaisussa. Esimerkiksi sanoja ei löydy, heillä on ongelmia ajattelun selkeydessä ja heidän päivittäiset askarensa hidastuvat. Alzheimerin tautia sairastava saattaa eksyä tutussa ympäristössä. Ystävien ja perheenjäsenten tunnistaminen vaikeutuu ja tavaroita häneltä katoaa toistamiseen. Sairastuneen käyttäytyminen sekä persoonallisuus muuttuvat ja hallusinaatioita sekä impulsiivista käytöstä saattaa ilmetä. Tilaan orientoituminen vaikeutuu ja lopulta sairastunut menettää kykynsä kommunikoida, tunnistaa läheisiään ja huolehtia itsestään. (Alzheimer Association 2014; National Institute on Aging 2014.)

#### 3.2.2.2 Vaskulaarinen dementia

Vaskulaarinen dementia on toiseksi yleisin muistisairauksien syy heti Alzheimerin taudin jälkeen. Se on oireyhtymä, jonka syynä ovat erityyppiset aivoverenkierron häiriöt ja muutokset aivoissa. (Erkinjuntti 2012.) Sairastuneelle aiheutuu kognitiivisia häiriöitä, kuten toiminnanohjaukseen liittyviä ongelmia, heikentyneet muistitoiminnot ja kävelyyn, puheentuottoon, näköön sekä tajunnan selkeyteen liittyvät vaikeudet. Myös käy-

töshäiriöt kuuluvat sairauden oireisiin. Pakkonaurua ja -itkua esiintyy osalla potilaista. (Atula 2013; Erkinjuntti 2012.)

Oireet alkavat nopeasti: viikoissa, jopa päivissä. Oireet etenevät portaittain ja välillä voi olla parempiakin päiviä. Verisuoniperäiseen muistisairauteen ei ole olemassa lääkitystä. Hoito keskittyy uusiutumisen ehkäisyyn ja riskitekijöiden hoitoon. (Atula 2013.)

Etenevät muistisairaudet, kuten Alzheimerin tauti ja vaskulaarinen dementia ovat merkittävä kansanterveydellinen ja -taloudellinen haaste, johon sosiaali- ja terveysministeriön mukaan tulee varautua. (STM 2012.) Ongelman vakavuuden vuoksi ministeriö onkin julkaissut *Muistiystävällinen Suomi* -ohjelman, joka kuuluttaa aivoterveysten edistämisen tärkeyttä.

### 3.2.3 Aivoterveys

Aivojen asiantuntijat puhuvat ”hyvästä aivoterveudesta”, jolla tarkoitetaan aivojen kunnosta huolehtimista. Aivoterveysten vaaliminen ehkäisee Alzheimerin tautia sekä aivoverenkiertohäiriöitä ja pitää meidät vahvemmin kiinni elämässä. Jos kohtalona olisi sairastua johonkin aivosairauteen, aivoterveudesta huolehtiminen siirtää sen puhkeamista ja hidastaa sairauden etenemistä, jolloin ehtii vielä saada paljon hyviä muistoja. Lisäksi terveet aivot kestävät paremmin stressiä ja painetta sekä mahdollistavat henkisen vireyden, uuden oppimisen, innostumisen ja elämänlaadun paranemisen myös ikääntymisen myötä. Ennen kaikkea, neuroepidemiologian dosentti Mia Kivipellon sanoin: *”Aivoterveys tuo lisää elämää vuosiin, eikä lisää vuosia elämään.”* (Erkinjuntti, Hietanen, Kivipelto, Strandberg & Huovinen 2009.)

Hyvän aivoterveysten ylläpitoon kuuluu terveellinen ruokavalio, liikunta, rentoutuminen ja sopiva aivojumppa. Asiantuntijat kehottavat jumppaamaan aivoja esimerkiksi miettimis-, päättelemis- tai muistelutehtävien keinoin. (Erkinjuntti, ym. 2009, 19–22.)

Sosiaali- ja terveysministeriö painottaa, että aivoterveyttä voidaan edistää monin tavoin: mm. kansalaisten voimavaroja lisäävällä toiminnalla, kuten tukemalla syrjäytymisvaarassa olevia nuoria ja aikuisia sekä mahdollistamalla elinikäinen oppiminen. Ministeriön mukaan kunnissa tulisi tehdä hallintokuntien rajat ylittävää yhteistyötä, tukea ja

vahvistaa eri sektoreilla toimivien (esim. liikunta-, kulttuuri- ja sivistystoimi) osaamista aivoterveysten edistämiseksi. (STM 2012.)

### 3.3 Luovan alan menetelmät ikääntymisen tukena

#### 3.3.1 Tutkimukset suunnan viitoittajina

Taiteen käyttöä sekä siihen liittyvää ammattitaitoa vanhuspalveluissa on tutkittu sekä kehitetty runsaasti Suomessa ja maailmalla (ks. esim. Särkämö, Laitinen, Numminen, Tervaniemi, Kurki & Rantanen 2011; Varho & Lehtovirta 2010; Liikanen 2003; Hallam, Greech, Varvarigou, McQueen & Count 2013; Huhtinen-Hildén 2014; Leppisaari 2013 toim.). Tutkimuksissa taide- ja kulttuuritoiminnalla on todettu olevan merkittäviä vaikutuksia muun muassa elämänlaadun ja toimintakyvyn kannalta.

Muistisairaita koskevassa tutkimuksessa musiikkitoiminnan on todettu kohottavan muistisairaiden mielialaa sekä ajan ja paikan hahmottamiskykyä, parantavan toimintakykyä ja muistamista. (Särkämö, ym. 2011.)

Tutkimustulosten vahva näyttö taide- ja kulttuuritoiminnan monista hyödyistä ja mahdollisuuksista perustelee Suomen opetus- ja kulttuuriministeriön kulttuuristrategisen linjauksen, jossa kulttuurin roolia yhteiskuntamme rakentajana halutaan kasvattaa, sekä mahdollistaa sen piiriin pääsy kaikille tasavertaisesti. (OPM 2009.)

#### 3.3.2 Luova muistelu

Muistelutyön ainutlaatuisuutta perustellaan muun muassa elämän jäsentämisen, sen jatkuvuuden ymmärtämisen sekä arvottamisen näkökulmista (ks. esim. Hakonen 2003; Korkiakangas 2003; Saarenheimo 1997; Hohenthal-Antin 2013). Muistelun avulla elämä säilyy loogisena kokonaisuutena, jossa valinnat ja teot ovat johtaneet toiseen. Muistelulla myös kehitetään ja etsitään elämän varrella tehdyille valinnoille psykologista, sosiaalista ja moraalista oikeutusta sekä haetaan vahvistusta elämän merkityksellisyydestä. Muistelu vahvistaa muistelijan identiteettiä. (Korkiakangas 2003, 174.)

Muistelutyön luovien menetelmien kehittämisen käynnisti Pam Schweitzer Lontoossa vuonna 1983. Hänen johdollaan ammattinäyttelijät työstivät ikäihmisten muistoista teat-



teriesityksen. Siitä alkoi kehittämistyö, joka jatkuu vielä tänäkin päivänä. (Schweitzer 2006.)

Luova muistelu on muistisairaille ihmisille suunnattua ja myös heidän itsensä tuottamaa taidetta. Luovassa muistelussa taidetta käytetään herättämään muistoja, jonka jälkeen ne puetaan uuteen taiteen muotoon. Kun muistisairas saa kertoa menneestä elämästään, hän voi kokea olevansa arvokas. On olemassa joku, joka on kiinnostunut juuri hänen asioistaan. Luovassa muistelutyössä muistisairas voi kokea olevansa menneen asiantuntija ja siten arvokas, luova sekä kulttuurisesti komponentti, täysivaltainen kulttuuriyhteisön jäsen. Erityistä mielihyvää muistisairas voi kokea, kun omainen kertoo hänen elämäänsä liittyviä kertomuksia. Kun muistaminen demenciasairauden edetessä vaikeutuu, luovalla muistelulla voidaan helpottaa sekavalta tuntuva todellisuutta. Luova muistelu helpottaa sopeutumista muistin ja voimien heikkenemiseen sekä vahvistaa muistisairaana murenevaa identiteettiä, synnyttää ja helpottaa vuorovaikutusta sekä aktivoi. (Hohenthal-Antin 2013.)

Luova muistelu tarjoaa mahdollisuuden ilmaista itseään luovasti, jakaa kokemuksia ja nauttia myös muiden luovuuden hedelmistä. Ryhmässä tekemisen etuja ovat muun muassa sen synnyttämä vuorovaikutus ja se, että toisen osallistujan muistot voivat herättää omat uinuvat muistot. Yksilölliseksi ja ainutlaatuiseksi luovan muistelun tekee se, että materiaali kumpuaa omasta eletystä elämästä. Luovaa muistelua inspiroivat vanhat valokuvat, esineet, vaatteet, laulut, hajut, maut, kortit ja muut menneen elämän asiat. Keho voi muistaa asioita, joita henkilö itse ei. Käsitöihin, kotitöihin ja liikuntaan viittaavat toiminnat saattavat löytyä liikemuistista. Aktivoimalla mahdollisimman monia aisteja, pääsee syvemmälle. (Hohenthal-Antin 2013.)

Luovassa muistelussa kaikki tunteet ovat sallittuja. Luovaan työhön kuuluu kiihtyvyyden tunne, joka voi viitata siihen, että luovuuden lukot aukenevat. Luova muistelu on hoitajille hyvä väline keskittyä ongelmien sijaan potilaan voimavaroihin. (Hohenthal-Antin 2013.)

Hohenthal-Antin neuvoo (2013, 36), että vuorovaikutus muistisairaana kanssa onnistuu parhaiten aktivoimalla jäljellä olevia muistoja ja että juuri se on mielekästä ja lohduttavaa. Toisaalta olen itse kokenut myös niin, että vuorovaikutuksen todellisuus pohjalla ei ole väliä, vaan laadulla. Mielikuvitusmaailmassa tapahtuva kanssakäyminenkin voi olla

erittäin voimaannuttavaa ja merkityksellistä sekä voi yhtäläisellä vahvistaa omanarvontuntoa.

## 4 Musiikkipedagogin työnkuva muutoksessa

### 4.1 Musiikkikasvatus kehityksen pyörteessä

Yhteiskunta muuttuu kiihtyvää vauhtia ja nopeatempoinen työelämä vaatii työntekijältä vahvaa osaamista. Huomion kiinnittää myös se, että valtiovallan toimesta tehdään toimenpiteitä työssäoloajan jatkamiseksi. Tähän pyritään muun muassa edistämällä työn ja työelämän vetovoimaa (STM 2003; Tarviainen & Korhonen 2013).

Myös ajatus musiikkikasvatuksesta on muuttunut. Perinteinen musiikkioppilaitosten mestari-kisälli -malli, jossa opettaja antaa erinomaisen esimerkin, johon oppilas voi pyrkiä samaistumaan ja tähtäämään, ei vaadi kummoista pedagogiikkaa. Nykyajan opettajalta vaaditaan myös monia soittimenhallinnan teknisistä taidoista tai yksinomaan virtuositeetin tavoittelusta poikkeavia taitoja. Pelkkä tiedon siirtäminen opettajan työkaluna ei enää riitä. (Relander 2013.) Nykyään musiikkikasvattajan toivotaan harjoittavan muun muassa kriittistä reflektiota, jossa hän kyseenalaistaa itsestään selviä musiikkikasvatuksen käytäntöjä. (Westerlund & Juntunen 2013, 7.) Leppänen, Unkari-Virtanen ja Sintonen (2013, 323) lähestyvät musiikin opettamista kriittisen pedagogiikan ja kulttuurintutkimuksen näkökulmasta näin:

”Kriittinen pedagogiikka ammentaa ajattelusta, joka kyseenalaistaa vakiintuneita oletuksia ja pyrkii muuttamaan vallitsevia valtasuhteita oikeudenmukaisempaan, oppijan mahdollisuuksia ja elämän laveutta kasvattavaan suuntaan.” (Leppänen, Unkari-Virtanen & Sintonen 2013, 323)

### 4.2 Jokaisessa oppilaassa on oppimisen potentiaali

Opetusta kehoitetaan edistämään myös kaikille tasa-arvoisesti ulottuvaksi. Markku Kaikkonen (2013, 28) korostaakin, että musiikin opiskelu on jokaisen oppilaan perusoikeus. Kaikkien musiikkipedagogien tulisi vannoa lääkäreiden Hippokrateen valaa vastaava eettinen lupaus opettaa musiikillisia tietoja ja taitoja kaikille sekä kehittää kaikkien muusikkoutta tasapuolisesti. Kaikkonen muistuttaa sen vaativan jatkuvaa ammatti-

taidon ja toimintaympäristön kehittämistä. (Markku Kaikkonen 2013, 28.) Olemme kaikki erilaisia ja meissä kaikissa on oppimisen potentiaali. Miten toimia opettajana jatkuvasti muuttuvassa ympäristössä?

#### 4.3 Millaista osaamista nykyajan pedagogilta vaaditaan?

Musiikkipedagogin ammattitaito on laaja ja kompleksinen kokonaisuus, joka kypsyy hiljalleen ajan saatossa. Musiikkipedagogin ammattitaito rakentuu monista palasista, kuten esimerkiksi taiteilijuudesta ja pedagogiudesta. Tässä työssä en tarkemmin käsittele, mistä ammattitaito koostuu. Nostan kuitenkin esiin ajatuksen, jonka Huhtinen-Hildén (2013, 159) on pannut merkille:

”Musiikin opettamisessa tärkein instrumentti on opettajuus. Opettamisessa tarvitaan herkkiä tuntosarvia, eli sensitiivisyyttä, jollaisena olemme toisen käytettävissä tietoinemme ja taitoinemme, myös ihmisinä ja kanssakulkijoina.”  
(Huhtinen-Hildén 2013, 159.)

Ajattelen tulevaisuutta, jossa musiikkipedagogit nykyistä enemmän työllistyvät perinteisestä musiikin opettamisesta laajentuneisiin ammatinkuviin. Taiteen alan pedagogeja onkin jo mahdollista tavata perinteisistä poikkeavissa ympäristöissä, kuten esimerkiksi Helsingin Diakonissalaitokselta, jossa työskentelee tanssipedagogi. Helsingin kaupunginteatterissa musiikkikasvattaja työskentelee teatterin yleisötyön parissa. Paakkanen (2013, 43) kysyykin:

”Voisiko vanhusten asumisyksikössä olla hoitajien lisäksi töissä muitakin ammattiryhmiä? Mitä heillä olisi annettavaa vanhusten arkeen?” (Paakkanen 2013, 43.)

Erilaisissa hankkeissa ja tutkimuksissa musiikin ammattilaisia on viety hoitolaitoksiin positiivisin tuloksin (ks. esim. Kulttuurisilta 2008–2011; Osaattori 2011–2013; Muis-taakseni laulan 2009–2011; Musiikki elämään 2011–2014). Helsingin kulttuurikeskuk-sen kulttuuripolitiikan osaston entinen osastopäällikkö, nykyinen lasten ja nuorten tai-dekeskus Annantalon johtaja Marianna Kajantie (2013, 8) kertoo:

”Olen joutunut lähipiirissäni tutustumaan useaan Helsingin vanhusyksikköön ja huomannut, kuinka kipeästi siellä tarvittaisiin muutoksia. Päivien huippuhetkiä oli kaksi. Ensimmäinen on se kun liikuntakykyiset siirretään päivähuoneeseen kat-

somaan televisiota. Toinen on siirto takaisin sänkyyn radiota kuuntelemaan.” (Kajantie 2013, 8.)

Hän lisäksi painottaa, että palvelutaloihin tarvitaan ulkopuolisia tekijöitä, ja että taiteen sekä hoiva-alan ammattilaisille tulisi tarjota mahdollisuus kulttuuriseen vanhustyöhön. (Kajantie 2013, 9.)

Voisivatko esimerkiksi hoitolaitokset olla tulevaisuudessa musiikkipedagogin perinteisen opetustyön rinnalla nähtävä työllistymismahdollisuus, johon voitaisiin suuntautua jo korkeakouluopintojen erikoistumisvaiheessa?

## 5 Kehittämiprojektin kuvaus

### 5.1 Tutkimuksen tavoitteet

Tämän tutkimuksen tavoitteena oli kehittää taide- ja kulttuuritoimintaa palvelutaloympäristöön osallistavan, yhteisöllisen toiminnan keinoin. Tutkimuksen avulla haluttiin saada lisää tietoa seuraavista asioista:

- 1) Millaista taide- ja kulttuuritoimintaa juuri tähän palvelutaloympäristöön tulisi kehittää?
- 2) Miksi sitä tulisi kehittää?
- 3) Millaiseksi muodostuu musiikkipedagogin rooli toiminnan kehittäjänä?

Ensimmäinen kysymys kohdistuu toiminnan sisältöön ja sen toteuttamistapaan. Halusimme luoda osallistavaa ja yhteisöllistä, luovin keinoin toteutettua toimintaa, joka olisi kaikille osallistujille mielekästä. Tutkimusaineistoa analysoitaessa, yksilöllisyyden ja toimintaan osallistumisen ja/tai aktivaatiota vaativien tasojen huomattiin vaikuttavan toiminnan koettuun syvyyteen ja laatuun.

Toinen kysymys on toiminnan peruste. Projektia toteutettaessa monissa eri yhteyksissä nousi esiin tarve toistuvalla perustelulla: Miksi palvelutalossa tarvitaan kulttuuri- ja taidetoimintaa, mitä hyötyä siitä on? Toinen kysymys nivoutuu kausallisuuden omaisesti yhteen ensimmäisen kanssa. Se, millaista kulttuuri- ja taidetoimintaa tulisi kehittää, riippuu siitä miksi sitä tulisi kehittää.

Musiikkipedagogin toimintaroolin monet puolet nousivat kehittämissyhteistyössä esiin muun muassa haastatteluissa kartoitetun tarpeen ja yhdessä luotujen sisältöjen perusteella.

Tietoa palvelutaloon soveltuvan toiminnan sisällöistä, tarpeesta ja kehittämiseen vaikuttavista tekijöistä hankittiin analysoimalla haastattelumateriaaleja, työpajamuistiinpanoja ja tutkimuspäiväkirjaa sekä käytännössä havainnoiden ja refleктоimalla toimintatuokioiden välisissä palaverieissa yhdessä hoitajien kanssa. Tutkimukseen sisältyi alkua ja loppuhaastattelut hoitajille sekä omaisille, tilanteiden käytännön havainnointi myös hoitajien ja omaisten toimesta sekä saadun tiedon reflektoinnit yhdessä hoitajien kanssa. Musiikkipedagogi teki muistisairaiden omaisten haastattelut puhelimitse. Hoitajat haastateltiin yhdessä toiminnan alussa ja lopussa avoimena haastatteluna. Kaikkien työpajakertojen ja haastattelujen jälkeen musiikkipedagogi kirjoitti havainnot ja reflektiot yksittäisiksi raporteiksi. Tässä käytetyt lainaukset ovat haastatteluista, tutkimuspäiväkirjasta ja työpajamuistiinpanoista.

Hoitajat haastateltiin yhdessä ennen toimintaa (alkukartoitus) ja jokaisen työpajan jälkeen (reflektointi). Viimeisen työpajan jälkeen refleктоimme kokemuksia ja tunnelmia työpajaa koskien suullisesti sekä tämän lisäksi hoitajat laativat viimeisen työpajan jälkeen kirjallisen koonnin työpajaperiodin herättämistä kokemuksista. Reflektionneissa kerättiin yhteen havaintoja ja kokemuksia muun muassa työpajan kulusta, tunnelmasta ja toimivuudesta. Lisäksi reflektionneissa suunniteltiin seuraava, entistä parempi työpaja nousseiden havaintojen, kokemusten ja tietojen perusteella.

Omaisat haastateltiin ennen ja jälkeen taidetyöpajaperiodin. Työpajaperiodin jälkeisiin haastatteluihin tavoitettiin puolet osallistuneista omaisista. Työpajaan 4 osallistuneet musiikkiopiston viulun- ja pianonsoitonopettajat haastateltiin työpajan jälkeen yhteistyöstä syntyneiden kokemusten selvittämiseksi. Työpajoihin osallistui myös yksi vierailleva muusikko, instrumenttipedagogi sekä soittoa harrastava oppilas, mutta heidät rajattiin haastattelujen ulkopuolelle.

Haastattelut tehtiin seuraavasti:

#### Hoitajien haastattelut

- Ryhmähaastattelu ennen työpajatoimintaa
- Ryhmähaastattelu reflektointi jokaisen työpajan välissä
- Yleiset tunnelmat havainnoiden työpajan jälkeen
- Kirjallinen koonti työpajaperiodin jälkeen

#### Omaiset

- Haastattelut työpajatoiminnan alussa
- Havainnot omaisten illassa
- Haastattelut työpajaperiodin jälkeen

#### Vierailevat pianon- ja viulunsoitonopettaja

- Haastattelu työpajakerran jälkeen

Edellä mainittuun aineistoon perustuen olen tehnyt johtopäätökset ja koonnut yhteenvedon kehittämisprojektista. Näitä käsittelen yksityiskohtaisemmin luvuissa 6–8.

## 5.2 Tutkimusote

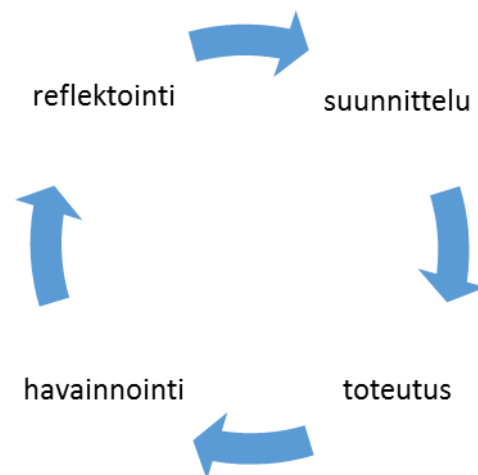
Taidetoiminnan kehittämistä muistisairaiden hoivayhteisöön lähestyttiin toimintatutkimuksen näkökulmasta. Toimintatutkimus on käytännönläheinen mahdollisuus kehittää yhteisön toimintaa ja sosiaalisia käytäntöjä ongelmalähtöisesti ja tutkivalla otteella. Toimintatutkimukselle ominaista on sen osallistava ja yhteistoiminnallinen luonne. Kaikki yhteisön jäsenet ovat aktiivisia osallistujia ja vaikuttajia muutos- ja tutkimusprosesseissa. Toimintatutkija osallistuu tutkimaansa toimintaan tekemällä tarkoituksellisen intervention, eli väliintulon. Tämän tarkoituksena on voimaannuttaa tai valtauttaa (empower) niitä, joiden kannalta asioita voidaan kehittää paremmiksi. Heikkisen (2007, 20) mukaan toimintatutkimuksessa pyritään valamaan uskoa ihmisten omiin kykyihin ja toimintamahdollisuuksiin. (Carr & Kemmis 1986; Heikkinen 2007.)

Toimintatutkimus asettaa tutkijan toiminnan ytimeen – välittömäksi kokijaksi. Tutkija käyttää havaintojaan tutkimusmateriaalina muun materiaalin sijasta tai lisäksi, jolloin hänen ymmärryksensä kertyy hiljalleen. Tämä vaikuttaa tutkijan suhtautumiseen mate-

riaaliansa kohtaan siten, että tutkimusraportista tulee kertomuksellinen, eli narratiivinen ja siihen muodostuu ajassa etenevä juoni. Toimintatutkimuksessa ymmärrystä ei voida laskea pelkästään kausaalisuhteiden varaan, vaan on pohdittava myös toimijoiden tarkoitusperiä ja pyrittävä ymmärtämään ihmisten ratkaisuja intentionaalisesti, eli päämäärien ja motiivien kautta. (Heikkinen 2007, 16–21.)

Tutkimusprosessi on toimintatutkimuksessa syklinen ja se muodostaa ajassa etenevän itsereflektiivisen spiraalin (Heikkinen, Rovio & Kiilakoski 2007, 81). Toiminnassa toistuvat aina uudelleen suunnittelun, toiminnan, havainnoinnin ja reflektion vaiheet, kuten tässäkin tutkimuksessa (ks. kuvio 4, s. 23). Reflektion avulla pyritään toiminnan uudelleen ymmärtämiseen ja kehittämiseen systemaattisen oppimisprosessin kautta. Reflektiossa tutkija etäännyttää itsestään nähdessään oman toimintansa ja ajattelunsa uudesta näkökulmasta (Heikkinen 2007, 34). Olennaista on, että ihmiset säilyttävät avoimuutensa toiminnassa eteen tuleville odottamattomille tilanteille (Carr & Kemmis 1986; Heikkinen 2007).

Toimintatutkimuksessa toteutusta havainnoidaan ja reflektoidaan käytännön aikana, ja kokemusten pohjalta suunnitellaan uusi, entistä parempi toiminta:



Kuvio 2: Toimintatutkimuksen sykli (Heikkinen 2007, 35).

Tässä tutkimuksessa musiikkipedagogi osallistui muistisairaiden arkeen kehittämällä kulttuuri- ja taidetoimintaa yhdessä palvelutalon hoitajien, omaisten ja muistisairaiden kanssa. Normaalisti opettajan työssä tapahtuvasta kehitystoiminnasta tämä eroaa

tavoitteidensa puolesta: Tutkimuksen tavoitteena on tuottaa uutta tietoa ja saattaa se julkisesti arvioitavaksi (Heikkinen 2007).

Tässä laadullisessa tutkimuksessa pyritään ymmärtämään tutkittavaa ilmiötä kokonaisvaltaisesti ja syvemällä tasolla. Tutkimustulokset eivät ole käytetystä havaintomenetelmästä tai käyttäjästä irrallisia, vaan kaikki tieto on subjektiivista, sillä tutkija päättää havaintomenetelmästä oman ymmärryksensä varassa (Tuomi & Sarajärvi 2002, 19). Laadullisessa tutkimuksessa aineiston kerääminen ja analyysi on vaikea erottaa siksi, että tutkija pystyy vaikuttamaan tuloksiin. (Tuomi & Sarajärvi, 2002.) Laatu on määrää tärkeämpi tekijä. Keskeistä onkin merkitysten tulkinta, jota Tuomivaara (2005, 29) perustelee näin:

”Hermeneuttisen, eli ymmärtävän tiedekäsityksen mukaan ihminen eroaa muista luonnonolioista tietoisuutensa, vapaan tahtonsa ja niille perustuvan kulttuurisen elämänmuotonsa perusteella. Siksi hänen yksilöllistä ja yhteisöllistä toimintaansa on tarkasteltava tahdottuina ja tarkoitettuina, erilaisia ajatuksia, tunteita tai sanalla sanoen: erilaisia merkityksiä sisältävinä ja ilmaisevina.” (Tuomivaara 2005, 29.)

Tunnistan itselleni läheiseksi kuvaukset esimerkiksi fenomenologisen ja hermeneuttisen tutkimuksen lähestymistavoista.

### 5.3 Tutkimuksen toteuttaminen

Tutkimus toteutettiin Heinolassa Siltakoti-palvelutalossa, muistisairaiden tehostetun palveluasumisen yksikössä, aikavälillä joulukuu 2013 – helmikuu 2014. Tutkimukseen osallistui kahdeksan muistisairasta, heidän omaisensa (9 henkilöä), hoitajat (2 henkilöä) sekä musiikkiopiston instrumenttiopettajat (2 henkilöä). Osallistujia oli tutkijan lisäksi yhteensä 21 henkilöä. Lisäksi mukana työpajoissa oli vierailuvia muusikoita: kansalaisopiston pianonsoiton opettaja, musiikkiopiston tutkimukseen osallistuneen viulunsoitonopettajan oppilas sekä harmonikan soittaja (ks. kuvio 3, s. 20). He osallistuivat toimintaan, mutta heitä ei haastateltu. Tutkimuslupa kysyttiin osallistuneiden muistisairaiden omaisilta sähköpostilla ja sähköpostin puuttuessa kirjallisesti. Palvelutalon hoitajilta tutkimuslupa pyydettiin sähköpostitse. Kaikki tutkimuksessa esiintyvät nimet on muutettu.

Muistisairaiden omaiset vastasivat ennen työpajojen alkua muistisairaiden elettyä elämää ja tutkimusajan hetkistä kuntoa koskien sekä ideoivat toimintaa ja sen sisältöjä.



Lisäksi he vastasivat työpajaperiodin jälkeen toiminnasta saatuja kokemuksia kuvaten. Hoitajat vastasivat palvelutalon aiempaa toimintaa koskien ja esittivät tarpeita ja toiveita työpajatoiminnan sisällöiksi sekä sen kehittämiseksi. He myös yhdessä musiikkipedagogin kanssa kehittivät työpajojen sisällöt, refleктоivat ja osallistuivat työpajojen ohjaamiseen kertakohtaisen toimintasuunnitelman mukaisesti.

Musiikkiopiston kaksi instrumenttiopettajaa vastasivat työpajan jälkeen sen herättämiä kokemuksia koskien. Tämän työn kirjoittaja (musiikkipedagogi) kehitti yhteistyön sekä sen idean, koordinoi kehittämisprojektia, suunnitteli toiminnan sekä sen sisällön yhdessä palvelutalon henkilökunnan ja osallistujien kanssa, ohjasi työpajoja, haastatteli, analysoi hankitun tiedon sekä toimi oman työnsä tutkijana ja kehittäjänä.

Taidetyöpajoihin osallistui myös muita satunnaisia palvelutalon saman osaston asukkaita. Ryhmässä oli keskimäärin 8–12 osallistujaa työpajakertaa kohden. Työpajoihin osallistuneet muistisairaajat ihmiset olivat vaikeasti dementoituneita.

Osallistujat oli jaettu eri työpajakerroille seuraavasti:



Kuvio 3: Taidetyöpajojen osallistujat kerroittain.

## 6 Taidetuokiot Tammikodissa

### 6.1 Kohti kehittämissyhteistyötä

Ajatus soveltavan taiteen käytöstä kotikaupungissani heräsi vuosia sitten. Työskennellyäni musiikkiopistossa sekä kansalaisopistossa ja tehtyäni taustakartoitusta alueen kulttuuritarjonnasta sekä toimintatavoista, taide- ja kulttuuritoiminnan kehittämisajatus sai vahvistusta. Taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutuksia hyödyntävien, osallistavien ja yhteisöllisten menetelmien käyttö ja niiden tuominen ihmisten tietoon on tarpeen jokaisella paikkakunnalla. Yhteiskunnan hyvinvoinnin tukemisen taiteen ja kulttuurin keinoin tulisi ulottua myös pieniin kuntiin, jolloin kaikilla olisi tasa-arvoinen mahdollisuus olla osallisia taiteen ja kulttuurin monista mahdollisuuksista. Kulttuurin saavutettavuuden tasa-arvoa ja sen monipuolisuutta peräänkuuluttavat myös useat kulttuuripoliittiset asiakirjat, kuten esimerkiksi Kulttuuripoliitiikan strategia 2020 (OPM 2009, 16–17) ja Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia -toimintaohjelma (Liikanen 2009, 16–18).

Heinola on vajaan 20 000 ihmisen kaupunki. 27,1 % asukkaista on 65 vuotta täyttäneitä, eläkkeellä olevia 33 % ja nuoria, alle 15-vuotiaita on 12,8 % asukkaista. (Tilastokeskus 2013.) Kaupungin kulttuuritarjonta keskittyy paljolti esittävään muotoon: musikaaleihin, näytelmiin ja konsertteihin.

Otin yhteyttä (keväällä 2013) Jyränkölän Setlementtiin kuuluvan Heinolan kansalaisopiston musiikin vastuuhenkilöön ja esittelin hänelle sekä opiston rehtorille ideoitani hyvinvointia edistävästä taiteen ja kulttuurin käytön ajatuksista. Olin ideoinut hankkeen, jossa usean osaprojektin keinoin rikastutettaisiin paikallista kulttuurielämää ja tuotaisiin osallistavaa, yhteisöllistä musiikki- ja taidetoimintaa kaikkien saataville (HYMY – hyvinvointia musiikista ja yhteisöllisyydestä), myös pikkukaupunkiin. He innostuivat ajatuksesta, sillä hankeidean toiminta soveltuisi hyvin heidän toimintaansa: Jyränkölän Setlementti sisältää kuin kokonaisen kaupungin pienoiskoossa.

Jyränkölän Setlementtiin kuuluu koulutustoiminta (sis. mm. kansalaisopiston, kuvataidekoulun ja mediapajan), hoivapalvelut (mm. 4 palvelutaloa ja Jyränköläkoti: vanhuksille, vaikea- ja kehitysvammaisille, mielenterveyskuntoutujille ja päihdekuntoutujille), lastensuojelupalvelut (nuorisokoti), vapaaehtoistyö ja työllistämispalvelut sekä ravitsemuspalvelut. Jyränkölän työmuotoja ovat koulutus ja opetus, sosiaalinen toiminta, las-

tensuojelutyö, vapaaehtoistyö, ravintolatoiminta, nuorisotyö sekä kehittämisprojektit. Yhtenä laajalti tavoittavan hankeideani osa-alueena oli ikä-ihmisten hyvinvointia edistävä, yhteisöllinen ja osallistava taidetoiminta, jonka pilottiprojekti käynnistettiin tämän opinnäytetyön muodossa joulukuussa 2013.

Kohdistin opinnäytetyöhön liittyvän kehittämisprojektin (ja samalla HYMY-hankeidean vanhuksille suunnatun osaprojektin pilotin) kiinnostavaan ja sopivalta toimintaympäristöltä vaikuttavaan, ideasta kiinnostuneeseen ja laaja-alaisen kentän kattavaan yhteistyökumppaniin, Jyränkölän Setlementtiin. Jyränkölä määrittelee arvojaan seuraavasti:

”Jyränkölän toiminnan perustana olevat arvot ovat yhteisöllisyys, oikeudenmukaisuus, yksilön arvon tunnustaminen, hyvä elämä ja elämänilo.” (Jyränkölän Setlementti ry 2012.)

Jyränkölän toiminta-alue on pääsääntöisesti Heinolassa, mutta koulutuksen, päihdetyön ja lastensuojelun osalta koko Päijät-Hämeen maakunnassa. Tämä yhtälö mahdollisuuksista, toimintaverkosta ja arvoista sopi ajatuksiini taide- ja kulttuuritoiminnan kehittämisestä.

Otin yhteyden Jyränkölän Setlementin palveluvastaavaan ja kerroin hänelle kiinnostuksestani pitää musiikillisia taidetyöpajoja jossakin heidän hoivapalveluyksikössään, osana HYMY-hankeaihioni ideointia ja opinnäytetyöni kehittämisprojektina. Ideanani oli saattaa kaksi eri alaa yhteen ja katsoa, millaisia yhteisiä asioita, toimintaa ja tavoitteita näillä voisi olla. Kerroin, että teen tästä tutkimuksen, jota hyödynnän alueen kulttuuritoiminnan kehittämismissiossani ja sen, että toiminta ei maksa mitään. Palveluvastaava kiinnostui heti ja lupasi kyselevänsä vastaavien hoitajien kokouksessa kiinnostusta toimintaa kohtaan.

## 6.2 Vierailut yksiköissä, palvelutaloon tutustuminen

Taide- ja kulttuuritoiminnan kehittäminen palvelutaloon herätti kiinnostuksen kaikissa Jyränkölän Setlementin palvelutaloyksiköissä. Sain kolmen yksikön yhteystiedot, joista minun piti tutustumisen jälkeen valita sopivin. Vierailin vastaavien hoitajien opastuksella Jyränkölän palvelutalojen yksiköissä Tammikoti (30 paikkaa), Koivukoti (16 paikkaa) ja Pihlajakoti (10 paikkaa). Edellä mainitut ovat kaikki dementoituneille tarkoitettuja ympärivuorokautista hoitoa tarvitsevien tehostetun palveluasumisen paikkoja.

Pihlajakodissa kohtasin asukkaan, joka tervehti minua sanoen: ”Laa-laa-laa.”

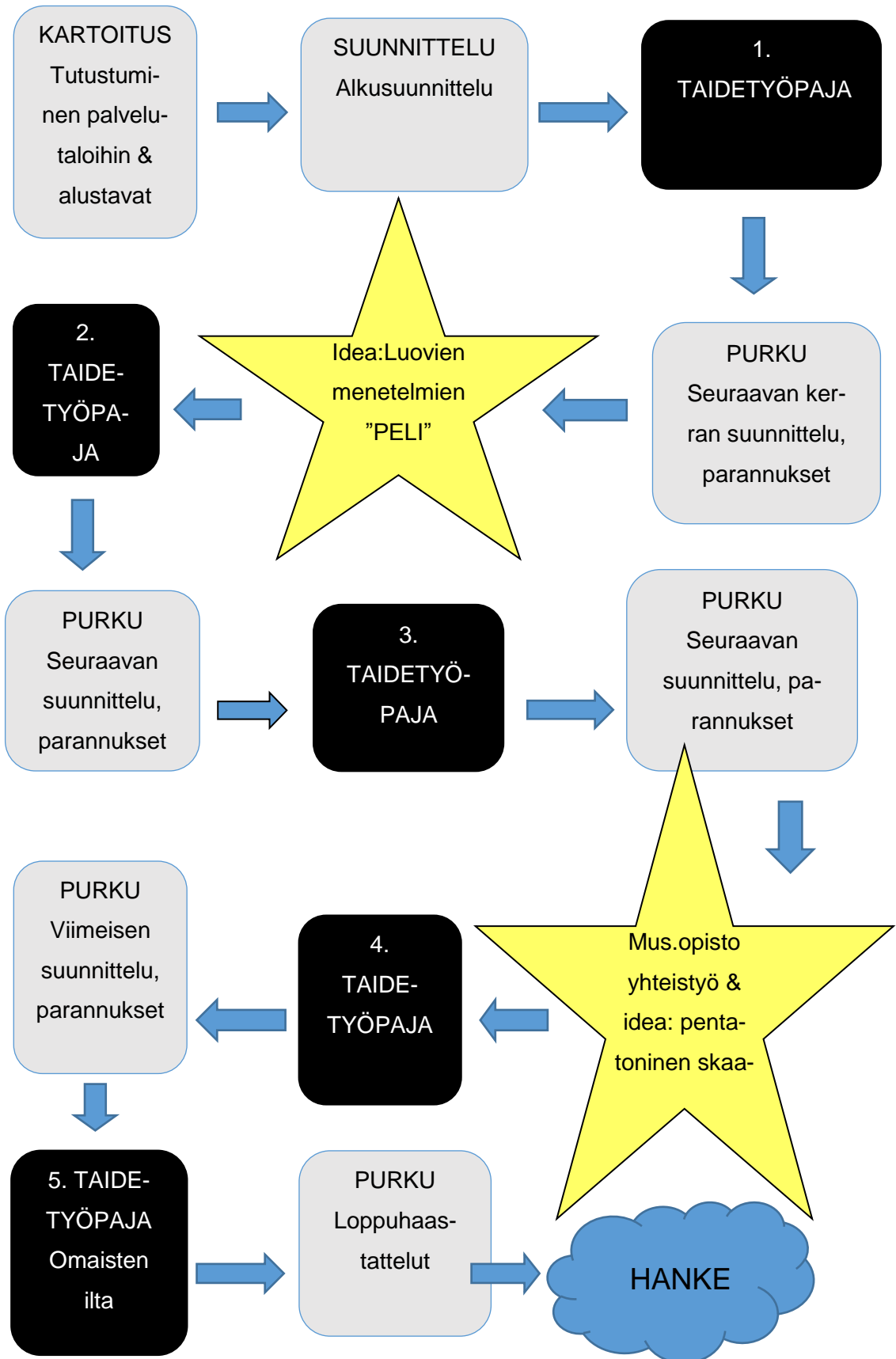
Vastasin, että: ”No sieltähän lähti heti laulut soimaan!”

Tämän kohtaamisen innoittamana ryhdyin laulamaan ja soittamaan pianolla joululauluja. Henkilökunta innostui hakemaan asukkaita huoneistaan ja kärräsi heitä kuuntelemaan. Siinä sitten lauloimme välillä käsi kädessä ja yhdellä sormella pianoa soittaen. Pyysin ympärilläni kerääntyneitä asukkaita tunnistamaan lauluja melodiasta ja muistelemaan niiden sanoja. Laulut olivat tuttuja ja sanat muistuvat mieleen nopeasti. Eräs iäkäs nainen seiso vieressäni pianon luona ja piti minua kädestä sellainen ilme kasvoillaan kuin olisi nähnyt ihmeen ja aina välillä halasi minua ja hoki: ”Olet sinä sellanen! Olet sinä sellanen!”

Tuntui, että hän ajatteli musiikin tulevan minusta. Aivan kuin olisin ollut joku soit-torasia! Se oli aika merkillinen hetki, olin hetken kuin oman itsen ulkopuolella, tunsin itse olevani musiikkia. (Tutkimuspäiväkirjamerkintä.)

Kaikki yksiköt olivat erittäin yhteistyöhaluisia ja toivoivat taidetoimintaa juuri heidän yksikkönsä. Lopulta valinnan vaikeuden vuoksi arvoitin lopullisen työpajojen kohteen ja suurin yksikkö, Tammikoti, selviytyi voittajaksi. Ilmoitin yksikön johtajalle alkavasta yhteistyöstä ja sovimme ensimmäisen suunnittelupalaverin.

Kuviossa neljä (ks. seuraava sivu) kuvataan kehittämisprojektin toimintatutkimuksen etenemistä. Työpajatoiminta jaettiin toimintatuokioihin sekä niiden jälkeisiin reflektio- ja suunnittelupalavereihin seuraavasti:



Kuvio 4: Kehittämiprojektin käytännön eteneminen Tammikodissa (ks. myös Heikkinen spiraali 2007).

### 6.3 Yhteistyö alkaa, ensimmäinen tapaaminen

Tammikoti on Jyränkölän Setlementin Siltakoti-palvelutalon tehostetun palveluasumisen 30 paikkainen muistisairaille tarkoitettu yksikkö. Työryhmäkseni hoitohenkilökunnasta valikoitui yksikön vastaava hoitaja sekä hänen valitsemansa vanhustenhoitaja. Ensimmäisessä suunnittelupalaverissa (16.12.2013) selvitin haastattelemalla heidän kiinnostuneisuuttaan taide- ja kulttuuritoimintaa sekä käsitöitä kohtaan, heidän tarpeitaan ja odotuksiaan työpajoja ajatellen sekä otin selvää, oliko heillä aiemmin järjestetty taidetoimintaa.

Lista Tammikodin aiemmasta taide- ja kulttuuritoiminnasta:

- Lauluhetki ”Muistien kätköistä” kerran viikossa kansalaisopiston lukukauden aikana
- Ehtoollinen kerran kuussa
- Iltahartaus palvelutalossa kerran kahdessa kuussa
- Karaoke kerran viikossa juhlasalissa, kansalaisopiston lukukauden aikana
- Vanhusten viikkoa vietetään kerran vuodessa, jolloin on joka päivä toimintaa: esim. leivotaan ja lapsia tulee virpomaan
- Kauneimmat joululaulut jouluisin, vapaaehtoisia saattajia saataessa

Haastattelussa nousi esiin, että hoitajien taholta järjestettyä viriketoimintaa rajaa merkittävästi hoitotyön erittäin kiireinen arki. Siksi perustarpeiden, esim. pesun, pukemisen ja ruokailun ulkopuoliset toiminnot jäävät kestoaltaan lyhyiksi ja tapahtuvat vain silloin, kun aikaa sattuu olemaan. Hoitajat kertoivat tämän käytännössä tarkoittavan sitä, että: ”Likat ottaa vihot ja koko kööri laulaa!”

Kun kartoitin heidän toiveitaan ja odotuksiaan taide- ja kulttuuritoimintaa kohtaan, toiveeksi nousi viriketoiminnan ex tempore -luonne, sillä koko ajan muuttuvissa tilanteissa hoitohenkilökunta pystyy toteuttamaan ainoastaan nopeaa ja helppoa toimintaa. Tulevien taidetuokioiden parhaaksi anniksi ajateltiin ”kättäpitempää” nopeaan, helppoon ja pienten asioiden kautta toteutettavaan toimintaan. Konkreettisia apukeinoja toivottiin nimenomaan asukkaiden turhautumisten välttämiseksi. Asukkaiden näkökulmasta pitkästyttävät sekä turhauttavat käytännön tilanteet, kuten ruuan odotus, pesu- ja iltatimet helpottuisivat, jos heillä olisi jotain muuta ajateltavaa siinä tilanteessa.

Vaikeisiin pesutilanteisiin ideoitiin keinoja, kuten riimittelyruno tai muuta sellaista, joka suuntaisi huomion pois esimerkiksi pesusta ja aktivoisi asukasta. Iltatoimiin ja rauhoittumiseen mietittiin laulua ja silitystä.

Mitä yhteiset taidetuokiomme voisivat sitten sisältää? Kerroin oman tavoitteeni saattaa meidät yhteen tasa-arvoisina suunnittelemaan, tutkimaan ja ideoimaan toimintaa, josta olisi heille hyötyä. Selvitin, että ydinajatuksena ei ole tarjota valmista muotia, vaan kehittää ja luoda toimintaa yhdessä.

Kerroin, että voimme käyttää musiikin lisäksi mitä tahansa taiteen lajia: kuvataide, draama, kirjallisuus, käsityöt, liikunta ja tanssi sekä hyödyntää muita harrastuksia, jne. Hoitajia kummastutti ajatus huonokuntoisten tanssimisesta, mutta ajattelin johdattelevasti ääneen, että yksikin käsi voi tanssia. Siitä johdannaisena mietimme asioita, joita työpajat voivat sisältää: käsinukkeja, karaoken käyttöä (joka on yksi heidän suosikki-toimintansa), tuoksuja (kahvi, piparkakkumauste, kardemumma, glögi), eri aistien stimuloimista, käsille kosketeltavaa, olkia kehtoon sekä vanhoja valokuvia katseltaviksi. Mietimme myös muiden ajankohtaisten asioiden käyttöä, kuten lumen, kuusen oksien, jne.

Ideoinnin tuloksena syntyi ensimmäisen työpajan suunnitelman kehys:

1. Arvoituksia, loruja. Hoitajat tuovat loruja, arvoituksia ja sananlaskuja, joita osallistujat voivat arvuutella, jatkaa lausetta, tms.
2. Emma-valssi. Muistellaan sanoja, lauletaan yhdessä, pianosäestys.
3. Tuoksut. Mitä tulee mieleen tuoksuista? Stimuloidaan muistia hajuaistin kautta. Tuoksuina piparkakkumauste, kahvi, kardemumma..
4. Tonttupolka tai Soihdut sammuu -laulu. Tässä voidaan laulaa ja soittaa keho- tai rytmisoittimia ja siten saada liikettä koko kehoon. Muistuvatko sanat mieleen? Pianosäestys.
5. Jouluyö, juhlayö. Hiljennytään joulun tunnelmaan ja lauletaan yhdessä. Muistellaan sanat. Pianosäestys.
6. Heinillä härkien kaukalon. Kuunnellaan cd:ltä laulua ja katsellaan oljilla täytettyä jokaisen luona kiertävää kehtoa, jossa vauva nukkuu. Sytytetään led-kynttilät. Saa laulaa mukana. Nouseeko tästä jotain mieleen?
7. Loppulaulu: Maa on niin kaunis. Muistellaan sanat ja lauletaan yhdessä. Rauhallinen lopetus. Pianosäestys.

Osallistujia miettiessämme kerroin, että kuka tahansa voi osallistua taidetyöpajoihin ja että toiminta on kaikille mahdollista. Hoitajille nousi tarve ottaa mukaan henkilöitä, jotka ovat ”musiikkimiehiä” tai ”kovia laulajia”. Muistutin, että toiminta on kaikille mahdollista ja tärkeää. Tulimme siihen tulokseen, että osallistujien ydinryhmän olisi hyvä pysyä samana, jotta toiminnan kehittymistä voidaan helpommin havaita. Mukaan taidetyöpajojen ydinryhmään valittiin kahdeksan asukasta. Osallistujien dementoitusaste oli vaikea.

Pohdimme myös omaisten roolia taidetyöpajatoiminnassa. Keskustelussa nousi esiin toive omaisten osallistumisesta palvelutalossa asuvan läheisensä aktiviteetteihin, ja tutkimus- ja kehittämistarkoituksessa järjestetyt taidetyöpajat tarjoaisivat tähän mielekkään mahdollisuuden. Taidetoiminnasta informoiminen haluttiin minun vastuulleni, sillä he ajattelivat toiminnalla olevan silloin enemmän painoarvoa.

#### 6.4 Omaisten haastattelut työpajatoiminnan alussa

Omaisten haastattelun tarkoituksena oli:

- 1) Tiedottaa omaisille taidetyöpajatoiminnasta
- 2) Lisätä omaa ymmärrystäni asukkaan ja omaisen välisestä yhteydestä tai sen puutteesta
- 3) Tutustua asukkaaseen ja hänen tähänastiseen elämäänsä
- 4) Poimia jokaisen ryhmään osallistujan elämästä merkityksellisiä asioita, kiinnostuksen kohteita ja ns. lempiasioita työpajojen sisältöä varten, jotta työpajoista saataisiin jokaista yksilöllisesti ja syvemmillä tasolla koskettavia
- 5) Kartoittaa, mitä odotuksia omaisilla olisi taidetoimintaa kohtaan

Alkavan taidetyöpajatoiminnan sisältöä ajatellen koimme merkitykselliseksi määritellä omaisten haastattelun tavoitteet edellä mainitusti. Tammikodin puolesta asukkaiden omaisten haastattelujen toivottiin houkuttelevan omaisia yhteistyöhön. He toivoivat myös, että haastateltaville omaisille esitetään kysymys: ”Haluaisitteko osallistua enemmän oman läheisen aktiviteetteihin?”

Palvelutalon näkökulmaa pohtiessamme, tuli jälleen esiin henkilökunnan rajallinen työ-



aika (ks. myös s. 25) ja se, miten heidän työnsä hoidollinen puoli korostuu. Hoitajat kertoivat palvelutalossa asuvien vanhusten saattohoidon siirtyneen palvelutalojen vastuulle, mutta sen tekemiseen ei ole resursoitu lisää aikaa, joten se kuormittaa henkilökuntaa entisestään. Myös saattohoitoon he toivoisivat omaisia mukaan. Tässä yhteydessä ilmeni harmi myös sitä, kuinka palvelutalolla ei ole resursseja palkata omaa viriketoiminnan ohjaajaa, jonka hoitajat olisivat toivoneet pitämään toimintaa kerran viikossa joka yksikköön.

Puheluissa omaisille halusin nostaa esiin näitä näkökulmia:

- Arvokas vanhuus
- Merkitykselliset kokemukset
- Musiikin ja taidetoiminnan hyvinvointia edistävä näkökulma
- Toiminnan tavoitteita: yhdessä tekeminen, muistaminen, virkistyminen, itsensä tärkeäksi tunteminen, fyysisten toimintojen kohentuminen

Toiminnasta kertoessani koin iloa siitä, kuinka paljon palvelutaloasukkaiden omaiset ilahtuivat kuullessaan, että heidän äitinsä, isänsä tai puolisonsa saa olla mukana taide-toiminnassa.

Haastateltavat kertoivat avoimesti perheestään ja lapsuudestaan. Keskusteluissa korostui se raskas taakka, jota dementoituneen omaiset kantavat: huoli oman äidin, isän tai puolison heikosta kunnosta ja se, että asiaan ei voi vaikuttaa. Lisäksi monilla tuntui olevan huono omatunto siitä, että oma elämä ei anna riittävästi aikaa olla läheisen luona. Toisaalta harvoin vierailukertoihin vaikuttanee myös yhteisten elämän kokemusten kadottaminen muistisairauden kouriin. Montaa perhettä kohdannut yksinkertainen tosiasia on, ettei jäljellä ole enää yhteisiä muistoja elämästä. Esimerkiksi äiti ei saata muistaa omaa lastaan tai/ja hänen kommunikaatiokykynsä on heikentynyt niin paljon, ettei kanssakäyminen onnistu – ainakaan helposti. Koin, että muistisairaasta läheisestä puhuminen oli suurimmalle osalle mieluista ja tärkeää, jopa helpottavaa. Haastattelujen tunnelmasta välittyi tilanteen aiheuttama haikeus, mutta myös lämpö, ilahtuminen ja kiinnostus tulevaa toimintaa kohtaan.

Merkittävimmäksi taidetyöpajatoimintaa koskevaksi toiveeksi nousi sekä palvelutaloasukkaan että hänen omaisensa puolesta puhtaasti mielekkään tekemisen järjestämi-

nen: palvelutaloon tarvitaan aktiviteettia, virkistystä ja ajankulua. Tämä kävi ilmi omaisten asukkailta kuulemista kommentteista, kuten:

- ”Täällä vaan niin paljon istua kökötellään”, eräs asukas sanoo palvelutaloasumisesta omaiselleen.
- Ja toinen taas näin: ”On tää merkillinen talo, kun ei täällä muuta ku syödään!”

Omaisten toiveet kulminoituvat paljolti saman ongelman ratkaisemiseen. Tämä kävi ilmi omaisten haastatteluissa. Esimerkiksi:

- ”Tekemistä ei ole tarpeeksi. Jos olisi jotain, mitä yrittää”, toivoo eräs omainen.
- ”Äidille jotakin järkevää touhua”, pyytää toinen.

Siirtyminen omasta työntäyteisestä elämästä ja kodista palvelutaloon on ollut osalle asukkaista vaikeaa. Päätös dementiaan siirtymisestä on kuitenkin ollut muistisairaana turvallisuuden kannalta välttämätöntä. Monet asukkaat ovatkin toistuvasti ”lähdössä kotiin”. Taidehetkeltä toivottiin omaisten puolelta myös apua tämän sopeutumisprosessin aiheuttamaan mielialan laskuun sekä tuomaan turvaa, läheisyyttä ja huomiota.

Mikä toisi sitten apua ”kököttämisen” ongelmaan? Haastatteluissa pohdimme muistisairaiden omaisten kanssa, mikä olisi sellainen taiteen tekemisen muoto, joka olisi helppo toteuttaa heikentyneestä toimintakyvystä huolimatta. Mietimme myös sitä, kuinka houkutella toimintakyvyltään heikentynyt, omasta muistamattomuudestaan tai kömpelydestään turhautunut henkilö takaisin mieluisan harrastuksen tai asian, kuten käsitöiden tai lukemisen pariin. Eräs omainen kertoo, kuinka äidin käsitöiden teko ”loppui kuin seinään”, koska kutominen on niin paljon aiempaa vaikeampaa.

Omaiset toivoivat taidetyöpajalta laulamisen riemua, iloa ja jotain järkevää tekemistä, maalausta ja käsitöitä. Myös moniin päivän odotteluhetkiin ideoitiin puuhaa, kuten käsitöitä. ”Langasta voisi liimata jotain, nukkamattoa voisi tehdä tai ristikkopohjaan neuloa”, eräs omainen listaa. Helposti toteutettavaksi puuhaksi keksittiin paperimyytyistä askartelemista ja muistin aktivointiin toiminnan voisi yhdistää jatkamalla sitä aina seuraavalla odottelukerralla. Valmistuneita töitä toivottiin näyttille, jotta niitä voisi katsoa aina ohimennessään yhdessä muistisairaana äidin, isän tai puolison kanssa. Useampi omainen totesikin: ”Tämän ajan ihmiset kun ovat aina jotain tottuneet tekemään.”

Omaisten haastattelujen anniksi suhteessa lähtötavoitteisiin muodostuikin:

- 1) Tiedottaa työpajatoiminnasta
- 2) Saada tietoa muistisairaahan tähänastisesta elämästä
- 3) Saada tietoa omaisen ja muistisairaahan välisestä yhteydestä tai sen puutteesta
- 4) Kartoittaa, mitä toiveita omaisilla on työpajatoimintaa ajatellen
- 5) Keksiä yhdessä sisältöä työpajoihin
- 6) Lisätä ymmärrystä omaisen raskaasta elämäntilanteesta

Omaisten haastattelun alkuperäinen tarkoitus	Toteutui (Kyllä/Ei)
Tiedottaa omaisille taidetyöpajatoiminnasta	K
Lisätä ymmärrystäni asukkaahan ja omaisen välisestä yhteydestä tai sen puutteesta	K
Tutustua asukkaaseen ja hänen jo elettyyn elämäänsä	K
Kerätä työpajoihin osallistujan kannalta merkityksellisiä henkilökohtaisia elementtejä	K
Kartoittaa odotuksia taidetoimintaa kohtaan	K

Uusia esiin nousseita asioita:

Ideoida ja keksiä yhdessä työpajojen sisältöä

Ymmärrys omaisen kantamasta taakasta

Vastauksena Tammikodin asettamaan kysymykseen: ”Haluaisitteko osallistua enemmän oman läheisenne aktiviteetteihin”, omaiset vastasivat:

- 1) Voisin osallistua
- 2) Voisin osallistua riippuen aktiviteetista
- 3) Vähän mahdollisuuksia osallistua eri paikkakunnalla olemisen vuoksi
- 4) Ei osaa sanoa

Turvaan vastaajien nimettömyyden, enkä luettele tässä vastausten lukumääriä.

## 6.5 Luovan toiminnan työpajat Tammikodissa

”Oi muistatkos Emma sen kuutamoihin, kun yhdessä tansseista kuljettiin...”  
(Suom. kansansävelmä, san. V. Siikaniemi.)

Taidetyöpajoja järjestettiin yhteensä viisi. Jokainen työpaja oli sisällöltään erilainen ja haastattelussa kerättyjen taustatietojen ansiosta yksilöllisesti suunniteltu, osallistujia jollain tapaa henkilökohtaisesti koskettava. Työpajat olivat osallistavia ja yhteisöllisiä toimintahetkiä, joissa käytettiin musiikkia, kuvataidetta, draamaa, sanataidetta sekä liikuntaa ja tanssia – musiikin ollessa toiminnan keskiössä. Taiteita sovellettiin mm. luovan muistelun ja improvisoinnin menetelmin. Muistia ja aivotointia aktivoitiin myös erilaisin arvuuttelu- ja päättelytehtävin sekä kaikkien aistien stimulointia hyödyntäen.

Jokaisen toimintahetken jälkeen pidimme hoitajien kanssa reflektio- ja toiminnan kehittämistukion, jossa jaoin toiminnan herättämiä kokemuksia ja ajatuksia sekä suunnittelimme niiden perusteella seuraavan työpajan.

## 6.6 Työpajojen keskeisiä havaintoja

Työpajojen havaintoja kuvatessa käytän runsaasti suoria lainauksia tutkimuspäiväkirjasta, työpajamuistiinpanoista sekä haastatteluista mahdollisimman aidon vaikutelman välittämiseksi.

### 6.6.1 Osallistavaan toimintaan totuttautuminen

Taidetyöpajatoiminnan alussa nousi esiin uudenlaisen toiminnan käynnistämisen haasteet. Uuteen toimintaan sopeutuminen vaati lähes kaikilta osallistujiltaan totuttautumista, etenkin kun kyseessä oli osallistava toiminta, jonka muotona oli sykleissä etenevä prosessi ja jonka kohderyhmänä olivat palvelutalossa asuvat muistisairaajat ihmiset.

Ensimmäisillä kerroilla työpajoihin osallistujat odottivat esitys- ja yhteislaulu -tyyppistä toimintaa. Suurin osa muistisairaista yllättyivät positiivisesti vahvasta osallistumismahdollisuudesta ja vaikuttamisesta toiminnan sisältöön, mutta joitakin osallistavaan ja monitaiteelliseen toimintaan heittäytyminen jopa närkästytti. Harmistus kohdistui työpajan elementtejä, kuten esimerkiksi piirtämistä tai alkulämmittelyjä kohtaan. Eräs osallistuja kyselikin laulamisen perään ensimmäisessä työpajassa jo muutaman minuutin kuluttua.

Esittelykierroksen jälkeen aloitin kehon lämmittelyharjoitukset kysyen, tietävätkö osallistujat, mitä olisi hyvä tehdä ennen laulamista. Pyörittelimme hartioita ja nostelimme käsiä, jotta kroppaan saataisiin lämpöä. Eräs nainen vieressäni tivasi ärtyneenä: ”Joko lauetaan?”, ja kyseli, että: ”Eikös tänne tultu laulamaan?”. Kerroin, että aluksi vähän lämmitellään ja kehotin ystävällisesti tulemaan mukaan. Kasvojen lämmittelyn kohdalla jouduin kiirehtimään nauruimprovisaatio-osuuteen, sillä vieressä istuva osallistuja alkoi hiiltä lisää ja uhkasi lähteä: ”En tee, lähden kohta menemään!” (Työpajamuistiinpanot.)

Hoitajat puolestaan omaksuivat nopeasti uudenlaisen tavan toimia ja heidät sai helposti mukaan ”yhdessä kulkemisen näkökulmaan” ja aktivoimaan osallistujia. Ensimmäisen työpajan jälkeisessä reflektiopalaverissa päätimme hoitajien kanssa, että taidehetkiä esiteltäisiin ja nimitettäisiin nimenomaan *taidetyöpajoiksi*, jotta niiltä osattaisiin odottaa muutakin kuin laulamista.

Toisaalta osallistujat olivat hyvinkin avoimia uudenlaisille toimintatavoille. Toisessa työpajassa improvisaationa yhdessä tehty runo kuvaa sen pohjana käyttäen sujui yllättäen hyvin. Taustalla sanataideteoksen luomisen aikana soi pianistin improvisoima, kuvasta sillä hetkellä mieleen noussut pianomusiikki.

*Kerran talvella*

*Lumi on jo peittänyt  
metsän puut  
painuneet tykkylumen alla.  
Pakkanen paukkuu nurkissa.  
Villipelto sota-ajan piiskaamana  
varpunen jouluaamuna.*

*Tämä on lumisten maise-  
makuvien innoittama, osal-  
listujien yhteisesti tekemä  
runo.*

Neljännessä työpajassa osallistujaryhmä oli selvästi kotiutunut taidetyöpajan toimintamalliin ja odotti avoimena ja innokkaana toimintaa.

Tänään osallistajat olivat erittäin innoissaan, toiminta oli käynyt heille tutuksi ja he odottivat sitä kovasti. He kyselivät jälleen, että: ”Kukas tyttö se sinä olet?” Nimeä eivät muistaneet, mutta olin selvästi tuttu heille. Ilmapiiiri oli nyt, neljännellä kerralla, luottavainen, avoin sekä hyvin energinen ja positiivinen. Aimokin puhui jo toiminnan alussa sekä moneen kertaan työpajan edetessä. Ihan aluksi kävin jokaisen kohdalla, kumarruin ja tervehdin. Kyselin, mitä heille kuuluu ja ovatko he jo ehtineet syödä päiväruokaa, kun työpajamme alkoi niin aikaisin (klo 12.30). Esittelin yhteisen hetkemme taidetyöpajana, ja muistutuin, että nyt tehdään muutakin mukavaa kuin lauletaan. Helvi lauloi mukana koko ajan, keksien sanoja mistä lie. Hän lauloi niin innolla, että hyvä että penkissä pysyi. Kunnostaan piittaamatta nousi aina välillä käsinojien varaan! (Työpajamuistiinpanot.)

#### 6.6.2 Hoitajat kehittämiskumppaneina

Myös hoitajien toimintarooli kehittyi toiminnan edetessä. Aktiivinen muistisairaiden osallistaminen, yhteiseen tekemiseen ohjaaminen sekä yksilöjen luovuuden tukeminen ja hyödyntäminen vaativat harjaantumista ja ”pelisilmää”. Toiminta osoitti kannattelevansa osallistujien tunteet laidasta laitaan, joten tunnelmaa häiritseväksi kokemaansa käyttäytymiseen ei hoitajien toiminnan edessä tarvinnut puuttua. Rikkaudeksi havaittiin hoitajien hoidollinen historia muistisairaiden kanssa, sillä sitä kautta saatiin uutta syvyyttä työpajaan sekä myös työpajasta hoitotoimintaan, muun muassa havaittaessa muistisai-

raalla olevan taitoja, joista hoitajat eivät tienneet. Hoitajat kuvasivat taidetyöpajatoimintaa hienoksi kokemukseksi. Se tarjosi heille uusia taiteenkäyttöideoita hoitotoiminnan arkea ajatellen sekä antoi vahvistusta hoitajien jo käyttämien luovien keinojen merkityksellisyydestä. Esimerkiksi vaikean pesutilanteen selvittäminen onnistuu helpommin päättelytehtäviä tai laulua apuna käyttäen.

Mielenkiintoista on, että palvelutalon asukkaat, jotka osallistuivat työpajaan, pystyivät hoitajien mukaan käyttäytymään ”vieraskoreasti” ja vaikuttivat työpajan aikana ulospäin paljon diagnosoitua ja hoidossa todettua kuntoaan parempivointisilta. Hoitajia yllätti etenkin se, miten muistisairaat pystyivät työpajatilanteessa muuttamaan käyttäytymistään niin paljon. Hämmästyttävää oli, että asukkaat alkoivat tunnistaa ja muistaa minut, vaikka olivat jo menettäneet muistinsa toimia itsenäisesti.

Jokaisen taidetyöpajakerran alussa esittelin itseni kädestä pitäen kaikille. Jokaisella kerralla tuli puheeksi, olemmeko tavanneet ennen. Muutaman työpajakerran jälkeen osallistuvat alkoivat tunnistaa minut jollain tasolla, sillä eräskin osallistuja kutsui minua ”ihanaksi tytöksi”, joka laulaa ja kysyi, mitä tällä kertaa tehdään. Minut siis selvästi muistettiin jollain tajunnan tasolla, mutta kuitenkin käsipäivää - tilanteessa olin ventovieras. Miten ja millä tasolla he pystyivät muistamaan minut? (Työpajamuistiinpanot.)

Hoitajien ja muistisairaiden yhteinen hoidollisessa työssä piirtynyt historia sai myös uusia ulottuvuuksia. Muistisairaista tuli esiin piirteitä ja taitoja, joita hoitajat eivät heillä edes tienneet olevan.

Ja sitten oli arvuutteluiden vuoro. Kysyin muutaman kalakukkokysymyksen ja laitoin kuvia kiertämään: Lakeuden risti, Konevitsan Jumalanäiti-ikoni ja Viipurin linnna. Viipurin linnasta innostui Aimo. Hän oli muutenkin edistynyt huimasti. Lauloi niin, että vieressä istuva hoitaja huudahti: ”Sinähän osaat laulaa! Ja vielä nuotilleen!”

Siihen Aimo vastasi: ”Kiitos!”

Hän oli lisäksi heilutellut käsiään musiikin tahdissa innostuneesti, vaikka yleensä hänen kätensä eivät juuri liiku. Toinen hoitajista ihmetteli, miten paljon Aimo oli ensimmäisestä kerrasta edistynyt. Ja nyt hän puhui, vaikka ei ole aiemmin puhunut niin selvästi, että häntä kuulisi tai ymmärtäisi, ja vastasi puhuttaessa takaisin. Aimon kunto on hoitajan mielestä selittämättömästi kohentunut. Vaimokin oli sitä mieltä. (Työpajamuistiinpanot.)

### 6.6.3 Vierailevat musiikkipedagogit

Vierailevien soittajien käyttäminen työpajoissa osoittautui toimivaksi ja monelta kannalta hyödylliseksi. Erityisesti ”oman talon” ulkopuoliseen yhteistyöhön ulottuva toiminta koettiin kaikin puolin positiiviseksi. Musiikkiopiston instrumenttipedagogit kuvasivat työpajakokemustaan mm. innostavaksi, omaa muusikon ja pedagogin identiteettiä vahvistavaksi sekä ammatinkuvan avartamisen kannalta hyödylliseksi kokemukseksi. Soittamisen eri toimintaympäristössä, oppilaan kanssa yhdessä ja eri musiikkigenrejä yhdistäen he kokivat piristykseksi arjen opetustyöhön. Opettajansa mielestä soitonoppilaan kannalta merkittävää oli nähdä erilaista muusikon työnäkökulmaa ja palveluhenkistä toimintaotetta sekä kokea yhteissoittoa ja improvisaatiota rennossa ilmapiirissä. Toinen soitonopettaja kuvasi toiminnan edustavan ideologiaansa ”tulla ihmistä vastaan” sekä vahvistavan huumorintajuista suhtautumista omaan musikkouteensa. Myös yhteensovivan muusikkoryhmän löytyminen koettiin tärkeäksi, sillä koko ajan muuttuvassa tilanteessa on tärkeää kyetä ymmärtämään toista ilman sanoja ja sitä, millaista reagointia tilanne vaatii. Eri taiteen lajien käyttö koettiin mielenkiintoiseksi. Toiminta integroitui hyvin musiikkiopiston jalkautumissuunnitelmiin, ja työpajan jälkeen tehdyssä haastattelussa ideoitiin yhdessä jatkotoimintamahdollisuutta osana musiikkiopiston yhteissoittopintoja. Soitonoppilaan vahvempaa roolia toimintaan vaikuttajana pohdittiin hyvänä ideana, sillä se olisi hyödyllistä niin työpajatoiminnan kuin oppilaankin kannalta.

Palvelutalossa oltiin tyytyväisiä, että saivat muusikoita soittamaan ja molemmin puolin oltiin tyytyväisiä, että musisoimaan pyytämisen ja tulemisen kynnyks madaltui. Nuoren polven soittajat koettiin erittäin positiivisena myös toiminnan jatkuvuutta pitkällä aikavälillä ajatellen.

### 6.6.4 Muistisairaiden ja omaisten yhteinen ilo

Omaisten tuominen mukaan taidetyöpajaan oli erittäin tärkeä työpajaperiodin vaihe. Omaisten loppuhaastatteluista nousi vahvasti esiin ilo paitsi yhdessä oman läheisen kanssa niin myös muiden osallistuneiden kanssa toimimisesta. Haastatteluissa kuvattiin huomioita omasta muistisairaasta läheisestä sekä tarkoin myös muista osallistujapareista ja heidän välillään tapahtuneista asioista.

Ensimmäisenä kuitenkin nousi esiin ihmetys muistisairaiden oletettua paremmasta kunnosta työpajan aikana. Omaiset kuvasivat sitä muun muassa näin:



”Oli aivan ihmetyttävää, että miten äiti voi vielä muistaa. Piti monta kerta katsoa, että apua, ihan oikeasti, olen aliarvioinut häntä.”

”Tuntui, että äiti on mukana siinä touhussa, eikä herpaantunut, vaan seurasi hyvin mukana. Ei mennyt omiin kuvitelmiinsa ja maailmoihinsa. Nauratti, kun äiti tanssi ja jalka nousi! Tottahan se oli, mitä äiti oli tanssimisesta mulle jutellut.”

Oman läheisen lisäksi osallistuneiden omaisten huomio kiinnittyi kanssaosallistujiin. Useissa haastatteluissa kuvattiin, kuinka omaiset eivät olleet koskaan vieraillessaan nähneet jotakuta asukasta esimerkiksi niin ilahtuneena ja muistavaisena. Tätä kuvattiin haastatteluissa mm. näin:

”Oikein silmät niillä loisti, minua niin itketti, kun se oli niin liikuttavaa.”

”Äiti oli varmaan hirveän onnellinen, kun se poika oli siinä vierellä. Hänellä oli varmaan ihana tunne, että äidillään ei ihan ole vielä muisti mennyt. Sanoja muistaa ja kaikkea.”

Toiminta siis herätti huomaamaan ympärillä olevat ihmiset. Muistisairaat näyttäytyivät omaisille työpajoissa myös ihmisinä ja yksilöinä, eivätkä ”palvelutalon kalustona” tai ”sairaina ihmisinä”. Työpajoissa kaikkia puhuteltiin nimeltä ja niiden aikana käsiteltiin esimerkiksi osallistujien synnyinkaupunkia, ammattia tai osaamista. Eräästä omaisesta olikin mukava, että muistisairaiden nimet tulivat esille, sillä hän pohti, ettei niitä muuten käytetä.

Toiminnan koettiin lähentävän muistisairaahan ja hänen omaisensa välejä muun muassa uuden yhteisen tekemisen näkökulmasta. Työpajat herättivät omaisia keksimään toimintaa muistisairaalle läheiselleen. Haastatteluista selvisi, että omaiset olivat iloisia työpajassa saaduista yhdessä olemisen ja tekemisen ideoista. Eräs omainen kertoi työpajan viitoittamana innostuneensa vanhojen valokuvien katselusta ja menneiden aikojen muistelusta äitinsä kanssa sekä neuleiden tuomisesta hänen huoneeseensa, äidin entisen mukavan harrastuksen ja motoriikan aktivoimiseksi. Omainen koki taitojen muistamisen vahvistavan muistisairaahan äitinsä elämän merkityksellisyyttä: ”Että ei tässä ihan tyhjänä olla oltu”, kuten omainen itse kuvaa. Hän kertoi myös toiminnan tuoneen mieleen asioita, joita hän ehtisi äidilleen vielä näyttää. Yksi omainen kuvaa toiminnan sisältöä näin:

”Ja sit se musiikki oli mukava, että se oli kaikessa mukana, ja just ne tuohi ja muut. Viereinen mummo ilautui koskettamisesta. Ihanaa, kun kaikille oli jotain, pitsit ja langat. Tiesin, että hänkin oli hyvä tekemään käsitöitä.”

Merkityksellisen ja järkevän tekemisen järjestäminen muistisairaille oli kaikille omaisille tärkeää. Moni painottikin sen merkitystä vielä loppuhaastattelussakin muun muassa seuraavasti:

”Heillekin pitäisi olla toimintaa, eikä saisi heitä hylätä, vaan iloa on oltava hoidon lisäksi. Tärkeintä, että vanhuksille tulee jotain, mistä ilahtua.”

”Tuntuu niin pahalta, kun se on niin kauheeta, kun ei mihkään voi lähteä, eikä voi mitään tehdä. Että olis vielä jotain iloa.”

”Sääliittää, kun ne joutuu vaan olemaan. Ja äitikin sanoo, että: ”Täs sitä vaan ootetaan.”

Omaisat yllättyivät siitä, miten muistisairaat olivat niin innoissaan taidetyöpajatoiminnasta. Eräs omainen kuvaa näin:

”Kaikki vanhukset tykkäs, omaisetkin! Vieressä oleva mummo halusi laulaa ja osallistua, oli hirveen ilahtunut ja mä jelppasin. Ja se niinku muisti. Se olisi halunnut jäädä ihan illaksi asti sinne, se vaikutus oli niin sellanen. Se oli liikuttavaa. Ja silläkin mummolla oli välillä aggressiivisia päiviä, niin nyt vaikutus oli päinvastainen, oli hyvällä tuulella.”

Omaisat olivat hyvin kiitollisia taidetyöpajan tarjoamista onnellisista hetkistä muistisairaiden kanssa. Tämä kävi selväksi seuraavista kommentteista:

”Mukava kokemus, oli monenlaista aktiviteettia, että olisi saanut vaikka kaksi iltaa samasta aineksesta. Toisaalta muistisairaat eivät jaksapa paljoa. Vaivaa oli nähty, taulu ja kaikki. Hirveen kivoja juttuja. Olin huuli pyöreänä kaikesta.”

”Hirveen ihana, ja hyvä vaikutus kaikin puolin. Miten ne ilautui ja muisti! Liikutuin. Aina kaikki, mitä siellä tehdään on kiva, mutta toi oli erityisesti. Liikutti, kosketti niitä ja ilahtuivat. Ja tosissaan seuraavaan päivään asti vaikutti. Itsellenikin oli pitkän aikaa liikuttunut olo ja hyvä mieli näitten puolesta. Oli niin tosi ihana. Toivottavasti on jatkoa.”

Kaikki haastatellut omaiset toivoivat taidetyöpajatoiminnalle jatkoa.

### 6.6.5 Käytäntöön liittyviä havaintoja kehittämissuorituksissa

Tammikodin taidetyöpajatoiminnan edetessä nousi esiin erilaisia tarpeita sekä myös ajatuksia niiden täyttämiseksi. Esimerkiksi idea luovia työtapoja hyödyntävästä ”pelistä”, joka koostuu kuvallisen ja sanallisen ilmaisun sekä draaman, musiikin ja päättelyn tehtävistä on yksi mahdollisuus saada konkreettisia apukeinoja nopeasti vaihtuviin, haastaviin hoitotilanteisiin, tarjoten musiikin, taiteen ja yhteisöllisyyden hyödyt (mm. muistisairauden etenemisen hidastuminen) sitä pelaaville.

Hoitajien kiireisen arjen viriketuokioihin ideoitiin esimerkiksi pentatonisen skaalan käyttöä pianolla. Se on helppo musiikillinen elementti, jota voi helposti käyttää osana arjen toimintoja. Jokaisen on helppo löytää se pianon mustista koskettimista ja sillä saa luotua tunnelmaa, esim. maalauksen tai minkä tahansa muun toiminnon taustalle. Se myös houkuttelee hoitajia käyttämään omaa luovuuttaan ja antaa onnistumisen kokemuksen, vaikka ei osaisikaan soittaa pianoa.

Käytännön asioista huomioimista vaativiksi nousivat etenkin sopiva tila, ihmisten sijoittelu ja ryhmän koko. Toiminnalle otollinen tila tarjoaa tarvittavan rauhan ja mahdollistaa ihmisten sijoittelun siten, että kaikki näkevät ja kuulevat toisensa sekä ovat lähellä toisiaan. Näin on helpompaa ottaa kontakti ja luoda vuorovaikutus ihmisten välille. Myös soittajien sijoittelu osana piiriä on merkityksellinen tilanteessa vaadittavien sanattomien viestien tulkinnan ja soiton ajoittamisen kannalta.

Konkreettiset asiat	Kohtaaminen, osallisuus	IDEAT
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ohjaaja pois pianon takaa --&gt; musiikillinen painopiste pois pianosta, jotta hän voi luotsailla tilannetta</li> <li>• Osallistujat paikalle vasta työpajan alkaessa, etteivät joudu istumaan turhaan</li> <li>• Kaikki rinkiin, ohjaajat osa rinkiä</li> <li>• Jokaiselle oma vetovastuu</li> <li>• Pieni ryhmäkoko on eduksi</li> <li>• Hyvä kertoa, mitä ollaan tekemässä: "Taidetuokio" --&gt; ei "yhteislaulua"</li> <li>• Sähköpiano koetaan luotaantyöntäväksi</li> <li>• Kuuluva ääni kaikilla eduksi</li> <li>• Soita kuin laulaisit --&gt; säestys</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jokaista tervehditään kädestä pitäen, katsotaan silmiin, esittelyt ja: "Mukava tavata". Puhutaan jotain henkilökohtaista: nimi, synnyinkunta, mieliala, tms.</li> <li>• Kaikki uusi vaatii totuttelua --&gt; luottamus henkilöihin ja tekemiseen</li> <li>• Kaikkia osallistetaan, jokainen on tekijä, vaikuttaja</li> <li>• Yksikin käsi voi tanssia</li> <li>• Jos laulu tulee mieleen, se lauletaan</li> <li>• Jos joku idea syntyy, se toteutetaan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Peli, jossa on taiteen keinoin tehtyjä arvoituksia: "Mikä on?" Sisältää kuuntelua cd (?), hyräilyä, näyttelemistä, mielikuvia, synonyymeja, päättelytehtäviä, jne.</li> <li>• Pentatonisen skaalan käyttö pianolla! On helppo jokaisen toteuttaa --&gt; oma luovuus, ilo muille. Käyttö rauhoittamiseen, maalaamisen (tms.) taustalle</li> <li>• Eri toimijoiden osallistuminen --&gt; yli oman talon rajojen</li> <li>• Viulunsoiton harrastajat mukana --&gt; näkevät, millaisia työnkuvia voi olla: seuraava sukupolvi</li> </ul>

Kuvio 5: Taidetyöpajaperiodin aikana nousseita huomioita.

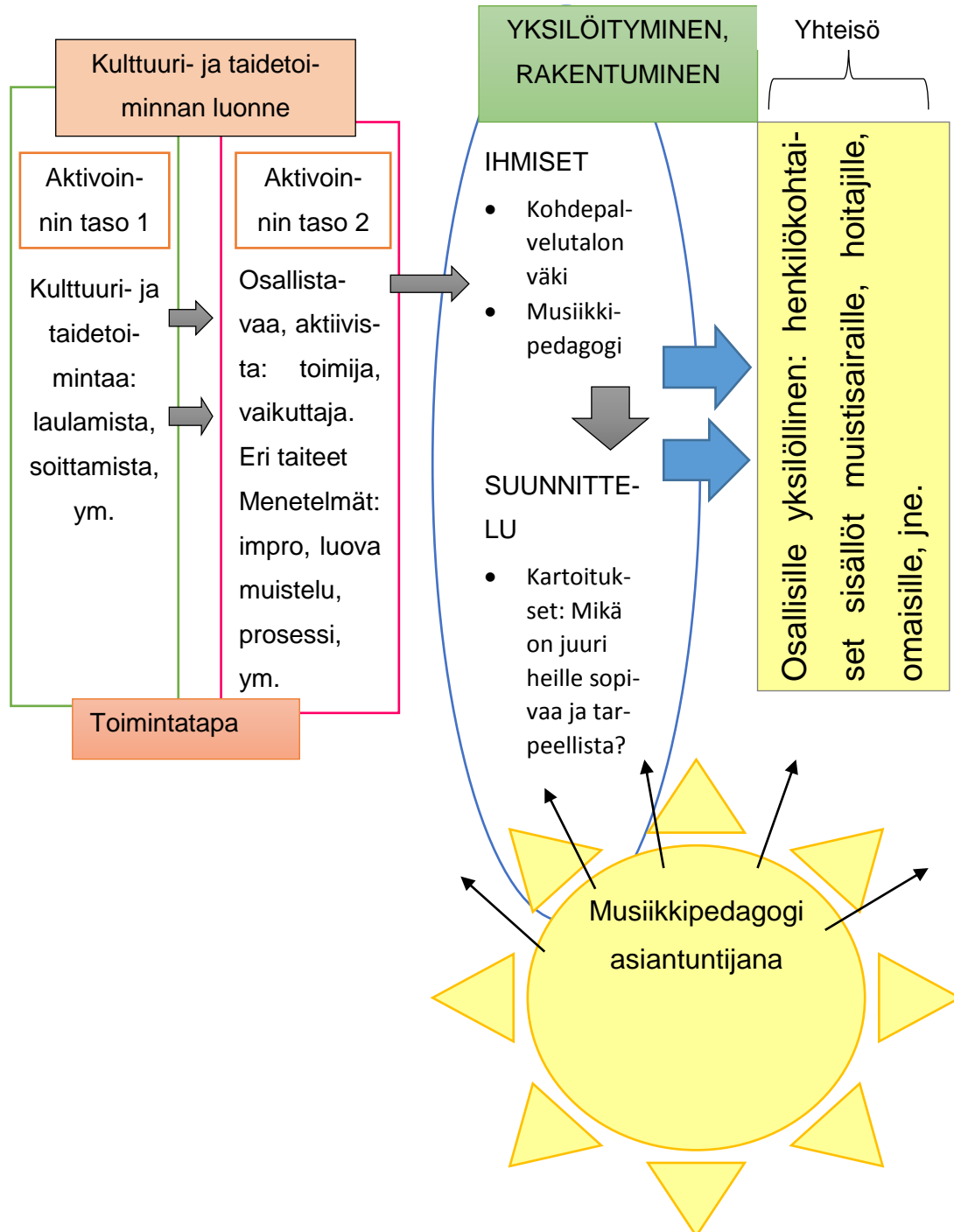
Tiedon hankkimista ajatellen nykyistä toimivampi ratkaisu olisi ehkä ollut kuvata työpajat videokameralla tarkempaa analyysia varten sekä kerätä omaisten illan jälkeen tunnelmia esimerkiksi kirjaan, jonne jokainen olisi lähtiessään kirjannut kokemuksesta nousseita päällimmäisiä ajatuksiaan. Kuitenkin kaikista tärkeimpänä, hoitajien loppuhaastattelut olisi pitänyt tehdä kasvotusten vielä viimeisenkin työpajan jälkeen. Tämä oli kuitenkin aikataulullisista syistä mahdotonta. Toisaalta reflektoinnit kulkivat koko työpajaperiodin läpi, joten tutkimuksen sisältöön ei olisi välttämättä tullut mitään uutta.

## 7 Yhteenveto ja pohdinta

### 7.1 Millaista kulttuuri- ja taidetoimintaa tulisi kehittää?

Kun puhutaan kulttuuri- ja taidetoiminnan kehittämisestä palvelutaloon, voidaan siitä lähtökohdasta kulkea moneen suuntaan. Kehittämisprojektin seurauksena koin tarvetta jäsentää taidetoiminnan luonnetta toimintaan osallistujan aktivoinnin määrän tai/ja toimijuuden sekä toiminnan yksilöitymisen kautta. Seuraavassa kuviossa havainnollistan tähän perustuvan palvelumallin kaavion (ks. seuraava sivu):

## MILLAISTA KULTTUURI- JA TAIDETOIMINTAA TULISI KEHITTÄÄ?



Kuvio 6: Palvelumallin kaavio: "Millaista kulttuuritoimintaa tulisi kehittää?"

Kuviossa toimintaa on hahmoteltu taide- ja kulttuuritoimintaan osallistujan aktivoinnin sekä toimijuuden määrän ja luonteen mukaisesti.

*Aktivoinnin tasolla 1* toiminta on laulamista, soittamista, ym., joka tapahtuu esimerkiksi kuuntelun, yhteislaulun tai muun matalampaa toimijuus-, aktiivisuus- tai/ja osallistumistasoa vaativan toiminnan lähtökohdista käsin. Toimintaan ei siis tarvitse osallistua vaikuttajana ja tekijänä, vaan siitä voi esimerkiksi nauttia omassa ”henkilökohtaisessa tilassaan” (vrt. reviiiri). Tässä toiminnan henkilökohtainen ulottuvuus jää henkilöiden oman kokemusmaailman sisälle, eikä sitä tuoda ilmi tai jaeta yhteisöllisesti ammennettavaksi aiheeksi. Aktivoinnin tasolla 1 olevaa toimintaa voi toteuttaa esimerkiksi tuntu-suunnitelman kaavalla, joka voidaan helposti toistaa eri kohdepaikoissa. Tuntu-suunnitelmaan voi sisältyä vaikka alkulaulu, aiheen motivointi, liikunta, kuuntelu, jne. ja sen voi toteuttaa jokaisessa paikassa samaan kaavaan nojaten. Toiminta voi olla myös esitys -muotoinen kokonaisuus.

*Aktivoinnin tasolla 2* toimintaan osallistujan funktio muuttuu vastaanottajasta toimijaksi: Tällä tasolla toiminta on aktivoivampaa, osallistavaa, esimerkiksi eri taiteita yhdistävää ja se toteutetaan luovia menetelmiä, kuten improvisaatiota, luovaa muistelua, sadutusta, ym. aktiivista osallistumista hyödyntäviä keinoja käyttäen. Tasolla 2 ollaan kehittämiskontekstissa ja osallistujat ovat osa toimintaa, sen tekijöinä ja siihen vaikuttajina. Toiminnassa saattaa olla mahdollisuus kokea esimerkiksi yhteisöllisyyttä voimakkaammin osallistumisen ja vuorovaikutuksen kasvaessa. Tässä osallisuuden ydintä on syklisessä prosessissa mukana oleminen, jossa etsitään ja hyödynnetään sitä luovuutta, joka osallistujissa on. Tällaisen toiminnan vastakohtana näkisin vastaanottajana olemisen.

Aktivoinnin tasolla 1 kulkeva toiminta voisi sopia esimerkiksi toimintaa aloitteleville pedagogeille tai silloin, kun toimintaa käynnistetään uuden ryhmän kanssa. Luonteeltaan vetäytyvä, toimintaa mieluummin tarkkaileva osallistuja saattaa viihtyä aktivoinnin taso 1:n mukaisessa toiminnassa aktiivista toimijuutta vaativaa toimintaa paremmin. Yhden toimintakerran sisällä voidaan käyttää kumpaakin aktivoinnin tasoa. Aktivoinnin tasolla 2 toiminta muun muassa edistää vuorovaikutusta, fyysistä toimintakykyä ja antaa onnistumisen kokemuksia.

*Yksilöityminen ja rakentuminen* ovat osat, joissa toimintakohteen henkilöt, eli palvelutalossa toimittaessa hoitajat, palvelutalon asukkaat, omaiset, ym. yhdessä musiikkipedagogin kanssa suunnittelevat toiminnan juuri kyseiselle toimintakohteelle sopivaksi. Toiminta spesifioituu: Millainen kulttuuri- ja taidetoiminta on *juuri tähän* kohteeseen sopivaa? Tässä osassa tehdään yhdessä taustakartoitukset toiminnan tarpeista, toivotuista sisällöistä, jne. Kehittämistoiminta siis osan nimen mukaisesti yksilöityy kyseessä olevaa kohdetta palvelevaksi.

*Yksilöityminen* jatkuu kohteen yhteisön ja henkilöjen tasolle: toiminnasta tulee osallistujille henkilökohtaista. Haastattelujen avulla toiminta räätälöidään sisällöllisesti kaikkia osallistujia henkilökohtaisesti koskettavaksi.

Yksilöitymisen prosessin käynnistyessä en näe toiminnan enää samanlaisena palvelevan toista vastaavanlaista toiminnan kohdetta. Mutta palvelumallin kaavio voidaan viedä toiseen kohteeseen (vaikka kuinka moneen) ja toistaa sen osoittama prosessi samalla tavalla kaavion mukaan edeten. Näin toimittaessa prosessista tulee jokaisen kohteensa mukainen, ainutlaatuinen ja omanlaisensa prosessi.

## 7.2 Miksi?

Miksi palvelumallin mukaista toimintaa tulisi kehittää – vai tulisiko ollenkaan? Esitän kehittämisprojektissani esiin nousseita seuraavan kaavion mukaisia perusteluja:



Kuvio 7: Perusteluja toiminnan hyödyllisyydestä.



Kulttuuri- ja taidetoiminnalla on todistetusti lukuisia hyvinvointivaikutuksia (ks. esim. luku 2): niin työpajoihin osallistujille, hoitajille kuin omaisillekin. Löydän itseni yhä uudestaan ja uudestaan eri tilanteista, joissa perustelen toiminnan hyödyllisyyttä lukuisista julkaistuista tutkimustuloksista huolimatta. Osin ehkä johtuen siitä, että taide- ja kulttuuritoiminnan hyvinvointivaikutuksia ei vieläkään asiaan perehtymättömien keskuudessa niin hyvin tunneta. Musiikkipedagogina tunnen vastuuta sen hyötyjen tiedottamisesta. Miksi taidealan ammattilaisina ohittaisimme sellaisen kulttuurista ja taiteesta tiedottamisen sekä tunnetuksi tekemisen edun kuin kulttuuri- ja taidetoiminnan vaikutukset ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin? Uskon tällaisen tiedon parantavan kulttuuri- ja taidetoiminnan asemaa yhteiskunnissa ja sitä kautta lisäävän esimerkiksi tuotantovoimaa, harrastajia, kehittämis- ja tutkimustoimintaa, ym.

Koko tässä tutkimuksessa edellä kerrottuihin asioihin perustuen kehittämisprojektin tuloksina havaittiin muun muassa muistisairaiden hyvinvoinnin kohentumista. He saivat virkistystä, iloa ja mielekästä aktiviteettia sekä muistisairaana ja hänen omaisensa väliset elämän loppuvaiheen merkitykselliset kokemukset ja yhteisten muistojen syntyminen mahdollistuivat. Omaiset saivat vinkkejä muistisairaana läheisensä kanssa olemiseen sekä yhteiseen tekemiseen. Omaiset saivat lisää ymmärrystä muistisairaana kunnosta. Muistisairaana ja omaisen välinen yhteys syveni. Kehittämisprojekti lisäsi ymmärrystä taiteen ja kulttuurin käytön mahdollisuuksista sekä hyödyistä palvelutalossa ja avasi ikkunan musiikkipedagogin uudelleen työnkuvaan. Toiminta myös levitti tietoa kulttuurin ja taiteen hyvinvointivaikutuksista sekä taidetoiminnan mahdollisuuksista. Toiminta lisäsi yhteisöllisyyden tunnetta osallistujien välillä.

Tulkitsen myös, että toiminnalla vaikutettiin omaisten hyvinvoinnin kohenemiseen heidän taakkaansa keventämällä: he saivat jakaa muistisairasta koskevia asioita jonkun kanssa sekä saivat kokea vertaisuutta muiden samassa elämäntilanteessa olevien kanssa. Tällainen toiminta saattaa ehkäistä erilaisten ongelmien, kuten masennuksen syntymistä. Hoitajille kehittämisprojekti tarjosi tukea oman luovuuden etsimiseksi ja hyödyntämiseksi sekä antoi vahvistusta luovien keinojen, kuten rauhoittavan laulun käyttämiseksi. Näkisin toiminnan yhteyden myös motivoivampaan ja omaa luovuutta hyödyntävään työympäristöön, joka parantaa työntekijöiden ammattitaitoa ja työssä jaksamista.

Kehittämiprojektin hyötyjä kootusti:

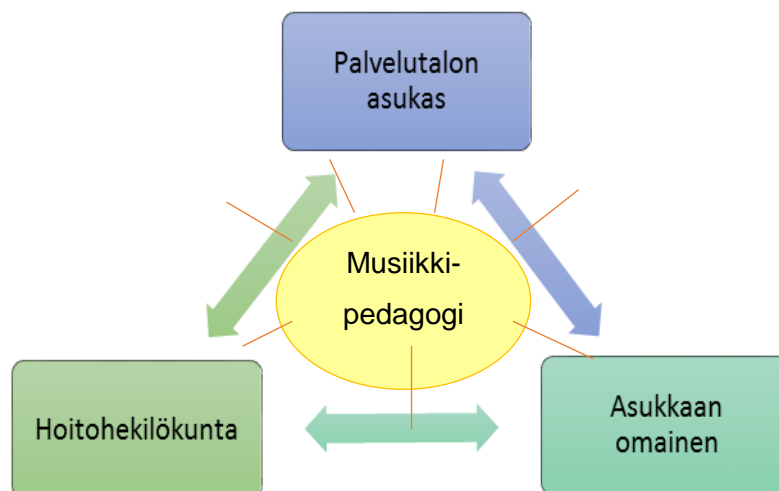
- lisäsi yhteisöllisyyttä
- helpotti muistisairaansa omaiseen kohdistuvaa taakkaa ja saattaa siten ehkäistä erilaisten ongelmien, kuten esim. masennuksen syntyä
- paransi omaisen ja muistisairaansa välistä yhteyttä
- etsi ja kehitti omaisen ja muistisairaansa yhteyden rakentamisen keinoja: sellaisten tekemismuotojen etsiminen ja kehittäminen, jota muistisairas ja hänen omaisensa voivat yhdessä toteuttaa
- mahdollisti muistisairaansa ajan / elämän loppuvaiheen merkityksellisten yhteisten kokemusten ja muistojen syntymisen
- edisti muistisairaansa hyvinvointia
- kehitti hyvinvointia edistävää, osallistavaa, soveltavan taiteen menetelmiä hyödyntävää taide- ja kulttuuritoimintaa alueelle
- avasi ja kehitti uudenlaisia työnkuvia taiteen sekä sosiaali- ja terveystieteiden ammattilaisille
- kehitti ammattilaisten yhteistyötä eri alojen välillä sekä ammattialan sisällä
- edisti taiteen ja kulttuurin käyttöä hyvinvoinnin välineenä
- etsi ja ideoi helpotusta hoitajien työn rasituspisteisiin
- loi yhteistyötä eri sukupolvien välille: musiikin harrastaja mukana taidetyöpajoissa

### 7.3 Musiikkipedagogin rooli toiminnan kehittäjänä: yhteyden luoja

Ensimmäisenä ja selkeimpänä palvelutalon avunpyyntönä esiin nousi tarve kehittää taiteen avulla ”kättäpitempää” nopeasti vaihtuviin hoitotilanteisiin.

Palvelutalon tarpeesta nousseena kehittämistyön yhdeksi merkittäväksi näkökulmaksi muodostui musiikkipedagogin rooli vuorovaikutuksen herättäjänä ja yhteyksien luoja. Rooli jakautui aluksi kolmeen:

- 1) Paremman yhteyden luominen hoitohenkilökunnan ja palvelutalossa asuvan välille
- 2) Kadotetun yhteyden löytäminen palvelutalossa asuvan ja hänen omaisensa välille
- 3) Yhteyden parantaminen hoitohenkilökunnan ja palvelutaloasukkaan omaisen välille

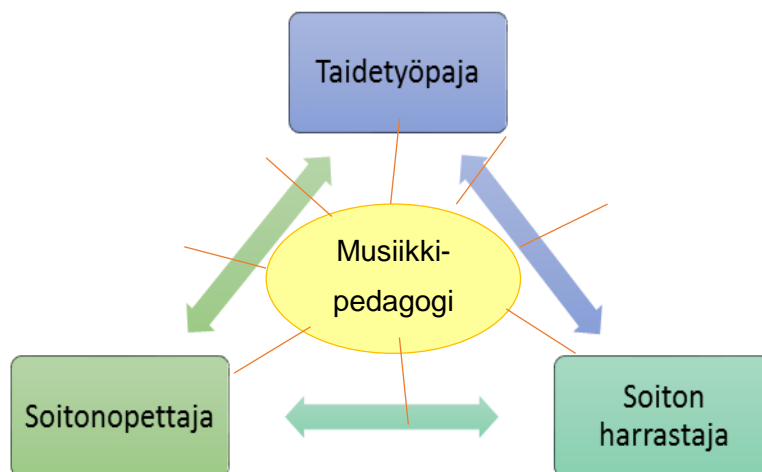


Kuvio 8: Musiikkipedagogin rooli yhteyden luojana kehittämissuorituksen alkuvaiheessa

Tämän lisäksi olisi tarpeellista luoda talon ulkopuolisia yhteyksiä muihin kaupungin kulttuuriorganisaatioihin ja -toimijoihin ja sitä kautta aikaansaada toimintaa palvelutalon ja heidän välilleen, esimerkiksi vierailevien harrastajaryhmien muodossa. (Rajana on lähes vain mielikuvitus.)

Mietin alojen välistä syrjähyppyä ja siitä kasvoi idea monialaisesta ydintiimistä, joka yhdessä kehittäisi uutta, luovia toimintatapoja hyödyntävää muotoa toimia – ja samalla kouluttaisi toisiaan.. (Tutkimuspäiväkirja.)

Neljännessä työpajassa yhteys ”ulkopuolelle” aukeni kuin itsestään. Pyysin kaupungin toisesta musiikkiorganisaatiosta, musiikkiopistosta, virassa istuvia viulunsoitonopettajaa oppilaansa kanssa sekä pianonsoiton opettajaa vierailulle taidetyöpajaamme. Tämä sopi heidän jalkautumisaikomuksiinsa, ja näin neljäs työpaja pidettiin entistä elävämman musiikin ja peräti neljän instrumentin (viulu, piano, harmonikka ja kitara) voimin. Näin yhdistimme kahden eri taideorganisaation voimia ja madalsimme kynnyistä tulla toisen organisaation palvelutaloon musisoimaan. Lisäksi saimme nuoren viulunsoiton harrastajan näkemään ja kokemaan muusikon erilaista, laajentunutta työnkuvaa.



Kuvio 9: Musiikkipedagogin laajentunut rooli yhteyden luojana kehittämissuorituksen edetessä.

Näin musiikkipedagogin rooli on muotoutunut etenkin yhteyden luojaksi. Musiikkipedagogi asiantuntijana muokkaa ja ohjailee toimintaa kohteen tarpeita vastaavaksi ja kehittää kohteeseen yksilöllistä toimintaa yhdessä sen kanssa. Siitä muotoutuu laadukas, yksilöllinen, kohteen tarpeisiin vastaava, osallistava ja yhteisöllinen hyvinvointia edistävä kulttuuri- ja taidetoiminta.

#### 7.4 Katse taakse ja eteen

Tammikodin taidetyöpajoissa koettiin riemun, ilon ja yhteisen jakamisen hetkiä. Toiminnan edetessä nousi esiin erilaisia tarpeita sekä myös ajatuksia niiden täyttämiseksi. Luovia työtapoja hyödyntävän ”pelin” idea, eri alojen ammattilaisista koostuvan ydintömin luominen, kouluttamismahdollisuuksien huomaaminen, kahvihetkien piristämisen ideat sekä matalampi kynnyksellä toimia eri suuntiin vahvistuivat kehittämissuorituksen myötä. Ideat parannuksista nousivat mieleen palvelutalon arjen tilanteita havainnoimalla.

Kahville siirtyminen sujui luontevasti, mutta kahvihetki oli hiljainen ja ankea. Kahvihetken kalseus oikein korostui lauluhetken jälkeen. Mihin se kaikki ilo – hymyt ja nauravat silmät katosivat? Syötävää odotellessa olisi voinut laulaa, arvuutella tai muuten pitää tunnelmaa yllä. Luovien menetelmien peli olisi tähän sopiva! Taustamusiikkikin olisi auttanut. Livetaustamusa olisi paljon CD:tä parempi. Kahvikonsertti...? (Tutkimuspäiväkirja.)

Edelleen on säilynyt allekirjoittaneen paikoin yli-innokas maailmanparantamisen ote koko opinnäytetyön läpi, sillä tahto on voimakas tila, kuten olen (2013) alla kuvannut.

”Tahto on voimakas tila. Tuntuu, että sillä voisi siirtää vuoria. Ministerit ja yritykset käyttävät sanaa *tahtotila* muun muassa yhteisten strategioiden ja päämäärien saavuttamisen yhteydessä, kirkkaan ammattiosaamisen ja selkeän profiloitumisen symbolina. Se on osuva sana, sillä tarvitaan tahtoa, halua ja pyrkimyksiä, jotta voimme saada jotakin aikaan. Klisee ”pieniä tekoja – suuria muutoksia” voisi olla ”lujaa tahtoa – suuria muutoksia”. (Lamppu 2013.)

Eikä suotta, sillä:

Uskomattomin kaikista oli Helvi. Hän on toimintakyvytön, eivätkä hoitajatkaan tiedä, kuuleeko tai näkeekö hän enää mitään. Mutta kun kiersin piirissä tanssittamassa osallistujia valssin soidessa, hän vuoronsa lähestyessä tarjosi käsiään eteenpäin, katsoi minua silmiin ja aukoi suutaan yrittäen sanoa jotain. Lauloin hänelle ja tanssitin häntä hänen jäykistä käsistään. Joka kerralla hänen kätensäkin liikkuvat enemmän ja kasvoista näki, kuinka hän nauttii musiikista. Kyynel vierähti poskea pitkin. Kunnon kohentumisen huomasivat hoitajat ja eräs omainenkin. (Työpajamuistiinpanot.)

Musiikkipedagogiksi kasvun prosessin merkitys tuntui kasvaneen kehittämissuorituksen myötä. Musiikkipedagogina tämä onkin ollut minulle *kehittämishetki*. Projekti toi vieläkin lähemmäksi ymmärryksen ammattiosaamisen, sen tiedostamisen ja kehittämisen merkityksestä. Olen pohtinut hyvää opettajuutta neljä vuotta sitten näin:

”Hyvää opettajuutta on vaikea määritellä. Se on lämpimiä sanattomia viestejä, ymmärtäviä katseita, kuuntelemista ja viisautta. Se on avoin syli, johon voi pudottaessaan kupsahtaa. Hyvä opettaja on kasvattaja, joka kulkee vierellä, tukee ja on läsnä.” (Lamppu 2010, 97.)

Palvelutalossa toimiessa musiikkipedagogi tarvitsee mielestäni instrumentin hallinnan lisäksi kykyä aitoon ja arvostavaan kohtaamiseen, kykyä tulkita sanattomia viestejä, innostavaa asennetta, tunneälyä ja johdonmukaisuutta. Tämä kaikki vaatii pedagogista kypsymistä. Myös Huhtinen-Hildén (2012, 164) pohtii musiikkipedagogiksi kasvun prosessia väitöskirjassaan pitkää kypsymistä vaativana elinikäisenä prosessina:

”Jotta musiikkiin liittyviä tietoja ja taitoja voi opettaa, ne on hallittava itse hyvin. Siksi voi tuntua jopa uuvuttavalta, mitä kaikkea opetukseen ja vuorovaikutukseen liittyvää osaamista musiikkipedagogi työssään musiikillisten taitojen lisäksi tarvitsee. Tähän voi tuoda kuitenkin helpotusta näkemys opettajuudesta ja opettajaksi oppimisesta läpi elämän jatkuvana prosessina, joka on haastava ja vaatii kokonaisvaltaista ja emotionaalista työskentelyä ja kypsymistä.” (Huhtinen-Hildén 2013, 164.)

Tammikodin palvelutalon toiveeksi kehittämisprojektin myötä nousi hyväksi havaitun toiminnan jatkuminen. Tiukan taloustilanteen vuoksi musiikkipedagogia ei voida kuitenkaan suoraan palkata, vaan toiminta tarvitsee ulkopuolista rahoittajaa. Tähän antaa mahdollisuuden toiminnan hankkeistaminen. Tällä hetkellä valmistelemme yhdessä hanketta, jossa muistisairaat ja heidän omaisensa pääsisivät osalliseksi taide- ja kulttuuritoiminnan hyödyistä muun muassa tässä kehittämisprojektissa esitetyn kaltaisella tavalla. Hankkeen kehittämisprosessi on jo nyt luonut yhteistyötä kulttuurialan toimijoiden välille ja kulttuurialan sekä sosiaali- ja terveysalan toimijoiden välille.

Kehittämisprojekti on osoittanut hyödyllisiä käytänteitä esimerkiksi organisoinnin helpottamiseksi, joita voidaan hyödyntää hankkeen luomisvaiheessa. Lisäksi on eduksi, että kyseessä olevassa talossa on pilottiprojekti jo koettu, jolloin kaikilla on realistisempi kuva toiminnan vaatimuksista. Kehittämisprojekti on myös vahvistanut henkilökohtaisen ammattiosaamiseni profiloitumista: tulen toivottavasti itse olemaan musiikkipedagogi, jonka työnkuva muodostuu ainakin osaksi taiteen soveltavan käytön alueista. Jatkuvan kehittämistyön olen omaksunut osaksi ammattia.

Mutta tärkeintä kaikista – kysymys kuuluu: Mitä muistisairaille kuuluu nyt, kun työpajojen lopusta on kulunut jo muutama kuukausi? Onko kaikki unohtunut ja ilo kaikonnut?

Merkittävää on, että kulttuuri- ja taidetoiminnan hyvinvointia edistäviä vaikutuksia aletaan hyödyntää laajemmassa mittakaavassa systemaattisesti, eikä vain hankkeiden ja kokeilujen avulla. On tärkeää alkaa järjestämään muistisairaille toimintaa. Kulttuuri- ja taidetoiminnan hyödyntäminen lisää myös hoitajien varmuutta jo käytännön tilanteista kertyneen kokemuksen tuntumalla käyttämistään luovista keinoista. Kulttuuri- ja taidetoiminnan hyödyntäminen myös levittää luovien työtapojen antia niille, jotka eivät niitä vielä osaa hyödyntää. Toiminta antaa lisämahdollisuuksia, uutta ammattitaitoa ja uusia ulottuvuuksia työhön (myös taideammattilaisille). Tämän lisäksi se myös säästää yhteiskunnan rahaa.

Kuten Matarasso (1997) on todennut:

”Participation in the arts offers us, as people and communities, a wide and valuable range of benefits which we would be foolish to disregard.” (Matarasso, 1997.)

## 8 Loppusanat

Millaisen vanhuuden sinä haluat?

Jokainen varmasti haaveilee onnellisesta elämästä. Siitä, että saisi kokea elämässään monenlaisia hyviä asioita. Onnellisuuden lisäksi terveys on yksi tärkeimpiä asioita, mitä mieleen tulee. Vanhuus saattaa tuntua olevan kaukana tulevaisuudessa. Muistan omasta lapsuudestani, kun luokkakavereiden kanssa mietimme, missä olemme vanhoina. Suurin osa istui kuvitelmissaan kiikkustuolissa takkatulen lämmössä ja nautiskeli elämästä – kaiken tehneenä ja kokeneena, mitään katumatta ja onnellisena.

Talvisodan läpikäynyt vaarini toivoi aina, että saisi ”lähteä saappaat jalassa”. Tarkoittaen sitä, ettei hän joutuisi virumaan missään hoitokodissa, sairaalassa tai muussa laitoksessa tyhjänpanttina, toisten hoidettavana.

Valitettavasti kaikki halukkaat eivät saa lähteä saappaat jalassa. Mutta jos sitä ei tarvitsikaan toivoa? Jospa merkityksellinen ja virikkeellinen elämä saisi jatkua läpi hoitokotivuosienkin..

## Lähteet

Alzheimer Association. 2014. Aivokierros. Saatavilla verkossa os. [www.alz.org/brain](http://www.alz.org/brain)

Atula, S. 2013. Vaskulaarinen dementia (verenkiertoperäinen muistisairaus). Duodecim. [http://www.terveyskirjasto.fi/kotisivut/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk01106](http://www.terveyskirjasto.fi/kotisivut/tk.koti?p_artikkeli=dlk01106)

von Brandenburg, C. 2008. Kulttuurin ja hyvinvoinnin välisistä yhteyksistä. Näköaloja taiteen soveltavaan käyttöön. Opetusministeriön julkaisuja 2008:12. Saatavilla verkossa os. <http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2008/liitteet/opm12.pdf?lang=fi>

Collin, K., Paloniemi, S., Rasku-Puttonen, H. & Tynjälä, P. 2012. Luovuus, oppiminen ja asiantuntijuus. Helsinki: WSOYpro.

Erkinjuntti, T. 2012. Vaskulaarinen kognitiivinen heikentyminen ja vaskulaarinen dementia. Duodecim. <http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suositukset/naytaartikkeli/.../nix01587>

Erkinjuntti, T., Alhainen, K., Rinne, J. & Huovinen, M. 2006. Muistihäiriöt. Helsinki: Duodecim.

Erkinjuntti, T., Hietanen, M., Kivipelto, M., Strandberg, T. & Huovinen, M. 2009. Pidä aivosi kunnossa. Juva: WS Bookwell Oy.

Eurooppatiedotus. 2007. Tietoisku Lahdessa: Kulttuurille EU-rahoitusta monesta eri lähteestä. Uutiset 8.11.2007. Verkossa os. [eurooppatiedotus.fi](http://eurooppatiedotus.fi)

Granier-Deferre, C., Bassereau, S., Ribeiro, A., Jacquet, A.-Y., & DeCasper, A.J. (2011). A Melodic Contour Repeatedly Experienced by Human Near-Term Fetuses Elicits a Profound Cardiac Reaction One Month after Birth. *PLoS ONE*, 6 (2): e17304.

Hakonen, S. 2003. Muistelutyö. Teoksessa Marin, M., Hakonen, S. (toim.). Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Juva: WS Bookwell Oy.

Hallam, S., Greech, A., Varvarigou, M., McQueen, H. & Count, H. 2013. Does active engagement in community music support the well-being of older people? *Arts & Health* (2013), Vol. 6.

Heikkinen, H. L.T. 2007. Toimintatutkimuksen lähtökohdat. Teoksessa Heikkinen, H. L. T., Rovio E. & Syrjälä, L. (toim.) Toiminnasta tietoon. Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat. Helsinki: Kansanvalistusseura, 16–38.

Heikkinen, H. L.T, Rovio, E. & Syrjälä, L. (toim.) 2007. Toiminnasta tietoon. Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat. Helsinki: Kansanvalistusseura.

Hohenthal-Antin, L. 2006. Kutkuttavaa taidetta. Taidetoiminta seniori- ja vanhustyössä. Jyväskylä: PS-kustannus.

Hohenthal-Antin, L. 2013. Muistellaan. Luovat menetelmät muistisairaiden tukena. Jyväskylä: PS-kustannus.



Huhtinen-Hildén, L. 2012. Kohti sensitiivistä musiikin opettamista. Ammattitaidon ja opettajuuden rakentumisen polkuja. Jyväskylä studies in humanities 180. Jyväskylän yliopisto.

Huhtinen-Hildén, L. 2013. Herkät tuntosarvet musiikin opettamisessa. Teoksessa Musiikkipedagogin käsikirja. Jordan-Kilkki, P., Kauppinen, E., Korolainen-Viitasalo, E. (toim.) Oppaat ja käsikirjat 2012:12. Tampere: Suomen Yliopistopaino Oy.

Huhtinen-Hildén, L. 2014. Perspectives on professional use of arts and arts-based methods in elderly care. Arts & Health (2014).

Huhtinen-Hildén, L. & Viikuna, A-M. (toim.) 2013. Kulttuurinen vanhustyö – taide kumppanina läpi elämän. Helsinki: Metropolia Ammattikorkeakoulu Kulttuuri ja luova ala. Saatavissa verkossa os.  
[http://www.metropolia.fi/fileadmin/user\\_upload/Kulttuuri/Kehittaevae\\_hanketoiminta/julkaisut/kulttuurinen\\_vanhusty%C3%B6\\_web.pdf](http://www.metropolia.fi/fileadmin/user_upload/Kulttuuri/Kehittaevae_hanketoiminta/julkaisut/kulttuurinen_vanhusty%C3%B6_web.pdf)

Huutilainen, M. 2013. Musiikin oppimisen erityisyys neurotieteen näkökulmasta. Teoksessa Musiikkipedagogin käsikirja. Jordan-Kilkki, P., Kauppinen, E., Korolainen-Viitasalo, E. (toim.) Opetushallitus 2012:12. Tampere: Suomen Yliopistopaino Oy.

Jordan-Kilkki, Päivi. 2013. Dialogisuus musiikinopetuksessa. Musiikkikasvatuspäivät, luento 23.11.2013. Helsinki.

Juntunen, M-L., Nikkanen, H. M. & Westerlund, H. (toim.) 2013. Musiikkikasvattaja. Kohti reflektiivistä käytäntöä. Jyväskylä: PS-kustannus.

Jyränkölän Setlementti. 2012. Perustietoa. Verkossa os.  
<http://www.jyrankola.fi/perustietoa>

Kilroy, A., Garner, C., Parkinson C., Kagan, C. & Senior, P. 2007. Towards transformation: Exploring the impact of culture, creativity and the arts on health and well-being. Manchester: Arts for Health. Manchester Metropolitan University.

Korkiakangas, P. 2003. Muistelusta voimavaroja vanhuuteen. Teoksessa Heikkinen, E. & Marin, M. Vanhuuden voimavarat. Vammala: Vammalan Kirjapaino Oy.

Lamppu, M. 2010. Sydänääniä. Teoksessa Soivia kohtaamisia. Huhtinen-Hildén, L., Raninen, T. & Ranta-Meyer, T. (toim.) Helsinki: Metropolia Ammattikorkeakoulu, Kulttuuri ja luova ala.

Lamppu, M. 2013. Maailmaa parantamassa. Pääkirjoitus, Pikku-trilli 2/2013. Tampere: HOT-paino.

Lehto, Markku. 2007. Tie hyvään vanhuuteen. Vanhusten hoidon ja palvelujen linjat vuoteen 2015. Sosiaali- ja terveysministeriön selvityksiä 2007:8. Helsinki: Yliopistopaino Kustannus.

Leppisaari, K. (toim.) 2013. Kulttuurinen vanhustyö nyt ja tulevaisuudessa. Tahtoa, toimintaa ja teoriaa. Osaattori-hankkeen julkaisuja. Saatavilla verkossa os.  
[http://uusi.osaattori.fi/media/filer\\_public/2013/11/25/tahtoa\\_toimintaa\\_osaattori.pdf](http://uusi.osaattori.fi/media/filer_public/2013/11/25/tahtoa_toimintaa_osaattori.pdf)

Leppänen, T., Unkari-Virtanen, L. & Sintonen, S. 2013. Kriittinen kulttuurikasvattaja ja musiikkikasvatuksen traditiot. Teoksessa Juntunen, M-L., Nikkanen, H. M. & Westerlund, H. (toim.) Musiikkikasvattaja. Kohti reflektiivistä käytäntöä. Jyväskylä: PS-kustannus.

Liikanen, H-L. 2003. Taide kohtaa elämän. Arts in hospital -hanke ja kulttuuritoiminta itäsuomalaisten hoitoyksiköiden arjessa ja juhlassa. Helsinki: Otavan kirjapaino.

Liikanen, H-L. 2009. Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia – ehdotus toimintaohjelmaksi 2010–2014. Opetusministeriön julkaisuja 2010:1. Saatavissa verkossa os. <http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2010/liitteet/OPM1.pdf?lang=fi>

Matarasso, F. 1997. Use or ornament? The social impact of participation in arts. Co-media. Saatavissa verkossa os. [http://mediation-dan-se.ch/fileadmin/dokumente/Vermittlung\\_ressources/Matarasso\\_Use\\_or\\_Ornament.pdf](http://mediation-dan-se.ch/fileadmin/dokumente/Vermittlung_ressources/Matarasso_Use_or_Ornament.pdf)

Muistiliitto. [www.muistiliitto.fi](http://www.muistiliitto.fi)

NIA, National Institute on Aging. 2014. About Alzheimer's. U.S. Department of Health and Human Services. Verkkosivusto os. <http://www.nia.nih.gov/alzheimers/topics/symptoms>

Nummelin, S. 2011. Kulttuurin hyvinvointivaikutukset: onnea, elämyksiä, terveyttä. Tutkimuskatsauksia. 1/2011. Turun kaupunki, Kaupunkitutkimus- ja tietoyksikkö.

Opetusministeriö. 2009. Kulttuuripolitiikan Strategia 2020. Opetusministeriön julkaisuja 2009:12. Saatavilla verkossa os. <http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2009/liitteet/opm12.pdf?lang=fi>

Paakkanen, P. 2013. Arjen unelmia Roihuvuoren palvelukeskuksessa. Teoksessa Kulttuurinen vanhustyö – taide kumppanina läpi elämän. Huhtinen-Hildén, L. & Vilkkunen, A-M. (toim.) Helsinki: Metropolia Ammattikorkeakoulu. Saatavissa verkossa os. [http://www.metropolia.fi/fileadmin/user\\_upload/Kulttuuri/Kehittaevae\\_hanketoiminta/julkaisut/kulttuurinen\\_vanhusty%C3%B6\\_web.pdf](http://www.metropolia.fi/fileadmin/user_upload/Kulttuuri/Kehittaevae_hanketoiminta/julkaisut/kulttuurinen_vanhusty%C3%B6_web.pdf)

Pitkälä K., Routasalo P. & Blomqvist L. (toim.). 2004. Ikääntyneiden yksinäisyys: Taide ja virikeryhmät psykososiaalisena kuntoutuksena. Tutkimusraportti 5. Helsinki: Vanhustyön keskusliitto.

RAY. 2013. Avustusstrategian toimeenpanosuunnitelma 2013–2015. Saatavilla verkossa os. [https://www.ray.fi/sites/default/files/emmi\\_mediabank/toimeenpanosuun\\_final\\_LR.pdf](https://www.ray.fi/sites/default/files/emmi_mediabank/toimeenpanosuun_final_LR.pdf)

Relander, M. 2013. Puheenvuoro Metropolia Ammattikorkeakoulun musiikkipedagogiikan paneelissa 9.2013. Helsinki.

Saarenheimo, M. 1997. Jos etsit kadonnutta aikaa, vanhuus ja oman elämän muisteleminen. Tampere: Tammer-Paino Oy.

Saarikallio, S. 2012. Musiikki on kokemuslaji. Teoksessa Jordan-Kilki, P., Kauppinen, E., Korolainen-Viitasalo, E. Opetushallitus 2012:12. Tampere: Suomen Yliopistopaino Oy.

Salimpoor VN, Benovoy M., Larcher K., Dagher A., Zatorre RJ. Anatomically distinct dopamine release during anticipation and experience of peak emotion to music. *Nat Neurosci* 2011. 14:257–62.

Schweitzer, P. 2006. *Reminiscence Theatre: Making Theatre from Memories*. London: Jessica Kingsley Publisher.

Schweitzer, P. & Bruce, E. 2008. *Remembering Yesterday, Caring Today. Reminiscence in Dementia Care*. London: Jessica Kingsley Publishers.

Sixsmith A. & Gibson, G. 2006. Music and the wellbeing of people with dementia. *Ageing & Society*. Vol 27.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2003. Veto-ohjelma 2003–2007. Valtakunnallinen toimintasuunnitelma työssäoloajan jatkamisesta, työssä jaksamisesta ja kuntoutuksesta. Sosiaali- ja terveysministeriön monisteita 2003:7. Helsinki.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2007. Hyvinvointi 2015. Sosiaalialan pitkän aikavälin tavoitteita. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2007:3. Helsinki. Saatavilla verkossa os. <http://pre20090115.stm.fi/ak1171526287050/passthru.p>

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2012. Kansallinen muistiohjelma 2012–2020. Tavoitteena muistiystävällinen Suomi. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2012:10. Helsinki. Saatavilla verkossa os. [http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=5065240&name=DLFE-20011.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=5065240&name=DLFE-20011.pdf)

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2012. Terveys 2015 -kansanterveysohjelma. Sosiaali- ja terveysministeriön väliraportteja ja muistioita 2012:4. Saatavilla verkossa os. [http://www.stm.fi/vireilla/kehittamisohjelmat\\_ja\\_hankkeet/terveys2015](http://www.stm.fi/vireilla/kehittamisohjelmat_ja_hankkeet/terveys2015)

Särkämö, T. & Huutilainen, M. 2012. Musiikkia aivoille läpi elämän. *Suomen lääkärilehti* 17/2012.

Särkämö, T., Laitinen, S., Numminen, A., Tervaniemi, M., Kurki, M. & Rantanen, P. 2011. Muistaakseni laulan: Musiikin käyttö muistisairaiden mielialan, elämänlaadun ja kognitiivisen toimintakyvyn tukemisessa. *Miina Sillanpään Säätiön julkaisuja A:10*. Saatavilla verkossa os. [www.miinasillanpaa.fi](http://www.miinasillanpaa.fi)

Tarviainen, T. & Korhonen, T. 2013. Työurien jatkaminen -hankkeen loppuraportti. Itä-Suomen yliopisto. Saatavilla verkossa os. <https://www.uef.fi/documents/1196685/1315501/Ty%C3%B6urien+jatkaminen+hankkeen+loppuraportti.pdf/febd38d6-152d-48ed-8a51-fcd276a7adf4>

Terveystieteiden tutkimuskeskus (THL). 2014. Kaste-ohjelma. Helsinki. Saatavilla verkossa os. <http://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/hankkeet-ja-ohjelmat/kaste-ohjelma>

Tilastokeskus. 2013. Heinola, väestö. Saatavilla verkossa os. <http://www.stat.fi/tup/kunnat/kuntatiedot/111.html>

Tuomivaara, T. 2005. Kvantitatiivinen ja kvalitatiivinen tutkimus. Tieteellisen tutkimuksen perusteet. Saatavilla verkossa os.

<https://koppa.jyu.fi/avoimet/hum/menetelmapolkuja/menetelmapolku/tutkimusstrategiat/laadullinen-tutkimus>

United Nations. 2013. World Population Ageing Report. Department of Economic and Social Affairs Population Division. New York. Saatavissa verkossa os.  
<http://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/ageing/WorldPopulationAgeingReport2013.pdf>

Varho, J. & Lehtovirta, M. (toim.) 2010. Taidetta ikä kaikki. Selvitys ikäihmisten hoivayhteisöjen kulttuuritoiminnasta Helsingissä. Helsingin kulttuurikeskus.

Westerlund, H. & Juntunen, M-L. 2013. Reflektointi musiikkikasvattajan ammatillisessa kasvussa. Teoksessa Juntunen, M-L., Nikkanen, H. M. & Westerlund, H. (toim.) Musiikkikasvattaja. Kohti reflektiivistä käytäntöä. Jyväskylä: PS-kustannus.

## TIEDOTE

### Taidetyöpajoja Tammikodissa

Tammikodissa on nyt pidetty kolme musiikillista taidetyöpajaa! Työpajat on pidetty soveltavan taiteen käytön menetelmin, kaikkia mukana olevia osallistaen. Musiikki on ollut toiminnan keskiössä. Toiminnan tarkoituksena on vaikuttaa palvelutalon asukkaiden hyvinvointiin yhteisöllisyyden ja hyvinvointia edistävän taide- ja musiikkitoiminnan näkökulmista.

Käytännössä taidehetkiimme on kuulunut yhdessä laulamista ja soittamista sekä aivojumbppaa erilaisin muistelu-, päättely- ja arvuuttelutehtävin. Olemme taiteilleet piirtäen, runoilleet improvisaation työtapoja hyödyntäen ja jopa tanssineet palvelutalon asukkaiden oman ajan musiikin tahdissa. Laulun sanoja muistetaan säkeistötolkulla, musiikki liikuttaa, naurattaa ja tuo mieleen muistoja. Prosessin aikana olen haastatellut asukkaiden omaisia, joten jokainen työpaja on osallistujille yksilöllisesti suunniteltu.

Toiminta vahvistaa luovien menetelmien käyttöä palvelutaloympäristössä. Kulttuurista vanhustyötä on viime aikoina kehitetty Suomessa ja tutkimustulosten vahva näyttö sen monista hyödyistä peräänkuuluttaa luovien työtapojen käyttöä hoitotyössä niin palvelutalossa asuvan, hänen omaisensa kuin myös hoitohenkilökunnankin vuoksi.

Tammikodin taidetyöpajatoiminnan edetessä on noussut esiin erilaisia tarpeita sekä myös ajatuksia niiden täyttämiseksi. Esimerkiksi idea luovia työtapoja hyödyntävästä ”pelistä”, joka koostuu kuvallisen ja sanallisen ilmaisun sekä draaman, musiikin ja päätelyn tehtävistä on yksi mahdollisuus saada ”kättäpitempää” nopeasti vaihtuviin, haastaviin hoitotilanteisiin, tarjoten musiikin, taiteen ja yhteisöllisyyden hyödyt (mm. muistisairauden etenemisen hidastuminen) sitä pelaaville.

*Kerran talvella*

*Lumi on jo peittänyt  
metsän puut  
painuneet tykkylumen alla.  
Pakkanen paukkuu nurkissa.  
Villipelto sota-ajan piiskaamana  
varpunen jouluaamuna.*

*Tämä on lumisten maisemakuvien innoittama, osallistujien yhteisesti tekemä runo.*

Tammikodin taidetyöpajat huipentuvat tulevana keskiviikkona 26.2. klo 17 pidettävään omaisten iltaan. Omaisten illassa palvelutaloasukkaan läheiset pääsevät osallistumaan yhteiseen tekemiseemme.

Taidetyöpajatoiminta on osa ylemmän ammattikorkeakoulun opinnäytetyötäni. Siinä tutkin luovien työtapojen kehittämistä palvelutalon arkeen.

**Ystävällisin terveisin**

**Minna Lamppu**

*Lisätietoja kulttuurisesta vanhustyöstä:*

- Särkämö, T., Laitinen, S., Numminen, A., Tervaniemi, M., Kurki, M. & Rantanen, P. 2011. *Muistaakseni laulan: Musiikin käyttö muistisairaiden mielialan, elämänlaadun ja kognitiivisen toimintakyvyn tukemisessa*. Miina Sillanpään Säätiön julkaisuja A:10. Saatavilla verkossa os. [www.miinasillanpaa.fi](http://www.miinasillanpaa.fi)
- Leppisaari, K. (toim.) 2013. *Kulttuurinen vanhustyö nyt ja tulevaisuudessa. Tahtoa, toimintaa ja teoriaa*. Osaattori-hankkeen julkaisuja. Saatavilla verkossa os. [http://uusi.osaattori.fi/media/filer\\_public/2013/11/25/tahtoa\\_toimintaa\\_osaattori.pdf](http://uusi.osaattori.fi/media/filer_public/2013/11/25/tahtoa_toimintaa_osaattori.pdf)

- Hohenthal-Antin, L. 2013. *Muistellaan. Luovat menetelmät muistisairaiden tukena*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hohenthal-Antin, L. 2006. *Kutkuttavaa taidetta. Taidetoiminta seniori- ja vanhustyössä*. Jyväskylä: PS-kustannus.

**ESIMERKIT TUNTISUUNNITELMISTA**

Toisessa työpajassa mukana olivat vierailevat muusikot (taidetyöpaja 4) ja toisessa omaiset (taidetyöpaja 5).

TAIDETYÖPAJA 4

to 19.2.2014, klo 12.30

*Mukana Heinolan musiikkiopiston muusikot: pianonsoitonopettaja, viulunsoitonopettaja ja viulisti-oppilas.*

*Viulistien laulut: Vanhoja poikia Dm (-82, ok säv.laji), Karjalan kunnilla B-duuri (korkea säv.laji, ei pysty laulamaan), Leivo, Säkijärjen polkka Am (ok säv.laji), Vanha samovaari, Mikkolan polkka, Kaihoisa masurkka*

- 1. Alkumusiikkia: Panhuilu CD + alkutervehdykset ja soittajien esittely**
- 2. Soitinesittely: Leivo**
  - Laittakaa silmät kiinni ja kuunnelkaa, mikä soitin – tunnistaako kuukaan?
  - Mitenkäs sitä viulua soitetaan? Mikäs keppi siinä on mukana..? jne.
- 3. Laulu yhdessä: Suomessa olen minä syntynyt, täällä kauniissa Karjalassa! (säkeistöt: 1+2+inst.+1+2)**
- 4. Tunnustelu, runo, tuoksua kukkien (instr. taustalla)**

*Nyt herää horroksista maa,  
nyt pääskyt, peipot palajaa,  
kun taittui talven valta.  
Nyt välkkyvät vienot siniveet,  
ja elon uuden säveleet,  
soi kirkkaat kaikkialta.*

*Immi Hellen*



5. **Laulu yhdessä: Säkkijärven polkka + soittimet/taputukset + käsistä tanssittaminen**
6. **Kutimet! Saa yrittää tehdä silmukoita. (instrumentti taustalla, kaihoisa masurkka, vanha samovaari tai Mikkolan polkka, tms. sopiva musa)**
7. **Loppulaulu: Vanhoja poikia viiksekkäitä**

### TAIDETYÖPAJA 5

**ke 26.2.2014, klo 17-18**

*Mukana muusikko: harmonikansoittaja*

1. **Alkumusiikkia: Panhuilu CD/harmonikka + alkutervehdykset ja taidetyöpajan sekä soittajan esittely. Teema: kotiseutu**
2. **Laulu: Kotimaani omi Suomi** (harmonikkasäest.)
3. **Runoimprovisaatio. Vanhat valokuvat → tehdään runo.** Taustalla harmonikkaimpro / Elämää juoksuhaudoissa (tai mitä harmonikansoittajalle kuvista tulee mieleen). Aiheen motivointi musiikilla ja kartonkitaululla: katseltavaa (vanhat valokuvat) ja tunnusteltavaa (langat, kutomiset, pitsiä, tuohta, tms.).
4. **Laulu yhdessä: Suomessa olen minä syntynyt, täällä kauniissa Karjalassa! (säkeistöt: 1+2+inst.+1+2)**
5. **Arvuuttelut: Joukkueet / ryhmät** (taustamusiikki)  
Tehtävät kuvia (3 kpl), musiikkia (Hämäläisten laulu, Heili Karjalasta, Tuu-tuu-tupakkarulla), tuoksuja, päättelyä.
6. **(Emma, jos ehtii ja sopii / MUURARIN VALSSI)**

## 7. Loppulaulu: Kultainen nuoruus + soittimet/taputukset + käsistä tanssit



Kuva 1. Muistojen taulu Tammikodin viidennessä taidetyöpajassa.