

Henna-Riikka Virtanen & Heini Ylä-Vannesluoma

Muistia ikä kaikki -muistelukortit

Opinnäytetyö

Syksy 2015

SeAMK Sosiaali- ja terveysala

Geronomi (AMK)



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Sosiaali- ja terveysala

Tutkinto-ohjelma: Vanhustyön tutkinto-ohjelma

Suuntautumisvaihtoehto: Geronomi (AMK)

Tekijä: Henna-Riikka Virtanen & Heini Ylä-Vannesluoma

Työn nimi: Muistia ikä kaikki -muistelukortit

Ohjaaja: Katariina Perttula & Anna-Kaarina Koivula

Vuosi: 2015

Sivumäärä: 77

Liitteiden lukumäärä: 3

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli luoda muistelutyöhön uusi työkalu, jota olisi helppo käyttää niin kotona, kuin hoitotyössäkin. Muistia ikä kaikki -muistelukorttien tavoitteena on, että muistisairaissa ikäihmisissä heräisi positiivisia muistoja ja korttien käytön myötä heille annettaisiin mahdollisuus osallisuuteen ja sosiaaliseen kanssakäymiseen. Korttien teemoina ovat vuotuisperinteet ja perhejuhlat.

Kehittämistyössämme haimme vastauksia kysymyksiin: Miten vuotuisperinteet ja perhejuhlat soveltuvat muistelukorttien teemoiksi? Mitä täytyy ottaa huomioon muistelukorttien suunnittelussa, sommittelussa ja teettämisessä? Millaisia muistoja vuotuisperinteet ja perhejuhlat herättivät iäkkäissä? Näihin kysymyksiin saimme vastaukset Seinäjoen Muistiluotsin ja JIK:n ryhmien kanssa tehdyissä muistelutuokioissa. Teimme ryhmähaastattelut kahdessa eri jaksossa. Ensimmäisellä kierroksella selvitimme vuotuisperinteistä ja perhejuhlista nousevat henkilökohtaiset muistot ja toisen kierroksen muistelutuokiassa selvitimme sitä, saimmeko itse suunnittelujen kuvien avulla kyseiset muistot heräämään, havainnoiden samalla korttien käytettävyyttä.

Opinnäytetyömme teoreettisessa viitekehyksessä keskeisimpiä käsitteitä ovat muistisairaudet, muistelu, valokuvien avulla tehtävä muistelutyö sekä vuotuisperinteet ja perhejuhlat.

Käytimme työssämme soveltavasti palvelumuotoilua ja aineiston keräsimme havainnointia, ryhmäteemahaastattelua ja palautelomakkeita käyttäen. Näiden avulla saimme kerättyä vuotuisperinteiden ja perhejuhlien henkilökohtaiset ja merkitykselliset muistot, sekä korttien suunnittelussa huomioon otettavat seikat.

Avainsanat: Muistisairaudet, muistelu, palvelumuotoilu, vuotuisperinteet, perhejuhlat

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Thesis abstract

Faculty: School of Health Care and Social Work

Degree programme: Degree Programme in Elderly Care

Specialisation: Bachelor of Elderly Care

Author/s: Henna-Riikka Virtanen & Heini Ylä-Vannesluoma

Title of thesis: The Memory for All Ages Recall Cards

Supervisor(s): Katariina Perttula & Anna-Kaarina Koivula

Year: 2015

Number of pages: 77

Number of appendices: 3

The purpose of this thesis work is to create a new tool for helping with memory recall, which will be easy to use both at home and for care workers. The Memory for All Ages Recall cards (Muistia ikä kaikki –muistelukortit) are meant to trigger positive memories in senior citizens suffering from memory loss, and in using the cards, also providing opportunities for senior citizens to actively participate in social interactions. The themes of the cards include annual traditions and family celebrations.

The research and development stage of the thesis revolved around the following research questions: How applicable are annual traditions and family celebrations as themes for the recall cards? What factors need to be taken into consideration in planning, designing and producing the recall cards? What kinds of memories do annual traditions bring up in senior citizens? Co-operation was done with the Finnish Alzheimer's Society in Seinäjoki and the joint municipal authority (JIK) for health and social services in Jalasjärvi, Ilmajoki and Kurikka to find answers to the research questions. Group interviews were conducted on two separate occasions, where reminiscing was the central theme. The main purpose of the first interview was to determine what kinds of personal memories arose regarding annual traditions and family celebrations. The second interview was used to determine whether the pictures on the recall cards designed for this research triggered the same particular memories from the first interview. The second interview also provided an opportunity to observe the practical application of the recall cards.

The research for this thesis is based on an applied service design and the data was collected through observation, group interviews and questionnaires. Data was collected about annual traditions, personal and significant memories of family celebrations and the factors that need to be taken into consideration when designing the recall cards.

Keywords: memory loss, reminiscing, service design, annual traditions and family celebrations

SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä.....	2
Thesis abstract.....	3
SISÄLTÖ	4
1 JOHDANTO	6
2 MUISTELU.....	7
2.1 Muistelutyön historia	8
2.2 Muistelun teoreettisia perusteluja.....	9
2.3 Muistelu perinteen ja kulttuurin välittämiseksi	10
2.4 Muisteleminen eheyttäjänä	11
2.5 Muistelun merkitys muistisairaalle ja voimavarakeskeinen vanhustyö	13
3 MUISTELUTYÖN MENETELMIÄ	14
3.1 Muisto- ja teemarasiatyöskentely ja muistojen teatteri.....	14
3.2 Tarinallisia ja visuaalisia muistelutyön menetelmiä	15
3.3 Olemassa olevat muistelukortit	16
4 VALOKUVAN AVULLA TYÖSKENTELY.....	18
4.1 Valokuvien käyttö terapeuttisena työvälineenä	19
4.2 Valokuvakortit	20
5 VALOKUVAMUISTELU.....	22
6 KEHITTÄMISTYÖN TOTEUTUS.....	23
6.1 Opinnäytetyön tavoitteet ja tutkimuskysymykset.....	23
6.2 Yhteistyötahot	23
6.3 Geronomin näkökulma opinnäytetyöhömmö	24
6.4 Kehittämisen näkökulma ja sen tarkentuminen.....	25
7 PALVELUMUOTOILU	27
7.1 Palvelumuotoilun periaatteet.....	27
7.2 Palvelumuotoilun prosessi	29
8 ESITUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN – TEEMOISTA	
MUISTELUTTAMINEN.....	32

8.1 Muistelutuokiot.....	32
8.2 Tuotekehitysvaiheen kuvaus.....	35
9 VALOKUVAMUISTELUKORTTIEN SISÄLLÖLLINEN	
SUUNNITTELU - MUISTELUIDEOSTA VALOKUVIKSI	37
9.1 Vuotuisperinteet.....	37
9.2 Perhejuhlat.....	52
10 KOKEMUKSIA JA ARVIOINTIA VALOKUVAMUISTELUKORTTIEN	
KÄYTETTÄVYYDESTÄ	58
10.1 Korttien käytettävyys.....	58
10.2 Muistot ja yhteenveto korteista	59
11 EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS.....	66
12 JOHTOPÄÄTÖKSET	68
13 POHDINTA	72
LÄHTEET	74
LIITTEET	77

1 JOHDANTO

Meille jokaiselle on tärkeää tulla kuulluksi, nähdyksi ja hyväksytyksi. Valokuvat ovat yksi keino, joiden kautta saamme mahdollisuuden kokea nämä merkitykselliset ja henkilökohtaiset asiat.

Muistia ikä kaikki - muistelukortit saivat alkunsa ajatuksesta yhdistää kaksi meille tärkeää asiaa, muistisairaat ja valokuvat. Valokuvaus ja kuvien kautta voimaantuminen on meille itselle tärkeä ja jokapäiväinen ilonaihe. Kamera seuraa mukana, olemme me missä tahansa tai menemme me mihin tahansa. Kuvien avulla mahdollistava eheyttävä ja osallistava vanhustyö nousi selkeästi ykköseksi pohdittuamme opinnäytetyömme aihetta.

Muistelu voi vahvistaa itsetuntoa, auttaa jäsentämään omaa elämää ja sitä kautta lisäämään omia voimavaroja, näin ollen se antaa rohkeutta tarkastella omaa elettyä elämää. Muisteluhetket voivat lähentää hoitajan ja hoidettavan keskinäistä suhdetta. (Hohenthal-Antin 2009, 23.) Halusimme opinnäytetyömme kautta tuoda tämä mahdollisuus myös ikäihmisten pariin. Tämän tutkimuksen tavoitteena oli luoda uudet muistelukortit vanhustyöhön ja korttien aiheena ovat vuotuisperinteet ja perhejuhlat. Halusimme selvittää mitä erilaiset vuodesta toiseen jatkuvat perinteet ja juhlat merkitsevät iäkkäille sekä mitä pitää huomioida suunnitellessa valokuvakortteja muisteluhetkiin. Muihin kuvamuistelukortteihin nähden, Muistia ikä kaikki-muistelukortit eroavat siinä mielessä, että teetimme jokaista kuvaa kaksin kappalein, näin mahdollistaen muistipelin pelaamisen muistelutuokion yhteydessä.

Yhteistyökumppaneiksi valitsimme Seinäjoen Muistiluotsin ja Jalasjärvellä, Ilmajoella ja Kurikassa toimiva JIK-peruspalveluliikelaitoskuntayhtymän. JIK:ssä korttejamme käytettiin Kurikan yksiköissä ja Ilmajoen päivätoiminnassa. Tutkimuksemme oli kaksivaiheinen. Ensimmäisessä vaiheessa haastattelimme yhteistyötahojemme asiakkaina olevia ikäihmisiä heidän vuotuisperinne -ja perhejuhlamuistoistaan, joiden pohjalta kehitelimme kuvat kortteihimme. Toisessa vaiheessa käytössä oli jo valmiit kortit, joiden avulla selvitimme kuvien valinnan ja kuvaamisen onnistumisen. Käytimme kehittämistyössämme soveltavasti palvelumuotoilua ja tutkimusaineisto kerättiin palautelomakkeiden ja havainnoinnin avulla.

2 MUISTELU

Tässä kappaleessa keskitymme muistelun historiaan ja muisteluun yleisesti. Lisäksi esittelemme erilaisia teoreettisia perusteluja muistelutoiminnalle. Kappaleen loppuvaiheessa keskitymme myös siihen, kuinka voimavaroja kasvattavaa muistelu voi olla muistisairaalle.

Työskennellessämme muistisairaiden kanssa, koimme eletyn elämän muistelun lähentävän meitä keskustelutuokioissa. Emme olleet enää hoitajia, jotka pitävät huolta päivittäisistä tarpeista, vaan meistä tuli tasavertaisia iäkkään ihmisen kanssa. Jokaisella meillä on tarina kerrottavanaan. Meidän täytyy vain antaa sille aikaa ja mahdollisuus tulla kerrotuksi. Jos tarina on vaikea löytää ja luoda sanoiksi, kuvien avulla kerronta helpottuu.

Muistelutyö on ammatillinen työmenetelmä, joka voi parhaimmillaan vahvistaa iäkkään itsetuntoa, auttaa jäsentämään omaa elämää ja sitä kautta lisäämään ihmisen voimavaroja (Hohenthal-Antin 2009, 23). Ajatus muistelutyössä on, että jokaisen elämänkerta ja – tarina ovat ainutlaatuisia ja muistelemisen arvoisia. Muistelussa sinänsä ei ole mitään ihmeellistä, sillä jokainen ihminen muistelee jo elettyä elämää jokapäiväisten tilanteiden parissa. Ikäihmisillä se kuitenkin mahdollistaa elämäkokemuksen ja viisauden jakamisen eteenpäin nuoremmille ikäpolville ja oman eletyn elämän käsittelyn. (Hakonen 2003, 130–131.)

Muistelua on kahden tasoista: Se voi olla spontaania, arkisissa tilanteissa syntyvää keskustelua tai se voi olla työskentelymuoto. Muistelutyö voidaan määritellä työskentelymuodoksi, joka stimuloi ikäihmistä muistelemaan häntä kiinnostavista aiheista. Usein apuna voidaan käyttää esimerkiksi musiikkia, tanssia, tarinoita tai kuvia, niin kuin me käytämme tässä opinnäytetyössämme (Hakonen 2003, 130.)

Saarenheimo (1997, 38) kirjoittaa Butleriin (1963) viitaten, että muistelu voi parhaimmillaan vahvistaa iäkkään ihmisen identiteettiä ja auttaa yhdistämään aikaisemmat elämäkokemukset tämänhetkisiin kokemuksiin. Silti myös epämiellyttäviä kokemuksia voi nousta esiin muistelun aikana. Tällöin on erityisen tärkeää, että myös muistelun aikana esille nousseet negatiiviset asiat käsitellään ikäihmisen kanssa.

2.1 Muistelutyön historia

Muistelutyön uranuurtajana pidetään amerikkalaista psykiatria ja gerontologia Robert N. Butleria. 1960-luvulla hän lähti tekemään eräänlaista muistelutyön vallankumousta tuoden vanhustyön ammattilaisten ja tutkijoiden tietouteen sen, kuinka tärkeää muistelutyö on ikäihmisen kannalta. Tarinan mukaan muisteluun suhtauduttiin tätä ennen erittäin varautuneesti ja muisteleminen oli enemmänkin merkki mielen terveyden heikkenemisestä ja vanhuuden höperyydestä, kuin omien voimavarojen vahvistamisesta. Näin ollen ikäihmisten huomio pyrittiin kääntämään vanhojen asioiden muistelusta johonkin ajankohtaisempaan esimerkiksi erilaisiin harrastustoimintoihin, kuten vaikka käsitöihin. (Saarenheimo 1997, 33.)

Vuonna 1963 Butler julkaisi artikkelin, joka kuohutti vanhustyön kenttää muistelutyön osalta. Artikkelissa hän toi vahvasti esille ajatuksensa, että muistelu vanhusten parissa on täysin luontevaa ja se auttaa ikäihmistä psyykkiseen eheyteen ja voimauttaa heitä. Tällä oli tietynlaisia seurauksia, sillä kun muistelusta alettiin puhua työmuotona, se ikään kuin hävisi tavallisena arkipuheena. Tutkijat kiinnostuivat siitä ja ikäihmisiä alettiin jaotella ”muistelijoihin” ja ”ei-muistelijoihin”. (Saarenheimo 1997, 34.)

Pam Schweitzer on ollut uranuurtaja muistelutyön luovien menetelmien kehittämisessä. Hän perusti Lontoossa vuonna 1983 maailman ensimmäisen Muistojen teatterin. Schweitzerin johdolla ammattinäyttelijät tekivät ikäihmisten muistoja teatteriesityksiksi. Ikäihmiset, jotka olivat jakaneet muistonsa teatteria varten, saivat toimia ohjaajina ja asiantuntijoina. Vuonna 1987 Schweitzer avasi Lontooseen Age Exchange, Reminiscence Centren, jossa kokoontui erilaisia teatteriryhmiä ja toiminta laajeni pian muistorasioihin, teemarasioihin, näyttelyihin sekä kansainväliseen koulutustyöhön. Suomeen Schweitzerin näkemykset rantautuivat vuonna 1995, jolloin Leonie Hohenthal-Antin perusti Kotkaan Muistojen Talon. Muistojen Talolla järjestetään erilaisia muistoihin liittyviä näyttelyitä, muistojen teattereita, erilaisia tapahtumia ja koulutusta sekä työstetään muistorasioita, jotka ovat kuin oman elämän teatterilava. (Hohenthal-Antin 2010, [Viitattu 1.11.2014]; Stevens 2013, [Viitattu 1.11.2014].)

2.2 Muistelun teoreettisia perusteluja

Nykyään muistelua ja muistelemista pidetään tärkeänä osana ikääntyvän kuntouttavaa työtettä. Muistelua osana hyvää ikääntymistä on perusteltu hyvin eri tavoin.

Muistelua on tutkittu muun muassa kehitysvaihetheorioiden kannalta. Eriksonin elämänsäkaariajattelun mukaan ikääntyessä eletyn elämän muistelu on sen iän kehitystehtävän toteuttamista, eletyn elämän eheyttämistä ja hyväksymistä. Myönteisenä pidetäänkin Eriksonin elämänsäkaari-teorian uusimpien tulkintojen näkemystä siitä, että jokaisessa elämänvaiheessa voi paikata edellisiä kehitystehtäviä. Teoriaa on kuitenkin kritisoitu siitä, voiko ihminen aina eheytyä vaikeidenkin elämäkokemusten jälkeen. (Hakonen 2003, 132–133.)

Teoreettisia juuria löytyy myös Cumming ja Henryn kehittämästä irtautumisteoriasta, jolla he perustelevat onnistunutta vanhenemista. He päättelivät, että ikääntyessä ihminen kääntyy sisäänpäin, omaan ajatusmaailmaan, johon kuuluu oman elämän muistelu. Muistelun merkityksen kasvaessa erilaiset aktiviteetit ja sosiaaliset kontaktit vähenevät. Ikäihminen tietyllä tapaa jättäytyy pois yhteiskunnan pyörästä. Irtautumisteoriaa on kritisoitu siitä, että se jättää ikäihmiset hyvin passiiviseen asemaan. Monet ikäihmiset haluavat kuitenkin vielä ikääntyessäänkin viettää aktiivista elämää. (Hakonen 2003, 133.)

Tornstam on kehittänyt irtautumisteoriaa eteenpäin gero-transsendenssi-käsitteeksi. Se tarkoittaa ikäihmisillä ajattelutavan muutosta materialistisesta ja rationaalisesta enemmänkin kosmiseksi ja transsendenttiseksi. Tämä tarkoittaa sitä, että ihminen kokee kosmista yhteyttä ”maailmanhenkeen” ja määrittelee elämässään uudelleen esimerkiksi aikaa ja paikkaa, mutta myös häntä itseään ja suhtautumistaan tulevaan elämän loppumiseen. Tähän kuuluu myös vahvasti jo eletyn elämän muistelu. (Hakonen 2003, 133; Saarenheimo 1997, 43.)

2.3 Muistelu perinteen ja kulttuurin välittämiseksi

Halu muistelun avulla tutustuttaa nuoremmat sukupolvet menneen elämäntavan piirteisiin ja tapoihin näyttäisi ikääntymisen myötä lisääntyvän ja merkitsevän vanhuksille entistä enemmän. Yleensä erilaisista tapahtumista ja traditioista kertomalla yritetään turvata jonkinasteinen jatkuvuuden tunne: kertoja kokee, että itselle merkityksellinen elämänmuoto arkisuudesta ja tavanomaisuudesta huolimatta on saatettava myös nuorempien tietoisuuteen. Muistellessa arkielämän tavanomaisuus muuttuu erikoiseksi, koska sen tavallisuus on jo historiaa ja sellaisenaan nykyhetkestä poikkeavaa. Tähän osittain perustuneekin halu muistella mennyttä, sillä muistellessa se muuttuu joksikin muuksi. Eletty elämä ei enää näyttäytykään vain arjen iloina ja suruina vaan erityisinä asioina, jotka merkityksellistyvät muistelun hetkestä käsin. (Korkiakangas 2003, 176.)

Muistelu, joka painottuu entiseen elämäntapaan liittyvien tietojen ja taitojen siirtoon sukupolvelta toiselle, on kuitenkin aina yhteydessä siihen, millaisia asioita pidetään muistelemisen ja kertomisen arvoisina. Koska mennyttä rakennetaan aina nykyisyydestä käsin, nykyisyys vaikuttaa osaltaan siihen kuinka mennyt nähdään. Ikääntymisen myötä korostuva tulkinta menneisyyden muistojen tärkeydestä voimistaa omaa sukupolvitietoisuutta ja toisaalta tekee muistojen välittämisestä nuoremmille sukupolville entistä tärkeämpää. Menneistä kertominen toimii yhteisen kulttuurisen identiteetin ja jatkuvuuden tunteen turvaajana. Jokaiselle sukupolvelle on tärkeää oman sukupolvitietouden tunnistaminen ja siitä muille kertominen luo jatkumon, jossa elämäntavan ja elämänkulkujen muutokset tai mahdolliset yhteiset piirteet luovat nykyhetkeen turvallisuuden tunteen. Menneiden peilaaminen nykyhetkeen voimistaa muistelijan omien kokemuksien ainutkertaisuutta. (Korkiakangas 2003, 177.)

Perherakenteet ovat kuitenkin vuosien saatossa muuttuneet, eivätkä saman suvun ihmiset välttämättä kohtaa toisiaan enää niin usein kuin ennen. Näin ollen eri sukupolvien kohtaaminen on entistä harvemmassa eikä ikäihmisellä ole mahdollisuutta jakaa ja muistella omaa elämänkertaansa suvun nuoremmille jäsenille. Tähän on tuotu avuksi niin sanottua sukupolvityötä, jossa ikäihmiset vierailevat esimerkiksi päiväkodeissa ja kouluissa kertomassa omasta elämästään ja siitä kuinka se on eronnut nykypäivän elämästä. (Korkiakangas 2003, 177.)

2.4 Muisteleminen eheyttäjänä

Mielen keskeisiä voimavaroja on muistelemisen ja kertomuksen luominen eletystä elämästä. Vanhuuteen sisältyy luonnostaan halua kulkea elämän polkua uudelleen ja muistella sitä etsien merkitystä eletylle elämälle. Siltala (2013) viittaa Saarenheimoon (1996), joka toteaaakin tutkimuksissaan, että muistot nousevat ikäihmisen mieleen tahdosta riippumatta. Ne lähtevät yleensä liikkeelle nykyhetken tilanteesta, joka laukaisee muistoja menneisyydestä. (Siltala 2013, 49.)

Vanhus herää etsimään vastauksia mieleen tuleville kysymyksille: kuka minä olen, mikä on elämäni tarkoitus ja mitä teen elämälleni. Joskus tämä tarve voi olla vaikea tunnistaa ja ikäihminen saattaa oireilla sen takia esimerkiksi fyysisesti eri-laisina kipaina tai esimerkiksi muistin heikentymisenä. Vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa tai esimerkiksi psykoterapialla vanhus voi löytää olemassaolonsa kysymyksiin itse luomansa vastaukset. Vanhus on luonnostaan myös utelias ja mielteliäs. Näin ollen muisteleminen auttaa häntä lähestymään ja työstämään vanhuuteen liittyviä suuriakin muutoksia. Vanhus muistelee erityisesti silloin, kun toinen kuuntelee häntä. Kuuntelijalla onkin tärkeä rooli vanhan ihmisen muistelussa. (Siltala 2013, 49.)

Vanhan ihmisen muistelu on tavallaan kertomuksen etsimistä kokemuksille. Kertojan ja kuuntelijan vuorovaikutuksessa ikäihmisen identiteetti voi voimistua. Vanhukella syntyy muistellessa reflektiivinen suhde itseensä ja kuunteliijaansa. Vanha ihminen saa muistellessa kokemuksen omasta kyvystään hahmottaa ja ymmärtää elämäänsä sekä tunteen siitä, että hän voi itse vaikuttaa omaan elämäänsä. Aika ja sen ulottuvuudet hahmottuvat muistelemisen kautta ikäihmiselle. Muistettu kertomus voi säilyttää kokemusten yhteensopivat ja ristiriitaiset ainekset ja liittää ne kokonaisuudeksi. Kertomuksen sisältämä ristiriitaisuus, epäselvyydet ja aukkokohdat pakottavat kuuntelijan keskittymään aktiivisesti ikäihmisen muisteluun. Näin ollen kertojan ja kuuntelijan välille muodostuu suhde, jossa ilmiöt ja tapahtumat niiden kytköksineen löytävät mielekkyyden. Muistellessa myös kielen käyttö luo uutta kokemusta. Kertomus muodostuu sekä kielellisestä että non-verbaalisesta viestinnästä, esimerkiksi ilmeistä ja käsien liikkeistä. Usein myös kuuntelijassa lähtee liikkeelle oman elämän kertomus, joka vahvistaa niin kertojan kuin myös kuuntelijan mielenmaailmaa. (Siltala 2013, 52–53.)

Ranskalainen sosiologi Maurice Halbwachs (1992) on hahmottanut muistin kollektiivista luonnetta, jonka mukaisesti menneiden asioiden ja tapahtumien mieleen palauttaminen edellyttää kommunikointia muiden ihmisten kanssa. Se, mikä ei ole yhdessä jaettavaa muistiaineista, on unohdettua. Toisaalta muistelllessamme yhdessä muiden kanssa mieleen palauttamamme asiat ovat muutosten ja uudelleen arvioinnin kohteena, jolloin muistelumme menettää yksilöllisen luonteensa ja sulautuu osaksi yhteistä, kollektiivista muistia. (Korkiakangas 2003, 180.)

Kollektiivisen muistin lisäksi puhutaan myös sosiaalisesta muistista, jota kuvaa muistojen jakaminen toisten, itselle läheisten ihmisten tai ihmisryhmien kanssa. Kollektiivisessa ja sosiaalisessa muistissa sisältyy ajatus, että yksilöinä olemme muisteluissamme kuitenkin yhteisömme jäseniä: yhteisö tai myös kulttuuri, jossa elämme, määrittelee suuntaviivat sille, mikä on muistelemisen ja muistamisen arvoista. Voimme jopa ajatella olevamme osana yhteisöllemme tärkeitä tapahtumia, muistamalla sellaista, mitä emme ole itse kokeneet, esimerkiksi historialliset tapahtumat voivat olla osana omia muistojamme. Vaikka muistelu keskittyisikin muistelijaan itseensä, puhutaan silti samanaikaisesti myös toisista ihmisistä, jotka ovat olleet osana omaa elämää. Näin yksilöllinen muistelu nivoutuukin osaksi yhteistä muistelua. (Korkiakangas 2003, 180–181.)

Myös Mäkisen, Routasalon ja Pitkälän (2005) tutkimuksessa nousi esiin mitä ryhmäkeskustelut merkitsivät vanhuksille heidän muutos- ja menetyskokemuksissaan. Vanhukset kokivat merkityksellisinä kokemusten ja muistojen jakamisen sekä lohdun ja myötätunnon saamisen. Tutkimuksen mukaan ryhmäkeskusteluiden avulla ikäihmiset alkoivat nähdä omassa elämäntilanteessaan hyviä puolia ja niiden kautta elämään saatiin taas iloa ja toivoa. Ryhmäistunnot antoivat elämänsisältöä ja tarkoitusta. Elämässä alettiin taas nähdä jatkuvuutta, jota antoivat lapset ja lapsenlapset ja yleensäkin uusi sukupolvi. Keskustelut menneisyydestä liittivät osallistujat historiallisesti yhteen, sillä monia kokemuksia oli saatu ja koettu samoihin aikoihin. Tutkijat korostivat, että mitä paremmin tunnemme ja ymmärrämme ikäihmisten elämänsisältöjä ja menetysten ja muutosten merkityksiä, sitä paremmin voidaan tuella ja kuntoutuksella myös ennaltaehkäistä yksinäisyyden ja masennuksen kokemuksia. (Siltala 2013, 85–86.)

2.5 Muistelun merkitys muistisairaalle ja voimavarakeskeinen vanhustyö

Muistelulla on suuri merkitys muistisairaalle elämässä, sillä se auttaa häntä muistamaan kuka hän on. Luova muistelutyö ikään kuin auttaa ikäihmistä ”olemaan kartalla” niin sekavalta tuntuvassa elämässä. Usein törmätään kuitenkin tilanteeseen, että hoivalaitokseen tulee vanhus, jonka eletystä elämästä hoitajat eivät oikein tiedä mitään, eikä näin ollen tiedetä esimerkiksi mistä hän pitää. Tässä tilanteessa läheiset ovat tärkeässä roolissa ja he voivat tuoda hoivalaitokseen esimerkiksi vanhoja valokuvia tai koulutodistuksia, joista työntekijöiden on helppo jutella asiakkaiden kanssa päivän askareiden lomassa. (Hohenthal-Antin 2013, 24.)

Jo pidemmän aikaa olemme hoitotyössäkkin puhuneet voimavaralähtöisestä työskentelytavasta ja muistisairaalle muisteluttaminen on juuri sitä. Muistisairaalle voimavarojen voidaan sanoa olevan varhaisissa muistoissa, jotka säilyvät mielessä kaikkein pisimpään. Sairauden edetessä vanhuksen identiteetti alkaa murtua ja se rakentuu enää vain varhaisten muistojen varaan. Näin ollen on todella tärkeää, että ikäihminen saa puhua muistoista, joita vielä muistaa, ja tätä kautta tuntea itsensä arvokkaaksi. Ihmisen itsetuntoon vaikuttaa myös hyvin vahvasti se, onko ympärillä ihmisiä, jotka ovat kiinnostuneet kuulemaan hänen elämästään. Näin ollen muistelutuokiot vaikuttavat muistisairaalle itsetuntoon myönteisesti. Voimavaralähtöisen vanhustyön perusideana onkin se, että ihminen nähdään kykenevänä ja osaavana muistisairaudesta huolimatta. (Hohenthal-Antin 2013, 25–26.)

Seuraavassa kappaleessa esittelemme muistelutyön menetelmiä, joita käytetään esimerkiksi Suomessa ja muualla maailmalla.

3 MUISTELUTYÖN MENETELMIÄ

Tässä kappaleessa esittelemme muisto- ja teemarasiatyöskentelyä, muistojen teatteria, sekä tarinnallisia ja visuaalisia muistelutyön menetelmiä. Lopussa käymme vielä läpi jo olemassa olevia muistelukortteja.

Alun perin muistelutyö on tarkoittanut lähinnä muistoista kirjoittamista ja keskustelemista. Sen sijaan luovassa muistelutyössä käytetään taidelähtöisiä ja luovia muistelua virittäviä toimintamuotoja. Siinä tarkoituksena on, että elämäkokemus tulee näkyviin esimerkiksi taiteen tai teatterin keinoin. (Hohenthal-Antin 2009, 23.) Koska muistelutyö on suhteellisen uutta Suomen vanhustyössä, on työn malleja haettu esimerkiksi Englannista, jossa toimii luvussa ”Muistelutyön historia” mainittu muistelutyön keskus. Keskuksella on monenlaista innovatiivista toimintaa: esimerkiksi muisteliteatteria. Heillä on myös laajoja kokoelmia entisaikojen tavaroista, joita lainataan muisteluryhmiä varten. Lisäksi keskuksella on merkittävä rooli koulutustyön saralla. (Hakonen 2003, 134.)

3.1 Muisto- ja teemarasiatyöskentely ja muistojen teatteri

Muistorasia on muisteluprosessin tuloksena syntynyt konkreettinen rasia, eräänlainen eletyn elämän pieni teatterinäyttämö tai visuaalinen elämänkerta. Se voi sisältää esimerkiksi henkilön elämänhistoriaan liittyviä kuvia, valokuvia, esineitä tai muita dokumentteja. Muistorasiatyöskentely voidaan toteuttaa monella eri tavalla. Joko niin, että jokainen osallistuja tekee oman muistorasian tai osallistujat työstävät ryhmässä jonkin valitun teeman pohjalta yhteisen teemarasian. Muistorasiaa tehdessä työstetään omaa identiteettiä, kun taas teemarasiatyöskentelyssä tärkeään rooliin nousee ryhmässä toimiminen. (Hohenthal-Antin 2009, 39–40.)

Muistojen teatterissa ei ole tarkoitus esittää fiktiivisiä tarinoita vaan näyttämölle tuodaan ihmisten elämäntarinoita. Se on teatteria, joka rakentuu muistelutyön periaatteiden ja käytännön pohjalle. Se dokumentoi muistoja, elettyä elämää ja arkea teatterin keinoin. Käsikirjoitus syntyy aina muisteluprosessin pohjalta ja riippuu niistä henkilöistä, jotka tarjoavat omat muistonsa työstettäväksi. Pyrkimyksenä on mah-

dollisimman todentuntuinen kuvaus siitä, miten henkilö on menneisyyden asiat kokenut, tuntenut, ajatellut ja ymmärtänyt. Teatteria voidaan tehdä ammattilaisnäyttelijöiden kanssa tai se voidaan toteuttaa draamana hoivakotiympäristössä. (Hohenthal-Antin 2009, 57–58.)

3.2 Tarinallisia ja visuaalisia muistelutyön menetelmiä

Muistelutyötä tehdään usein spontaanisti ja yksinkertaisesti vain tarinoiden ja muistellen yhdessä. Muistelu ei tarvitse aina mitään rekvisiittaa, sitä ei tarvitse etukäteen suunnitella mutta toisaalta on olemassa alla kuvattuja spesifejä menetelmiä.

Sadutus. Sadutuksen on kehittänyt Monika Riihelä. Sen ideana on kirjata muistiin sadutettavan vapaasti kertoma tarina kaikkine vivahteineen niin, että saduttaja on pelkkä neutraali kuuntelija, ei haastattelija. Idea on joltain osin samankaltainen kuin muistojenteatterin työskentelytavassa. Tärkeintä on saada kuuluviin kertojan ääni. Sadutus etenee niin, että kirjuri kertoo sadutettavalle, että kuuntelee hänen tarinansa ja kirjoittaa sen juuri niin kuin hän sen kertoo, sana sanalta ylös. Kun tarina on valmis, saduttaja lukee sen kertojalle ääneen, tehden korjauksia, jos kertoja niin toivoo. Tässä menetelmässä saduttaja ei ohjaa kertojan tarinan kulkua. Sadutus perustuu ajatukseen, että jokaisella meillä on jotain sanottavaa ja jokainen meistä osaa pukea ajatuksensa sadun tai tarinan muotoon. (Hohenthal-Antin 2009, 87–88.)

Sarjakuvatyöskentely. Sarjakuvassa yhdistyvät tarina ja kuva. Sarjakuvatyöskentelyä voidaan kutsua myös ”kuvasadutukseksi”. Sarjakuva menetelmänä voi kuvittaa ja kertoa perinteistä, muistoista, eletystä elämästä, entisaikojen elämäntavoista tai jonkun yksittäisen ihmisen elämänhistoriasta. Sarjakuvaa ei ole kuitenkaan Suomessa pidetty ikääntyneiden kulttuurina, joten sen takia onkin tärkeää pitää osallistumiskynnys matalana. Ammattipiirtäjä Reima Mäkinen kertookin, että monilla ikäihmisillä on mielenyhtymiä, että sarjakuvat liittyvät aina vitseihin ja kevyeen huumoriin, eivätkä he koe osaavansa piirtää. Tässä on tärkeää kannustaa ikäihmisiä siihen, että tarina on kuvia tärkeämpi ja jokainen saa piirtää omalla tyylillään. (Hohenthal-Antin 2009, 90.)

Skräppäys eli scrapbooking. Yksi uusimmista muistojen säilömistavoista on skräppääminen eli leikekirjan teko. Skräppääminen on luovaa muistelutyötä, joka sopii kaikenikäisille. Se on muistelua, muistojen tallettamista ja mielikuvien luomista. Siinä tehdään omin käsin esine, joka miellyttää myös silmää ja luo sitä kautta myös hyvää oloa. Skräppäys ei varsinaisesti ole askartelua, mutta siinä voidaan esimerkiksi leikellä valokuvista erimuotoisia ja asetella niitä albumiin niin kuin omaa silmää miellyttää. Apuna käytetään erilaisia koristeita ja kauniita papereita. Kuviin liitetään kertomuksia ja tarinoita, mitä kuvissa tapahtuu ja keitä niissä on. (Hohenthal-Antin 2009, 92.)

Kuva- ja värityöskentely. Värin ja kuvan kanssa työskentely toimii hyvin muistelutyön välineenä. Kuvan ja värin avulla muistoista tulee näkyviä ja menetelmä toimii myös dementoituneiden kanssa, sillä muistihäiriö ei ole este maalata omia tunteita ja muistoja paperille. Usein muistoissa on vahvana lapsuus, koti, läheiset, eläimet ja luonto. Moni aikuinen ei ole kuitenkaan koulun jälkeen tarttunut siveltimeen, joten kynnys maalaamiseen on monelle todella korkea. Sen takia onkin erityisen tärkeää kannustaa ja luoda avoin ilmapiiri, jolla viestitään, että jokainen on oman elämänsä taiteilija. (Hohenthal-Antin 2009, 94.)

3.3 Olemassa olevat muistelukortit

Muistelukortteja on kehitetty viime vuosina jonkun verran. Niistä esimerkkeinä meillä on tässä työssä Myönteisen muistelun kortit ja MUIKKU-laatikko, jotka ovat inspiroineet meitä omien korttien suunnittelussa.

Myönteisen muistelun kortit. Myönteisen muistelun kortit ovat tehty kehittämissyönä yhdessä Eläkeliiton TunneMieli, Eläkkeensaajien Keskusliiton Elinvoimaa sekä Vanhus ja lähimmäispalvelun liiton Etsivä mieli -hankkeiden kanssa. Kortit ovat palvelumuotoiltu ikäihmisten kanssa yhteiskehittämisen menetelmien avulla. Korttien tavoitteena on nimensä mukaisesti nostaa myönteisiä mielikuvia, jonka avulla on mahdollisuus tarkastella ja ymmärtää positiivisessa valossa elettyä elämää ja vahvistaa minuuden tunnetta. (Suomen mielenterveysseura 2015). Korteissa on yksi lause, johon osallistujat vastaavat henkilökohtaisesti. Lauseita on esimerkiksi: ”Tätä ihmistä ihailen” tai ” Nuoruuden mieliruokani”. Maununahon mukaan kortteja

on testattu sekä ryhmätyöskentelyssä että yksilötyöskentelyssä hyvin kokemuksiin. Tarkempaa palautetta tullaan tekemään vielä vuoden 2015 aikana. (Maununaho 2015.)

MUIKKU-laatikko. MUIKKU- laatikko on syntynyt Keski-Suomen Muistiyhdistyksen toimesta. Se on suunnattu ensisijaisesti muistisairautta sairastavien ja ikääntyvien muisteluryhmien vetäjille työvälineeksi, mutta myös kotona tapahtuvaan muistelu-hetkiin materiaali on sopivaa. Laatikko sisältää monipuolisesti muistisairaille sopi-vaa aktiviteettia. Sieltä löytyy muun muassa liikunta- ja laulutuokioihin vinkkejä, sa-nanlaskuja, leikkejä, kilpailuja, yleis- ja perinnetietoa ja erilaisia kuvakortteja. Laati-kon voi tilata Muistiyhdistykseltä. (Keski-Suomen muistiyhdistys, [viitattu 26.7.2015].)

MUIKKU-laatikossa olevat kuvakortit on tehty yleisistä kuvista, ei niinkään henkilö-kohtaisista valokuvista. Seuraavassa luvussa keskitymme siihen, miten eri tavoin valokuvan avulla voidaan työskennellä sosiaali- ja terveysalalla.

4 VALOKUVAN AVULLA TYÖSKENTELY

Tässä luvussa keskitymme siihen, kuinka valokuvaa hyödynnetään esimerkiksi erilaisissa terapioidissa ja millaisia valokuvakortteja markkinoilla on.

Valokuvien avulla muistelu on hyvin tyypillistä iäkkäille. Valokuvat tuovat eletyn elämän tähän päivään ja kuvassa välittyvä tunnelma voidaan kokea uudelleen. Tärkeitä valokuvia säilytetään piirongin päällä tai albumeissa, niissä esiintyy usein iäkkäille läheisiä henkilöitä ja kuvien kautta esitellään omaa henkilöhistoriaa. Kuvien ollessa lähellä ja helposti käytettävissä, iäkkään kanssa saadaan helposti järjestettyä välitön muistelutuokio.

Valokuva yhdistää valon ja kuvan voiman. Valokuvalla voidaan tuoda näkyväksi asioita, joihin pelkät sanat eivät riitä. (Halkola 2009, 13.) Valokuvat toimivat muistojen herättäjänä hyvin. Varsinkin valokuvat, jotka liittyvät vahvasti muistelijan omaan elämään, herättävät yleensä voimakkaita muistoja. Tällaisia ovat esimerkiksi koulu-, rippi- ja hääkuvat. Myös lehdissä olevat kuvat voivat herättää muistoja elämään vaikuttaneesta tilanteesta, esimerkiksi sodasta. Tämä tarkoittaa siis sitä, että valokuvan tai kuvan ei tarvitse olla välttämättä muistelijasta itsestä, että se herättäisi muistoja ja tähän pohjaa myös meidän suunnittelemamme muistelukortit. (Hohenthal-Antin 2013, 54–55.)

Valokuvaa käytetään hoidollisessa työssä monin eri tavoin. Käyttö ulottuu kuvien, kuten perhevalokuvien, katselusta erilaisiin luoviin hyvinkin henkilökohtaisiin kuvaustilanteisiin. Valokuvaterapian uranuurtaja Judy Weiser jakaa menetelmät viiteen luokkaan:

- 1) Asiakkaan itse ottamat ja luovat kuvat, myös hänen keräämänsä kuvat.
- 2) Asiakkaasta otetut kuvat (poseeratut ja spontaanit)
- 3) Omakuvat (asiakkaan itsensä tekemät kuvat)
- 4) Perhe kuvat ja muut omaelämäkerralliset kokoelmat
- 5) Kuvaprojektiot (kuvia otettaessa jo tietoisuus siitä, että kuvan merkitys on ensisijaisesti katsojan oma prosessi) (Halkola ym. 2009, 18.)

Tämän Weiserin luokituksen mukaan me käytämme työssämme kohtaa numero viisi, sillä meidän kuvamme on kuvattu ajatuksella, että ne tuovat katsojalle mielikuvia ja muistoja, joissa on tunnetta mukana.

Terapeuttisessa työssä käytetään kuvia, jotka ovat merkityksellisiä asiakkaalle itselleen ja kuvien kautta työstetään muutosta, itsehavainnointia ja ymmärrystä. Valokuvaterapiassa aistit herkistyvät ja tunteet ja muistot ovat voimakkaasti läsnä. Valokuvia prosessoimalla voidaan nähdä eletty elämä uudessa valossa, voi oppia itsestään uutta ja tarvittaessa valokuva antaa mahdollisuuden muuttaa tulevaisuuden toiveita. (Halkola, 2009, 13). Halkola (2009, 15) kiteyttää valokuvaterapian hyvin yksinkertaiseen lauseeseen: ”Valokuvaterapia on valokuvan ja valokuvauksen menetelmällistä käyttöä psykoterapiassa tai terapeuttisessa työssä”. Valokuvaterapian menetelmät voivat sisältää asiakkaan oman eletyn elämän valokuvien käyttämistä, kuvainnollisten kuvien käyttämistä ja uusien valokuvien luomista ja niiden käyttämistä hoidollisena välineenä. Toisin sanoen, jokainen meistä voi ”arkimuisteluttaa”, jolla tarkoitetaan ikäihmisen kanssa muistelua arkipäivän eri tilanteissa, varsinaisen valokuvaterapian ohjaamiseen tarvitaan ammattilainen.

4.1 Valokuvien käyttö terapeuttisena työvälineenä

Kuten jo edellä kerrottiin, valokuvia voidaan käyttää muun muassa psykoterapiassa ja terapeuttisessa työssä. Näiden menetelmien ero on se, että psykoterapiassa tavoitteena on hoitosuhteessa määritelty tavoite. Valokuvat sekä valokuvaus ovat osa terapiaa. Taas terapeuttisessa työssä tavoitteena on esimerkiksi kuntoutus, luova toiminta, työhyvinvoinnin edistäminen tai muu yleiseen hyvinvointiin vaikuttaminen. Psykoterapiaa ohjaa psykoterapeutti, valokuvien avulla tehtävää terapeuttista työtä voi tehdä jokainen sosiaali- ja terveysalan työntekijä, jolla on ammatillinen pätevyys. (Halkola, 2009, 15). On siis tärkeää ymmärtää valokuvaterapian ja terapeuttisen valokuvien käytön hiuksen hieno ero.

Sosiaali- ja terveysalan henkilöstön ennaltaehkäisevä, kuntouttava ja hoitava valokuvien käyttö on terapeuttista valokuvaterapiaa. Ja koska valokuvaus on viestinnällinen väline, se ei vaadi kuvaajalta taiteellista eikä teknistä osaamista.

Valokuvia käytetään työntekijän ja asiakkaan välisessä vuorovaikutuksessa tuoden esiin muistoja ja tunteita. Kuvia käytetään myös informaation ja ajatusten välineenä sekä luomaan uusia mielikuvia. Valokuvat ovat kuin nähtävissä olevia jalanjälkiä, joita seuraamalla vanhat tarinat alkavat elää uudelleen ja syntyy uusia kokemattomia tarinoita. (Suomen valokuvaterapiayhdistys [Viitattu 20.11.2014].)

Valokuvaus on monipuolista viestintää, olipa se sitten kuvaamista omaksi ilokseen tai ammattilaisen kuvaamista mainoksiin, sanoma- ja aikakauslehtiin tai muuhun vastaaviin. Valokuvalla on aina katsojansa ja jokainen heistä tulkitsee omalla tavallaan näkemänsä kuvan. Vaikka kuvaajan tehtävä on kuvan avulla ”kertoa” sanottavansa, niin lopullinen tulkinta jää aina kuvan katsojan tehtäväksi. (Hietaharju 2010, 4-5). Hietaharju (2010, 5) lisää, että kuvan tulkinnassa ei ole tärkeää kuvan ymmärtäminen vaan mielikuvituksen rohkea käyttö ja tunteiden kautta näkeminen. Sillä se minkä me kuvassa näemme, ei ole itse kuvassa, vaan se on meillä mielessä ja mielikuvissa.

4.2 Valokuvakortit

Halkola (2009, 183) esittelee kolmet erilaiset kuvakortit joita voi käyttää terapeutissa työssä ja ohjauksessa.

Photolangage. Photolangage on ranskalaisten Alan Babtiste ja Claire Belislen vuonna 1968 kehittänyt menetelmä, joka perustuu valokuvien katseluun, niistä puhumiseen ja tarinoiden kerrontaan. Menetelmässä keskitytään yhtäaikaaisesti ryhmätyöskentelyyn, kuvien havainnointiin, jokaisen katsojan henkilökohtaisiin tulkintoihin ja suulliseen ilmaisuun. Photolangageissa käytetään yksinomaan mustavalkoisia kuvia, joissa esiintyy niin luonto kuin ihmisetkin. Menetelmään osallistuvien ei oleteta kommentoivan kuvien esteettisyyttä tai sisältöä vaan heitä kannustetaan kertomaan kuvista omia kokemuksia ja tunteita. Toisin sanoen kuvien tarkoitus on stimuloida ja tuoda julki kuvan katsojan omia henkilökohtaisia mielikuvia. (Halkola 2009, 183.)

Visual Kits. Visual Kits on valokuvaaja, psykiatri Joel Walker luoma valokuvakorttisarja. Kuvat kortteihin syntyivät kuin vahingossa, sillä hänellä oli valokuvanäyttely

New Yorkissa jossa hän oli itse usein paikalla pyrkien vuorovaikutukseen asiakkaiden kanssa. Keskusteluiden lomassa hän huomasi kuvien vaikutuksen katsojaan ja heidän syvällisiinkin tunnetiloihin, joita kumpusi kuvia katsoessa. Walker alkoi tutkia näyttelyn jälkeen kuvien vaikutusta, jotkut kuvat vaikuttivat katsojaan negatiivisesti ja toiset taas positiivisesti. Walker havaitsi, että valokuvien käyttö soveltuu hyvin ihmisille, joiden on vaikea tuoda puhumalla itsensä julki tai joilla on joku traumatisoiva tapahtuma taustalla. (Halkola 2009, 183.)

Spectro- valokuvakortit. Spectro-valokuvakortit syntyivät kirjoittaja Ulla Halkolan käsissä erilaisten assosiatiivisten kuvien innoittamana. Hän on pyrkinyt valitsemaan kortteihin kuvia, joiden avulla erilaisten tunnetilojen ja kokemusten kuvaaminen/kertominen on mahdollista. Korttien avulla voidaan kertoa asioita, jotka tuovat esiin katsojan voimavarat ja selviytymiskeinot. Spectro-kuvakortteja on kolme eri sarjaa, jossa jokaisessa pakassa on oma teemansa. (Halkola 2009, 183.)

Valokuvakortit sopivat hyvin käytettäväksi niin ryhmätilanteissa kuin yksilötuokiosakin. Niiden avulla on helppo tuoda esiin ihmisen yksilöllisyyden, erilaisuuden ja erityisyyden. Kortit ovat kaikki samanarvoisia, mikään kortti ei ole toistaan parempi tai huonompi. Kuvan merkitys on katsojalla itsellään ja hän kokee valitsemansa kuvan omalla tavallaan.

5 VALOKUVAMUISTELU

Tässä luvussa keskitymme kertomaan muistelusta valokuvien avulla. Edellisessä luvussa kerroimme, kuinka valokuvaa hyödynnetään esimerkiksi terapiatyössä mutta tässä luvussa keskitymme siihen, kuinka valokuvia hyödynnetään muistelun apuvälineenä ja kuinka ne vaikuttavat ihmiseen.

Valokuva sekä itse kuvaustilanne herättävät ihmisissä erilaisia kehollisia reaktioita, sillä kuvat vaikuttavat meidän kaikkiin aisteihimme, tunteisiimme ja muistoihimme. Kuvaan tallentuu muisto valokuvaustilanteesta ja kuvaa katsellessa keho palautuu kyseiseen kuvanottohetkeen ja hetken tunnelma palautuu mieleen yksityiskohtineen. Kuvasta voi löytää merkityksiä, jotka liittyvät omaan elämään ja auttavat ymmärtämään ja hyväksymään sitä. On myös todettu, että omakuva, joka tuo ihmiselle mielihyvää, voi auttaa korjaamaan mielikuvaa omasta itsestään. (Savolainen 2013, [Viitattu 10.5.2015].)

Yksi valokuvan ehkä vahvimista merkityksistä on ja tulee aina olemaan sen arvo dokumenttina ja todisteena tapahtuneesta tilanteesta. Näiden dokumenttien avulla pystymme palaamaan kuvattuihin hetkiin ja muistelemaan niissä esiintyviä ihmisiä. Muistaminen ei ole kuitenkaan vaan asioiden ja tapahtumien nimeämistä vaan se on syvällistä pohdintaa tapahtumien syistä ja seurauksista, eri henkilöiden rooleista ja luonteenpiirteistä sekä omasta roolista tapahtumien kulussa. (Saraste 1996, 128.)

Vaikka valokuvalla on todistetusti suuri vaikutus ihmiseen ja se auttaa muistelemaan tilanteita, jotka olemme jo eläneet, käytetään niitä harmittavan vähän vanhustyössä. Kohtamäki ja Palomäki kertovat artikkelissaan siitä, kuinka valokuvamuistelua tehdessä laitoksessa asuva ikäihminen saa huomiota yksilönä ja saavuttaa helposti tunteen, että juuri hänen historiansa kiinnostaa muita. He myös kertovat, että nimenomaan valokuvien avulla voidaan korostaa ikäihmisen yksilöllistä identiteettiä, esimerkiksi tiettyyn sukuun kuulumista tai omaa ammattia ja työtä, jota on elääkseen tehnyt. Identiteetin korostaminen auttaa vanhusta huomaamaan, että hän ei ole pelkkä hoidettava vaan yksilöllinen ihminen ja tällä taas on itsetuntoa kohottava vaikutus. (Kohtamäki & Palomäki 2010, 35–47.)

6 KEHITTÄMISTYÖN TOTEUTUS

Tässä luvussa kerromme tarkemmin opinnäytetyömme tutkimuskysymykset ja tavoitteet, myös yhteistyötahoista on oma pieni lukunsa. Näiden jälkeen peilaamme opinnäytetyötämme geronomin kompetensseihin ja pohdimme kehittämistyömme vaiheita ja tutkimusmenetelmän valintaa.

6.1 Opinnäytetyön tavoitteet ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyömme tarkoituksena on tuottaa uusi työkalu muistelutuokioon. Muistia ikä kaikki -muistelukorttien tavoitteena on, että muistisairaissa ikäihmisissä heräisi positiivisia muistoja ja korttien käytön myötä heille annettaisiin mahdollisuus osallisuuden ja sosiaaliseen kanssakäymiseen. Korteilla voi myös pelata muistipeliä, sillä jokaista kuvakorttia on kaksin kappalein. Tutkimuksen edetessä tavoitteeksi nousi luoda kuvien kautta hyvä muisteluhetki jokaiselle ikäihmiselle, sillä meillä kaikilla on tarve muistella elettyä elämää.

Tutkimuskysymyksemme ovat

- 1) Miten vuotuisperinteet ja perhejuhlat soveltuvat muistelukorttien teemoiksi?
- 2) Mitä täytyy ottaa huomioon muistelukorttien suunnittelussa, sommittelussa ja teettämisessä?
- 3) Millaisia muistoja vuotuisperinteet ja perhejuhlat herättivät iäkkäissä?

6.2 Yhteistyötahot

Yhteistyötahomme olivat Etelä-Pohjanmaan Muistiluotsi ja JIK peruspalveluliikelaitoskuntayhtymä. Otimme ensimmäiseksi yhteyttä Etelä-Pohjanmaan Muistiluotsin aluejohtajaan Minna Huhtamäki-Kuoppalaan ja kysyimme Muistiluotsia yhteistyöhoksemme. Muistiluotsi toimii Raha-automaattiyhdistyksen rahoittamana ja sen

päämääränä on luoda ja ylläpitää Etelä-Pohjanmaan alueella asiantuntija- ja tukikeskustoimintaa. Muistiluotsin tehtävänä on muun muassa tukea ja neuvoa muistisairaita ja heidän omaisiaan, kehittää vapaaehtois- ja vertaistoimintaa ja järjestää tilaisuuksia ja ryhmätoimintaa (Muistiyhdistys 2014, [Viitattu 14.3.2015]). Halusimme laajentaa korttien käyttöaluetta, joten otimme yhteyttä myös JIK:in ja teimme heille tutkimuslupahakemuksen. JIK-peruspalveluliikelaitoskuntayhtymän tehtävänä on tuottaa jäsenkunnilleen (Jalasjärvi, Ilmajoki ja Kurikka) kuuluvat terveyden- ja sairaanhoitopalvelut, vanhustenhuollon palvelut, ympäristöterveydenhuollon palvelut sekä Kurikan ja Jalasjärven sosiaalitoimen palvelut (JIK ky, [Viitattu 14.3.2015]).

Työskentely yhteistyötahojen kanssa oli mutkatonta ja heiltä saamamme tuki ja palaute auttoivat aina opinnäytetyössämme eteenpäin. JIK:n ja Muistiluotsin kautta saimme korteille hyvät tutkimusryhmät, jotka he olivat valinneet meille valmiiksi. Muistiluotsin asiakkaista osa on jo työikäisenä sairastunut muistisairauteen kun taas JIK:n ryhmissä asiakkaat saattoivat olla hyvinkin iäkkäitä ja terveitä. Vaikka ajatuksenamme olikin tuottaa muistelukortit muistisairaille, oli hienoa huomata, miten jokainen osallistunut oli kiinnostunut korteista.

6.3 Geronomin näkökulma opinnäytetyöhömmme

Tavoitteenamme on toteuttaa työmme kautta geronomien kompetensseja, jotka ovat kuvattu vuoden 2012–2013 geronomien koulutuskohteisessa opinto-oppaassa. Tärkeimpinä näistä itse koimme työn avulla saadun innovaatio-, asiakastyön- ja dementia työn osaamisen ja vanhuksen terveyden, toimintakyvyn ja sosiaalisen osallisuuden edistämisen. Innovatiivinen osaaminen oli vahvasti läsnä koko prosessin ajan. Ilman innovatiivista ja positiivista asennetta, tämän tyyppistä työtä ei olisi voinut toteuttaa. Asiakaslähtöinen ajatusmalli kannatteli koko opinnäytetyömme prosessia. Korteihin kuvattiin niitä muistoja, mitä haastattelussa tuli esille ja niiden avulla yhteistyö- ja viestintätaitomme ovat kehittyneet työn edetessä. Olemme luoneet tärkeitä työelämäyhteyksiä, jotka kantavat hedelmää jo opiskelumme tässä vaiheessa. Muistityön tietotaidon soveltaminen opinnäytetyöhön on tullut luonnostaan

ja teoriaosuuden sisäistäminen on tuonut meille varmuutta muistisairaiden iäkkäiden kohtaamiseen ja heidän kanssaan työskentelyyn. Iäkkään terveyden, toimintakyvyn ja sosiaalisen osallisuuden edistäminen on yksi työmme tärkeimmistä tavoitteista. Kuvien kautta tuomme heille mahdollisuuden kertoa omasta elämästään ja näin ollen tarjoamme heille hetken tulla kuulluksi ja nähdyksi. Näiden kautta voidaan edistää voimaantumista ja valtaistamista ja dialoginen suhde hoitohenkilöiden kanssa paranee. Geronomien kompetenseissa puhutaan myös psykososiaalisen ja luovien menetelmien käytön tärkeydestä vanhustyössä ja juuri tätä meidän opinnäytetyömme on. Käytämme luovia menetelmiä ehkäisevässä ja kuntouttavassa vanhustyössä ja tarjoamme henkilökunnalle helpon tavan lähestyä iäkästä ihmistä niin yksilönä kuin ryhmässä.

6.4 Kehittämisenäkökulma ja sen tarkentuminen

Kun yhteistyötahot ja sopimukset olivat valmiina, alkoi kuvien teemojen pohtiminen. Miten saisimme korttimme eroamaan jo markkinoilla olevista muistelukorteista? Mitkä kuvat ja teemat herättävät muistoja ja tunteita? Tavoitteenamme oli tuottaa kuvia teemoista, jotka jokainen iästään huolimatta olisi kokenut. Mind map-tyyppisen pohdiskelun jälkeen saimme idean vuotuisperinteistä ja juhlapäivistä, jotka jokainen on vuosittain saanut nähdä ja elää. Otimme kalenterin esille ja valitsimme sieltä ne vuotuispäivät, jotka mielestämme olivat niitä niin sanottuja tärkeimpiä vuotuispäiviä vuoden kierrosta.

Jo työn alkumetreille pohdimme kovasti, mikä tutkimusmenetelmä palvelisi meitä parhaiten. Pitkään ajatuksena oli toimintatutkimuksen hyödyntäminen, mutta emme kokeneet, että se olisi sopinut täysin työhömmme. Ohjauskäyntien kautta kuulimme palvelumuotoilusta, mikä oli meille kummallekin terminä täysin uusi. Päätimme kuitenkin tutustua aiheeseen, sillä palvelumuotoilu on nouseva trendi myös sosiaali- ja terveysalalla. Ensin se ei menetelmänä auennut ja pitkään pohdimme, että onko tämä mitä edes teemme, palvelumuotoilua. Kun kuitenkin paneuduimme koko ajan enemmän aiheeseen, aloimme löytää yhtymäkohtia siitä ja työstämme.

Työmme kannalta meidän oli myös tärkeää perehtyä vuotuisperinteisiin ja niiden historiaan, sillä ajan saatossa vuotuisperinteet ovat muuttaneet muotoaan, osa

enemmän ja osa vähemmän. Jaoimme aiheet kahteen ja kumpikin perehtyi omaan osaansa ja kirjoitti siitä tiivistelmän, jotka sitten yhdessä luettiin läpi. Yritimme etsiä tietoa perinteistä, jotka olivat nousseet nimenomaan muisteluhetkissä ilmi, sillä halusimme kortteihin kuvat, jotka myös herättäisivät muistoja. Myös palvelumuotoilu korostaa asiakkaan mielipiteen huomioimista ja hänen intressien hyödyntämistä, joten oli tärkeää, että korttien kuvat olisivat sellaiset, joista heräisi muistoja.

Seuraavassa luvussa perehdymme tarkemmin palvelumuotoiluun ja sen periaatteisiin, sekä kerromme opinnäytetyöstämme palvelumuotoilun näkökulmasta.

7 PALVELUMUOTOILU

Kehitimme valokuvamuistelukortit käyttäen soveltavasti palvelumuotoilumenetelmää. Palvelumuotoilu on melko uusi menetelmä sosiaali- ja terveysalalla, mutta mielestämme se tuki parhaiten opinnäytetyömme prosessia. Kuten palvelumuotoilussa, niin meidänkin työssä, tärkein kohde on asiakas ja hänen tarpeensa.

Marc Stickdorn kuvaa palvelumuotoilua seuraavasti:

Palvelumuotoilun vahvuus on se, ettei sitä ole tarkkaan määritelty, eikä se siten ole rajattu osaamisalue vaan pikemminkin yleinen ajatustapa, prosessi ja työkaluvalikoima, joka pohjautuu useisiin osaamisalueisiin muotoilusta insinööritieteisiin ja johtamisesta yhteiskunnallisiin tieteeniin. Kaikki osaamisalueet voivat käyttää tätä jaettua ajatusmallia yhteisenä kielenä kehittäessään menestyviä palveluita. (Marc Stickdorn (2011).)

Palvelumuotoilu on käsitteenä laaja. Voimaa taiteesta – hanke määrittelee sen julkaisussaan palveluiden kehittämiseksi muotoilun keinoja hyödyntäen. Siinä olemassa oleva palvelu jaetaan osiin ja niiden arvioimisen kautta kehitetään tuotteesta tai palvelusta entistä parempi (Tutkivan teatterityönkeskus 2013, 16). Tuulaniemi (2011) täydentää kirjassaan, että palvelumuotoilu ei ole uusi innovaatio, vaan se pikemminkin tuo vanhoja asioita uudella tavalla yhteen. Palvelumuotoilussa avainasemassa on asiakas, joka tuotetta tai palvelua tulee käyttämään, tässä tapauksessa iäkäs ihminen. Kun asiakas on mukana tuotteen suunnittelussa alusta lähtien, syntyy parempia palveluita ja tuotteita, joita taas entistä useammat ihmiset käyttävät. Näin ollen tuotteen käyttöarvo on parempi. (Tuulaniemi 2011, 14–15.) Meidän muistelukorttiemme kuvaideoina ovat olleet asiakkaiden omat muistot, näin ollen asiakas on ollut korttien suunnittelussa avainasemassa.

7.1 Palvelumuotoilun periaatteet

Palvelumuotoilun peruseriaatteita ovat muun muassa asiakaslähtöisyys, palvelupolku, konkreettisuus ja kokonaisvaltaisuus. Asiakaslähtöisyydellä tarkoitetaan sitä,

että palvelua pyritään tarkastelemaan mahdollisimman hyvin asiakkaan näkökulmasta (Tutkivan teatterityön keskus 2013, 16). Tuulaniemi (2011) puhuu asiakaslähtöisyyden lisäksi asiakaskokemuksesta, joka on terminä laajempi. Se jaetaan kolmeen tasoon: toimintaan, tunteisiin ja merkityksiin. Toiminnan tasolla tarkoitetaan palvelun kykyä vastata asiakkaan tarpeisiin, esimerkiksi kuinka helppo asiakkaan on hahmottaa palvelu tai onko saatava palvelu tarpeeksi monipuolinen. Meidän korteissamme tämä tarkoittaa sitä, kuinka helposti korttimme herättävät muistoja ja ovatko valitsemamme teemat tarpeeksi monipuolisia. Tuulaniemi kutsuu tätä tasoa palvelun hygieniatasoksi: tason vaatimusten tulee täyttyä, että palvelulla on edes mahdollista olla markkinoilla. Tunnetasolla tarkoitetaan sen sijaan asiakkaalle syntyviä tunnekokemuksia palvelusta, onko palvelun käyttäminen mielekästä ja kiinnostavaa. Korteissamme olemme pyrkineet siihen, että kohderyhmä on itse saanut kertoa omia perhejuhla- ja vuotuisperinnemuistojaan, joiden pohjalta olemme sitten korttien kuvat rakentaneet ja tällä pyrkineet siihen, että kortteja olisi mielekästä käyttää. Merkitystasolla asiat menevät hieman vielä eteenpäin tunnetasosta, sillä tällä tarkoitetaan kokemukseen liittyviä mielikuva- ja merkitysulottuvuuksia. (Tuulaniemi 2011, 37.) Olemme itse pyrkineet, että korteista nousisi pääasiassa positiivisia merkityksiä ja ajatuksia, mutta emme voi tietenkään tietää, mikäli joku kuva, jonka me ajattelempa olevan positiivinen, aiheuttaa jollain toisella negatiivisen ajatuksen.

Palvelupolulla tarkoitetaan asiakkaan palvelukokemusta. Palvelupolku kuvaa, miten asiakas kokee palvelun tietyllä aikavälillä. Palvelupolku voidaan jakaa eripituisiin osiin, jotka muodostuvat palvelutuokioista ja palvelun kontaktipisteistä. Palvelutuokioksi voidaan kutsua hetkeä, jona asiakas kohtaa jonkin osa-alueen palvelusta, kun taas kontaktipisteillä tarkoitetaan yksityiskohtia, joista palvelutuokiot koostuvat, kuten esimerkiksi ihmiset, ympäristöt, esineet ja toimintatavat. Palvelumuotoilussa onkin nähtävillä muotoilulle hyvin perinteinen ongelmanratkaisukeino: ongelma jaetaan useampaan osaan ja ratkaistaan osa kerrallaan. (Tuulaniemi 2011, 39.)

Konkreettisuudella tarkoitetaan sitä, että idea todetaan käytännössä toimivaksi esimerkiksi piirtämisen tai draaman avulla. Asiakkaan asemaan asettuminen voi herättää ajatuksia tai kysymyksiä, joita ei suunnittelijan roolissa olla tajuttu huomioida.

On myös tärkeää tarkastella palvelua kokonaisuutena, vaikka se muodostuukin useammasta palvelutuokiosta. Tällöin pystytään tarkastelemaan onko palvelu sujuvaa ja kokonaisvaltaista. (Tutkivan teatterityön keskus 2013, 16; Miettinen 2011, 21.)

7.2 Palvelumuotoilun prosessi

Palvelun kehittäminen on aina tapauskohtaista ja ainutkertaista, sen takia on vaikeaa kuvailla palvelumuotoilun prosessi täysin yhdenmukaiseksi. Ei ole siis mahdollista kuvata yhtä kaavaa, jonka mukaan kaikki palvelumuotoilun prosessit aina etenisivät. (Tuulaniemi 2011, 55.)

Palvelumuotoiluprosessi alkaa määrittelyllä, sillä kaikkien suunnitteluprojektien alussa määritellään projektin tavoitteet. Meidän kohdallamme se tarkoitti opinnäytetyön tavoitteiden määrittelemistä, jotka on kerrottu luvussa 7.1 ”Opinnäytetyön tavoitteet ja tutkimuskysymykset”. Tässä vaiheessa selvitetään, mitä ongelmaa on tarkoitus ratkaista ja mitä tavoitteita tilaajalla on sen suhteen. Määrittely-vaiheen alle kuuluu myös esitutkimus, jonka tarkoituksena on, että palvelumuotoilija tutustuu palvelua tarjoavaan organisaatioon ja sen tavoitteisiin. (Tuulaniemi 2011, 56–59.) Meille yhteistyötahot olivat oikeastaan jo ennalta tuttuja, joten meidän ei tarvinnut tutustua heidän toimintaansa. Sen sijaan tutustuimme heidän ohjaamiinsa ryhmiin, joissa meidän oli tarkoitus esitutkimustamme tehdä.

Tutkimusvaiheen alle kuuluu asiakasymmärrys ja strateginen suunnittelu. Asiakasymmärryksellä tarkoitetaan sitä, että suunnittelija pyrkii ymmärtämään tilaajan odotukset, tarpeet ja tavoitteet. Tässä välissä keskitytään keräämään ja analysoimaan asiakastietoa, joka ohjaa suunnittelua. Meillä tämä tarkoitti muistelukertojen pitämistä niin Muistiluotsin ryhmissä kuin myös JIK:in Kotokartanon päivätoiminnassa ennen korttikuvien suunnittelua. On tärkeää tunnistaa ihmisten tarpeet ja motiivit, että palvelulla olisi mahdollisuus menestyä markkinoilla. Asiakasymmärrystä voidaan kerätä esimerkiksi erilaisilla haastatteluilla ja kyselyillä tai esimerkiksi ottamalla kohderyhmän mukaan palvelun suunnitteluun, niin kuin me tavallaan teimme. Muistelukertoja ohjatesa kerroimme aluksi, että teemme opinnäytetyötä ja haluaisimme kerätä ja kuulla heidän muistojaan erilaisista vuotuisperinteistä ja juhlapyhistä, joita voisimme sitten hyödyntää suunnitellessamme muistelukortteja. Tästä seuraavaksi

siirrytään strategiseen suunnitteluun, jossa tarkoituksena on tarkentaa jo tehtyä suunnitelmaa tulevasta työstä. Tässä vaiheessa isommat organisaatiot valitsevat yleensä tietyn strategian, jonka mukaan he lähtevät viemään projektia. (Tuulaniemi 2011, 61–62.)

Suunnitteluvaiheen alle kuuluu ideointi ja konseptointi. Ideoinnin tarkoituksena on kehittää mahdollisimman monia ratkaisuehdotuksia esillä olevaan ongelmaan. Tarkoituksena on tuottaa ensin ideoita mahdollisimman avoimin mielin niin paljon kuin keksitään ja sen jälkeen niitä aletaan karsia toteuttamismahdollisuuksien mukaan. Tämä vaihe näkyi meillä korttikuvien suunnittelussa ja korttien valmistuksessa. Aluksi pyrimme mahdollisimman avoimin mielin, toteutustapoja miettimättä, heittelemään ideoita, joita voisimme käyttää kunkin perhejuhlan ja vuotuisperinteen kuvaan. Niistä sitten lähdimme karsimaan sellaisia ideoita, joita oli mahdollisuus toteuttaa ja jotka vastaisivat muistelutuokioissa heränneitä muistoja. Konseptoinnissa sen sijaan esitellään palvelun keskeinen idea. Palvelukonsepti muodostuu suunniteltavan palvelun palvelupolusta, johon on kuvattu palvelutuokiot ja kontaktipisteet. Suunnitteluun kuuluu myös palveluiden prototypointi. Prototyypillä tarkoitetaan erään määrittelyn mukaan ensimmäistä ja alkuperäistä versiota. Palvelumuotoilussa sillä tarkoitetaan mallin rakentamista suunnittelun ja kehittämisen tueksi ja avuksi. Prototypoinnilla voidaan esimerkiksi testata toimiiko palvelu niin kuin on suunniteltu ja onko palvelu asiakkaan näkökulmasta tarpeeksi mielenkiintoinen. (Tuulaniemi 2011, 78–85.) Meillä prototypointivaiheeseen kuului korttien testaaminen JIK:n Kotokartanon päivätoiminnassa ja Muistiluotsin ryhmissä. Ryhmien ohjaajille lähetettiin palautelomake (liite 3.), jossa he vastasivat laatimiimme kysymyksiin. Lisäksi lomakkeessa oli mahdollisuus avoimen palautteen antoon.

Tuotantovaiheen alle kuuluu pilotointi ja palvelun lanseeraus. Pilotoinnissa kehitetty palvelu viedään kuluttajien testattavaksi. Tässä vaiheessa mitattavat tulokset ovat erittäin tärkeitä ja niitä voidaan kerätä esimerkiksi haastatteluilla, asiakkaiden havainnoinnilla ja yrityksen sisäisellä arvioinnilla. (Tuulaniemi 2011, 78–85.) Palvelumuotoilun kannalta ihanne olisi ollut, että olisimme teettäneet prototypointivaiheessa saatujen palautteiden perusteella vielä parannellut kortit, jotka olisivat sitten päässeet arvioon tässä pilotointivaiheessa. Sen jälkeen siirrytään palvelun lanseeraamiseen, jossa tuote tuodaan markkinoille.

Viimeisenä vaiheena on arviointi. Koska ajatellaan, että palvelu on prosessi, eikä niinkään projekti, joka loppuu joskus, on tärkeää pysyä ajanhermolla ja kehittää palvelua asiakkaiden tarpeita vastaavaksi. Palvelumuotoiluprosessin arvioinnissa mitataan muun muassa potentiaalisten asiakkaiden määrää, uusien asiakkaiden määrää ja myyntiä (Tuulaniemi 2011, 78–85).



Kuvio 1. Palvelumuotoilu opinnäytetyössämme

Yllä olevassa kuviossa kokoamme yhteen, kuinka palvelumuotoilun eri vaiheet toteutuvat työssämme.

8 ESITUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN – TEEMOISTA MUISTELUTTAMINEN

Tässä kappaleessa keskitymme erittelemään esitutkimuksemme toteuttamista. Kerromme muistelutuokioista, joita toteutimme neljän eri ryhmän kanssa. Kaksi ryhmää oli JIKn päivätoiminnasta ja kaksi ryhmää Muistiluotsilta.

Ennen korttien suunnittelua näimme tarpeelliseksi perehtyä vuotuisperinteisiin ja vuotuisjuhliin ikäihmisten näkökulmasta. Ensimmäinen ajatus oli, että etsimme kirjallisuutta, joka kertoisi heidän nuoruuden aikaisista vuotuisperinteistä, mutta koska nykypäivänä ikähajonta erilaisilla osastoilla ja ryhmissä voi olla hyvinkin suuri, näimme hyväksi ratkaisuksi käydä yhteistyötahojemme ryhmissä juttelemassa ja muisteluttamassa erilaisista perinteistä, mitä asiakkaiden aikana on ollut. Toteutimme muistelutuokiot niin, että toinen muistelutti ryhmää ja toinen kirjasi samaan aikaan ylös heränneet ajatukset ja muistot. Muisteluryhmistä saadut tulokset esittelemme tarkemmin luvussa 10 ”Muistelukorttien sisällöllinen suunnittelu - muisteluideoista valokuviksi”.

8.1 Muistelutuokiot

Aloitimme muistelutuokiot Ilmajoella, jossa keräsimme päivätoiminnan asiakkailta muistelutuokioaineistoa kahtena päivänä. Teemoja oli niin monta, ettei yhtenä päivänä ehtinyt muisteluttaa kaikkia. Ryhmässä oli kuusi osallistujaa. Heistä nuorin oli 75-vuotias ja vanhin oli 92-vuotias. Osallistujat olivat fyysiseltä toimintakyvyltään hyväkuntoisia, he pystyvät asumaan kotona, mutta koska jokainen heistä asuu yksin, on päivätoiminnalla selvästi tärkeä rooli yksinäisyyden ehkäisyssä. Ryhmämme oli helposti lähestyttävä ja heistä huomasi, että he arvostavat ja kunnioittavat toisiaan. Ryhmä oli ensimmäistä päivää yhdessä, mutta se ei vaikuttanut rohkeuteen keskustella muistoista. Haastattelun toteutimme rauhallisessa toimistohuoneessa, jossa oli iso pöytä, jonka ympärille keräännymme. Jaoimme työtehtävät niin, että toinen muistelutti ja toinen kirjasi esiin nousseet muistot ja perinteet. Tuokiomme

kesti puolitoista tuntia, jossa ehdimme käydä seitsemän teemaa. Koimme, että sitä pidempää tuokiota ei kannattanut pitää, että kaikki jaksoivat keskittyä. Ryhmän jäsenet vaihtuivat välillä, sillä heillä oli samaan aikaan lääkärinaikoja, emme kuitenkaan kokeneet sitä häiriötekijäksi. Jutustelu jatkui samaan malliin, vaikka joku välillä poistui.

Aloitimme muistelun niin, että jokainen kertoi vuorotellen oman muistonsa vuotuisperinteeseen liittyen. Ikäihmiset selvästi nauttivat, kun saivat kertoa omasta eletystä elämästään. Osa eli hyvinkin vahvasti omia ja toisten muistoja, eikä kyyneliltäkään välttytty. Huomattuamme muistojen henkilökohtaisen näkökulman, yritimme korostaa enemmän eri vuotuisjuhliin liittyviä perinteitä. Loppuvaiheessa osallistujat innostuivat jakamaan ajatuksiaan spontaanimminkin, jolloin vuoroja ei enää tarvittu. Huolehdimme kuitenkin, että jokainen sai sanoa jotain. Palautteesta päätellen osallistujat nauttivat suuresti pitämästämme tuokiosta. Naisosallistuja kiitti tuokion päätteeksi ja kertoi kuinka mukava on jutella ja muistella muiden kanssa, sillä hän koki, että he ovat kaikki vähän yksinäisiä. Koimme, että tästä oli hyvä jatkaa seuraavana päivänä lopputeemojen kanssa.

Seuraavana päivänä jatkoimme teemoista saman ryhmän kanssa. Tilanne oli samanlainen kuin edellisenä päivänä siinä mielessä, etteivät kaikki ryhmänjäsenet olleet taaskaan paikalla kaikki kerralla. Enimmillään ryhmässä oli neljä jäsentä. Pääsimme aloittamaan ripeästi, sillä ryhmällä oli hyvin muistissa eilinen tuokio. Aloitimme niin, että jokainen sai sanoa vuorotellen omia ajatuksiaan, mutta tilanteen edetessä vuoroja ei enää tarvittu. Tällä kertaa meillä oli selvästi vaikeammat teemat, sillä muistoja ei niin paljon noussut esiin. Teemoja oli esimerkiksi adventti, helluntai ja helatorstai ja tuokion päätteeksi tulimme siihen tulokseen, että tiputamme kaksi jälkimmäistä pois listaltamme. Aikaa meille oli varattuna tunti ja se riitti meille hyvin 10 teeman käsittelyyn. Ryhmää tarkkaillessa huomasimme, että miehet osallistuivat keskusteluun spontaanisti, kun taas naiset odottivat omaa vuoroaan. Koska muistoja ei niinkään noussut esille jostain teemoista, joita olimme valinneet tälle päivälle, pyysimme heitä kertomaan onko jotain vuotuisperinteitä, joita he ovat pitäneet merkittävänä, esimerkiksi eri kirjailijoiden päivistä. Listamme ulkopuolelta esille nousi Aleksis Kiven päivä ja Mikkelinpäivä.

Seuraavalla viikolla muistelutimme teemoista Seinäjoen Ikäkeskuksen tiloissa Muistiluotsin järjestämissä työikäisenä muistisairauteen sairastuneiden suljetuissa ryhmissä. Ensimmäisessä ryhmässä oli keskivaikeaa muistisairautta sairastavat asiakkaat ja toisessa ryhmässä oli sairauden alkuvaiheessa olevat. Ikäkeskuksen tilat olivat kotoiset ja saimme mahdollisuuden istua ringissä, jolloin katsekontakti oli helppo ottaa ja kaikki näkivät toisensa.

Aamuryhmässä oli neljä osallistujaa. Aikaa muistelutuokion vetämiseen meillä annettiin 75 minuuttia. Ryhmän jäsenten muistisairaus oli kaikilla keskivaikeassa vaiheessa, joka näkyi muistelutuokion haasteena. Teemat eivät herättäneet muistoja, eikä keskustelua näin ollen syntynyt kovin paljon. Ohjaajina meillä oli suuri rooli, sillä keskustelu ei lähtenyt liikkeelle pelkällä teemalla. Meidän piti osin johdatella heitä aiheeseen, jolloin muistot eivät olleet välttämättä heidän omiaan, vaan he myötäilivät meidän ajatuksiamme. Esimerkiksi pääsiäisteemasta ei aluksi noussut muistoja, mutta meidän kysyessä enemmän syömisestä, he totesivat että ”onhan sitä tullut syötyä”. Varsinaisesti mitään puhevuoroja emme jakaneet ja se toimi ryhmän kanssa ihan hyvin. Ryhmän välistä dialogista keskustelua ei syntynyt, vaan tilanne eteni vastaamalla lyhyesti meidän kysymyksiin. Teemoja kävimme läpi 14, joista Mikkelinpäivä ei nostanut ryhmässä minkäänlaisia muistoja.

Iltapäiväryhmässä asiakkaita oli seitsemän, joista nuorin oli 51-vuotias ja vanhin 68-vuotias. Ryhmän jäsenet olivat kokoontuneet jo kauan yhdessä. Se näkyi ryhmän hyvänä henkenä, joka ilmeni humoristisilla kommentteilla. Teemojen muistelu oli vattomampaa kuin aamuryhmällä, koska sairaus oli vielä alkuvaiheessa. Keskustelu rönnsyli helposti, joten ohjaajina meillä oli vastuu palauttaa keskustelu meidän antamiin aiheisiin. Teemoista keskusteltiin omien henkilökohtaisten muistojen kautta, jotka olivat lähinnä aikuisiästä. Lausahdus ”ennen vanhaan tehtiin näin” ei kuulunut tämän ryhmän sanavalikkoon. Tuokio kesti 75 minuuttia, jonka aikana teemoja ehdimme käydä kahdeksan. Mikkelinpäivä ei tämänkään ryhmän kanssa herättänyt muistoja, vaan enemmänkin kysymyksiä. Näin ollen aloimmekin miettiä, onko Mikkelinpäivä-teema sittenkään tarpeellinen lisä kortteihimme.

Näiden kolmen päivän aikana näimme kaksi täysin erilaista ryhmää. Ilmajoen ryhmässä oli ikääntyneitä, joilla ei tietääksemme ollut suuremmin ongelmia muistin

kanssa. Seinäjoella sen sijaan kohtasimme asiakkaita, jotka nuoresta iästään huolimatta sairastivat jopa keskivaikeaa muistisairautta. Ryhmien välinen ero vaati meiltä ohjaajina tilannetajua ja kykyä lukea osallistujien sen hetkistä tunnetilaa. Etenkin äitien- ja isänpäivät olivat ryhmäläisille tunnepitoisia teemoja. Näiden päivien muistelu toi muistoja edesmenneistä vanhemmista ja kaipuun omasta perheestä. Ilmajoen ja Seinäjoen ryhmien muistot olivat erilaisia. Ilmajoella muisteltiin omaa lapsuuttaan ja elämää sodan aikana, Seinäjoen ryhmän jäsenet olivat sen verran nuorempia, että heidän muistonsa liittyivät tähän päivään.

Ilmajoen ryhmäläisille selkeästi riitti teemojen avulla keskustelu, kun taas Seinäjoen jäsenillä ei pelkkä teemojen kertominen riittänyt tuomaan muistoja esille, vaan he tarvitsisivat mahdollisesti jotain konkreettisempaa, esimerkiksi kuva-korttien avulla tehtyä muistelua. Näin meille kasvoi varmuus siitä, että meidän opinnäytetyönä tehdyt muistelukortit tulevat olemaan tarpeellinen väline muisteluhetkiin.

8.2 Tuotekehitysvaiheen kuvaus

Kun muistelutuokiot oli käyty läpi, oli aika vertailla osallistujien muistoja teorian tietoon vuotuisperinteistä. Kävimme yhdessä läpi aineistot, jotka olimme muistelutuokioista saaneet kerättyä ja yritimme löytää niistä yhteneväisyyksiä, joista olisi helppo lähteä ideoimaan kortteja. Ideoimme jokaisesta teemasta ensin muutaman kuvausidean, joista valikoitui aina yksi teeman kuvaksi. Kuvausten jälkeen käsitelimme kuvat taroituksenmukaisiksi ja lähetimme ne tekoon Seinäjoen Multiprintille.

Osa korttien teemoista oli haasteellisia kuvattavia, vuodenaika kun oli esteenä kuvata esimerkiksi kaunista juhannusmaisemaa. Jouduimme melko monen teeman kohdalla tyytymään niin sanottuun kakkosvaihtoehtoon. Keräsimme kuvia varten kotoa löytyvää rekvisiittaa ja tarvittaessa kävimme kaupasta ostamassa lisää. Kuvasimme kortit yhden päivän aikana ja valitsimme niistä parhaimmat teetettäväksi. Korttipakassa on kaksi kuvaa, jotka ovat tuttavamme kuvaamat. Toinen on joulukuva, jonka halusimme pakkaamme sen uskonnollisuuden ja lämpöisen tunnelman vuoksi. Toinen on uudenvuodenkuva, jonka valitsimme kuvan rekvisiitan saamisen vaikeuden takia.

Halusimme korteista kestävätkä ja pestävät, siksi mielestämme laminointi oli paras ratkaisu korttien pinnoitteeksi. Laminoidut kortit ovat helppo pitää puhtaana ja miellyttävät käyttää. Laminointi oli melko kallis vaihtoehto, mutta saimme 100 euron avustuksen neurologiselta vammaisjärjestöltä (NV), joten kuvien omat kustannukset pysyivät pieninä. Kahden korttipakan kokonaishinnaksi tuli 126 euroa.

Seuraavassa luvussa kuvaamme sisällöllisesti tuotekehitysprosessin jokaisen kortin. Kerromme, miten koostimme muistelukortit käyttäen vuotuisperinnetietoa ja muisteluryhmissä nousseita näkökulmia. Kortit on numeroitu sen perusteella, miten ne sijoittuvat kalenterivuoteen.

9 VALOKUVAMUISTELUKORTTIEN SISÄLLÖLLINEN SUUNNITTELU - MUISTELUIDEOSTA VALOKUVIKSI

Tässä luvussa kerromme vuotuisperinteiden takana olevan teoriatiedon, iäkkäiden teemoihin liittyvät muistot ja kuvakorttien sisällön. Muistelukorttien vuotuispäivätemat ovat kalenterivuoden mukaisessa järjestyksessä niin, että ystävänpäivä on ensimmäinen ja 13. kortti on uusi vuosi. Tämän jälkeen tulee perhejuhlat seuraavassa järjestyksessä: ristiäiset, konfirmaatio, häät ja syntymäpäivä. Taulukon avulla (Liite 1.) kerromme vuotuisperinteet ja perhejuhlat, sekä niihin liittyvät muistot ja kuvausideat, jotka syntyivät vuotuisjuhlien teoreettisen näkökulman ja muisteluhetkien muistojen yhteensovittamisesta. Myös korttien ohjeet löytyvät liitteistä (Liite 2.).

9.1 Vuotuisperinteet

Vuodesta toiseen kertautuvat vuotuisjuhlat eli kalenterijuhlat koskettavat meitä jokaista. Almanakassa olevat juhlapäivät näkyvät tavalla tai toisella meidän elämässämme. Isompien juhlien kuten joulun, pääsiäisen ja juhannuksen, vuotuisjuhlilta ei voi sulkea silmiään tai ummistaa korviaan. Myös hieman pienemmät juhlapäivät muistuttavat vuosi vuodelta olemassaolostaan. (Karjalainen, 1989, 9-10.) Niin isoja kuin pienempiäkin juhlapyyhiä odotetaan hartaasti, sillä ne tuovat mukanaan tervetulle katkoksen arkiseen aherrukseen. Vuosien mittaan juhlinnan tavat ovat saataneet muuttua ja juhlapäivien keskinäinen arvojärjestys on vaihdellut, mutta vuotuisjuhlien itse merkitys ei ole kadonnut ja jokaiseen juhlaan sisältyy omat perinteensä. (Karjalainen, 1994, 7-10.)

Ystävänäpäivä. Ensimmäinen korttimme kuvaa ystävänäpäivää. Koska tarkoituksena oli tuottaa myönteiset kortit, halusimme ottaa ystävänäpäivän mukaan, vaikkei se tämän päivän ikäihmisille välttämättä olekaan niin tuttu ja vietetty päivä. Ystävänäpäivää vietetään helmi-



kuun 14.päivänä. Suomalaisille ystävänäpäivän juhlinta on suhteellisen uusi juhla, sillä sitä on alettu juhlaa vasta 1980-luvulta alkaen. Päivä on uutuudestaan huolimatta vakiinnuttanut asemansa kalenterin juhlapäivissä. Ystävänäpäivä on tullut Suomeen vaihto-oppilaiden kokemusten kautta Yhdysvalloista, jossa sitä on perinteisesti vietetty rakastavaisten päivänä. Suomessa sen sijaan päivää on juhlittu alusta alkaen ystävien kunniaksi. Ystävänäpäivän perusajatus on kaunis ja ikuinen, silloin muistetaan ystävää postikortein, tekstiviestien ja sähköisin kortein. Monet pitivät päivää kuitenkin liian kaupallisena ja koska se ei perustu mihinkään entisaikojen luonnolliseen juhlapäivään, näin ollen ystävänäpäivän omaksuminen on osalla suomalaisista vaikeutunut. (Seljavaara & Kärjä 2005, 49–50.)

Myös Karjalainen, Korhonen & Lehtonen (1989, 67 - 69) kirjassaan pohtivat ystävänäpäivän kaupallista merkitystä, mutta toisaalta he näkevät, että päivä on harmiton, sillä juhlasta ei oteta mitään paineita. Myös muistelutuokioon osallistuneet jäsenet pitivät ystävänäpäivän viettoa hieman kaupallisena, mutta osa, niin miehistä kuin naisistakin, lähettää vuosi vuodelta ystävilleen kortin tai soittaa heille ystävänäpäivätervehdyksen. Ystävänäpäivä nähdään kaikesta kaupallisuudesta huolimatta tärkeänä päivänä, ystäviä kun on aina mieluista muistaa.

Ystävänäpäiväkuva oli meillä jo valmiina, emmekä oikeastaan edes miettineet muita vaihtoehtoja tähän, sillä ystävänäpäivä ei olisi ollut helpoimmasta päästä toteuttaa kuvallisesti. Oona Virtanen (12v) on osallistunut tällä kuvalla valokuvakilpailuun,

josta palkinnoksi tuli hopeaa. Näemme kuvassa monta ystävänpäivään liittyvää sanomaa. Kuvassa on mielestämme hyvää myös se, että sen avulla voi nousta erilaisia muistoja esiin omasta elämästä, perheestä ja läheisyyden tärkeydestä. Ryhmässä puhuttiinkin paljon perheestä ja nähtiin ystävänpäivä myös niin sanottuna perhepäivänä. Joidenkin iäkkäiden lapsenlapset tulivat kylään tai muistivat mummaa ja paappaa kortein.

Laskiainen. Toisena kuvana meillä on laskiainen. Laskiaisen mukana olo muistelukorteissamme oli aika itsestään selvää, sillä tiesimme sillä olevan pitkä historia Suomessa. Talvella vietettävä laskiainen on riemukas koko perheen juhla. Laskiaissunnun-



tain ajankohta vaihtelee pääsiäisen mukaan. Päivä on kalenterissa seitsemän viikkoa ennen pääsiäispäivää. Laskiaissunnuntaita tunnetumpi päivä on kuitenkin seuraava tiistai, laskiaistiistai. Vaikka laskiainen ei kuulu varsinaisesti kirkollisiin juhlapäiviin, se on kansanjuhla sitäkin merkittävämpi. (Karjalainen, 1994, 51.) Monelle juhlijalle lienee uutta se, että sana laskiainen ei tulekaan mäenlaskusta vaan se liittyy paaston aikaan. Entisaikoina laskiaisena laskeuduttiin paastoon, josta taasen seurasi pääsiäinen. Laskiaisena paastoon valmistauduttiin syömällä lihat varastosta sekä elämällä riehakkaasti, sillä paaston ajan kuului elää rauhallisesti ja maltillisesti. (Seljavaara 2005, 41 - 42.)

Laskiaisperinteitä on kautta aikain ollut mäenlasku pitkine pellavineen, laskiaispulla, karnevaalit ja hernekeitto (Seljanvaara 2005, 43 - 47, Karjalainen 1994, 52 - 59). Meidän haastateltavat muistelivat osin näitä samoja perinteitä. Muistot pahvilaatikolla ja säkeillä laskettelusta jäädytettyä rinnettä pitkin toi monelle hymyn huulille.

Ilmajoen ryhmässä tuli esille heidän nuoruudessaan koettu koko kylän laskiaisrieha. Laskettelun ohessa huudettiin pitkiä pellavia ja syötiin ”hernesrokkaa ja pernakropsua”. Kun aloimme kuvata kortteja, oli jo kevät pitkällä ja lumi sulanut luonnosta. Katselimme vanhoja valokuviamme ja yritimme löytää kuvaa, missä lapset laskettelisivat ja talvi olisi kauneimmillaan. Etsimme myös isovanhempiemme albumeja, mutta tällaista kuvaa emme löytäneet. Koska selkeää laskiais kuvaa emme pystyneet kuvaamaan, näimme ainoana vaihtoehtona käyttää talvista kuvaa, johon lisäsimme laskiaisaiheisen huudahduksen: ”pitkiä pellavia, hienoja hamppuja”. Kyseistä lorua monet muistelivat hieman erilaisin variaatioin, mutta me päätimme valita korttiin tämän perinteisimmän laskiaislorun.

Aprillipäivä. Kolmantena korttina meillä on aprillipäivä. Tämän päivän kohdalla mietimme tovin, onko tämä sellainen vuotuisperinne, jonka ikäihmiset kokisivat tärkeäksi. Muistelu-
tuokiot todistivat kuitenkin, että aprillipiloja oli osattu tehdä jo ai-



kapäivää sitten. Aprillipäivä sijoittuu kalenterissa huhtikuun ensimmäiseen päivään. Silloin yritetään huijata tai juoksuttaa toista erilaisten pilojen kustannuksella. Perinteen alkuperää ei tarkasti tiedetä ja sen juuret saattavat olla jopa Intiassa asti. Aprillauksen kaltaista huijaamista on harrastettu myös roomalaisten narri-juhliissa. Kristityissä maissa päivä tunnetaan myös Juudaksen syntymäpäivänä, eräänlaisena epäonnen ja petoksen päivänä, johon pilailun on katsottu sopivan paremmin kuin muihin ajankohtiin. (Karjalainen ym. 1991, 84.) Suomessa aprillaus on näkynyt pääasiassa juoksuttamisena, huijattava on lähetetty yleensä hakemaan jotain olematonta asiaa, kuten esimerkiksi makkaranlukkoa naapurista. Kun huijattava tajusi

tulleensa aprillatuksi, hänelle huudettiin ”aprillia, syö silliä, juo kuumaa kuravettä päälle!” (Vilkuna 1998, 108).

Haastattelemamme ikäihmiset muistivat omista aprillipäivistään juuri samantapaisia kokemuksia. Koulussa yritettiin huijata toisia oppilaita ja kotona makkaroitaa valmis- taessa saatettiin pyytää, että mene naapurista pyytämään makkaranmittaa. Toiset kuitenkin kokivat, että aprillipäivä on enemmänkin lasten juttu, eikä myöhemmällä iällä ole enää tullut huijattua toisia aprillipäivän kustannuksella.

Valokuvaamisen ja valokuvamuistelukortin ideoinnin kannalta aprillipäivä oli yksi haastavimmista, sillä siihen ei liity mitään tiettyjä esineitä tai koristeluita. Muistelu- hetkissä monet kuitenkin muistivat kyseiseen päivään liittyvän runon ja lopulta pää- timme hyödyntää sitä. Yhdistimme kortin kuvaan keväisen maiseman ja aprillipäivän lorun: ”aprillia, syö silliä, juo kuumaa kuravettä päälle!”.

Pääsiäinen. Pääsiäisen mukana olo oli monen muun vuotuisperinteen tapaan aika itsestään- selvyys. Teimme kort- tien kuvauksia juuri pää- siäisen aikaan, joten tä- hän oli kuvaideoita use- ampia kuin moneen muuhun. Pääsiäinen on merkki luonnon herää- misestä kevääseen. Pa-



junoksiin syntyy valkoisia pehmoisia pajunkissoja ja kotiin luodaan narsissein ja lil- join keväistä aurinkoista tunnelmaa. Pääsiäinen on kristillisistä juhlapyhistä suurin ja vanhin juhla, jota alettiin juhlaa jo 100-luvulla. Sen kirkollisena perusteena ovat pääsiäisviikon tapahtumat ja Jeesuksen kärsimysnäytelmä, joka päättyy Jeesuksen ylösnousemukseen. Pääsiäisviikolla on jokaisella päivällä on omat lempinimensä: palmusunnuntai, malkamaanantai, tikkutiistai, kellokeskiviikko, kiirastorstai, pitkä- perjantai, lankalauantai ja sukkasunnuntai. Lempinimien alkuperää ei varmaksi

osata kertoa, mutta ne ovat mahdollisesti syntyneet alkusoinnun ja rytmin perusteella. (Seljavaara, 2005, 69–70.) Vuonna 325 päätettiin, että pääsiäissunnuntaita vietetään kevätpäivän tasausta seuraavan täydenkuun jälkeisenä sunnuntaina. Täten pääsiäissunnuntai sijoittuu vuosittain 22.3 ja 26.4 väliseen aikaan (Karjalainen, 1994, 90).

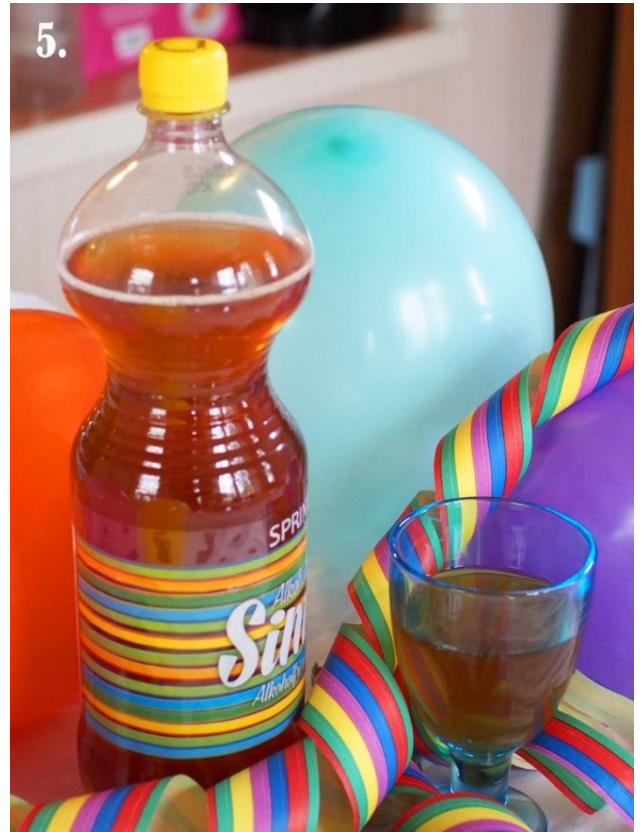
Virpomaperinne on vahvasti mukana pääsiäisen juhlinnassa. Lapset kiertelevät kylän taloja viemällä naapureille koristeltuja vitsoja. Vitsat koristeltiin ennen aikaan silkki- ja karamellipaperista ja hätätilassa sanomalehdenkin suikaleet kelpasivat. Kuten lorussa: ”virvon varvon tuoreeks terveeks, tulevaks vuodeks, vitsa sulle, palkka mulle” ilmenee, virpojat halusivat saada jotain vastinetta virpomisesta. (Karjalainen, 1989, 94). Pääsiäiskokkoja poltettiin etenkin Pohjanmaalla, mistä kokkoperinne on levinnyt ympäri Suomea. Ennen aikaan pääsiäiskokoilla kansa karkotti noitia, mutta tulen avulla haluttiin myös turvata hyvä sato ja karjaonni. (Seljanvaara, 2005, 74.) Pääsiäiseen liittyy myös monia ruokaperinteitä. Mämmi lienee jokaiselle tuttu suomalainen erikoisuus. Se nousi itsenäisyyden alkuaikoina tärkeäksi perinneruoaksi, sillä sen koettiin kuvastavan suomalaisuutta. Nykyisin mämmin syöntiä ajatellaan hieman huvittavana ja rahvaanomaisenakin. Mämmin ohella pääsiäiseen liittyy ennen kaikkea kananmunat. Munat nähdään elämisen ja hedelmällisyyden symbolina eri puolilla maailmaa ja niiden maalaaminen ja värjääminen on tullut tutuksi ympäri Suomen. Siitä onkin tullut koko perheen yhteinen harrastus. Oikeiden kananmunien lisäksi on tarjolla pahvisia munia, marsipaanimunia ja varsinkin värikkäillä papereilla päällystettyjä suklaamunia. (Karjalainen, 1989, 100–105.)

Ryhmissä noussut keskustelu oli pääasiassa pääsiäistrulleista ja pääsiäiskokoista koostuvaa. Muisteltiin aikoja, kun kaikki kylän lapset olivat kokoontuneet isolle pääsiäiskokolle, osalla oli myös muistoja siitä, että jokaisen talon pihaan oli tehty oma kokko. Itse tehty mämmi nostatti ryhmän jäsenillä hymyn kasvoille. Lapsena mämmin mausta ei niinkään tykätty, mutta aikuisiällä makuun oli jo tottunut. Mämmi nostettiin esille tuohiropposiin, jotka tehtiin itse tuohista. Myös munien maalaus oli kuulunut ryhmän jäsenten pääsiäisperinteisiin.

Pääsiäiskuvaan meillä oli monta eri vaihtoehtoa, kokon lisäksi ajatuksissa oli erilaiset pääsiäiskoristeet sekä trullit. Muistelutuokioissa pääsiäisestä nousi esiin monta

erilaista muistoa, mutta koimme omassa kylässä rakennetun pääsiäiskokon olevan merkityksellisin haastateltaville.

Vappu. Viidentenä korttinamme on vappu. Halusimme vapun mukaan kortteihimme sillä koimme, että se on myös yksi Suomen kalenterin iloisista juhlista. Ensimmäinen päivä toukokuuta on kautta aikojen ollut perinteinen kevään juhla, päivä on ollut eräänlainen vuoden taitekohta. Vuosien kuluessa päivä on saanut todistaa erilaisten kannattajaryhmien juhlintaa. Nykypäivänä vappu on paitsi kevään tulon juhla myös opiskelijoiden ja työläisten juhla. Vuonna 1978 kalenteriin lisättiin virallissävyinen määre: suomalaisen työn juhla, samalla se määrättiin viralliseksi liputuspäiväksi. (Seljavaara, 2005, 92.) Vapun juhlinnalla ei ole uskonnollista merkitystä



vaan lähtökohdat löytyvät säätyläisten tapakulttuurista ja maatalouden merkkipäivistä. Vappuna laskettiin karjat laitumelle ja lapset ”kellottelivat” eli juoksentelivat lehmän kello kaulassa karjaonnan varmistamiseksi (Karjalainen ym. 1989, 113). Työväen vappuperinne, marssi, on Yhdysvalloista lähtöisin. Siellä toukokuun ensimmäinen päivä oli työläisille tärkeä ajankohta. Silloin heidän työ sopimukset uusittiin tai he vaihtoivat työpaikkaa, joka saattoi johtaa sanasotaan työntekijöiden ja työnantajien välillä. Suomessa marssitaan esimerkiksi Helsingin torilla. Siellä soi työväen torvisoittokunta ja ihmiset ottavat kantaa yhteiskunnallisiin ongelmiin ja epäkohtiin. (Seljavaara, 2005, 96–98.) Ylioppilaiden vapun juhlinnan huipentuma on vuodesta 1932 aloitettu Havis Amandan lakituksella. Ylioppilaslakki onkin yksi vapun näkyvimmistä tunnusmerkeistä (Karjalainen ym. 1989, 118 - 119). Sima on kuulunut vapun perinteisiin jo 1800-luvulta lähtien. Siman rinnalla pääsiäisherkuksi

nousi samoihin aikoihin tippaleipä. Juhlaa koristavat vappuhuiskat, vappukukat, ilmapallot ja serpentiinit. (Karjalainen ym. 1989, 117–118, 121.)

Vapputeema toi Ilmajoen ja Seinäjoen ryhmiltä paljon muistoja mieleen. Muisteltiin marsseja ja torvisoittokuntia, joita lapsina käytiin katsomassa. Osa ryhmäläisistä muisti jopa kylteissä olleita iskulauseita, esimerkiksi ”Nälkä aina vieraanamme”. Lehmän kellot tulivat Ilmajoen ryhmässä monelle mieleen. Myös muistettiin hyvin se, miten lehmän kellon vaihtuivat itse tehdyiksi vappuviuhkoiksi. Ilmajoen ryhmässä tuli esille myös maaseudulla oleva vappuperinne, vappuna tavattiin istuttaa perunat maahan. Vappumuistelot olivat positiivisia ja yksi varma merkki kevään tuloa.

Vappukuvia miettiessämme näimme oikeana vaihtoehtona kuvata vappukoristeita, sillä ilmapallot ja serpentiinit ovat monessa kodissa vapun merkinä. Muina kuvavaihtoehtoina meillä oli vappuviuhkat ja lehmänkellot, joista sitten luovuimme rekviisitän vaikean löytämisen takia. Koristeiden sommittelun koimme haastavaksi ja kuvaamisessa kesti vuotuisperinneteemoista selkeästi kauiten. Kuvasimme erilaisia variaatioita vapputeemasta ja koimme tämän kuvan olevan muisteluhetkiin sopivin.

Juhannus. Seitsemäntenä kuvana meillä on juhannus. Kesäkuun 24. päivä on jo keskiajalla omistettu Johannes Kastajan päiväksi ja Johannes-nimen pohjalta juhlan nimeksi on Suomessa muodostunut juhannus. Lounaismurteen



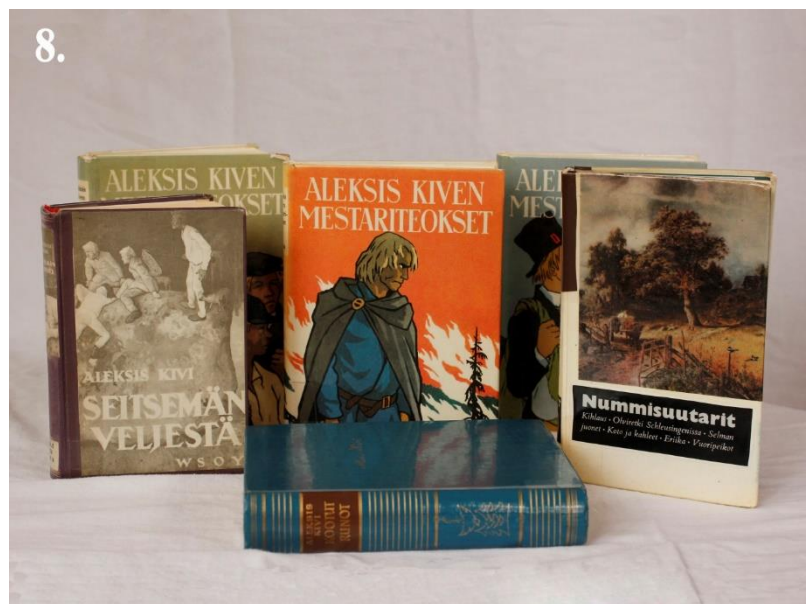
alueella juhla tunnetaan myös nimellä Minttumaari, jonka juuret taas juontavat ruotsinkielisestä sanasta midsommar. Samalla tavalla kuin joulussa, juhannuksessakin yhdistyy yhteen pakanallinen ja kristillinen juhla. (Karjalainen ym. 1991, 168; Koskinen & Vuolio 1989, 110; Vilku 1998, 163.)

Juhannuksena on haluttu erityisesti korostaa luonnon vehreyttä ja se näkyi esimerkiksi koivuina, joita kannettiin molemmin puolin talon sisäänkäyntiä. Itä- ja Pohjois-Suomessa on myös jo pitkään poltettu juhannuskokkoa ja tapa on levinnyt aikalailla koko maahan (Isotalo 1999, 45–46). Haastattellessamme osallistujia, moni kertoi koivujen kantamisesta porraspieleen ja vihtojen valmistuksesta. Juhannussaunalla oli myös selvästi suuri merkitys heille ja eräs rouva kertoi, kuinka koko kylä oli käynyt heillä saunomassa juhannuksena, kun heillä oli niin suuri sauna. Sen sijaan kokon polttamisen he, yhtä osallistujaa lukuun ottamatta, katsoivat kuuluvan enemmänkin pääsiäisen aikaan.

Juhannuksen valokuvaa suunnitellessamme meillä oli samantapaisia ongelmia kuin aprillipäivän kuvan kanssa, mikä kuva toisi mieleen juuri juhannuksen? Tähän suunnittelimme ensi alkuun mökkimaisemaa ja suomenlippua, tällaista kuitenkin löytämättä. Idea syntyiikin ihan vahingossa Henna-Riikan selatessaan kuviaan ja löytäessään juhannus-kuvamme. Monet ikäihmiset olivat muistelleet koivuja juhannuksessa, joten päädyimme tähän kuvaan.

Aleksis Kiven Päivä.

Kahdeksantena korttina edustaa Aleksis Kiven päivä. 10.10 Suomessa liputetaan Kiven ja suomalaisen kirjallisuuden kunniaksi. Aleksis Kivi (Stenvall) on yksi Suomen arvostetuimmista kirjailijoista mutta sai



kiitosta työstään vasta kuolemansa jälkeen. Hänen kuuluisimmiksi teoksikseen ovat nousseet Seitsemän veljestä, Nummisuutarit ja Lea ja niitä pidetäänkin suomalaisen kirjallisuuden kulmakivinä. Kivi kuoli vuonna 1872 mutta hänen kunniakseen alettiin liputtaa vasta 1950, suomalaisuuden liiton kehottaen siihen jo 1926. (Tuomikoski & Tuomikoski 2007, 84.)

Muistellessamme osallistujien kanssa kyseistä päivää, he kokivat sen olevan kaikin merkittävin kaikista kirjailijoiden merkkipäivistä. Monet heistä muistelivat, kuinka koulussa piti lukea Seitsemää veljestä ja kuinka Kiven teoksista oli saatettu tehdä näytelmä koulussa, joka sitten esitettiin 10.10. Ryhmissä oli havaittavissa selvä ero: ikääntyneet kokivat Aleksis Kiven päivän tärkeämmäksi kuin nuoremmat osallistujat. Vanhemmat kertoivat kokemuksistaan, kun olivat lukeneet Seitsemää veljestä ja muistivat katkelmia siitä, kun taas nuoremmat eivät kokeneet kyseistä teosta mitenkään tärkeäksi.

Koska Aleksis Kiven päivästä moni muisti, kuinka kyseisen kirjailijan kirjoja luettiin koulussa ja esitettiin näytelmiä niistä, tämän takia koimme kaikkien yksinkertaisimmaksi koota Kiven tunnetuimpia teoksia kuvaan. Kuvassa näkyikin muun muassa Seitsemän Veljestä ja Nummisuutari. Lainasimme kirjastosta Kiven kirjoittamia kirjoja ja asettelimme ne valkoista lakanaa vasten. Laitoimme tarkoituksella kirjat niin, että kuvassa näkyy Kiven tunnetuimmat teokset. Täten kortin vuotuisperinne on helpompi tunnistaa. Toisena ideana meillä oli kuvata Aleksis Kiven patsas, mutta koska meidän olisi varta vasten täytynyt lähteä kuvaamaan sitä muualle, päädyimme ensimmäiseen vaihtoehtoon.

Isänpäivä & Äitienpäivä.

Isänpäivää (kortti 9) ja äitienpäivää (kortti 6) vietetään perheissä hyvin samalla tavalla. Isiä ja äitiä juhlitaan perheen kesken lahjoin ja kakkukahvein. Kuvien ero on pyritty selkeyttämään kahvikuppien ja lahjojen erilaisuudella. Isänpäivä kuva on rajattu



hyvin tiukasti, rajaus tuo myös oman ja erilaisen tavan katsoa kuvaa. Äitiä muistetaan usein myös kukkasin, joten asettelimme ruusun kuvan etualaan luomaan äidilistä tunnelmaa.



Isänpäivän perinne on lähtöisin Yhdysvalloista, jossa rouva John Bruce Dodd sen aloitti. Rouva Dodd oli ollut kuuntelemassa äitienpäiväsaarnaa kirkossa, kun hänen ajatuksensa oli siirtynyt hänen isäänsä. Hänen äitinsä oli kuollut, joten hänen isänsä joutui ottamaan seitsemän lapsen kasvattamisen vastuulleen. Rouva Doddin mielestä isätkin ansaitsivat nimikkopäivän. Saarnan jälkeen hän kertoi ajatuksestaan seurakunnan papille, joka myös innostui ideasta. Suomalaiseen almanakkaan isänpäivä on tullut vasta 1970 ja vuodesta 1979 se on ollut liputuspäivä. Päivää vietetään marras-

kuun 2. sunnuntaina. Isänpäivän avulla on haluttu luoda läheiset suhteet isien ja lasten välille, samalla korostaen isien vastuuta kasvatuksesta ja lasten hoidosta. (Seljanvaara & Kärjä, 2005, 151–153.)

Haastatteluissa huomasimme, että isäpäivän vietto on vähäisempää kuin esimerkiksi äitienpäivän. Koska päivä on kalenterissa melko uusi, haastateltavat eivät olleet juhlineet oman isänsä isänpäivää, vaan ovat itse olleet juhlittavana. He ovat saaneet lasten itse tehtyjä kortteja ja heitä on muistettu pienillä lahjoilla sekä täytkekakulla. Nykypäivänä he muistavat isäänsä viemällä kynttilöitä haudoille. Seljavaara & Kärjä (2005,153) kertoivat kirjassaan myös näistä samoista perinteistä. Heidän mukaansa useissa perheissä isille viedään aamupala kakkuineen sänkyyn ja heille annetaan kortteja ja lahjoja.

Äitienpäivän halusimme mukaan näihin kortteihin, sillä sitä vietetään tänä päivänä hyvin ahkerasti. 1900-luvulla yhdysvaltalainen Ann Jarvis halusi kunnioittaa kuolleen äitinsä elämäntyötä muistopäivällä. Myös Annin äiti oli jo eläessään haaveillut kaikille maailman äideille omistetusta päivästä, joten Ann päätyikin järjestämään äidilleen muistotilaisuuden, jonka jälkeen hän alkoi levittää ideaa äitienpäivästä. Jo seuraavana vuonna järjestettiin yleisiä juhlatilaisuuksia äitien kunniaksi. Juhlan ajankohdaksi vakiintui toukokuun toinen sunnuntai muistuttaen Ann Jarvisin äidin

kuolemasta. Suomessa äitienpäivää alettiin viettää 1920-luvulta lähtien ja vuonna 1947 päivästä tuli virallinen liputuspäivä. Päivän ajatuksena oli äitien työn kunnioittaminen ja arvostuksen lisääminen. Äitiä juhlintaan kukin, kortein, lahjoin ja kakuin. Äitienpäivänä jaetaan myös Tasavallan presidentin jakamat kunniamerkit. (Seljavaara & Kärjä 2005, 103 - 104.)

Myös meidän haastatteluissamme tuli esille äidin ja isoäidin juhlinta kukkasin ja itse tehdyin kortein. Aikuisiällä omaa äitiä on lähdetty juhlimaan kauempaakin. On haluttu antaa äidille vapaapäivä ruoanlaitosta, joten perhe on tehnyt ruoan äidin puolesta ja leiponut hänelle täytekakun. Lipunnosto salkoon on kuulunut myös monen haastateltavan perinteisiin.

Adventti. Kymmenes korttimme kuvaa Adventtia. Koska entisaikaan joulun on valmistauduttu jo hyvissä ajoin adventin aikana, ajattelimme, että sillä on tärkeä merkitys ikäihmisille ja näin ollen otimme sen yhdeksi korttiemme teemaksi. Adventin neljä sunnuntaita on joulun valmistumisen aikaa. Ensimmäistä adventtisunnuntaita vietetään marras-joulukuun vaihteessa. Tällöin sytytetään ensimmäinen kynttilä neljästä, toisena adventtisunnuntaina sytytetään edellisen lisäksi toinen kynttilä ja niin edelleen. Kun kaikki neljä kynttilää ovat sytytetty, jouluviikko on tullut.



Kynttilöiden sytyttäminen on yleistynyt Suomessa viime vuosisadan aikana. Adventin perinteeseen kuuluu myös vahvasti kirkossa käynti ja Georg Joseph Voglerin Hoosianna-hymni. (Seljavaara & Kärjä 2005, 171 - 172.) Myös Karjalainen (1994, 212 - 213) kertoo kirjassaan samoista perinteistä. Hän toteaa samalla, että adventin juhliminen on siirtänyt joulun painopisteen jälkipyhistä etukäteisjuhlinnaksi. Myös joulunajan kaupallisuus on suurimmillaan juuri adventin aikana.

lääkkäiden muistelutuokioissa esille nousi adventin ajasta adventtikynttilöiden polttaminen ja kirkossa käynti. Haastattelumme tulokset ovat samoilla linjoilla edellä mainittujen kirjoittajien kanssa. Jos jostain syystä ei päässyt kirkkoon, Hoosiannaa laulettiin sitten kotona.

Adventti aikaan kuuluu vahvasti neljä kynttilää. Monen suomalaisen ikkunalla palaa joulun odotusaikana kynttilät, joten mekin halusimme juuri kynttilöiden kautta palauttaa adventti ajan muistot mieleen. Muina kuvausideoina meillä oli kuvata virsikirjasta Hoosianna virren kohta tai tunnelmallinen joulukirkon kuva. Joulun jo kuitenkin mennessä, oli haasteellista saada joulukirkon kuvaa. Kynttilä ja virsi ideaa vertaillen tulimme siihen tulokseen, että adventtikynttilät toisivat paremmin teeman ilmi.

Itsenäisyyspäivä. Yhdestoista korttimme kertoo itsenäisyyspäivästä. Tämän teeman mukaan ottaminen kortteihin oli itsestään selvyyttä, sillä tiedämme että itsenäisyyspäivällä on syvä ja suuri merkitys ikäihmisille. Maamme sai itsenäisyyden 6.12.1917 ja



vuonna 1919 annetuilla asetuksilla tästä päivästä tuli Suomen itsenäisyyspäivä. Samaisen asetuksen mukaan kirkoissa oli pidettävä jumalanpalvelus ja lippu nostettava salkoon julkisissa rakennuksissa. Lisäksi päivää tuli pitää yleisenä vapaapäivänä (Seljavaara & Kärjä, 2005, 164).

Heti itsenäistymisen alkuvuosista lähtien presidentinlinnassa on vietetty juhlavastanottoja ja siitä on muodostunut näkyvin vuotuinen seurapiiritapahtuma Suomessa. Nämä juhlat koskettavat vain osaa kansalaisista, mutta perinteiseksi muodostuneet ikkunoille laitettavat kynttilät ovat antaneet mahdollisuuden osallistua juhlatunnelmaan (Karjalainen, 1994, 122–123). Itsenäisyyspäivän värit ovat lippu-

amme mukaillen sininen ja valkoinen. Nämä värit toistuvat kotona esimerkiksi kynttilöissä, kahvipöydän koristeissa ja lasten askartelussa Suomen lipuissa. Päivästä onkin kasvanut koko kansan juhla, joka on vuosi vuodelta nostanut suosiotaan eri-ikäisten keskuudessa (Seljavaara & Kärjä, 2005, 166).

Haastatteluissa nousi vahvasti esille sinivalkoisten kynttilöiden merkitys ja lipun saloon nosto. Sankarihaudoilla ja kirkossa käynti koettiin myös tärkeäksi perinteeksi päivässä, varsinkin Ilmajoen ryhmässä päivän varsinainen merkitys korostui selkeämmin. Itsenäisyyspäivänä muisteltiin sodassa olleita ja käytiin sankarihaudoilla.

Suomenlippu oli haastateltavien mielestä se ”ainut ja oikea” merkki suomen itsestä. Suomenlippu on maallemme tärkeä ja tunteita herättävä, joten myös meille Suomenlipun kuva oli myös ”ainut ja oikea” vaihtoehto näihin kortteihin. Lipun avulla muistelua voi tarvittaessa johdatella moneen eri elämän tapahtumiin ja tilanteisiin. Muina kuvausvaihtoehtoina olivat, lipun lisäksi, sinivalkoiset kynttilät tai sinivalkoinen seppel sankarihaudoilla.

Joulu. Kahdestoista korttimme kertoo vuorostaan joulusta. Joulu on suomalaisista vuotuisjuhlista ehdottomasti suosituin. Sen merkitys on kasvanut tasaisesti viimeisen sadan vuoden aikana. Joulun aika yhdistää useita pyhiä yhdeksi juhlakaudeksi ja sen vietto aloitetaan ensimmäisestä



adventista ja päätetään loppiaiseen. (Karjalainen 1994, 212.) Joulun merkitys alkoi kasvaa suuresti 1800-luvulla, kun ihmisten arvomaailma kehittyi kaupungistumisen johdosta esimerkiksi paljon perhekeskeisemmäksi. Perhe tarjosi jäsenilleen henkisen ja taloudellisen turvan epävarmassa maailmassa ja näin ollen siitä muodostui uusiutuvan yhteiskunnan perusyksikkö. Joulusta tuli tärkein kaupunkilainen vuotuisjuhla ja vielä tänäkin päivänä siitä on löydettävissä piirteitä, jotka polveutuvat 1800-luvun perhekeskeisestä aatemaailmasta. (Karjalainen ym. 1991, 236–238.)

Myös haastatteluissa korostui perheen yhdessäolon tärkeys jouluna. Esimerkiksi eräässä ryhmässä osallistujat kertoivat, että sotien jälkeen ei ollut varaa hankkia joululahjoja, vaan niitä tehtiin itse omien kykyjen mukaan. Tärkeintä joulussa oli kuitenkin yhteen kokoontuminen ja yhdessä oleminen. Myös joulukirkko ja joulu-pukki nousivat kaikissa ryhmissä esille

Jouluun meillä itsellämme riitti ideoita ja se oli yksi eniten muistoja tuottava aihe myös muistelutuokioissa. Aluksi ajattelimme perinteistä joulukuusta, lattialla tai kattoon ripustettuna, niin kuin ennen vanhaa oli tapana. Kummaltakaan ei kuitenkaan löytynyt sellaista joulukuusikuvaa kun olimme ajatelleet, joten päätimme vaihtaa ideaa. Muistelutuokioissa nousi myös vahvasti esiin joulun hengellinen merkitys ja näin ollen mietimmekin kuvaa sen kautta. Ilmajoen seurakunnalla on jokaisen kirkollisen juhlapyhän aikana esillä asetelma näyteikkunassa ja törmäsimme Jussi Niukkalan ottamaan kuvaan joulun aikaisesta seimiasetelmasta. Kuva vaikutti juuri sopivalta kortteihimme ja pyysimmekin Niukkalalta lupaa hyödyntää kuvaa opinnäytetyöhömmme.

Uusi vuosi. Kolmastoista korttimme ja viimeinen kalenterivuoden juhlapäivä on uuden vuoden päivä. Karjalaisen ym. (1991, 18) mukaan entisaikana suomalaiset sijoittivat vuoden vaihtumisen loka-marraskuun vaihteeseen, sillä satokauden päättyminen oli luonteva vuoden vaihtumisaikankohta. Uuden vuoden viettämisen ajankohta vakiintui tämän hetkelle paikalleen Ruotsin vallan aikana ja kuten monilla muillakin vuotuisperinteillä, myös uudella vuodella on kristillisiä juuria (Tuomikoski & Tuomikoski 2007, 9).



Kautta aikojen uuteen vuoteen on kuulunut tulevan ennustaminen. Se on usein tehty tinalla yhdessä koko perheen kanssa. Erään perinteen mukaan tina kaadettiin vesisankoon ja samalla lausuttiin talon isännän nimi. Ennuskuvia tutkittiin kynttilän valon avulla, katsoen minkälainen varjokuva tinasta heijastuu seinälle. Toinen tina valettiin samalla tavalla mutta lausuttiin emännän nimi. (Järnfors, Nieminen & Rokka 1998, 24.) Tulevan ennustaminen uutena vuotena oli kuulunut myös useimpien haastattemiemme ikäihmisten elämään. Monet muistelivat myös käyneensä kirkossa uuden vuoden jumalanpalveluksessa. Ryhmien vanhimmat muistelivat sädetikkujen polttoa, kun taas nuorempi polvi puhui jo uuden vuoden raketeista.

Uuden vuoden kuvan ajattelimme tinan valantaan liittyvien välineiden kuvaamista, sillä monien ikäihmisten kanssa olimme puhuneet nimenomaan tinan valamisesta ja valusta ennustamisesta. Idea kuitenkin jäi, sillä kevät aikaan kaupat eivät myyneet tinakenkiä, eikä niitä meiltä itseltä löytynyt valmiina. Iäkkäät puhuivat myös raketeista, joten päädyimme valitsemaan uuden vuoden korttiin kuvan ilotulitteesta, jonka on kuvannut Santtu Hakala.

9.2 Perhejuhlat

Vuotuisjuhlien lomassa kulkee myös perhejuhlia, jotka ovat ihmisille myös hyvin tärkeässä roolissa. Näitä juhlia juhlitaan usein koko suvun voimin ja niihin halutaan panostaa niiden ainutlaatuisuuden takia. Perhejuhlia muistelimme vain Muistiluotsin ryhmien kanssa, sillä harmiksemme aika Ilmajoen ryhmän kanssa ei riittänyt.

Ristiäiset. Neljästoista korttimme kuvaa ristiäisiä. Ristiäiset on juhla, jossa vauva liitetään osaksi seurakuntaa ja saa nimensä. Tämä tehdään noin parin kuukauden ikäisenä. Juhla vietetään yleensä kotona tai muussa tutussa paikassa, mutta se on mahdollista järjestää myös kirkossa, niin kuin ennen on ollut yleistä. Kaste perustuu kristinuskon kastekäskyyn, jossa Jeesus kehottaa opetuslapsiaan kastamaan ihmisiä kristinuskoon ja opettamaan heitä. Kastejuhlassa lapsi saa yhden tai useamman kummin, jotka sitoutuvat tukemaan lapsen kristillistä kasvatusta ja olemaan perheen tukena lapsen kasvaessa. (Isotalo 1999, 56–57; Raittila 2013, [Viitattu 10.3.2015].)



Haastatteluun osallistujat olivat useimmat olleet joskus ristiäisissä, toiset omien lastensa ja lapsenlastensa, toiset taas sisarustensa lasten ristiäisissä. Juhlaa oli vietetty kotona tai seurakuntakeskuksen tiloissa. He muistelivat myös, että oli ollut hirveän tarkkaa, ettei nimeä vahingossa paljasteta etukäteen ristiäisvieraille.

Ristiäiskuva valikoitui helposti, sillä ajatus kastepöydästä tai kastemekosta oli kummallakin alusta asti. Muistelutuokioissa puhuttiin myös nimenomaan ristiäistilanteesta ja valittu kuva kuvaa sitä hyvin.

Konfirmaatio. Viidestoista kuvamme kuvaa ripille pääsyä. Rippikoulun käyminen on Suomessa yleisempää kuin evankelis-luterilaisissa maissa yleensä ja nuoret kokevatkin sen tärkeänä perinteenä. Siihen kuuluu kristillisen uskon vahvistaminen yhdessä seurakunnan kanssa ja ensimmäistä kertaa itsenäisesti ehtoollisella käynti. Rippijuhlien järjestämiseen sen sijaan ei ole liittynyt mitään tiettyjä perinteitä, vaan jokainen on saanut järjestää ne oman makunsa mukaan. Yleinen käytäntö kuitenkin on, että konfirmaation jälkeen siirrytään ripille pääseen kotiin tai johonkin juhlapaikkaan varsinaisiin juhliin. Kummit muistavat kummitaan usein esimerkiksi risti-korulla. (Isotalo 1999, 58; Suomen evankelis-luterilainen kirkko.)



Haastateltavat muistivat esimerkiksi saaneensa rippiristin konfirmaation johdosta, mutta naimaluvan saaminenkin oli selvästi ollut heille tärkeää. Rippikouluajalta myös kinkereillä käynti oli jäänyt vahvasti monella mieleen ja he kertoivatkin, kuinka heitä oli jännittänyt katekismuksen lukeminen. Toisin kuin nykyään, tytöt ja pojat kävivät silloin eri aikaan rippileirit.

Muistelutuokion jälkeen pohdimme, että rippiristi tuntui olennaiselta asialta naimaluvan lisäksi, joten päätimme kuvata sen. Mukaan liitimme myös ruusun, sillä kukittaminen konfirmaation jälkeen on hyvin yleinen tapa ja ruusu liitetään vahvasti rippijuhliin. Toisena kuvavaihtoehtona meillä oli rippiristi ja raamattu.

Häät. Kuudestoista kuvamme on hääkuva. Entisaikaan avioliittoon solmimisessa ei paljon tunteista puhuttu. Avioliitto oli yleensä sukujen välinen taloudellinen sopimus, jossa morsian muutti sulhasen luokse. Myös pakkoavioliitot olivat entisaikaan mahdollisia. Vuonna 1612 luterilainen vihkiminen tuli pakolliseksi. Siviilivihkiminen tuli mahdolliseksi vuonna 1917. Suosituin tapa avioitua on kuitenkin edelleen kirkkoviikiminen. Rippikoulun käyminen on edellytyksenä kirkolliseen vihkimiseen. Koska vihkiminen on yhteiskunnallinen ja julkinen tapahtuma, siihen tarvitaan vähintään kaksi todistajaa. Hääperinteitä on monenlaisia. Yleisimpiä tapoja lienee kaason ja bestmanin valinta, hääauton perään sidottavat tavarat, riisin/kauran heitto kirkon portailla ja morsiamen ryöstö. Perinteiden taustalla on usein avio- ja lapsionnen lisääminen hääparin elämään. (Seljanvaara, 2005, 192- 194.)



Entisaikaan morsian käytti tummaa hääpukua, nykyinen vaalea puku tuli suosioon vasta 1900-luvun alkupuolella. Valkoiseen väriin liittyi kirkollista symboliikkaa; se symboloi iloa, puhtautta, viattomuutta sekä kiitosta. Hääjuhlaan on kautta aikain kuulunut runsaat tarjoilut ja maljojen juominen. (Seljanvaara, 2005, 195 -196.)

Keskustelu ryhmän kanssa oli melko niukkaa ja kyseisestä teemasta harhailtiin ajoittain. Mies jäsenet muistelivat hääjuhlien tarjoilua ja vieraiden käyttäytymistä, joka ei aina ollut hienoon juhlaan sopivaa. Entisaikaan hääjuhlia saatettiin juhlia kolmekin päivää ja juhliin oli kutsuttu koko kylä. Ryhmä keskusteli myös siitä, että häät olivat lähinnä tanssihäitä ja nykypäivänä juhlat ovat pienempiä ja harvemmin häissä enää pääsee laittamaan jalalla koreasti.

Halusimme hääteemaan entisajan tunnelmaa ja rakkautta. Käytimme aitoa isovanhempien hääkuvaa ja koimme, että tämän kuvan avulla muistelussa voi kehittyä hyvinkin henkilökohtaisia tarinoita. Epäilyksiäkin tämän kuvan suhteen oli, sillä aprikoimme vaikuttaako muisteluun heikentävästi se, että kuvassa on selkeästi jonkun

kasvot. Pohdittuamme asiaa tarkemmin, tulimme siihen tulokseen, että kuvan tunnelma voittaa henkilöitymisen. Muisteluhetkestä tulleita muistoja ja tunteita emme olisi onnistuneet saamaan itse otettuun kuvaan, siksi päätimme käyttää valmista kuvaa. Muina ideoina meillä oli hääauton kuvaaminen tai esimerkiksi kuva sormuksista.

Syntymäpäivä. Seitsemästoista kuvamme, ja näin ollen viimeinen, kertoo syntymäpäivästä. Halusimme myös syntymäpäivän mukaan kortteihimme, sillä kaikilla on se oma tärkeä päivä, jota jokainen juhlistaa omalla tavallaan. Lapsena vietetyt syntymäpäiväjuhlat nousevat vielä aikuisenakin elävästi mieleen. Meille kaikille syntymäpäivä on merkityksellinen vuosittain toistuva henkilökohtainen juhla. Lienee yllätys monelle, että syntymäpäiviä on alettu viettää yleisesti Suomessa vasta 1900-luvun vaihteessa. Kaupunkien hienostoperheissä syntymä-



17.

päiviä on juhlittu tosin jo 1700-luvulla. Maaseudulla juhlittiin mieluummin nimipäiviä kuin syntymäpäiviä. Syntymäpäivän viettoa hankaloitti se, etteivät kaikki tietäneen omaa syntymäpäiväänsä, sillä monet oli merkitty kirkonkirjoihin vasta kastepäivänä. Maaseudulla syntymäpäiville ei yleensä kutsuttu erikseen vieraita, vaan kaikki saivat halutessaan käydä onnittelemassa. Syntymäpäiväjuhlintaan ei kytkeydy minäkäänlaisia erityisiä suomalaisia perinteitä tai tapoja. Juhlat on järjestetty juhlijän persoonallisuuden ja omien toiveiden mukaisesti. Aikuiset pitävät isompia juhlia lähinnä täyttäessään tasavuosia, lapsille juhlia järjestetään vuosittain. Aikuisille vuosien kertyminen ei ole aina mieluinen juhlanaihe, mutta tasavuosikymmenten täytyessä hekin usein seisahtuvat pohtimaan elämänsäkaartaan, saavutuksiaan ja tavoitteitaan. (Seljavaara, 2005, 226 - 228.)

Ryhmässä pidettiin merkityksellisenä lapsenlapsien syntymäpäiväjuhlia. Niitä vuosi vuodelta odotetaan ja seurataan jälkipolven kasvua. Omia juhlia on juhlittu tasavuosin perheen ja läheisten kanssa. Ryhmässä oli koettu myös yllätyssyntymäpäiväjuhlat. Merkittäväksi virstanpylvääksi muisteltiin 18-vuotissyntymäpäiviä. Täytekakku kuuluu moniin erilaisiin juhliin, mutta ehkä selkeämmin juuri syntymäpäiväjuhliin. Kuvaan pyrimme tuomaan syntymäpäivätunnelmaa onnittelukortin avulla, joka on hallitsevassa asemassa kuvan sommittelun näkökulmasta. Myös kakun päällä palavat kynttilät selkeyttävät kuvan teemaa. Kakun teko juhliin oli monen iäkään naisen muistoissa mukana kun taas miehet muistelivat lähinnä yllätysjuhlia, mihin joku läheinen oli leiponut syntymäpäiväkakun.

Korttien takakansi. Jokaisessa kortissa on samanlainen takakansi. Kuva on otettu Ilmajoen Alajoen maisemissa.



10 KOKEMUKSIA JA ARVIOINTIA

VALOKUVAMUISTELUKORTTIEN KÄYTETTÄVYYDESTÄ

Tässä luvussa käymme läpi testaaajilta saamamme palautteen Muistia Ikä Kaikki – korteista. Korteja testasi Muistiluotsi, Kotokartanon päivätoiminta sekä Kurikassa toimiva viriketoiminnan ohjaaja. Korteja käytettiin yhteensä 14 eri ryhmässä. Palautteen antajat kirjasivat palautteet samalle lomakkeelle eri toimipaikoissa. Itse olimme havainnoimassa kolmessa eri muisteluryhmässä, jossa ikähaarukka oli 75–87 vuotta.

10.1 Korttien käytettävyys

Korttien käytettävyyttä arvioitiin koon, materiaalin ja kuvien perusteella. Korttien koko koettiin sopivaksi. Suuren kokonsa takia niitä oli mukava katsella ryhmissä ja helppo kantaa mukana. Kortit olivat laminoitu ja muistelutuokion ohjaajat huomioivat sen plussat ja miinukset. Korttien muovitettu pinta on helppo pitää puhtaana ja kestävä käsitellä. Kirkkaan laminoinnin miinuksena iäkkäät kokivat silti sen heijastavuuden. Kortit heijastivat valoa jossain kohdin niin, että kuvia oli hankala nähdä.

Korttien kuvia keuhuttiin kauniiksi ja sopivat hyvin tarkoittamaamme juhlapäivään. Korttien taustakuva, latomaisema, kuitenkin sekoitti muistisairaahan keskittymiskykyä. Tästä saimme palautetta niin lomakkeiden kuin havainnointimme kautta. Ryhmissä kyseltiin korttien jakamisen jälkeen toisilta, että minkälainen taustakuva kylläkin oli. Myös kuvan ottopaikkaa arveltiin kovasti. Tuokion ohjaajan piti usein ohjata ryhmää muistelemaan juuri vuotuisperinteestä/juhlapäivästä, eikä niinkään taustakuvasta. Muistipeliä oli ehditty pelaamaan vain yhdessä ryhmässä. Kaikkia kortteja ohjaaja ei ollut ottanut peliin mukaan, sillä korttien koko koettiin tässä hankalaksi. Pöydälle ei mahtunut kaikki kortit yhtä aikaa. Ryhmä koki silti, että vaikka kortteja oli vähempi, se riitti mukavaan tuokioon.

Näin jälkikäteen ajateltuna, olemme palautteen antajien kanssa samaa mieltä siitä, että kortit olivat liian kiiltäväpintaisia. Mattapintainen laminointi olisi varmasti palvel-

lut kortteja paremmin. Kiinnitimme huomiomme korttien valmistusvaiheessa vain laminointimuovin paksuuteen ja siihen, että kortit olisivat helppo pitää puhtaana. Yllätyimme korttien taustakuvan suosioista, sillä meidän tarkoituksenamme oli vain laittaa korttien taustalle mukava, kortteja kuvaava kuva. Pohdimme korttien valmistusvaiheessa taustan jättämistä valkoiseksi mutta koimme, että korttipakka olisi jäänyt keskeneräiseksi ilman kortteja yhdistävää taustakuvaa.

Korttien määrä arvioitiin sopivaksi, muistelutuokion käypä kesto on muistisairautta sairastavilla rajallinen, siksi teemoja ei kannata olla liian monta. Ehdotukseksi lisäteemoihin tuli helluntai, ylioppilasjuhlat ja hautajaiset. Helluntai oli myös meillä yhtenä vaihtoehtona, mutta näimme sen haastavaksi kuvattavaksi, joten jätimme sen pois. Koska korttien tarkoituksena oli tuottaa ikäihmisille positiivisia ja voimauttavia muistoja, koimme hautajaisteeman liian surumieliseksi muiden teemojen rinnalla. Sen sijaan ylioppilasjuhla olisi ollut hyvä lisäteema kortteihimme.

Saamamme palautteen mukaan olimme kirjanneet ohjekortin selkeästi ja siinä oli ollut tarvittava info korttien erilaisista käyttömahdollisuuksista. Yksi palautteenantaja olisi toivonut lisävinkkejä, miten meidän kortteja voisi käyttää vielä monimuotoisemmin. Emme halunneet tehdä korteille tiukkoja ohjeita, vaan tarkoituksenamme oli luoda kortit, joiden käyttöä voi ideoida ryhmän toimintakyvyn mukaan.

Korttien käyttö eroaa sen mukaan minkä tasoista muistisairautta ryhmässä on. Itse olemme huomanneet, että vaikeasti muistisaira voi olla haastava hahmottaa, mitä vuotuisperinnettä kortti hakee. Heille kortissa oleva kuva on vain kuva muiden joukossa, eivätkä vuotuisperinne- ja perhejuhlamuistot välttämättä herää. Tärkeää on kuitenkin se, että valitsemamme kuvat herättävät mielenkiintoa ja niitä on kiva katella.

10.2 Muistot ja yhteenveto korteista

Kysymykseen, herättikö kuvat muistoja/ajatuksia juuri kyseisestä juhlasta, vastaukset olivat eriäviä. Vastauslomakkeiden perusteella monet korttiaiheet olivat herättäneet muistoja nuoruuden merkkipäivistä ja vuotuisperinteistä. Sen sijaan ripillepääsyä ja syntymäpäiviä ei ollut niin ikään juhlittu, siksi nämä teemat olivat olleet

hankalia muisteltavia. Myös ystävänpäivä oli ollut haastava, sillä ystävänpäivä on melko uusi vuotuisperinne. Ystävänpäiväkortti sai joka ryhmässä kehuja, mutta sitä ei yhdistetty juuri tähän kyseiseen päivään, sitä arvailtiin muuan muassa äitienpäiväksi. Omia lapsia ja lapsenlapsia muisteltiin tämän kuvan yhteydessä, myös iso-veljen luotettava käsi koulumatkalla nousi kortin aiheesta. Juhannuskuvasta yksi muistisairas oli todennut, että ”metsässä olisi ollut Juha Miedolle paljon töitä”. Vaikka tarkoituksemme oli suunnitella myönteisiä ajatuksia herättävät kortit, rippiristi oli koettu jossain ryhmässä surulliseksi, kuvan kautta oli alettu muistelemaan hautajaisia ja puhuttu kuolemasta. Myös yhden ryhmän vetäjä oli samaa mieltä, että kuva on surullinen ja väriltään liian tumma. Äitienpäiväkuvan kupista saatiin myös mielenkiintoinen keskustelu aikaiseksi siitä, mistä tällaisia kuppeja on vuosia sitten saatu. Korttien kuvat saivat ryhmäläiset keskustelemaan vilkkaasti ja aiheet rönsyivät asiasta toiseen. Aleksis Kiven päivä oli tuottanut hankaluuksia muistojen kertomisessa yhdessä ryhmässä. Tällöin ryhmän ohjaaja oli kääntänyt keskustelun yleisesti kirjoihin ja lukemiseen, jonka kautta kortista oli saatu hyvää keskustelua aikaiseksi.

Halusimme myös selvittää palautteen perusteella, onnistuimmeko tuomaan kuviin juuri sen kyseessä olevan vuotuisperinteen/juhlapäivän. Palaute oli sellaista, mitä itsekkin pohdimme kortteja kuvatessa. Syntymäpäivä ja äitienpäivä olivat liian samantyyppiset, ryhmäläiset eivät erottaneet niitä toisistaan. Adventtikortti miellettiin jouluksi, mikä tuli meille yllätyksenä. Näin jälkikäteen ajateltuna, neljä kynttilää todellakin merkitsee jouluaattoja, eikä niinkään adventtia. Kaikista korteista ei tullut heti mieleen oikea teema, mutta teeman kertomisen jälkeen muistelu oli helppoa ja avointa. Ryhmän ohjaajan on tärkeä olla hetkessä mukana ja tukea muisteluhetkeä tarvittaessa. Oli hienoa huomata, että korttien kuvista saa muutakin keskustelua aikaiseksi eikä sen tarvitse pohjautua vain suunniteltuun teemaan.

Kortit toimivat teemojen muistojen tuottamiseen mutta toivat myös yleiseen keskusteluun aiheita. Korttien nimiä pidettiin osuvana ja napakkana. Myös se, että yhtä teemaa on kaksin kappalein, nähtiin toimivaksi muistipelin pelaamiseen, mutta myös ryhmässä on helpompi kierrättää kortteja molempiin suuntiin. Näin ollen jokainen näkee kuvan kerrotusta teemasta ja muisteluhetki helpottuu. Tutkimuksemme ja asiakaslähtöisyyden kannalta olisi ollut hyvä teettää yhdestä teemasta useampi

kuva, joista kohderyhmä olisi saanut valita eniten muistoja herättävän kuvan korttiin. Keväällä kuvia tehdessämme koimme kuitenkin, ettei aikamme riitä kiertää uudelleen läpi haastatteluryhmiä ja muistojen ollessa niin samankaltaisia, päätimme valita kuvat kortteihin itse.

Kävimme havainnoimassa JIK:n kolme ryhmää. Ensimmäisessä ryhmässä oli 8 osallistujaa, toisessa 6 ja kolmannessa 8 osallistujaa. Osallistujien ikähaarukka oli 75–87 vuotta. Ohjaaja jakoi kortit jokaiselle ja he saivat jokainen vuorollaan kertoa muistojaan omasta kortista, mutta myös toisten korteista keskusteltiin. Ryhmät olivat puheliaita ja jokainen sai sanoa sanottavansa. Korttien taustakuva, latomaisema, kiinnosti jokaista osallistujaa. Kyseltiin, että *”onko sinulla tällainen?”*, *”missä tämä on kuvattu?”*, *”onko tämä meidän lato?”*. Ohjaajan oli monesti ohjattava ryhmänsä takaisin teemoista muistelun pariin. Tämä tuli meille yllätyksenä, halusimme taustakuvaksi jonkun mukavan maalaismaiseman, mutta emme ajatelleet että siitä tulisi niin keskeinen asia muistelutuokioissa.

Seuraavissa kappaleissa vedämme ryhmäläisten muistot yhteen.

Ystävänpäivä. Korttia kehuttiin kauniiksi ja puhuttelevaksi. Ryhmässä väiteltiin siitä, kenen kädet kuvassa oikein oli. Monen mielestä siinä oli isoäidin ja lapsenlapsen käsi, mutta siinä nähtiin myös vaimon ja aviopuolison kädet. Kuvaa valitessamme halusimme juuri sellaisen kuvan, mikä tuo mieleen ystävänpäivän lisäksi läheiset ja läheisyyden. Näin ollen onnistuimme kuvan valinnassa ja sen tunnelmassa.

Laskiainen. Kuvassa nähtiin luminen maisema ja ladut, mutta ei niinkään heti huomattu tekstiä. Muisteltiin omia hiihtokokemuksia ja kodin läheltä lähteviä latuja. Kun ohjaaja vinkkasi lukemaan kortin tekstin, osallistujat huusivat yhteenääneen, että kuva liittyy laskiaiseen. Sen jälkeen muisteltiin nuoruuden laskiaisperinteitä. Monet olivat laskeneet pahvilaatikoilla ja illan mittaan oltiin syöty hernekeittoa. Laskiainen oli meille hankala kuvattava, sillä lunta ei enää ollut maassa. Emme oikeastaan nähneet muuta mahdollisuutta, kuin kaivaa vanhoja valokuvia koneelta ja kirjoittaa lorun talviseen maisemaan. Ilman tätä lorua vuotuisperinnettä olisi ollut hankala arvata. Lorun vuoksi kuvasta tuli keskustelua myös siitä, mitä jokainen oli laskiaisena huu-
tanut laskiessaan mäkeä.

Aprillipäivä. Pelkän kuvan perusteella pääteltiin kuvan esittävän laskiaista. Sitten eräs osallistujista pyysi lukemaan kortissa olevan lorun. Lorusta heti arvattiin, että kyse on aprillipäivästä. Osallistujia rupesi naurattamaan omat ja muiden tekemät pilat, jota sitten jaettiin ja muisteltiin. Melkein jokaista oli narrattu ”kiskon kaavalla ja makkaran mitalla”. Yksi osallistuja kertoi narraneensa paappaa ja tenavia: *”Kattokaa ny ku kottaraanenki on jo tullut”*. Kuten laskiainen myös aprillinpäivä oli haastava kuvattava. Miten saada muuten kuin runon kautta kuvaan aprillin tunnelman? Tässäkin kortissa runo kertoi enemmän kuin kuva, sillä valitsemaamme kuva oli aivan liian tumma tullessa painosta. Kuvasta ei näkynyt haluamamme kevään tulon merkit.

Pääsiäinen. Pääsiäiskokkoa ehdottiin myös juhannuskokoksi. Muisteltiin yhdessä sitä, mitä kokossa on heidän nuoruudessaan poltettu. Monessa kylässä asukkaat keräsivät yhdessä oksia ja pahnoja ja tekivät yhteisen ison kokon. Kuva on otettu Ahonkylän pääsiäiskokolla, yksi ryhmän miehistä tunnisti paikan ja sitten alettiin keskustella Ahonkylän asukkaista. Keskustelua oli mukava kuunnella, kun se soljui luontevasti asiasta toiseen. Kuva on mielestämme liian tumma, joten kokkoa voi tosiaan luulla myös juhannuskokoksi. Koneellamme kuva oli kirkas ja selkeä, mutta kortissa ei näy kunnolla kokolla olevat kyläläiset eikä heidän talvinen vaatetus.

Vappu. Vappukuva oli selkeä ja siitä tiedettiin heti että kyse oli vapusta. *”Tässä on vappu, kun on simapullo ja pallo”*. Kuvasta tuli yhdelle ryhmän jäsenelle yllättäen negatiivinen asia nuoruudesta mieleen. Hän muisteli sitä, miksi isä käski aina laittaa vappuna perunat kuoppaan. *”Miksi sitä ei voinut tehdä muulloin, miksi aina vappuna? Miksei sitä voinut tehdä ennemmin tai myöhemmin?”* Hän muisteli myös lapsuuden itse tehtyjä viuhkoja ja soittokelloja, mutta vapusta on kuitenkin hänen mieleen eniten jäänyt nämä edellä maininnut perunat.

Juhannus. Korttia kehuttiin kauniiksi. Keskustelu oli yhden ryhmän kanssa pelkäänsä koivuista ja niiden tuomista muistoista. Muisteltiin kuinka koivuista on otettu mahlaa ja siitä on saanut maistiaisia. Kaunis muisto oli myös yhdellä ryhmän miehistä, hän muisteli sitä kun koivuun on kirjoitettu rakkaan nimi ja piirretty nimen ympärille sydän. Toisessa ryhmässä huomattiin heti, että kyse on ”mettumaarista”.

Tästä ”mettumaarista” saatiinkin kovasti keskustelua aikaiseksi. Vaikka kuva ei selkeästi ole juhannuskuva, oli mukava huomata että kuvasta kuitenkin juhannus mieleen tulee.

Aleksis Kiven päivä. Suurin osa ryhmän jäsenistä tunnisti heti että kirjat ovat Aleksis Kiven tuotantoa. Muisteltiin koulussa luettuja kirjoja. Monet kertoivat pitävänsä Kiven kirjoista ja heidän mielestään niitä on helppo lukea. Aluksi pohdimme, että onko Aleksis Kiven päivä tarpeellista ottaa kortteihin mukaan, tämän muisteluhetken jälkeen saimme varmuuden siitä, että valinta oli kannattava. Aleksis Kiven päivää ei juurikaan juhlita, mutta ihmisenä ja kirjoittajana hän on kuitenkin kaikille suomalaisille tuttu. Muistojen perusteella valintamme oli siis oikea.

Isänpäivä ja äitienpäivä. Isänpäiväkortti nähtiin myös isän syntymäpäiväksi. Lääkärit pitivät kuvan kellosta ja siitä, että isää on muistettu lahjoin. Isää ja isän neuvoja elämänvarrelle muisteltiin ja kaivattiin. Äitienpäiväkuvassa oli ryhmän mielestä selkeästi jonkun syntymäpäivä. Ohjaaja ei kertonut, että kyseessä on äitienpäivä, joten ryhmä keskusteli omista ja lapsien syntymäpäivistä. Tämänkin kortin kautta tuli muutama negatiivinen muisto mieleen, kun omia syntymäpäiviä ei oltu ollenkaan vietetty. Kuvaa katsottiin tarkasti ja todettiin, että *”täs kuvas ei ainakaan lasten syntymäpäivistä ole kyse, ei lapselle kahvia tarjota”*. Kun kuvasimme äitienpäiväkuvaa, keskustelimme siitä miten erotamme toisistaan äitienpäivän ja syntymäpäivän. Näin jälkikäteen ajateltuna, sillä ei ole muisteluhetkessä merkitystä, vaan kuvasta nousseilla muistoilla on merkitystä.

Adventti. Kuvasta tuli mieleen joulu. Kynttilät laskettiin ja todettiin, että *”Ei näitä näin paljo oo ku jouluna”*. Sen jälkeen muisteltiin vain joulun aikaa ja joulun tunnelmaa. Samassa itsekkin huomasimme, että meidän olisi pitänyt laittaa vain esimerkiksi kaksi tai kolme kynttilää palamaan, ehkä siitä olisi sitten noussut juuri adventin ajan muistoja. Halusimme kuvan avulla tuoda muistoja joulunajan odotuksesta ja perheiden perinteistä. Kynttilät olivat kuitenkin se yleisin adventtimuisto, mitä alkuvaiheen muisteluhetkissä muistelivat, eli kuvan aihe oli varmasti oikea, mutta sommittelu ja toteutus ei onnistunut.

Itsenäisyyspäivä. ”Tärkeä aihe”, ”tärkeä lippu” olivat ryhmäläisten kommentteja. Miehet innostuivat muistelemaan sota-aikaansa. Sota on ollut yksi isoimmista asiasta sodan kokeneille iäkkäille. Sodasta muistetaan usein tarkat päivämäärät ja jopa kelloajat. Naisetkin osallistuivat keskusteluun, mutta enimmäkseen miehet olivat äänessä itsenäisyyspäivä kortin ajan. Juuri tämä kortti herätti eniten juttua miehissä, jopa sellaisissa, jotka muuten tuokioissa olivat hiljaisempia. Lopputuloksena siis ryhmäläisiä mukaillen: tärkeä aihe ja tärkeä lippu.

Joulu. *”Tuli enkeleitäkin joukkoon”, ”Vapahtajan syntymäpäivä”.* Kortti nostatti hengellisiä ajatuksia ryhmäläisillä. Huomasi, että heillä on vielä se tärkein joulun sanoma päällimmäisenä mielessä, kun puhutaan joulusta. Toki kortin kuva ohjasi selkeästi uskonnollisiin muistoihin. Emme usko, että se on huono asia, mutta mitä muistoja olisi tullut esimerkiksi joulukuusi- tai joulupukkikuvasta? Ohjaaja kysäisi ryhmältä, mitä olivat saaneet lapsuudessaan joululahjaksi? Vastaukset olivat hyvin yhteneväiset, heidän lapsuudessaan lahjoja saatiin vain vähän ja ne olivat itse tehtyjä. Yksi nainen muisteli, että: *”leluja ei palijo tullu, jonsei paappa niitä keriinny tekemään”.*

Uusivuosi. Osa ryhmäläisistä huomasi, että taustalla näkyy Lakeuden Risti. Se kirvoittikin monta juttua Seinäjoen seudusta. Kun meidän mielestämme kuva on selkeä ja kaunis rakettikuva, iäkkäät näkivätkin siinä kukan. *”Ei meillä vaan tuollaasta kukkaa oo”.* Jokaisessa ryhmässä tämä kukka idea tuli julki. Ohjaaja johdatti sitten keskustelun uuteen vuoteen. Yksi nainen totesi *”uusivuosi tulee liian usein”.* Jäimme pohtimaan jälkeinpäin tätä lausetta, ja tulimme siihen tulokseen, että hän luultavammin tarkoitti sitä, että aika menee liian nopeasti. Uudenvuoden kortti ei kirvoittanut mieleen montaa muistoa. Mahtaako olla syy siinä, että uudenvuoden juhlinta on kuitenkin melko uutta.

Ristiäiset. *”Mä oon tällääsen mukulan nähäny ennemminki”, ”tästä kasvaa sitte jompi kumpi ja tarvii kikkiä”, ”Mahtaa olla tyttö ku on nuon siro käsi, tällön elämäres”.* Ristiäiskuvasta keskustelu oli enemmänkin jutustelua juuri kuvasta eikä niinkään omista muistoista. Kuvaa suunnitellessamme emme tulleet ajatelleeksi, että kuvassa olevan vauvan esimerkiksi henkilöllisyyttä pohdittaisiin. Muisteluhetken yh-

tenä tarkoituksena on kertoa juuri omia muistoja ja näin ollen vahvistaa omaa identiteettiään, tämän kuvan kohdalla se ei toiminut ilman että ohjaaja olisi puuttunut keskusteluun ja kysellyt ryhmäläisten kokemuksia ristiäisistä.

Rippijuhlat. Ryhmässä eniten keskustelua herätti rippikuva. Jotkut ryhmästä näkivät kuvassa heti rippiaiheen: ”*Rippijuhlat, kun on ruusu ja risti, nykyään on paljo ruusuja*”, ”*Silloon ku mä oon päässy ripiltä, annettihin kello*”, ”*Ja mä sain polokupyörän*”. Omaa rippileiriä muisteltiin ja sitä, ettei heidän nuoruudessa ripiltä pääsy tarkoittanut automaattisesti juhlia. Myös omista rippipapeista ja omista juhlaaateista saatiin hyvää keskustelua aikaiseksi. Jossain vaiheessa juttu kääntyi sitten läheisten kuolemiin ja hautajaisiin. Risti toi mieleen kuoleman ja ylösnousemisen. Tämä näkökulma tuli myös kirjallisissa palautelomakkeissa ilmi. Itse olemme yllättyneitä kyseiseen palautteeseen, sillä tämä oli yksi niistä kuvista, johon olimme sommitelussa ja toteutuksessa täysin tyytyväisiä.

Hääpäivä. Kuvan avulla muisteltiin omia kihla- ja hääreissuja joita tehtiin Seinäjoelle tai Vaasaan. Yhdessä ryhmässä puhuttiin kihlaparista ja kahdessa sitten hääparista. ”*Onnellisen näköinen kihlapari*”, ”*1948 mentiin naimisiin Seinäjoella, siitä se sitte alakoo, se perhe-elämän aloitus*”. Kuvaa suunnitellessa pohdimme sitä, miten kuvassa oleva pari henkilöityy ja pohditaanko muisteluhetkessä sitä, ketkä nämä kuvassa olevat ihmisen ovat. Tämä pelko oli aiheeton, sillä näissä havainnointiryhmässä kukaan osallistuja ei arvaillut parin henkilöllisyyttä.

Syntymäpäivä. ”*11.4 on mun syntymäpäivä*”, ”*synttärin on unohdettu, lapsetki on jo isoja*”. Syntymäpäiväkortti toi niin iloisia kuin hieman surullisiakin muistoja mieleen. Ryhmäläisistä osa koki syntymäpäivän surulliseksi siksi, kun kukaan läheisistä ei muista eikä käy silloin kylässä. Osa taas muisteli syntymäpäiviä ilon hetkinä, sillä monelle oli suunniteltu yllätysjuhlia. ”*Kermavaahto on tärkeintä kaakun päällä*”. Kuvassa oleva kakun palanen kirvoitti naisissa monet muistot jaettavaksi ryhmän kanssa. Kuvan sommittelussa yhdeksi tärkeimmistä asioista näimme onnittelukortin mukanaolon. Onnistuimme kuvan sommittelussa, sillä juuri onnittelukortti toi ryhmäläisille varmuuden siitä, että kyseessä on syntymäpäiväjuhla.

11 EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

Myös meidän opinnäytetyössämme eettisyys ja luotettavuus ovat tärkeässä roolissa. Kehittämistyömme on pyritty toteuttamaan eettisten sääntöjen mukaisesti ja luotettavasti raportoiden. Kehittämistyön menetelmät (2009, 48 - 49) ja Tutkimusetiikka (2006, 61, 64) kirjoissa kerrotaan tieteen tekemisen eettisistä säännöistä. Kirjojen mukaan tieteen tekemisen eettiset periaatteet ovat samat kuin yhteiskunnassa vallitsevat eettiset säännöt. Tutkimuksessa on kyse inhimillisestä toiminnasta, jolloin tutkimukseen osallistuvien ihmisten on tiedettävä, mitä tutkija on tekemässä, mikä on toiminnan kohde ja tavoitteet sekä mikä on osallistujien rooli tutkimuksessa. Eettisyys ja tutkimuksen luotettavuus kasvaa, kun vastaajia ei yksilöidä ja heidän nimettömyytensä taataan. Myös Tutki ja kirjoita (2004, 27) kirjassa ollaan samoilla linjoilla. Kun tehdään tutkimusta ihmisten kanssa pitää ottaa huomioon tutkimuksen tuomat eettiset kysymykset. Aineiston keräämisessä täytyy taata anonyymiteetin säilyminen, luottamuksellisuus ja aineiston tallentaminen asianmukaisesti.

Kehittämistyöhömmme osallistuminen oli täysin vapaaehtoista. Muisteluhetkiin sai osallistua kaikki halukkaat ryhmistä ja kerroimme osallistujille, että teemojen muistoista/korteista saa kertoa sen verran minkä tuntee turvalliseksi kertoa. Pidimme huolen siitä, ettei kenenkään henkilöllisyys tule paljastumaan missään prosessin vaiheessa. Tämän tyyppisessä kehitystehtävässä ei tule iäkkäille suunnattujen kysymysten kautta mitään arkaluontoista tai epäeettistä asiaa esille. Muistelutuokioiden yksi tavoitteista oli pitää yllä positiivista vireystilaa, jonka avulla mahdollistimme tuokioiden luotettavan ja mutkattoman tunnelman. Suorissa lainauksissa käytimme vain sellaisia lauseita, joista ei voi määrittää osallistujan henkilöllisyyttä. Työssämme näimme tarpeelliseksi jossain määrin eritellä miesten ja naisten vastauksia, mutta kenenkään nimiä tai mitään sellaisia henkilökohtaisia asioita emme julkaisseet, joista vastaajat olisi voinut tunnistaa.

Kehittämistyömme aikana teimme muistelutuokioissa havainnointeja, joiden tulokset tulemme tuhoamaan, niin että niitä ei voida enää jälkeenpäin käyttää. Palautteiden ja muistelutuokioiden tuloksia analysoimme huolellisesti välttämällä virhetulkintoja.

Yleisesti tutkimuksen luotettavuutta voidaan todentaa usealla tavalla. Esimerkiksi jos kaksi tutkijaa päätyy tutkimuksessaan samaan tulokseen tai tutkimusta toistettaessa tulokset ovat samanlaiset, voidaan tutkimuksen sanoa olevan luotettava. Tutkimuksen kulkuun kuuluu luonnollisesti jollain tapaa arvioida sen luotettavuutta. Tärkeitä asioita tässä on henkilöiden, paikkojen ja tapahtumien kuvaukset. Luotettavuutta lisää myös tutkijan tarkka selostus siitä, kuinka se on toteutettu. Jokainen prosessin vaihe eritellään ja kerrotaan kuinka ne käytännössä onnistuivat. Esimerkiksi jos tutkimuksessa on toteutettu haastatteluita, on tärkeää eritellä oliko haastattelutilanteessa esimerkiksi häiriötekijöitä, jotka saattoivat vaikuttaa haastateltavaan. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2004, 216–217.)

Opinnäytetyössämme luotettavuus näkyy esimerkiksi siinä, että olemme keränneet kaiken aineiston ja kirjoittaneet sen auki itse. Emme ole mitenkään kuvanneet tai äänittäneet muistelu- ja havainnointitilanteita, mutta koska meitä on ollut kaksi tekijää, on toinen pystynyt keskittymään tilanteiden havainnoiteihin ja muistiinpanojen kirjoittamiseen, kun taas toinen samaisessa tilanteessa on toiminut ikäihmisten kanssa. Olemme toteuttaneet muistiinpanojen kirjoittajan ja ohjaajan rooleja vuorotellen. Näin ollen tilanteista saatu tieto ei ole pelkästään muistimme varassa ja pystyimme pitkänkin ajan jälkeen palaamaan kyseiseen havainnointitilanteeseen. Lisäksi kävimme kahdessa erityyppisessä ryhmässä tekemässä havainnoiteja ja se vahvistaa tuloksiemme luotettavuutta. Olemme eritelleet tässä työssä tarkasti, kuinka olemme toteuttaneet muistelu- ja havainnointitilanteet ja kuinka paljon osallistujia on ollut. Olemme myös kartoittaneet, minkä tasoista muistisairautta ryhmässä on. Myös havainnointitilannetta häiritsevät tekijät on huomioitu, mikäli niitä on ollut.

12 JOHTOPÄÄTÖKSET

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli suunnitella ja kuvata muistelutyöhön sopivat valokuvakortit, jotka olisivat helppokäyttöiset ja toimisivat samalla muistipelikortteina. Muistia ikä kaikki -muistelukorttien tavoitteena on, että muistisairaimissa ikäihmisissä heräisi positiivisia muistoja ja korttien käytön myötä heille annettaisiin mahdollisuus osallisuuteen ja sosiaaliseen kanssakäymiseen. Korttien teemoina ovat vuotuisperinteet ja perhejuhlat. Tutkimuskysymyksemme olivat: Miten vuotuisperinteet ja perhejuhlat soveltuvat muistelukorttien teemoiksi? Mitä täytyy ottaa huomioon muistelukorttien suunnittelussa, sommittelussa ja teettämisessä? Millaisia muistoja vuotuisperinteet herättivät iäkkäissä?

Seuraavaksi käymme läpi saamiamme tuloksia muistelukorteista tutkimuskysymyksiimme peilaten. Ensimmäinen tutkimuskysymyksemme oli ”Miten vuotuisperinteet ja perhejuhlat soveltuvat muistelukorttien teemoiksi”. Valitsimme vuotuisperinteet ja perhejuhlat korteille teemaksi, koska koimme, että ne ovat asioita, jotka koskettavat kaikkia ihmisiä jollain tapaa. Karjalainenkin (1994) toteaa teoksessaan, että kalenterissa olevat juhlapäivät näkyvät tavalla tai toisella meidän kaikkien elämässämme. Vuosien mittaan juhlinnan tavat ovat saattaneet muuttua ja juhlapäivien keskinäinen arvojärjestys on vaihdellut, mutta vuotuisjuhlien itse merkitys ei ole kadonnut ja jokaiseen juhlaan sisältyy omat perinteensä, joiden välittäminen nuoremmille polville on selvästi ikäihmisille tärkeää. (Karjalainen 1994, 7-10.) Muisteleminen toimii myös muun muassa kulttuurisen identiteetin ja jatkuvuuden tunteen turvaajana. Jokaiselle sukupolvelle on tärkeää sukupolvitietouden tunnistaminen ja tämä oli havaittavissa myös muistelutuokioissa (Korkiakangas 2003, 177). Ryhmä silmin nähden nautti aina kun he löysivät vuotuisperinteistä jonkun tavan tai perinteen, joka oli kaikille ryhmäläisille tuttu.

Tutkimuksemme todistaa, että vuotuisperinteet ja perhejuhlat sopivat hyvin muistelukorttien teemaksi. Perinteiset vuotuisperinteet, kuten joulu ja pääsiäinen herättivät paljon omakohtaisia muistoja ja ajatuksia. Sen sijaan ripille pääsyä ja syntymäpäiviä ei kaikkien kohdalla ollut juhlittu heidän nuoruudessaan, mutta nämäkin juhlat ovat tulleet merkityksellisiksi jälkipolvien kautta, joka lisäsi muistelua kyseisistä aiheista.

Ystävänäpäivä teemana koettiin haastavaksi muistelun aiheeksi, sillä se on valitsemistamme vuotuisperinteistä uusin. Esimerkiksi Hohenthal-Antin (2013, 25 - 26) kertoo, että muistisairaahan muistot rakentuvat pitkälti varhaisen muistin varaan, näin ollen esimerkiksi ystävänäpäivästä muisteluttaminen saattaa olla haastavaa. Tämän takia valitsimmekin korttiin kuvan, joka voi herättää myös muunlaisia ajatuksia. Jokaisesta kuvasta muistoja ja ajatuksia kuitenkin heräsi ja näin ollen yksi tavoitteistamme toteutui. Mikäli meidän olisi ollut mahdollista hyödyntää koko vuoden kierto, olisimme saaneet kuvista tunnelmaltaan oikeanlaiset ja kuvaustilanteet olisivat olleet aidot. Nyt kuvasimme esimerkiksi itsenäisyyspäivän kuvaan tulleen suomenlipun kevään kynnyksellä, joten puissa ei ollut lunta ja näin ollen se vaikutti kuvan tunnelmaan.

Toinen tutkimuskysymyksemme oli ”mitä täytyy ottaa huomioon muistelukorttien suunnittelussa, sommittelussa ja teettämisessä”. Korttien kuvia suunnitellessa lähtökohtana oli tehdä selkeät ja yksinkertaiset kuvakortit, ei liian taiteellisia, että kuvan idea välittyisi. Tärkein aisti kortteja käyttäessä on ehdottomasti näköaisti ja oli tärkeää, että huomioimme sen heikentymisen iän myötä kortteja suunnitellessa. Ikäännyessä näkökyvystä heikentyy kontrastien ja värien erotuskyky, hämäränäkö sekä silmien yhteisnäkö (Näkövammaisten keskusliitto ry). Näin ollen tärkeässä roolissa oli myös se, että kuvista ei tulisi liian tummia. Tässä hieman epäonnistuimme, sillä meillä oli korttien painajan kanssa ilmeisesti erilaiset näytön asetukset. Kun lähetimme kuvat meidän mielestämme hyvän värisinä painoon, tuli osa korteista liian tummina. Myöskin korttien liian kirkas laminointi aiheutti ongelmia, sillä se heijasti valoa välillä niin, että korttikuvia oli hankala nähdä. Edellä mainittujen lisäksi oli tärkeää, että kortit olisivat oikean kokoisia. Saamamme palautteen mukaan korttien koko oli sopiva, ne olivat riittävän suuret katselemista varten ja helppo kuljettaa mukana. Toisaalta muistipelin pelaamisessa korttien koko koettiin hieman haastavana, sillä kaikki kortit eivät mahtuneet pöydälle yhtä aikaa. Näin jälkikäteen ajateltuna korttien ykkösprioriteettina onkin toimia muisteluhetken virittäjänä, joten teettämämme korttien koko on mielestämme ikäihmisille sopiva. Korttikuvia kehuttiin, mutta suunnittelemamme takakuva loi myös hieman haastetta tuokioihin. Välillä takakuvan latomaisema osoittautui paljon mielenkiintoisemmaksi kuin varsinainen vuotuisperinnekuva. Kortteja olisi voinut selkeyttää yksivärinen takakuva, jossa olisi ollut vain korttien nimi.

Tutkimuskysymykseemme ”millaisia muistoja vuotuisperinne- ja perhejuhlakuvat herättivät iäkkäissä?” saimme vastauksia laidasta laitaan. Muistot olivat jokaiselle henkilökohtaisia ja merkityksellisiä, mutta myös jokaisen muistossa oli jotain samaa toisen muiston kanssa. Kuten Karjalainen kirjassaan (1994, 7-8) arvoituksellisesti kirjoittaa: kulkee kuin kuningas, vaeltaa kuin valtaherra. Kuka on tuo valtaherra ja kuningas, joka vuodesta toiseen kiertää ihmisten luona ja vierailee niin rikkaiden linnoissa kuin köyhien matalissa pirtteissä? Vastaus löytyy kalenterista. Kuninkaita ja valtaherroja ovat kalentereiden tutut vuotuisperinteet ja juhlapyhät. Suurimpina tietenkin joulu ja pääsiäinen mutta myös pienemmät vuotuisperinteet ovat tervetulleita jokaiseen savuun. Mitä isompi ja tärkeämpi juhla, sitä enemmän siinä esiintyy henkilökohtaisia yksityiskohtia ja vivahteita. Ja kalenterissa joka vuosi esiintyneeseen juhlapäiviin on meidän jokaisen helppo virittäytyä, jokainen omalla merkityksellisellä tavallaan. Arjen ja juhlan vaihtelu koskettaa meitä kaikkia.

Muistot, jotka nousivat meidän Muistia ikä kaikki – muistelukorteista, olivat samantapaisia kuin alkuvaiheessa tekemämme haastattelun avulla nousseet muistot. Nämä muistot olemme listanneet ja eritelleet lukuun 11. Monissa muistoissa oli mukana perheenjäsenet ja rakkaat ystävät. Muistot olivat lapsuudessa, nuoruudessa tai aikuisuudessa koettuja hetkiä. Osa vuotuisperinteistä olivat sen verran uusia, että niitä ei oltu koettu kuin aikuisena. Yhtenä tällaisena esimerkkinä on ystävänpäivä, ystävänpäivästä kerrottiin tämän hetkisiä tapoja ja perinteitä. Kiitollisuus elämästä tuli tämän kortin kautta vahvasti esille. Myös uusivuosi koettiin haastavaksi muistella, sillä uuteenvuoteen ei liity selkeätä perinnettä ikäihmisillä. Joissakin korteissa muistelutuokion ohjaajan piti kehottaa osallistujaa lukemaan korttiin kirjoitetun lorun. Lorujen kautta monelle selvisi, mikä vuotuisperinne milloinkin oli kyseessä. Tällainen oli esimerkiksi laskiainen. Lorun lukemisen jälkeen jutustelu alkoi ja muistoja alkoi nousta mieleen.

Jotkut muistot olivat hyvin samantapaisia kaikilla osallistujilla. Tästä hyvänä esimerkkinä aprillipäivä, sen muistot olivat hyvin yhteneväiset. Ryhmäläiset muistelivat sitä, kuinka heitä oli lapsuudessa huijattu hakemaan kiskon kaavaa tai makkaran mittaa. Meille tämän tyyppinen ”narraaminen” oli uutta, joten meistä oli mukavaa oppia jotain ikäihmisten lapsuudesta ja nuoruudesta. Korteista näkyi selkeästi myös se, että vuotuisperinteistä ja perhejuhlista osa oli selkeästi merkityksellisempiä kuin

toiset. Jutustelua ja muistojen vaihtelua tuli eniten hääpäiväkuvasta. Myös Hohen-thal-Antin (2013, 54–55) toteaa, että valokuvat, jotka liittyvät vahvasti muistelijan omaan elämään, herättävät yleensä voimakkaita muistoja. Tällaisia ovat esimerkiksi rippi- ja hääkuvat. Kuvien ei kuitenkaan tarvitse olla muistelijasta itsestään, että tunnekokemus heräisi.

Yhteenvedona voimme todeta että jokaisella on omat tärkeät muistonsa, olivat ne sitten iloisia tai surullisia. Myös meidän muisteluhetkissämme keskusteltiin surullisista muistoista. Saarenheimo (1997, 38) kehottaakin käsittelemään ikäihmisten kanssa muistelun aikana myös negatiivisia tunteita. Muistot eivät ole vääriä tai oikeita, vaan totuudenmukaisia ja merkittäviä. Yhteneväisyyksiä jokaisessa vuotuisperinteessä on ikään tai paikkakuntaan katsomatta, mutta myös yksilöllisyys on yleistä. Uskonto ei tullut esille monenkaan vuotuisperinteen kohdalla, vaikka useaan kalenteripäivään se alun perin kuuluukin. Vuotuisperinteitä ja perhejuhlia muisteltiin lapsuuden ja nuoruuden kautta, mutta myös tämän hetkinen elämä oli läsnä keskusteluissa. Mitä uudempi kalenteripäivä on, sitä uudemmat muistot. Joulun ajasta tuli vahvasti esille lapsuuden muistot ja perheisiin liittyvät asiat. Perhe ja läheiset olivat muutenkin yleisin muistojen kohde niin positiivisessa kuin negatiivisessakin mielessä. Surulliset muistot toisaalta yllättivät meidät, meillä kun oli tarkoitus tuottaa niin sanotut hyvän mielen kortit. Mutta tässä näimme taas sen, että suru kuuluu jollain tapaa jokaisen elämään ja negatiivisistakin asioista on hyvä ja tärkeä puhua.

13 POHDINTA

Opinnäytetyömme aihe kasvoi kahden viimeisen opiskeluvuotemme aikana. Halusimme aiheemme liittyvän jollain tapaa valokuvaukseen, sillä koemme kumpikin sen tärkeäksi voimavaraksi. Koska aihe oli molemmille mieleinen, oli yhteistyö vaivatonta ja välitöntä. Työskentelyämme helpotti myös se, että olemme työskentelyta-voiltamme samanhenkisiä. Yhdessä opinnäytetyön tekeminen mahdollisti sen, että asioiden kanssa ei ollut yksin ja tarvittaessa tuki oli lähellä.

Alun perin ajatuksenamme oli tuottaa muistelukirja vanhoilla mustavalkoisilla kuvilla, esimerkiksi tunnetuista nähtävyyksistä ja rakennuksista. Asiaa pohtiessa tulimme kuitenkin siihen tulokseen, että kyseinen kirja olisi liian paikkakuntarajoitteinen ja olisi hankaloittanut kirjan käyttöä ulkopaikkakuntalaisilla. Visio korteista syntyi suhteellisen nopeasti, mutta työmme ongelmaksi muodostui se, miten siitä saadaan tehtyä tutkimus. Opinnäytetyöohjaajamme kehotti meitä tutustumaan palvelumuotoilun menetelmiin, josta saimme opinnäytetyöllemme suunnan.

Näimme tärkeäksi saada yhteistyökumppaniksi Muistiluotsin, sillä korttien kohde-ryhmäksi suunnittelimme iäkkäitä, joilla on muistisairaus. Onneksemme Kotokartan päivätoiminta kiinnostui myös korteistamme, joten pyysimme JIK:iä toiseksi yhteistyökumppaniksi. Näin saimme riittävästi aineistoa tutkimustamme varten. Yhteistyökumppaneiden jälkeen siirryimme keräämään aineistoa korttikuvien ideointiin. Haasteena teemoista muisteluttamisessa oli vuotuisperinteiden ja perhejuhlien määrä, joita oli runsaasti suhteutettuna aikaan minkä olimme varanneet. Näin ollen jouduimme jakamaan teemat kahdelle eri ryhmälle, että ehtisimme käydä kaikki valitut teemat läpi.

Omien muistojen kertominen oli selvästi merkityksellistä suurimmalle osalle ryhmää. Saamastamme palautteesta pystyimme päättellemään, että ryhmään osallistuvilla oli todella tärkeää saada kertoa oma tarinansa ja tulla kuulluksi. Saimme käytännössä nähdä todeksi sen seikan, että muistelu vaikuttaa positiivisesti ihmisen itsetuntoon ja muistuttaa omista henkilökohtaisista voimavaroista.

Koemme, että tämä työ on antanut meille monenlaisia oppimiskokemuksia. Ehkä tärkeimpänä tietoisuus siitä, että monet meistä voivat saada voimaantumisen kokemuksia valokuvien avulla. Teoreettista viitekehystä kirjoittaessa huomasimmekin, että nykypäivänä muistelusta löytyy hyvin tutkimus- ja teorian tietoa, mutta valokuvan avulla tehtävästä muistelutyöstä tietoa löytyy niukasti. Onko tämä tietämättömyys syynä siihen, että valokuvamuistelu nähdään arkisena ajanvietteenä eikä tiedosteta tämän tyyppisen muistelutyön positiivisia vaikutuksia ikäihmisiin. Toivommekin, että vanhustyö tulisi hyödyntämään valokuvia ja valokuvausta entistä enemmän vastaisuudessa ja aiommekin itse tulevana geronomeina mahdollistaa tätä omassa työssämme. Yksi geronomin tärkeimmistä ominaisuuksista onkin viedä vanhustyötä eteenpäin ja kehittää sopivia työkaluja. Kortit jäävät opinnäytetyön jälkeen meidän käyttöömmä tällaisinaan, ehkä tulevaisuudessa voimme työssämme kehittää samantyylliset kortit näiden kokemusten pohjalta. Oppimiskokemuksiemme kautta osaisimme tehdä entistä toimivammat kortit.

Olemme kuluneen vuoden aikana saaneet kokemusta myös ryhmänvetämisestä. Ohjaajan rooli on moninainen, sillä hänen täytyy osata huomioida jokaisen ryhmään osallistujan tarpeet sekä voimavarat ja tukea niitä tarvittaessa. Olemme harjaantuneet aikatauluttamisessa sekä itsensä johtamisessa ja hyödyntäneet opinnäytetyöprosessin aikana vuosikelloa, johon kirjasimme joka kuukauden kohdalle tehtävät työt.

Jatkokehittämisideoita voisi olla kuvien soveltaminen erilaisiin ikäihmisten suosimiin peleihin, esimerkiksi kuvabingo. Sen kautta olisi mielenkiintoista tietää, helpottuisiko bingon pelaaminen kuvien avulla, numeroiden ja kirjaimien sijaan. Myös teemoja voisi enemmän hyödyntää kuvakorteissa, sillä yhtenäinen aihe voisi helpottaa muistelutuokiota, esimerkkejä voisi olla vaikka työkalut, eläimet tai kotiseudun nähtävyydet. Olisikin hienoa, jos joku innostuisi kehittämään muistelukortit nimenomaan miehille heidän kiinnostuksen kohteistaan.

Meitä on motivoinut opinnäytetyössämme se, että saimme mahdollisuuden tehdä jotain konkreettista uutta ja hienoa. Loimme työkalun, josta tulemme itsekin hyötymään tulevaisuudessa. Toivomme että Muistia ikä kaikki- muistelukortit motivoivat hoitohenkilökuntaa luovaan toimintaan ja näkemään kuinka pienillä ja arkisilla asioilla voidaan tuoda iloa ikäihmisen elämään.

LÄHTEET

- Aejmelaesus, R., Kan, S., Katajisto, K-R. & Pohjola, L. 2007. Erikoistu vanhustyöhön. Helsinki: WSOY Oppimismateriaalit Oy.
- Hakonen, S. 2003. Muistelutyö. Teoksessa Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T & Koulu, L. 2009. Valokuvan terapeuttilinen voima. 1.painos. Helsingin: Kus-tannus Oy Duodecim.
- Heikkinen, E., Marin, M. (toim.). 2002. Vanhuuden voimavarat. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Hietaharju, M. 2010. Kuuntele kuvaa - näkökulmia kuvien tulkintaan. Porvoo: WS Bookwell Marin, M. & Hakonen, S. 2003. Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Juva: PS-kustannus.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2004. Tutki ja kirjoita. 10. osin uud. p. Helsinki: Tammi.
- Hohenthal-Antin, L. 2009. Muistot näkyviksi: Muistelutyön menetelmiä ja merkityksiä. Juva: PS-kustannus.
- Hohenthal-Antin, L. 2010. Muistojen talon taustaa. [Verkkosivu]. [Viitattu 1.11.2014]. Saatavana: <http://www.muistojentalo.fi/index.php/taustaa>
- Hohenthal-Antin, L. 2013. Muistellaan: Luovat menetelmät muistisairaiden tukena. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Isotalo, M. 1999. Joulusta juhannukseen, häistä läksiäisiin – Suomalaisen juhla-perinteen ja kansanhuvien opinto-opas. Vantaa: Tummavuoren Kirjapaino Oy.
- JIK Ky. 2015. JIK peruspalveluliikelaitoskuntayhtymä. [Verkkosivu]. [Viitattu 14.3.2015]. Saatavana: <https://www.jikky.fi/>
- Järnfors, L., Nieminen, M. & Rokka, P. 1998. Ennen vanhaa – Perinnekirja. Jyväskylä: Kirjapaino Oma.
- Karjalainen, S. 1994. Juhlan aika, suomalaisia vuotuisperinteitä. Porvoo: WSOY
- Karjalainen, S., Korhonen, T. & Lehtonen, J.U.E.. 1989. Uusi ajantieto. Porvoo: WSOY

- Karjalainen, S., Korhonen, T. & Lehtonen, J.U.E.. 1991. Uusi ajantieto. Porvoo: WSOY.
- Keski-Suomen muistiyhdistys [verkkosivu]. [viitattu 26.7.2015]. Saatavana: <http://www.muistiaina.fi/files/9598.pdf>
- Kohtamäki, T. & Palomäki, S-L. 2010. Valokuvat vanhainkodin asukkaiden elämäntarinoiden lähteenä. Janus vol. 18 (1) 2010, 35-47.
- Koskinen, R. & Vuolio, K. 1989. Suomalaiset juhlat. Juva: WSOY.
- Korkiakangas, P. 2003. Muistelusta voimavaroja vanhuuteen. Vanhuuden voimavarat: Heikkinen, E. & Marin, M. Vammala: Tammi.
- Kuula A. 2006. Tutkimusetiikka. Tampere: Vastapaino.
- Miettinen S. 2011. Palvelumuotoilu – Yhteissuunnittelua, empatiaa ja osallistumista. Teoksessa: Miettinen S., Palvelumuotoilu – Uusia menetelmiä käyttäjätiedon hankintaan ja hyödyntämiseen. Helsinki : Teknologiainfo Teknova.
- Muistiyhdistys. 2014. Etelä-Pohjanmaan Muistiluotsi. [Verkkosivu]. [Viitattu 14.3.2015]. Saatavana: <http://www.anvianet.fi/muistiyhdistys/index.php?page=muistiluotsi>
- Suomen evankelis-luterilainen kirkko. 2015. Konfirmaatio – Siunausta uuteen elämäntilanteeseen. [Verkkosivu]. [Viitattu 10.3.2015]. Saatavana: <http://evl.fi/EVLfi.nsf/Documents/87A8B935EC6CE1A6C2256FEA003B817E?OpenDocument&lang=Fi>
- Suomen mielenterveysseura. 2015. Myönteisen muistelun kortit. [Verkkosivu]. [Viitattu 14.4.2015]. Saatavana: <http://www.mielenterveysseura.fi/fi/julisteet-ja-kortit/myonteisen-muistelun-kortit>
- Nuorten amk-tutkintoon johtavan koulutuksen koulutusohjelmakohtainen Opinto-opas 2012-2013. 2012. Julkaisija: Seinäjoen ammattikorkeakoulu/Opintotoimisto
- Näkövammaisten keskusliitto ry. Kun näkö heikkenee - tietoa ikäihmisille. [Verkkosivu]. [Viitattu 11.10.2015]. Saatavana: <http://www.nkl.fi/fi/etusivu/nakeminen/julkaisu/esitteet/heikkenee>
- Ojasalo K., Moilanen T. & Ritalahti J. 2009. Kehittämistyön menetelmät. 1.painos. Helsinki: WSOY
- Raittila, K. 2013. Ristiäiset. [Verkkosivu]. [Viitattu 10.3.2015]. Saatavana: <http://www.pienelleparasta.fi/ristiaiset>

- Saarenheimo, M. 1997. Jos etsit kadonnutta aikaa: Vanhuus ja oman elämän muisteleminen. Tampere: Vastapaino.
- Saraste, L. 1996. Valokuvamenetelmät sosiaalialan työssä: Aalto, A., Araneva, M. & Kohtamäki, T. Teoksessa: Sosiaalityön menetelmien jäljillä. Toikko, T. (toim.). Seinäjoki: Anu Mäntylän rahasto.
- Savolainen, M. 2013. Voimauttava valokuva. [Viitattu 10.5.2015]. [Verkkosivu]. Saatavana: <http://www.voimauttavavalokuva.net/menetelma.htm>
- Seljavaara, A & Kärjä P. (toim) 2005. Juhlat alkakoon! Vuotuisia tapoja ja perinteitä. Juva: WS Bookwell Oy
- Siltala, P. 2013. Vanhuus–Elämä haluaa tulla eletyksi. Helsinki: Kirjapaja.
- Stevens, J. 2013. Welcome from Pam Schweitzer. [Verkkosivu]. [Viitattu 1.11.2014]. Saatavana: http://www.reminiscencetheatrearchive.org.uk/page_id_69.aspx
- Suomen valokuvaterapiayhdistys. 2014. Valokuvaterapia – vuorovaikutusta valokuvien. [Verkkosivu]. [Viitattu 20.11.2014]. Saatavana: <http://www.valokuvaterapiayhdistys.fi/valokuvaterapia.html>
- Tuomikoski, P. & Tuomikoski, T. 2007. Päivästä päivään: Kalenterimme merkkipäivät. Helsinki: Edita.
- Tutkivan teatterityön keskus. 2013. Voimaa taiteesta – Malleja taiteen soveltamiseen hyvinvointialalla. [Verkojulkaisu]. [Viitattu 21.7.2015]. Saatavana: http://www.voimaataiteesta.fi/uploads/pdf/Voimaa_taideesta.pdf
- Tuulaniemi, J. 2011. Palvelumuotoilu. Helsinki: Talentum.
- Vilkuna, K. 1998. Vuotuinen ajantieto – Vanhoista merkkipäivistä sekä kansanomaista talous- ja sääkalenterista enteineen. Keuruu: Otava.

LIITTEET

Liite 1. Vuotuisperinnetaulukko

Liite 2. Muistia ikä kaikki – korttien ohjeet

Liite 3. Muistelukorttien palautelomake

LIITE 1. Vuotuisperinnetaulukko

VUOTUISPERINTEET & PERHEJUHLAT	MUISTOJA SIITÄ	KUVAUSIDEA
Adventti	Adventti-kynttilä, kirkossa käynti, hoosianna	Adventtikynttelikkö, Hoosianna virsikirjasta, joulukirkko
Aleksis Kiven päivä	Seitsemän veljestä, näytelmä koulussa	Kiven patsas, Kiven kirjat, näytelmä
Aprillipäivä	Toisten huijaaminen, makkaranmitta	Keväinen maisema+loru, lapset laskettelemassa
Isänpäivä	Kortit, lahjat, haudalla käynti	Itse tehty kortti jossa lukee "isälle"+täytekakku, Isoisä+lapsi
Itsenäisyyspäivä	Lipun nosto salkoon, sinivalkoiset kynttilät, sankarihau-doilla käynti	Suomen lippu, sinivalkoiset kynttilät, sankarihauta+sinivalkoinen kukkaseppele
Joulu	Joulukirkko, joulupukki, jouluruoka, yhdessäolo	Joulukirkko, joulupukki, joulupöytä, joululahjat, seimi, jouluinen maisema, joulukoristeet, joulukuusi
Juhannus	Koivut oven pieleen, vihdat, juhannussauna	Kesäinen mökkimaisema jossa suomen lippu, vihta, koivut ovet pielessä, juhannussauna

Laskiainen	Laskettelu, hernekeitto, kropsu	Laskiaispullat, vipukelkka, talvinen maisema+loru
Pääsiäinen	Trullit, pääsiäiskokko, mämmi, munien maalaus	Pääsiäiskoristeet, pääsiäiskokko+trullit, tiput,
Uusi vuosi	Tinan valaminen, kirkossa käynti, sädetikut, raketit	Tinakengät, raketit, sädetikut
Vappu	Vappumarssit ja -viuhkat, lehmänkellot	Vappukoristeet, vappuviuhkat, lehmänkellot, naamiaiset, munkit ja sima
Ystävänpäivä	Ystävänpäiväkortti tai -soitto	"Käsi kädessä"
Äitienpäivä	Lipun nosto, kortit, lahjat, vapaapäivä äidille	Itse tehty kortti, jossa lukee "äidille"+täytekakku,
Ristiäiset	Nimi lapselle, kummit	Vauva kastemekossa, kastepöytä, kastetilanne
Konfirmaatio	Rippiristi, naimalupa, kinkerit	Rippiristi+raamattu, rippiristi+ruusu
Hääjuhla	Tarjoilu, tanssiminen, isot juhlat	Vanha hääkuva, hääauto, sormukset,
Syntymäpäivä	18-vuotispäivä, lastenlasten syntymäpäivät, tasakymmenten juhlinta	Täytekakku+kynttilät, lahjapaketti,

LIITE 2. Muistia ikä kaikki – korttien ohjeet

Tervetuloa käyttämään Muistia ikä kaikki -muistelukortteja!

Käytössäsi on nyt 17 paria kuvakortteja, jotka perustuvat suomalaisiin vuotuisperinteisiin ja perhejuhliin. Jokaisessa kortissa on numero, jonka avulla saat alla olevasta listasta tarkistettua, mikä vuotuisperinne on kysymyksessä.

Kortteja voi käyttää alla oleville tavoilla tai voit soveltaa niitä oman mielikuvituksen mukaan!

1. Niitä voidaan käyttää muisteluttamisen apuna. Esimerkiksi jaetaan jokaiselle osallistujalle kortti ja sen jälkeen käydään yksitellen läpi, mikä vuotuisperinne/perhejuhla jokaisen kortissa on ja mitä muistoja siitä tulee mieleen kortin saaneelle ja muille ryhmän jäsenille. Päivän nimi on tarkoituksella jätetty pois, sillä kortista voi kertoa myös muitakin muistoja, kuin vain teemaan liittyviä.

2. Kortteja on pakassa 17 paria, mikä mahdollistaa muistelun lisäksi muistipelin pelaamisen. Pelin ohessa voidaan myös jutella korttien kuvista, mitä muistoja ne tuovat mieleen.

1. Ystävänpäivä
2. Laskiainen
3. Aprillipäivä
4. Pääsiäinen
5. Vappu
6. Äitienpäivä
7. Juhannus
8. Aleksis Kiven päivä
9. Isänpäivä
10. Adventti
11. Itsenäisyyspäivä
12. Joulukuukokous
13. Uusivuosi
14. Ristiäiset
15. Rippijuhla
16. Häät
17. Syntymäpäivä

LIITE 3. Muistelukorttien palautelomake**Muistia ikä kaikki –muistelukorttien palautekysely**

1. Arvioi korttien käytettävyyttä (esim. koko, materiaali ja kuvat)

Ole hyvä ja ympyröi seuraavissa kysymyksissä parhaiten vastaava vaihtoehto

2. Herättivätkö kuvat muistoja/ajatuksia juuri kyseessä olevasta juhlasta?

Kyllä

Ei

Perustelut:

3. Heräsikö kuvista muitakin muistoja kuin kuvassa olevat juhlat?

Kyllä

Ei

Mitä muita muistoja:

4. Onnistuiko muistipelin pelaaminen?

Kyllä

Ei

Perustelut:

5. Oliko korttien määrä riittävä?

Kyllä

Ei

Perustelut:

6. Olivatko korttien ohjeet selkeät?

Kyllä

Ei

Perustelut:

7. Oliko valittuja juhlapyyhiä helppo muistella?

Kyllä

Ei

Perustelut:

8. Oliko korteissa samankaltaisuuksia, joka johti juhlapyyhien sekoittamiseen keskenään (esim. syntymäpäivä ja äitienpäivä?)

Nousiko esille jotain muuta? Ole hyvä ja kirjoita alle vapaamuotoinen palaute muistelukorteistamme:

Kiitos vastauksista!