

Jenni Lalli

Matka neljän tien risteykseen – soveltava ja osallistava taidetoiminta hoivaympäristössä

Opinnäytetyö

Syksy 2015

SeAMK Sosiaali- ja terveys

Vanhustyön Tutkinto-ohjelma

SeAMK 

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Sosiaali- ja terveysala

Tutkinto-ohjelma: Vanhustyön tutkinto-ohjelma

Suuntautumisvaihtoehto: Geronomi AMK

Tekijä: Jenni Lalli

Työn nimi: Matka neljän tien risteykseen – soveltava ja osallistava taidetoiminta hoivaympäristössä

Ohjaajat: Anna-Kaarina Koivula ja Katariina Perttula

Vuosi: 2015 Sivumäärä: 51 Liitteiden lukumäärä: 2

Opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia soveltavan ja osallistavan taidetoiminnan vaikutuksia ikääntyneiden psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn hoivaympäristössä. Tutkimuksen aineistonkeruumenetelmänä oli havainnointi, jonka apuna käytin MIKE:ä, eli muistisairaana ihmisen koetun elämänlaadun sekä psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn arvioinnin ja seurannan työvälinettä. MIKE-työvälineen ovat kehittäneet yhteistyössä Oulun Seudun muistiyhdistyksen Vielä Virtaa –hanke sekä Etelä-Pohjanmaan Muistiyhdistyksen Kulttuurista Muistoja –hanke osana Raha-automaattiyhdistyksen Eloisa Ikä –avustusohjelmaa.

Tutkimus on tehty osana Rytmi-Instituutin sekä Seinäjoen kaupungin vanhus- ja kulttuuripalveluiden Soveltavasta taiteesta palvelukonsepteja vanhusten tehostettuun palveluasumiseen -projektia. Projektin tarkoituksena oli tutkia ja pilotoida palvelukonsepteja, jotka perustuvat soveltavan ja osallistavan taidetoiminnan hyödyntämiseen. Projektissa paikalliset taiteilijat veivät soveltavaa ja osallistavaa taidetoimintaa Seinäjoen palveluasumis- sekä hoivayksiköihin kerran tai kahdesti viikossa kuukauden ajan keväällä 2015.

Työskentelin projektissa teatteri-ilmaisun ohjaajan työparina ja hänen kanssaan veimme taidetoimintaa Ylistaron Västinkartanon hoivaosastoille. Käyttäen hyödyksi omaa taiteellista osaamistamme, loimme yhdessä hoivaosastojen asukkaiden kanssa musiikkikappaleen tarinoista, joita he meille kertoivat.

Tutkimustulokset olivat lähes kaikilla havainnoinnin osa-alueilla positiivisia. Havainnoinnin osa-alueita olivat muun muassa oma-aloitteisuus, rohkeus, valintojen tekeminen, tunteiden ja kiinnostuksen ilmaiseminen, toimintaan keskittyminen sekä keskusteluun osallistuminen. Taidetoiminnan merkittävimmät vaikutukset asukkaiden psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn nähtiin lisääntyneenä oma-aloitteisuutena sekä keskusteluun osallistumisena. Asukkaat myös näyttivät avoimemmin tunteitaan ja ilmaisivat omia mielipiteitään selvemmin.

Avainsanat: soveltava taide, osallistava taide, ikääntyneet, kulttuuri- ja taidegerontologia, psyykkinen toimintakyky, sosiaalinen toimintakyky

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Thesis abstract

Faculty: School of Care and Social Work

Degree programme: Degree Program in Elderly Care

Specialisation: Elderly Care Professional

Author/s: Jenni Lalli

Title of thesis: The journey to crossroads – applied and involving art activities in elderly care

Supervisors: Anna-Kaarina Koivula and Katariina Perttula

Year: 2015 Number of pages: 51 Number of appendices: 2

The meaning of this thesis was to research the impact of applied and engaging art activities on mental and social abilities of the elderly. The material collection method was observation, which was carried out using the MIKE-instrument, which evaluates and monitors the quality of life and also mental and social abilities of elderly people. MIKE-instrument is developed by the "Still Flowing" – project of Oulu Region's Memory Association and the "Cultural Reminiscence"-project of South Ostrobothnia's Memory Association, as part of The Slot Machine Association's "Lively Age" -aid programme.

The research has been done as part of a project called "From Adapting Art Service Concepts to Enhanced Residential Service for Elderly People", which was carried out by the Rhythm Institute and elderly and cultural services in the city of Seinäjoki. The aim of the project was to study and pilot service concepts which are based on utilizing the applied and engaging art. In the project, local artists carried out applied and engaging art to care homes around Seinäjoki once or twice a week during spring 2015.

I worked on the project with a theatre director and, together with him, we took applied art activities to a care ward in Västinkartano, Ylistaro. Using our own musical background, we created a song from the stories that the elderly people told us.

The results from the research were positive on almost all sectors of the observation. The research studied initiative capabilities, courage, decision making, the expression of feelings and interest, focus and taking part in a conversation. The most notable impacts in mental and social abilities of the elderly people were initiative capabilities and taking part in a conversation. The elderly also expressed their feelings and thoughts more clearly.

Keywords: Applied art, Involving art, Elderly people, Culture and Art Gerontology, Mental ability, Social ability

SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä.....	1
Thesis abstract.....	2
SISÄLTÖ.....	3
Kuva-, kuvio- ja taulukkoluetelo.....	5
JOHDANTO.....	6
1 TAIDETOIMINTA VANHUSTYÖSSÄ.....	7
1.1 Soveltava ja osallistava taide sekä yhteisötaide.....	9
1.2 Taide- ja kulttuurigerontologia.....	10
1.3 Taide ja toimintakyky.....	11
2 SOVELTAVASTA TAITEESTA PALVELUKONSEPTEJA VANHUSTEN TEHOSTETTUUN PALVELUASUMISEEN - PROJEKTI.....	14
3 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN.....	17
3.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tavoitteet.....	17
3.2 Tutkimusmenetelmä.....	17
3.3 Tutkimusaineisto – Matka neljän tien risteykseen.....	20
3.3.1 Ensimmäinen ja toinen tuokio – Tarinoita eletystä elämästä.....	22
3.3.2 Kolmas ja neljäs tuokio – Ei kovin räikeää, mutta rytmikästä.....	23
3.3.3 Viides ja kuudes tuokio – Sanoitukset kuntoon.....	23
3.3.4 Seitsemäs ja kahdeksas tuokio – Neljän tien risteyksessä.....	24
3.4 Aineiston analysointi.....	25
4 TUTKIMUSTULOKSET.....	26
4.1 Yksilölliset tutkimustulokset.....	26
4.1.1 Toivo.....	27
4.1.2 Anna.....	29
4.1.3 Eero.....	31
4.1.4 Maija.....	33
4.1.5 Raija.....	35
4.1.6 Liisa.....	37

4.2 Tutkimustulosten yhteenveto	39
5 JOHTOPÄÄTÖKSET	41
5.1 Voimavaralähtöinen taidetoiminta toimintakyvyn tukena.....	42
5.2 Taiteen avulla osalliseksi	43
6 POHDINTA	44
6.1 Opinnäytetyön prosessi	44
6.2 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus.....	45
6.3 Aiheita jatkotutkimukseen	46
LÄHTEET	48
LIITTEET	1

Kuva- ja taulukkoluetelo

Kuva 1. Tuokioiden prosessi.....	21
Kuva 2. Yhteenveto havaituista vaikutuksista	40
Kuva 3. Opinnäytetyön prosessi	44
Taulukko 1. Taidetoiminnan havaitut vaikutukset Toivon toimintakykyyn	27
Taulukko 2. Taidetoiminnan havaitut vaikutukset Annan toimintakykyyn	29
Taulukko 3. Taidetoiminnan havaitut vaikutukset Eeron toimintakykyyn.....	31
Taulukko 4. Taidetoiminnan havaitut vaikutukset Maijan toimintakykyyn.....	33
Taulukko 5. Taidetoiminnan havaitut vaikutukset Raijan toimintakykyyn	35
Taulukko 6. Taidetoiminnan havaitut vaikutukset Liisan toimintakykyyn	37

JOHDANTO

Hyvään ikääntymiseen kuuluu tärkeänä osana mahdollisuus taide- ja kulttuurielämysten saatavuuteen niin kotona kuin hoivaympäristössäkin. Taidelähtöisillä menetelmillä on vanhustyössä jo pitkä historia, mutta vasta viime vuosisadan loppupuolella taiteen vaikutuksia terveyteen ja hyvinvointiin on alettu tutkimaan systemaattisemmin (Krekula 2007, 12).

Taiteen ja kulttuuritoiminnan käyttö hyvinvointia edistävänä ja tukevana menetelmänä on kehittynyt koko ajan ja se tulee tulevaisuudessa varmasti yhä monipuolisuutensa vuoksi. Useiden tutkimusten mukaan taiteella ja kulttuuriharrastuksilla voidaan vaikuttaa fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen sekä hyvinvointiin ja nämä näkemykset tulevat selvästi esille myös nykyisissä kulttuuripoliittisissa linjauksissa. Taidetoiminnan avulla voidaan luoda ikääntyneille hyvät edellytykset kokea elämisen merkityksellisyys ja yhteisöllinen aktiivisuus. Hyvään ikääntymiseen ei kuulu ainoastaan lääkkeitä, ravintoa ja puhtautta. Taidetoiminta voi tarjota ikääntyneelle arvostusta, osallisuutta ja ennen kaikkea elämisen mielen. (Hohenthal-Antin 2006, 14–17; Krekula, 2007,17.)

Opinnäytetyöni tarkoituksena on tutkia soveltavan ja osallistavan taidetoiminnan vaikutuksia ikääntyneiden psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn hoivaympäristössä. Opinnäytetyöni on osa Rytmii-Instituutin sekä Seinäjoen kaupungin vanhus- ja kulttuuripalveluiden Soveltavasta taiteesta palvelukonsepteja vanhusten tehostettuun palveluasumiseen -projektia. Projektin tarkoituksena oli tutkia ja pilotoida palvelukonsepteja, jotka perustuvat soveltavan ja osallistavan taidetoiminnan hyödyntämiseen. Projektia toteutettiin Seinäjoella kevään 2015 ajan ja sen toteutukseen osallistui taiteilijoita monilta eri taiteenaloilta. Osallistuin myös itse projektissa aktiivisesti taidetoiminnan toteutukseen ja keräsin opinnäytetyöhöni aineistoa Ylistaron Västinkartanossa.

1 TAIDETOIMINTA VANHUSTYÖSSÄ

”Vanhustyössä keskiössä on yksilö, jolla on aina ainutkertainen tarina ja tausta” toteaa Anita Näslindh-Ylispangar (2012,166). Hän myös muistuttaa, että ikääntyneen ihmisen elämänkokemus ja viisaus ovat voimavaroja, joita tulisi hyödyntää vanhustyössä enemmän, koska todellista rikkautta on se, että voimme yhdessä jakaa asioita erilaisten ikääntyneiden kanssa (Näslindh-Ylispangar 2012, 166). Jotta ikääntyneiden omat tarinat saataisiin näkyville, ja heidän äänensä kuuluville, on vanhustyöhön kehitettävä monipuolisia toimintatapoja ikääntyneiden arjen tueksi. Yksi hyvä tapa tuoda esille ikääntyneiden omia voimavaroja ja tarinoita onkin heille suunnattu taidetoiminta.

Blomqvist-Suomivuori (2001,62) on todennut, että taiteen perimmäisenä tarkoituksena on paljastaa mistä elämässä on kysymys. Taide voi auttaa oman identiteetin muodostumisessa ja välittää tietoa ihmiskunnasta. (Blomqvist-Suomivuori, 2001, 62.) Taide myös peilaa, tulkitsee ja muuttaa havaitsemisen, kokemisen ja tuntemisen tapoja sekä todellisuuksien hahmottamista (Bardy 2007, 21). Taide rikastuttaa elämäämme rinnastamalla meidän omat tarinamme muiden kanssaihmiesten tarinoihin siitä, mitä maailmassa oleminen oikeastaan tarkoittaa. On syytä muistaa, että taide ei yksinään paranna, mutta se on myös melko vaaratonta ihmiselle. Taide ei aiheuta allergioita, lihota, muuta ulkonäköä tai sisällä myrkyllisiä ainesosia. (von Brandenburg 2012, 260.)

Taiteella luodaan merkityksiä, jolloin taidetta on se, mitä toiminnan prosessista syntyy. Aitoa, rehellistä tai vaikuttavaa esitystä voidaan kutsua taiteeksi, eikä sen tarvitse olla teknisesti täydellinen suoritus. Taiteen paikka on teoksen ja vastaanottajan välissä, eikä se ole ainoastaan kaunista ja positiivista, eikä se myöskään aina luo täydellisen harmonian kokemusta. Koska elämä itsessään ei ole pelkästään vain hyviä ja kauniita asioita, taide voi myös tehdä kipeää ja näyttäytyä raadollisena. Taiteessa pahalla ja rumalla on kuitenkin positiivinen tehtävä, koska ne voivat tuottaa ihmiselle syvällisiä kokemuksia ja merkittäviä ajatuksia. (Sederholm 2001, 9-11,19.)

Vielä tänäkin päivänä, eletessä luovan ajattelun ja innovatiivisuuden nousukautta, voivat kaiken tämän mahdollistaneet sukupolvet jäädä huomioimatta aiheeseen liit-

tyvän keskustelun liittyessä lähinnä terveydenhuoltoon (Taipale 2007, 20). Yksi keskustelua herättävä ajatus on esimerkiksi vanhusidentiteetin vaihtuminen taiteilijaidentiteetiksi taidetoiminnan avulla, jolloin ikääntynyt saisi elämäänsä uutta sisältöä. Taidetoiminta voi tarjota ikääntyneelle mahdollisuuden irtaantua yksinäisyydestä ja kokea yhteisöllisyyttä. Taidetoiminnan avulla ikääntynyt voi kokea, että hänellä on todella jotakin annettavaa, josta koko yhteisö voi rikastua. Näin ollen ikääntynyt pystyy tuntemaan itsensä merkitykselliseksi, jolloin tunne täydellisestä riippuvuudesta ja hyödyttömyydestä lieventyy. (Hohenthal-Antin 2006, 123–125.) Parhaimmillaan taidekokemus luo ikääntyneelle tunne-elämyksiä, luovuutta, erilaisuuden sietokykyä sekä hetken unohdusta sen hetkisestä olotilasta (Strandman 2007, 162).

Hyypän ja Liikasen (2005, 107) mukaan taiteella ja kulttuurilla luodut arjen elämykset ovat useille ihmisille hyvän elämän edellytys ja ehto. Toisille ne merkitsevät rakasta harrastusta sekä ajanvietettä ja toisille taas mahdollisuutta irrottautua arjesta ja kokea elämyksiä. Yksilölle tärkeintä on kuitenkin mahdollisuus valita oma elämysmaailmansa riippumatta siitä, asuuko hän omassa kodissaan tai hoivaympäristössä toisten avun varassa, koska taide-elämysten tulee olla kaikkien saavutettavissa. (Hyypä & Liikanen 2005, 107.)

Ikääntyneiden taidetoiminta voidaan ryhmitellä kolmeen pääluokkaan. Ensimmäinen pääluokka on ikääntyneille kohdistettu taidetoiminta, jossa ikääntynyt on taidetoiminnan kohteena. Toisena pääluokkana on ikääntyneiden kanssa toteutettu ja ikäluokat ylittävä taidetoiminta, joka voidaan nähdä jo paljon osallistavampana toimintana kuin pelkkä taidetoiminnan kohteena olo. Kolmantena pääluokkana on ikääntyneiden itsensä toteuttama taidetoiminta, joka on pääluokista kaikista osallistavin. Monissa tutkimuksissa ja taideprojekteissa ikääntyneet on nähty passiivisina taiteen vastaanottajina eikä niinkään taiteen tuottajina. (Hohenthal-Antin 2006, 109.) Ajatus siitä, että luovuus ja tuotteliaisuus eivät enää kuulu ikääntyneiden maailmaan, ei kuitenkaan voi pitää paikkaansa, koska luovuus ei rapistu iän myötä vaan se kuuluu hyvään ikääntymiseen. Luovuuden tulisi olla avointa kaikille ikään, sukupuoleen, rotuun, kuntoisuuteen ja toimintakykyyn katsomatta. (Hohenthal-Antin 2006, 14–16, 44.)

1.1 Soveltava ja osallistava taide sekä yhteisötaide

Osallistava taide sekä yhteisötaide ovat käsitteinä hyvin lähellä toisiaan. Molempien taidemuotojen tavoitteena on lähteä liikkeelle ihmisten omista tarpeista taiteilijan ohjaamana ja luoda jotain, joka vahvistaa ihmisten yhteisöllisyyttä sekä tasa-arvoisuutta. Osallistava taide sekä yhteisötaide voivat joskus tulla vastaan yllättävissäkin paikoissa, kuten esimerkiksi omalla asuinalueella ja ne saattavat parhaassa tapauksessa jopa murtaa perinteisiä käsityksiä sekä hierarkioita osallistujien kesken. (von Brandenburg 2012, 244.)

Soveltavan ja osallistavan taiteen tehtävänä vanhustyössä on osallistaa ja innostaa ikääntyneitä tekemään taidetta yhdessä taiteilijan kanssa. Soveltamalla taidetoimintaa osallistavaksi, voidaan saada ikääntyneet tuntemaan itsensä merkityksellisiksi ja tunnistamaan heidän omat voimavaransa. Osallistava taide voi myös auttaa hoivaympäristön henkilökuntaa ja ikääntyneiden läheisiä huomioimaan ikääntyneen psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn sekä voimavarat positiivisessa valossa.

Yhteisötaiteella tarkoitetaan usein yhteisössä tapahtuvaa taidehanketta, jonka yhteisön jäsenet, kuten esimerkiksi asumispalveluyksikön asukkaat, toteuttavat omista lähtökohdistaan. Yhteisötaiteessa oleellista on se, että tekemisprosessi on yleensä paljon tärkeämmässä roolissa kuin taiteellinen lopputulos. (Taipale, 2001, 79–80.) Yhteisötaiteen sosiaaliset vaikutukset sisältävät kokemuksen ja tiedon siitä, että ikääntynyt on itse päässyt osallistumaan, häntä on kuunneltu, hän on ollut ryhmän jäsenenä mukana järjestämässä toimintaa ja on tehnyt muiden kanssa yhdessä taidetta (Liikanen 2011, 31). Yhteisötaide voi tällä tavoin yhdistää ja kiinnittää ikääntyneet yhteisöönsä sekä luoda siltoja eri sukupolvien välille. Taiteella onkin todellinen sosiaalinen tilaus yhteisöllisyyden vahvistajana. (Hohenthal-Antin 2006, 48.)

Ihmisillä on tarve tulla näkyväksi omissa asioissaan ja saada äänensä kuuluville. Taiteella on tunteisiimme suora yhteys, minkä vuoksi tunteiden tunnistaminen ja tutkiminen on luontevaa taiteen keinoin. Parhaimmassa tapauksessa osallistava taide jättää lähtemättömän elämysjäljen tunnemuistiimme. (Häkämies 2013, 11.) Aktiivinen osallistuminen taiteen parissa voi myös antaa sisältöä elämään, uusia kokemuksia, herättää vanhoja muistoja ja luoda toivoa tulevaan (Liikanen 2015, 50).

Luovilla ja taidelähtöisillä menetelmillä voi olla vahva merkitys ikääntyneiden yksilökohtaisessa hoidossa ja hoivassa. Luovuus voi mahdollistaa ja vahvistaa ikääntyneen omaa persoonallista ilmaisua ja tarjota mahdollisuuksia ihmissuhteiden rikastamiseen. (Lee & Adams 2011, 5.) Taiteen käyttö hoito- ja kuntoutustyön apuna on kuitenkin usein ongelmallista ja tämän vuoksi soveltavan ja osallistavan taiteen tärkeänä tehtävänä onkin yhdistää taiteen sekä sosiaali- ja terveysalan erilaiset kentät. Taidetoiminta tuo epäilemättä vanhustyöhön paljon uusia lähestymistapoja ja mahdollisesti työmenetelmiäkin, mutta ydinkysymyksenä soveltavassa ja osallistavassa taiteessa on muun muassa se, kuinka esittää taidetta niin, etteivät näiden kahden kentän tavoitteet olisi keskenään ristiriitaisia. (Sederholm 2001, 162.)

Taidelähtöisillä, soveltavilla ja osallistavilla menetelmillä pyritään edistämään hyvinvointia esimerkiksi tukemalla itseymmärrystä ja toisen ihmisen kohtaamista sekä lisäämällä yksilön vaikutusmahdollisuuksia (von Brandenburg 2012, 244). Taide-elämykset koostuvat intensiivisen keskittymisen ja läsnäolon hetkestä, jolloin ulkoiset olosuhteet unohtuvat hetkeksi (Blomqvist 2004, 25–26). Taide voi myös sekä muuttaa että muuttua uusissa ympäristöissä. Samoja taidelähtöisiä menetelmiä voidaan käyttää, vaikka kohderyhmä vaihtuisi, mutta menetelmiä tulee soveltaa ja räätälöidä erityisesti kohderyhmää ja yhteisöä varten. (Liikanen 2014, 50.)

1.2 Taide- ja kulttuurigerontologia

Gerontologia on tieteenala, joka tutkii biologisia, psyykkisiä, kulttuurisia ja sosiaalisia vanhenemisen prosesseja sekä niiden suhdetta elämänkulkuun (Liikanen 2011, 4). Gerontologiassa pyritään selvittämään muun muassa, että millä tavalla ihminen muuttuu ikääntyessään, mitkä asiat vaikuttavat ihmisten elämän pituuteen ja ikääntyessä tapahtuviin muutoksiin sekä millaisia seurauksia ikääntymisellä on yksilöiden ja yhteisöjen kannalta. Gerontologista tutkimusta tehdään yhteistyössä monella eri tieteenalalla, koska ikääntyminen on ilmiönä hyvin moniulotteinen sisältäen fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset osa-alueet. (Heikkinen 2008, 16–22.)

Kulttuurigerontologia on yksi gerontologian osa-alueista, jossa ikääntynyt ihminen nähdään kulttuurisena olentona ja hänen elämänsä kulttuurisessa kontekstissa. Kulttuurigerontologia voidaan nähdä sekoituksena kulttuuri- ja sosiaaligerontologiaa

ja sen tutkimuskohteena ovat ikääntyneet yksilöinä, yhteisönä ja heidän suhteensa valtakulttuuriin. (Liikanen 2011, 4-6; Vakimo 2003, 197.)

Taide- ja kulttuuritoiminnan käyttäminen osana kuntoutusta ja toimintakyvyn ylläpitoa on noussut esille kulttuurigerontologiaan sisältyvän ikääntyneiden hyvän elämän ja elämänlaadun edistämisen myötä. Taidegerontologia on yksi kulttuurigerontologian alueista, samoin kuin taiteet ovat osa kulttuuria. Taidegerontologiassa tarkastellaan ikääntymisen ja taiteen välisiä suhteita ja sen tehtävänä on nostaa ikääntyneet ihmiset taiteen omaksi tutkimus- ja kehittämisalueeksi. (Liikanen 2011, 8-10.)

Hohenthal-Antinin (2006) mukaan taidegerontologian tavoitteena on kulttuurinen tasa-arvo, jolloin nostetaan ikääntyneet näkyväksi osaksi kulttuurikenttää ja siirretään painopistettä itse taidetoimintaan sekä vanhuksen omaan kulttuurin tuottamiseen. Taidegerontologiassa taide nähdään osana jokaisen ikääntyneen elämää, ja sen perimmäinen tavoite on selvittää, mitä taidetoiminta ikääntyneelle merkitsee. Taidegerontologian avulla voidaan muun muassa ymmärtää paremmin ikääntymisen prosessia ja tuoda ikääntynyt esille aktiivisena kulttuurin tuottajana. (Hohenthal-Antin 2006, 117,118.)

1.3 Taide ja toimintakyky

Yksi vanhustyön keskeisimmistä tavoitteista on vanhuksen hyvän olon, hyvän mielen ja toimintakykyisyyden säilyminen mahdollisimman pitkään. Toimintakyky on keskeinen hyvinvoinnin mitta, joka tavallisesti jaetaan fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn. (Airila 2002, 5,6.)

Puhuttaessa ikääntyneen ihmisen toimintakyvystä, tulee usein ensimmäisenä mieleen ikääntyneen fyysinen toimintakyky ja siihen kohdistuvat arviointimenetelmät. Fyysisen toimintakyvyn osa-alueita onkin tutkittu eniten, koska siihen liittyvät ikääntymismuutokset ovat yleensä selviä. On kuitenkin tärkeää muistaa, että toimintakyvyn osa-alueet ovat usein sidottuja toisiinsa, koska esimerkiksi itsenäinen ulkoilu vaatii fyysistä toimintakykyisyyttä, mutta se samalla ylläpitää sosiaalista ja psyykk-

kistä toimintakykyä (Eloranta & Punkanen 2008,10). Ihmisen toimintakykyä voidaan pitää kokonaisuutena, jota on hyvin vaikea pilkkoa toisistaan riippumattomiin osiin (Meriläinen ym. 2015, 12).

Psyykinen toimintakyky sisältää kielen, muistin, oppimisen, ajattelun, luovuuden sekä persoonallisuuden erityisesti yksilön voimavarojen näkökulmasta. Psyykinen toimintakyky on aina suhteessa yksilön muuhun elämään, elinoloihin, terveydentilaan, elämäntapaan, elämänhistoriaan sekä elinympäristöön. (Ruoppila & Suutama 2013, 375.) Ikääntymisen myötä kielteiset menetykset kuten esimerkiksi toimintakyvyn osa-alueiden heikkeneminen ja harrastusaktiviteettien vähentäminen saattavat painottaa, jolloin tulisi keskittyä ikääntyneiden persoonallisiin vahvuuksiin, tunne-elämän kypsyyteen sekä hyvinvoinnin tuntemuksiin. (Ruoppila & Suutama 2013, 383) Psyykkistä toimintakykyä luonnehtii muun muassa ikääntyneen elämänhallinnan kokemus ja tyytyväisyys elämään, realiteettien taju, itseluottamus, sosiaalinen taitavuus sekä tarkoituksen kokeminen (Eloranta & Punkanen 2008, 12).

Sosiaalisella toimintakyvyllä tarkoitetaan ihmisen kykyä suoriutua elämässä toisten ihmisten kanssa (Eloranta & Punkanen 2008, 16). Sosiaalisen toimintakyvyn määritelmässä painotetaan muun muassa yksilön voimavaroja, rooleja, sosiaalisia taitoja ja sosiaalisia suhteita toiseen yksilöön, ryhmään, yhteisöön sekä yhteiskuntaan. Keskeistä sosiaalista toimintakykyä tarkasteltaessa on yksilön ja yhteiskunnan vuorovaikutus, joka ilmenee yksilön kykyinä suoriutua sosiaalisissa tilanteissa ja toimia yhteiskunnan jäsenenä. (Simonen & Heimonen 2014,57.)

Ikääntyneen väestön toimintakyvyn edistämiseen liittyvällä asiantuntemuksella on kasvava kysyntä yhteiskunnassa. Vaikka aiempiin sukupolviin verrattuna ikääntyneiden toimintakyky on kehittynyt myönteisesti, on ikääntyneiden palvelutarpeessa odotettavissa selvää kasvua heidän osuutensa kasvaessa väestössä entisestään. (Rantanen 2008, 409.) Tämä haastaa koko yhteiskunnan eri toimijat laajentamaan ja monipuolistamaan osaamistaan vanhustyön kentällä.

Taidetoiminta tarjoaa työkaluja ikääntyneen hyvinvoinnin sekä toimintakyvyn vahvistamiseen. Taide voi parhaassa tapauksessa olla toimintakykyä vahvistava voimavaro, joka rikastaa ikääntyneiden arkipäivää ja edistää vuorovaikutusta ja avoi-

muutta ikääntyneiden, heidän läheistensä sekä hoivaympäristön henkilökunnan välillä. (Blomqvist-Suomivuori, 2001, 60.) Lisäämällä taidetta ja luovuutta palveluihin, työhön ja arjen ympäristöön, luodaan ikääntyneille hyvinvointia ja avataan uusia näkökulmia tulevaisuuteen (Liikanen 2014, 50).

2 SOVELTAVASTA TAITEESTA PALVELUKONSEPTEJA VANHUSTEN TEHOSTETTUUN PALVELUASUMISEEN - PROJEKTI

Soveltavasta taiteesta palvelukonsepteja vanhusten tehostettuun palveluasumiseen – projekti, jota voidaan kutsua lyhennetysti myös kulttuurisen vanhustyön projektiksi, on saanut Seinäjoella alkunsa hyvinvointia ja kulttuuria yhdistävästä liikehinnästä. Tästä esimerkkinä suuremmassa mittakaavassa on Opetus- ja Kulttuuriministeriön Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia – toimintaohjelma, jonka yhtenä tavoitteena on, että jokaisella ihmisellä on oikeus ja tasa-arvoinen mahdollisuus osallistua kulttuuritoimintaan sekä itse tehdä taidetta. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2015, 7.)

Kulttuurisen vanhustyön projekti on toteutettu Seinäjoen kaupungin vanhus- ja kulttuuripalveluiden sekä Rytm-instituutin yhteistyönä. Projektin tarkoituksena on tutkia ja pilotoida palvelukonsepteja, jotka perustuvat soveltavan taidetoiminnan hyödyntämiseen vanhustyössä. Projektin tavoitteena on tuoda pysyvää ja säännöllistä taidetoimintaa ikääntyneiden arkeen sekä rakentaa Seinäjoen alueelle verkostoa, joka yhdistää sosiaali- ja terveysalan toimijat sekä kulttuurialan toimijat. (Kokkonieniemi 2015.)

Projektissa paikalliset taiteilijat veivät soveltavaa ja osallistavaa taidetoimintaa Seinäjoen palveluasumis- sekä hoivayksiköihin rakentaen toimintaa yhteistyössä yksiköiden henkilökunnan ja asukkaiden kanssa. Projektin osallistuvat taiteilijat toteuttivat kukin omassa yksikössään taidetoimintaa ikääntyneille 1-2 kertaa viikossa reilun kuukauden ajan. Taidetoiminta sisälsi muun muassa musiikkia, sosiaalista sirkusta, kuvataidetta sekä runoja ja tarinankerrontaa. Toimintaa tarjottiin jokaiselle yksikön asukkaalle heidän toimintakyvystään riippumatta. Osallistavaa sekä soveltavaa taidetoimintaa vietin myös hoivaosastoille vuoteen viereen. Yksi taiteilijoiden tärkeimmistä tehtävistä projektissa oli osallistaa ja innostaa sekä yksiköiden asukkaita että henkilökuntaa soveltavan taidetoiminnan avulla. (Kokkonieniemi 2015.)

Projektissa työskennelleet taiteilijat olivat monen taiteenalan ammattilaisia. Kaksi projektiin osallistuneista taiteilijoista oli kuvataiteilijoita, yksi oli teatteri-ilmaisun ohjaaja ja yksi tanssija. Taiteilijoiden lisäksi projektin työskentelyyn osallistui kaksi kolmannen vuoden geronomiopiskelijää, jotka molemmat harrastivat taidetoimintaa monipuolisesti vapaa-ajallaan. Itse osallistuin projektiin opinnäytetyötä tekevän geronomiopiskelijän roolissa. Työskentelin hoivaosastoilla teatteri-ilmaisun ohjaajan työparina, jolloin saimme hyödynnettyä työskentelyssämme samalla sekä sosiaali- ja terveystieteiden että kulttuurialan osaamista.

Vanhustyön ja kulttuurialan opiskelijoiden osaamista hyödynnettiin projektissa monipuolisesti. Projektin toinen opinnäytetyöntekijä oli viimeisen vuoden kulttuurituotajaopiskelija, joka tutkii ja kehittää opinnäytetyössään kulttuurisen vanhustyön toimintamallia. Hänen lisäksi projektiin osallistui kaksi toisen vuoden geronomiopiskelijää, jotka tekivät Västinkartanon palvelukeskuksen henkilökunnalle haastattelututkimuksen. Haastattelututkimuksessa selvitettiin henkilökunnan ajatuksia taidetoiminnan vaikutuksista asukkaiden elämään, henkilökunnan ammatilliseen osaamiseen sekä asenteisiin taidetoimintaa kohtaan. (Kokkonen 2015.) Haastattelututkimus toteutettiin ryhmähaastatteluina. Työntekijöiden haastatteluista selvisi muun muassa, että taidetoiminnalla oli työntekijöiden mukaan lähes yksinomaan positiivisia vaikutuksia ikääntyneiden elämään. Työntekijöiden mukaan taidetoiminta aktivoi ikääntyneitä, toi sisältöä heidän elämäänsä ja vaihtelua heidän päiviinsä. (Vallbacka & Siira 2015.)

Projektin taiteilijoille järjestettiin ennen taidetoiminnan aloitusta koulutuskokonaisuuksia jo olemassa olevien taitojen vahvistamiseksi sekä uudenlaisen ammattitaidon saavuttamiseksi. Koulutuskokonaisuuksia oli yhteensä neljä, joista ensimmäisessä käsiteltiin taiteen soveltavia menetelmiä ja niiden käyttöä ikääntyneiden kanssa sekä pohdittiin taiteilijoiden omaa taiteilijuutta ja voimavaroja. Kouluttajana ensimmäisessä koulutuskokonaisuudessa toimi draamapedagogi Jouni Piekkari. Toisessa koulutuskokonaisuudessa tutustuttiin sosiaaliseen sirkukseen, sen perusteisiin, periaatteisiin sekä sen soveltamiseen ikääntyneille sopivaksi. Sosiaalisen sirkuksen koulutusta ohjasivat sosiaalisen sirkuksen ohjaaja Kaisa Hietaniemi sekä toiminnanjohtaja Pilvi Kuitu kulttuurikeskus Piipoosta. Kolmas koulutuskokonaisuus käsitteli kuvataidetta. Aihetta lähestyttiin ikääntyneiden tekemien maalausten kautta

ja myös itse tekemällä vesivärimaalauksia. Kuvataidetta käsittelevän koulutuksen ohjaajana oli kuvataiteilija Vaula Sippola. Neljäs koulutus perehdytti taiteilijoita tanssiin, liikkeeseen ja kosketukseen. Koulutuksessa tutustuttiin kosketukseen perustuvaan vuorovaikutukseen sekä perehdyttiin erilaisiin tapoihin käyttää tanssia ja liikettä ikääntyneille suunnatussa taidetoiminnassa. Koulutuksen ohjaajana toimi tanssi- ja liiketerapeutti Sonja Jokiranta. (Kokkoniemi 2015.)

Koulutuskokonaisuudet olivat tärkeä osa projektia, koska ne tutustuttivat taiteilijat erilaisiin taidelähtöisiin menetelmiin myös taiteilijoiden omien taiteenalojen ulkopuolelta. Koska projektin tarkoituksena oli viedä soveltavaa ja osallistavaa taidetta ikääntyneille, oli erilaisiin soveltaviin menetelmiin perehtyminen välttämätöntä. Tällä tavoin taiteilijat pääsivät oppimaan uusia menetelmiä ja myös hyödyntämään omaa osaamistaan soveltaen sitä vanhustyöhön.

Taiteilijoiden koulutusten jälkeen oli tärkeää vielä tutustuttaa myös palveluasumisyksiköiden henkilökunta taiteilijoihin, jotta yhteinen työskentely olisi helpompaa aloittaa. Taiteilijoille ja yksiköiden henkilökunnalle järjestettiin yhteinen tuokio, jossa tutustuttiin yhdessä erilaisiin soveltavan taiteen menetelmiin. Tuokiolla pyrittiin innostamaan sekä yksiköiden henkilökuntaa että taiteilijoita, tekemään taidetoimintaa tutuksi sekä sitouttamaan henkilökuntaa osallistumaan taidetoimintaan asukkaiden kanssa yhdessä. (Kokkoniemi 2015.)

Projektin taiteilijat aloittivat työskentelynsä tekemällä työpajakokeiluja yhteensä kuudessa projektiin osallistuvassa yksikössä. Työpajakokeiluissa taiteilijat testasivat yksiköiden asukkaiden kanssa erilaisia osallistavia menetelmiä, kuten esimerkiksi sadutusta ja sosiaalista sirkusta. Kokeilujen tarkoituksena oli testata työtapoja ja tutustua eri yksiköiden asukkaisiin sekä henkilökuntaan. Työpajojen jälkeen taiteilijat valitsivat itsellensä yksikön, jossa he työskentelivät projektin ajan intensiivisesti soveltaen työskentelyssään pääosin kuvataidetta, musiikkia sekä sosiaalista sirkusta. (Kokkoniemi 2015.) Projektin lähestyessä loppuaan pidettiin projektiin osallistuneiden yksiköiden asukkaille, heidän läheisilleen ja henkilökunnalle päätösjuhlat. Ylistaron Västinkartanossa projekti huipentui yksiköiden asukkaiden maalauksista koottuun taidenäyttelyyn sekä hoiva-osastojen asukkaiden kanssa tehtyyn Neljän tien risteyksessä -kappaleen ensiesitykseen.

3 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

3.1 Tutkimuksen tarkoitus ja tavoitteet

Opinnäytetyöni tarkoitus on saada selville, millaisia vaikutuksia soveltavalla ja osallistavalla taidetoiminnalla on ikääntyneiden psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn hoivaympäristössä. Tavoitteenani on osallistaa ja innostaa sekä ikääntyneitä että yksiköiden henkilökuntaa soveltavan taidetoiminnan avulla. Tutkimuskysymyksenäni on, että millaisia vaikutuksia soveltavalla ja osallistavalla taidetoiminnalla on ikääntyneiden psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn hoivaympäristössä.

3.2 Tutkimusmenetelmä

Käytin tutkimukseni aineistonkeruumenetelmänä havainnointia, koska mahdolliset muutokset ikääntyneiden psyykkisessä ja sosiaalisessa toimintakyvyssä ovat toistuvan havainnoinnin avulla helpommin havaittavissa. Mietin, että millaista työvälinettä voisin käyttää taidetoiminnan havainnoinnin apuna, jotta havainnointi helpotuisi ja kohdistuisi nimenomaan ikääntyneen psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn. Tällöin sain kuulla kehitteillä olevasta muistisairaahan ihmisen koetun elämän laadun sekä psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn arvioinnin ja seurannan työvälineestä, eli MIKE:stä, jonka havainnointilomake sopi toteuttamaani havainnointiin erinomaisesti.

MIKE on muistisairaahan ihmisen koetun elämänlaadun sekä psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn arvioinnin ja seurannan työväline. MIKE-työväline on kehitetty osana Raha-automaattiyhdistyksen Eloisa Ikä –avustusohjelmaa ja sen ovat kehittäneet yhteistyössä Oulun Seudun muistiyhdistyksen Vielä Virtaa –hanke sekä Etelä-Pohjanmaan Muistiyhdistyksen Kulttuurista Muistoja –hanke. Työväline voi olla yksi osa muistisairaahan ihmisen toimintakyvyn kokonaisvaltaista arviointia ja se on kehitetty järjestöjen ja muiden sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten käyttöön muun muassa kotihoidossa, päivätoiminnoissa ja asumispalveluyksiköissä. Työvä-

linettä voidaan käyttää muun muassa ryhmätoimintoihin osallistumisen, kotiin saatavien palveluiden tai kuntoutuksen vaikutusten arviointiin ja seurantaan. (Meriläinen ym. 2015, 6.)

Haastattelu ja havainnointi ovat MIKE-työvälineen tiedonkeruumenetelmät, joita voidaan käyttää yhdessä kokonaisuutena, mutta tämän lisäksi niitä voidaan käyttää myös erikseen. MIKE:n haastattelu- ja havainnointilomakkeessa käytetty kieli on helposti ymmärrettävää sekä arvioitavalle että arvioijalle ja MIKE:n käyttöön löytyy tarkat ohjeet työvälineen manuaalista. Toiminnan havainnointi on MIKE-työvälineen toinen osio, joka tuo arvokasta lisätietoa arviointiin huomioiden sanattoman viestintän. Sanattomaan viestintään kuuluvat muun muassa liikkeet, ilmeet, eleet ja asennot samoin kuin äänen voimakkuus, painotukset ja tauotukset, joilla viestitään esimerkiksi asenteita ja tunteita. (Meriläinen ym. 2015, 12.)

Kun arviointia tehdään havainnoinnin avulla, on havainnoijan tärkeää erottaa havainnot tulkinnasta. Havainnoilla tarkoitetaan asioita, joita havainnoija voi silmin nähdä ja korvin kuulla, jolloin ei ole tarpeellista tehdä tulkintoja. Esimerkkinä havainnosta voidaan pitää sitä, että ihminen hymyilee. Se, että ihminen hymyilee, koska on iloinen, on taas tulkintaa. Tosiasiassa hän voi hymyillä esimerkiksi peittääkseen todelliset tunteensa. Havainnoinnin vaarana on, että toiminnan havainnoija tekee tulkintoja näkemästään ja näin mahdollisesti vääristää arvioinnin tulosta. Tämän vuoksi havainnoijan tulisi olla mahdollisimman huomaamaton ja passiivinen havainnointia tehdessä. Havainnointi vaatii keskittymistä, joten havainnoijan ei ole hyvä samaan aikaan sekä ohjata että havainnoida toimintaa. Havainnoinnin luotettavuutta lisäävät myös arviointikertojen olosuhteiden samankaltaisuus. (Meriläinen ym. 2015, 12–22.)

Itse en havainnoinut asukkaita taidetoiminnan aikana, vaan videoin tuokiot, jolloin pystyin havainnoimaan tuokioita ulkopuolisen silmin tuokioiden jälkeen. Vaarat erilaisiin tulkintoihin vähenivät, enkä sekoittanut omia tuntemuksiani tuokion onnistumisesta havainnointiin. Videoista näin myös tuokiot enemmän kokonaisuutena ja pystyin keskittymään toiminnan havainnointiin paremmin, kun en ollut itse samaan aikaan taidetoiminnassa mukana.

Havainnoitavaa taidetoimintaa Västinkartanon hoivaosastoilla oli yhteensä kuusi kertaa. Tuokiokertoja oli kaiken kaikkiaan kahdeksan, mutta jätin havainnoinnin ulkopuolelle näistä sekä ensimmäisen että viimeisen tuokion, koska ensimmäinen tuokio koostui lähinnä asukkaisiin sekä hoivaympäristöön tutustumisesta ja viimeisenä tuokiona järjestimme asukkaille päätösjuhlat.

Havainnointikertojen olosuhteet olivat jokaisella kerralla hyvin samanlaiset, koska työskentelimme aina samaan kellonaikaan, iltapäivisin klo 13–15. Myös havainnointipaikka pysyi samana, koska havainnointi tapahtui pääasiassa asukkaiden omissa huoneissa. Olosuhteiden samankaltaisuus jokaisella havainnointikerralla helpotti tuokioiden havainnointia sekä toimintakyvyn muutosten arviointia, koska muita muutoksia toiminnan ympäristössä ei juurikaan tapahtunut.

MIKE- työväljineellä on tarkoitus havainnoida muistisairaahan ihmisen psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä. MIKE:n havainnointilomakkeessa on näihin liittyvien kysymysten lisäksi myös kohtia, jotka luokitellaan yleensä kognitiivisiksi toiminnoiksi, koska ne ovat usein melko selkeästi havainnoitavissa ja niissä on kokemuksen perusteella saatu aikaan muutosta. Havainnointilomakkeeseen kirjataan, että mitä toimintaa arvioitava henkilö teki havainnoin aikana ja kuinka kauan toiminta kesti. Lisäksi lomakkeeseen voidaan kirjata toiminnan ympäristö, sekä se, että tapahtuiko tekeminen yksin vai ryhmässä. (Meriläinen ym. 2015, 22.)

MIKE- työväljineen havainnointilomakkeen merkinnät eivät ole numeraalisia, koska työväljineen tarkoituksena ei ole laskea pisteitä. Pisteiden laskemista merkittävämpää on seurata arviointikertojen välillä tapahtuneita muutoksia erikseen. (Meriläinen ym. 2015, 22.)

Havainnointilomakkeet merkinnät ovat:

- **E** Ei suoriudu lainkaan
- **A** Suoriutuu/ilmaisee avustettuna, lievää vaikeutta
- **N** Suoriutuu/ilmaisee täysin omatoimisesti, normaalilla tasolla
- **Y** Ilmaisee liikaa kyseistä asiaa, ”yli suoriutuu”
- **X** Ei pystytty arvioimaan. Havainnointi ei onnistu, koska tekeillä oleva toiminto ei vaadi kyseistä asiaa

Toiminnan havainnoija kirjaa ylös ainoastaan ne kohdat, jotka tulevat esiin. Toimintaa havainnoitaessa asiat eivät myöskään tule esiin lomakkeessa olevassa järjestyksessä, jolloin lomakkeeseen perehtyminen etukäteen helpottaa havainnoijaa. Jos jokin lomakkeen kohta jää havainnoijalle epäselväksi, merkitään lomakkeeseen X (ei pystytty arvioimaan). (Meriläinen ym. 2015, 22.)

MIKE-työväline on kehitetty erityisesti muistisairaahan ihmisen koetun elämänlaadun ja psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn arviointiin ja seurantaan. Muistisairaiden ihmisten lisäksi se soveltuu kuitenkin hyvin myös niiden ikääntyneiden arvioinnin ja seurannan tueksi, joilla ei ole todettuja muistisairauksia. Kaikilla havainnoimillani hoivaympäristön asukkailla ei ollut diagnosoitu muistisairautta, mutta havainnointilomakkeen käyttö onnistui siitä huolimatta hyvin.

3.3 Tutkimusaineisto – Matka neljän tien risteykseen

Toteutin taidetuokiot työparin kanssa, joka on ammatiltaan teatteri-ilmaisun ohjaaja ja yksi projektin taiteilijoista. Halusimme työparini kanssa viedä taidetta nimenomaan hoivaympäristöön vuoteiden viereen, koska vaikka muissa palvelukeskusten yksiköissä järjestetäänkin esimerkiksi ryhmätoimintaa, vuoteessa olevat vanhukset eivät usein pääse osallistumaan toimintaan. Erityisesti hoivaosastojen asukkaiden heikentynyt fyysinen toimintakyky toi mukanaan haasteita tuokioiden ideoimiseen, mutta päätimme keskittyä fyysisten rajoitteiden sijaan ikääntyneiden omiin voimavaroihin, sekä soveltavan ja osallistavan taiteen mukanaan tuomiin monein mahdollisuuksiin. Kiinnitimme huomiota erityisesti hoivaosastojen asukkaiden psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn sekä heidän itsensä kokemaan hyvinvointiinsa.

Hoivaosastojen asukkaat olivat psyykkiseltä ja sosiaaliselta toimintakyvyltään hyvin erilaisia. Osa asukkaista oli muistisairaita ja osalla taas muisti ei ollut heikentynyt lähes yhtään. Asukkaita yhdisti kuitenkin se, että suurimmalla osalla asukkaista oli rajoittunut fyysinen toimintakyky, jonka vuoksi he olivat pääasiassa vuoteessa.

Molemmilla hoivaosastoilla oli kuusi huonetta, ja jokaisessa huoneessa kaksi asukasta. Koska aikamme osastoilla oli rajallinen, päädyimme valitsemaan osastoilta

yhteensä kuusi asukasta, joiden luona kävimme säännöllisesti kaksi kertaa viikossa noin neljän viikon ajan. Jokainen tuokio toteutettiin päätösjuhlaa lukuun ottamatta asukkaiden omissa huoneissa rauhallisessa ympäristössä. Yhden tuokion pituus yhden asukkaan kanssa oli yleensä noin 15 - 25 minuuttia, riippuen vanhuksen omasta jaksamisesta ja vireystilasta. Ajoitimme tuokiot iltapäivään klo 13 -15 väliin aikaan, koska se oli henkilökunnan kokemusten mukaan paras aika taidetoiminnalle. Koimme myös itse ajan olevan hyvä, koska hoivaosaston asukkaat tuntuivat kaipaavan piristystä juuri iltapäivisin.

Musiikin hyödyntäminen taidetuokioissamme oli meille luonnollinen valinta, koska sekä työparini että minä harrastamme musiikkia aktiivisesti. Kiinnitimme myös huomiota siihen, kuinka paljon asukkaat nauttivat musiikista meidän ollessamme ensimmäistä kertaa tutustumassa hoivaosastoilla.

Mietimme työparini kanssa, miten tehdä hoivaosastojen asukkaiden kanssa sellainen tuotos, jonka tekemisessä asukkaat voisivat olla aktiivisesti osallisena. Päätimme kerätä asukkailta tarinoita heidän elämästään ja kokemuksistaan ja hyödyntää tarinoita taidetoiminnassa. Käyttäen hyödyksi myös omaa taiteellista osaamistamme, päätimme työparini kanssa tehdä asukkaiden tarinoista musiikkikappaleen.

Oman musiikkikappaleen ideoinnin sekä sävellys- ja sanoitustyön lisäksi aloitimme ja päätimme jokaisen tuokion tutuilla kansanlauluilla. Kansanlaulujen avulla pääsimme ikääntyneiden kanssa hyvään ja rentoon tunnelmaan, jonka jälkeen oli helpompaa ideoida yhdessä omaa musiikkikappaletta. Vanhat kansanlaulut myös herättivät ikääntyneissä tunteita ja muistoja, joiden jakamisen myötä yhteisen kappaleen luomistyökin helpottui huomattavasti.



Kuva 1. Tuokioiden prosessi

Yllä olevassa kuvassa taidetuokiot on esitetty prosessina, jossa ensimmäinen vaihe muodostui asukkaisiin tutustumisesta sekä tarinoiden keräämisestä. Toinen vaihe muodostui kappaleen musiikkityylin valinnasta sekä asukkaiden tarinoiden ja mielipiteiden kuulemisesta. Kolmas vaihe muodostui liikkumisen ottamisesta mukaan tuokioihin ja sanoitusten päivittämisestä. Viimeinen vaihe piti sisällään valmiin kappaleen kuulemisen sekä yhteisen päätösjuhlan.

Jokainen prosessi on aina erilainen, koska sen eteneminen lähtee aina asukkaista itsestään. Toiminnan ohjaajat voivat toki halutessaan johdatella toimintaa tiettyyn suuntaan, mutta lopulta ikääntyneet itse määrittelevät, mihin suuntaan tuokioiden prosessi kulkee. Tässä tapauksessa prosessiin kuului neljä selkeää vaihetta.

3.3.1 Ensimmäinen ja toinen tuokio – Tarinoita eletystä elämästä

Ensimmäisen tuokion ajan kiersimme kaikki hoivaosaston huoneet läpi tutustuen asukkaisiin samalla laulaen ja kitaraa soittaen asukkaiden vuoteiden vieressä. Olimme yhdessä huoneessa noin 10 minuuttia, jotta ehdimme käydä jokaisen asukkaan luona vierailmassa. Lauloimme asukkaiden kanssa vanhoja kansanlauluja, joiden huomasimme heti herättävän asukkaissa monenlaisia tunteita ja muistoja. Valitsimme kappaleet myös kevääseen sopivaksi, koska halusimme tuoda hoivaympäristöön keväistä tunnelmaa. Osa ikääntyneistä lauloi mukanaamme tuttuja sävelmiä ja osa taas halusi mieluummin vain kuunnella.

Kuulimme ikääntyneiden ajatuksia ja muistoja muun muassa heidän nuoruudestaan, vanhenemisestaan, perheestään, tehdystä työstä ja lempimusiikistaan. Jokaisen laulettuun kappaleeseen jälkeen juttelimme laulun herättämistä ajatuksista ja pidimme tuokion keskustelun hyvin vapaana ja annoimme tarkoituksella keskustelun rönsyillä siihen suuntaan, mihin ikääntynyt keskustelun aiheita itse halusi suunnata.

Toisessa tuokiossa jatkoimme keväisten laulujen laulamista yhdessä asukkaiden kanssa heidän huoneissaan ja kuulimme lisää heidän omia muistojaan sekä tarinoita eletystä elämästä. Toisen tuokion aikana mietimme ikääntyneiden kanssa myös yhteisen kappaleen sävellystä ja sanoitusta, ja kysyimme heiltä, että minkälainen kappale olisi heille erityisen mieluinen. Toisen tuokion jälkeen työparini alkoi

jo työstää alustavia sanoituksia yhteiseen musiikkikappaleeseen sekä aloitti kappaaleen sävellystyön.

3.3.2 Kolmas ja neljäs tuokio – Ei kovin räikeää, mutta rytmikästä

Kolmannen tuokion aikana asukkaat saivat kuulla pienen näytteen tulevasta yhteisestä kappaleesta, jonka sävellys- ja sanoitustyön työparini oli aloittanut heidän kertomiensa tarinoiden pohjalta. Keskustelimme ikääntyneiden kanssa, minkä tyylistä musiikkia he haluaisivat kappaleen edustavan ja päädyimme heiltä saatujen ajatusten kautta melko rauhalliseen musiikkityyliin, josta kuitenkin löytyisi myös rytmiä.

Neljänten tuokioon mennessä työparini oli saanut yhteisen musiikkikappaleen sävellys- ja sanoitustyön jo hyvään vauhtiin. Neljäs tuokio painottuikin hyvin pitkälti kappaleen tekoon osallistuneiden ikääntyneiden mielipiteiden keräämiseen kappaleen sen hetkisestä versiosta. Tuokion aikana keskityimme erityisesti neljän asukkaan kanssa ideoimaan heille omat säkeistöt kappaleeseen. Oman kappaleen ideoinnin lisäksi jatkoimme tuttujen kansanlaulujen soittamista ja laulamista ikääntyneiden kanssa tuokioiden alku- ja loppuvaiheessa, koska koimme, että kansanlaulut olivat hyvä tapa virittäytyä tunnelmaan.

3.3.3 Viides ja kuudes tuokio – Sanoitukset kuntoon

Viidennessä tuokiossa otin musiikin lisäksi tuokioon mukaan myös hieman liikettä pallottelemalla asukkaiden kanssa ilmapallolla. Ilmapallon kanssa pallottelusta pidettiin kovasti ja se oli helppo toteuttaa vuoteessa olevien asukkaiden kanssa. Jopa he ikääntyneet, joilla oli paljon fyysisiä rajoitteita, nauttivat selkeästi ilmapallon kanssa temppuilusta. Pallottelu vaatinut heiltä suuria fyysisiä ponnisteluja, koska ilmapallon sai lentämään jo hyvin pienelläkin kosketuksella palloon.

Kuudennen tuokion aikana lauloimme ja soitimme viilausta vaille valmista kappaletta asukkailla ja keräsimme heiltä ajatuksia siitä, ovatko sanoitukset kappaleessa oikein. Muutamia muutoksia kappaleen sanoituksiin vielä tuokion aikana tehtiinkin,

kun kappaleen tekoon osallistuneet asukkaat kertoivat mielipiteensä kappaleen sanoista. Sanoitusten lisäksi ideoimme yhdessä työparini kanssa tuokion aikana myös stemmaa eli toista ääntä kappaleeseen minun laulettavakseni. Kappaletta harjoiteltiin hoivaosastoilla asukkaiden huoneissa, ja he pääsivät osallistumaan musiikkikappaleen tekoon aitiopaikalta.

3.3.4 Seitsemäs ja kahdeksas tuokio – Neljän tien risteyksessä

Seitsemännessä tuokiossa esitimme valmiin kappaleen asukkaille ja kysyimme heidän mielipidettään kappaleen onnistumisesta. Useimmat asukkaista pitivät kappaletta hyvänä ja erityisesti he pitivät onnistuneina kappaleen sanoituksia, joissa he pystyivät kuulemaan itse kertomiaan tarinoita. Kappaleen sanoitusten kuuleminen aiheutti asukkaissa vahvoja reaktioita, hymyä, naurua ja kyyneleitä. Musiikkikappaleen valmis sanoitus kertoi tarinaa neljästä ikääntyneestä, jotka kohtaavat neljän tien risteyksessä, mistä kappale sai myös lopullisen nimensä.

Kaikki asukkaat eivät kuitenkaan aivan ensikuulemalta pitäneet kappaletta onnistuneena, vaan eräs kappaleen tekoon osallistunut asukas kertoi suoraan kappaleen kuultuaan, ettei pitänyt kappaleesta yhtään. Arvostimme kovasti asukkaan rehellistä mielipidettä ja olimme oikeastaan otettuja siitä, että hän ei pelännyt kertoa meille, ettei pitänyt kappaleesta ollenkaan. Pohdimme vielä yhdessä, että mitä muutoksia lauluun pitäisi tehdä, jotta se olisi kaikkien mielestä onnistunut. Päädyimme kuitenkin pitäytymään kappaleen sen hetkisessä versiossa, koska muutosehdotuksia ei tullut esiin. Pienestä kritiikistä huolimatta olimme työparini kanssa erityisen tyytyväisiä siihen, että kappale aiheutti kuulijoissaan vahvoja reaktioita, niin hyvässä kuin pahassakin.

Kahdeksas tuokio järjestettiin Västinkartanon kaikille asukkaille, kun projektin päätösjuhlia vietettiin taidenäyttelyn sekä musiikin merkeissä. Hoivaosastojen asukkaiden kanssa sävelletty sekä sanoitettu Neljän tien risteyksessä – kappale sai päätösjuhlassa ensiesityksensä yleisölle. Kappale sai paljon kiitosta ja positiivista palautetta sekä Västinkartanon henkilökunnalta että asukkailta.

3.4 Aineiston analysointi

Analysoin keräämääni aineistoa MIKE- havainnointilomakkeen avulla. Katsoin taidetuokioita kuvaamaltani videolta ja havainnoin toimintaa täyttäen samalla havainnointilomaketta. Katsoin videot läpi moneen kertaan kiinnittäen huomiota erityisesti havainnointilomakkeessa oleviin kohtiin. Täytin jokaisesta havainnointikerrasta oman havainnointilomakkeen jokaisen asukkaan kohdalla. Havainnointilomaketta täyttäessäni en tehnyt havainnoista tulkintoja, vaan merkitsin lomakkeeseen ainoastaan toiminnassa esille tulleet asiat. Olin havainnoijana toiminnan ulkopuolella ja aineistoa analysoidessani toimin neutraalisti ja puolueettomasti.

Vaikka MIKE-työvälineessä ei käytetä numerotietoja, oli minun muunnettava havainnointilomaketta hieman aineiston analyysia varten. Halusin esittää tutkimustulokseni myös kuvana, koska kuvan avulla voi tehdä yhteenvedon taidetoiminnan vaikutuksista. Kuvan luomiseen tarvittiin numerotietoja kirjainten sijaan joten minun oli numeroitava havainnointilomakkeen kirjainmerkinnät. Koska kaikki havainnointilomakkeen merkinnät eivät tulleet havainnoinnin aikana tarpeellisiksi, numeroin vain ne merkinnät, joita havainnointilomakkeisiin oli tehty.

Havainnointilomakkeen kirjainmerkinnät numeroituna:

0. Ei pystytty arvioimaan
1. Ei suoriudu lainkaan
2. Suoriutuu/ilmaisee avustettuna, lievää vaikeutta
3. Suoriutuu/ilmaisee täysin omatoimisesti, normaalilla tasolla

Laskin jokaisen asukkaan numeroidut merkinnät yhteen jokaiselta havainnointikerhältä erikseen ja merkitsin jokaisen havainnointikerran yhteenlasketut pisteet Exceltaulukkoon. Tämän jälkeen loin taulukosta kuvan. Koska MIKE-työvälineen tarkoituksena ei nimenomaan ole laskea pisteitä, käytin numeroituja merkintöjä ainoastaan analysoidessani aineistoa. Numerot eivät jääneet lopulliseen kuvaan näkyviin, mutta helpottivat merkittävästi tutkimustulosten esille tuomista.

4 TUTKIMUSTULOKSET

4.1 Yksilölliset tutkimustulokset

Opinnäytetyöni tavoitteena oli arvioida soveltavan ja osallistavan taidetoiminnan vaikutuksia ikääntyneiden psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn hoivaympäristössä. Tutkimuksen tulokset muodostuivat hoivaosastojen asukkaiden havainnoinnista MIKE-työvälineen havainnointilomakkeen avulla. Esitän tutkimustulokset taulukkomuodossa jokaisen tutkimukseen osallistuneen asukkaan kohdalta yksilöllisesti. Taulukkoon olen koonnut MIKE-havainnointilomakkeen osa-alueet, joita havainnoin taidetoiminnan aikana. Taulukoissa kuvaan asukkaiden toimintakykyä eri osa-alueilla vertaillen tuloksia ensimmäisen ja viimeisen tuokion välillä.

Taulukossa olevat ikääntyneiden psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn arvioinnin osa-alueet ovat:

1. Toiminnan aloittaminen/oma-aloitteisuus
2. Itseluottamus/rohkeus
3. Valintojen tekeminen
4. Kiinnostuksen ilmaiseminen (eleet, kehon kieli)
5. Toimintaan keskittyminen
6. Ongelmien ratkaiseminen ja virheiden korjaaminen
7. Tunteiden, hyvän mielen ja ilon ilmaiseminen
8. Toisten ihmisten huomioiminen ja katsekontaktin ottaminen
9. Keskusteluun osallistuminen (ei välttämättä verbaalinen)

4.1.1 Toivo

Taulukko 1. Taidetoiminnan havaitut vaikutukset Toivon toimintakykyyn

	Ensimmäinen tuokio	Viimeinen tuokio	Vaikutukset/ Muutokset
Toiminnan aloittaminen ja oma-aloitteisuus	Ei ilmaissut lainkaan, seurasi toimintaa ulkopuolisena.	Aloitti toiminnan avustettuna, sanallisen kehotuksen jälkeen	Oma-aloitteisuus lisääntyi
Itseluottamus ja rohkeus	Ei ilmaissut lainkaan omia mielipiteitään, seurasi toimintaa ulkopuolisena.	Ilmaisi mielipiteitään avustettuna	Ilmaisi rohkeammin mielipiteitään
Valintojen tekeminen	Ei tehnyt valintoja, halusi, että muut tekevät valinnat hänen puolestaan.	Teki valintoja avustettuna, mutta valintojen teko vei aikaa	Valintojen teko oli helpompaa
Kiinnostuksen ilmaiseminen (eleet, kehonkieli)	Ei ilmaissut kiinnostustaan kehonkielellään tai eleillään, oli välillä poissaoleva	Ilmaisi kiinnostustaan selkeästi katseellaan ja eleillään	Kiinnostuksen ilmaisu oli selkeämpää
Toimintaan keskittyminen	Keskittyi toimintaan pienen hetken kerrallaan	Keskittyi toimintaan koko tuokion ajan tarkkaavaisesti	Keskittyminen ja tarkkaavaisuus parantivat
Ongelmien ratkaiseminen ja virheiden korjaaminen	Ei pystytty arvioimaan	Ei pystytty arvioimaan	Ei pystytty arvioimaan
Tunteiden, hyvän mielen ja ilon ilmaiseminen	Reagoi toimintaan varovaisesti, musiikki hymyilytti	Ilmaisi tunteitaan avoimesti, musiikki nauratti ja välillä liikutti	Tunteiden ja hyvän mielen ilmaisu oli helpompaa
Toisten ihmisten huomioiminen ja katsekontaktin ottaminen	Lievää vaikeutta, otti välillä katsekontaktia	Huomioi toiset ihmiset ottamalla katsekontaktia	Toisten ihmisten huomiointi ja katsekontakti lisääntyivät
Keskusteluun osallistuminen (ei välttämättä verbaalinen)	Ei osallistunut keskusteluun, seurasi keskustelua ulkopuolisena	Ei itse aloita keskustelua, mutta vastaa kysymyksiin ja reagoi eleillään	Keskusteluun osallistuminen oli aktiivisempää

Toivon kohdalla taidetoiminnan vaikutukset tulivat selvästi näkyviin tuokioiden edessä. Ensimmäisen tuokion aikana hän oli melko poissaoleva, eikä osallistunut keskusteluun ollenkaan. Hän keskittyi toimintaan vain välillä ja otti katsekontaktia varovaisesti. Toivo ei tehnyt valintoja tuokion aikana rohkaisuista huolimatta lainkaan. Sängyn vieressä laulamamme ja soittamamme musiikki kuitenkin hymyilyttivät häntä.

Viimeisessä tuokiossa Toivo oli oma-aloitteisempi ja ilmaisi mielipiteitään niitä kysyttäessä. Musiikin kuuntelu nauratti häntä paljon ja toi myös kyneleet hänen silmiinsä. Toivo ei häpeillyt liikuttumisestaan, vaan näytti tunteitaan paljon avoimemmin kuin ensimmäisessä tuokiossa. Laulettuamme Toivolle Neljän tien risteyksessä -kappaleen hän totesi: *"Se on sellaista laulua, johon ei ikänä kyllästy"*. Taidetoiminnan vaikutukset Toivon psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn tulivat ilmi erityisesti tarkastelemalla hänen oma-aloitteisuuttaan, tunteiden näyttämistään ja keskusteluun osallistumisestaan.

4.1.2 Anna

Taulukko 2. Taidetoiminnan havaitut vaikutukset Annan toimintakykyyn

	Ensimmäinen tuokio	Viimeinen tuokio	Vaikutukset / Muutokset
Toiminnan aloittaminen ja oma-aloitteisuus	Ei ilmaissut oma-aloitteisuutta	Ilmaisi oma-aloitteisuutta ohjattuna	Oli hieman oma-aloitteisempi
Itseluottamus ja rohkeus	Ei ilmaissut mielipiteitään	Ilmaisi mielipiteitään kannustettuna	Oli rohkeampi ilmaisemaan mielipiteitään
Valintojen tekeminen	Ei tehnyt valintoja toiminnan aikana	Teki valintoja omatoimisesti	Valintojen tekeminen helpottui
Kiinnostuksen ilmaiseminen (eleet, kehonkieli)	Ilmaisi kiinnostustaan katseen, eleiden ja kehonkielen avulla	Ilmaisi kiinnostustaan katseen, eleiden ja kehonkielen avulla	Ilmaisi kiinnostusta samalla tasolla, ei muutosta
Toimintaan keskittyminen	Keskittyminen toimintaan herpaantui välillä	Keskittyi toimintaan pääosin hyvin, mutta välillä keskittyminen herpaantui	Keskittyminen toimintaan pysyi samanlaisena
Ongelmien ratkaiseminen ja virheiden korjaaminen	Ei pystytty arvioimaan	Ei pystytty arvioimaan	Ei pystytty arvioimaan
Tunteiden, hyvän mielen ja ilon ilmaiseminen	Ilmaisi tunteitaan avustettuna, mutta ei spontaanisti	Näytti tunteensa avoimesti	Tunteiden ja hyvän mielen näyttäminen oli avoimempaa
Toisten ihmisten huomioiminen ja katsekontaktin ottaminen	Huomioi toisia ihmisiä ottamalla välillä katsekontaktia	Otti katsekontaktia ja huomioi toiset ihmiset	Katsekontakti ja ihmisten huomiointi lisääntyi
Keskusteluun osallistuminen (ei välttämättä verbaalinen)	Osallistui keskusteluun lähinnä eleiden ja kehonkielen avulla, ei juurikaan sanallisesti	Osallistui keskusteluun sanallisesti	Keskusteluun osallistuminen oli aktiivisempaa ja sanallinen viestintä lisääntyi

Anna oli ensimmäisessä tuokiossa hiljainen ja lähinnä vain tarkkaili toimintaa katseellaan. Välillä Annan katse pysähtyi ja hän jäi katselemaan ikkunasta ulos, jolloin

hänen keskittymisensä toimintaan herpaantui hetkellisesti. Anna ei ensimmäisessä tuokiassa ilmaissut mielipiteitään niitä kysyttäessä, eikä hän ilmaissut myöskään oma-aloitteisuutta toiminnan aikana.

Tuokioiden edetessä Annan oma-aloitteisuus lisääntyi hieman ja hän oli myös rohkeampi ilmaisemaan mielipiteitään. Hän otti enemmän toisia ihmisiä huomioon ja katsekontaktin lisäksi myös hän käytti enemmän myös sanallista viestintää osallistuessaan keskusteluun. Anna myös lauloi usein mukanaamme tuttuja kansanlauluja, joiden sanat hän muisti ulkoa.

Viimeisessä tuokioissa Anna huomioi toiset ihmiset selvemmin, kun komensi: *”ota ny säki lavitta”*, kun olin hänen mukaansa saanut seisoa jo tarpeeksi kauan. Kun kysyimme Annalta, että mitä mieltä hän on asukkaiden kanssa yhdessä tehdystä musiikkikappaleesta, kertoi hän sen olevan *”ihan kiva”*. Verrattuna ensimmäiseen tuokioon, jolloin Anna ei vastannut kysymyksiin ollenkaan sanallisesti, oli muutos keskusteluun osallistumisessa todella selkeä. Taidetoiminnan vaikutukset Annan psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn näkyvätkin selvimmin keskusteluun osallistumisessa ja toisten huomioimisessa.

4.1.3 Eero

Taulukko 3. Taidetoiminnan havaitut vaikutukset Eeron toimintakykyyn

	Ensimmäinen tuokio	Viimeinen tuokio	Vaikutukset / Muutokset
Toiminnan aloittaminen ja oma-aloitteisuus	Tarvitsi apua toiminnan aloittamiseen	Oli oma-aloitteinen	Oma-aloitteisuus lisääntyi
Itseluottamus ja rohkeus	Osoitti rohkeutta olemalla avoin uuteen toimintaan	Kertoi rohkeasti omia mielipiteitään	Ei muutoksia, rohkeus ja itseluottamus pysyivät samalla tasolla
Valintojen tekeminen	Teki valintoja avustettuna	Teki valintoja itsenäisesti ja tarkoituksenmukaisesti	Valintojen teko oli helpompaa
Kiinnostuksen ilmaiseminen (eleet, kehonkieli)	Ilmaisi kiinnostusta jonkin verran kehonkielillä ja eleillä	Ilmaisee kiinnostustaan selkästi sanoin, ilmein ja elein	Kiinnostuksen ilmaiseminen oli selkeämpää
Toimintaan keskittyminen	Keskittyi toimintaan avustettuna	Keskittyi toimintaan omatoimisesti	Keskittyi toimintaan paremmin
Ongelmien ratkaiseminen ja virheiden korjaaminen	Ei pystytty arvioimaan	Ei pystytty arvioimaan	Ei pystytty arvioimaan
Tunteiden, hyvän mielen ja ilon ilmaiseminen	Ilmaisi myönteisiä tunteitaan melko avoimesti, mutta peitteli liikuttumistaan	Näytti ilon ja liikuttamisen tunteitaan avoimesti	Näytti tunteitaan avoimemmin
Toisten ihmisten huomioiminen ja katsekontaktin ottaminen	Huomioi toiset ihmiset ja otti katsekontaktia useaan otteeseen toiminnan aikana, välillä lievää vaikeutta	Otti katsekontaktia ja huomioi toiset ihmiset	Otti enemmän katsekontaktia
Keskusteluun osallistuminen (ei välttämättä verbaalinen)	Osallistui keskusteluun avustettuna, vastaili kysymyksiin mutta ei aloittanut itse keskustelua	Aloitti keskustelun oma-aloitteisesti ja kysyi muiden mielipiteitä	Osallistui keskusteluun aktiivisemmin

Eero osallistui toimintaan jo ensimmäisessä tuokiossa melko aktiivisesti vastailemalla kysymyksiin ja ottamalla katsekontaktia. Pienten rohkaisujen jälkeen hän teki myös valintoja kappaleiden välillä ja kertoi mielipiteitään musiikista. Eero näytti myönteisiä tunteitaan useaan otteeseen toiminnan aikana, mutta peitteli kuitenkin liikituksen kyyneliä kuullessaan häntä liikuttavan kappaleen.

Viimeisessä tuokiossa Eero teki valintoja itsenäisesti ja tarkoituksenmukaisesti. Hän halusi television kiinni heti tullessamme paikalle, jottei se häiritsisi tuokiota. Verrattuna ensimmäiseen tuokioon muutos oli huomattava, koska silloin hän ei halunnut televisiota ollenkaan kiinni tuokion ajaksi. Eero näytti viimeisessä tuokiossa myös tunteitaan avoimemmin kuin aikaisemmin. Hän ei hävennyt kyyneliään vaan ilmaisi myös liikituksen tunteita avoimesti tuokion aikana.

Kun Eero kuuli valmiin neljän tien risteyksessä –kappaleen, totesi hän ensimmäisenä *”No se oli aika kiltti”*. Kommentti tuli spontaanisti, eikä meidän tarvinnut erikseen kysyä, että mitä mieltä Eero kappaleesta oli. Eeron kohdalla taidetoiminnan vaikutukset hänen psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyynsä näkyivät selkeästi valintojen tekemisessä, joka oli helpottunut huomattavasti.

4.1.4 Maija

Taulukko 4. Taidetoiminnan havaitut vaikutukset Maijan toimintakykyyn

	Ensimmäinen tuokio	Viimeinen tuokio	Vaikutukset/ Muutokset
Toiminnan aloittaminen ja oma-aloitteisuus	Aloitti toiminnan avustettuna	Aloitti toiminnan oma-aloitteisesti	Oma-aloitteisuus lisääntyi
Itseluottamus ja rohkeus	Ei ilmaissut lainkaan	Kertoi mielipiteitään avustettuna	Rohkeus ja itseluottamus kasvoivat hieman
Valintojen tekeminen	Ei tehnyt valintoja toiminnan aikana	Ei tehnyt valintoja toiminnan aikana	Ei muutosta valintojen tekemisessä
Kiinnostuksen ilmaiseminen (eleet, kehonkieli)	Ilmaisi kiinnostustaan vain vähän eleillään	Ilmaisi kiinnostustaan katseellaan ja eleillään	Kiinnostuksen ilmaisu selkeytyi
Toimintaan keskittyminen	Keskittyi toimintaan avustettuna	Keskittyi toimintaan omatoimisesti	Toimintaan keskittymisen parantui
Ongelmien ratkaiseminen ja virheiden korjaaminen	Ei pystytty arvioimaan	Ei pystytty arvioimaan	Ei pystytty arvioimaan
Tunteiden, hyvän mielen ja ilon ilmaiseminen	Ei ilmaissut tunteitaan selkeästi	Ilmaisi tunteitaan hymyilemällä ja nauramalla	Tunteiden ilmaisu lisääntyi
Toisten ihmisten huomioiminen ja katsekontaktin ottaminen	Katseli paljon kattoon, ei ottanut katsekontaktia toiminnan aikana	Otti katsekontaktia ja huomioi toiset ihmiset ja kuunteli tarkkaavaisesti	Katsekontakti lisääntyi ja huomioi toiset ihmiset paremmin
Keskusteluun osallistuminen (ei välttämättä verbaalinen)	Keskusteluun osallistumisessa oli lievää vaikeutta	Osallistui keskusteluun kuuntelemalla ja vastaamalla kysymyksiin, ei itse aloittanut keskustelua	Keskusteluun osallistuminen oli aktiivisempaa

Maija oli ensimmäisessä tuokiossa melko hiljainen. Hän katseli toiminnan aikana lähinnä kattoon, eikä ottanut katsekontaktia. Hän kuunteli tarkkaavaisesti musiikkia ja vastasi esittämiimme kysymyksiin muutamalla sanalla.

Tuokioiden edetessä Maija alkoi laulaa myös mukanaamme tuttuja kansanlauluja, joista esimerkkejä ovat ”Lapsuuden toverille” sekä ”Niin minä neitonen sinulle laulan”. Laulut herättivät hänessä muistoja ja hän myös kertoi niistä mielellään. Kysyessämme Maijan mielipidettä siitä, että minkä tyylistä musiikkia yhdessä luodun kappaleen tulisi olla, sanoi hän ytimekkäästi *”Ei kovin räikeää, mutta rytmikästä”*.

Viimeisessä tuokiossa Maija oli väsynyt, mutta hän jaksoi kuitenkin väsymyksestä huolimatta keskittyä toimintaan. Viimeisessä tuokiossa Maija ei katsellut kattoon, vaan huomioi muut ihmiset ottamalla katsekontaktia ja kuuntelemalla musiikkia tarkkaavaisesti. Erityisesti katsekontaktin ottaminen sekä muiden ihmisten huomioiminen olivatkin niitä asioita, joista taidetoiminnan vaikutukset Maijan psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn näkyivät. Viimeisessä tuokiossa Maija myös ilmaisi tunteitaan sekä sanallisesti että hymyillen ja nauraen.

4.1.5 Raija

Taulukko 5. Taidetoiminnan havaitut vaikutukset Raijan toimintakykyyn

	Ensimmäinen tuokio	Viimeinen tuokio	Vaikutukset / Muutokset
Toiminnan aloittaminen ja oma-aloitteisuus	Oli melko oma-aloitteinen, välillä tarvitsi apua	Oli hyvin oma-aloitteinen	Oma-aloitteisuus lisääntyi selvästi
Itseluottamus ja rohkeus	Lievää vaikeutta	Kertoi rohkeasti mielipiteitään	Rohkeus omien mielipiteiden kertomiseen lisääntyi
Valintojen tekeminen	Teki valintoja avustettuna	Teki tarkoituksenmukaisia valintoja oma-aloitteisesti	Valintojen tekeminen oma-aloitteisesti helpottui
Kiinnostuksen ilmaiseminen (eleet, kehonkieli)	Ilmaisi kiinnostustaan selkeästi katseellaan, eleillään ja kehonkielillä	Ilmaisi kiinnostustaan selkeästi katseellaan, eleillään ja kehonkielillä	Kiinnostuksen ilmaiseminen pysyi samalla tasolla
Toimintaan keskittyminen	Keskittyi hyvin toimintaan koko tuokion ajan	Keskittyi hyvin toimintaan koko tuokion ajan	Toimintaan keskittyminen pysyi samanlaisena
Ongelmien ratkaiseminen ja virheiden korjaaminen	Ei pystytty arvioimaan	Ei pystytty arvioimaan	Ei pystytty arvioimaan
Tunteiden, hyvän mielen ja ilon ilmaiseminen	Ilmaisi tunteitaan jonkin verran toiminnan aikana	Ilmaisi tunteitaan avoimesti	Tunteiden ilmaiseminen oli avoimempaa
Toisten ihmisten huomioiminen ja katsekontaktin ottaminen	Otti katsekontaktia toiminnan aikana	Huomioi toiset ihmiset, kysyi kuulumisia ja otti katsekontaktia	Toisten ihmisten huomioiminen lisääntyi
Keskusteluun osallistuminen (ei välttämättä verbaalinen)	Osallistui keskusteluun kuuntelemalla tarkasti ja kertomalla omia tarinoitaan	Osallistui keskusteluun aktiivisesti ja aloitti myös itse keskustelun	Keskusteluun osallistuminen oli aktiivisempaa ja avoimempaa

Raija oli odottanut taidetoimintaa innoissaan siitä lähtien, kun olimme käyneet hoivaosastoilla tutustumassa. Ensimmäisessä tuokiossa hän ilmaisi kiinnostustaan selkeästi erityisesti katseellaan, eleillään sekä kehonkielellään. Hän osallistui keskusteluun kuuntelemalla tarkasti ja kertomalla myös omia tarinoitaan niitä kysyttäessä.

Tuokioiden edetessä Raija ilmaisi mielipiteitään ja kiinnostustaan vielä enemmän myös sanallisesti. Kun saavuimme pitämään tuokiota, huudahti hän ensimmäisenä ”*Voi kyllä moon teitä orottanu!*”. Raija myös lauloi mielellään mukanaamme vanhoja tuttuja kansanlauluja sekä virsiä ja kertoi laulujen jälkeen spontaanisti tarinoita, joita hänelle tuli niistä mieleen.

Kun Raija kuuli ensimmäisen kerran oman säkeistönsä neljän tien risteyksessä -kappaleessa, innostui hän heti ja alkoi nauramaan. Raija näytti silmin nähden yllättyneeltä, kun kuuli oman nimensä kappaleessa. Hän kertoi olevansa otettu siitä, että juuri hänen tarinansa pääsivät mukaan kappaleeseen. Taidetoiminnan selkeimmät vaikutukset Raijan psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn näkyivät hänen oma-aloitteisuudessaan. Viimeisessä tuokiossa hän kyseli oma-aloitteisesti kuulumisia ja muisteli aikaisemmissa tuokioiden käsiteltyjä aiheita.

4.1.6 Liisa

Taulukko 6. Taidetoiminnan havaitut vaikutukset Liisan toimintakykyyn

	Ensimmäinen tuokio	Viimeinen tuokio	Vaikutukset / Muutokset
Toiminnan aloittaminen ja oma-aloitteisuus	Ei aloittanut toimintaa oma-aloitteisesti	Aloitti välillä toiminnan oma-aloitteisesti	Oma-aloitteisuus lisääntyi
Itseluottamus ja rohkeus	Ei ilmaissut juuri lainkaan, oli passiivinen	Oli rohkeampi ja kertoi oma-aloitteisesti mielipiteitään	Rohkeus lisääntyi
Valintojen tekeminen	Ei tehnyt valintoja toiminnan aikana	Teki valintoja avustettuna	Valintojen tekeminen oli helpompaa
Kiinnostuksen ilmaiseminen (eleet, kehonkieli)	Ilmaisi kiinnostustaan lähinnä katselemalla toimintaa	Ilmaisi kiinnostustaan selkeästi katsellaan ja eleillään	Kiinnostuksen ilmaisu selkeytyi
Toimintaan keskittyminen	Keskittyi toimintaan hyvin	Keskittyi toimintaan hyvin	Toimintaan keskittyminen pysyi samalla tasolla
Ongelmien ratkaiseminen ja virheiden korjaaminen	Ei pystytty arvioimaan	Ei pystytty arvioimaan	Ei pystytty arvioimaan
Tunteiden, hyvän mielen ja ilon ilmaiseminen	Ilmaisi hyvää mieltään toiminnan aikana hymyilemällä	Ilmaisi tunteitaan sanallisesti sekä hymyilemällä	Sanallinen ilmaisu lisääntyi
Toisten ihmisten huomioiminen ja katsekontaktin ottaminen	Huomioi muut ihmiset ottamalla katsekontaktia	Huomioi muut ihmiset ottamalla katsekontaktia	Toisten ihmisten huomiointi pysyi samalla tasolla
Keskusteluun osallistuminen (ei välttämättä verbaalinen)	Keskusteluun osallistuminen oli vähäistä, seurasi mieluummin toimintaa ulkopuolisena	Osallistui keskusteluun aktiivisesti, aloitti välillä itse keskustelun	Keskusteluun osallistuminen oli aktiivisempaa ja oma-aloitteisempaa

Ensimmäisessä tuokiossa Liisa oli hiljainen ja melko passiivinen. Hän seurasi toimintaa lähinnä ulkopuolisena, eikä juurikaan osallistunut keskusteluun. Hän ilmaisi kuitenkin kiinnostustaan katselemalla toimintaa tarkkaavaisesti ja keskittyi toimintaan hyvin.

Tuokioiden edetessä Liisan rohkeus kasvoi ja hän kertoi omista kokemuksistaan ja mielipiteistään niistä kysyttäessä. Hän osallistui keskusteluun usein myötäilevästi, mutta rohkeuden kasvaessa hän uskalsi kertoa myös eriäviä mielipiteitä asioihin. Kun Liisa kuuli neljän tien risteyksessä –kappaleen ensimmäistä kertaa, oli hänen ensimmäinen kommenttinsa *”No en kyllä tykännyt yhtään”*. Tämä osoitti sen, että Liisa ei pelännyt kertoa todellista mielipidettään vaan pystyi kertomaan sen rehellisesti ja peittelemättä.

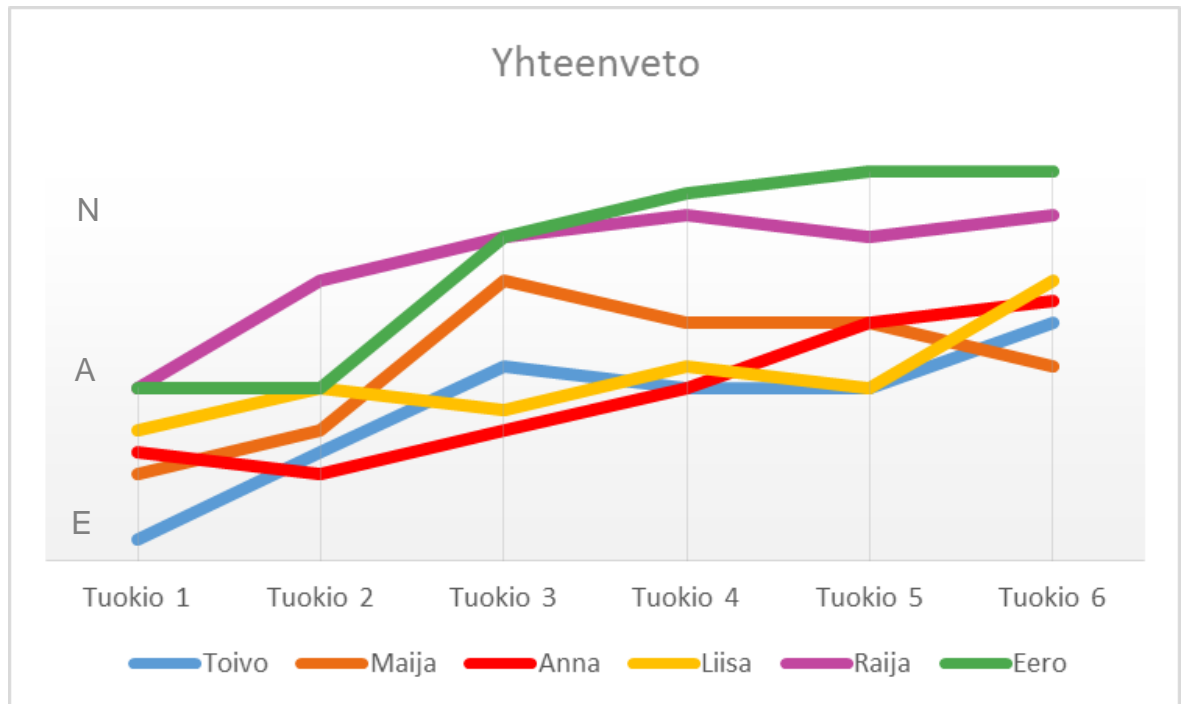
Viimeisessä tuokiossa Liisa osallistui keskusteluun aktiivisesti ja aloitti myös välillä itse keskustelun oma-aloitteisesti. Taidetoiminnan vaikutukset Liisan psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn näkyivät erityisesti siinä, että hän puhui meille paljon enemmän kuin aikaisemmin ja tämän lisäksi myös oli rohkeampi mielipiteissään. Vaikutukset näkyivät siis selkeästi oma-aloitteisuuden sekä rohkeuden lisääntymisenä sekä aktiivisempänä osallistumisena keskusteluun.

4.2 Tutkimustulosten yhteenveto

Tutkimustulokset olivat lähes kaikilla havainnoinnin osa-alueilla positiivisia. Taide-toiminnan merkittävimmät vaikutukset nähtiin kaikilla tutkimukseen osallistuneilla ikääntyneillä erityisesti lisääntyneenä oma-aloitteisuutena ja keskusteluun osallistu-misena. Kaikki asukkaat osallistuivat viimeisen tuokion aikana enemmän keskuste-luun kuin ensimmäisen tuokion aikana. He osallistuivat keskusteluun muun muassa sanallisesti, ilmeillä, eleillä sekä katsekontaktin avulla.

Verrattuna ensimmäiseen tuokioon myös erityisesti tunteiden näyttäminen oli viimei-sen tuokion aikana selvästi avoimempaa. Kaikki asukkaat ilmaisivat hyvää mieltään ja mielipiteitään rohkeammin ja selvemmin, ja he myös keskittyivät toimintaan tark-kaavaisemmin. Myös toisten ihmisten huomioiminen sekä valintojen tekeminen oli-vat lisääntyneet monen asukkaan kohdalla. Ainoat osa-alueet, joita en pystynyt ar-vioimaan taidetoiminnan aikana olivat ongelmien ratkaisu sekä virheiden korjaami-nen, koska ne eivät tulleet esille kenenkään asukkaan kohdalla yhdessäkään tuoki-ossa.

Hoivaosastojen asukkaiden taidetoimintaan osallistumiseen vaikuttivat asukkaiden oma vireystila, jaksaminen ja toiminnan ohjaajien kanssa tutuksi tuleminen. Taide-toiminnan avulla tutustuminen asukkaisiin oli luontevaa ja helppoa. Tuokioiden ede-tessä myös asukkaiden rohkeus kertoa omia mielipiteitään avoimemmin kasvoi sel-västi, kun he pystyivät luottamaan toiminnan ohjaajiin. Tästä voikin päätellä, että taidetoiminnan tulisi olla hoivaympäristössä pitkäaikaista ja pysyvää, jotta siitä on todellisia vaikutuksia ikääntyneen psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn.



Kuva 2. Yhteenveto havaituista vaikutuksista

Kuvassa 2. käsittelen taidetoiminnan havaittuja vaikutuksia kuvan muodossa. Kuvassa jokaisella asukkaalla on oman värinen viiva, joka kulkee jokaisella asukkaalla hieman erilaisen reitin ensimmäisestä tuokiosta viimeiseen tuokioon. Kuvan pystyakselilla näkyvät tuokiot ja kuvan vasemmassa reunassa vaaka-akselilla näkyvät kirjaimet E, A ja N. Kirjaimet ovat suuntaa-antavissa kohdissa, koska niiden tarkkaa sijaintia ei pystynyt ilman numeroita määrittämään. Kirjain E tarkoittaa, ettei asukas osallistunut toimintaan, A tarkoittaa, että asukas osallistui toimintaan avustettuna ja N tarkoittaa, että asukas osallistui toimintaan omatoimisesti normaalilla tasolla.

Kuten kuvasta näkyy, suurimmalla osalla asukkaista taidetoimintaan osallistuminen vaihteli tuokioiden välillä. Asukkaiden osallistumiseen tuokioissa vaikuttivat erityisesti heidän oma jaksamisensa ja vireystilansa. Tämän vuoksi taidetoiminnan vaikutukset asukkaiden psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn eivät olleet jokaisessa tuokiossa yhtä selvästi nähtävissä, vaan kuten kuvastakin näkyy, välillä tuokioihin osallistuminen oli vähäisempää.

5 JOHTOPÄÄTÖKSET

Opinnäytetyöni tarkoituksena oli tutkia soveltavan ja osallistavan taidetoiminnan vaikutuksia ikääntyneiden psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn hoivaympäristössä. Taidetoiminnan ympäristönä hoivaosastot toivat mukanaan omat haasteensa, koska asukkaat olivat lähinnä vuoteissaan. Haasteet kuitenkin motivoivat minua ja työpariani työskentelemään juuri hoivaosastoilla, koska saimme viedä taidetoimintaa sellaisillekin ikääntyneille, jotka jäivät usein toiminnan ulkopuolelle.

Vertaillessani ensimmäisen ja viimeisen taidetuokion välisiä eroja hoivaosastojen asukkaiden psyykkisessä ja sosiaalisessa toimintakyvyssä, olin melko yllättynyt toimintakyvyn muutosten selkeydestä. Monet asukkaat olivat ensimmäisessä tuokiossa melko poissaolevia. Tarkastellessani viimeistä tuokioita huomasin, että poissaoleva olemus oli kadonnut monen asukkaan kohdalla kokonaan. Poissaolevan olemuksen tilalle oli ilmestynyt keskusteleva ja toiset ihmiset huomioon ottava ikääntynyt ihminen.

Taidetoiminnan vaikutusten selkeyteen vaikuttivat muun muassa tuokioiden toistuvuus, ohjaajien kanssa tutuksi tuleminen, ympäristön muuttumattomuus sekä se, että hoivaosastoilla ei ollut aikaisemmin ollut samanlaista toistuvaa taidetoimintaa. Uskon kuitenkin, että taidetoiminnan vaikutukset olisivat tulleet vieläkin selkeämmin esiin, jos toiminta olisi jatkunut pidempään. Myös ikääntyneen toimintakyvyn ylläpitämisen kannalta olisi tärkeää, että toiminta ei loppuisi lyhyen projektin jälkeen. Hyvä tapa ylläpitää ikääntyneen psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä olisi tehdä taidetoiminnasta hoivaympäristössä säännöllistä sekä jatkuvaa. Tämän voisi toteuttaa esimerkiksi palkkaamalla palvelukeskukseen hoivataiteilijan, joka pitäisi toimintaa joka yksikössä kerran viikossa.

Opinnäytetyöni tutkimustulosten avulla voidaan osoittaa, että soveltavalla ja osallistavalla taidetoiminnalla on mahdollista vaikuttaa ikääntyneiden toimintakykyyn. On kuitenkin muistettava, että mikä tahansa taidetoiminta ei välttämättä saa aikaan vaikutuksia ikääntyneiden toimintakyvyssä. Toiminta on suunniteltava asiakaslähtöisesti hyödyntämällä ikääntyneiden omia voimavaroja ja kiinnostuksen kohteita.

5.1 Voimavaralähtöinen taidetoiminta toimintakyvyn tukena

Voimavarojen tarve ei vähene ikääntyessä, vaan ne vaikuttavat vahvasti ikääntyneen psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn. Ikääntyneen ihmisen voimavaroja tarkasteltaessa erityisesti mielen voimavarojen merkitys nousee hyvin tärkeään asemaan. Ikääntyneen mielen voimavarat koostuvat tunteista, niiden hallinnasta, tahdosta, tiedosta, ymmärtämisestä ja osaamisesta. (Heikkinen 2002, 207–226.)

Mielen voimavarojen rakentuminen on prosessi, joka jatkuu koko elämän ajan. Mielen voimavaroja kartuttavat tiedon, ymmärryksen ja elämäkokemuksen lisääntyminen, tietoisuuden kasvu sekä harjaantuminen vuorovaikutustilanteissa. (Heikkinen 2002, 226.) Toteuttaessamme taidetuokioita kykenimme muistuttamaan ikääntyneitä heidän jo olemassa olevista voimavaroistaan ja auttamaan heitä löytämään myös uusia voimavaroja arjen tueksi. Taidetoiminta mahdollisti uusien vuorovaikutustilanteiden syntyminen ja vahvisti tällä tavoin nimenomaan ikääntyneen mielen voimavaroja.

Tutkimukseni tuloksista voidaan päätellä, että hoivaympäristössä toteutettavan taidetoiminnan on oltava voimavaralähtöistä. Taidetta ei voida viedä samalla muotilla jokaiselle asukkaalle, koska heidän voimavaransa saattavat olla täysin erilaiset. Kaikki asukkaat eivät esimerkiksi ole kiinnostuneita musiikista, ja osa taas kuuntelee mieluummin musiikkia keskustelun sijaan. Uskon, että jos emme olisi työskennelleet asukkaiden kanssa korostaen heidän omia voimavarojaan ja kiinnostuksen kohteitaan, tutkimustulokset olisivat saattaneet olla hyvin erilaisia.

Koska taiteella on suora yhteys ihmisen tunteisiin, on tunteiden tutkiminen usein luontevaa taiteen keinoin (Häkämies 2013, 12). On muistettava, että kaikki ihmiset eivät halua kuitenkaan puhua tunteistaan, jolloin taidelähtöinen toiminta luo vaihtoehdon keskustelulle. Vanhojen kansanlaulujen kuunteleminen herätti monissa asukkaissa tunteita, joita osa asukkaista näytti avoimemmin kuin toiset. Oli tärkeää, ettei asukkaita painostettu kertomaan tunteistaan, vaan se saivat kertoa niistä, jos he itse halusivat. Sanallisen ilmaisun sijaan moni asukas näyttikin tunteitaan ilmeiden, eleiden ja kehonkielensä avulla.

Toteuttamissamme taidetuokioissa keskityttiin jokaisen asukkaan omiin tarinoihin, muistoihin ja tunteisiin hänen omassa toimintaympäristössään. Parhaimmillaan toteuttamamme voimavaralähtöinen taidetoiminta oli hyvin osallistavaa, se innosti asukkaita ja vahvisti heidän voimavarojaan. Vahvistamalla ikääntyneiden voimavaroja, taidetoiminnalla oli positiivinen vaikutus ikääntyneiden psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn.

5.2 Taiteen avulla osalliseksi

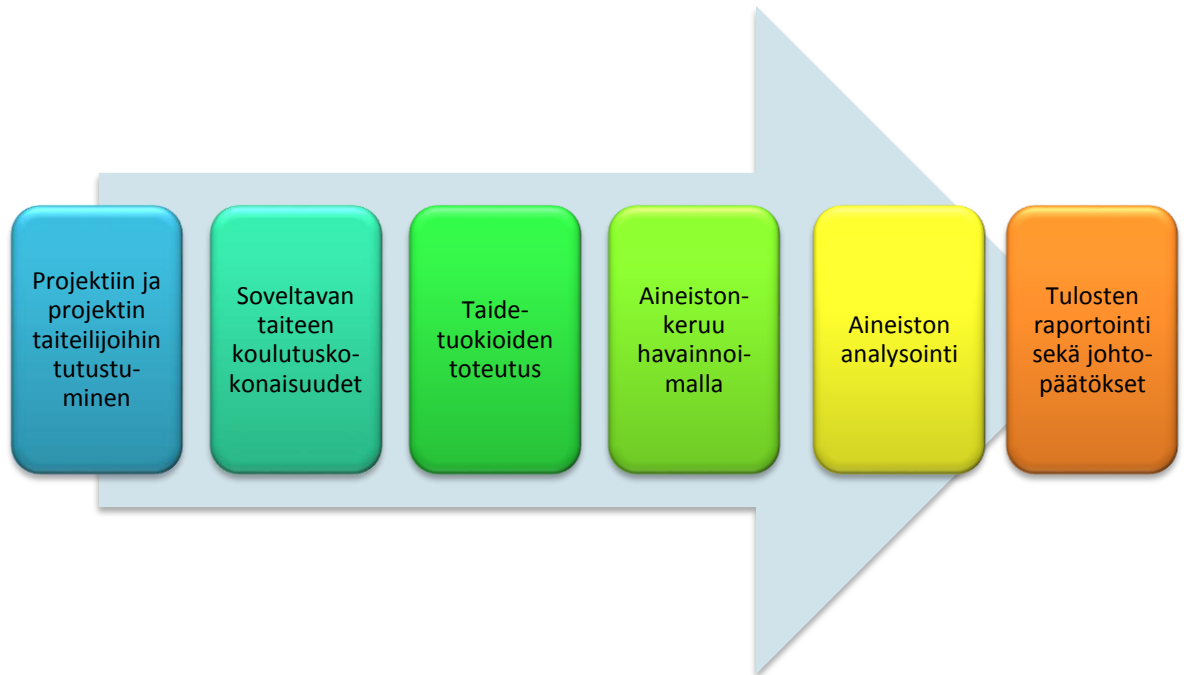
Taidetoiminnan avulla voidaan edistää ikääntyneen osallisuutta sekä kuulluksi tuleamista hoivaympäristössä. Toteuttamamme taidetoiminnan aikana jokainen hoivaosaston asukas sai mahdollisuuden olla mukana tekemässä yhteistä musiikkikapaletta, jota ei olisi syntynyt ilman heidän ainutlaatuisia tarinoitaan. Merkityksellisyyden ja tarpeellisuuden kokemukset ovat jokaiselle ihmiselle tärkeitä, mutta niiden kokemista ei voida pitää ikääntyneille itsestäänselvyytenä.

Osallistavan taidetoiminnan avulla voidaan luoda hoivaympäristöön iloista tunnelmaa ja onnistumisen kokemuksia. Yhdessä tekeminen ja todellinen tunne siitä, että ikääntynyt on osa yhteisöä, ovat myös hyvin tärkeitä asioita osallistavassa taidetoiminnassa. Muistisairaiden asukkaiden kanssa taiteen tuoma tunnelma ja merkityksellisyyden kokemus saattavat usein kestää vain pienen hetken, ennen kuin ne unohtuvat. Tämä tekee jokaisesta taiteen tuomasta kokemuksesta vieläkin arvokkaamman. Taiteen avulla ikääntynyt voi elää hetkessä ja nauttia taidetoiminnan tuomista elämyksistä ja kokemuksista, vaikka hän ei muistaisikaan niitä enää hetken päästä.

Tutkittaessa taidetoiminnan vaikutuksia ikääntyneen toimintakykyyn on myös tärkeää ottaa huomioon, etteivät kaikki vaikutukset ole välttämättä positiivisia. Joskus ikääntynyt saattaa reagoida toimintaan esimerkiksi aggressiivisesti, tai hän saattaa pyytää ohjaajaa lopettamaan toiminnan. Tuokioita ohjatessa ja tutkimusta tehdessä on muistettava, että myös negatiiviset reaktiot ovat yhtä tärkeitä kuin positiivisetkin reaktiot toiminnan aikana. Se, että toiminta aiheuttaa ikääntyneessä jonkinlaisen reaktion, on tärkeintä.

6 POHDINTA

6.1 Opinnäytetyön prosessi



Kuva 3. Opinnäytetyön prosessi

Opinnäytetyöni oli prosessi, johon kuului kuusi selkeää vaihetta, jotka näkyvät kuvassa 3.

Opinnäytetyöni prosessi alkoi projektiin ja sen taiteilijoihin tutustumisella. Tutustuminen oli tärkeää, jotta jokaisen projektiin osallistuneen taiteilijan ja opiskelijan osaamista ja henkilökohtaisia kykyjä osattaisiin hyödyntää projektin edetessä. Prosessin seuraavana vaiheena oli soveltavan taiteen koulutukseen osallistuminen. Ilman koulutuskokonaisuuksia projektissa työskentely olisi ollut huomattavasti hankalampaa. Koulutuskokonaisuudet olivat kattavat ja ne antoivat hyvän pohjan soveltavan taiteen käytöstä vanhustyössä. Vaikka olin tietämättäni käyttänyt useita soveltavan ja osallistavan taiteen menetelmiä ikääntyneiden kanssa aikaisemminkin, opin koulutuksissa paljon uutta ja ennen kaikkea opin puhumaan erilaisista taidelähtöisistä menetelmistä niiden oikeilla nimillä.

Seuraava opinnäytetyöni prosessin vaihe oli taidetuokioiden toteutus, joka sujui työparini kanssa saumattomasti. Kohtasimme hoivaosastojen asukkaat samanvertaisina ihmisinä ja odotimme heidän tapaamistaan innolla ennen jokaista tuokiota. Tuokioiden toteutuksen jälkeen prosessin seuraavina vaiheina olivat aineistonkeruu sekä aineiston analysointi. MIKE-työväline helpotti havainnointityötä sekä aineiston analysointia huomattavasti, koska ilman havainnointilomaketta, en olisi välttämättä saanut tarvitsemiani tietoja asukkaiden psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn muutoksista.

Opinnäytetyöni prosessin viimeinen vaihe oli tutkimustulosten raportointi sekä johtopäätösten tekeminen. Päätin esittää tutkimustulokseni taulukkomuodossa, koska taulukon avulla yhden asukkaan toimintakyvyn muutokset ensimmäisen ja viimeisen tuokion välillä olisivat nähtävissä nopeasti ja vaivattomasti. Tutkimustulosten yhteenvedossa käyttämäni kuvio taas auttoi selkeyttämään tutkimustuloksia kokonaisuutena.

Opinnäytetyöni prosessi oli minulle hyvin mieleinen ja hyödyllinen, koska pääsin sen kautta työskentelemään kulttuurisen vanhustyön projektissa käyttäen hyödyksi omaa taiteellista osaamistani. Tutustuin projektin kautta myös kulttuurialan ammattilaisiin ja ymmärsin, miten tärkeää ja palkitsevaa sosiaali- ja terveysalan sekä kulttuurialan yhdistäminen vanhustyössä on. Toivonkin, että tulevaisuudessa molempien alojen ammattilaiset työskentelevät yhdessä vieläkin monimuotoisemmin ja intensiivisemmin.

6.2 Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Eettisesti luotettava ja hyväksyttävä tieteellinen tutkimus on aina suoritettava hyvän tieteellisen käytännön edellyttämällä tavalla. Tutkimusetiikan näkökulmasta on tärkeää muun muassa se, että tutkimuksessa noudatetaan rehellisyyttä, yleistä huolellisuutta sekä tarkkuutta. Myös tutkimusluvut sekä tutkimukseen osallistuvien osapuolten oikeudet, velvollisuudet sekä vastuut on otettava huomioon. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 6-7.)

Hyvän tieteellisen käytännön mukaisesti hain opinnäytetyöhöni tutkimuslupaa, jota ikäihmisten palvelujen tulosaluejohtaja puolsi, ja jonka Seinäjoen apulaiskaupunginjohtaja hyväksyi. Tämän lisäksi pyysin henkilökohtaisesti tutkimukseen osallistuneilta ikääntyneiltä ja tarvittaessa heidän läheisiltään heidän suostumuksensa taidetuokioiden kuvaamiseen toiminnan havainnointia varten. Koska osa asukkaista oli muistisairaita, kysyin suostumusta asukkaan lisäksi myös heidän läheisiltään. Kysyin kuitenkin suostumusta myös kaikilta asukkailta, olivat he sitten muistisairaita tai eivät. Jokaisen tuokion jälkeen kysyimme myös, että saammeko tulla myös seuraavalla kerralla. Kukaan asukkaista ei kertaakaan vastannut kielteisesti, mutta jos olisi, olisimme kunnioittaneet sitä asukkaan päätöstä.

Suostumuksen kysyminen oli tärkeää, koska halusin kertoa ikääntyneille ja heidän läheisilleen henkilökohtaisesti, että mitä olen tutkimassa ja miksi. Suostumuksen antamista ei painostettu, vaan osallistujille annettiin mahdollisuus myös kieltäytyä taidetoiminnasta tai sen kuvaamisesta. Myös osallistujien yksityisyyden suojaa tuettiin muuttamalla heidän nimensä opinnäytetyötä kirjoittaessani.

6.3 Aiheita jatkotutkimukseen

Taidetoiminnan vaikutuksista vanhustyössä on tehty monenlaisia tutkimuksia. Taidetoiminnan vaikutuksia tutkittaessa kysytään usein ikääntyneen ja häntä hoitavan henkilökunnan mielipiteitä ja kokemuksia toiminnan onnistumisesta ja sen vaikutuksista. Ikääntyneen oman mielipiteen sekä henkilökunnan näkemysten lisäksi arvokasta tietoa toiminnan vaikutusten tutkimukseen voisi tuoda mukanaan ikääntyneen läheiset.

Ikääntyneiden läheisillä on usein arvokasta ja ainutlaatuista tietoa ikääntyneestä ja hänen mielenkiinnon kohteistaan, osaamisestaan ja voimavaroistaan. Läheiset myös usein kannustavat ikääntynyttä osallistumaan toimintaan ja voivat halutesaan myös osallistua toimintaan yhdessä ikääntyneen kanssa. Jotta ikääntyneen läheiset voisivat todella innostaa ikääntynyttä osallistumaan taidelähtöiseen toimintaan, on heidän kuitenkin innostuttava toiminnasta ensin itse.

Läheisten innostaminen taidetoimintaan voisi saada heidät huomaamaan taiteen ja kulttuurin merkityksen ja vaikutuksen omaan hyvinvointiinsa ja tätä kautta he saattaisivat haluta samanlaista toimintaa tarjottavan myös ikääntyneelle läheiselleen. Uskonkin ikääntyneiden läheisten olevan tärkeässä asemassa taidetoiminnan juurtumisen kannalta. Sopiva jatkotutkimusaihe opinnäytetyöni aiheesta voisi olla juuri ikääntyneiden läheisten kokemukset soveltavasta ja osallistavasta taidetoiminnasta.

LÄHTEET

- Airila, A. 2002. Vanhusten viriketoiminnan perusteet: -opas vanhustyöntekijöille. Kuntokallio. Vanhustyön koulutus- ja tutkimuskeskus.
- Bardy, M. 2007. Taiteen paluu arkeen. Teoksessa: Bardy, M. Haapalainen, R. Isotalo, M. Korhonen, P. Taide keskellä elämää. Helsinki: LIKE.21-35.
- Blomqvist, L. 2004. Taide-elämysten merkitys terveydelle. Teoksessa: Pitkälä, K. Routasalo, P. Blomqvist, L. Ikääntyneiden yksinäisyys. Taide- ja virikeryhmät psykososiaalisena kuntoutuksena: Geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishanke. Tutkimusraportti 5. Helsinki: Vanhustyön keskusliitto. 23-30
- Blomqvist-Suomivuori, L. 2001. Taide-elämysten merkitys hoitotyössä. Teoksessa: Ukkola, I. TJS. Parantava taide. Toimihenkilöjärjestöjen sivistysliitto. 60-75.
- Eloranta, T. Punkanen, T. 2008. Vireään vanhuuteen. Keuruu: Tammi.
- Heikkinen, E. 2008. Tutkimuskohde, tutkimusmenetelmät, teorianmuodostus. Teoksessa: Heikkinen, E. Rantanen, T. Gerontologia. Keuruu: Kustannus Oy Duodecim. 16-25.
- Heikkinen, R-L. 2002. Mielen voimavarat vanhetessa. Teoksessa: Heikkinen, E. Marin, M. Vanhuuden voimavarat. Helsinki: Tammi. 207-231.
- Hohenthal-Antin, L. 2006. Kutkuttavaa taidetta: Taidetoiminta seniori- ja vanhustyössä. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hyyppä, M. Liikanen, H-L. 2005. Kulttuuri ja Terveys. Helsinki: Edita.
- Häkämies, A. 2013. Osallistavaa taidetta tarvitaan. Teoksessa: Voimaa taiteesta: Malleja taiteen soveltamiseen hyvinvointialalla. Tampereen yliopisto. Tutkivan teatterityön keskus. [Verkkajulkaisu] Tampere. Tampereen yliopisto. [Viitattu 30.9.2015] Saatavana: http://www.voimaataiteesta.fi/uploads/pdf/Voimaa_tai-teesta.pdf
- Krekula, L. 2007. Taide ja kulttuuri voimavarana: Taiteen soveltavasta käytöstä. Teoksessa: Hohenthal-Antin, L. Krekula, L. Rasi, T. Schweitzer, P. Taipale, M. Taipale, M. Trilling, A. Väättäjäinen, M. Katsomosta estradille: Ikäihmiset kulttuurin tuottajina. Lappeenranta: Kaakkois-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus Oy Socom. 10-19.
- Kokkonen, S. 2015. Projektin loppuraportti. Henkilökohtainen tiedonanto.

- Laukkanen, P. 2008. Toimintakyky ja ikääntyminen – käsitteestä ja viitekehystä päivittäistoiminnoista selviytymisen arviointiin. . Teoksessa: Heikkinen, E. Rantanen, T. Gerontologia. Keuruu: Kustannus Oy Duodecim. 261-272.
- Lee, H. Adams, T. 2011. Creative Approaches in Dementia Care. Palgrave Macmillian.
- Liikanen, H-L. 2011. Ikääntyminen ja kulttuuri. Kohti seniorikulttuuria. Ikäinstituutti.
- Liikanen, H-L. 2015. Mietteitä taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia –ohjelman toteutumisesta. Teoksessa: Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2015:17. Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia – toimintaohjelman 2010-2014. loppuraportti. [Verkkojulkaisu] Helsinki. Sosiaali- ja terveysministeriö.[Viitattu 30.9.2015] Saatavana:http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/125920/URN_ISBN_978-952-00-3578-5.pdf?sequence=1
- Meriläinen, M. Kangas, M. Kujala, K. Ameli, M. 2015. MIKE Muistisairaana Ihmisen Koetun Elämänlaadun sekä psyykkisen ja sosiaalisen toimintakuvun arvioinnin ja seurannan työväline. Oulun Seudun Muistiyhdistys ry. Etelä-Pohjanmaan Muistiyhdistys ry.
- Näslindh-Ylispangar, A. 2012. Vanhuksen terveyden, hyvinvoinnin ja hyvän elämän edistäminen. Helsinki: Edita.
- Rantanen, T. 2008. Gerontologisen tutkimustiedon soveltaminen ikääntyvän väestön toimintakyvyn edistämiseksi. . Teoksessa: Heikkinen, E. Rantanen, T. Gerontologia. Keuruu: Kustannus Oy Duodecim.409-415.
- Ruoppila, I. Suutama, T. Psykkisen toimintakyvyn arviointi. Gerontologia 4/2013. 375-385.
- Sederholm, H. 2001. Taide on vahva lääke. Teoksessa: Ukkola, I. TJS. Parantava taide. Toimihenkilöjärjestöjen sivistysliitto. 8-21.
- Simonen, M. Heimonen, S. Haastattelu sosiaalisena vuorovaikutustilanteena: Näkökulmia aktuaalisen sosiaalisen toimintakyvyn arviointiin. Teoksessa: Pohjolainen, P. Ajatuksia toimintakyvyn arviointiin ja tukemiseen. Oraitia 1/2014. [Verkkojulkaisu] Ikäinstituutti. [Viitattu 30.9.2015] Saatavana: <http://www.ikainstituutti.fi/binary/file/-/id/1/fid/390>
- Strandman, P. 2007. Taiteen soveltavaa käyttöä? Teoksessa: Bardy, M. Haapalainen, R. Isotalo, M. Korhonen, P. Taide keskellä elämää. Helsinki: LIKE. 160-172.
- Taipale, M. 2001. Taidetoiminta vanhustenhoitotyössä. Ukkola, I. TJS. Parantava taide. Toimihenkilöjärjestöjen sivistysliitto. 79-94.

- Taipale, M. 2007. Terveyttä ja hyvinvointia kulttuurista senioreille. Teoksessa: Hohenhal-Antin, L. Krekula, L. Rasi, T. Schweitzer, P. Taipale, M. Taipale, M. Trilling, A. Väättäminen, M. Katsomosta estradille: Ikäihmiset kulttuurin tuottajina. Lappeenranta: Kaakkois-Suomen sosiaaliakan osaamiskeskus Oy Socom. 20-37.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. [Verkojulkaisu] Helsinki: Tutkimuseettinen neuvottelukunta. [Viitattu 28.10.2015] Saatavana: http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf
- Vakimo, S. 2003. Kulttuurista gerontologiassa – kulttuurigerontologisen identiteetin pohdintaa. Gerontologia 4/2003. 196-201.
- Vallbacka, K. Siira, T. 2015. Västinkartanon henkilökunnan kokemuksia soveltavasta taidetoiminnasta tehostetussa palveluasumisessa: Haastatteluiden loppuraportti. Julkaisematon.
- Von Brandenburg, C. 2012. Taiteen hyödyntämisestä hyvinvoinnin edistämiseksi. Teoksessa: Honkasalo, M-L. Salmi, H. Terveyttä kulttuurin ehdoilla: Näkökulmia kulttuuriseen terveystutkimukseen. Turku: k&h. 243-266.

LIITTEET

Liite 1. Neljän tien risteyksessä –kappaleen sanat

Liite 2. MIKE-havainnointilomake

Liite 1. Neljän tien risteyksessä -kappaleen sanat

Neljän tien risteyksessä

Tero Heinämäki, Jenni Lalli & Västinkartanon hoivaosastojen asukkaat

*Uusi päivä alkamassa, Aino-Maija pyöräilee
polkee kohti kirkonkylää, kiire on jo leipomoon
Siellä hiivat jauhot lentää, kädet taikinaa vaivaa
Ilmassa tuoksuu ruisleipä, kahvipaussi lähenee*

*Tuolla joukko kavereitten, matkalla on naapuriin
Pihasta kun laulu alkaa, Elli täysin yllättyy
"Yhtään en mä kuullut mitään", yllättynyt sankari
Juhlii tämän pienen hetken, sitten takaisin töihin*

*Neljän tien risteyksessä, ihailen maisemaa
Kuulen katselen tästä, pellon laidasta
Monta tarinaa*

*Tavalliset kaksi naakkaa, tanssii Ainon pihassa
Tuolta tulee Ruusa-heppa, pojat taas on selässä
Isä huutaa: "Nyt on Ainon vuoro nousta selkään sen"
Joen rantaan juottamahan, tyttö laulaa onnesta*

*Neljän tien risteyksessä, ihailen maisemaa
Kuulen katselen tästä, pellon laidasta*

Monta tarinaa

Nanana..

Siionin virret kaikuu tuvista

Nanana..

Maiseman yllä harras tunnelma

*Kiitollinen olen näistä, hetkistä mä jotka saan
myötäelää, todistan mä pienen kylän elämää*

Pienen kylän elämää

*Jussi kääntää ison kiven, löytää tuhatjalkaisen
Herkkuna on sammaljuusto, käpylehmät leikeissään
Kuulee mustarastaan laulun, karja-aitan takana
Juhannuksen alla laulaa, korkeen kuusen latvassa*

Neljän tien risteyksessä, ihailen maisemaa

Kuulen katselen tästä, pellon laidasta

Monta tarinaa

Liite 2. MIKE-havainnointilomake

MIKE-havainnointilomake

Nimi: _____

Päivämäärä: _____ aika: _____

Arvioija: _____

Paikka: _____

Havainnoitava toiminta: _____ kesto: _____

	E	A	N	Y	X
1. Toiminnan aloittaminen/oma-aloitteisuus					
2. Itseluottamus/rohkeus					
3. Valintojen tekeminen					
4. Kiinnostuksen ilmaiseminen (eleet, kehon kieli)					
5. Toimintaan keskittyminen					
6. Ongelmien ratkaiseminen ja virheiden korjaaminen					
7. Tunteiden ilmaiseminen					
8. Hyvän mielen/ilon ilmaiseminen					
9. Toisten ihmisten huomioiminen					
10. Katsekontaktin ottaminen					
11. Keskusteluun osallistuminen (ei välttämättä verbaalinen)					

Huomioitavaa:

E Ei suoriudu/ilmaise iankaan**A** Suoriutuu/ilmaisee avustettuna, lievää vaikeutta**N** Suoriutuu/ilmaisee täysin omatoimisesti, normaalilla tasolla**Y** Ilmaisee liikaa kyseistä asiaa, "ylisuoriutuu"**X** Ei pystytty arvioimaan. Toiminnan tekeminen ei vaadi kyseistä asiaa.