

samk



Satakunnan ammattikorkeakoulu
Satakunta University of Applied Sciences

VILLE LEHTO

Kuvataideterapeuttinen ryhmätyös- kentely ikäihmisten kuntouttavana työmuotona

SOSIAALIALAN TUTKINTO-OHJELMA
2024

TIIVISTELMÄ

Lehto, Ville: Kuvataideterapeuttinen ryhmätyöskentely ikäihmisten kuntouttavana työmuotona
Opinnäytetyö, AMK
Sosiaali-alan tutkinto-ohjelma, Sosionomi (AMK)
Syyskuu 2024
Sivumäärä: 71

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää kuvataideterapeuttisen ryhmätoiminnan hyvinvointia lisääviä vaikutuksia ikääntyneille palvelukodin asukkailla. Lähes kaikilla ryhmän asukkailla oli jokin muistisairaus.

Kokonaisvaltainen hyvinvointi tukee ihmistä ylläpitämään elämänsä merkitystä ja olemaan aktiivisia yhteiskunnan ja yhteisön jäseniä jokaisessa elämänvaiheessa. Palvelukotiin muuttaessaan ihmisen kokemus muiden armoilla olon tunteesta kuitenkin usein lisääntyy. Kuvan hyödyntäminen luovan prosessin kautta tarjosi mahdollisuuden oman persoonan ja sen tunteiden tarkastelulle tässä elämänvaiheessa.

Opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisena opinnäytetyönä. Käytännön toiminnallisena osuutena ohjattiin yhdentoista kerran kuvataideterapeuttinen ryhmä palvelukodin asukkailla keväällä 2024. Tutkimusotteena työssä käytettiin kvalitatiivista, eli laadullista tutkimusotetta.

Aineistonkeruumenetelminä käytettiin ohjaajan osallistuvaa havainnointia, toiminnassa syntynyttä kuvamateriaalia ja hoitohenkilökunnalle suunnattua kyselyä. Myös asukkaat haastateltiin, mutta muistisairauksien vuoksi heidän palautettaan ei voitu pitää aukotta luotettavana. Teoriapohjassa käsiteltiin ikäihmisiä, muistisairauksia, hyvinvointia, kuvataideterapiaa ja ryhmämuotoista toimintaa.

Tutkimuksen tulokset osoittivat kuvataideterapeuttisen ryhmätoiminnan monipuoliset hyödyt ikäihmisten hyvinvointiin palvelukodin ympäristössä. Kaikilla asukkailla sosiaalinen hyvinvointi parani, ja osalla asukkaista myös psyykkinen hyvinvointi kohentui merkittävästi. Näiden asukkaiden kohdalla myös henkilökunta raportoiti hoitotyön helpottuneen kuvaryhmätyöskentelyn aikana.

Avainsanat: kuvataideterapia, ikääntyneet, muistisairaudet, ryhmä, kuvataideterapeuttinen menetelmä, hyvinvointi

ABSTRACT

Lehto, Ville: Art therapeutic group work as a rehabilitative form of work for the elderly

Bachelor's thesis, AMK

Bachelor of Social Services

September 2024

Number of pages: 71

The purpose of the thesis was to investigate the effects of art therapy method on the well-being of elderly residents of a service home. Almost all of the residents in the group had some kind of memory disorder.

Holistic well-being supports a person to maintain the meaning of their life and to be active members of society and community at every stage of life. However, when moving into a service home, a person's experience of feeling at the mercy of others often increases. Utilizing the image through the creative process provided an opportunity to examine one's own persona and its emotions at this stage in life.

The thesis was conducted as a functional thesis. As a practical functional part, an art therapeutic group was directed to the residents of the service home in the spring of 2024. The research method used in the thesis was qualitative.

The material collection methods were the instructor's participatory observation, the image material created in the group, and a survey aimed at the nursing staff. The residents were also interviewed, but due to memory disorders, their feedback could not be considered a reliable. The theoretical basis covered elderly people, memory disorders, well-being, art therapy and group activities.

The results of the study showed the multifaceted benefits of art therapy group activities for the well-being of elderly people in a service home environment. Social well-being improved for all residents, and for some residents, mental well-being also improved significantly. In the case of these residents, the staff also reported that nursing has become easier during group work.

Keywords: art therapy, elderly, memory disorders, group, art therapeutic method, well-being

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	6
2 OPINNÄYTETYÖN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT JA KESKEISET KÄSITTEET	7
2.1 Ikäihmiset Suomessa	7
2.2 Neljännen iän identiteetti	8
2.3 Muistisairauksista	9
2.4 Kuvataideterapeuttinen menetelmä muistiongelmista kärsivän asiakkaan hyvinvoinnin tukena	10
2.5 Ryhmämuotoinen toiminta	12
3 OPINNÄYTETYÖN TAVOITE JA TARKOITUS	14
4 TYÖELÄMÄYHTEYS	14
5 OPINNÄYTETYÖN MENETELMÄLLISET VALINNAT	15
5.1 Toiminnallinen opinnäytetyö	16
5.2 Osallistuva havainnointi	16
5.3 Kysely	17
6 TOIMINNALLISEN OSUUDEN KUVAUS	18
6.1 Osallistujat	18
6.2 Ulkoiset edellytykset	19
7 TAPAAMISKERRAT	21
7.1 Paikallismaisemia	21
7.2 Virtuaalisesti metsään	23
7.3 Kollaaseja kahdella tapaamisella	25
7.4 Tunteita paperille	27
7.5 Värien maailma	28
7.6 Vuodenajat	29
7.7 Planeetat ja avaruus	31
7.8 Takaisin luontoon	32
7.9 Kuvioitu vaahteranlehti	33
7.10 Kädenjäljet	34
8 IKÄIHMISEN KUVATAIDETERAPEUTTISEN TOIMINNAN ARVIOINTIA	36
8.1 Ryhmään osallistujan oma-arviointi, henkilökunnan kommentit sekä ohjaajan havaintoyhteenveto	36
8.1.1 Asukas 1	36
8.1.2 Asukas 2	38
8.1.3 Asukas 3	41
8.1.4 Asukas 4	45

8.1.5 Asukas 5	47
8.1.6 Asukas 6	50
9 KUVATAIDETERAPEUTTISEN PROSESSIN SYNTEESI	53
9.1 Havainnointitaulukko	53
9.1.1 Merkityksellisyyden kokeminen.....	54
9.1.2 Kyky sopeutua muuttuneeseen elämäntilanteeseen.....	55
9.1.3 Psykykinen hyvinvointi: Itsetunnon lisääntyminen ja ahdistuksen väheneminen.....	55
9.1.4 Sosiaalinen hyvinvointi: Yhteisöllisyyden, vuorovaikutuksen ja ystävällisen käytöksen lisääntyminen.....	57
9.1.5 Kognitiivinen hyvinvointi: Havainnoinnin ja keskittymiskyvyn paraneminen, vireyden lisääntyminen	60
10 POHDINTA	61
10.1 Eettinen pohdinta	61
10.2 Kuvataideterapeuttisen toiminnan reflektointi teoreettiseen viitekehykseen ja aiempaan tutkimukseen	62
10.3 Oma ammatillinen kasvu prosessin aikana	65
LÄHTEET	67
LIITTEET	

1 JOHDANTO

Sosionomit tekevät työtä ihmisten kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin, arjessa selviytymisen ja asiakkaan itsensä näköisen elämän edistämiseksi. (Opintopolku, 2024). Suomessa väestörakenteemme on suuren murroksen edessä - väestö ikääntyy nopeasti, työikäisten suhteellinen määrä vähenee ja syntyvyys on enätysalhaalla, jolloin sosionomien osaamista tullaan tarvitsemaan enemmissä määrin ikääntyneiden parissa.

Opinnäytetyössäni tutkin kuvataideterapeuttisten menetelmien kuntouttavia ja hyvinvointia tukevia mahdollisuuksia ikääntyneiden ympärivuorokautisen palvelukodin asukkaille. Sosionomiopinnoissani olen suuntautunut kuvataideterapeuttisen menetelmän soveltamiseen, joten aiheen valinta oli luonnollinen ja kiinnostava, johon olin saanut opintojeni aikana vahvan tietoperustan. Aiheen mielenkiintoa lisäsi edellä mainitsemani väestön ikääntyminen juuri sosionomin tehtävänkuvan kautta – ikääntyneen ihmisen omannäköisen elämän tukeminen, kun hän on kohdannut uuden identiteetin, eikä kykene asumaan kotonaan.

Opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisena opinnäytetyönä, jossa toiminnallisena osana ohjattiin yhdentoista kerran kuvataideterapeuttinen ryhmä Porin Suomalaisessa palvelukodissa kevään 2024 aikana. Lähes kaikilla ryhmään osallistuvilla asukkailla on jokin muistisairaus.

2 OPINNÄYTETYÖN TEOREETTISET LÄHTÖKOHDAT JA KESKEISET KÄSITTEET

2.1 Ikäihmiset Suomessa

Suomessa ikäihmiselle ei ole tarkkaa yksiselitteistä ikämääritelmää, vaan se voi vaihdella eri palveluissa. Yleisimmin kuitenkin Suomen lainsäädännössä ikääntyneellä väestöllä tarkoitetaan vanhuuseläkkeeseen oikeuttavassa iässä olevaa väestöä eli yli 65-vuotiaita. (Kansaneläkelaitos, 2024). Yli 65-vuotiaiden osuus Suomen väestöstä on 23,4% ja kasvaa jatkuvasti. (Tilastokeskus, 2024)

Toimintakykyyn perustuva ikääntymiskäsitys määrittää vanhuuden alkavaksi vasta 75 vuoden iässä. Kuitenkin vain joka kolmas 70–74-vuotias pitää itseään vanhana. Vanhenemisen merkitystasoja on useita ja ne voidaan nähdä saman ilmiön eri ulottuvuuksina - fysiologisena, biologisena, psykologisena, sosiaalisena ja subjektiivisena ikänä. Kalenteri-ikä eroaa muista merkitystasoista siinä, että se kohtelee kaikkia tasapuolisesti, sillä ikää kertyy kaikille päivä kerrallaan. Fysiologinen ja biologinen ikä kertovat, miten ihmisen keho toimii. Subjektiivista ikää määrittää ihmisen henkilökohtainen tuntemus ja sosiaalista ikää yhteisön näkemys. (Verner, 2019)

Sitran väestöennuste mukaan lähitulevaisuuden suurimmat väestölliset haasteet liittyvät ikärakenteen muutoksiin. Alle 15-vuotiaiden lasten ja 15–64-vuotiaiden työkäisten määrä alenee samaan aikaan, kun yli 65-vuotiaiden määrä kasvaa. (Aro ym., 2020, s. 153).

Ympäri vuorokautisen palveluasumisen asiakkaita oli vuoden 2023 lopussa 45 820. Asiakkaista yli puolet asui yksityisen palveluntuottajan yksikössä. Sosiaalihuollon iäkkäiden ympärivuorokautisten palvelujen eli laitospalvelun ja ympärivuorokautisen palveluasumisen asiakkaina olleiden keski-ikä oli 84 vuotta. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2024a, s. 6)

Ympäri vuorokautinen palveluasuminen on sosiaalihuoltolain mukainen asu-
mispalvelun muoto, joita järjestävät yksityiset, julkiset tai kolmannen sektorin

palveluntuottajat. Asumispalvelut on tarkoitettu ikääntyneille, jotka eivät toimintakyvyn rajoitteiden vuoksi selviä omassa kodissaan ja tarvitsevat ympärivuorokautista valvottua asumista sekä siihen liittyviä palveluja. Ympärivuorokautisen palveluasumisen paikan saaminen edellyttää myönteistä SAS-päätöstä. SAS-päätös tarkoittaa "selvitys, arviointi ja sijoitus" -päätöstä, joka on hyvinvointialueen tekemä arvio siitä, tarvitseeko ikääntynyt henkilö ympärivuorokautista palveluasumista. Päätös perustuu kattavaan arviointiin ikääntyneen toimintakyvystä, terveydentilasta ja avuntarpeesta. Myönteinen SAS-päätös merkitsee, että henkilö on oikeutettu saamaan ympärivuorokautista palveluasumista. (Satakunnan hyvinvointialue, 2024)

2.2 Neljännen iän identiteetti

Ihminen siirtyy neljänteen ikään, kun hänen toimintakykynsä heikkenee. Neljättä ikää määrittelee erityisesti avun tarpeen kasvu ja näin ollen juuri esimerkiksi palvelukotiin siirtymisestä voidaan pitää merkinä neljänteen ikään siirtymisestä. Suomessa, kuten muissakin länsimaissa, ihmisten käsitystä hyvästä elämästä määrittelee paljolti itsenäinen suoriutuminen, joten neljäs ikä on myös sosiokulttuurinen käsite. Kuitenkin ikäihmisen hyvinvointia määrittelee myös perustavanlaatuisen kysymys, osaako elämästä nauttia ja pystyykö siitä ottamaan irti kaiken sen, minkä pystyy, vaikka rajoitteiden lisääntyminen onkin väistämätöntä. (Pirhonen ym., 2019, s. 106)

Ihmiset ovat neljännessä iässä kaiken kokemansa, niin ilon kuin surun värittämien kokemusten näköisiä. Siinä ovat vaikuttamassa ajankohtaisten tapahtumien ohella myös elämäkokemukset ja persoonallisuuden muotoutuminen perinnöllisten ja kokemuksellisten tekijöiden pohjalta. Kokonaisuutena kaikki vaikuttaa kaikkeen, joista rakentuu myös ihmisen hyvinvoinnin kokonaisuus. Kypsässä vanhuudessa ihminen hyväksyy vanhenemiselle tunnusomaiset menetykset, jolloin vanhuus elämänvaiheena voi olla henkisesti antoisa. (Leijala-Marttila, 2011, s. 421–422)

Ihminen muuttuu ikääntyessään antajasta vastaanottajaksi ja sosiaaliset kontaktit vähenevät. Huomattavia ikääntyvän kohtaamia toimintakyvyn muutoksia ja menetyksiä ovat mm.: fyysinen rappeutuminen eri puolella kehoa, muutokset seksuaalisuudessa esim. vaihdevuosien ja impotenssin myötä tai riippumattomuuden menettäminen tulojen muuttuessa.

Olisi tärkeää opetella tyytymään vähempään. Muutosten myötä on odotettavissa lieviä ahdistuksen ja masennuksen tunteita, jotka ovat kuitenkin luonnollisia reaktioita, kun elämässä tapahtuu menetyksiä tai kriisejä. Ikääntynyt voi kuitenkin pyrkiä niin itsepäisesti pitämään kiinni vanhasta elämästään, että se johtaa persoonallisuuden muutoksiin, vaikeampaan masennukseen tai psyykkisiin sairauksiin. (Malchiodi, 2010, s. 349–351)

2.3 Muistisairauksista

Suomessa on arviolta yli 150 000 henkilöä, jolla on diagnosoitu muistisairaus ja keskimäärin 23 000 uutta sairastunutta vuosittain. Vuonna 2040 arvioidaan Suomessa olevan jopa 247 000 muistisairasta, mitä selittää väestön ikääntyminen. (Muistiliitto, 2024a) Muistisairaudet ovat yleisin syy, jonka vuoksi ikääntyessä ihmiset tarvitsevat palveluja kotiin ja myöhemmin tuettua ympärivuorokautista asumispalvelua. (Muistiliitto, 2024b)

Muistisairaudet ovat yleisempiä ikäihmisillä. Etenevät muistisairaudet rappeuttavat aivoja ja heikentävät laaja-alaisesti toimintakykyä. Edetessään etenevät muistisairaudet johtavat dementiaoireyhtymään. Sairauden eteneminen on hyvinkin yksilöllistä, johon vaikuttavat mm. sairastuneen peruspersoonallisuus, eletty elämä kokemuksineen, haasteet sairauteen sopeutumisessa, muistisairauden vaikeusaste ja muistisairauden diagnoosi. (Muistiliitto, 2024a)

Yleisimmät muistisairaudet ovat Alzheimerin tauti, verisuoniperäinen muistisairaus, kahden edellä mainitun yhdistelmä (ns. sekamuoto), Lewyn kappale - tauti ja otsa-ohimolohkorappeumasta johtuva muistisairaus. Lisäksi Parkinsonin tautiin ja MS-tautiin voi liittyä tiedonkäsittelyn vaikeuksia, kuten muistin

heikkenemistä. Näiden lisäksi tunnetaan lukuisia harvinaisempia muistisairauksia. (Muistiliitto, 2024a)

Muistisairaus voi joskus vaikuttaa merkittävästi ihmisen luonteeseen, toimintatapoihin ja käyttäytymiseen. Käyttöoireita voivat olla esimerkiksi masennus, levottomuus, vaeltelu tai persoonallisuuden muuttuminen. On kuitenkin tärkeää muistaa, että kaikki muistisairaahan henkilön toimet eivät johdu sairaudesta - ihminen tunteineen ja tarpeineen ei katoa sairauden myötä. Se, miten kohtaamme muistisairaahan henkilön, vaikuttaa merkittävästi hänen hyvinvointiinsa, turvallisuuden tunteeseensa ja käyttäytymiseensä. (Muistiliitto, 2024c)

Kun muistisairas ihminen käyttäytyy muiden mielestä ”oudosti” tai poikkeavasti, on helppo ajatella hänen olevan ”vaikeasti muistisairas” tai tarkoituksella ilkeä ja hankala. Muistisairas ihminen reagoi kuitenkin ympäristönsä tapahtumiin ja omiin sisäisiin kokemuksiinsa - aivan kuten jokainen. Oudoilta tuntuva käyttäytyminen on usein muistisairaalle itselleen järkevää ja loogista. Usein käyttäytymisen ja tunteiden ilmaisun tapoja ei ole tarpeen, eikä edes mahdollista hoitaa lääkkeillä, vaan ne tulisi hoitaa lääkkeettömin keinoin – esimerkiksi sisällyttämällä taideterapioita kuntoutukseen. (Muistiliitto, 2024d)

2.4 Kuvataideterapeuttinen menetelmä muistiongelmista kärsivän asiakkaan hyvinvoinnin tukena

Kuvataideterapia on vuorovaikutussuhteessa tapahtuvaa taiteellisen ilmaisun käyttöä, jossa kuva, asiakas ja terapeutti/ohjaaja muodostavat kolmiosuhteen. Kuvataideterapian tavoitteet määräytyvät aina asiakaskohtaisesti. Ihmisen itseyttämyksen lisääminen, käyttäen tunteita ja ajatuksia luovan prosessin kautta, on kuvataideterapian perimmäinen tarkoitus, joka onnistuessaan edistää myös ihmisen persoonallista kehitystä kaikissa elämänvaiheissa, lisää luovuutta sekä antaa keinoja kriiseistä selviytymiseen. (Hautala, 2012, s. 11)

Terapeuttiset ulkoiset rajat - tila, aika, paikka, kesto ja taidemateriaalit, tukevat kolmiosuhteen luomaa vuorovaikutusta ja mahdollistavat sen luomalla turvallisen tilan. Turvallinen tila mahdollistaa ilmapiirin, jonka sisällä asiakkaat voivat

ilmaista itseään vapaasti ja käsitellä henkilökohtaisia tunteitaan. Näiden edellytyksien täytyessä on mahdollista luoda myös sisäiset rajat, jotka voidaan nähdä kuvataideterapian kuvallisena prosessina eli kuvan, asiakkaan ja terapeutin kolmiosuhteena. (Hautala, 2008, s. 98)

Kuvataideterapiaa käytetään erilaisissa toimintaympäristöissä, ikääntyneille esimerkiksi palvelukodeissa, kotihoidossa tai sairaalapalveluissa osana asiakkaan kokonaishoitoa ja/tai kuntoutusta. Kuvataideterapian käyttömahdollisuudet tapahtumapaikan näkökulmasta voidaankin nähdä perinteisiä terapiaistuntoja monipuolisempana, sillä kuvataideterapeuttista ohjausta pystyy suorittamaan kunkin työympäristön ammattilainen, jolla on kuvataideterapeuttisten menetelmien koulutus. Yksilö- ja ryhmäterapian lisäksi kuvataideterapiaa voidaan toteuttaa myös parisuhde- ja perheterapiana. (Hautala, 2012, s. 12)

Jokainen voi olla luova. Luova ilmaisu kuvataideterapian keinoin voi antaa ikäihmiselle uutta energiaa ja uusia mahdollisuuksia katsella elämää eteenpäin. Kuvataideterapiaa voi myös käyttää elämän tarkasteluun eli muisteluun, mikä antaa mahdollisuuden elämän jäsentelyyn ja saavutettujen asioiden tunnistamiseen. Luovalla ilmaisulla voidaan ylläpitää tai lisätä hyvinvoinnin osa-alueita, kuten kognitiivisia ja havaitsemisen taitoja, stimuloida aisteja ja elvyttää sosiaalista vuorovaikutusta, jotka ikääntymisen vaikutuksesta usein vähenvät. (Malchiodi, 2010, s. 351)

Kuvataideterapia soveltuu terapiamuodoksi myös erityisryhmille, kuten muistisairaille ikäihmisille, joiden kielellinen itseilmaisu saattaa olla haastavaa. Vaikka kyseessä on taiteellisesta itseilmaisun muodosta, ei esteettinen lopputulos ole itsetarkoitus, vaan turvallisessa tilassa tapahtuva asiakkaan persoonallinen kehitys. (Suomen taideterapiayhdistys, 2023). Asiakkaille tuleekin selvittää, että kuvataideterapiassa kuvallisia töitä ei arvioida, vaan jokainen työ hyväksytään arvioimatta turvallisessa ilmapiirissä. (Malchiodi, 2010, s. 83)

Kuvataideterapiaryhmien muistia ylläpitäviä vaikutuksia on havaittu useissa laadullisissa tutkimuksissa. Havainnot on yhdistetty sensorisen eli aistillisen

työskentelyn sekä luovan itseilmaisun luomaan vaikutukseen. (Rankanen, 2009, s. 60)

Muistiongelmaiset asiakkaat hyötyvät todellisuuteen suuntautumisesta ja vaativat tukea turvallisuuteen, päätöksentekoon ja ongelmanratkaisuihin liittyvissä ongelmissa sekä paljon tukea, vihjeiden antamista, rohkaisua, aistiärsykeitä ja yksinkertaisia tehtäviä. Menetelmälliset valinnat tehdään aina tarkkaan harkiten ikääntyneen sairauden ja elämän kannalta olennaiset ongelmat ja menetykset, muistaen jokaisen asiakkaan olevan erilainen. (Malchiodi, 2006, s. 353–354)

Laadukkaat taidemateriaalit ovat tärkeitä, koska ne osoittavat asiakkaita kohtaan kunnioitusta ja arvostusta. Tärkeää on asettaa toiminnan viitekehys niin, että asiakkaat voivat onnistua – pyritään minimoimaan puutteet ja maksimoimaan vahvuudet. Taustamusiikin soittamisesta asiakkaan aikakaudelta saatavaa olla hyötyä mm. virittäytymiseen ja muisteluun. (Malchiodi, 2010, s. 354–355)

Myös ikäihmisellä on tarve olla aktiivisia oman elämänsä säätelijöitä, jotta voivat kokea itsensä merkityksellisiksi. Tämä näkökulma on tärkeä, kun pohditaan mikä tuottaa elämäniloa ja hyvinvointia. Heiltä itseltään tulee kysyä, mikä heille tuottaa iloa ja ottaa heidät toimijoiksi omassa elämässään, eikä vain passiivisiksi vastaanottajiksi. Kuvataideterapeuttisessa toiminnassa tämä tarkoittaa mm. aihe-ehdotusten tiedustelua. (Hohenthal-Antin, 2006, s. 110–111)

2.5 Ryhmämuotoinen toiminta

Ihminen on sosiaalinen olento, joka on riippuvainen perheestä ja erilaisista sosiaalisista ryhmistä. Kuvataideterapiaa toteutetaan usein ryhmässä, ryhmien koon vaihdellessa yleensä kolmen ja kahdeksan välillä. (Mantere, 2009, s. 177)

Ihmisten keskellä oleminen on normaaliin elämään kuuluva tilanne. Se taas, että kuvataideterapeuttisessa ryhmässä keskitytään muiden ihmisten kanssa taiteelliseen ilmaisuun, omiin ja muiden kuvien ja kokemusten jakamiseen, on epätavallinen yhdessä olemisen malli. Se avaa kuitenkin yhteyksiä sekä omien että muiden ihmisten psyyken alueille, jotka muuten jäävät vaille huomioita. Se tuo taiteen keinoin yhdessä koettaviksi ihmisten yksilöllisiä kokemuksia, jotka ovat paradoksaalisesti myös osa yhteistä ihmisyyttä. (Mantere, 2009, s. 178)

Ikääntyneiden kohdalla yhteisöllisyys vaikuttaa monella tavoin terveyteen ja hyvinvointiin. Yhteyksiä on havaittu olevan mm. matalampaan kuolleisuuteen, parempaan fyysiseen, psyykkiseen ja itsearvioituun terveyteen sekä positiivisempaan kognitiivisen toimintakyvyn kehitykseen. (Pulkkinen, 2019, s. 5) Kuvataideterapiassa yhteisöllisyyteen voidaan kasvaa saamalla kokemuksia tilanteessa, jossa itselle merkittäviä kokemuksia uskalletaan jakaa ja vastaanottaa toisten tunneviestejä. (Mantere, 2009, s. 180)

Ryhmäläiset ovat aina suhteessa itseensä, toisiinsa sekä koko ryhmään. Näin syntyy ryhmädynaaminen käyttäytyminen, johon vaikuttaa jokainen ryhmän jäsen – myös ohjaaja. (Hautala, 2012, s. 25) Ryhmädynamiikka muuttaa kuvataideterapian kolmiosuhdetta, jolloin kolmiosuhteeseen tulee neljäs kannatteleva tekijä – ryhmä. Ohjaaja siirtyy tarkkailemaan ja kannattelemaan koko ryhmän toimintaa, siinä tapahtuvaa kolmiosuhdetta. (Hautala, 2008, s. 110)

Kuvataideterapeuttiset ryhmät voivat olla luonteeltaan joko suljettuja tai avoimia. Suljetussa ryhmässä osallistujat ovat koko ajan samoja, joten uusia osallistujia ei oteta mukaan ryhmän aloituksen jälkeen. Hyötynä suljetussa ryhmässä on osallistujien toisilleen tutuksi tuleminen ja keskinäisen luottamuksen kasvaminen, jolloin kokemusten jakaminen olisi helpompaa. Avoimessa ryhmässä osallistujat voivat tulla ja poistua silloin kun itse haluavat. (Malchiodi, 2010, s. 385)

3 OPINNÄYTETYÖN TAVOITE JA TARKOITUS

Opinnäytetyöni tarkoituksena on selvittää, lisääkö kuvataideterapeuttinen ryhmätoiminta palvelukodin asukkaiden hyvinvointia. Hyvinvointi on vahvistettavissa olevan voimavara, joten siihen mahdollisuus vaikuttaa.

Ikääntyminen ei tule yksin, vaan se tuo aina mukanaan muutoksia. Tämä on osa ihmisen elämänkaarta. Lähes kaikilla ryhmään osallistuvilla asukkailla on jokin muistisairaus. Kuvataideterapeuttinen toiminta tarjoaa ikäihmisille luovan tavan itseilmaisulle ja ryhmä sosiaalisen vuorovaikutuksen ja osallisuuden kokemisen mahdollisuuden, joilla on suora yhteys koettuun hyvinvointiin.

Kuvallinen ryhmätyöskentely voi toimia ikääntyneen tärkeimpänä, joskus jopa ainoana sosiaalisen kanssakäymisen muotona, paikaten mm. puolison tai ystävien menetystä. (Malchiodi, 2010, s.361) Ihmisen asuessa asumispalveluiden piirissä, hänellä on periaatteessa paljon ihmisiä ympärillään, mutta yksinäisyyden kokemus voi silti olla vahvasti läsnä. (Hautala, 2023)

Kaikilla on oikeus ylläpitää sosiaalista vuorovaikutusta ja saada osallistua mielekkääseen sekä hyvinvointia tukevaan arkeen jokaisessa elämänvaiheessa. (Räsänen, 2019, s. 18) Kuvataideterapialla voidaan tukea kykyä työskennellä menetyksistä ja rajoituksista johtuvien emotionaalisten reaktioidensa kanssa, esimerkiksi hyväksymään uudet elämänvaiheet, joita ikääntyminen tuo tullessaan. (Hautala, 2012, s. 14)

4 TYÖELÄMÄYHTEYS

Sopivaa harjoittelupaikkaa kartoittaessani olin yhteydessä opinnäytetyön ohjaajaani ja yhdessä keskustelimme mahdollisuudestani suorittaa kuvataideterapeuttinen ryhmäharjoitteluni ikäihmisten kanssa. Mielenkiintoiseksi

vaihtoehdoksi nousi Porin Suomalainen palvelukoti, jonne ohjaajallani oli entisen opiskelijansa kautta kontakti.

Palvelukodin kanssa sovin pitäväni kevään 2024 aikana kuvataideterapeuttisen ryhmäharjoitteluni ja samasta ryhmästä tekisin toiminnallisen opinnäytetyöni. Opinnäytetyön aineisto nousisi esille prosessin aikana, josta pitäisin päiväkirjaa kerätäkseni havaintoaineiston. Toimintakertoja pitäisin vähintään kymmenen, mahdollisesti enemmänkin.

Porin Suomalainen palvelukoti tarjoaa ikäihmisille kodinomaista ympärivuorokautista palveluasumista, jonka lisäksi se tarjoaa asukkailleen hoivan ja huolenpidon sekä kotisairaanhoidon. Palvelukodissa on asiakaspaikkoja kaikkiaan 68 huonetta, joista viisi on ns. pariskuntahuoneita. Palvelukodissa pyritään tarjoamaan asukkaalle mahdollisuus asua kotona mahdollisimman pitkään tai elämänsä loppuun asti. Hoitotyön lähtökohtina ovat turvallisen elämän ja arvostuksen turvaamisen lisäksi vanhuksen itsemääräämisoikeus, kokonaisvaltainen hoitaminen sekä auttaminen arkipäivän askareissa. (Dagmaaria, 2024a), (Dagmaaria, 2024b)

5 OPINNÄYTETYÖN MENETELMÄLLISET VALINNAT

Opinnäytetyöni on toiminnallinen opinnäytetyö. Käytännön toiminnallisena toteutuksena ohjasin kuudelle palvelukodin asukkaalle kuvataideterapeuttista ryhmää kevään 2024 aikana. Opinnäytetyöni aineisto koostuu pääosin ryhmäprosessin aikana tekemistäni havainnoista, joista pidin päiväkirjaa sekä ryhmäläisten tekemistä kuvista ja hoitohenkilökunnalle suunnatusta kyselystä. Haastattelin myös ryhmään osallistujat viimeisen tapaamisen yhteydessä, mutta muistisairauksien takia en voinut pitää heidän vastauksiaan tarpeeksi luotettavina. Tutkimusotteena työssä käytettiin kvalitatiivista, eli laadullista tutkimusotetta.

5.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallinen opinnäytetyö on yksi tutkimuksellisen kehittämisen tapa ja opinnäytetyötyyppi ammattikorkeakoulussa. Toiminnallisessa opinnäytetyössä opiskelija näyttää ammatillisen asiantuntijuuden kehittävällä ja tutkimuksellisella otteella tehdyllä tuotoksella ja raportilla, joka kuvaa tuotokseen liittyviä lähtökohtia, valintoja ja ratkaisuja perustellusti. (Vilkka, 2022, s. 11)

Toiminnallisessa opinnäytetyössä kehittämisen tavoitteena on ammatillinen tuotos, joka palvelee kohderyhmää (esim. palvelukodin asukkaat) tai toimintaympäristön (esim. palvelukoti) arjen käytäntöjä. (Vilkka, 2022, s. 11)

Toiminnallisessa opinnäytetyössä eri toiminnan tai kehittämisen vaiheet kohti tuotosta etenevät toimijoiden kanssa vuorovaikutussuhteessa tietyssä ympäristössä. Tämä merkitsee keskustelua, arviointia, toiminnan uudelleen suunnattamista, vertaistukea sekä palautteen antoa ja vastaanottoa. Nämä kaikki voivat syntyä vain ihmisten välisessä vuorovaikutuksessa toiminnan keskellä, jota omassa työssäni toteutin reagoimalla asukkaiden kokemuksiin ja hoitohenkilökunnan palautteeseen ryhmäprosessin aikana. Pidin säännöllisesti yhteyttä palvelukodin johtajaan ja palveluvastaavaan, koska he olivat tietoisia muutoksista, jotka voisivat vaikuttaa koko ryhmään ja siten myös opinnäytetyöni prosessiin. Näin ollen vuorovaikutuksemme eteni sujuvasti, sillä suunnittelu, toteutus ja arviointi muodostivat yhtenäisen kokonaisuuden, jossa kommunikoimme saman kielen avulla. (Salonen, 2013, s. 6)

5.2 Osallistuva havainnointi

Keräsin opinnäytetyöni aineiston käyttämällä osallistuvaa havainnointia osallistumalla tutkimuskohteeni eli ryhmän, toimintaan ennalta sovittujen ehtojen mukaisesti. Saadakseen luotettavia tutkimustuloksia, osallistuva havainnointi edellyttää tutkijan pääsemistä tutkittavan yhteisön sisälle ja havainnointi on ennalta suunniteltu valitun näkökulman avulla. (Vilkka, 2006, s. 44–45)

Olin ennalta suunnitellut päiväkirjaani havaintojeni rungoksi toimintamallin, jossa havainnoin osallistujien toimintaa alkukeskustelun, virittäytymisen, kuvallisen työskentelyn ja loppukeskustelun aikana – huomioiden toiminnan suhteessa yksilöön, ryhmään ja minuun ohjaajana/tutkijana. Näitä kuvataideterapeuttisen työskentelyn vaiheita käytetään yleisenä terapiaprosessin jäsentelyn keinona. (Rankanen, 2009, s. 92)

Havainnointitilanteessa tutkijan voi nähdä olevan läsnä kahdella eri tavalla – toisaalta osallistujana ja toisaalta seuraajana. Osallistuvassa havainnoinnissa tutkija ei kuitenkaan voi olla täysin ulkopuolinen, sillä hänen läsnäolonsa on kaikkien osallistujien tiedossa. Osallistuvassa havainnoissa on kyse muustakin kuin kielellisestä kommunikoinnista, ja tämän takia kuvataideterapia luovana prosessina soveltuukin nähdäkseni menetelmänä opinnäytetyöni aineiston keräämiseen. (Anttila, 2014, luku 9.1.1.4)

5.3 Kysely

Kuvataideterapeuttisen ryhmäprosessin päätyttyä laadin palvelukodin hoitohenkilökunnalle lyhyen kyselyn (ks. Liite 1), koska halusin saada omien havaintojeni tueksi myös ammattilaisten, jotka näkevät asukkaat arjessaan, näkemyksiä toiminnan vaikutuksista.

Suunnittelin kyselyn lyhyeksi, keskusteltuani palveluvastaavan kanssa. Myös tutkimustulosten mukaan oli perusteltua olettaa, ettei hoitohenkilökunta oman tärkeän perustyönsä lisäksi, ehtisi vastaamaan pitkään ja yksityiskohtaiseen kyselyyn, sen sijaan tiivis kysely voisi heitä motivoida vastaamaan. (Pirhonen, 2017, s. 55) Henkilökunnan vastauksista odotin löytäväni yhtäläisyyksiä omien havaintojeni tueksi. Taustalla oli ajatus kuvataideterapeuttisen työskentelyn transformaatisesta luonteesta, jossa kuvan avulla koettua siirtyä asukkaiden arkeen.

Kyselyni tapahtui käytännössä tarkoitusta varten suunnitellun lomakkeen avulla (Anttila, 2014, luku 9.1.5.) ja siihen sisältyi kolme kysymystä, jotka on

luonteeltaan avoimia kysymyksiä. Käytin avoimia kysymyksiä, koska tiesin niiden aihealueen olevan vastaajajoukolla ammatillisesti tuttuja. Laadin kysymykset, joiden vastaukset kertovat asukkaiden muutoksista prosessin aikana erityisesti hyvinvoinnin osa-alueiden kannalta. Lisäksi halusin tarkemmat tiedot asukkaiden muistisairauksista, koska asiaa oli käsitelty ainoastaan palvelukodin johdon kanssa pintapuolisesti ryhmän suunnitteluvaiheessa. Tarkempi tieto auttaisi myöhemmässä aineiston pohdinnassani.

Lomakkeessa informoin tutkimustyön keskeisten periaatteiden mukaisesti, että kyselyyn vastataan anonymisti ja siitä saatavaa tietoa käsitellään luottamuksellisesti. (Anttila, 2014, luku 11.1.)

6 TOIMINNALLISEN OSUUDEN KUVAUS

6.1 Osallistujat

Käytän ryhmään osallistujista nimitystä asukkaat. Kuvataideterapeuttiseen ryhmäohjaukseen osallistuvat olivat palvelukodin asukkaita. Ryhmän koko oli kuusi ikäihmistä, joilla useimmilla oli muistisairaus. Ryhmä oli luonteeltaan suljettu. Asukkaat on nimetty opinnäytetyössä numeroin 1–6.

Keskustelin ensimmäisenä palvelukodin johdon kanssa kuvataideterapeuttisen ryhmätoiminnan tarkoituksesta ja ryhmään osallistujien valintaperusteista, etteivät henkilökunta ja asukkaat saa väärää käsitystä toiminnan luonteesta. (Malchiodi, 2010, s. 377) Henkilökunnan apu ryhmän kokoamisessa on ensiarvoisen tärkeää, sillä he osaavat arvioida asukkaiden soveltuvuutta ryhmään oman päivittäisen työnsä tuoman kokemuksen kautta.

Asetin ryhmän turvalliseksi tavoitekokoksi kuusi asukasta ja olin varautunut, että osa heistä saattaisi poistua ryhmästä kesken prosessin. Kolmea asukasta pidin sopivana minimiosallistujamääränä. (Malchiodi, 2010, s. 385)

Valintaperusteissa asukkaan tuli olla kiinnostunut kuvallisesti työskentelystä ja ryhmätoiminnassa. Näkö- ja kuuloaisteissa ei saanut olla merkittävää heikkenemää. Vaikka luovassa terapiassa ja ryhmässä kommunikointikeinoja käytetään monipuolisesti, asukkaan tuli kyetä myös puhumaan, sillä se helpottaisi merkittävästi vuorovaikutusta ryhmän muiden osallistujien kanssa. Myös ohjaajana eri merkitystasojen ymmärtäminen helpottuu, kun asukas osaa ilmaista itseään kuvan lisäksi puheen avulla. Fyysisen toimintakyvyn tuli sallia asukkaan istuma-asennossa oleminen ohjauksen keston (noin 90 min) ajan ja erilaisten taidetarvikkeiden (mm. kynät, liidut, sudit) käyttö.

Palvelukodin henkilökunnan tekemän kartoituksen jälkeen haastattelin vielä itse kaikki kuusi valikoitunutta asukasta, jotta sain mahdollisuuden henkilökohtaisesti tavata heidät ja kertoa tarkemmin ryhmän tarkoituksesta. Päätin ottaa heidät kaikki mukaan lopulliseen ryhmään.

Asukkaat allekirjoittivat Satakunnan ammattikorkeakoulun sopimukset taideterapeuttisen menetelmän käytöstä asiakastyössä, ja suostumuksesta opiskelijan käyttää ryhmässä syntynyttä kuvamateriaalia sekä havaintoja anonyymisti opinnäytetyössä. Asukkaiden kohdalla, joiden muistisairaus oli edennyt pitkälle, suostumus varmistettiin myös omaisilta puhelimitse.

6.2 Ulkoiset edellytykset

Palvelukodilla oli kuvataideterapeuttiseen työskentelyyn soveltuva rauhallinen tila, josta käytän nimeä viriketila (Kuva 1). Viriketila sijaitsi kaksikerroksisen rakennuksen pohjakerroksessa. Tilan merkitys kuvataideterapeuttisen työskentelyn onnistumiselle on merkittävä. (Hautala, 2012, s. 28). Tarkistin virike-tilan ennen ensimmäistä ryhmän tapaamiskertaa, jotta edellytykset työskentelylle täytyivät.

Viriketilassa ei ollut läpikulkua eikä muita häiriötekijöitä, jotka olisivat voineet haitata työskentelyä. Henkilökunnalla kerrottiin ryhmämme kaipaamasta

yksityisyydestä ja sitä kunnioitettiin. Suuret ikkunat antoivat luonnonvaloa sisäpihan puolelta, jotta värit, muodot ja materiaalit tulevat kuvassa näkyville – erityisesti ikääntyneille tämä on tärkeää heikentyneen näkökyvyn takia. Lisäksi tilan valaistus oli säädettävissä sen mukaan tarvitsimmeko pimennystä videoiden katseluun tai kirkasta valaistusta kuvalliseen työskentelyyn.

Palvelukodilla oli viriketilan yhteydessä monipuolisesti laadukkaita taidemateriaaleja käytettävissämme. Materiaalit olivat vedettävän liukuoven takana, jossa oli nimettynä omat kaapit mm. erilaisille sudeille, tusseille, liiduille, kynille, papereille, pahveille ja lehdille. Kuvataideterapeuttinen työskentely edellyttääkin monipuolisesti korkealaatuisia materiaaleja ja että niistä huolehditaan hyvin – tämä viestittää kunnioitusta asiakkaille. (Huttula, 2011, s. 186) Vesipiste sijaitsi viriketilan läheisyydessä, ja olin päättänyt itse huolehtivani veden hakemisesta. Myös tapaamisten jälkeisen siivouksen päätin suorittaa itse, asukkaiden korkean iän vuoksi.

Asukkaiden työt oli mahdollista säilöä liukuoven taakse lukittavaan kaappiin, jotta heidän henkilökohtaisen prosessinsa kuvat olivat turvassa ulkopuolisilta. Kerroin tästä asukkaille jokaisen tapaamiskerran päätteeksi, kun he luovuttivat työnsä minulle. Uskon tämän rakentavan luottamusta, joka mahdollistaa kuvallisen työskentelyn luottamuksellisistakin aiheista. Halusin myös asukkaiden istuvan jokaisella kerralla samalla paikalla, sillä uskoin tämän auttavan turvallisen tilan ja pysyvyyden luomisessa.

Ryhmän tapaamiskerrat järjestettiin kaksi kertaa viikossa, maanantaisin ja torstaisin, yhtä poikkeusta lukuun ottamatta. Jokaiseen tapaamiseen olin varannut aikaa 1,5–2 tuntia. Tapaamiset sijoituivat aamupäivään klo 9:30 alkaen, jonka jälkeen asukkaat pääsivät lounaalle. Saavuin jokaisella kerralla viriketilaan ensimmäisenä, varmistaen että tila oli mahdollisimman ennallaan, jotta ryhmän keskittyminen suuntautuisi olennaiseen. (Kuva 1.)



Kuva 1. Viriketila

7 TAPAAMISKERRAT

7.1 Paikallismaisemia

Saavuvin palvelukodin viriketilaan hyvissä ajoin tekemään valmisteluni ryhmää varten. Paikalle saapui hetken kuluttua hoitaja, jonka kanssa nostelimme kaksi pöytää yhdeksi isommaksi kokonaisuudeksi. Nyt kaikilla asukkailla olisi riittävä henkilökohtainen tila työskentelylle suuren pöydän ääressä.

Seuraavaksi suojasin pöydän vahakankaalla, jonka jälkeen asettelin päivän taidetarvikkeet pöydälle – tussit ja suuret paperit. Vielä tässä vaiheessa en asetellut tarvikkeita asukkaiden paikoille, vaan keskelle pöytää. Tarkoitukseni oli antaa heille hieman aikaa ja etäisyyttä taidetarvikkeiden silmäilyyn, sillä aikaa, kun esittelisin itseni ja virittäytyisimme taiteen tekemiseen.

Seuraavaksi avasin tietokoneeni, kytkin sen videotykkiin ja asettelin valkokankaan paikoilleen. Vähensin myös valaistusta. Katsoisimme Finnan Elonetistä noin 14 minuutin mittaisen videon ”400-vuotias Pori”. Olin ennakkoon varmistanut, että kaikilla asukkailla olisi side Poriin.

Ilahduttavasti kaikki ryhmään valikoidut kuusi asukasta saapuivatkin pian paikalle – osa itsenäisesti kävellen, osa rollaattorin kanssa ja osa hoitajan ja

pyörätuolin kanssa. Asukkaat asettuivat istumaan pöydän ympärille. Ulkopuoliset poistuivat viriketilasta. Aluksi esittelin itseäni ja kerroin lyhyesti opinnoistani, työhistoriastani ja ryhmämme tarkoituksesta. Myös asukkaat esittelivät itsensä. Selvisi, että kukaan ei tuntenut toistaan ennakkoon. Puheeksi nousikin välittömästi, miten on kiva, kun tällaiseen pieneen ryhmään pääsee mukaan ja tutustuu toisiin.

Jatkoimme tapaamista nyt katsomalla ”400-vuotias Pori” videon. Pyysin kaikkia havainnoimaan videolta vanhoja tuttuja porilaisia rakennuksia ja muita paikkoja. Jos videolta ei erottaisi paikkoja, voisi keskittyä myös pelkästään kertojan selostukseen. Mikäli Pori ei olisikaan niin tuttu, voisi asukas miettiä esimerkiksi muita itselleen tärkeitä paikkoja.

Olin alusta alkaen positiivisesti yllättynyt kaikkien keskittymiseen. Videon aikana muutama asukas havaitsi vanhasta filmiraidasta tuttuja paikkoja ja innostuneina mainitsivat niitä ääneen. Tämä ei kuitenkaan vaikuttanut häiritsevän muita asukkaita. Kokemäenjoki, Puuvillatehdas, kauppatori, Cygnaeuksen koulu ja Yyteri olivat asukkaiden havaitsemia paikkoja.

Nyt oli aika aloittaa kuvallinen työskentely videon herättämistä aiheista. Tämän lisäksi pyysin, että jokainen kirjoittaisi nimensä paperille selvillä kirjaimilla. Koska olin rajannut käytettävät taidemateriaalit, halusin antaa asukkailla aiheenvalinnassa enemmän vapauksia. Kyseeseen voisi tulla rakas paikka, tapahtuma, ihminen tai mikä tahansa muisto. Poriin sen ei tarvitsisi liittyä, sillä videon perimmäinen tarkoitus oli vain herättää ajatuksia. Taustalle laitoin rauhoittavia luontoääniä YouTubesta.

Huomasin asukkaiden jakautuvan kolmeen ryhmään työn aloittamisen suhteen. Kaksi asukkaista aloitti työskentelyn nopeasti ja olivat koko ajan keskittyneitä. Kolme asukasta tarkkaili hetken aikaa tilannetta, mutta kun olivat rohkaistuneet ottamaan tussit käsiinsä, työskentely oli päättäväistä. Heistä yksi kyseli useaan kertaan ”Missä me olemme?” ja ”Mitä me teemme täällä?” Hän halusi myös käydä oman huoneensa wc:ssä tapaamisen aikana. Yksi asukas ei ollut kirjoittanut edes nimeään paperille, kun työskentelyaika oli puolivälissä,

joten lopulta lähestyin asukasta ja hänen luvallaan yhdessä tussista kiinni pitäen kirjoitimme nimen paperin alakulmaan ja teimme yhdessä paperille harjoitteeksi tussilla kuvioita.

Ensimmäinen tapaaminen lopetettiin katselemalla kaikkien kuvalliset työt. Korostin tässä vaiheessa, ettei omasta työstä ole pakko kertoa mitään, jos siltä ei tunnu. Kaikki kuitenkin esittelivät työnsä ja osa intoutui kertomaan enemmänkin. Rakentavinta oli kuitenkin positiivinen palaute, jota ryhmän kaksi aktiivisinta keskustelijaa antoivat muille asukkaille.

Lupasin asukkailla tässä vaiheessa osallistuvani itsekin ensi kerralla kuvalliseen työskentelyyn ja pyysin heiltä musiikkitoiveita seuraavalle tapaamisellemme.

7.2 Virtuaalisesti metsään

Palvelukodin henkilökunnan kanssa käymieni keskustelujen pohjalta olin valinnut tapaamisen aiheeksi luontoteeman. Luontoteemaa oli aiemmin sovellettu lupaavin tuloksin asukkaiden iloksi. Pöydät ja tuolit olivat jätetty viime kerrasta valmiiksi paikoilleen. Suojasin jälleen pöydän ja asettelin kaikki valmiiksi. Kaikki kuusi asukasta saapuivat jälleen paikalle.

Aloitimme keskustelemalle ensimmäisestä tapaamisestamme. Nopeasti havaitsin, että kaikki eivät kunnolla muistaneet tuota tapaamista. Tiedustelin myös tunnelmia – he, ketkä tapaamisen muistivat, kertoivat sen olleen viikon kohokohta. Kaikki istuivat samalla paikalla kuin viimeksi, osa ei muistanut viime kerran paikkaansa, mutta ohjasin heidät.

Jatkaisimme kuvallista työskentelyä tusseilla, mutta halusin tähän ohjaukseen hieman pienemmän ja kiiltoisemman paperin. Tusseilla työskentely on melko tarkkaa, mutta laajoja alueita sillä ei saa helposti täytettyä. Tavoitteeni oli jättää ensimmäisestä tapaamisesta tuttuja elementtejä – varsinkin, koska

kaikki asukkaat olivat lopulta rohkaistuneet kuvalliseen työskentelyyn, mutta tuoda aina joka tapaamiseen jotakin uutta.

Seuraavaksi asetin viriketilaan himmeämmän valaistuksen. Näytin asukkaille YouTubesta MIELI Suomen Mielenterveys ry:n videon nimeltään ”Hyvän mielen metsäkävely – Kevät”. Ohjeistuksi annoin heille tarkkailla luontoa – mitä kasveja, kukkia, eläimiä tai luonnon ilmiöitä he havaitsevat. Pyysin käyttämään myös kuuloaistia, jos halusi keskittyä luonnon tarjoamaan äänimaailmaan. Video kesti vain 6 minuuttia ja se oli tarkoituksellinen ratkaisu. Halusin seurata, kuinka pitkään asukkaat jaksavat keskittyä.

Video vaikutti olevan sopivan ytimekäs. Muutama asukas kommentoi hiljaisella äänellä videon aikana esimerkiksi ”tuo on varmaan västäräkki” ja ”kyllä on kaunis pieni vesipuro”. Nämä kommentit eivät tuntuneet haittaavan muiden keskittymistä, vaan aiheuttivat hymyilyä.

Nyt olisi kuvallisen työskentelyn vuoro. Aiheena kevät ja luonto. Taustalla laitoin soimaan viime kerran lopuksi saamieni toivekappaleiden pohjalta luomani soittolistan, joka sisälsi mm. Tapio Rautavaaraa ja Kari Tapiota.

Huomasin, että osa asukkaista muisti ohjauksen rakenteen viime tapaamiselta ja kuvallinen työskentely lähti heiltä taas hyvin vaivatta liikkeelle. Yksi asukas piteli tussia kädessään, ennen kuin olin kertonut tarkemmin työskentelyn aiheesta. Kaikki hiljentyivät keskittyneen oloisina ja antoivat rauhan työskentelylle.

Kaikki asukkaat saivat jälleen tehtyä kuvaa. Ensimmäisellä tapaamiskerralla avustamani asukas uskaltautui nyt pitelemään tussia yksin kädessään ja piirtämään. Toinen asukas totesi, että osaa kuvitella itsensä kyseisiin maisemiin ja tuntee luonnon tuulen ihollaan. Hetken päästä asukkaalla olikin kylmä ja pyysin hoitajaa hakemaan hänelle villapuseron. Hyvässä hengessä arvuutelimme, aiheuttiko kylmyyden ikkunasta tuleva veto, jonka vieressä asukas istui vai luontovideomme aiheuttama mielikuva tuulesta. Viime kerralla useaan kertaan kysymyksiä esittänyt asukas kysyi nyt vain kerran ”Missä olemme?”.

Lopuksi kävimme jälleen kaikkien työt vuorotellen läpi. Myös omani. Keskustelu oli vilkkaampaa kuin ensimmäisellä kerralla ja yhtä kannustavaa. Asukkaat alkoivat myös tiedustelemaan, saavatko lopuksi pitää omat työnsä, johon vastasin myöntävästi. Yksi asukas on käynyt nyt molempien tapaamisten aikana oman huoneensa wc:ssä, vaikka henkilökunnan mukaan hänelle ei pitäisi olla lääketieteellisestä näkökulmasta siihen erityistä syytä.

7.3 Kollaaseja kahdella tapaamisella

Tällä kertaa käytin ohjauksessa kollaasi eli sekatekniikkaa. Saavuin viriketilään hyvissä ajoin. Asettelin pöydälle ison pinon erilaisia lehtiä (mm. Retki, Metsästys ja Kalastus, Hevoshullu, Tuulilasi, Moottori, Me Naiset, Kotiliesi), erivärisiä papereita, puikkoliimoja, saksia, tusseja, värikyniä ja erilaisia vaha-liituja. Olin käynyt hoitohenkilökunnalta varmistamassa, että saksien käyttö on asukkaiden kanssa turvallista. Päätin kuitenkin, että lähtökohtaisesti pitäisin sakset lähettyvilläni ja tarjoutuisin leikkaamaan kuvat asukkaille ja myös avustamaan liiman kanssa.

Kaikki paitsi yksi pääsivät tänään osallistumaan toimintaan. Alkuun juttelimme kaikenlaista. Asukkaat keskustelivat saavansa pian kakkukahvit, kun palvelukoti täyttäisi tasavuosia. Kaikki asukkaat eivät tästä tienneet ja olivat siitä innoissaan.

Tällä kertaa en käyttänyt alkuvirittäytymiseen materiaalia, vaan halusin itse näyttää, miten kollaasia tehdään. Jokainen asukas tarkkaili, kun leikkasin lehdestä auton, liimasin sen paperille ja piirsin autotien ja liikennemerkkejä. Minulla oli aavistus, että tästä kerrasta tulisi jälleen onnistunut, sillä asukkaat vaikuttivat kiinnostuneilta.

Kaikki asukkaat aloittivat lehtien selaamisen. Osa halusi esitellä sieltä löytämiään kuvia. Aktiivisin kuvien esittelijä totesi, ettei halunnut leikata ja näin ollen tuhota hyvää lehteä. Vaikka kerroin lehtien olevan täällä vapaasti

käytössämme, hän päätti vain piirtää ja sanoin arvostavani hänen päätöstään. Kaikki muut asukkaat käyttivät kollaasitekniikkaa, myös aikaisemmillä kerroilla arkaillut asukas oli nyt selvästi aktiivisempi. Eläin- ja luontoaiheet olivat suosituimpia. Kaksi asukasta ilmaisi toiveensa jatkaa kollaasia, sillä paperille jäi tilaa ja aikakin loppui kesken.

Kuvallisen työskentelyn aikana pidin tietokoneeni (joka oli jälleen yhdistettynä kaiuttimiin) auki ja asukkaat saivat esittää toivemusiikkiaan. Pidin huolen, että kaikki saivat esittää kaksi kappaletta. Osa asukkaista esitti useampiakin toiveita. Huomasin musiikin nousseen ryhmässä merkitykselliseksi kokemukseksi, jonka avulla myös ryhmän välinen vuorovaikutus oli lisääntynyt. Kyselevä asukas oli sosiaalisempi eikä kysynyt kertaakaan kysymyksiä ryhmämme tarkoituksesta tai olinpaikastamme.

Esittelyvaiheessa oli havaittavissa runsaampaa keskustelua kuin viime kerroilla. Asukkaat olivat hyvin kiinnostuneita toistensa töistä. Jälleen kyseltiin, että saadaanhan työt varmasti pitää itsellä, kun ryhmämme aikanaan loppuu. Lopuksi kerroin, että jatkaisimme ensi kerralla kollaasiteemalla – oman valinnan mukaan joko aloittaen uuden työn tai sitten täydentäen tämän päiväisiä teoksia. Tapaaminen tuntui menevän nopeasti eikä keskeytyksiä ollut.

Sitten kollaasit valmiiksi. Kuten toiveita oli ilmaantunut, jatkoimme tällä kertaa kollaasien parissa. Osa halusi jatkaa työtään, osa teki kokonaan uutta työtä. Annoin asukkailla tähän asiaan vapaat kädet. Myös musiikin kuuntelu oli nousut ryhmässämme yhä tärkeämpään rooliin, joten soitin Iskelmän hitti-listaa työskentelyn aikana ja otin myös muutamia toivekappaleita asukkailta. Yksi asukas oli tänään poissa.

Viriketilan tuolit olivat sikin sokin ja pöytääkin oli siirretty, joten oli hyvä, että olin ajoissa valmistelujen parissa. Asettelin pöydälle jälleen lehtiä, osin samoja kuin viimeksi, mutta myös uusia. Jos joku asukas muistaisi viime kerran lehden, jossa oli nähnyt kiinnostavia kuvia, oli järkevää käyttää myös samoja lehtiä.

Viime kerralla olin varmistanut saksien soveltuvuuden ja ennen kaikkea turvallisuuden hoitajilta. Nyt olin nostanut sakset taas pöydälle lähettyvilleni, kuten myös puikkoliimat. Tarvittaessa auttaisin jälleen asukkaita niiden käytössä. Kollaasien pohjaksi jaoin taas paljon eri värisiä papereita.

Asukas, joka viimeksi ei halunnut leikata lehtiä, halusi keskittyä lehtien lukemiseen. Sanoin, että hän voisi myös toimia kanssani musiikkivastaavana. Asukas halusi kuitenkin nähdä viime kerran työnsä ja hetken muistelun jälkeen vaikutti muistavan sen.

Kaksi asukasta jatkoi viime kerran kollaasiaan ja kaksi teki kokonaan uuden. Tälläkin kertaa eläinaihe oli suosituin. Esittelyvaiheessa keskustelu siirtyi selvästi myös kuvan teon ulkopuolisiin aiheisiin, kuten nuoruuteen, sairauksiin, ihmissuhteisiin ja elämän arvostamiseen. Myös aiemmin pidättäytyneemmät asukkaat kertoivat hyvinkin henkilökohtaisia asioita elämästään. Huomasin jälleen myös musiikin herättäneen muistoja.

Keskeytyksiä ei tullut tapaamisen aikana.

7.4 Tunteita paperille

Viime kerralla huomasin lopun keskusteluvaiheessa useamman asukkaan rohkaistuneen kertomaan hyvinkin henkilökohtaisia asioita. Vaikka keskusteluissa oli menetysten ja kaipuun tunnetta, myös tärkeistä asioista puhuttiin ja kiitollisuus nousi esille useankin asukkaan puheista.

Nyt olin suunnitellut voimavaralähtöisen ohjauskerran. Kaikki asukkaat olivat paikalla. Valmistelin ensimmäisenä tilan. Taidetarvikkeiksi valitsin vesivärit. Lukisin Opetushallituksen sivuilta lyhyet tekstit tunteiden säätelystä ja erilaisista tunteista, joita ihminen elämänsä aikana kokee. Lukijana painotin, että kaikki tunteet ovat kokijalleen todellisia ja sellaisina arvokkaita. Tunteita oli sivulla yhteensä 104 aakkosjärjestyksessä, mutta olin karsinut ne 50 asukkaiden keskittymiskyvyn ylläpitämiseksi. Luin rauhallisella äänellä viisi tunnetta

kerrallaan, jonka jälkeen asukkaat saivat kirjoittaa näistä paperille yhden tunteen, joka puhutteli heitä eniten. Huomion, että aluksi muutama asukas ei kirjoittanut mitään, mutta myös he pääsivät pian rytmiin.

Seuraavassa vaiheessa asukkaat saivat maalata yhden heille tärkeimmän tunteen paperille. Sanoin, että vaikka tunne saattaisi aluksi tuntua negatiiviselta, se olisi myös mahdollista kääntää voimavaraksi, sillä on parempi aina tuntea jotakin kuin olla tunteeton. Aihe vaikutti aluksi hankalalta. ”Miten tunteen voi piirtää?”, minulta kysyttiin. Kerroin, että jokainen kokee elämän ja sen mukana tuomat tunteet hieman eritavalla, joten kaikkien työt olisivat varmasti juuri oikealla tavalla tehtyjä.

Lopulta kaikki asukkaat saivat maalattua. Neljä asukasta maalasi esittävän kuvan ja kaksi abstraktin kuvan. Asukkaiden valitsemat tärkeimmät tunteet olivat: ilo, kiitollisuus, rakkaus, rakkaus, vapaus ja ystävällisyys.

Kerroin tapaamisen lopuksi, että ryhmämme on nyt kokoontunut viisi kertaa, joten olemme suunnilleen nyt puolessa välissä, hieman riippuen kuinka monta ohjausta ehdin pitämään, ennen kuin suuntaan seuraavaan harjoittelupaikaani.

7.5 Värien maailma

Saavuin hyvissä ajoin paikalle. Suojasin pöydän vahakankaalla. Asettelin monipuolisesti taidetarvikkeita (puuvärit, tussit, vahaliidut ja vesivärit) pöydälle – tällä kertaa suoraan asukkaiden paikoille, heidän ulottuvilleen. Aiemmin olin asetellut välineet aluksi keskelle pöytää ja jakanut ne vasta myöhemmin asukkaille. Paikalla oli neljä asukasta.

Olin viimeksi luvannut, että voisimme tällä kertaa leikitellä väreillä, eikä kenenkään tarvitsisi edes yrittää maalata tai piirtää mitään esittävää. Tekisimme abstraktia eli ei-esittävää kuvaa. Tavoitteeni oli, että kaikki viihtyisivät ja osallistuisivat kuvan tekoon.

Luin tällä kertaa artikkelin sivustolta Mielenihmeet.fi aiheesta ” Värien psykologiaa: mitä värit tarkoittavat ja mitä ne voivat tehdä”. Artikkelin oli sopivan mittainen, lukuaika noin 6 min, jotta kaikki jaksoivat keskittyä ja kuunnella. Hyvin keskittyneesi kuuntelivat ja mielenkiintoisissa kohdissa hymähtivät.

Seuraavaksi oli kuvallinen työskentelyn vuoro. Päivän teemana siis värien maailma. Ohjeistin vielä asukkaita valitsemaan omia suosikkivärejään tai lukemani perusteella mielenkiintoisia värejä. Asukkaat käyttivät materiaaleista vesivärejä eniten. Punainen oli suosituin väri ja vihreä hyvänä kakkosena.

Kaikki asukkaat osallistuivat kuvan tekoon. Yksi asukas selvästi arasteli omia taitojaan ja vasta lopussa rohkaisuni jälkeen, uskaltautui maalaamaan. Keskustelin tapaamisen jälkeen kahden kesken hänen kanssaan. Asukas kertoi, että häntä harmittaa, että vie jonkun toisen paikan ryhmässä, johtuen siitä, että asukas kokee itsensä niin huonoksi. Sanoin asukkaalle, että hän on tärkeä ryhmän jäsen, eikä joka kerta ole pakko osallistua kuvan tekoon, jos ei halua. Asukas kertoi lopuksi, että viihtyy ryhmässä todella paljon.

Kaikki asukkaat, myös arkaileva asukas, halusivat esitellä työnsä. Aiemmin kyselevä asukas on jättänyt kyselyn ja vaikuttaa joka kerta keskittyneemmältä. Hän ei ole myöskään käynyt enää wc:ssä yhtä ahkeraan kuin ryhmän aloitessa.

7.6 Vuodenajat

Olin käynyt keskusteluja asukkaiden ja henkilökunnan kanssa aihe-ehdotuksista ja luonto oli noussut usein esille. Keskustelujen ja kevään toisen takatalven viimeinkin väistyessä, olin valinnat aiheeksi vuodenajat.

Suojausin pöydän ja asettelin tuolit paikoilleen, kunnes jo ensimmäisiä asukkaita alkoi saapua viriketilaan. Asettelin vielä monipuolisen kattauksen taide-tarvikkeita ja erikokoisia papereita pöydälle. Tässä vaiheessa kaikki kuusi

asukasta olivatkin jo paikoillaan. Samalla, kun vielä viimeistelin viriketilaa, asukkaat vilkuilivat jo ikkunoista sisäpihalle ja ihastelivat kevään tuomaa valoisuutta. Virittelin vielä videotykin ja valkokankaan valmiiksi.

Aloitin lukemalla asukkaille artikkelin vuodenajoista sivustolta luontoon.fi. Luku-aika oli noin 7 minuuttia. Kaikki kuuntelivat hyvin keskittyneesti. Seuraavaksi keskustelimme artikkelista. Kevät oli kahdelle, lapsuudessaan maatilalla vartuneelle asukkaalle hyvinkin merkityksellinen vuodenaika, sillä silloin tehtiin kovasti töitä pelloilla.

Seuraavaksi katsoimme luomani PowerPoint-diaesityksen vuodenajoista. Kuvia oli yhteensä kaksikymmentä. Kuvat synnyttivät monipuolisemmin keskustelua kuin lukemani artikkeli. Kaikki asukkaat olivat äänessä.

Huomasin asukkaiden odottavan jo työskentelyvaihetta. Ohjeistukseksi annoin tehdä kuvaa päivän teemasta. Taustalle laitoin soimaan asukkaiden toiveiden mukaisesti kotimaista iskelmämusiikkia YouTubesta.

Asukkaat käyttivät monipuolisesti erilaisia taidetarvikkeita, kuten puuvärejä, tusseja, liituja ja vesivärejä. Kahdella asukkaalla vaikutti olevan vaikeuksia aloittaa työskentelyä. Toinen aloitti maalaamisen rohkaisuni jälkeen, mutta toinen asukas halusi tällä kertaa keskittyä musiikin kuunteluun. Kuten aiemmin olin hänelle todennut, asia oli täysin hänen päätettävissään.

Huomaisin asukkaiden olevan yhä kiinnostuneempia ryhmämme muiden asukkaiden kokemuksista. Yksi asukas pyysi minua hieman hiljentämään taustamusiikkia, kun pöydän ympärillä virisi keskustelua, jotta kuulisi paremmin keskustelun. Myöhemmin toinen asukas intoutui laulamaan Tapio Rautavaaraa ja muut ottivat mallia.

Kyselevä asukas vaikuttaa kokonaan lopettaneen kyselyn. Hän kävi kuitenkin jälleen wc:ssä, vaikka olen hoitajalle kertaalleen ilmaissut, josko tarpeet hoidettaisiin aina ennen ryhmäämme. Jokaiselle kerralla hän tarvitsee saattajan, jotta löytää oman huoneensa ovelle. Ensimmäisillä tapaamisilla hän ei

palattuaan viriketilaan löytänyt ovelta pöydän ympäriltä omaa istumapaikkaansa, mutta nyt menee suoraan istumaan omalle paikalleen ja jatkaa työkentelyä.

7.7 Planeetat ja avaruus

Olin halunnut valita tähän kertaan selvästi tarkemmin rajatun aiheen ja käytettävät taidetarvikkeet. Saavuin hyvissä ajoin viriketilaan. Suojasin pöydän, asetelin jokaisen asukkaan paikalla valkoisen ja mustan paperin, vesiväripaletit, isot siveltimet ja täytin jokaiselle vesikupit. Yksi asukas oli poissa ja toinen saapui myöhässä, koska oli odottanut lääkäriltä soittoa.

Tällä kertaa tekisin itse esimerkkisuorituksen. Tämä toimisi asukkaille virittämisenä. Sanoin, että jokainen valitsisi kaksi väriä, joita käytämme. Musta oli ainoa, minkä rajasin pois ja sille oli syynsä, joka selviäisi kaikille myöhemmin. Valitsin itse keltaisen ja punaisen. Maalasin isohkolla siveltimelle vaakavedoin valkoisen paperin kahteen osaan - yläosa keltaisella ja alaosa punaisella. Paperin puolessa puolivälissä, värien yhdistyessä, annoin muutamalla vaakavedolla niiden sekoittua luoden oranssia. Asukkaat olivat koko ajan tarkkaavaisia.

Seuraavaksi laitoin taustalle rentouttavaa musiikkia tietokoneeltani. Kerroin, että työssä olisi muutama eri vaihe. Nyt oli asukkaiden vuoro valita kaksi väriä ja maalata valkoinen paperi kokonaisuudessaan niillä. Kerroin kaikille, että oma maalaukseni saisi tässä vaiheessa kuivua.

Asukkaat aloittivat maalaamisen nopeasti ja kyselivät myös minulta mielipiteitä värivalinnoista. Kaikki aloittivat ensin maalaamalla paperin yläpuolikkaan, kuten itsekin oli tehnyt. Päättelin, että asukkaat olivat tähän kiinnittäneet huomiota. Punainen ja vihreä olivat asukkaiden käytetyimmät värit. Myöhässä saapunut asukas saapui nyt paikalle.

Nyt oma työni oli kuivunut ja siirryin seuraavaan vaiheeseen. Piirsin erikokoisten muottien avulla maalaamalla paperille kolme ympyrää. Ympyröistä yksi sijoittui keltaiselle alueelle, yksi punaiselle ja yksi värien yhdistymiskohtaan

Seuraavaksi leikkasin saksilla ympyrät irti, liimasin ja asettelin ne mustalle paperille. Esittelin työn asukkaille. Yksi asukas sanoi, että näyttää ihan avaruudelta. Hän oli oikeassa. Toinen asukas sanoi, että ympyrät ovat planeettoja. Myös hän oli oikeassa.

Nyt asukkaiden työt olivat kuivuneet. Kaikki halusivat apuani ympyröiden leikkaamisessa ja liimauksessa. Asukkaat olivat hyvin tarkkoja, miten heidän värikkäät planeettansa sijoitettiin mustalle taivaalle. Lopussa kaikkien työt viimeisteltiin maalaamalla pieniä valkoisia pisteitä laajasti ympäri mustaa paperia. Pisteet edustivat tähtiä. Kaikki olivat lopussa silmin nähden tyytyväisiä tämän kerran kuvalliseen osuutensa. ”Niin samanlaisia, mutta erilaisia”, kuului useamman suusta.

Tapaamisen aikana ei tullut keskeytyksiä.

7.8 Takaisin luontoon

Virtuaalinen keväinen metsäkävely oli ollut aiemmin asukkaiden mieleen, joten tällä kertaa katsoisimme kesäversion samasta MIELI Suomen Mielenterveys ry:n sarjasta. Kokemuksesta tiesin, että noin 7 minuutin mittainen video olisi sopivan ytimekäs, josta asukkaat saisivat kuitenkin runsaasti erilaisia aistihavaintoja. Ohjeistinkin jälleen käyttämään kaikkia aisteja. Kaikki asukkaat olivat paikalla. Kaksi asukasta kertoi muistavansa viimekertaisen virtuaalisen metsäkävelymme.

Virittelin jälleen videotykin ja himmensin valaistusta. Laitoin videon pyörimään. Asukkaat olivat jälleen keskittyneitä. Kolme asukasta keskusteli ääneen, mitä videolla kuultiin - erilaisten lintujen lauluja, mehiläisten surinaa ja hyttysten ininää. He kuitenkin puhuivat kuin kuiskaten, enkä havainnut muissa häiriöitä.

Videon äänimaailma oli myös viime kerran kevätkävelyssä herättänyt ajatuksia asukkaissa. Äänimaailmasta asukkaat saavat helposti yhteisesti koetun elämyksen, kuten myös musiikista, joka onkin ollut asukkaille tärkeä osa ryhmää.

Asettelin tässä vaiheessa taidetarvikkeet asukkaiden ulottuville. Huomasin asukkaiden jo odottavan tätä vaihetta. En ollut kunnolla antanut vielä ohjeistusta työskentelyvaiheeseen, kun ensimmäiset asukkaiden piirtämät jäljet olivat jo paperilla. Havaitsin tämän innostuneisuuden myös tarttuvan muihinkin asukkaisiin. Asukkaat kävivätkin vilkasta keskustelua koko työskentelyvaiheen ajan, mutta koska keskustelun aiheena oli katsomamme video ja kaikkien työt etenivät mukavasti, annoin heidän keskustella. Taustalla soi maltillisella äänellä YouTubesta valitsemani luonnonäänet, joka sopi hyvin päivän teemaan.

Yksi asukas kävi jälleen huoneensa wc:ssä työskentelyvaiheen aikana. Edellisellä kerralla näin ei tapahtunut. Muita keskeytyksiä ei nyt tullut. Asukas on lopettanut ryhmän tarkoituksen kyselyn. Kaikki asukkaat halusivat lopuksi esitellä työnsä.

Tapaamisen lopuksi kerroin asukkaille, että meillä on vielä kaksi tapaamista jäljellä.

7.9 Kuvioitu vaahteranlehti

Olin suunnitellut tähän kertaan hieman monivaiheisemman kuvallisen työskentelyn kokonaisuuden. Saavuinkin viriketilaan normaalia aikaisemmin, jotta kaikki materiaalit olisivat valmiina asukkaiden saapuessa. Asettelin keskelle pöytää valkoiset paperit, vesivärit, vesikupit, öljypastelliliidut, lyijykynät ja vaahteranlehdistä tehdyt muotit.

Viisi asukasta oli tällä kertaa paikalla. Keskustelimme ensin kaikki yhdessä, mutta muuten en tällä kertaa käyttänyt alkuvirittäytymistä. Olin päättänyt, että asettelen materiaalit ja tarvikkeet vaihe vaiheelta asukkaiden eteen, siinä vaiheessa, kun ne olisivat ajankohtaisia.

Aloitimme vaahteranlehden-muoteilla, piirtäen lyijykynillä ääriiviivat valkoiselle paperille. Tein mallisuorituksen ja asukkaat seurasivat perästä. Tässä välissä teippasin maalarinteipillä kaikkien paperit kiinni alustaan.

Seuraavaksi asukkaat saivat valita haluamansa vesivärin, jolla maalasivat lehden ulkopuolelle jäävän valkoisen alueen. Suosittelin jotakin tummaa väriä. Tein jälleen mallisuorituksen. Asukkaat tekivät huolellista jälkeä vesiväreillä ja käyttivät monipuolisesti kaiken kokoisia siveltimiä.

Nyt asukkaiden töiden annettiin kuivua. Itse esittelin asukkaille seuraavan vaiheen, jossa jokainen valitsee liiduista kolme mielestään yhteensopivaa väriä. Ensin väreistä vaaleimmalla väritetään koko lehden sisus. Tummemmalla värillä väritetään aikaisemman liitukerroksen päälle, peittäen noin puolet. Väritys viimeistellään tummimmalla liidulla värittäen pieniä alueita kahden aikaisemman värin päälle. Muutamalle asukkaalle tämä oli fyysisesti raskas vaihe, sillä liitujen käyttämisessä tarvittiin myös voimaa. Kaikki kuitenkin suoriutuivat ja värien valinta oli monelle tärkeää.

Työt viimeisteltiin kaivertamalla hammastikuilla erilaisia kuvioita liitukerrosten päälle. Tikku poistaa päällimmäistä väriä ja aikaisemmin tehdyt värikerrokset tulivat esille. Esittelimme vielä työmme ja kävimme loppukeskustelun. Kaikki osallistuivat. Yksi asukas sanoi olevansa harmistunut, kun ryhmämme ensi kerran jälkeen loppuu.

Tapaamisen aikana ei tullut keskeytyksiä. Kirjoitin lopuksi muistiin jokaisen asukkaan suosikkikappaleen, jonka kuuntelisimme viimeisellä kerralla. Lupasin myös itse valita kappaleen soitettavaksi.

7.10 Kädenjäljet

Viisi asukasta saapui paikalle viimeiseen tapaamiseemme. Aloitimme keskustelemalla ryhmämme matkasta ja tunnelmista. En ollut suunnitellut alkuun

keskustelua ryhmän lopetuksesta, mutta aihe nousi useamman asukkaan aloitteesta esille. Keskustelussa esiintyi kiitollisuutta, mutta myös haikeutta.

Seuraavaksi laitoin taustalle soimaan soittolistan, johon olin koonnut kaikkien viime kerralla toivomat kappaleet. Soittolistalle oli mm. Katri Helenaa, Finlandersia, Souvareita, Joel Hallikaista ja Tapio Rautavaaraa.

Kuvallisen työn aiheeksi annoin jokaisen piirtää oman kädenjälkensä paperille, jota saisi tyyliellä vapaavalintaisesti. Tämä aihe on noussut ryhmän aikana mieleeni, kun useampi asukas oli sanonut, etteivät olisi uskoneet osaavansa ”näillä käsillä” piirtää tai maalata.

Tässä vaiheessa otin jokaisen asukkaan vuorotellen hieman sivummalla ja kyselin heidän arvioitaan toiminnasta. Muut asukkaat työskentelivät samalla etäällä. Vaikka usean asukkaan muistisairaudesta johtuen, valitsin tutkimusmenetelmäkseni havainnoinnin ja henkilökunnalle suunnatun kyselyn, halusin myös kahdella lyhyellä kysymyksellä kuulla asukkaiden omia kommentteja. Ensimmäisenä kysyin arvioita omasta kuvallisesta työskentelystä ja toisena arviota ryhmässä olemisesta. Mainitsin, että olemme tavanneet yhteensä yksitoista kertaa ja kerroin kuinka monta kertaa asukas oli ollut ryhmästä poissa. Kirjasin päiväkirjaani asukkaiden kommentit.

Kun kaikki olivat saaneet työnsä valmiiksi, teippasin jokaisen kädenjäljen yhdelle suuremmalle pahville, jonka ripustin seinälle katsottavaksi. Kerroin, miten näillä käsillänne on tehty upeita ja merkityksellisiä kuvia, vaikka ette itse aina siihen luottaneetkaan.

Lopuksi katselimme kaikki asukkaiden ryhmän aikana tekemät kuvat, jotka esittelin sattumanvaraisessa järjestyksessä. Asukkaat muistuttivat, että olin luvannut antaa työt heille – tämä tuntuikin olevan erityisen tärkeää. Jokaisen työn kohdalla, kerroin kenen työ oli ja laskin sen asukkaan paikalle. Kuvien katselu aiheutti ryhmässä keskustelua, muistelua, ihmetystä, naurua ja kehuja. Myös tämänkertaiset kädenjälkityöt irrotin pahvista ja annoin asukkaille.

8 IKÄIHMISEN KUVATAIDETERAPEUTTISEN TOIMINNAN AR- VIOINTIA

8.1 Ryhmään osallistujan oma-arviointi, henkilökunnan kommentit sekä oh- jaajan havaintoyhteenveto

8.1.1 Asukas 1

Asukkaan oma arviointi. Asukas kertoi, miten on mukavaa, kun saa vapaasti tehdä, eikä kukaan arvostele. Hän myös mainitsi sanan ”kuvataideterapia” tässä yhteydessä, joten hän ainakin tiesi käsitteen, vaikken itse ohjaajana sitä ryhmän aikana painottanut.

Asukas oli yllättynyt, että olimme tavanneet niin monta kertaa, mutta sanoi, että viriketila ja minä ohjaajana, olemme tuttuja. Asukas mainitsi, ettei hän yksin haluaisikaan niin innokkaasti osallistua, kuin muiden kanssa. Hän odotti tässä vaiheessa, että näkisi kaikki tekemänsä kuvat.

Henkilökunnan kommentit. Asukas lähti koko prosessin ajan hyvin mielellään ryhmään. Arjessa ei juuri näkynyt muutoksia. Hänen muistisairautensa oli niin pitkälle edennyt, ettei takaisin osastolle tullessaan muistanut osallistuneensa kuvataideterapeuttiseen ryhmään.

Ohjaajan havaintoyhteenveto. Asukas osallistui ryhmään aina innokkaasti ja tämä piirre myös vahvistui hänen käytöksessään ryhmäprosessin edetessä. Hän kertoi, että viimeiset taiteelliset kokemukset ovat kouluajoilta, mutta on aina ihailnut ihmisiä, jotka ovat luovia.

Hän liikkui rollaattorilla ja hänellä oli pitkälle edennyt muistisairaus. Hän saapui viriketilaan hoitajan saattelemana. Muistisairautensa takia, hän ei yleensä muistanut omaa paikkaansa pöydän äärellä, mutta yhden kerran hän liikkui sinne itsenäisesti, kysyvästi sanoen ”Täällähän oli tämä minun paikkani.”

Hän osallistui ryhmän aloitusvaiheesta lähtien alkukeskusteluihin aktiivisesti ja kuunteli tarkkaavaisesti, mitä muilla oli sanottavanaan. Hänen keskittymiskykynsä oli hyvä. Tämä näkyi siinä, että hän kävi yksityiskohtaisiakin keskusteluja alkuvirittäytymiseen (videot, kuvat, lukeminen) käyttämistä materiaaleista. Keskusteluissa esiin tulleet asiat päätyivätkin joskus hänen töihinsä.

Taidetarvikkeista hän käytti eniten tusseja, mutta kokeili myös ennakkoluulottomasti vesivärejä, liituja ja puuvärikyniä. Lehtiä asukas ei halunnut leikata, koska ei halunnut tuhota niitä. Pohdin olisiko hänellä lehtiä kohtaan jokin tunneside tai muisto, jota hän ei halunnut ”tuhota”. Vaikka hän oli oma-aloitteinen, tarvittaessa hän kysyi lisäohjausta, mikäli jokin oli epäselvää. Hän vaikutti ymmärtäneen ryhmän tarkoituksen ja rohkaisi muita ryhmäläisiä kokeilemaan, sanoen ”En minäkään osaa, mutta teen silti.” Myös tämä kannustava käytös lisääntyi ryhmäprosessin edetessä ja vakiintui hänen tyylikseen, mikäli toinen ryhmäläinen ei päässyt kiinni työskentelyyn.

Hän aloitti joskus työskentelyvaiheen jo ennen kuin olin antanut ohjeistuksen loppuun asti – varsinkin ryhmän vakiintuessa tästä tuli enemmän sääntö kuin poikkeus. Työskentelyvaiheen aikana hän oli hiljaa ja keskittynyt. Mikäli hän puhui työskentelyn aikana, hän halusi esitellä omaa työtään toiselle ryhmäläisellä rohkaisemalla sanoen, ettei sen tämän kummoisempi tarvitse olla. Väreistä hän käytti eniten vihreää ja punaista. Vihreää hän käytti usein kuvaamaan luontoa ja punaista kukkiin.

Hän arvioi tarkasti omien töidensä yksityiskohtia, mutta kuitenkin lempeästi samalla hymyillen. Yksityiskohdat olivat yleensä aidon persoonallisia ja myös symbolisia, eivätkä pikkutarkkaa tunteiden väistelyä. Esimerkiksi erilaisten tunnistettavien elementtien mittasuhteiden arviointi oli hänelle tyypillistä, joista hän halusi kertoa myös minulle ja ryhmälle (Kuva 2). Hän kertoi lapsuudenkotiensa olevan hänelle tärkeä, jonka pelot, metsät ja rakennukset esiintyivätkin useammassa työssä. Hän käytti yleensä paperin pinta-alan kokonaan.



Kuva 2. Keväinen virtuaalimetsäkävely.

Loppukeskustelussa hän halusi aina esitellä työnsä muille. Tämä oli hänelle tärkeä osa tapaamisia. Hän halusi myös nähdä muiden työt, joita hän myös kommentoi aina kunnioittavasti. Usein hän kommentoi lopuksi, miten aika meni taas niin nopeasti. Hän kysyi jo ensimmäisen tapaamisen jälkeen, että saavatko ryhmäläiset pitää työt muistoina. Tämä oli hänellä tärkeää ja kertoikin haluavansa esitellä töitään lapsenlapsilleen, ”Kyllä mummi vielä osaa”, hän sanoi. Jokaisen tapaamiskerran jälkeen hän kiitteli minua ja kysyi, koska näemme taas.

Hän nautti vanhan kotimaisen iskelmämusiikin kuuntelusta, mutta ei oikein muistanut kappaleita tai esittäjiä. Hän oli tapaamisista kaksi kertaa poissa sairauden takia.

8.1.2 Asukas 2

Asukkaan oma-arviointi. Asukkaan mielestä valitsemani aiheet olivat usein niin mielenkiintoisia, että hän mietti niitä usein tapaamistemme jälkeen. Tiedustellessani, mitä aiheita hän muisti, mainitsi hän luontoaiheet, eläinlehdet (kollaasi) ja Yyterin. Hänen mielestään tapaamiset menivät aina todella nopeasti, ja hän jäi odottamaan seuraavaa kertaa.

Ryhmästä asukas sanoi, miten on hienoa, kun samasta aiheesta jokaisen työ on niin erilainen. Tämän takia hän odottikin aina näkevänsä ja kuulevansa muidenkin töistä.

Henkilökunnan kommentit. Asukas odotti aina innoissaan seuraavaa ryhmäpäivää ja lähti siihen mielellään. Asukas kertoi hoitohenkilökunnalle toiminnan olevan uudenlaista ja ohjaajan osaavan etsiä ajattelutapoja pois negatiivisesta ajattelusta. Asukas oli perus-luonteeltaan sosiaalinen ja tämä käytös myös lisääntyi ryhmän aikana. Asukkaalla ei ollut diagnosoitua muistisairautta.

Ohjaajan havaintoyhteenveto. Asukas oli luovasta toiminnasta ja ryhmässä työskentelystä hyvin innostunut. Hänellä oli aiempaa kokemusta erilaisten taidemateriaalien käytöstä, mikä näkyikin hänen itseluottamuksestaan ryhmän aloituksesta lähtien. Asukas liikkui pyörätuolissa, jossa istui tapaamisten aikana. Hänet saatettiin viriketilaan. Hänelle ei ollut muistisairautta.

Hän oli jokaisen tapaamisen alusta lähtien puhelias ja usein aloitti keskustelua ryhmäläisten kanssa, kun itse vielä asettelin viriketilaa valmiiksi. Vaikka hän kertoi paljon omista kokemuksistaan, kuunteli hän tarkkaavaisesti myös muiden puheenvuoroilla. Huomasin hänen muistavan vielä seuraavallakin kerralla, mitä muut ryhmäläiset olivat keskustelleet.

Hänen keskittymiskykynsä oli hyvä. Erityisen tarkkaavainen hän oli kuunnellessaan. Hän kommentoi usein videoiden äänimaailmaa, kertoen miten ne vievät hänet eri paikkaan – usein muistoihin. Aistihavainnoista hänen kuuloaistinsa tuottikin enemmän aiheita kuvalliseen työskentelyyn kuin näköaisti. Ei olekaan ihme, että myös musiikista tuli tärkeä osa hänen ryhmäkokemuksiaan.

Hänellä ei ollut kertaakaan vaikeuksia aloittaa kuvallisen työskentelyn vaihetta. Kun ryhmä alkoi vakiintuessaan tulla tutummaksi, hänelle tuli tavaksi kertoa muistoja, samalla kun hän teki työtään. Huomasin, että tämä ei haitannut

kenenkään työskentelyä, vaan päinvastoin rohkaisi muita aloittamaan, joten annoin tavan toistua. Vesi ja luonto toistuivat hänen kuvissaan, jopa kerroilla, jolloin en käyttänyt virittäytymiseen, siihen liittyvää materiaalia. Hänen olemuksensa oli levollinen, minkä voisi nähdä myös hänen kuvistaan, esimerkiksi usein toistuvan vesiteemaan hän ilmaisi aina tyynenä, vaikka elementtinä ja symbolina vesi on voimakas. Sanoisin hänen sisäisen maailmansa heijastuneen kuviin tunnistettavasti.

Hän käytti mieluiten puuvärikyniä tai tusseja. Hänen työnsä olivat tarkkoja esittäviä töitä, joissa oli paljon yksityiskohtia. Lähes jokaiseen työhön liittyi tarina tai muisto, jonka hän kertoi esitelleessään työnsä. Katsoessamme vanhan videon Porista hän tunnisti Yyterin hiekkarannoille vievän puisen kävelyreitit eli lankongin, josta hänen ystävänsä oli saanut tikun jalkaansa 60 vuotta sitten. Usein hän liikutui kertoessaan työstään, mutta vastapainoksi ne myös sisälsivät huumoria, joka sai muutkin nauramaan. (Kuva 3).



Kuva 3. Kollaasi.

Loppukeskusteluissa hän kuunteli kiinnostuneena muita asukkaita ja esitteli myös kysymyksiä. Jokaisella kerralla hän halusi nähdä jokaisen tekemän kuvan – joskus jopa lähempää, yksityiskohtia tarkkaillen. Hänen muistoja täynnä

olevat työnsä veivät useamman kerran ryhmän keskustelun henkilökohtaisiin aiheisiin, kuten ihmissuhteisiin, työelämään, nuoruuteen, terveyteen ja sairauksiin, jotka ovat erottamaton osa ihmisyyttä. Hän ei vältellyt käsittelemästä pitkän elämänsä aikana kokemiaan muistoja, myös niitä vaikeita, mikä on neljännen iän elämänvaiheessa itsensä kanssa sinut olevan ihmisen merkki.

Hän oli ryhmän toinen asukas, jolla ei ollut muistisairautta. Tämä ei tuntunut vaikuttavan hänen suhtautumisessaan muihin. Kerran hänen vieressään istunut, toinen asukas ei muistanut edellisellä kerralla tekemäänsä kuvaa, jolloin hän totesi, että ”kaikilla meillä on omat rajoitteemme”.

Hän alkoi kuudennella tapaamiselle kyselemään ryhmämme loppumisesta. Tästä alkaen hän jokaisella tapaamisella sanoi minulle, kuinka monta tapaamista on vielä jäljellä, ikään kuin varmistaen, että vielä tapaisimme. Hän oli iloinen, kun pystyin ohjaamaan vielä yhdennentoista kerrankin.

Hän esitti ryhmäläisistä eniten kappaletoiveja ja kerran jopa pyysi minua olemaan hiljempaa, kun vielä puhuin musiikin jo soidessa. Musiikki sai hänet liikkuneeksi, joten se selvästi auttoi muistelussa, mikä mielestäni myös heijastui hänen kuvalliseen työskentelyynsä. Hän oli kerran ryhmästä poissa ja kerran saapui myöhässä, koska oli ollut puhelimessa lääkärinsä kanssa.

8.1.3 Asukas 3

Asukkaan oma-arviointi. Asukas kertoi ensimmäisenä, miten häntä harmittaa, kun ei ole parempi piirtämään. Hän kertoi kollaasitekniikan ollaan suosikkikerta, kun tarvitsi itse tehdä vähemmän.

Ryhmästä asukas kertoi olevansa onnellinen, kun hänet oli siihen valittu. Hän oli pelännyt, että siirrän hänet ryhmästä pois, koska hän ei pitänyt itseään yhtä taitavana kuin muut. Hän muisti, miten olin kertonut, ettei joka kerralla tarvitse tehdä eikä töitä koskaan arvostella. Hän kertoi saaneensa itseluottamusta tehdä omalla tyylillään, koska oli huomannut, miten erilaisia kuvia ryhmässä

syntyy. Lopuksi hän kertoi, miten toinen ryhmäläinen oli häntä ruokalassa kannustanut.

Henkilökunnan kommentit. Asukas oli aluksi ryhmästä vastahakoinen, kuitenkin jälkikäteen kysyttäessä oli aina viihtynyt. Asukas kokee itsensä kovin ”arvottomaksi” ja on itsekriittinen. Ryhmäprosessin aikana itseään hyväksyvää puhetta ei ollut ja hän oli käyttäytymiseltään seurallisempi ja virkeämpi. Edelleen viihtyy omassa huoneessaan, ryhmän toiminnan aikana oli rohkeampi osallistumaan muiden seuraan.

Asukkaan sekamuotoinen muistisairaus ei ole vielä edennyt kovin pitkälle. Sairaus etenee harppauksin.

Ohjaajan havaintoyhteenveto. Asukas oli tyytyväinen päästessään osallistumaan ryhmään, mutta häntä arvelutti, osaisiko hän piirtää tai maalata. Kokeemukset luovasti työskentelystä olivat kaukaa lapsuuden kouluajoilta, jolloin työt joutuivat opettajien arvioimiksi. Tämä oli selvästi jättänyt asukkaaseen ennakkoluuloja. Kerroin hänelle, että ryhmässämme töitä ei arvioida, vaan jokainen tuotos hyväksytään sellaisenaan. Tämä tieto tuntui rauhoittavan häntä.

Hänellä oli lievä muistisairaus, ahdistusta ja masennusta. Hän istui pyörätuolissa ja oli hauras. Huomasin hänelle olevan tärkeää, että istuinpaikka oli aina sama pöydän äärellä, mikä selvästi antoi hänelle turvallisuuden tuntua.

Hän ei vielä ryhmän aloitusvaiheessa halunnut kertoa kuulumisiaan, mutta toiminnan vakiintuessa, hän rohkaistui ja vaikutti tulevan läheisemmäksi vierustoverinsa kanssa. Tämä muutos näkyikin jatkossa hänen kaikessa tekemisessään. Hän vaikutti huomanneen, miten häntä kuunnellaan ja arvostetaan ryhmän jäsenenä.

Hänellä oli aluksi tapana ajoittain tarkkailla minua, kun katselimme virittäytymiseksi videoita tai kuvia ennen työskentelyvaihetta. Selvisi kuitenkin, että hän

oli myös tarkkaan katsonut virittäytymismateriaalit, sillä sieltä löytyvät asiat kuuluivat hänen puheenvuoroissaan. Hänen tarkkaavaisuutensa ilmeni koko ajan selvemmin ryhmän tullessa tutuksi. Keskustellessani myöhemmin kahden kesken hänen kanssaan, hän kertoi, että haluaisi yrittää maalata myös näitä havaitsemiaan ja mieleen tulleita asioita paperille, mutta hän ei osaa. Kannustin häntä yrittämään, sanoen, että ”olet varmasti huomannut, miten ryhmäsämme kukaan ei arvostele toisten töitä”. Hänellä oli selvää taipumusta vertailuun, turhautumiseen ja omien töidensä piilotteluun, minkä voisi nähdä myös vaikuttamisyrittäksen muotona ryhmää ja/tai ohjaajaa kohtaan eli ajeerausena.

Hänellä otti usein aikansa, ennen kuin hän aloitti kuvallisen työskentelyn. Kahdella ensimmäisellä kerralla hän vain tarkkaili muita ryhmäläisiä pitkään, kunnes lähestyin häntä ja yhdessä piirsimme hänen valitsemallaan värillä. Kunhan hän vain rohkaistui, hän pystyi käsittelemään erilaisia taidetarvikkeita paremmin kuin hän itsekään oletti.

Kolmannella kerralla hän saapui hoitajan saattamana ensimmäisenä virike-tilaan, sanoen liikuttuneen oloisena, miten ryhmästä on tullut hänelle tärkeä, mutta häntä harmittaa, kun hän ei osaa, niin kuin muut. Hän kertoi tilanteen masentavan ja pelkäävänsä, että vie jonkun muun paikan. Sanoin hänen olevan tärkeä ryhmän jäsen ja hänen läsnäolonsa olevan tärkeämpää kuin hänen työnsä. Ennen kuin muut saapuivat tilaan, sanoin hänelle, että joka kerta ei ole pakko tehdä kuvaa, vaan hän voisi keskittyä katselemaan, kuuntelemaan ja keskustelemaan.

Hän käytti kaikkia taidemateriaaleja tasaisesti. Selvästi merkityksellisempää hänen onnistuneen tekemisensä kannalta olikin aiheen selvät ohjauksen vaiheet ja rajattu aihe. Väreistä hän käytti eniten punaista. (Kuva 4.) Hän ei kertaakaan täyttänyt koko paperia, vaan keskiarvollisesti noin kolmanneksen sen pinta-alasta. Hänestä huomasi aina selvästi, oliko hän itse tyytyväinen työhönsä – joskus hän nosti sen ylös suorille käsille kaikkien katseltavaksi ja joskus yritti taittelemalla piilotella sitä. Havaitsin koko prosessin aikana hänessä

enemmän tai vähemmän vastustusta (kuvallista työskentelyä kohtaan), vaikka hän siinäkin edistyi.

Tapaamisten loppukeskusteluissa hän oli aluksi pelkästään tarkkailijan roolissa, mutta ryhmän vakiintuessa, hän selvästi huomasi olevan turvallista jakaa omia ajatuksiaan muille. Hän kertoi hyvinkin yksityiskohtaisia asioita, mm. omasta sairaudestaan ja edesmenneestä miehestään. Myös hänen katseensa oli korkeammalla kuin ryhmämme aloittaessa, jolloin hän usein tuijotti alaspäin pöytää. Kuitenkaan omia kuvallisia töitään hän ei koskaan tarkemmin halunnut muille selostaa, eikä oikeastaan edes itsekään katsella. Vertailevan luonteensa lisäksi, uskon kyseessä olevan kuvan konkreettisen säilömisen voima, hänen tapauksessaan valitettavasti negatiivisessa merkityksessä, jolloin kuvan uudelleenkatseilu ei olisi miellyttävä kokemus. Pelkästään puheen avulla etenevässä terapiassa vastaavaa konkreettisesta säilömisen muotoa ei ole. Täytyykin muistaa, että aina on olemassa kolikon molemmat puolet, jolloin on mahdollisuudet rakentavalle tai tuhoavalle reaktiolle.

Toiminnan vakiintuessa hän alkoi kiittämään minua jokaisen tapaamisen jälkeen. Myös omia toivekappaleitaan hän esitti koko ajan enemmän. Hän oli poissa yhden kerran.



Kuva 4. Värien maailma.

8.1.4 Asukas 4

Asukkaan oma-arviointi. Asukas kertoi toiminnan olleen jälleen mukavaa, kun aika menee niin nopeasti. Häntä harmitti toiminnan päättyminen, koska kaipaava tekemistä. Kun vielä tiedustelin aiemmista tapaamisistamme, ei asukas tähän tuntunut reagoivan, vaikka hän kyllä kuuli kysymykseni.

Ryhmästä kysyttäessä, hän kertoi, ettei hakeutuisi muiden seuraan, mutta tästä ryhmästä oli kovasti pitänyt. Hän kertoi, etteivät muut ryhmäläiset olleet tulleet tutuiksi, mutta täällä oli helppo olla.

Henkilökunnan kommentit. Asukas lähti ryhmään yleensä vastahakoisesti, mutta oli takaisin tullessaan hyväntuulinen. Hän oli käyttäytymiseltään ryhmän jälkeen aina pirteämpi ja hoitotyö sujui paremmin. Asukkaalla oli pitkälle edennyt Alzheimerin tauti, johon oli täysin sairaudentunnoton, minkä takia käyttäytynyt usein ylimielisesti muita kohtaan. Ryhmän aikana käytös muita kohtaan oli kunnioittavampaa.

Ohjaajan havaintoyhteenveto. Asukas oli ryhmään pääsytään iloinen, sillä kaipasi viriketoimintaa. Hänellä oli hieman aiempaa kokemusta maalaamisesta, kuitenkin vuosien takaa. Havaitsin tämän kuitenkin antaneen hänelle itseluottamusta kuvallisen prosessin alkamiselle.

Hänellä oli pitkälle edennyt muistisairaus. Kahden ensimmäisen kerran jälkeen hän kertoi olevansa lähdössä palvelukodista pois, eikä pääsisi seuraavaan tapaamiseen. Todellisuudessa hän ei ollut lähdössä minnekään. Poislähtö ei tämän jälkeen hänen puheissaan enää toistunut.

Aloitusvaiheessa toinen asukas kyseenalaisti ryhmämme tarkoituksen ja olinpaikkamme, jolloin hän päättäväisesti puolusteli ryhmäämme ja kertoi meidän olevan palvelukodissa. Hoitohenkilökunta kertoi hänen olleen ajoittain ylimielinen, mutta mielestäni ryhmätoimintamme aikana hän vastasi toiselle

asukkaalle kuitenkin asiallisesti. Ryhmän tarkoitus oli kuitenkin olla todellisuuden suuntautuva, mikä nähdään kuvataideterapian viitekehityksessä erityisen tärkeänä juuri muistisairaille asiakkaille.

Muuten hän vaikutti usein olevan ryhmän alkukeskusteluissa vetäytynyt omiin ajatuksiinsa, jonka mietin johtuvan osittain hänen väsymyksestään, muistisairaudesta ja perusluonteestaan. Prosessin edetessä hänestä tuli selvästi pirteämpi ja hymyilevämpi, kuitenkin hänen sanallinen vuorovaikutuksensa ei lisääntynyt. Hän ei oma-aloitteisesti keskustellut, mutta vastasi aina kysyttäessä. Kuvallinen ilmaisu sen sijaan monipuolistui mm. värien ja symbolien osalta koko ajan.

Kun käynnistin videon tai näytin kuvia, joista hän minulle henkilökohtaisesti kertoi kovasti pitävänsä, hänen kehonkielensä muuttui eloisammaksi. Luulen visuaalisen aistiärsyksen olleen hänelle erityisen merkityksellinen. Hänelle tuli useamman kerran kylmä, kun katsoimme esimerkiksi luontokuvia – pohdin johtuiko tämä reaktio hänen niin syvästä keskittymisestään vai kenties viriketilän ikkunasta tulleesta vedosta.

Hänellä ei ollut kertaakaan vaikeuksia aloittaa työskentelyvaihetta. Hän oli ryhmän ainoa asukas, joka kuvallisessa työskentelyssään saattoi päästä lähelle ns. flow-tilaa, jossa ihmisen luovuuden virta synnyttää kuvan kuin itsestään. (Csíkszentmihályi, 1996, s. 107) Hänen olemuksensa perusteella kuvat heijastivat osuvasti hänen sisäistä maailmaansa. Hänen työskentelynsä oli päätäväistä ja hän olikin usein ensimmäisenä valmiina, jonka jälkeen hän keskittyi tarkkailuun ja musiikin kuunteluun. Ryhmän vakiintuessa hän usein hyräili äänen musiikkia, jota soitin työskentelyn aikana. Hän teki aina värikkäitä ja symbolisia kuvia, käyttäen useimmin vesivärejä. Kukat olivat yleinen aihe, jonka voisi nähdä edustavan kauneutta tai elämän syklejä. (Kuva 5.) Omista kuvistaan hän oli vähäsanainen – usein hän sanoi niiden syntyneen kuin itsestään (flow).



Kuva 5. Vuodenajat

Vaikka hän ei halunnut kertoa omista töistään loppukeskustelussa, oli hän kuitenkin jokaisen tapaamisen tässä vaiheessa rentoutuneemman oloinen kuin tapaamisen alussa. Hän sanoi minulle useaan kertaan ryhmämme olevan juuri sellaista vaihtelua, mitä on kaivannut. Positiiviset muutokset näkyivät myös hoitohenkilökunnan työskentelyn helpottumisena.

Kotimainen vanha iskelmämusiikki oli hänellä tärkeää. Kysyttäessä toivekappaleita, hän ei muistanut niiden nimiä tai esittäjiä, mutta kuitenkin hän osasi niitä laulaa. Kerran hänen johdollaan useampi ryhmäläinen innostui laulamaan. Hän oli ryhmästä kaksi kertaa poissa.

8.1.5 Asukas 5

Asukkaan oma-arviointi. Asukas ihmetteli, mistä oikein keksin niin mielenkiintoisia ohjauksen aiheita. Kysyin muistaako hän muiden kertojen aiheita, johon hän vastasi ”ei”. Hän kuitenkin muisti, että olimme tavanneet aiemmin, juuri samassa tilassa, tehden ”näitä taidejuttuja”. Hän oli innoissaan, kun sain seuraavaksi antavani heille kaikki työt takaisin.

Ryhmästä hän kertoi pitävänsä ja saaneensa tänäänkin muilta ideoita. Sitten hän kääntyi ja katsoi ryhmäläisiä, sanoen ”etten mä oikein heitä silti tunne,

paitsi tämä yksi rouva on kyllä tutun näköinen”. Kyseinen asukas istuu vieressä ja on usein rohkaissut häntä.

Henkilökunnan kommentit. Osallistui ryhmään mielellään, vaikka kertoi aina hieman jännittävänsä. Asukkaan yleinen käytös muuttui ryhmän aikana selvästi tyytyväisemmäksi. Tyytyväisyys itseään kohtaan lisääntyi. Hän oli huomattavasti sosiaalisempi, keskustellen muiden kanssa enemmän kuin aiemmin. Hänen koti-ikävänsä helpottui selkeästi, mikä vaikutti hoitotyön sujumiseen positiivisesti. Asukkaalla oli sekamuotoinen, pitkälle edennyt muistisairaus. Lähimuisti erittäin huono.

Ohjaajan havaintoyhteenveto. Asukkaan kohdalla oli epäilyksiä, miten hän sopeutuisi ryhmään, sillä hänellä oli pitkälle edennyt muistisairaus. Lähimuisti huono. Hän kertoi, ettei osaisi piirtää, mutta kerroin, ettei ryhmässä arvioida kuvia, vaan muut asiat ovat tärkeämpiä.

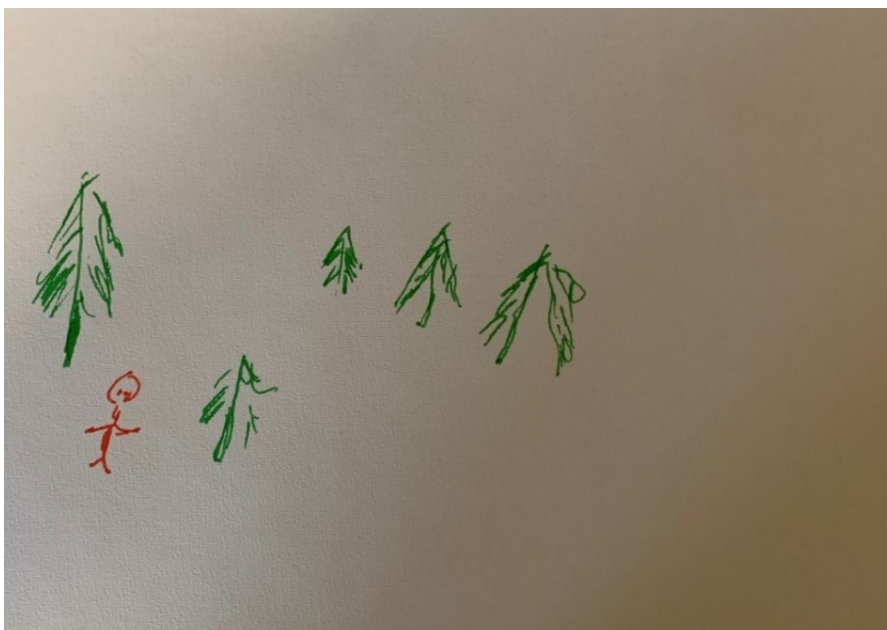
Hän istui alkukeskusteluissa hiljaa paikallaan, mutta tuntui kuitenkin keskittyvän ja kuuntelevan. Hänelle oli tapana prosessin aloitusvaiheessa seurata katsellaan minua ja myöhemmin enemmän muita asukkaita, kun puhuimme. Ryhmän ollessa aloitusvaiheessa, hän kyseli usein ”missä me olemme?” tai ”mitä me teemme täällä?”. Nämä olivatkin hänen ainoita puheenvuorojaan. Ryhmän vakiintuessa, nämä kyselyt kuitenkin loppuvat kokonaan. Osittain uskon hänen myös suojelleen itseään psyyken defenssimekanismilla (kieltäminen), siltä tiedolta, että hän oli juuri muuttanut palvelukotiin. Hoitajat kertoivatkin hänen poitevan kovaa koti-ikävää.

Vaikka hän tuntui jaksavan seurata alkuvirittäytymiseen käyttämäni materiaalit, hänen kuvallinen työskentelynsä lähti jokaisella kerralla epäröiden käyntiin. Ensimmäisillä kerroilla hän halusi minun valitsevan käytettävät taidetarvikkeet ja ojentavan ne hänelle. Opastin myös kädestä pitäen, miten niitä käytetään. Toimin ns. kolmantena kätenä. Nämä ensimmäisten kertojen pienetkin onnistumiset tuntuivat olevan erityisen tärkeitä, sillä hän halusi jatkossa usein nähdä

aikaisemmin tekemänsä kuvan, jotka nähdessään, hän sai selvästi taas rohkaisua työskentelyynsä. Hänen epäröidessään, vieressä istuva ryhmäläinen kannusti usein sanoen ”katso nyt, teit myös viime kerralla niin hienon kuvan”. Mielestäni tässä ilmeni juuri kuvan voima – vaikka se ei muutu, niin ihminen kuvan tulkitsija on itse jatkuvassa muutoksessa. Tästä kuvan uudelleenkatse-
lusta oli hänen tapauksessaan havaittavissa hyötyjä.

Hän käytti usein ison osan työskentelyajasta muiden ryhmäläisten tarkkailuun. Osittain myös tästä syystä hänen työnsä jäivät usein pelkistetyiksi. Hänen piirtämänsä kuvat sijoittuivat usein paperin kulmiin tai reunoihin, mikä viestii nähdäkseni myös kuvallisen työskentelyn tai ajattelun välttelynä eli ajeerausena.

Hänen aiheenaan oli kaksi kertaa metsä, jossa oli myös hahmo. (Kuva 6) Näistä töistä hän sanoi, että ”poika on hukassa metsässä”, kuten ”minä itsekin olen”. Sama teema toistui myös esimerkiksi kollaasia tehdessämme, jolloin hän liimasi paperille pöllön, josta hän kertoi pitävänsä, koska hän on itsekin ”pöllö”. Metsähahmo saattaa olla hänen transferenssireaktionsa, jolla hän heijastaa kuvan kautta aikaisempia kokemuksiaan minuun, ohjaajaan. Tämä voisi olla mahdollista, ottaen huomioon asukkaan alkuvaiheen tarkkailun minua kohtaan. Hänellä on hoitohenkilökunnan mukaan poika, joka käy häntä palvelukodissa tapaamassa.



Kuva 6. Keväinen virtuaalimetsäkävely.

Tiesin hänen tarvitsevan enemmän rohkaisua ohjauskerroilla, joilla annoin asukkaille enemmän vapauksia aiheen valinnassa tai käytettävissä taidetarvikkeissa. Hän suoriutui parhaiten ohjauskerroilla, jossa oli selkeät työn vaiheet ja aihe valmiiksi määriteltynä.

Hänellä oli usein tapana käydä oman huoneensa wc:ssä kesken työskentelyvaiheen, mutta prosessin loppua kohti nämä vähenivät. Koska hän ei muistanut huoneensa sijaintia, minä tai hoitaja saatoimme hänet. Ensimmäisillä kerroilla palatessamme viriketilaan, hän oli jo unohtanut istuinpaikkansa, vaikka aikaa oli kulunut vain muutaman minuutin verran. Viimeisillä kerroilla, hän palasi automaattisesti omalla paikallaan istumaan ja hetken aikaa muita tarkkailtuaan myös jatkoi työtään.

Hän oli omista kuvistaan hyvin vähäsanainen. Usein hän oli antanut tekemälleen kuvalle nimen ja kertoi sen ryhmälle, eikä sanonut muuta. Enemmän häntä tuntui kiinnostavan muiden tekemät kuvat. Hän oli ryhmästä poissa ker-
ran.

8.1.6 Asukas 6

Asukkaan oma-arviointi. Asukas kertoi, että oli koko ajan tykästynyt toimintaan enemmän. Hän muisti useita tekemiään töitä ja odotti pian saavansa ne itselleen. Hän kertoi, miten oli usein saanut paljon erilaisia ajatuksia, mutta ei sitten osannut siirtää niitä aina paperille, jolloin hän halusi kertoa niistä muille ryhmäläisille puhumalla enemmän.

Ryhmäläisistä hän kertoi olleensa joidenkin kanssa enemmänkin nykyään tekemisissä, erityisesti vieressä istuvan asukkaan kanssa.

Henkilökunnan kommentit. Asukas arasteli aluksi ryhmään lähtöä, mutta lämpeni matkan varrella, kun huomasi, ettei ryhmässä tarvitse osata piirtää ja ryhmän yhteishenki oli suvaitseva. Arjessa ei juuri havaittu muutoksia. Hänellä ei ollut diagnosoitua muistisairautta.

Ohjaajan havaintoyhteenveto. Asukas kertoi osallistuneensa nuoruudessaan erilaisille taidekursseille ja sieltä hänelle oli jäänyt mukavia muistoja. Hän oli kiitollinen päästessään ryhmään mukaan. Hänellä ei ollut diagnosoitua muistisairautta. Hän istui pyörätuolissa.

Hän tuntui olevan jokaisesta tapaamiskerrasta innostunut. Tämä näkyi hänen aktiivisesta osallistumisestaan keskusteluun, mutta myös hänen kehonkielestään. Erityistä iloa hän tuntui saavan juuri ajatusten vaihdosta muiden ryhmäläisten kanssa ja ohjaajan kanssa. Tapaamiskerran teemalla ei vaikuttanut olevan merkitystä hänen käytökseensä, vaan tärkeintä oli osallistuminen yhteiseen ryhmään.

Huomasin myös kuvallisen työskentelyn merkitsevän hänelle paljon. Monta kertaa hän halusi varmistaa, että saa varmasti pitää tekemänsä kuvat ryhmämme päättymisen jälkeen. Hän käytti rohkeasti kaikkia taidetarvikkeita, mutta halusi usein minun mielipiteeni, mitä värejä hänen kannattaisi valita, jotta työn lopputulos olisi harmoninen. (Kuva 7) Prosessin alussa hän kaipasi runsaasti huomiota ja jopa näkemyksiä, mitä hänen tulisi piirtää. Ajattelin tämän olleen miellyttämiseen suuntautuvaa transferenssia eli siirtovaikutusta (Levy & Wesley, 2012, s. 391), mutta koska tämä käytös loppui pian, uskon sen olleen vain epävarmuutta. Tarkkuuden vaaliminen näkyi myös hänen tarkoissa kertomuksistaan kuviensa yksityiskohdista. Hänen näkönsä oli heikentynyt ja ajoittain myös käsi vapisi, mutta silti hän halusi tehdä kuviinsa pieniäkin yksityiskohtia.



Kuva 7. Avaruus

Vaikka hän oli aina keskittynyt omaan tekemiseensä, antoi hän myös huomiota vieressä istuvalla asukkaalle, joka tuskaili oman kuvansa aloittamisen kanssa. Heidän välisestä vuorovaikutussuhteestaan syntyikin tärkeä. He eivät tunteet toisiaan entuudestaan, mutta näin heidät myöhemmässä vaiheessa useamman kerran istumassa vierekkäin myös ruokalassa.

Loppukeskusteluissa hän kommentoi aina kauniisti muiden tekemiä kuvia. Omista kuvistaan hän halusi kertoa, mitä värejä ja materiaaleja oli käyttänyt. Hän teki aina esittävää taidetta, jossa oli paljon yksityiskohtia, mutta huomaisin hänen haluavan kertoa työnsä yksityiskohdista enemmän minulle kuin muille ryhmäläisille.

Hän oli suuri iskelmämusiikin ystävä ja kyynelehti, kun kuuntelimme hänen valitsemaansa musiikkia. Hän oli ryhmästä poissa kaksi kertaa.

9 KUVATAIDETERAPEUTTISEN PROSESSIN SYNTEESI

9.1 Havainnointitaulukko

Olen koonnut havainnointitaulukkoon tulokset, joita itse ohjaajana tai palvelukodin hoitohenkilökunta on ryhmän asukkaissa havainnut. (Taulukko 1.) Asukkaiden omia näkemyksiä toiminnan vaikuttavuudesta en ole taulukkoon lisännyt, koska asukkailta ei suoraan kysytty hyvinvointiin liittyviä kysymyksiä, eikä muistisairauksista johtuen vastauksia voi pitää luotettavana aineistonkeruumenetelmänä.

Taulukko sisältää ikäihmisen mielen hyvinvoinnille myönteisiä vaikutuksia (merkityksellisyyden kokeminen ja kyky sopeutua muuttuneeseen elämäntilanteeseen) sekä hyvinvoinnin osa-alueita (psyykinen, sosiaalinen ja kognitiivinen hyvinvointi), joiden vaikuttamismahdollisuuksista mainitaan aiemmassa kuvataideterapian tutkimuksessa ja kirjallisuudessa. (Hautala, 2012, s. 14), (Hohenthal-Antin, 2006, s. 110–111), (Malchiodi, 2010, s. 351).

Koska hyvinvointi on toisistaan riippuvaisista tekijöistä rakentuva kokonaisuus, vaikutukset näkyivät usealla eri tavalla asukkaiden käyttäytymisessä. Havaintotaulukko osoittaa, miten asukkaiden psyykkisen hyvinvoinnin lisääntyminen kuvataideterapeuttisen ryhmätoiminnan kautta, vaikuttaa hoitohenkilökunnan työn helpottumiseen. Samankaltainen yhteys havaittiin myös kognitiivisen hyvinvoinnin parantumisessa. On huomionarvoista, että kaikilla asukkailla, joilla nämä parannukset todettiin, oli diagnosoitu muistisairaus. Yhden asukkaan kohdalla pelkkä sosiaalisen hyvinvoinnin lisääntyminenkin vaikutti suoraan hoitohenkilökunnan työskentelyn helpottumiseen.

Taulukosta käy ilmi myös oliko asukkaalla diagnosoitua muistisairautta sekä toiminnan vaikuttavuudesta hoitohenkilökunnan työhön. Asukkaiden numerot ovat taulukon ylimmällä sarakkeella.

Taulukko 1. Havainnointitaulukko vaikutuksista asukkaisiin

	1	2	3	4	5	6
Asukkaalla diagnosoitu muistisairaus	x		x	x	x	
Merkityksellisyyden kokeminen	x	x	x		x	x
Kyky sopeutua muuttuneeseen elämäntilanteeseen	x		x		x	
Psyykinen hyvinvointi:						
Itsetunnon lisääntyminen			x		x	
Ahdistuksen väheneminen			x		x	
Sosiaalinen hyvinvointi:						
Yhteisöllisyyden lisääntyminen	x	x	x	x	x	x
Vuorovaikutuksen lisääntyminen	x	x	x	x	x	x
Ystävällisen käytöksen lisääntyminen	x		x	x	x	x
Kognitiivinen hyvinvointi:						
Havainnoinnin paraneminen					x	
Keskittymiskyvyn paraneminen			x		x	
Vireyden lisääntyminen		x	x		x	x
Hoitotyön helpottuminen			x	x	x	

9.1.1 Merkityksellisyyden kokeminen

Viidellä asukkaalla havaittiin elämän merkityksellisyyden kokemuksen lisääntymistä, joka ilmeni monella tavalla heidän käytöksessään. He osallistuivat aktiivisemmin palvelukodin järjestämään muuhun viriketoimintaan ja olivat enemmän yhteydessä muiden kanssa. Ihminenhan kokee itsensä merkitykselliseksi, kun saa olla yhteydessä toisiin ihmisiin, osana yhteisöä. Asukkaiden oma-aloitteisuus lisääntyi, jonka voi nähdä haluna vaikuttaa omaa elämää koskevaan päätöksentekoon.

Heidän itseilmaisunsa parani huomattavasti, niin sanallisesti ja sanattomasti, minkä uskon johtaneen kokemukseen, että he vielä ovat kykeneviä itse luomaan, eivätkä vain olemaan sivusta seuraajina. Itsensä merkityksellisenä kokeva ihminen uskaltaa ilmaista itseään, koska tietää ilmaisullaan olevan arvoa. Kun itseilmaisuus paranee, yhteys muihin lisääntyy, jolloin kokemus merkityksellisenä yhteisön jäsenenä kasvaa. Päinvastoin, jos ihminen ei koe itseään merkitykselliseksi, hän saattaa helpommin vain vetäytyä syrjään.

Merkityksellisyyden kokemuksen lisääntymisen voi sanoa ryhmästä heijastuneen myös useaan muuhun havainnointini osa-alueeseen, jotka kaikki

käsittelen myöhemmin. Erityisesti yhteys sosiaaliseen hyvinvointiin, ilmeni kaikilla asukkailla, joiden merkityksellisyyden kokemus vahvistui. Tämä oli havaittavissa niin ryhmässä kuin sen ulkopuolella. Kahdella asukkaalla myös kognitiiviset toiminnot parantuivat, jotka myös käsittelen myöhemmin.

9.1.2 Kyky sopeutua muuttuneeseen elämäntilanteeseen

Neljällä asukkaalla, joilla kaikilla oli muistisairaus, havaittiin parempaa sopeutumista uudessa asuinympäristössään. Heistä kahdella muutos oli merkittävämpää, joka vaikutti heijastamalla selvästi myös heidän psyykkisen hyvinvointiinsa, mitä pidän selvänä merkinä paremmasta elämäntilanteeseen sopeutumisesta. Näiden kahden asukkaan kohdalla myös henkilökunnan hoitotyö helpottui, asukkaiden ollessa vastaanottavaisempia ohjeille ja avulle.

Kaikilla neljällä asukkaalla, joilla muutosta havaittiin, jälleen myös sosiaalisempi käytös lisääntyi. Ihminenhan on normaalissa tilassa, kun on yhteydessä muihin. Olemme ryhmäeläimiä, joten asukkaiden kasvavan yhteisöllisyyden voi nähdä normaalina olotilana, jossa ihminen on sopeutunut omaan ympäristöönsä.

Kahdella asukkaalla, joilla ei ollut diagnosoitua muistisairautta, muutoksia sopeutumiseen ei havaittu ryhmän tapaamisissa, eikä sen ulkopuolella. Tämä oli mielestäni mielenkiintoinen havainto. Tulosta voisi selittää ainakin se, että toinen heistä oli perusluonteeltaan erittäin sosiaalinen, sillä juuri sosiaalisuus näyttäisi korreloivan asukkaiden hyvän sopeutumisen kanssa. Sosiaalisesta ihmisestä, muutokset sosiaalisuudessa ovat vaikeammin havaittavissa.

9.1.3 Psyykkinen hyvinvointi: Itsetunnon lisääntyminen ja ahdistuksen väheneminen

Itsetunnon lisääntyminen. Kahdella muistisairaalla asukkaalla oli ryhmän aloitusvaiheessa itseään vähätteleviä kommentteja, eivätkä he itsenäisesti aloittaneet työskentelyä. Toimin tällöin vielä ns. kolmantena kätenä, saaden

heidän kuvallisen prosessinsa alkuun, mitä pidin erityisen tärkeänä. En tehnyt päätöksiä heidän puolestaan puuttumalla luovaan prosessiin, vaan toimin ”jatkeena”.

Havaitsin alusta alkaen molempien aktiivisesti kuuntelevan, tarkkailevan ja olevan läsnä, jonka uskon nopeuttaneen heidän ryhmäytymistään. Tuntui kuin he kovasti haluaisivat olla ryhmässä, mutta ensin heidän pitäisi antaa vain itselleen mahdollisuus onnistua siinä. Onneksi itsetunto kehittyy koko elämän ajan, niin tietoisesti kuin huomaamattamme. Uskon näiden kahden asukkaan itsetunnon lisääntyneen heidän sitä itse ymmärtämättään, osana ryhmädynamiikkaa ja kuvan teon luovaa prosessia.

Ryhmän vakiintuneet ulkoiset edellytykset antoivat mahdollisuuden turvalliseen ilmapiirille heidän henkilökohtaisen ilmaisunsa rakentumiselle, jolloin he huomasivat riittävänsä. Arvostelua ei tehty, vaan jokainen tuli ryhmään omana itsenäänä. Heidän itseluottamuksensa kasvaessa, kuvallisen työskentelyn aloittamisesta tuli lopulta helpompaa. Samalla ohjaajan tarkkailu ja vertailu muihin asukkaisiin väheni. Heidän kehonkielensä muuttui avoimemmaksi, esimerkiksi katsekontaktin paranemisena ja rohkeampana oman tilan ottamisena. He vaikuttivat hyväksyvän paremmin oman elämäntilanteensa.

Itsetunnon lisääntyminen vaikuttaa monella tavalla ihmisen käytökseen. Hoitohenkilökunta huomasi molempien asukkaiden kanssa tehtävän hoitotyön helpottumisen eli mielestäni tapahtui muutosta (transformaatiota) ryhmästä arjen toimintoihin. Jälleen myös näiden kahden asukkaan kohdalla, sosiaalisen hyvinvoinnin osa-alueet vahvistuivat monella tavalla, joita avaan myöhemmin. Ryhmän neljän muun asukkaan kohdalla ei itsetunnossa havaittu muutoksia.

Ahdistuksen väheneminen. Samalla kahdella asukkaalla, joilla itsetunnon havaittiin lisääntyneen, myös ahdistuksen havaittiin vähentyneen. Tämä oli odotettavissakin. Muutokset olivat nähtävissä ryhmässämme sekä henkilökunnan hoitotyössä.

Toinen asukkaista oli aluksi ahdistunut, kyseenalaistaen ryhmämme tarkoitusta ja olinpaikkaamme. Nämä kysymykset kuitenkin loppuivat ryhmäprosessin aikana. Hoitohenkilökunnalle hän valitteli myös koti-ikävää. Hänellä oli pitkään tapana käydä wc:ssä tapaamisten aikana, josta takaisin tulleessaan hän ei osannut mennä omalle paikalleen itsestään istumaan, eikä jatkanut kuvalista työskentelyään. Ryhmätoiminnan vakiintuessa, wc:ssä käynti väheni ja palattuaan hän meni myös itsenäisesti omalle paikalleen ja jatkoi työskentelyään. Alkuvaiheen runsas wc:ssä käynti saattaisi olla myös jännittyneisyydestä johtuvaa, mistä henkilökuntakin raportoi. Henkilökunnan mukaan asukkaan tyytyväisyys ryhmän aikana lisääntyi, kun taas wc-reissutkin lopulta vähenivät.

Vaikka hänellä oli pitkälle edennyt muistisairaus, uskon hänen kokeneen olevansa loppuvaiheessa turvallisessa ja tutussa paikassa. Tästä saattaisi kertoa hänen vähentynyt tilan havainnointinsa, jolloin hän käytti suuremman osan keskittymisestään työskentelyyn. Kun ihminen luottaa ympäristöönsä, hän ei ole niin jännittyneessä tilassa. Hänen parantunut vuorovaikutuksensa ja pidempi keskittymiskykynsä viittaavat myös selkeästi ahdistuksen vähenemiseen.

Toinen asukas koki huomattavaa ahdistuneisuutta ja riittämättömyden tunnetta – niin ryhmässä kuin sen ulkopuolellakin. Hän kertoi tästä avoimesti minulle ja henkilökunnalle. Hän ei kokenut alkuvaiheessa olleensa tarpeeksi taitava osallistuakseen ryhmään eikä olemaan muiden seurassa. Ryhmän aikana nämä negatiiviset oireet kuitenkin vähenivät merkittävästi, mikä ilmeni selvimmin rennompana vuorovaikutuksena. Hän näytti muille tekemiään kuvia vapautuneemmin, vaikka yhä arastelikin niiden esittelyä. Henkilökunnan mukaan hän osallistui palvelukodin viriketoimintaan ryhmän aikana aktiivisemmin ja itseään vähättelevä puhe loppui.

9.1.4 Sosiaalinen hyvinvointi: Yhteisöllisyyden, vuorovaikutuksen ja ystävällisen käytöksen lisääntyminen

Yhteisöllisyyden lisääntyminen. Kaikilla ryhmän asukkailla yhteisöllisyyden nähtiin lisääntyneen. Asukkaat, jotka olivat perusluonteeltaan sosiaalisempia,

tämä piirre vahvistui, ja syrjään vetäytyneemmät asukkaat osallistuivat toimintaan aktiivisemmin – niin ryhmässä kuin sen ulkopuolellakin.

Kaikki ryhmässä koetut yhteiset kokemukset – keskustelut, työskentely ja musiikin kuuntelu, lähensivät asukkaita. Ryhmäprosessin edetessä kaikki osallistuivat keskusteluun aktiivisemmin, kuuntelivat keskittyneemmin, tukivat toisiaan, kertoivat yksityiskohtaisemmin omista kuvistaan ja ehdottivat toivemusiikkia.

Jos vuorovaikutuksen lisääntyminen on lisääntyneen yhteisöllisyyden merkki, niin sitä se on myös kuvan kautta. Asukkaiden tekemät kuvat olivat yksityiskohtaisempia sisältäen symboliikkaa mm. figuureina, eläiminä, luonnonelementteinä ja muotoina. Kuvat olivat myös rohkeampia ja paperin pinta-alaa täytettiin enemmän. Uskon toiminnasta heille välittyneen, ettei ryhmässä voi ”epäonnistua”, koska ”väärin” ei voi kuvallista työtä tehdä, vaan kyseessä on jokaisen henkilökohtainen prosessi, vaikka vuorovaikutus tapahtuukin ryhmädynamiikan sisällä. Sanoisin, ettei yksilön ilmaisu voi merkittävästi parantua, jos ryhmä ei sitä salli. Vastaavasti, ei ryhmän dynamiikka voi merkittävästi parantua, jos yksilöt eivät sitä salli. Ne ovat erottamaton osa toisiaan.

Ohjasin palvelukodissa ryhmäprosessin rinnalla myös kuvataideterapeuttiset yksilöohjaukset. Nämä olivat eri päivinä kuin ryhmän tapaamiset. Kun kävin saattamassa yksilöohjattavani lounaalle, huomasin ryhmäni asukkaita istumassa samassa ruokapöydässä vieretysten. Hoitohenkilökunta kertoi, että asukkaat olivat omatoimisesti halunneet näille paikoilla istumaan ja olivat myös muussa viriketoiminnassa hakeutuneet toistensa seuraan. Ryhmän ulkopuolisen vuorovaikutuksen kehittyminen on selvä yhteisöllisyyden kasvun merkki.

Vuorovaikutuksen lisääntyminen. Ryhmämuotoisessa kuvataideterapiassa vuorovaikutus ilmenee monin tavoin. Kaikkien asukkaiden ilmaisu lisääntyi sanallisen ja sanattoman kerronnan kautta merkittävästi, kuten oli jo havaittavissa muistakin ryhmän havainnoinnin tuloksista. Lisääntynyt vuorovaikutus tapahtui suhteessa ryhmään ja ohjaajaan niin, että ohjaajan merkitys tässä

väheni koko ajan ja ryhmän lisääntyä, kuten aiempi kuvataideterapeuttinen ryhmäteoria kertoikin.

Vuorovaikutus lisääntyä keskustelun ja kuvallisen ilmaisun lisäksi mm. ystävyssuhteiden rakentumisena ja toisten kannustamisena. Osa asukkaista myös reflektio omaa elämäänsä hyvin avoimesti, esimerkiksi tunteiden tai kokemusten kautta. Jos ryhmää ei olisi koettu turvalliseksi, ei näin avointa vuorovaikutusta käytäisi. Kaikki asukkaat tuntuivat odottavan tapaamisten loppukeskustelua yhä enemmän, jossa he kertoivat omista kuvistaan yksityiskohtaisemmin, kukin tietenkään suhteutettuna omaan ilmaisuunsa. Myös toisten kuvista esitettiin kysymyksiä aidosti kiinnostuneita.

Havaintojeni mukaan kaikkien kehonkuva muuttui myös avoimemmaksi, ilmaisten itseään runsaamman elekielen ja tilan ottamisen sekä parantuneen katsekontaktin ja ryhdin kautta. Nämä ovat vuorovaikutuksen kehollisia ilmaistapoja. Tilankäytön muuttuessa vapautuneemmaksi, vieressä istuvan asukkaan taidemateriaaleja saatettiin pyytää lainaksi. Ryhmän alkuvaiheessa tätä ei tapahtunut. Musiikin kuuntelun aikana laulettiin ja jopa heiluttiin sen tahtiin.

Ystävällisen käytöksen lisääntyminen. Lähes kaikkien asukkaiden ystävällisyyden havaittiin lisääntyneen. Positiivisen muutoksen havaittiin olevan suurempaa heillä, joiden muistisairaus oli edennyt pidemmälle. Heidän ystävällisyytensä lisääntymisen huomasi tapaamisten jokaisessa vaiheessa. Aloittaessamme he tervehtivät ja olivat hymyileväisempiä. Työskentelyvaiheessa he olivat kannustavia muita kohtaan, jopa silloinkin, kun oman työskentelyn kanssa oli vaikeuksia. Loppukeskusteluissa he jakoivat kohteliaisuuksia. Tapaamisen päättyessä he kiittelivät ohjaajaa ja tervehtivät kaikkia.

Hoitohenkilökunta huomasi kolmella asukkaalla ystävällisyyden huomattavan lisääntymisen, mikä helpotti hoitotyötä. Nämä asukkaat olivat hoitajia, muita asukkaita ja myös itseään kohtaan suopeampia. Koen tämän kumpuavan asukkaiden lisääntyneestä eheyden tunteesta, kun kokivat onnistumisia ryhmässä.

9.1.5 Kognitiivinen hyvinvointi: Havainnoinnin ja keskittymiskyvyn paraneminen, vireyden lisääntyminen

Havainnoinnin paraneminen. Yhdellä asukkaalla havaittiin merkittävää havainnoinnin paranemista. Hän keskittyi paremmin alkukeskustelussa ja virittäytymisessä, jonka voi nähdä osasyynä, miksi myös kuvallinen työskentely oli helpompaa. Alkuvaiheessa hän saattoi kysellä ”Mitä tähän pitäisi tehdä?”, mutta kyselyt vaihtuivat aloitteellisemmaksi työskentelyksi. Ryhmän aloittaessa hän kiinnitti ohjaajaan enemmän huomiota, mutta tämä väheni ja suuntautui jatkossa ryhmään. Tämä oli varmasti yksi syy, hänen työskentelynsä parantumiselle. Havainnoinnin paraneminen mahdollisti myös hänen aktiivisemmän osallistumisensa ryhmän keskusteluihin, joka myös vaikuttaa työskentelyyn esimerkiksi turvallisen ilmapiirin ja vertaisoppimisen keinoin.

Asukas alkoi myös liikkua itsenäisemmin kohti omaa istuinpaikkaansa ja tapaamisen päättyessä lähti kohti omaa huonettaan, mitä hän aluksi ei osannut tehdä. Hänellä oli erittäin huono lähimuisti, joten hoitaja tai minä olimme aina saattamassa. Hänen muistisairautensa oli pitkälle edennyt. Hoitohenkilökunnan mukaan hänen kanssaan työskentelystään tuli ryhmän aikana huomattavasti helpompaa.

Keskittymiskyvyn paraneminen. Kahdella asukkaalla, joilla oli muistisairaus, havaittiin huomattavaa keskittymiskyvyn paranemista. He keskustelivat yksityiskohtaisemmin, heidän katseensa pysyi virittäytymiseen käytetyssä materiaalissa ja heidän kuvansa olivat yksityiskohtaisempia. He myös käyttivät paperin pinta-alaa enemmän, jonka näen eräänlaisena annetun tehtävän loppuun saattamisena, mikä saattaisi viitata parantuneen keskittymiskyvyn lisäksi myös ryhmän tärkeyden kasvuun heidän mielessään.

Toinen heistä alkoi käydä selvästi enemmän vuoropuhelua muiden kanssa, seuraten mistä aiheista keskustellaan, eikä keskustelun aihe harhaillut, kuten aiemmin. Myös tämä vaikutti työskentelyyn positiivisesti.

Toisella asukkaalla työskentelyvaihe piteni selvästi, minkä näen keskittymiskyvyn paranemisena. Ryhmän aloittaessa hän työskenteli vain hetken, jonka jälkeen alkoi suuntaamaan keskittymistään ohjaajaan, ryhmäläisiin tai viriketilän tarkkailuun. Parempi keskittyminen synnytti runsaammin kuvaa, jolloin hän itsekin vaikutti tyytyväisemmältä, saaden ryhmäläisiltä yhä enemmän kannustavaa palautetta, mikä varmasti heijastui hänen käytökseensä monin tavoin.

Vireyden lisääntyminen. Usealla asukkaalla vireys lisääntyi, niin ryhmässä kuin sen ulkopuolellakin. Virkeys näkyi heistä olemuksessaan ja käytöksessään ulkoisesti – he istuivat ryhdikkäämmin, silmät olivat eloisammat, keskustelivat enemmän, jaksoivat keskittyä ja työskennellä pidempään. Vireys edisti heidän kykyään olla luovempia ja osallistuvampia ryhmän jäseniä, mikä vastavuoroisesti lisäsi vireyttä.

Hoitohenkilökunnan mukaan kolmella asukkaalla lisääntynyt elinvoimaisuus näkyi sosiaalisempana käytöksenä, osallistumisena muuhun viriketoimintaan ja hoitotyön helpottumisena. Yksi normaalisti aamuväsynyt asukas, oli aamuisin huomattavasti pirteämpi, mikä myös näkyi parempana käytöksenä muita kohtaan.

10 POHDINTA

10.1 Eettinen pohdinta

Jokainen ryhmän asukas osallistui kuvataideterapeutin ryhmään vapaaehtoisesti, heidän omasta mielenkiinnostaan kuvallista ilmaisua ja ryhmässä olemista kohtaan. Asukkaat haastateltiin ensin hoitohenkilökunnan ja myöhemmin vielä ohjaajan toimesta ja otettiin ryhmään mukaan.

Asukkailta tai heidän omaisiltaan on kerätty suostumukset käyttää tapaamisissa syntyneitä kuvamateriaalia ja havaintoja anonyymisti tässä

opinnäytetyössä. Ryhmätapaamisissa syntynyttä kuvallista materiaalia säilytettiin prosessin aikana lukitussa kaapissa ryhmän ulkopuolisilta suojusta, ja materiaalit luovutettiin viimeisen tapaamisen yhteydessä asukkaille.

Hoitohenkilökunnalle suunnattu kyselylomake on tutkimustyön periaatteen mukaisesti luottamuksellinen ja anonymiteetti. (Anttila, 2014, luku 11.1.) Lomakkeen kysymykset valikoituivat avoimiksi, koska vastaajajoukko koostui ammattilaisista, jotka tuntevat asiakasryhmänsä. Henkilökunnalle annettiin myös riittävästi aikaa kyselyyn vastaamiseen.

Opinnäytetyössä on pyritty käyttämään monipuolisesti luotettavaa kuvataideterapian viitekehyksen kirjallisuutta. Lähdeviittaukset on tehty Satakunnan ammattikorkeakoulun ohjeistuksen mukaisesti.

10.2 Kuvataideterapeuttisen toiminnan reflektointi teoreettiseen viitekehykseen ja aiempaan tutkimukseen

Ryhmäprosessia varten luotiin ulkoiset edellytykset turvallisen tilan syntymiselle, joka mahdollisti vähitellen myös sisäisen, henkilökohtaisen luovan prosessin alkamisen, joka nähdään kuvataideterapian sisäisenä prosessina eli kolmiosuhteena. Koska kyseessä oli ryhmämuotoinen toiminta, lisäsi ryhmä yhtälöön myös neljännen tekijän. Kuten aiempi alan tutkimus aiheesta osoittaa, myös havainnointiryhmässäni ohjaajan roolin havaittiin lopulta muodostuvan ja asettuvan enemmänkin taustalle siirtyväksi kannattelijaksi. (Hautala, 2008, s. 110). Huomasin käytännössä toimivani ryhmäprosessin ensimmäisissä tapaamisissa (aloitusvaihe) vielä muutaman asukkaan kanssa ns. kolmantena kätenä, hyvinkin aktiivisena ohjaajana, jotta asukkaat saavat luovan työskentelyn käyntiin.

Jatkossa ryhmän vuorovaikutuksen vakiintuessa (toiminnallinen vaihe), huomasin ryhmän ottavan rooliani itselleen, jolloin kuvallisen työskentelyn lisäksi myös asukkaiden sanaton viestintä ja havainnointi alkoi suuntautua enemmän itse ryhmää kohtaan. (Hautala, 2008, s. 115) Tässä vaiheessa ryhmän antaessa asukkaille merkityksellisen vuorovaikutuksen kokemuksen, aloin havaita

asukkailla myös sosiaalisen ja psyykkisen hyvinvoinnin lisääntymistä (Malchiodi, 2010, s. 365) Hyvinvoinnin lisääntymistä oli vuorovaikutuksen lisäksi havaittavissa kuvallisessa ilmaisussa aloitteellisimpina, yksityiskohtaisimpina ja avoimimpina tuotoksena sekä tilankäytön laajentumisena.

Kun kuvataideterapeuttinen prosessi oli kunnolla lähtenyt käyntiin eivät ryhmän vastahakoisimmat asukkaat enää ilmaisseet yhtä selviä vastarinnan (defenssi) merkkejä kuvallisessa työskentelyssään. Vastarintaa oli aluksi havaittavissa mm. rutiinien toistamisena (saman värin tai aiheen käyttö) useaan kertaan ja tunteiden ilmaisun välttelyä. Yksi asukas poistui usein kesken työskentelyvaiheen oman huoneensa wc:hen, minkä voi nähdä ajeerausena eli mielen puolustusmekanismina, jossa ahdistavia tunnetiloja väistetään mieluummin tekemällä jotakin. Myös muutaman asukkaan nopean kuvallisen työskentelyn voisi muistisairaana asiakkaan kuvataideterapian viitekehyksessä nähdä puolustusmekanismina eli tunnetilojen käsittelyn välttelyä. Nämäkin aiemmassa tutkimuksessa havaitut käyttäytymismallit vähenivät ryhmässäni prosessin edetessä. (Roine, 2011, s. 229–235)

Jokaisen tapaamiseen loppukeskustelun yhteydessä asukkaat jakoivat omat kuvalliset työnsä ryhmän nähtäville. Ryhmän antamat aidot kannustavat sanat antoivat muistisairaille ja ahdistusta poteville asukkaille, merkityksellisyyden kokemusta ja kenties myös erityisen visuaalisen kiintopisteen todellisuuteen suuntautumiselle, uudessa elämäntilanteessa, jossa he ovat enemmän tai vähemmän muiden ihmisten armoilla. Ryhmäni prosessi vahvisti ilmiselvästi aiempaa tutkimustietoa kuvataideterapian kyvystä tukea ihmisiä hyväksymään nämä suuret muutokset elämässä. (Wald, 2010, s. 358) Uskon ryhmässä koetun arvokkuuden tunteen siirtymisestä (transformaatio), luovan mielen työn kautta, lopulta ryhmän loppuvaiheessa myös asukkaiden muuhun arkeen, joista myös hoitohenkilökunta raportoi kyselylomakkeen vastauksissaan. Eriytyisen selvää positiivinen muutos oli asukkailla, joilla oli diagnoosi pitkälle edenneestä muistisairaudesta tai se eteni vauhdilla.

Muutos, jossa havaittiin huomattavia positiivisia muutoksia jokaisen ryhmän asukkaan kohdalla, oli sosiaalinen hyvinvointi. Havainto tukee Terveiden ja

hyvinvoinnin laitoksen toteuttamaa Vanko-tutkimusta (joulukuu 2020 - tammi-kuu 2021), jossa selvitettiin vanhuspalvelujen asiakkaiden kokemaa terveyttä ja hyvinvointia. Keskeisimmistä tuloksista nousi esille huolestuttavimmin lisääntyvä yksinäisyys. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos, 2024b) Havaintojeni perusteella juuri sosiaalinen hyvinvointi alkoi lisääntymään palvelukodin ryhmämuotoisessa kuvataideryhmässä ensimmäisenä.

Positiiviset muutokset kaikkien asukkaiden sosiaalisessa käytöksessä vahvistavat aiempaa kokemusta vastaavan ryhmän ohjaamisen tuloksista palvelukodin ympäristössä. Tämän lisäksi yhtäläisyyksiä on havaittavissa osan ryhmäläisten psyykkisen hyvinvoinnin lisääntymisenä sekä hoitohenkilökunnan työn helpottumisena. (Anttila, 2019, s. 61)

Muistelu, esimerkiksi vanhojen kuvien, videoiden tai musiikin avulla, on tehokkaaksi havaittu vuorovaikutuksen keino, jota käytin ryhmäprosessissa auttamaan asukkaita oman elämänsä jäsentelyssä. Muistelu antaa ikääntyneellä mahdollisuuden kokea arvokkuutta elämässä saavutetuista asioista. (Ikäinstituutti, 2015, s. 4) Vanhan iskelmämusiikin kuuntelu osoittautuikin erinomaiseksi ryhmän yhteisen kokemuksen ja juuri muistelun tukemiselle, josta ryhmä sai paljon keskusteltavaa ja aiheita omiin kuviinsa. Ikäihmisten kiinnostus vanhaa kotimaista musiikkia kohtaan on todettu aiemmissa vastaavissa tapauskertomuksissa mainioksi lisäksi kuvataideterapeuttisessa työskentelyssä muistisairaiden kanssa. (Sarjanen, 2018, s. 27)

Kuvataideterapeuttinen kirjallisuus korostaa, että aihe-ehdotusten kysyminen osoittaa kunnioitusta ikääntyneitä kohtaan. Tämä näkökulma tuo esiin sen, ettei asukas koe itseään pelkäsi vastaanottajaksi, vaan tasavertaiseksi aikuiseksi, jota arvostetaan ja kuunnellaan. Kun ikäihmiselle annetaan mahdollisuus ylläpitää aktiivista otetta elämäänsä esimerkiksi luovuuden kautta, sillä on tutkitusti positiivisia vaikutuksia mielen hyvinvointiin. Tämänkin näkökulman ryhmäni prosessi vahvisti. (Hohenthal-Antin, 2006, s. 110–111)

10.3 Oma ammatillinen kasvu prosessin aikana

Vaikka aika kulta muistot, pystyn nyt rehellisesti toteamaan opinnäytetyöni aihevalinnan olleen melkoisen hankalaa. Kuitenkin, kun aihe ja työelämäyhteys olivat löytyneet, prosessi eteni tästä eteenpäin mallikkaasti. Tärkeintä oli vain tehdä päätös ja sitten antaa mennä – eivät asiat itsestään hoidu.

Olin ennen opinnäytetyöprosessin aloittamista työskennellyt sosionomiopintojeni ohella sosiaaliohjaajana työikäisten kanssa. Tiesin kuitenkin harjoittelujen muillakin sosiaalipalvelujen alueilla olevan vielä edessä, ennen kuin saisin sosionomin kelpoisuuden. Yhdessä opettajani kanssa mietimme keväällä 2024 opinnäytetyölleni aiheita. Kun kerroin, että olin menossa kesällä ikääntyneiden palveluihin suorittamaan seuraavaa harjoitteluani, opettaja sai idean, jos suosittaisinkin myös kuvataideterapeuttiset harjoitteluni ikääntyneiden kanssa ja tästä prosessista saisin myös havaintomateriaalia opinnäytetyöni kirjoittamiseen. Olin ajatuksesta kiinnostunut, sillä tässä tuntui ratkeavan kaksi asiaa – saisin vihdoin aiheen opinnäytetyölleni sekä suoritettua kuvataideterapeuttiset harjoittelut.

Vasta jälkikäteen olen havahtunut, etten ollut ohjannut lainkaan käyttäen kuvataideterapeuttista menetelmää, eikä minulla ollut kokemusta ikääntyneiden kanssa työskentelystä. Silti opinnäytetyön aihe olikin nyt valittuna. Mikä tässä olisikaan voinut mennä pieleen? Ei turvallisin valinta opinnäytetyölle, mutta nyt voin todeta kaiken menneen todella hienosti. Mielestäni tämä myös alleviivaa sitä, miten opintojen aikaiset teoriaopinnot kuvan luovasta käytöstä olivat valmistelleet tähän hetkeen. Opinnäytetyön prosessin aikana nämä teoriat saivat vahvistusta itse käytännöstä, josta rakentui mielestäni vahva ammatillinen kokonaisuus.

Huomasin käytännössä, miten myös itse ohjaajana luovuudesta oli hyötyä. Vaikka suunnittelin jokaisen ohjauksen etukäteen, tiesin kuitenkin, ettei yllätyksiltä koskaan välttyä, koska ohjausta tehdään ihmisten kanssa, ja mikään muuhan ei elämässämme ole pysyvää kuin muutos. Positiiviset muutokset asukkaiden tunneilmaisun vapautumisessa olivat merkkejä, joihin reagoin ja

pyrin vahvistamaan tätä kehitystä, joskus jopa omien ohjauksellisten suunnitelmieni ohitse. Mielestäni juuri tämä on luovuutta, että pystyy mukautumaan muutoksiin. Positiivista tulee maksimoida ja negatiivista minimoida. Tätä käytännön luovuuden opetusta en, ainakaan tässä laajuudessa, aiemmassa sosiaalialan työssäni kokenut.

Uskon opinnäytetyöni aineistonkeruumenetelmän eli havainnoinnin olevan työkalu, jota voin tulevaisuudessakin hyödyntää, työskentelemänpä missä vain sosiaalialan työtehtävissä, jossa on asiakaskontakti. Tämä ei kuitenkaan tarkoita jatkuvan päiväkirjan pitämistä, sillä sivut loppuisivat kesken, vaan enemmänkin ”hereillä oloa”, tietoista olemista. Tämä olikin oivallus, miten me kaikki teemme tätä, vaikkakin yleensä tiedostamattomamme autopilotin lailla, sillä jos emme havainnoi ympäristöämme, emme tee siihen nähden järkeviä ratkaisuja. Emme elä tyhjiössä, vaan olemme aina vuorovaikutuksessa johonkin.

Yksi ammatillisen kasvuni merkki on itseluottamuksen lisääntyminen. Tarkoitin tämän kokemuksen kautta karttunutta positiivista varmuutta, jolla pystyn samalla tarkastelemaan myös kriittisesti omaa toimintaani ja myöntämään sen, miten paljon on opittavaa. Ainakin matka on nyt aloitettu. Joitakin asioita tekisin toisin, vaikka kokonaisuuteen en voi olla muuta kuin tyytyväinen, sillä opinnäytetyöni tulokset vastaavat tarkasti niihin hyvinvoinnin osa-alueisiin, joihin alan kirjallisuuden mukaan on aiemmin havaittu olevan vaikutusmahdollisuuksia.

Olisin toivonut ryhmäprosessin olevan pidempi tai parhaimmillaan jatkuvaa palvelukodissa tapahtuvaa ohjausta. Valitettavasti tämä ei omiin opintoihini aikataulullisesti sopinut. Nyt hoitohenkilökunta raportoi muutaman asukkaan kohdalla muutosten olleen prosessin aikana huomattavia ja kokonaisvaltaisia, mutta lopettamisemme jälkeen jo heikentyneen. Tästä jäi itselleni, kaikesta kehityksestä huolimatta, hieman haikea tunne, sillä asukkaiden hyvinvoinnin kasvun lisäksi, myös vaikutukset henkilökunnan työhön olivat selkeitä. Kuvataide-terapeuttisella ohjauksella on vaikuttavuutta moninaisesti ikääntyneiden palvelukodin yhteisöön.

LÄHTEET

Anttila, P. (2014). Tutkimisen taito ja tiedon hankinta. Haettu 9.8.2024 osoitteesta <https://metodix.fi/2014/05/17/anttila-pirkko-tutkimisen-taito-ja-tiedon-hankinta/>

Anttila, T-L. (2019). ”Pistit sit oikee tunteet pelii” Green carea kuvataideterapeutin menetelmin ikä-ihmisten palvelukodissa. [AMK-opinnäytetyö, Satakunnan ammattikorkeakoulu]. Theseus. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201903253734>

Aro, T., Aro, R., & Mäkelä, I. (2020). Väestöselvitys 2040: Ikäryhmäkohtaiset ja alueelliset väestöennusteet sekä uusien opiskelijoiden määrien ennuste kaikilla koulutusasteilla Suomessa 2018–2040. Sitra. <https://www.sitra.fi/app/uploads/2020/06/vaestonselvitys-2040.pdf>

Csikszentmihalyi, M. (1996). Creativity: flow and the psychology of discovery and invention. New York: HarperCollins

Dagmaaria. (2024). Porin Suomalainen palvelukoti. Haettu 19.6.2024 osoitteesta <https://dagmaaria.fi/porin-suomalainen-palvelukoti.html>

Dagmaaria. (2024). Porin Suomalainen palvelukoti. Omavalvontasuunnitelma 2024. https://dagmaaria.fi/uploads/8/5/6/9/85695856/suomalaisen_palvelukodin_omavalvontasuunnitelma_2024.pdf

Hautala, P-M. & Honkanen, E. (toim). (2012). Kuva kantaa. Kuvataideterapia kasvatuksen, opetuksen, hoidon ja kuntoutuksen tukena. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Theseus. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-951-633-085-6>

Hautala, P-M. (26.1.2023). Ikääntyvien taideterapeuttisesta tekemisestä. [luentomateriaali]. SAMK Moodle. <http://moodle.samk.fi/>

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

Kansaneläkelaitos. (2024). Vanhuuseläke Kelasta. Haettu 7.6.2024 osoitteesta <https://www.kela.fi/vanhuuselake>

Kostamo, P., Airaksinen, T. & Vilkka, H. (2022). Kirjoita itsesi asiantuntijaksi: opas toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Art House.

Kulmala, J. (2019). Hyvä vanhuus: Menetelmiä aktiivisen arjen tukemiseen. PS-kustannus

Ikäinstituutti. (2015). Muistelu vuorovaikutusmenetelmänä. <https://www.ikainstituutti.fi/content/uploads/2016/08/muistelu-vuorovaikutusmenetelm%C3%A4n%C3%A4.pdf>

- Leijala-Marttila, M & Huttula, K. (2011). Taidepsykoterapia – psykoanalyttinen näkökulma. Duodecim, Helsinki.
- Levy, K. & Wesley Scala, J. (2012). Transference, Transference Interpretations, and Transference-Focused Psychotherapies. *American Psychological Association*, 49(3), 391–403. https://www.researchgate.net/publication/230827646_Transference_Transference_Interpretations_and_Transference-Focused_Psychotherapies
- Malchiodi, C. (2010). Taideterapian käsikirja. UNIPress.
- Mantere, M-H. (2007). Taideterapia ja ryhmät. Teoksessa Rankanen ym., Taideterapian perusteet. Duodecim.
- Muistiliitto. (2024). Muistisairaudet. Haettu 8.6.2024 osoitteesta <https://www.muistiliitto.fi/fi/muistisairaudet/muistihairiot-ja-sairaudet/muistisairaudet>
- Muistiliitto. (2024). Muistisairaudet. Asuminen. Haettu 8.6.2024 osoitteesta <https://www.muistiliitto.fi/fi/muistisairaudet/asuminen>
- Muistiliitto. (2024). Muistisairaudet. Muistisairauksien oireisto. Haettu 13.8.2024 osoitteesta <https://www.muistiliitto.fi/fi/muistisairaudet/muistihairiot-ja-sairaudet/muistisairauksien-oireisto>
- Muistiliitto. (2024). Muistisairaudet. Muistisairaahan ihmisen kohtaaminen. Haettu 13.8.2024 osoitteesta <https://www.muistiliitto.fi/fi/muistisairaudet/muistisairaahan-ihmisen-kohtaaminen>
- Opintopolku. (2024). Satakunnan ammattikorkeakoulu, Sosionomi (AMK). Haettu 6.6.2024 osoitteesta <https://opintopolku.fi/konfo/fi/toteutus/1.2.246.562.17.000000000000000002155>
- Pirhonen, J., Tuominen, K., Jolanki, O. & Jylhä, M. (2019). Hyvinvointi vanhuudessa – valmistautumista, sopeutumista, luopumista ja hyväksymistä. *Gerontologia*, 33(3), 106. <https://doi.org/10.23989/gerontologia.79424>
- Pirhonen, J. (2017). Good Human Life in Assisted Living for Older People. What the residents are able to do and be. [väitöskirja, Tampereen yliopisto]. Trepo. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-03-0416-4>
- Pulkkinen, M. (2019). Iäkkäiden osallisuus: Terveys, asuminen ja yhteisöllisyys – kirjallisuuskatsaus. Ikäinstituutti.
- Rankanen, M. & Hentinen, H. & Mantere, M-H. (2009). Taideterapian perusteet. Duodecim.
- Roine, M-L. (2011). Vastarinta, puolustusmekanismi ja vastatransferenssi taidepsykoterapiassa. Teoksessa Taidepsykoterapia – psykoanalyttinen näkökulma. Duodecim, Helsinki.

Salonen, K. (2013). Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön [AMK-opinnäytetyö, Turun ammattikorkeakoulu]. <https://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf>

Sarjanen, T. (2018). Kuvataideterapeuttisen menetelmän käyttö iäkkään, muistisairaana henkilön kanssa. [AMK-opinnäytetyö, Satakunnan ammattikorkeakoulu]. Theseus. <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-2020112724772>

Satakunnan hyvinvointialue. (2024). Ikääntyneiden ympärivuorokautinen asuminen. Haettu 13.8. osoitteesta <https://satakunnanhyvinvointialue.fi/palvelut/ikaantyneet/ikaantyneiden-ymparivuorokautinen-asuminen/>

Suomen taideterapiayhdistys. (2023). Haettu 8.6.2024 osoitteesta <https://www.suomentaideterapiayhdistys.fi>

Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. (2024). Sosiaalihuollon laitos- ja asumispalvelut 2023 Sosiaalihuollon ympärivuorokautisten laitos- ja asumispalvelujen piirissä oli lähes 110 000 asiakasta vuonna 2023. <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/149042/2023%20Sosiaalihuollon%20laitos-%20ja%20asumispalvelut%20-raportti.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. (2024). Hyvinvointi korona-aikana – kysely vanhuspalvelujen asiakkaille (VANKO). Keskeiset tulokset. Haettu 20.8.2024 osoitteesta <https://thl.fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/hyvinvointi-korona-aikana-kysely-vanhuspalvelujen-asiakkaille-vanko-keskeiset-tulokset>

Tilastokeskus. (2024). Väestö ja yhteiskunta. Haettu 7.6.2024 osoitteesta https://stat.fi/tup/suoluk/suoluk_vaesto.html#vaeston-ikarakenne

Vernerinen. (2019). Ikääntymisen määrittely. Haettu 19.6.2024 osoitteesta <https://verneri.net/yleis/ikaantymisen-maarittely>

Vilka, H. (2006). Tutki ja havainnoi. Tammi

Wald, J. (2010). Kliininen taideterapian ikääntyneiden hoidossa. Teoksessa Taideterapian käsikirja. UNIpress.

LIITE 1

Hei,

Opiskelen sosionomiksi Satakunnan ammattikorkeakoulussa, suuntautuen kuvataideterapeuttisten menetelmien käyttöön, jonka mukaisen ryhmän ohjasin toukokuussa palvelukodin kuudelle asukkaalle.

Nyt kirjoitan opinnäytetyötäni, jossa tutkin ikäihmisen hyvinvoinnin lisäämisen mahdollisuuksia kuvataideterapeuttisen ryhmän avulla. Käytän opinnäytetyöni aineistona havaintojani, kuvia, asukkaiden kommentteja ja lisäksi kaipaisin nyt henkilökunnan havaintoja, joita pidän erityisen tärkeinä.

Asukkailta tai heidän omaisiltaan on kerätty kirjallinen suostumus käyttää tapaamisissa syntynyttä kuvamateriaalia ja havaintoja anonymisti opinnäytetyössä. Kysely on tutkimustyön periaatteen mukaisesti luottamuksellinen ja anonymiteetti. Nimeän asukkaat opinnäytetyössä periaatteella: Asukas 1, Asukas 2, Asukas 3 jne.

Olen kirjoittanut seuraavalle sivulle kolme lyhyttä kysymystä.

Asukkaiden nimet ovat seuraavilla sivuilla, jonka kohdalle voitte kirjoittaa huomioitanne.

Kiitän kaikkia ajastanne ja vastauksistanne suuresti etukäteen.

Ystävällisesti,

Ville Lehto

Sosionomiopiskelija

Satakunnan ammattikorkeakoulu

Kysymykset

1. Osallistuiko asukas ryhmän toimintaan mielellään? Oliko tässä havaittavissa muutoksia toiminnan eri vaiheissa?

2. Näkyikö asukkaan arjessa muutoksia, kuten

- Käyttäytymisessä (esim. mieliala, virkeys, arjen sujuminen, nukkuminen, ruokailutilanteet)
- Sosiaalisuudessa (esim. vuorovaikutus, kommunikointi, ystävällisyys)
- Kognitiivinen käytös (esim. keskittyminen, muisti, havainnointi)
- Elämän yleinen sujuminen, joka näkyi hoitotyössä?

3. Jos asukkaalla oli muistisairaus, kuinka pitkälle se oli edennyt?