

Eija Setälä

KIRJOITTAMINEN KUNTOUTUMISEN TUKENA.
PROJEKTIRAPORTTI LUOVAN PROSESSIN TUKEMISESTA

Vanhustyön koulutusohjelma

Geronomi AMK

2018

KIRJOITTAMINEN KUNTOUTUMISEN TUKENA. PROJEKTIRAPORTTI LUOVAN PROSESSIN TUKEMISESTA

Setälä, Eija

Satakunnan ammattikorkeakoulu

Vanhustyön koulutusohjelma

Lokakuu 2018

Ohjaaja: Päivi-Maria Hautala

Sivumäärä: 55

Liitteitä: 4

Asiasanat: terapeutin kirjoittaminen, kuntoutuminen, luovuus, selkäydinvamma, ohjaaminen

Tässä opinnäytetyössä tuotiin esiin, miten teos, Runoja ja ajatelmia elämästä, sai alkunsa ja kirjoittamisprosessista. Työssä kuvattiin, miten opinnäytetyössä avustettiin asiakasta saamaan oman haaveensa toteutettua ja innostumaan uusiin haasteisiin. Projektin menetelmänä käytettiin luovaa projektia, jossa oli tutkimuksellisia piirteitä kuten laadullisessa osallistuvassa havainnoinnissa. Projektin toimintaosuus, teoksen kirjoittaminen tapahtui asiakkaan kotona ja hänen ehdoillaan.

Asiakasta kuntoutettiin erilaisin toimenpitein ja menetelmin sekä kotona että kodin ulkopuolella. Näiden harjoitusten ja harjoitteiden avulla aktivoitiin ja tuettiin asiakkaan kuntoutumista. Kannustuksen ja tukemisen avulla toteutettiin kuntoutumisen prosessia. Tämän prosessin avulla saavutettiin kuntoutumisen tavoitteet sekä tuotiin elämään uutta sisältöä.

Tämä opinnäytetyö oli projekti, jossa asiakasta tuettiin ja avustettiin teoksen kirjoittamisessa ja opinnäytetyössä kuvattiin tehtyä prosessia. Samalla avustaja havainnoi, miten kuntoutuminen eteni tämän projektin aikana. Mitä luovuus sai aikaan terapeutin kirjoittamisen ohella, sekä miten asiakasta ohjaava avustaja havainnoi, raportoi ja analysoi tapahtumia.

Projektin ajatus innosti tehtävään, jolloin luotiin näkökulmia, mitä voitiin tehdä. Miten auttaa asiakasta hänen tavoitteensa toteutumisessa. Projektissa tuotiin asiakkaan päivän sisältöön uutta innostusta saamalla hänet tekemään uusia kirjoituksia.

Teos: Runoja ja ajatelmia elämästä julkaistiin Bookcover Oy:n toimesta huhtikuussa 2018. Tämän teoksen kirjoittamisprosessin aikana tehdyt havainnoinnit koko prosessin vaiheista olivat perustana opinnäytetyön syntyyn.

Kirjaprosessin aikaansaama luova prosessi toi uutta sisältöä asiakkaan arkeen ja voi sanoa jopa ”mullistaneen” koko elämän. Päivät olivat paljon mielenkiintoisempia ja jopa työntäyteisempiä kuin aiemmin. Aiempi harrastus kirjoittamisen saralla palasi jokapäiväiseen arkeen ja käynnisti uuden projektin, novellin, yhteistyö kirjoittamisen avustamisena jatkuu.

WRITING SUPPORTING REHABILITATION. PROJECT REPORT ON THE SUPPORT OF THE PROCESS

Setälä, Eija

Satakunta University of Applied Sciences

Degree Programme in Elderly Care

October 2018

Instructor: Päivi-Maria Hautala

Number of pages: 55

Appendices: 4

Keywords: therapeutic writing, rehabilitating, creativity, spinal cord disability, directing

This thesis brought out how the book, *Poems and Ideas of Life*, started and originated in the writing process. The written work describes how the thesis helped the client to achieve her own dream and to getting excited of new challenges. The project method used a creative project with research features such as qualitative participatory observation. The action part of the project, the writing of the work took place at the client's home and on her terms.

The client was rehabilitated through various actions and methods at home and outside the home. Through these trainings and exercises, the customer's rehabilitation was activated and supported. With the help of encouragement and support, a rehabilitation process was implemented. This process helped to achieve the goals of rehabilitation and bring new content to life.

This thesis was a project in which the client was supported and assisted in the writing of the book and in the thesis was described. What creativity did in addition to therapeutic writing, as well as how client assistant was observing, reporting and analyzing events.

The idea of the project was inspired by the task, thus creating perspectives of what could be done. How to help a customer achieve their goals. The project brought new inspiration to the content of the customer's day by getting her to write new articles.

The work: *Poems and Ideas of Life* were published by Bookcover Oy in April 2018. The observations made during the process of writing this work throughout the process were the basis for the birth of the thesis.

The creative process accomplished by the book process brought new content to the client's daily life and can even say "revolutionized" her life. The days were much more interesting and even more work than before. Previous hobby writing returned to everyday life and launched a new project, novel, to continue collaborating on writing.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	PROJEKTIN TAVOITE JA TARKOITUS	7
3	YHTEISTYÖKUMPPANI JA PROJEKTIN TOIMINTAYMPÄRISTÖ	9
3.1	Asiakas.....	9
3.2	Yhteistyökumppani	10
4	PROJEKTIN TAUSTALLA OLEVIA KÄSITTEITÄ (JA ILMIÖITÄ).....	11
4.1	Vammautuminen vanhemmalla iällä	11
4.2	Kuntoutuminen	13
4.3	Luovuus voimavarana.....	14
4.4	Terapeuttinen kirjoittaminen kuntoutumisen tukena	15
5	ASIAKKAANI TARINA.....	17
5.1	Henkilöhistoria.....	17
5.2	Kriisi	18
5.3	Kuntoutuminen	19
6	PROJEKTI PROSESSINA (PROJEKTIN TOTEUTUS).....	23
6.1	Projekti opinnäytetyönä	23
6.2	Projektin eettisiä periaatteita ja aikataulua	24
6.3	Projektin taustaa.....	25
6.4	Päiväkirja opinnäytetyön aineistona	26
6.4.1	Päiväkirja-aineiston avaaminen.....	27
6.4.1.1	Projektin suunnitelmavaiheen päiväkirjat	32
6.4.1.2	Projektin teoksen dokumentoinnin vaihe	34
6.4.1.3	Projektin loppuvaihe, tekstin hionta ja julkaisuprosessi ja sen päiväkirjamerkintöjen avaaminen	35
6.4.2	Päiväkirja-aineiston analyysia ja yhteenvetoa.....	35
6.4.3	Ohjaaminen projektin päätyönä.....	37
6.5	Teos ja sen tekijän reflektioita prosessista.....	39
6.5.1	Teoksen kuvaus	40
6.5.2	Tekijän kommentteja ja reflektointia projektista.....	42
6.5.3	Teos ja luovan kirjoittamisen prosessi	43
6.6	Projektin analyysi ja arviointi	43
7	PROJEKTIN EETTISTEN PERIAATTEIDEN POHDINTA.....	45
8	TULEVAISUUDEN VISIOT	48
9	LOPPUPOHDINTA.....	49
	LÄHTEET.....	52
	LIITTEET	

1 JOHDANTO

Opinnäytetyössä kuvataan kirjaprojektia, jossa opinnäytetyön tekijä on avustanut asiakasta tämän kirjoittamien runojen ja ajatelmien kokoamisessa julkaisuksi. Tämä työ on tehty allekirjoittaneen näkökulmasta. Opinnäytetyö on projektimuotoinen päiväkirjamerkintöihin pohjautuva prosessi. Sen keskeisenä tarkoituksena on kuvata kirjoittamisen kuntouttavaa merkitystä selkäydinvammasta toipuvan henkilön hyvinvoinnille. Tämän projektin tarkoituksena on tuoda esiin, miten kirja, Runoja ja ajatelmia elämästä, on saanut alkunsa ja kirjoittamisprosessista. Ajatus tähän opinnäytetyöhön on lähtenyt jo reilu vuosi sitten. Naapurissani asuu naishenkilö ja hän on vammautunut vuonna 2006. Kuoleman porteilla käytyään hän alkoi pikkuhiljaa saada taas elämän halusta kiinni. Viikon tajuttomuuden jälkeen hänen todettiin olevan neliraajahalvaantunut. Tahdonvoiman ja pitkäkestoisen kuntoutuksen avulla hän pystyy nyt kävelemään rollaattorin avulla lyhyitä matkoja avustajan ollessa lähellä. Hänen miehensä toimii omaishoitajana. Olen heille apuna aina tarvittaessa.

Ennen vammautumistaan asiakkaani on kirjoittanut runoja, aforismeja, ajatuksia ja novelleja. Hän on aloittanut jopa romaanin kirjoituksen. Tämän opinnäytetyön ajatus lähti siitä, että tutustuin asiakkaani kirjoittamiin teksteihin. Hän kertoi, että hänellä olisi vielä haave koota kirjoittamistaan runoista ja ajatelmista julkaisu. Näin syntyi ajatus siitä, että voisin tästä prosessista tehdä opinnäytetyön. Opinnäytetyöni nimeksi olen valinnut kirjoittaminen kuntoutumisen tukena. Projektiraportti luovan prosessin tukemisesta. Tässä projektissa kunnioitan asiakkaani toiveita ja mieltymyksiä siitä, mitä teos sisältää, ja miten kirja valmistuu. Samoin kunnioitan asiakkaani itsemääräämisoikeutta, vältän vahingoittamasta häntä sekä otan huomioon hänen yksityisyytensä ja tietosuojan. (Helin, Jäppinen, Launis, Spoof & Varantola 2012, 6–7.)

Päiväkirjamerkintöjäni olen kirjannut viikoittain, koska viikkojen sisältö on ollut samankaltaista tekstien valitsemisen ja kirjoittamisen myötä. Olen kuunnellut asiakkaan tekstien sisältöä ja niiden alkuperää kirjoittajan näkökulmasta ja muovannut ne teoksen sisältöön sopiviksi asiakkaan ehdoin.

Satakunnan ammattikorkeakoululla on omat opinnäytetyön ohjeistukset, joita olen tässä työssä noudattanut (Satakunnan ammattikorkeakoulun www-sivut, 2018). Olen tässä opinnäytetyössä käyttänyt aihepiiriin sopivia ammatillisia julkaisuja, tieteellisiä artikkeleita, kirjallisuutta ja opinnäytetyön kirjoittamisen oppaita.

2 PROJEKTIN TAVOITE JA TARKOITUS

Projektissa tuodaan esiin, miten asiakas on löytänyt uusia kuntouttavia menetelmiä esimerkiksi henkisesti puolella, miten asiakas saa itselleen motivaatiota päivän arkeen ja suunnitella tulevaa. Koska asiakkaan päivät olivat olleet aiemmin samankaltaisia viikosta toiseen.

Asiakas oli vammautumisensa jälkeen kuntoutunut tähänhetkiseen tilaansa alun sairaala- ja kuntoutuskeskus jaksojen jälkeen fysioterapian, allasjumpan, kuntosalin ja mielekkäiden harrastusten sekä kotona tehtävien vetonaru-, vatsajumppa- sekä kävelyharjoitusten avulla, jotka tukivat omaa jaksamista, mielialaa ja motivaatiota. Nämä harjoitukset ja harjoitteet aktivoivat asiakasta ja tukena olleet henkilöt kannustivat häntä toteuttamaan kuntoutusmenetelmiä, jotka tuottivat hedelmää ja saivat asiakkaan tähänhetkiseen kuntoonsa.

Nämä kuntoutusmenetelmät eivät riittäneet asiakkaalle tuomaan iloa ja hyvää mieltä päiviin. Tähän tarvittiin jotain enemmän, luova prosessi, luova kirjoittaminen, joka tuotti asiakkaalleni päivittäin iloa ja onnellisuutta. Luovassa prosessissa ei ole tärkeää päämäärä, vaan tekemisen tuottama ilo. Tämän teoksen aikaansaama luova kirjoittaminen toi uuden motivaation arkeen.

Tarkoitukseni on kuvata prosessin kuntouttavaa näkökulmaa. Miten luova prosessi inspiroi, aktivoi, voimaannuttaa ja lisää osallisuutta jokapäiväisessä elämässä, jonka tarkoituksena on tuottaa asiakkaani kirjallinen teos.

Tiedonkeruumenetelmäksi olen valinnut kvalitatiivisen osallistuvan havainnoinnin. Osallistuvalla havainnoinnilla tyypillistä on, että tutkija osallistuu tutkittavan toimintaan hänen ehdoillaan. Teoksen luominen ja suunnittelu tapahtuvat asiakkaan omassa kodissa, koska se on hänelle luontevin ympäristö liikkumiseen pyörätuolilla. Oman kodin merkitys asiakkaalle luo turvallisuutta ja antaa mahdollisuuden luovaan työskentelyyn. Ohjaajana tiedostan asiakkaan oman kodin tuoman intiimiyden, eettiset rajat ja hienotunteisuuden näkökulman omaan työskentelyyni.

Oman toiminnan tarkastelussa arvojen ja periaatteiden tunteminen on tärkeää. Omat tärkeimmät arvoni ovat avuliaisuus, luovuus, luottamuksellisuus, oikeudenmukaisuus, rehellisyys, tasa-arvo ja yksityisyys. Näitä arvoja toteutan jokapäiväisessä elämässäni. Periaatteeni pohjautuvat itsemääräämisoikeuden kunnioitukseen, riippumattomuuteen, turvallisuuteen ja vastuullisuuteen. Näiden periaatteiden myötä toimin tässä projektissa.

Tässä osallistuvassa havainnoinnissa voin havainnoida sekä osallistua asiakkaan toimintaan (Hirsijärvi, Remes & Sajavaara 2007, 160). Havainnointi on yksi laadullisessa tutkimuksessa käytetyistä yleisistä tiedonkeruumenetelmistä. Havainnointia on hyvä käyttää tiedonkeruumenetelmänä silloin, kun tutkittavasta prosessista tiedetään vähän tai ei ollenkaan tai tutkittavasta prosessista on vaikea saada tietoa. Tässä havainnointimuodossa arvostetaan kokemuksen kautta tullutta tietoa. Havainnoinnin avulla asioiden kokonaisuus tulee esille niille kuuluvissa kohdissa. Havainnoinnin avulla saadaan esille parhaiten haastattelun aikana tulleet tiedot sekä havainnoinnin avulla saadaan esille tutkittavasta kohteesta laaja-alaisesti monipuolista tietoa. Havainnointia on käytännössä useampaa lajia; osallistuvaa sekä ilman osallistumista olevaa havainnointia, osallistavaa sekä piilohavainnointia. Kahden ensin mainitun välillä ei kuitenkaan ole suurta eroa. Piilohavainnointi on harvimmin käytetty muoto. Osallistavaa havainnointia käytetään pääasiassa havainnoinneissa, joissa painotetaan poliittisten tietojen käsittelyä. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 93–95.)

Tehtäessä kyselyjä ja haastatteluja saadaan tietää, mitä haastateltavat kertovat, uskovat, tuntevat sekä ajattelevat. Havainnoinnista kerrotaankin, että se on tutkimusmenetelmänä hyvin työläs ja sen vuoksi sitä ei kovinkaan paljoa enää käytetä. Havainnointia on hyvä käyttää tutkimusmenetelmänä sellaisessa työssä, jossa tutkitaan vuorovaikutusta tai asioita, joita on vaikea ennakoida tai ne voivat olla nopeasti muuttuvia. Havainnoinnin avulla saatava materiaali on mielenkiintoista. Näitä materiaaleja ovat esimerkiksi asiakkaan toimintakyky ja vuorovaikutus. Toimintakyky näkyy asiakkaan päivittäisessä käyttäytymisessä sekä vuorovaikutus hänen kommunikoinnissaan muiden henkilöiden kanssa. Osallistuvassa havainnoinnissa tilanteet muovautuvat vapaasti sekä havainnoitsija toimii ryhmän jäsenenä. (Hirsijärvi ym. 2007, 207–209.)

3 YHTEISTYÖKUMPPANI JA PROJEKTIN TOIMINTAYMPÄRISTÖ

3.1 Asiakas

Asiakkaani on naishenkilö, elokuussa 71 vuotta täyttänyt rouva, joka asuu aviopuolisonsa kanssa Porissa rivitalokaksiossa. Kotoisin hän on Länsi-Lapin maakunnasta Tornionjokilaaksosta. Aviopuoliso avustaa asiakastani jokapäiväisissä toiminnoissa. Asiakkaani oli Pellossa asuessaan pitänyt ompelimoa parhaan ystävänsä kanssa. Ruotsissa asuessaan hän työskenteli vaateustehtaassa. Suomeen muutettuaan työskenteli Uudenkaupungin autotehtaalla siirtyen Poriin vaateustehtaaseen sekä sen jälkeen koonpanijaksi teollisuuteen, josta hän jäi työttömäksi. Kirjoittaminen on asiakkaalleni ollut tärkein harrastus. Lisäksi kuvassa ovat olleet matkustelu, liikunta ja yhteydenpito sisarusiin, sillä asiakkaani on lähtöisin suuresta perheestä.

Asiakkaani on ollut ennen vammautumistaan hyvin aktiivinen. Työn ohessa on tullut rakennettua kesämökki monen sadan kilometrin päähän kotikonnuille, jota aviopari ajatteli asuinpaikakseen eläköitymisen jälkeen, mutta toisin kävi. Asiakkaani on kokenut kovia jo ennen vammautumistaan, sairastanut tällöin kahdesti rintasyövän. Samoin asiakkaani osallistui ahkerasti toimintoihin, esimerkiksi kirjoittajakeryhön, joka alun perin oli hänen oma ajatuksensa ja tähän liittyi muutama muukin kirjoittamisesta kiinnostunut henkilö. Vammautuminen kuitenkin muutti koko elämän ja tästä alkoi pitkä kuntoutusprosessi.

Asiakkaan vammautumisen jälkeiset kuntoutusmenetelmät sekä kotona että kodin ulkopuolella ovat edesauttaneet asiakkaan kuntoutumista fyysisesti, psyykkisesti sekä sosiaalisesti antaen mielenkiintoa pysymään tasapainossa elämänsä kanssa ja saaden uutta sisältöä jokaiseen päivään.

12 vuoden kuntoutusprosessin myötä asiakkaani suoriutuu nyt liikkumaan lyhyitä kävelymatkoja rollaattorin kanssa avustajan tukemana. Muuten pyörätuolista käsin heriyttävän huumorin omaava nainen toteuttaa ajatuksiaan puolison, läheisten ja ystävien tukemana.

3.2 Yhteistyökumppani

Yhteistyökumppaniksi ja toimeksiantajaksi olen tähän työhön saanut Selkäydinvammaiset Akson ry: n. Asiakkaani oli ensin itse yhteydessä Aksoniin kirjoitusprosessistaan, ennen kuin otin yhteyttä järjestöpäällikköön, joka ilmoitti kiinnostuksensa projektiin.

Akson on perustettu 13.6.2009 ja periaatteena on tuoda yhteen selkäydinvammaisia sekä ajaa selkäydinvammaisten ja heidän omaistensa asioita (Akson www-sivut.)

Aksonin toiminnan tavoitteina on sekä kehittää että tukea selkäydinvammaisten henkilöiden hoito- ja kuntoutumismenetelmiä, hoito- ja kuntoutusorganisaatioita sekä näihin liittyvää tutkimusta, tukea ja edistää selkäydinvammaisten elämänlaadun parantamista esimerkiksi liikunnan, opiskelun, työllistymisen, itsenäisen asumisen avulla sekä auttaa läheisten sopeutumisessa (Akson www-sivut.)

Vuonna 1940 on Suomeen perustettu Invalidisäätiö talvisodassa vammautuneiden hoidon, kuntoutuksen ja koulutuksen tukemiseen. Toiminta on jälkepäin siirtynyt käsittelemään tuki- ja liikuntasairauksien hoitoon, tutkimiseen ja kuntoutukseen sekä opiskelijoiden koulutuksen tukemiseen, jotka tarvitsevat erityistukea. Tämän jälkeen 1950-luvulla mukaan tulivat lääkinällinen hoito ja kuntoutus. 1970-luvulla palvelutoimintaa aloiteltiin Käpylän kuntouttamislaitoksen tiloissa (Akson www-sivut.)

Kunnat tulivat mukaan 1988 tulleen vammaispalvelulain myötä, jolloin päätöksenteko siirtyi kunnille. 1992 perustettiin Invalidiliiton selkäydinvammaityöryhmä, jonka periaatteena oli toimia valtakunnallisena selkäydinvammaisten oikeuksien valvovana toimijana (Akson www-sivut.)

2000-luvulla mukaan saatiin ruotsinkielinen vammaisjärjestö Finlands Svenska Handikappförbund. Osa selkäydinvammaisista muutti pois Suomesta Espanjan aurinkorannikolle ja 2007 sai alkunsa Espanjan Suomalainen vammaisyhdistys, ADFE. 2001 perustettiin selkäydinvammasäätiö, joka järjesti erilaisia seminaareja sekä sai aikaan kattavan paketin selkäydinvammasta ja sen aiheuttamista sivuvaikutuksista kärsiville.

Säätiölle avattiin myös kotisivut internettiin. Tämän jälkeen muodostettiin suunnitelma perustaa oma selkäydinvammaisten järjestö, joka perustettiin 13.6.2009 ja sai nimen Selkäydinvammaiset Akson ry. Tämän myötä Invalidiliiton selkäydinvamma-työryhmä lakkautettiin. Aksonin myötä kuvaan astuivat selkäydinvammapoliklinikat ja Käpylän Kuntoutuskeskus, joka muutti uusiin tiloihin ja sai uuden nimen: Synapsia. 2010-luvulla selkäydinvammaisten pääasiallinen hoito on keskitetty kolmeen yliopistosairaalaan; Helsinkiin, Tampereelle ja Ouluun (Akson www-sivut.)

Selkäydinvammaiset Akson ry julkaisee Selkäydinvamma -lehteä, joka ilmestyy kaksi kertaa vuodessa. Lehdessä julkaistaan tärkeää asiaa selkäydinvammautuneille. Aksonilla on myös toimintaa vammaisen vertaistukena. Selkäydinvammaisten vertaistuki-toiminta siirtyi Aksonille 1.6.2015. Aiemmin tukitoimintaa hoiti Invalidiliitto (Akson www-sivut.)

4 PROJEKTIN TAUSTALLA OLEVIA KÄSITTEITÄ (JA ILMIOITÄ)

4.1 Vammautuminen vanhemmalla iällä

Vammautuminen tuo erilaisia muutoksia ihmisen toimintakykyyn sekä muuttaa elämäntilannetta useimmiten pitempiaikaisesti. Vammautumisen tuomat muutokset ovat yksilöllisiä riippuen vammautuneen elämäntilanteesta, iästä, perhetilanteesta, toimintaympäristöstä sekä taloudellisesta tilanteesta (Invalidiliiton www-sivut.) Esimerkiksi selkäydinvamman yhteydessä voi vammautunut saada tuntopuutoksia, rakon ja suolen toiminnan häiriöitä, sukupuolielinten toimintahäiriöitä, autonomisen hermoston toimintahäiriöitä sekä aiheuttaa pysyvää lihasvoimien ja tunnon puutoksia ja heikentymistä, jotka hankaloittavat vammautuneen päivittäistä elämää. Pääsääntöisesti jokainen selkäydinvammautunut henkilö kertoo lihasten halvaantumisen olevan vaikein vammautumisen seuraus (Selkäydinvammasäätiön www-sivut.) Kaularangan alueella tapahtuvia vaurioita kutsutaankin tetraplegiaksi eli neliraajahalvaukseksi ja rinta-rangan alapuolella tapahtuvia vaurioita paraplegiaksi eli alaraajojen halvaukseksi (Terveyskirjaston www-sivut).

Vammautunut voi menettää samalla kertaa sekä työ- että toimintakykynsä ja myös elämänhalunsa. Mahdolliset liikunta-, toiminta- sekä puhekyvyn menetykset saavat aikaan erilaisia pelkotiloja vammautuneeseen henkilöön; miten pärjään tästä eteenpäin, saanko tarvittavia apuja, onko elämä enää elämisen arvoista, ym. Monenlaisia ajatuksia pyörivät mielessä. Yhtäkkinen vammautuminen on aina suuri shokki normaaliin arkeen. (Invalidiliiton [www-sivut](#).) Äkillisen vammautumisen johdosta monen vammautuneen mieliala laskee tai syntyy depressiotakin (masennusta) (Terveyskirjaston [www-sivut](#)).

Jyväskylän yliopistossa on tehty pro gradu -tutkielma sopeutumisesta sairastumisen ja vammautumisen aiheuttamaan elämänmuutokseen. Tämä tutkimus antaa lisää tietoa sopeutumisesta, jota ihminen joutuu käymään läpi vammautumisensa jälkeen. Millaisia toimintarajoitteita vammautuminen tuo, minkälaisia selviytymiskeinoja sopeutumisen aikana kehittyy. Tässä tutkielmassa käy ilmi, että vammaisuutta pidetään yhä useammin yksilön ominaisuutena, joka rajoittaa vammautuneen elämää usealla eri tavalla. Kuitenkin vammautuneen asema nyky-yhteiskunnassa ei ole tasavertainen suhteessa ihmisiin, jotka eivät ole vammautuneet. Myös muutokset ympäristöissä sekä palveluissa omaavat pinttyneet tavat, joista välillä tuntuu mahdottomalta päästä eroon. (Kääntä 2012, 26–28.)

Vammautuessaan ihminen ja hänen omaisensa ja läheisensä saavat tukea ja ohjausta sosiaali- ja terveydenhuollosta. Vammautuneelle laaditaan henkilökohtainen palvelusuunnitelma, jossa huomioidaan esimerkiksi asuminen, avustus jokapäiväisissä toiminnoissa, liikkuminen kotona ja kodin ulkopuolella sekä kuntoutus (Invalidiliiton [www-sivut](#)).

Vammaispalvelulain myötä annettavat vaikeavammaisille tarjottavat palvelut ovat saajalleen pääsääntöisesti maksuttomia, lukuun ottamatta kuljetuspalvelussa olevaa omavastuuosuutta (Invalidiliiton [www-sivut](#).)

4.2 Kuntoutuminen

Sosiaali- ja terveysministeriön mukaan kuntoutuksen tavoitteena ovat sairauden, vajaatoimintakykyisen tai vammaisen toimintakyvyn, itsenäisen selviytymisen, hyvinvoinnin, työllistymisen sekä osallistumismahdollisuuksien edistäminen. Kuntoutusmuotoja ovat lääkinnällinen kuntoutus, kuntouttava työtoiminta, ammatillinen kuntoutus, kuntoutuspsykoterapia, sosiaalinen kuntoutus, työtapaturmissa ja liikenteessä vammautuneiden kuntoutus, sotilasvammalain mukainen kuntoutus, vammaispalvelut, vaikeavammaisten lääkinnällinen kuntoutus, harkinnanvarainen kuntoutus sekä muu sosiaali- ja terveydenhuollon kuntoutus (Sosiaali- ja terveysministeriö 2018.) Lakisääteisestä kuntoutuksesta vastaa kolme eri tahoa; Kansaneläkelaitos, Työeläkelaitokset sekä Vakuutuslaitokset.

Moniammatillisuus on tärkeää vammautuneen kuntouttamisessa. Mukaan kuuluu lääkärin, sairaanhoitajan, fysioterapeuttin, toimintaterapeuttin, psykologin, ravitsemusterapeutin sekä lähihoitajan. Jokaisella heistä on oma ”tonttinsa” kuntoutettavan hoitokaaressa. Tältä moniammatilliselta ryhmältä kuntoutuja saa kaiken tarvitsemansa avun: perustason hoidon, tuen, lääkkeet, jatkotoimenpiteet sekä ohjeet ravitsemukseen ja harjoitteisiin.

Kansaneläkelaitos (KELA) tarjoaa vaativaa lääkinnällistä kuntoutusta vaikeavammaisille, harkinnanvaraista kuntoutusta sekä ammatillista kuntoutusta vajaakuntoisille. Työeläkelaitokset järjestävät työelämässä oleville työntekijöille ja yrittäjille ammatillista kuntoutusta, joilla on uhkana menettää työkykynsä. Tapaturma- ja liikennevakuutuslaitokset tarjoavat ammatillista, lääkinnällistä sekä sosiaalista toimintakykyä edistävää kuntoutusta tapaturmissa vammautuneille sekä ammattitautipotilaille (STM 2018.) Kelan tarjoamat kuntoutusjaksot ovat hyvin kysytyjä, niihin pääsyyn on täytettävä kriteerit, jotka määrittelevät, minkälaista ja minkä mittaista kuntoutusta kukin henkilö yksilöllisesti voi saada.

Lääkinnälliseen kuntoutukseen sisältyvät kuntoutustarvetta selvittävät tutkimukset, neuvonta ja hoidot, kuntoutusohjaus ja -jaksot, apuvälineet ja sopeutumisvalmennus. Tutkimuksissa kuntoutettavalle tehdään testit, joiden tuloksien perusteella selviää mahdollisuus päästä kuntoutusjaksolle. Kuntoutettava henkilö saa kotiinsa tarvittavat

kuntoutus- ja apuvälineet, joiden avulla tuetaan hänen kotona pärjäämistään. Sopeutumisvalmennuskursseilla mukana yleensä on myös samassa ruokakunnassa asuvat henkilöt, jotka opettelevat uusia käytäntöjä helpottaakseen arjen askareita. Kuntouttavalla työtoiminnalla pyritään ehkäisemään työttömyyden aiheuttamia negatiivisia vaikutuksia ja syrjäytymistä sekä vahvistamaan asiakkaan arjenhallintaa ja työ- ja toimintakykyä. Ammatillisella kuntoutumisella pyritään parantamaan ja ylläpitämään kuntoutujan työhön valmennusta ja palaamista sekä koulutusta. (STM 2018.)

4.3 Luovuus voimavarana

Luovuudella tarkoitetaan jokaisen omaa kykyä luoda uusia asioita, tapoja yms. (Jons-son 1996, 19). Luova prosessi voi olla tiedostettu tai tiedostamaton. Tiedostetulla luovuudella tarkoitetaan luovuutta, jonka luovaa työtä tekevä henkilö itse tiedostaa tekevänsä, esimerkiksi asiakkaani, joka kirjoittaa seuraavaa tekstiä, tiedostaa oman työnsä. Tiedostamaton luomisprosessi tapahtuu tekemällä jotain, vaikkapa siivoat kotonasi, vaihdat huonekalujen paikkaa, teet tiedostamatonta luovuutta, jota et sillä hetkellä ajattele. Luovuus antaa jokaiselle mahdollisuuden kehittää, toteuttaa erilaisia tapahtumia, töitä, aikaansaannoksia, jotka tuovat iloa ja tyydytystä elämään. Luovuus tuo esiin mielikuvitusta, unelmia ja toiveita. Luovuutta voidaan käyttää esimerkiksi maalaamisessa, kirjoittamisessa, uuden työn suunnittelussa sekä rakentamisessa. Havainnollisemmin luovuutta määrittelee professori Lauri Järvilehto: ”Luovuus on kyky rikkoa parkkiintuneita ajatusprosesseja ja koostaa niistä uusia ajatuksia, jotka synnyttävät rikastavaa toimintaa” (Järvilehto 2009, viitattu 4.9.2018).

Luovuuden tutkiminen on aloitettu 1950-luvulla, joten ajanjakso ei ole kovin pitkä. Tällöin yhdysvaltalainen lahjakkuustutkija J.P. Guilford piti psykologeille puhetta, jossa hän tähdensi luovuuden keskeisempiä piirteitä sekä ongelmia (Uusikylä 2012, 17–18.)

”Luovuuden esteinä voivat olla esimerkiksi pelko ja häpeä, jolloin ihminen sivuttaa tai torjuu oman luovuutensa turhautumisen ja tyhjyyden tuntemuksina” (Berc, viitattu 4.9.2018).

Kari Uusikylä jaottelee teoksessaan, *Luovuus kuuluu kaikille*, luovuuden neljään eri osatekijään. Ensimmäinen tekijä on persoona, joka muodostaa henkilön arvojen, asenteen, luonteenpiirteiden ja älyn kokonaisuuden. Toisena tekijänä on prosessi, joka muodostuu tavoitteiden sisältämisestä vaiheista esimerkiksi suunnittelu, toteutus ja päämäärä. Kolmantena tekijänä on itse produkti, joka on tässä työssä teos, Runoja ja ajatelmia elämästä. Neljäntenä ja viimeisenä tekijänä on paine, joka on suhde yksilön ja ympäristön välillä. Tässä projektissa paineena oli aikataulu (Uusikylä 2012, 59–60.)

Miisa Jääskeläinen mainitsee kirjassaan *Sana kerrallaan. Johdatus luovaan kirjoittamiseen* ja Jane Piirron kirjoittamassa kirjassa *Luovuus. Taito löytää, rohkeus toteuttaa* oleva lista, johon on merkitty luoville ihmisille tyypillisempiä persoonallisuuden piirteitä. Tältä listalta löytyvät esimerkiksi seuraavat sanat: aggressiivisuus, intuitio, itse-kuri, itsepäisyys, mielikuvitus, määrätietoisuus, joustavuus, epämääräisyyden sieto, riskinsietokyky, sitkeys ja tahdonvoima. (Jääskeläinen 2002, 23.) Asiakkaani toteaa edellä olevista piirteistä itsellään olevan intuition eli oivalluksen/vaiston, mitä tapahtuu. Yleensä näin myös käy. Itsekuria hän kertoo omaavansa tahdonvoimaa vaativissa tehtävissä. Mielikuvitus, määrätietoisuus ja joustavuus näkyvät hyvin tässä projektissa. Epämääräisyyden sieto, riskinsietokyky, sitkeys ja tahdonvoima ovat tulleet esiin useasti kuluneiden vuosien aikana vammautumisen jälkeen. Jääskeläinen mainitsee, että esimerkiksi persoonallisuuden piirteisiin voivat vaikuttaa kotiympäristö, yhteisö ja kulttuuri, jossa luova henkilö on oman elämäntaipaleensa viettänyt, saadut geenit sekä sukupuoli, käyty koulu sekä sattuma. (Jääskeläinen 2002, 23–24.)

4.4 Terapeuttinen kirjoittaminen kuntoutumisen tukena

Tunteista kirjoittaminen on terapeuttista kirjoittamista. Kirjoittamisen avulla tapahtuneet asiat ja tapahtumat tulevat todellisiksi. Elämästä löytyy ylä- ja alamäkiä, jotka välillä ovat kovin turhauttavia, tällöin kirjoittaminen avaa uusia ulottuvuuksia ja saa tunteet purkautumaan (Mäki & Linnainmaa 2005, 108). Yleensä kirjoittaminen tekee tapahtumista aina todellisia. Kirjoitetut tapahtumat tulevat tutuimmiksi ja todellisimmiksi. Kirjoitetut tekstit ja tarinat tuovat esiin tunteet juuri sellaisina kuin olemme ne tunteneet ja kokeneet (Mäki & Linnainmaa 2008, 164–165.) Kirjallisuusterapialla tar-

koitetaan luovuuteen perustuvaa toimintaa, jonka tavoitteena on luoda vuorovaikutustaitoja sekä auttaa ilmaisemaan asioita. Kirjallisuusterapialla ei ole olemassa guruja eikä oppi-isiä. Ohjaaja voi toteuttaa kirjallisuusterapiaa omalla parhaaksi näkemällään tavalla kuitenkin osallistujat huomioiden. (Mäki & Linnainmaa, 2005, 11–14.)

Ann Hood kirjoittaa kirjassa *Creating Character Emotions* tunteista. Tunteita on erilaisia ja niiden esiintuominen on aina aikaan, paikkaan ja tunnetilaan perustuvaa. Esimerkiksi onnellisuus saa meidät tuntemaan erilaisia tunnetiloja: hikoilua, vapinaa, hyppimistä, huutamista tai kiljumista. Tunteiden esiintuominen kirjoittamisessa on sisällön kannalta tärkeää. (Hood 1997, 80.)

Kirjoittaminen on tapa purkaa omaa sisintään esimerkiksi päiväkirjoihin tai tehdä itselleen pieniä tekstejä ja runoja, joita voi tarkastella ja miettiä, mitä niillä on halunnut tuoda esiin. Päiväkirjassa omia tunteitaan voi tuoda ilmi siten, etteivät ne tule esiin ja aiheuta esimerkiksi minkäänlaisia tuomitsemisia, vaan kirjoittaja on saanut purkaa itseään. Voit esimerkiksi kirjoittaa muistojasi kouluajoilta, nuoruuden ihastukset, rakastumiset ja ystävyys-suhteet. Usein nuorena tunteiden julki tuominen ei onnistu, tällöin päiväkirjaan kirjoittaminen on mieluisampaa ja muistot vuosien takaa tulevat vanhempana mieleen.

Kirjallisuusterapian käyttöä jo 1800-luvun alkupuolella kannustanut yhdysvaltalainen psykiatri Benjamin Rush, joka suositteli hoitohenkilökuntaa rohkaisemaan potilaita sekä lukemaan että kirjoittamaan aihepiireistä, joita lääkärit heille tarjoavat. Tätä tapaa käytettiin tuonaikaisen moraalihoidon kanssa. (Ihanus 2009, 15.) Psykologi James W. Pennbakerin sekä hänen työryhmänsä mukaan erilaisista traumaattisista, emotionaalisesti järkyttävistä sekä stressaavista asioista ja tapahtumista kirjoittaminen voi jo lyhyelläkin ajanjaksolla edistää fyysistä ja psyykkistä terveyttä (Ihanus 2009, 35.) Jokainen voi tuoda esiin omaa elämäntarinaansa kirjoittamalla omasta elämästään elämänkerran tai lyhyimmillä muisteluilla, jotka voivat perustua todellisuuteen tai toiveisiin (Linnainmaa 2009, 61). Kirjoittamalla omasta elämänkerrastaan on kirjoittajalla mahdollisuus irrottautua kohtamastaan traumaattisesta kokemuksesta. Terapeuttisena kirjoittamisena voi olla esimerkiksi runojen, tarinoiden ja muistelmien kirjoittaminen. (Lindquist 2009, 70–71.)

Terapeuttisella kirjoittamisella saadaan kirjoittaja ymmärtämään ja myös havainnoimaan omia uniaan. Kirjoittaminen voi olla tällöin unen kaltaista ja saada sen vaikuttamaan todelliselta. (Ihanus & Bolton 2009, 110.)

Terapeuttisen kirjoittamisen suhdetta sekä kaunokirjalliseen että luovuutta edistävään kirjoittamiseen vertaaminen käyvät ilmi erityisesti runojen kirjoittamisessa. Kirjoituksen arvo tulee esiin siinä, miten kirjoittaja on aihettaan saanut tuotua esiin (Bolton 2009, 142).

Kirjoittaminen yhdistää monia eri elementtejä, kuten esimerkiksi luovaa toimintaa, ajatusten jäsentelyä ja vuorovaikutusta toisten kanssa. Kirjoittaminen toi esiin sekä ryhmässä että yksilönä mahdollisia patoutuneita tunteita, joista ei ole voinut puhua kenenkään kanssa. Vuorovaikutteet toisten henkilöiden kanssa saivat aikaan kirjoittamisen osalta ”koukkuun” jäämistä. Projektin aikana keskinäinen vuorovaikutus oli joustavaa. (Kähmi 2015, 214.)

5 ASIAKKAANI TARINA

5.1 Henkilöhistoria

Asiakkaani on syntynyt Pellon kylässä Lapin maakunnassa Torniojokilaaksossa vuonna 1947 elokuun loppupuolella kahdeksan lapsiseen perheeseen. Asiakkaani on lapsikatraan vanhin. Hän on käynyt kansakoulun ja tämän jälkeen kaksivuotisen vaatepuolen ammattikoulun (1966). Hän perusti ystävänsä kanssa ompelimon Pellon kylään (1967) ja työskenteli siellä kahden vuoden ajan. Tämän jälkeen hän muutti Ruotsin puolelle Boråsiin leveämmän leivän vuoksi (1969–71) työskennellen vaate-tustehtaassa. Tulevan miehensä hän tapasi täällä, joka asui paikkakunnalla vanhempiensa kanssa. Miehen armeijan päätyttyä he siirtyivät Västerosiin, jossa hän ryhtyi ompelijaksi vuoksiksi 1971–74.

Suomeen he palasivat vuonna 1974 Uuteenkaupunkiin, jossa molemmat työskentelivät autotehtaalla. Muutto Poriin tapahtui 1975, mies sai paikan metallialalta ja asiakkaani

pääsi ompelijaksi Sataneuleeseen, jossa hän työskenteli vuoteen 1990 asti. Täältä hän siirtyi Electroluxille kokoamaan jääkaappeja. Tätä työtä kesti 1990–1998, jolloin tuotanto Porissa päättyi ja hän jäi työttömäksi. 1993 hän sairastui rintasyöpään, joka uusiutui kahdeksan (2001) vuotta myöhemmin ja tällöin vaati koko rinnan poiston.

1990-luvun lopulla hän oli Satakunnan Salpan kirjoittajat ryhmässä kirjoittamassa ja siellä ollessaan 7 hengen antologia-ryhmässä, jossa he kirjoittivat kertomuksia ja runoja. Tämä ryhmä oli alun perin hänen aikaansaannoksensa. Kokoontuminen heillä oli Puuvillatehtaalla, jossa silloin sijaitsivat Salpan tilat. Siellä hän on oppinut kirjoittamaan ja analysoimaan sekä omia että muiden ryhmän jäsenten tekstejä. Asiakkaani aloitti ravintolakokin opinnot 1998–2001 ja valmistui. Tämän jälkeen hän kävi osuustoiminnankurssin 2001. Vuodet 2002–2004 hän kaitsi hyvän ystävänsä lapsenlasta ja tämän jälkeen alkoi työttömyyseläkeputki. Työttömyyseläkeputkesta hän sai nauttia kaksi vuotta ja sitten, tapahtui tuo kriisi, joka muutti koko elämän.

5.2 Kriisi

Vuonna 2006 heinäkuun 16 päivänä asiakkaani vammautui ajomatkan aikana pohjoiseen. Automatkalla hän oli alkanut tuntea niskassaan hieman kipua. He pysähtyivät ruokailemaan ja jatkoivat matkaa kohti mökkiä. Hetken kuluttua asiakkaani oli alkanut vaipumaan uneen auton penkissä, eikä ollut vastannut miehensä puhutteluun. Mies häätäntyi ja pysäytti auton lähellä olevan kahvion pihaan ja juoksi hakemaan apua. Sillä välin oli asiakkaani sydän pysähtynyt. Kuitenkin onni onnettomuudessa, ambulanssihenkilökunta sai hänet elvytettyä. Seuraava muistikuva asiakkaallani oli viikon päästä TYKSissä teho-osastolla, jolloin herääminen oli järkytys; hän oli neliraajahalvaantunut ja hengityskoneessa. Syynä tähän oli niskassa ollut kasvain, joka oli puhjennut. Tämä tapahtuma vei asiakkaaltani kaiken, toimintakyvyn, unelmat ja suunnitelmat. Vain pään alueella olevat toiminnot säilyivät.

Poriin asiakkaani siirtyi heinäkuun lopulla Satakunnan Keskussairaalaan, jossa hän oli kaksi viikkoa, josta matka jatkui kuntoutukseen Satalinnan silloiseen sairaalaan. Sieltä hän pääsi Helsinkiin Käpylän kuntoutuskeskukseen Synapsia kuntoutukseen loppuvuoden ajaksi vuonna 2006. Tämän jälkeen seurasi kolmen viikon jakso Satakunnan

Keskussairaalassa, josta jälleen kuntoutukseen Satalinnan sairaalaan seuraavaksi kolmeksi kuukaudeksi. Tämän jälkeen hän siirtyi Validia-taloon Poriin maaliskesäkuun 2007 ajaksi. Tämän jälkeen koitti se aika, jolloin paluu kotiin oli mahdollinen.

Kotona olemisen mahdollisti henkilökohtainen avustaja, joka oli kokoaikaisena hänen kanssaan aamu seitsemästä ilta kahteenkymmeneenyhteen, koska aviomies oli työssä, tehden kaksivuorotyötä. Kesäkuussa vuonna 2009 aviopuoliso jäi kotiin työpaikalla tapahtuneiden muutosten vuoksi ja aloitti silloin vaimonsa omaishoitajuuden.

Tämän jälkeen asiakkaallani on ollut henkilökohtainen avustaja, joka osallistuu hänen arkeensa harrastusten myötä ja on tullut hänelle myös hyvin läheiseksi ystäväksi.

5.3 Kuntoutuminen

Fyysisellä toimintakyvyn tukemisella tarkoitetaan asiakkaan kuntoutumisen kannustamista, neuvontaa ja ohjaamista. Kuntoutuksen avulla ylläpidetään ja parannetaan asiakkaan itsemääräämisoikeutta, itsetuntoa ja omaa itsenäisyyttä, oman elämän hallintaa, toimintakykyä ja terveyttä, turvallisuutta, vaikuttamisen mahdollisuuksia, oman työkyvyn kohentamista ja toimeentulon ansaitsemista sekä osallistumista ja osallisuutta. (Ihalainen, Kettunen, Kähäri-Wiik & Vuori-Kemilä. 2009, 119.) Kuntoutujan toimintakykyä voidaan aktivoida esimerkiksi apuvälineiden, tekniikan ja viriketoiminnan avulla. Apuvälineitä voivat olla liikkumista ja siirtymistä avustavia kuten kävelykeppi, kyynärsauvat, rollaattori, taso Ford, pyörätuoli, Turner, siirto/liukulauta, kääntölevy, nostovyö tai potilasnostin. Liikkumista avustavat kuten ortoosit ja proteesit. Esineiden käsittelyssä apuna päivittäiset apuvälineet ruokailua, pukeutumista ja tarttumista avustavat apuvälineet, lääkeannostelijat yms. Erilaiset hygienian hoidossa tarvittavat apuvälineet kuten wc- ja suihkutuolit, pesuvälineet, suihkuvaunut ja inkontinenssisuojat. Myös erilaiset kodin muutoksissa tarvittavat apuvälineet kuten sängyt, tuolit, luiskat, tukikahvat ja -kaiteet, sekä hälyttimet ovat erinomaisia apuvälineitä kuntoutumisessa ja arjen tukena. (Ihalainen ym. 2009, 121–123.)

Tekniikkaa voidaan kuntoutumisessa käyttää esimerkiksi valvonta- ja seurantatilanteissa kuten Vivago-ranneke, joka antaa signaalin asiakkaan liikkumisesta ja aktiviteeteista ja tukee turvallisuudessa kuten esimerkiksi, jos asiakas on kaatunut, saa hän yhteyden hoitohenkilökuntaan (myös kotona) ja tarvittaessa avun, sekä ovihälytin, joka ilmoittaa milloin esimerkiksi ulko-ovi aukeaa. Virkistyksessä sekä elämää parantavana voidaan käyttää kauko-ohjattavia laitteita ohjaamaan sähkökäyttöisiä laitteita. (Ihalainen ym. 2009, 125–128.)

Viriketoiminnalla taas aktivoidaan asiakkaan ympäristöä, luodaan aktiivista kanssakäymistä muiden ihmisten kanssa, vahvistetaan itsetuntoa, pyritään herättämään kiinnostusta, mielialan parantamista, vuorovaikutuksen lisäämistä sekä vireyden ja oma-toimisuuden säilyttämistä. Viriketoimintaa voivat olla esimerkiksi erilaiset kerhot ja ryhmät (Ihalainen ym. 2009, 121).

Asiakkaani kuntoutumista tukevinä toimina ovat kotona olleet ensin kotiin palattua kävelyharjoitukset taso Fordin avulla. Kävelykyvyn hieman parantuessa kävelyharjoituksia on jatkettu rollaattorin avulla.

Matkat alkuun ovat olleet 100–500 metriä, mutta nykyisin rollaattorin avulla kotona tehdään kävelyharjoituksia 100–200 metrin matkoja.

Käsille asiakkaani tekee kotona kuminauhavetojumppaa vahvistaakseen käsien toimintaa. Välillä käsissä ja nilkoissa on pienet painot vatsalihasjumppia ja venytyksiä tehdessä. Aamuisin aina ennen ylösousemista hän tekee venytykset.

Kotona toimintaterapiasta käyvät vaatteiden silitys, narukäsityö, leivontapäivät, ristikot, sudokut, lukeminen ja kirjoittaminen. Vaatteiden silitystä asiakkaani tekee joka viikko. Lukeminen ja kirjoittaminen on jokapäiväinen jo rutiiniksi tullut tapa. Lukeminen on asiakastani kiinnostanut aina ja hän onkin jo kouluaikana ehtinyt lukemaan kaikki kirjaston lasten ja nuorten kirjat, jotka olivat saatavilla. Sudokut ja ristikot hän täyttää aina kun saa käsiinsä. Käsityötä asiakkaani tekee ajoittain omien voimavarojensa mukaan ja leivontapäiviä on muutaman kerran vuoden aikana.

Asiakkaallani on myös kodin ulkopuolisia aktiviteetteja. Allasjumppa oli vuosien 2007–2017 välisen ajan, joka torstai Satakunnan syöpäyhdistyksen järjestämänä. Keilausta asiakkaani rakastaa ja siihen mahdollisuus on tarjoutunut, joka toinen torstai Porin seudun isovanhempien kanssa. Nykyisin asiakkaani saa keilattua käyttäen apunaan kourua.

Asiakkaani on käynyt heti kotiuduttuaan vuodesta 2007 lähtien Länsi-Suomen Diakonialaitoksen ylläpitämän DiaFysion kuntoutuksissa Porin keskustassa. Näissä fysioterapiakuntoutuksissa hän kävelee kävelymatolla valjaissa, tekee ohjattuna erilaisia liiketarjoituksia, saa fysioterapiaa, välillä hierontaakin. Nämä käynnit ovat olleet asiakkaalleni elintärkeitä ja ovat auttaneet häntä jaksamaan ja ponnistelemaan oman kuntoutumisensa vuoksi.

Vuodesta 2009 asiakkaani on käynyt joka keskiviikko vielä kuntosalilla, johon hän on täysin ”hurahtanut”. Nyt suunnitelmissa onkin mahdollisesti muuttaa kuntosalikäynnit kahteen kertaan viikossa.

Motorisessa kuntoutumisessa huomioidaan kaikki toimintakyvyn eri ulottuvuudet: psyykinen, sosiaalinen, kognitiivinen ja fyysinen toimintakyky sekä päivittäisissä toiminnoissa tapahtuva toimintakyky. Tärkeää on tunnistaa toimintakyvyssä tapahtuvat muutokset. Parhaimpiin mahdollisiin tuloksiin päädytään, kun toimintakykyä tukevia toimintoja otetaan käyttöön mahdollisimman pian huomioiden tultua esiin. Asiakkaan kohdalla hienomotoriikan harjoittaminen on tullut esille käsin kirjoittamisessa; ennen kirjoittaminen on tapahtunut tikkukirjaimin, nyt kirjoittaminen tapahtuu kaunokirjoituksella.

Kuntoutumisessa lähdetään tukemaan asiakkaan sen hetkisiä voimavaroja niissä tilanteissa ja olosuhteissa, jotka sillä hetkellä ovat mahdollisia. (Karjalainen & Vilkkumaa 2004, 15–21.) Henkinen kuntoutuminen myös aktivoi fyysisen kuntoutumisen.

Neuropsykologinen kuntoutusmuoto on lääkinällistä kuntoutusta, jossa kognitiivisina muotoina ovat esimerkiksi tahdonalaiset liikkeet, tunne-elämä ja motivaatio. Tahdonalaiset liikkeet ovat tärkeitä käytännön toimien yhteydessä sekä tunteet ja motivaatio

tio omien tavoitteiden synnyssä. (Hokkanen, Laaksonen & Ranta 2015, 39.) Havainnointi on yksi tärkeä osa neuropsykologista tutkimusta, jossa selvitetään, vaikuttaako fyysisen toimintakyvyn eri muutokset suoriutumiseen esimerkiksi raajahalvaus. (Saunamäki & Jehkonen 2015, 43.)

Tunteet antavat erilaisia reaktioita, joiden avulla tuodaan esiin tilanteita ja miten niihin reagoidaan. Tunteet tuovat esille perusteet erilaiselle käyttäytymiselle sekä arjessa tehtäville valinnoille. Esimerkiksi muisti, tarkkaavaisuus, vireys sekä tunne-elämä ovat toimintoja, joita ei voida erotella toisistaan. Tunne-elämässä olevat muutokset voidaan eritellä tunteiden ilmaisuun ja kokemisen muutoksiin sekä tunnistamiseen. (Iivonen ym. 2015, 167–171.)

Neurologisella kuntoutuksella lievitetään kognitiivisia häiriöitä ja näiden ohessa myös tuetaan sairastumisen jälkeistä psyykkistä sopeutumista tilanteeseen. Tämän mukaan parhaiten toimivina kuntoutuksen osina olivat kognitiiviset, emotionaaliset sekä psykologiset tekijät ja niiden tuoma lähestymistapa. Kuntoutus toteutetaan moniammatillisena yhteistyönä ja kuntoutus voi olla joko yksilö- tai ryhmäkuntoutusta. Kuntoutuksen tavoitteet määritellään aina aluksi, tavoitellaanko minkälaista toimintakyvyn palautumista ja minkälaiselta pohjalta kuntoutussuunnitelma luodaan asiakkaalle ja minkälaisin väliajoin suunnitelmaa tarkastellaan. Kuntoutujan kohdalla tulee huomioida, minkälaisia apuvälineitä tai muutostöitä hänen kodissaan tai ympäristössään tulee tehdä, jotta hän suoriutuu päivittäisistä toiminnoista. Aktiivisen kuntoutuksen ajankohta, hermoston korjaantumisen aste sekä ympäristön antama ärsykerikkaus ovat kuntoutumista tukevia tekijöitä. Nämä vaikuttavat näin ollen myös kuntoutumiseen, kuten esimerkiksi vaurioihin tai häiriöihin liittyvät, yksilöön sekä ympäristöön liittyvät tekijät. Kuntoutuminen riippuu aina häiriön laajuudesta, sekä vauriokohdan sijainnista. Neuropsykologisen kuntoutuksen tavoitteena on aina lisätä kuntoutujan kykyjä arvioida realistisesti omia tavoitteita ja edellytyksiä kuntoutumiseen. (Poutiainen & Nurkari 2015, 429–449.)

Tässä opinnäytetyössä tuodaan esiin, miten kirjoittaminen voi olla yksi malli, miten luova ilmaisu voi toimia kuntoutumisen tapana. Yleensä kuntoutumisella tarkoitetaan fyysistä kuntoutumista, mutta kuntoutuminen voi olla myös henkistä. Jos takana on

esimerkiksi työttömyyden aiheuttamia sosiaalisia kriisejä, tuo kirjoittaminen vasta-
vuoroisesti mieleen virkeyttä ja muuta ajateltavaa. Kuntoutumisessa lähdetään tuke-
maan asiakkaan sen hetkisiä voimavaroja niissä tilanteissa ja olosuhteissa, jotka sillä
hetkellä ovat mahdollisia. (Karjalainen & Vilkkumaa 2004, 15–21.) Henkinen kuntou-
tuminen myös aktivoi fyysisen kuntoutumisen.

6 PROJEKTI PROSESSINA (PROJEKTIN TOTEUTUS)

6.1 Projekti opinnäytetyönä

Projektilla tarkoitetaan kertaluonteista, tavoitteellista, yhtä tehtävää varten valmistel-
tua tehtävää, jolle on annettu määräaika ja se sisältää määrätty osiot. Projektit ovat aina
yksilöllisiä ja niillä on aina alku ja loppu. (Anttila 2001, 12). Projektilla on aina jokin
tavoite tai syy, miksi sitä tehdään. Projektissa on seuraavanlaisia vaiheita:

Projektilla on aina tilaaja, työllä on aina jokin tavoite, työn aikana kirjataan koko ajan
tuloksia ylös sekä projektissa noudatetaan sovittuja työskentelytapoja (Lööv 2002,
17). Tämän projektin lähtökohtana oli kuvailla ja raportoida asiakkaan kanssa tehty
luova prosessi, joka tukee asiakkaan kuntoutuksen kokonaisuutta.

Opinnäytetyö on laadittu ohjeiden mukaisesti. Opinnäytetyössä kuvataan teoksen val-
mistumisprosessia, jotka perustuvat tehtyihin päiväkirjamerkintöihin, muistelmiin ja
sen tarkoituksena on kuvata selkäydinvammaisen henkilön kirjoittamisen kuntoutta-
vaa merkitystä hänen hyvinvoinnilleen. Projektissa käy ilmi, miten tämän työn teke-
minen vaikuttaa asiakkaan päivittäiseen jaksamiseen ja uuteen kirjoittamisen innos-
tukseen.

”Laadullisesta tutkimuksesta ja sen taustoista on selvää, että laadulliselle tutkimuk-
selle ei ole mielekästä yrittää hakea yhtä yhdistävää metodologiaa.” (Tuomi & Sara-
järvi 2018, 81.)

Tämä opinnäytetyö laaditaan laadullisen tutkimuksen mukaisesti. Laadullisella tutki-
muksella tarkoitetaan tutkimusta, jossa tutkimus suoritetaan ilman tilastollisia tai

muita määrällisiä menetelmiä käyttämättä. Laadullisessa tutkimuksessa tutkimus tapahtuu luonnollisessa ympäristössä, aineisto kerätään tutkittavalta itseltään, aineiston kerääjänä toimii tutkija sekä analyysi voi olla induktiivista (loogista), rekursiivista (algoritmista) ja interaktiivista (vuorovaikutteista). (Kananen 2014, 16–20.)

Tutkimusmenetelmänä tässä opinnäytetyössä on käytetty osallistuvaa havainnointia. Tässä menetelmässä tutkija on mukana projektin jäsenenä. Havainnointitilanteissa tutkija käyttää dokumentoinnin menetelmänä päiväkirjaa, johon on kirjattu projektin tapahtumia. (Kananen 2014, 66–68.) Tässä projektissa kirjoitin muistiinpanot pikkulapsuille. Kerran viikossa kävin asiakkaani kanssa läpi kirjoitetut muistiinpanot, tarkastaen asiasisällön asiakkaaltani. Tämän jälkeen kirjoitin ne sitten auki päiväkirjaan.

Opinnäytetyön päiväkirjamuotoisesti kirjoittamisesta löytyy kirjallisuutta opinnäytetyön kirjoittajan opas, Näin kirjoitan opinnäytetyön tai pro gradun alusta loppuun sekä Miten kirjoitan tämän opinnäytetyön kirjamerkintöjäni käyttäen. (Kananen 2015, 20, 140–141.) Edellä mainituista opinnäytetyön kirjoittamisen oppaista sain tarvittavan ohjeistuksen opinnäytetyön tekemiseksi esimerkiksi opinnäytetyön kirjoittaminen ja laadullinen tutkimusprosessi. Opinnäytetyön kirjoittamisesta oppaat selventävät millainen opinnäytetyön rakenne ja sisältö on sekä laadullisesta tutkimusprosessista, mikä tutkimusmenetelmä sopii oman työn menetelmäksi.

6.2 Projektin eettisiä periaatteita ja aikataulua

Tässä projektissa toimitaan eettisten periaatteiden mukaisesti. Opinnäytetyöntekijä noudattaa projektin eri vaiheissa rehellisyyttä, huolellisuutta sekä tarkkuutta tulosten tallentamisessa. Sovelletaan eettisesti kestäviä tutkimus-, tiedonhankinta- ja arviointimenetelmiä. Kunnioitetaan asiakkaan tekemää työtä. Haetaan tarvittavat tutkimusluvut, sekä toimitaan oikeudenmukaisesti. (Helin ym. 2012, 6.) Tutkijan pitää huolehtia siitä, että tutkimussuunnitelman tulee olla laadukas, tutkimusasetelma on sopiva työhön sekä raportointi, joka on tehty, on tehty hyvin. Eettisyys sisältyy työn luotettavuuteen. Eettinen sitoutuneisuus ohjaa tutkimusta. (Tuomi ym. 2018, 147–150.) Eettisiä näkemyksiä on noudatettu työn alusta loppuun asti, pohtien eettisyyden periaatteiden merkitystä projektin jäsenten kannalta ja analysoiden työtä koko ajan sen edetessä.

Opinnäytetyöni eri vaiheissa kunnioitan asiakkaani itsemääräämisoikeutta, vältän vahingoittamasta häntä sekä otan huomioon hänen yksityisyytensä ja tietosuojan. Tutkimuksessani saan käyttää asiakkaani kirjoitusprosessin aikana syntynyttä aineistoa opinnäytetyöni valmistumiseen. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 25.)

Aikatauluksi olen suunnitellut, että opinnäytetyön suunnitelma olisi valmiina maaliskuun 2018 loppuun mennessä. Tutkimussuunnitelman hyväksymisen jälkeen jätetään opinnäytetyösopimus Aksonille. Tämän jälkeen opinnäytetyöprosessi etenee ensin opinnäytetyösuunnitelman esittelyyn viimeistään huhtikuussa 2018. Toukokuussa on vuorossa aineiston ja metodien esittely. Opinnäytetyön raportin tulee olla valmiina viimeistään lokakuussa 2018, jolloin tavoitteeni on valmistua geronomiksi.

6.3 Projektin taustaa

Projekti on saanut alkunsa eräästä joulukuisesta päivästä, jolloin katselin asiakkaani kanssa hänen aiemmin kirjoittamiaan tekstejä. Tällöin hän kertoi haaveenaan olleen, että joskus saisi kirjoitelmistaan vielä aikaiseksi teoksen. Opinnäytetyön aiheen mahdollistuttua asiakkaani oli tyytyväinen, että hänen toiveensa kirjoitelmista julkaisuksi olisi mahdollista. Tämän seurauksena aloitimme vielä tarkemman tutkimisen, minkälaisia kirjoituksia tallessa oli ja samalla perehdyin jokaisen kirjoitelman historiaan, mistä mikin oli lähtöisin. Teoksen aineistona ovat asiakkaani kirjoittamat runot, aforismit ja ajatukset, joita tässä prosessissa on muokattu julkaistavaan muotoon. Opinnäytetyöni aineisto koostuu päiväkirjamuistiinpanoista, joita olen tehnyt projektin etenemisen kuluessa. Olen havainnoinut muistiinpanoissani eri vaiheita projektin etenemisen myötä. Tässä projektissa on ollut kolmella eri tavalla tapahtuvaa aineiston keruuta: asiakkaan aiemmin tekemät kirjalliset tuotokset, yhdessä tehdyt aineistot sekä oman päiväkirjan kokoaminen.

Aiemmin kirjoittamisesta on julkaistu esimerkiksi seuraavat pro gradu -tutkielmat: Jyväskylän yliopistossa kirjoitettu pro gradu -tutkielma, jossa pohditaan kirjoittamisen iloa, sekä myönteisiä tunteita, joita kirjoittamisen ilo kirjoittajassa herättää. Kärkkäinen kertoo romaanin muotoon kirjoitetussa työssään kirjoittamisen ja luovuuden iloa

psykologian ja neuropsykologian näkökulmin. (Kärkkäinen 2007, 1.) Toinen Jyväskylän yliopistossa kirjoitettu pro gradu -tutkielma tuo esiin, miten käsitellään terapiakirjoittamista. Terapiakirjoittamisen avulla tuodaan kirjoittajan tuntemuksia ja olotilaa esille kirjottamalla, joita kirjoittaja ei pysty sanomalla tuomaan esiin. Revon työn tarkoituksena on kuvata ja ymmärtää hänen omaa kehittymistään kirjoittajana. Kirjoittaja kuvasi omaa kasvuaan, miten hänestä tuli kirjoittaja ja omia tuntemuksiaan tulkitseva tämän projektin myötä. (Repo 2010, 2.)

Vammautumisen aikaansaama muutos aiheuttaa sen, miten tämän projektin toteutuminen on erilaista kuin aiemmin, koska asiakkaani tarvitsee nyt avustajan työn tekemiseen. Sitoutuminen avustajaan voi olla hankalaa tai vuoropuhelu ei toimi, mutta tässä projektissa tällaista ei ole tullut esiin.

6.4 Päiväkirja opinnäytetyön aineistona

Päiväkirjamuotoinen opinnäytetyö tarjoaa erilaisen näkökulman opinnäytetyön valmistumiseen. Tämä prosessi on mahdollista, kun opinnäytetyön tekijä työskentelee jo työelämässä ja aika on rajallista. (Kotila & Mäki 2015, 153.) Päiväkirjassa opinnäytetyön tekijä kuvaa päivittäisiä/viikoittaisia/kuukausittaisia tehtäviään sekä analysoi niitä. Päiväkirjamuotoisen opinnäytteen mallin ovat ideoineet Hannu Kotila, Altti Lagstedt ja Mirja Jaakkola Haaga-Helian ammattikorkeakoulussa. (Kotila ym. 2015, 154.) Päivittäisistä keskusteluista ja muistiinpanoista, joita olen tehnyt erilaisille muistilappusille, olen tehnyt päiväkirjamerkintöjä viikoittaisiin päiväkirj kirjoituksiin. Kerran viikossa otimme yhdessä asiakkaani kanssa hetken, jolloin kävimme näitä merkintöjä läpi, joista sitten koostin aiemmin mainitsemani viikkopäiväkirjaosuuden. Näin ollen asiakkaani oli tietoinen ja kontrolloi sitä, että päiväkirjani oli totuuden mukainen. Tammi-maaliskuun aikana viikoittaiset tehtävät olivat sisällöltään samanlaisia, koska vanhojen tekstien valinta ja uusien tekstien kirjoittaminen sisältyi tähän ajanjaksoon. Tällöin päiväkirjamerkinnät ovat lyhyitä edellä mainitusta johtuen.

Projektin kohdalla yhteinen kirjoittaminen ei aina ollut yhtä helppoa. Välillä omalla kohdalla toiset tehtävät veivät aikaa, välillä asiakkaan harrastukset katkaisivat ajatusien juoksun. Välillä taas kirjoittaminen sujui kuin vettä vaan, aikaan saatiin useampi

teksti valmiiksi yhdellä istuntokerralla. Nämä istuntokerrat saattoivat olla niin hauskoja, että emme asiakkaani kanssa huomanneet ajan kulua, vaan aikaa saattoi kulua muutamakin tunti kerrallaan. Kun työt jäivät kesken, molemmat odottivat innolla seuraavaa päivää ja jatkoa projektiin.

Projektista on pidetty päiväkirjaa, jonka tuntimäärät on kirjattu ohessa olevaan taulukkoon.

Taulukko 1. Projektiin käytetyt tunnit tammikuusta toukokuuhun 2018.

Kuukausi	Tammi	Helmi	Maalis	Huhti	Touko	Yhteensä
Tuntimäärä	118 H	104 H	118 H	48 H	44 H	432 H

Tässä työssäni mahdollistan asiakkaani ajatuksen avustajan kanssa saada kirjattua tekstin muotoon aiemmat kirjoituksensa, ajatuksissa ja mielessä pyörivät uudet tekstit. Projektissa hahmotellaan aineistoa, jäsennellään aikaisemmin kirjoitettuja ja uusia kirjoituksia, mitä kokonaisuuteen laitetaan. Mukaan on lisätty asiakkaani elämänkokemuksia ja suunniteltu teoksen sisältö siten, että jokainen kirjoitelma tukee toistaan. Projektissa on kerätty viikoittain tietoa palavereista, joita on pidetty. Palavereissa on suunniteltu, valittu, kirjoitettu sekä keskusteltu teokseen tulevien runojen, ajatusten ja kertomusten taustoista, niiden synnystä ja miten nämä projektin lopputuloksessa, teoksessa, tuodaan esiin. Esimerkiksi asiakkaallani oli ajatus, että hän valitsisi tietyt runot, mutta sitten tulikin ajatus, että teoksesta tulee elämänkerrallinen ja sisältö muuttui sen vuoksi vuoden aikojen mukaiseksi.

6.4.1 Päiväkirja-aineiston avaaminen

Projektin aineistoa päiväkirjaan olen kerännyt havainnoimalla asiakkaani työskentelyä ja motivaatiota sekä litteroimalla asiakkaani tekemiä runoja, ajatelmia ja kertomuksia elämästään. Litteroinnissa olen käyttänyt sanatarkkaa litterointia, jossa työ tehdään tarkasti kirjatun muistiin kaikki kirjoitelmat (Kananen 2014, 101–102).

Joulukuussa 2017 tein asiakkaani kanssa ajatushautomoa, jolloin puheeksi tuli mahdollinen kirjoittaminen. Eräissä keskustelussamme tuli ilmi, että asiakkaani on monen vuoden aikaansaannoksena kirjoittanut runoja ja pieniä kertomuksia. Hän kertoi myös, että oli aloittanut novellin, joka perustuu fiktion, jonka hän on kohdentanut Lappiin, tarkemmin Pellon kylään, josta hän itse on kotoisin.

”Tammikuun ensimmäisellä viikolla ajatushautomosta sitten tuli todellista totta, tällöin varmistui, että voin kyseisestä aiheesta tehdä opinnäytetyöni. Asiakkaani oli asiasta hyvin mielissään ja kertoi että tämä on hänen pitkän ajan haaveensa todellinen toteutuminen. Ajantajumme katosi, kun aloimme käymään läpi hänen aiempia kirjoituksiaan. Yllätyin itsekin, kuinka paljon niitä oli kansion sisälle kerääntynyt. Luimme molemmat vuorotellen näitä tekstejä. Samalla asiakkaalleni alkoi tulla ajatuksia kirjan sisällöstä. Tekstejä lukiessa asiakkaani mieleen palautui hetki, jolloin hän oli tekstin kirjoittanut ja samalla hän kertoi, miksi juuri tämä aihe oli hänelle tullut mieleen.”

(Päiväkirjaote vko 1 2018)

Hän on kertonut, että hän on aiemmin 1990-luvun lopulla ollut Satakunnan Salpan kirjoittajat ryhmässä kirjoittamassa ja täällä oli ollut 7 hengen antologia-ryhmä, ja he olivat kirjoitelleet kertomuksia ja runoja. Kokoontuminen heillä oli ollut Puuvillatehtaalla, jossa oli silloin ollut Salpan tilat. Siellä hän oli oppinut kirjoittamaan ja analysoimaan sekä omia että muiden ryhmän jäsenten tekstejä.

Päiväkirja-aineiston keruu-aika on ollut viikot 1–22 eli 1. tammikuuta–3. kesäkuuta 2018. Kahden viimeisen viikon aikana vuonna 2017 keskustelin asiakkaani kanssa hänen halustaan saada tehtyä aikaisemmista omista tuotoksistaan (runot, ajatelmät, aforismit ja kertomukset) julkaisun. Tämä haave oli asiakkaallani ollut vammautumisensa jälkeen ja halu saada omat kirjoitelmat esiin oli kasvanut vuosi vuodelta.

Prosessin alussa kävimme asiakkaani kanssa läpi aiemmin pöytälaatikkoon kirjoitettuja tekstejä, uusia tekstejä, niiden sommittelemista kirjan muotoon. Yhteydenottoja otimme mahdollisiin yhteistyökumppaneihin, tulevan teoksen etu- ja takakannen ulkomuotoa, kustantajan etsimistä sekä viimeistelyprosessia.

Tammikuun ensimmäisen viikon aikana saimme valittua muutaman runon ja tekstin, joita aloin työstämään raakaversio muotoon. Asiakkaani lähti tässä vaiheessa viikon intervallijaksolle Porissa olevaan palvelukotiin. Hän on 2–3 kertaa vuodessa viikon mittaisella jaksolla, jolloin hänen puolisonsa saa vapaa-aikaa, koska toimii asiakkaani omaishoitajana.

”Saimme yhdessä (asiakkaani pyysi mielipidettäni) valittua runoja ja pieniä kertomuksia itselleni, joita aloitin kirjoittamaan puhtaaksi. Tällä viikolla asiakkaani lähti Karjarantaan Jokisuistoon intervallijaksolle. Hän on 2–3 kertaa vuodessa viikon...”

(Päiväkirjaote vko 2 2018)

Olimme keskustelleet ennen lähtöä, että hän ottaa mukaansa vihkosen ja kynän, jotta voisi aloittaa uusien kirjoitusten kirjoittamisen. Ensimmäisen päivän aikana olikin jo syntynyt ensimmäinen kirjoitus. Keskustelimme puhelimesta päivittäin ja huomasin asiakkaani iloisuuden. Omassa huoneessaan hänellä oli oma rauha ja runosuoni alkoi pulppuamaan. Hän on kertonut, että hän oli aiemmin masentunut, mutta tämä prosessi oli saanut häneen virkeyttä ja innostusta ja tämän johdosta päivät olivat olleet mielenkiintoisia. Jokaisen päivän aikana intervallijaksolla hän oli saanut kirjoitettua uusia kirjoituksia.

”...Ensimmäisen päivän aikana olikin jo syntynyt ensimmäinen kirjoitus. Keskustelimme puhelimesta päivittäin ja huomasin asiakkaani iloisuuden. Omassa huoneessaan hänellä oli oma rauha ja runosuoni alkoi pulppuamaan...”

(Päiväkirjaote vko 2 2018)

Yhteiset palaverit asiakkaani kotiuduttua jatkuivat. Palavereissa käsitelimme uusia tuotoksia, jotka motivoivat ja inspiroivat asiakastani jatkamaan kirjoittamista. Tekstejä syntyi ja seuraava käsittelyn alle tuleva aihe olikin, minkälainen teoksen sisällöstä tulisi. Miten runot ja tekstit jakautuisivat. Esiin tuli myös ajatus, että teoksesta tulisi asiakkaan elämäkerrallinen teos, joka taas lisäsi asiakkaani kirjoittamisen intoa. Tekstit perustuvat asiakkaani elämäkokemuksiin ja niiden tuomien tunteiden kuvaamiseen.

Tämän projektin aikana asiakkaani kertoi, että ei kokenut turhautumista eikä väsymystä vaan koki saavansa uutta sisältöä ja energiaa kirjoittamiseen. Päinvastoin projekti toi esiin kummallekin osapuolelle mielenkiinnon työtä kohtaan. Päivä päivältä uusien tekstien kirjoittaminen toi esille jatkuvuutta seuraavaan tekstiin. Tästä seurauksena oli teoksen muotoutuminen asiakkaan elämän vaiheita kuvaavaksi.

Tammi - maaliskuussa aloitin myös kirjallisuuden etsimistä ja läpikäymistä opinnäytetyön teoriapohjaan. Terapeuttisesta kirjoittamisesta tuli mielenkiinnon kohde, selvitin itselleni, mitä se on ja miten tämän kirjoittamisen varsinkin luovan sellaisen pohjalta etenen asiakkaani kanssa tässä projektissa. Myös teoriapohjainen tieto selkäydinvammasta ja sen kuntoutumisesta tuli mielenkiinnon kohteeksi. Miisa Jääskeläinen kirjoittaa luovan kirjoittamisen oppimisesta: *”luovan kirjoittamisen oppimisessa onkin olennaista oppia käyttämään kieltä monipuolisesti. On omaksuttava kielenkäytön kirjallinen tapa, harjoiteltava käyttämään kielellä tai kielessä ilmaistuja ajattelu-, havainto- ja muistamisprosesseja, joihin liittyneinä on sekä kulttuurisia että henkilökohtaisia merkityksiä.”* (Jääskeläinen 2002, 161.)

Yhteistyökumppanin etsintä alkoi tammikuun lopussa. Otimme yhdessä yhteyttä kolmeen eri tahoon. Yhteistyökumppania haimme tahoilta, jotka liittyivät asiakkaani kuntoutumisprosessiin. Yhteistyökumppaniksi valikoitui Akson, joka on asiakastani lähellä hänen selkäydinvammansa vuoksi.

”käyty puhelinkeskusteluja, mahdollisten yhteistyökumppanien etsintää, keskustelua asiakkaan kanssa yhteistyökumppaneista”

(Päiväkirjaote vko 4 2018)

Helmikuussa saatiin keskustelut yhteistyökumppanien kanssa käytyä ja yhteistyö Aksonin kanssa varmistui. Akson ry:n hallitus päätti helmikuun kokouksessaan tukea opinnäytetyötäni ja sain yhteyshenkilökseni järjestöpäällikkö Anni Täckmanin.

Helmi–maaliskuun aikana jatkoimme asiakkaani kanssa palavereja, joissa kävimme läpi uusia tekstejä ja valitsimme myös vanhoista teksteistä sopivia. Tekstit olivat asiakkaani historiaan liittyviä juttuja Ruotsista ja vammautumisesta. *Sopeutumisia ja so-*

pupelejä -teksti, kertoo asiakkaani kotiin tulemisesta ja kuinka vaikeaa se oli muuttamisen kuukauden jälkeen. Asuntona oli uusi asunto, jossa mahdollisuus liikkua pyörätuolin kanssa. Vanha asunto kun ei enää ollut mahdollinen. *Kun unelmat kaatuu -teksti*, kertoo asiakkaastani, kun kaikki suunnitelmat kaatuivat vammautumisen johdosta ja häneltä meni pohja tulevaisuudelta. *Mistä kaikki alkoi -teksti* kertoo asiakkaani muutosta Ruotsin maalle ja jossa joutui monikansalliseen yhteisöön, joka ei ollut aiemmin tuttua. *Ystävät kalliit -teksti*, tuo esiin, kuinka hienoa on ollut, että hänellä on paljon sisaruksia ja ystäviä, jotka olivat henkisenä tukena asiakkaalleni vammautumisen jälkeen. *Vieläkin on toivoa ja elämää -tekstissä* asiakkaani kertoo siitä, kun elämä meni pirstaleiksi ja piti kehittää uutta. Kaikki vanha poistui esim. matkustelu. *Toinen todellisuus -tekstissä* asiakkaani tuo esille henkimaailman ajatuksia, omista unistaan ja tapahtumista, joita on tapahtunutkin. *Luopumisen haikeus -teksti* on viimeinen kirjoitus, jossa asiakkaani tuo esiin kaihon, kun ei enää pääse talvella Lappiin, jonne mieli haajaa.

Nämä tekstit ilmentävät asiakkaani tuntemuksia, jotka ovat vaihdelleet oman elämäntilanteen muuttuessa.

Huhtikuun aikana on pääosin suunniteltu ja tarkistettu tehtyjä tekstejä, tehty sopimukset yhteistyökumppanin ja oppilaitoksen kanssa, käsitelty asiakkaan kanssa opinnäytetyön edistymistä ja sisältöä.

*”Kirjan tekstin lopullinen läpikäyminen, muutettu kirjan sisältö paino-
muotoiseksi fontiksi ja tarkennettu sivujen reunat, kirjan sisälle laitetta-
vat tyhjät sivut, tekstit painopaikasta, kirjoittajasta, kansikuvasta, taka-
kannesta sekä tekstin editoinnista. Valmis teksti siirretty sähköpostin vä-
lityksellä kustantajalle. Kustantamosta kerrottu, että mahdollisesti val-
mis kirja on käsissämme kahden viikon kuluttua” ... ”Käynyt läpi opin-
näytetyötä ja suunnitellut sen tulevaa sisältöä tarkastellen kirjoja. Olen
muokannut vielä päiväkirjaa. Lähetetty sopimus (3 kpl) sekä suunnitelma
Aksoniin järjestöpäällikkö Anni Täckmanille”.*

(Päiväkirjaote vkot 14–15 2018)

6.4.1.1 Projektin suunnitelmavaiheen päiväkirjat

Projektin suunnittelu on alkanut tammikuun alusta jatkuen koko prosessin ajan aina maaliskuun loppupuolelle asti. Kolmen ensimmäisen kuukauden aikana suunnittelun kohteina olivat pääasiassa tekstien sisältö ja niiden sijainti teoksessa.

”...Asiakkaani innostui projektista niin, että kertoi kertoneensa asiasta veljensä vaimolle ja henkilökohtaiselle avustajalleen. Molemmat olivat olleet hyvin innostuneita, ja todenneet, että projekti on asiakkaalleni hyväksi, koska hänen arkensa on päivästä toiseen samanlaista ja nyt hän saa mielenkiintoista tekemistä itselleen.

Olen tässä suunnitellut opinnäytetyön aihetta ja opinnäytetyön suunnitelman pohjaa ja kirjoittanut siitä ensimmäistä raakaversiota. Katsellut aikaisempia opinnäytetöitä. Samalla olen etsinyt internetistä aineistoa opinnäytetyön päiväkirjamuotisesta kirjoittamisesta.

Saimme yhdessä (Marja-Leena pyysi mielipidettäni) valittua runoja ja pieniä kertomuksia itselleni, joita aloitin kirjoittamaan puhtaaksi. Tällä viikolla Marja-Leena lähti Karjarantaan Jokisuistoon intervallijaksolle. Hän on 2-3 kertaa vuodessa viikon mittaisella jaksolla, jolloin hänen puolisonsa saa vapaa-aikaa, koska toimii Marja-Leenan omaishoitajana. Olimme keskustelleet ennen lähtöä, että hän ottaa mukaansa vihkosen ja kynän, jotta voisi aloittaa uusien kirjoitusten kirjoittamisen. Ensimmäisen päivän aikana olikin jo syntynyt ensimmäinen kirjoitus. Keskustelimme puhelimesta päivittäin ja huomasin Marja-Leenan iloisuuden. Omassa huoneessaan hänellä oli oma rauha ja runosuoni alkoi pulppuamaan. Hän on kertonut, että hän oli aiemmin masentunut, mutta tämä prosessi on saanut häneen virkeyttä ja innostusta ja tämän johdosta päivät ovat olleet mielenkiintoisia. Jokaisen päivän aikana intervallijaksolla hän on saanut kirjoitettua uusia kirjoituksia. Puhelinkeskustelumme ovat olleet päivittäisiä tämän intervallijakson aikana ja uusia kirjoituksia on tullut joka päivä.”

(Päiväkirjaotteet vkot 1–2, 2018)

Huhtikuussa suunnittelun alla olivat tässä vaiheessa myös teoksen päälükansi ja takakansi. Teoksen päälükanteen ajatus lähti itseltäni, kun muistin asiakkaani aiemmin näyttäneen itse ottamaansa kuvaa oman mökin rannasta Lapista. Takakannen kuvaksi ajatuksena oli saada asiakkaastani itsestään kuva, josta näkyy hänen iloisuutensa ja kuntoutumisen aikaansaannos siihen, että hän pystyy kävelemään rollaattorin avulla pieniä matkoja.

”...Silmin nähden iloisempi ja energisempi asiakas, tyytyväinen käsialansa paranemiseen. Kertoo, että prosessi on saanut hänet taas palaamaan entiseen paloon ja mieli kaihoaa jo seuraavaan työhön.”

(Päiväkirjaote vko 13, 2018)

Tekstien sisältö kertoo asiakkaani nuoruudesta, aikuistumisesta kotikunnassaan Pellossa. Omasta kaipuusta kotikonnuille. Ruotsiin muutosta, paluumuutosta takaisin Suomeen länsirannikolle, elämästä paluumuuton jälkeen, vammautumisesta ja nykytilasta. Aiemmin kertoessani asiakkaani tekemien nimettyjen tekstien kohdalla käy ilmi, mitä asiakkaani on kokenut tekstejä tehdessään.

Teoksen päälükannen kuvan ja nimen, takakannen kuvan ja tekstin suunnittelu sekä johdannon suunnittelu olivat vuorossa maaliskuussa. Samoin pyysimme naapuriani (jolla aiempi kokemus editoinnista) suunnittelemaan kanssamme editointia, sekä yhdessä etsimme mahdollisia vaihtoehtoja teoksen julkaisijasta. Otimme yhteyttä neljään eri kustantamoon sähköpostitse ja puhelimitse, joista yksi valikoitui. Sähköposti ja puhelintiedusteluissa tiedustelimme, millainen ulkoasu oli mahdollista saada, oliko kyseessä pehmeä vai kovakantinen teos, paperin laatu, josta sivut koostuvat ja mitä kustannus hinta piti sisällään. Yksi kustantamo nousi muiden yli ja tämän valitsimme. Erityisyys, jonka vuoksi tämä kustantamo valittiin, oli kirjan sidonta (kestää useamman käsittelykerran kuin yhden).

”...Olemme myös käyneet keskustelua ja suunnittelua naapurimme kanssa, joka tulee mukaan projektiin ja editoi kirjan julkaisukuntoon. tutkimussopimuksen laatiminen, itsellä materiaalin hakua ja suunnitelman kirjoittamista.... Takakannen tekstin muokkausta, kustantajaehdok-

kaiden kanssa sähköpostivaihtoa, hinnan vertailua, painosmäärän valintaa, fontin ja fonttikoon valintaa, ISBN koodin hakemuksen tarkastelua, sivumäärien tarkistusta, editointia, vielä käydään viestittelyä valitun kustantajan kanssa...”

(Päiväkirjaotteet vkot 10–13)

6.4.1.2 Projektin teoksen dokumentoinnin vaihe

Tekstin sisällön kirjoittamisen olen aloittanut tammikuun ensimmäisellä viikolla kirjoittamalla aiempia tekstejä, joita asiakkaani kanssa valitsimme. Tekstin kirjoittaminen on jatkunut aina viikolle 11 (18.3.18) asti, jolloin viimeinen teksti on saatu kirjoitettua.

Dokumentoinnin aikana hahmoteltiin useaan eri kertaan, teoksen sisältöä, missä järjestyksessä ja miten tekstit teokseen tulisivat. Parhaaksi suunnitelmaksi tuli saada tekstit vuoden ajan mukaan, liittäen tekstejä ja runoja ajankohtaan sopien. Tekstien dokumentointi tapahtui suunnittelun yhteydessä tammi – maaliskuun aikana.

Opinnäytetyön kirjoittaminen projektin ohessa on alkanut tammikuussa. Sisältöä työhön sain koko ajan keskusteluitamme, teksteistä ja omista havainnoistani, joita tein asiakkaastani projektin aikana.

*”.... Materiaalin etsinnän jatkuminen on ollut tämän viikon aiheena. Ajatusprosessia opinnäytetyön aiheesta ja sen raakaversio tekoa, sekä millä tavoin ja miten opinnäytetyön suunnitelmaa lähdän työstämään..... Opinnäytetyöhön olen etsinyt tietoa materiaaleista.....
.....itsellä materiaalin hakua ja suunnitelman kirjoittamista...”*

(Päiväkirjaote vkot 1–22 2018)

6.4.1.3 Projektin loppuvaihe, tekstin hionta ja julkaisuprosessi ja sen päiväkirjamerkintöjen avaaminen

Maaliskuun alussa tein asiakkaani kanssa tutkimuslupasopimuksen (LIITE 1) sekä huhtikuun alussa sopimuksen opinnäytetyön tekemisestä Aksonin ja Satakunnan ammattikorkeakoulun kanssa (LIITE 2). Tässä vaiheessa itselleni tuli tunne, että työ eteni eteenpäin, näkyviin saatiin konkreettiset näytöt.

Tekstien tarkistamisen teimme kolmen hengen ryhmässä, jossa mukana olivat asiakkaani, editoijaksi valittu naapurimme sekä allekirjoittanut. Tekstien asetelut onnistuivat hyvin saamamme asiantuntija-avun myötä, samoin teokseen tulevan paperin valinta sekä julkaisijan valinta, jonka teimme myös ryhmätyönä.

” Kirjan tekstin lopullinen läpikäyminen, muutettu kirja sisältö painotuotoiseksi fontiksi ja tarkennettu sivujen reunat, kirjan sisälle laitettavat tyhjät sivut, tekstit painopaikasta, kirjoittajasta, kansikuvasta, takakannesta sekä tekstin editoinnista. Valmis teksti siirretty sähköpostin välityksellä kustantajalle ... ”

(Päiväkirjaote vko 14 2018)

Valitsimme aluksi neljä eri julkaisijavaihtoehtoa, joille asiakkaani lähetti tarjouspyyntökyselyn. Näistä tarjouksista valitsimme ryhmänä espoolaisen Bookcover Oy: n. Valintakriteerinämme olivat omakustannekirjan julkaisu, laatu ja hinta. Ensimmäiseksi painosmääräksi tuli 80 kappaletta ja nyt heinäkuun alussa teosta on tilattu alustavassa suunnitelmassa ollut optio 30 kappaletta.

6.4.2 Päiväkirja-aineiston analyysia ja yhteenvetoa

Päiväkirjan tekemisessä päädyin viikoittaiseen kirjaamiseen. Syynä tähän oli se, että viikkojen sisältö oli kahden ensimmäisen kuukauden ajan melko lailla samansisällöistä. Maaliskuun alun jälkeen mukaan tulivat suunnittelut teoksen muodosta, ulkoasusta ja kansista. Päiväkirjamerkintäni ovatkin tämän vuoksi keskittyneet asiakkaani

kommentteihin ja tekemisiin. Omat tuntemukseni tämän projektin tekemisestä ovat olleet hyvin positiiviset. Olen saanut asiakkaani kanssa tehtyä teosta suunnittelemassani aikataulussa. Yhteinen vuorovaikutus oli alusta alkaen sujuvaa sekä saumatonta. Suunnitelman olin itselleni tehnyt jo valmiiksi ennen projektin aloitusta ja tämä on lisännyt työmotivaatiota. Projekti on lisännyt asiakkaan hyvinvointia, jonka myötä hänen kuntoutumisensa on saanut lisää tehokkuutta ja mielenkiintoa. Projektin myötä asiakkaasta on tullut kiinnostuneempi ja tuonut asiakkaalle varmuutta saada halutut työt tehtyä.

Alla asiakkaan esiintuomia oman elämänsä aikana tapahtuneita vaihteita, joita hän on tuonut julki seuraavin lainauksin:

Ruotsiin muutto tuli asiakkaalleni yhtäkkiä. *”Sisko meni naimisiin ja muutti heti Ruotsin puolelle ja minä perässä. Elämäntilanteeni oli sillä hetkellä sellainen, että asuin työparini kanssa samassa yksiossa ja tilan puute ja sekä asuintoverini elämäntapahummat muuttivat ajatukseni ja lähdin matkaan” (Asiakas).*

Paluumuutosta takaisin Suomeen länsirannikolle asiakkaani kertoo: *”tunsin itseni toisen luokan kansalaiseksi, sillä siihen aikaan suomalaisia ei hyväksytty ja meihin ei suhtauduttu samalla tavalla kuin ruotsalaisiin. Kielimuuri sai tämän usein aikaan ja muutto Suomeen sai alkunsa” (Asiakas).*

Elämästä paluumuuton jälkeen asiakkaani kertoo: *”molemmat saimme heti työtä. Työn perässä muutimme kuitenkin Poriin. Houkuttimena oli aviopuolison veli ja hyvä työpaikka. En ole koskaan katunut muuttoaani takaisin Suomeen” (Asiakas).*

Vammautumisesta asiakkaani kertoo: *”vammautumiseni tapahtui 2006 kesällä, siinä sitten putosi elämältä pohja, mustaan aukkoon, josta tein runon (Turunen 2018, 37). Tästä alkoi pitkä kuntoutuminen, joka jatkuu edelleenkin loppuelämän ajan. Välillä ajatukset ovat pohjamudissa, välillä taas normaalit” (Asiakas).*

Asiakkaan oma kaipuu kotikonnuille sai alkuunsa 2000-luvun alussa, jolloin hän jäi työttömäksi ja alkoi eri kurssitukset. Asiakkaani kertoo: *”tässä vaiheessa suunnitelmat*

muuttaa pohjoiseen viimeistään 2007. Kuitenkin vammautuminen toi omat ongelmansa ja tämä ajatus sitten jäi” (Asiakas).

Nykytilasta asiakkaani kertoo: *”oma tilanteeni oli tämän projektin aikana todella hyvä ja odottava. Aina kesää odottaessa iloisuus palaa ja odotukset päästä mökille Lappiin, jossa mieli lepää” (Asiakas).*

Koska päivät olivat asiakkaalle yksitoikkoisia ja sisällön puute arjesta puuttui. Esim. kirjoittaminen kaunokirjoituksella yllätti asiakkaan, koska tähän asti hän kirjoitti sanoja tikkukirjaimin ja totesi itsessään uuden ulottuvuuden.

Tehdessäni asiakkaani kanssa teosta Runoja ja ajatuksia elämästä, huomasin projektin vaikuttavan hänen kuntoutumiseensa sekä hyvinvointiinsa päivä päivältä enemmän. Tämä innostus hänellä jatkuu edelleen.

6.4.3 Ohjaaminen projektin päätyönä

Projektin ohjaamisessa päätoimi on varmistaa projektin hyvä toteutus ja saada tavoitteet toteutetuksi. Pää tavoitteena tässä työssä oli saada valmiiksi julkaistu teos. Muina tavoitteina oli asiakkaan kuntoutumisen tukeminen sekä tuoda opinnäytetyössä esiin, miten esimerkiksi terapeutin kirjoittaminen vaikuttaa asiakkaan kuntoutumiseen. Ohjaaja huolehtii, että kaikki tarvittavat osa-alueet tulevat tehdyksi. Ohjaaja myös luo miellyttävää ilmapiiriä sekä innostavuutta projektiin. Ohjaaja huolehtii myös siitä, että suunniteltu aikataulus pitää koko projektin ajan.

Oma kokemukseni lähteä tähän projektiin oli positiivinen. Tällainen projekti oli itselleni täysin uusi kokemus samoin kuin tämän projektin ohjaaminen. Ohjaaminen hoitotyössä on käytännönläheisempää, kun taas tämän projektin ohjaaminen on enemmän tunteeseen vetoavaa. Tämän projektin aikaansaama kasvaminen omaan tulevaan työhön on tullut tässä käytännönläheisemmäksi, kasvattanut pitkäjänteisyyttä ja organisointikykyä ja vahvistanut omaa ammatti-identiteettiä.

Tässä projektissa toimin vetäjänä geronomin opintojeni myötä. Huomioin ohjatessani oppimiani asioita, joiden pohjalta loin uusia näkökulmia ja toin esiin kuntouttavaa ja luovaa osaamistani ohjatessani asiakastani. Annoin asiakkaalleni aikaa tuoda esiin omat mielipiteensä sekä kunnioitan hänen itsemääräämisoikeuttaan. Huomioin myös kuuntelemisen taidon, jolloin asiakas sai mahdollisuuden omien ajatusten julkituomiseen. Huomioin tulevat ammatti-identiteettini tehtävässäni. Kokonaisprosessin ja käytännön yhteensovittaminen on ollut sujuvaa omien suunnitelmien mukaisesti.

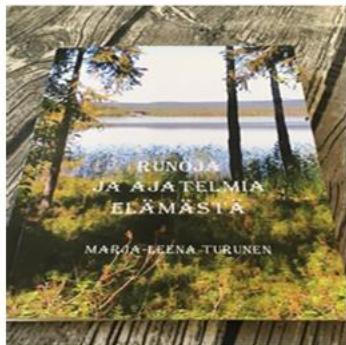
Tulevana geronomina olen tässä projektissa soveltanut gerontologista osaamistani huomioiden asiakkaani elämäntilannetta. Huomioiden hänen itsemääräämisoikeuttaan ja yksilöllisyyttään sekä toimien oikeudenmukaisesti. Projektin myötä olen vahvistanut omaa identiteettiäni tekemällä tämän projektin asiakkaan kanssa kuunnellen asiakastani ja olemalla empaattinen. Eettisten periaatteiden kohdalla tärkein kohta oli erottaa oikea ja väärä lähestymistapa tähän projektiin.

Ohjatessani projektia huomioin monialaisen arviointiosaamisen suunnitellen asiakkaani kanssa projektin etenemistä. Tässä otin huomioon asiakkaani voimavarat, hyvinvoinnin ja toimintakyvyn sen hetkisen tilanteen mukaan. Oma työkokemukseni sisältää laaja-alaisen osaamisen vanhustyössä ja sen eri ympäristöissä.

Palvelujen ja niiden tarpeiden arviointi, koordinointi ja ohjaus hoivan, hoidon ja kuntoutuksen moniammatillisissa toimintaympäristöissä. Työssäni olen osallistunut edellä mainittuihin palveluiden osa-alueisiin. (Suomen Geronomiliiton [www-sivut](http://www.geronomi.fi) 2014.)

Omat tunteukseni projektin ohjaajana ja asiakkaani rinnalla olemisessa ja hänen tukemisessaan ovat saaneet minussa aikaiseksi suuren luottamuksen ja arvostuksen omaa osaamistani kohtaan. Olen saanut itselleni vahvuuksia ottaa vastaan tämän myötä myös vaativampia työtehtäviä ja olemme asiakkaani kanssa aloittaneet seuraavan projektin tekemistä, novellia, joka myöskin on häneltä aikaisemmin jäänyt kesken ja tämän tuleamme nyt työstämään loppuun teoksen muotoon.

6.5 Teos ja sen tekijän reflektioita prosessista



Kuva 1. Kirja: Runoja ja ajatelmia elämästä.

Kuvaaja: Eija Setälä

Teos on nimeltään Runoja ja ajatelmia elämästä, joka kertoo ajatuksia asiakkaani elämän kokemuksista tekstien ja runojen muodossa.

Alunperin teoksen sisältönä tuli olla asiakkaani kirjoittamat runot. Kuitenkin vanhoja tekstejä selattaessa, tuli tunne, että kirjassa voisi olla joitakin ajatelmia ja aforismeja. Työn edetessä esille tuli kirjoitelmia nuoruuden aikaisista kokemuksista aina vammautumiseen ja sen jälkeisiin kokemuksiin. Tällöin lopullinen muoto elämäkerralliseen muotoon tuli esille.

Ohessa asiakkaan tuomat näkemykset prosessin eri vaiheissa:

Asiakkaan näkemyksiä prosessista sen tekoaikana: *”innostus, että saa kirjoitelmat koottua yhteen”* (Asiakas.) Tämä ilmaisu tuli heti alussa asiakkaaltani iloisena sanontana. Hän sai itselleen uuden elämän, sairauksien ja vammautumisen jälkeen. Tämä avasi uuden portin, jonka hän jo luuli sulkeutuneen.

”mitä on kokenut ja mistä ne ovat syntyneet, mikä on tekstin lähtökohtana” (Asiakas.) Keskusteluissamme on tullut esiin kokemuksia, joita asiakkaani on elämänsä aikana kokenut ja näistä kokemuksista hän on kirjoittanut pieniä tekstejä ja runoja. Jokaisen tekstin pohjalla siis on aina jokin oma kokemus.

”kokemuksena koko prosessi innosti eteenpäin ja saa muutkin alulla olevat tehtävät valmiiksi” (Asiakas.) Tällä asiakkaani tarkoittaa, että sai tehtyä sellaista, jota oli aiemmin haaveillut, mutta ei ollut enää vuosikausiin uskonut, että se toteutuisi. Tämä toi

lisää ”puhtia” seuraavaan työhön, joka on jo tekeillä. Projektin tuomat palautteet inostavat vielä lisää.

”tuo uutta sisältöä normaali arkeen” (Asiakas.) Asiakkaani arki oli ennen projektia ”tasapaksua” samaa päivästä toiseen. Nyt kuitenkin tämän projektin tultua ajankäyttö on heittänyt ”häränpyllyä”, jolla hän tarkoittaa sitä, että tunnit päivissä eivät aina tahdo riittää jokaiseen haluamaansa tehtävään.

”olen vuosikausia haikaillut, että jotain elämästä puuttuu, jotain, jonka sisällön nyt sain” (Asiakas.) Asiakkaani haave saada omat tuotokset kirjoitettuun muotoon on nyt toteutunut ja nähnyt päivänvalon ja palautteet aina ruotsinmaata myöden ovat olleet kannustavia.

”Sain vielä uuden kipinän aiemmin alkaneen romaani - novellin kirjoittamiseen, joka nyt jatkuu.” (Asiakas.) Valmis projekti toi innostuksen jatkamaan aloitettua romaani-novellia.

Asiakas koki projektin edetessä onnistumisen kokemuksia samoin kuin allekirjoittanutkin. Työskentely oli koko projektin ajan toimivaa ja se tehtiin yhteisymmärryksessä. Projektin edetessä en kaivannut erityistä kritiikkiä, koska yhteistyö oli hyvin saumatonta ja hitsautui yhteen.

Tuntemuksenani on päällimmäisenä ollut avuliaisuuden tunne, että olen voinut olla vammautuneelle henkilölle apuna hänen haaveensa toteuttamisessa sekä huomata henkilön kuntoutumisen, motivaation ja mielialan kohentuneen.

6.5.1 Teoksen kuvaus

Teos, josta opinnäytetyöni on saanut alkunsa ja jonka olen asiakkaani kanssa tehnyt, on nimeltään Runoja ja ajatelmia elämästä. Tämä teos on syntynyt asiakkaani pitkän ajan kuluessa kirjoitetuista omakohtaisista asioista ja elämän muutoksista. Teokseen syntyneet tekstit ovat 1969–2018 väliseltä ajalta.

Vanhimmat tekstit kertovat nuoruudenaikaisista tapahtumista, välillä käydään naapurimaassa työn perässä, palataan takaisin tuttuun kotimaahan, muutto pois pohjoisesta tänne Länsi-Suomeen. Kriittisempiä ja tunteita lukijassa herättäviä tekstejä on syntynyt vammautumisen jälkeen, joissa asiakkaani kuvaa tuntemuksiaan. Teos on ryhmitelty kattamaan hänen omaa elämäkertansa vuoden aikojen mukaan.

Tekemästämme teoksesta on tehty kaksi lehtiartikkelia, jotka ovat tuoneet teokselle julkisuutta ja edesauttaneet sen myyntiä. Ohessa tiedot lehtiartikkeleista.

Satakunnan Viikko-nimiseen paikallislehteen on kirjoitettu lehtiartikkeli nimeltään Runoja ja ajatelmia omasta elämästä. Tässä toimittaja Pia Rauhalampi kirjoittaa artikkelissa asiakkaani kokemuksista ja tapahtumista, joita työstimme teos sisältää (LIITE 3.)

Toinen lehtiartikkeli syntyy Meän Torniojokilaakso-nimiseen paikallislehteen, joka ilmestyy pohjoisissa ja lehden kotipaikka on Ylitorniossa. Toimittaja Anna-Maria Vainionpää kävi haastattelemassa asiakastani heidän mökillään Pellon kylässä.

Asiakkaani haastattelu liittyy juttusarjaan, jossa käsitellään paikallisten muualle muuttaneiden, edelleen tiiviisti yhteyttä kotipaikkakuntaan pitävien henkilöiden koko henkilöhistoriaa (LIITE 4.)

Ystävät ja tuttavat, jotka ovat lukeneet kirjan, ovat antaneet seuraavanlaisia palautteita:

”Onnea Marja-Leena, olet huippu nainen”

”Nyt nopsasti hakemaan, on niin koskettava, luin ite alkuun kahteen kertaan, aukes parhaiten, että oot saanut siihen niin paljon ja hyvin 🥰👍!”

”koskettavaa luettavaa, herkistyin”

”Hyvä, mie just tänään sain äidiltä lainaan kirjasi. Äiti tykkäsi kovasti, hoitajat oli lukehneet sen kokohnaan”

”Vilken trevlig överraskning jag fick av min gudmor idag ❤️🤍. Kiitos”

”Tuhannet kiitokset saamastani kirjasta. Aion istahtaa ja nauttia kirjastasi aivan rauhassa, kiitos kiitos”

”... että molen poka ylpeä tuosta isosta siskostani!!!”

”Vaude, mahtava juttu 😊. Äiti kertoikin tänään ko kävin, et olet kirjan kirjoittanut. innolla odotan et pääsen lukemaan” 👍

Asiakkaiden ja ystävien antamat miellyttävät palautteet tekstistä ja sen sisällöstä, joka on ollut monen mielestä hyvin koskettavaa.

6.5.2 Tekijän kommentteja ja reflektointia projektista

Haastattelin asiakastani prosessin ajalta. Seuraavassa hänen kommenttejaan:

”Tuntemus kun tekeminen tuli viralliseksi: tunne mahtava, näkeekö omat juttuni sitenkin päivänvalon. Alun perin asiat on kirjoitettu sitä varten, että muutkin saavat niitä lukea, asiakkaani ei ole koskaan kirjoittanut päiväkirjaa, koska nuorempana kukaan ei hoksannut ostaa hänelle lahjaksi päiväkirjaa.” Näin asiakkaani kertoi, kun projekti sai alkunsa.

”Valinnan tekeminen tuntui ensin vaikealta, (jutut niin erilaisia, mitä otetaan mukaan), sitten se muuttui, kun alkoi hahmottamaan runkoa (kirjoittamaan omaa juttuaan kertomuksia kirjassa omasta elämästä). Uusien juttujen tekeminen toi lisää mielenkiintoa.” Tämä ajatus asiakkaalleni tuli hänen valitessa tekstejä ja suunnitellussa teoksen julkaisuusua.

”Hauskoissa jutuissa olin itse yllättyneet niistä, omasta itseironiastani”.

”En ole itse tiennyt, että on noin helppoa kirjoittaa tekstiä”.

”Alun perin olen itse miettinyt ensin, onko teksti sellaista, että sitä voi joku muukin lukea, omaa tekemistä kohtaan ensin ollut epäuskoa, joka kuitenkin projektin edetessä karissut”. Nämä ovat asiakkaani kertomia kommentteja prosessin aikana.

Miltä itsestä tuntunut, että kirjaa on mainostettu, *”aluksi julkisuus tuntui vaivaavan, mutta positiiviset ja helpottuneet tuntemukset lopuksi, saatiinko oikeasti tämä prosessi*

valmiiksi. Nyt kuitenkin olen itse mainostanut kirjaani ja nyt kirja on myynnissä kotipaikkakunnallani Pellossa olevassa Shoppeli-kioskissa.” Lopussa asiakas kertoo omia tuntemuksiaan, kun on saanut valmiin teoksen käsiinsä.

6.5.3 Teos ja luovan kirjoittamisen prosessi

Omat kokemukseni projektin alusta loppuun ovat olleet hyvin innostavia. Projektin tekeminen oli kiinnostavaa, sillä siinä sain tuoda esille sen pitkäjänteisyyden, jonka omaan tämänkaltaisessa työssä. Huomasin, että omalla kohdallani sain kokea syvän luottamuksen ystävänä ja ohjaajana projektin edetessä. Ystävinä pystyimme keskustelemaan asioista paljon avoimemmin kuin, jos olisin ollut täysin vieras henkilö. Ohjaajana otin huomioon asiakkaani ja toimin hänen toiveidensa mukaisesti. Vieraan henkilön toimiminen tässä projektissa ei olisi ollut yhtä antoisa.

Luovassa kirjoittamisessa, ainakin tässä projektissa, molempien projektin jäsenten tuli pyrkiä puhaltamaan ”yhteen hiileen”, jolloin työ toimii ja tuottaa hedelmää. Tämä sai aikaan asiakkaalleni sekä itselleni lisää vahvuutta ja varmuutta seuraavaan työn alla olevaan projektiin. Ollessani asiakkaalleni tuttu, voin hänen kanssaan keskustella asioista syvällisemmin ja avoimemmin kuin olisin tuntematon.

6.6 Projektin analyysi ja arviointi

Sisällönanalyysillä voidaan tässä projektissa tutkia kirjoitettuun muotoon tehtyä materiaalia dokumentaarisesti ja järjestelmällisesti päiväkirjamerkintöjä käyttäen. Tämän sisällönanalyysin avulla on tarkoitus saada kerättyä ja järjestettyä käsiteltävä päiväkirja-aineisto siten, että siitä saadaan selkeä kuvaus, miten projektin tuotos, teos Runoja ja ajatuksia elämästä, on syntynyt. (Tuomi & Sarajärvi, 2018, 138.) Tähän projektiin on sisällytetty teoretietoa vammautumisesta, kuntoutumisesta, luovuudesta sekä terapeuttisesta kirjoittamisesta. Asiakokonaisuudet on kiteytetty tiiviiseen muotoon. Asiakkaan henkilökohtainen tarina, tapahtunut kriisi ja siitä kuntoutuminen, joka edelleen jatkuu, kerrotaan myös tiivistetysti. Projektissa käsitellään myös tuotoksen, julkaisun, eri tekovaiheita teorian ja omakohtaisten tuntemusten perusteella. Tässä huomioidaan myös sekä asiakkaan, että ohjaajan näkökannat tekoprosessiin.

Päiväkirjamerkintöjäni käsittelen kuukausittain, miten missäkin kohdassa on projektin vaiheissa tehty ja miten niitä on tehty. Päiväkirjamerkintöjeni kohdalla tuon esiin omia näkemyksiäni asiakkaastani ja mieltymyksiä, miten työssä edetään. Kuukausien aikana on tapahtunut paljon samoja asioita, jotka lopulta muodostavat yhden kokonaisuuden, valmiin teoksen Runoja ja ajatuksia elämästä.

Vammautumisen käsittelyn alla on vammautumisen mukana tuomia toimintakyvyn muutoksia, miten ne vaikuttavat asiakkaaseen, miten ne vaikuttavat läheisiin, sekä vammautuneille tarjottavista palveluista. Miten vammautunut asiakkaani huomioidaan nyky-yhteiskunnassa. Kuntoutumisen yhteydessä käsittelen kuntoutumisen tavoitteina olevia palvelumuotoja sekä mitä ne sisältävät. Kuntoutumisessa huomioidaan asiakkaan kokonaistilanne sekä kuntoutumismuodot, jotka hänelle soveltuvat. Terapeuttinen kirjoittaminen on edesauttanut asiakkaani kuntoutumista sekä fyysisesti että psyykkisesti.

Luovuuden kohdalla käyn läpi, mitä luovuus on, missä sitä voidaan käyttää ja miten sitä voidaan tässä projektissa tuoda esiin. Luovuutta tuodaan esiin asiakkaan omin sanoin. Samalla käydään myös läpi luovuuden lähtökohtaa. Tuleeko luovuus esiin ilmaisen muodossa vai käytännön työn tuloksena. Terapeuttisessa kirjoittamisessa tuodaan esiin, miten kirjoittaminen tarjoaisi psyykkistä ja fyysistä olotilaa. Miten kirjoittaminen helpottaa kirjoittajaa pääsemään eroon traumaattisista kokemuksistaan sekä purkaa sisälleen keräämiään ajatuksia ja tunteita, joita ei pysty kertomaan. Asiakkaani henkilökohtaisen tarinan, kriisin ja siitä kuntoutumisen tapahtumien käsittely ja niiden merkitys teoksen tekemisessä tuo esiin jälleen uusia näkökulmia tähän projektiin, esimerkiksi uuden projektin aloittaminen. Tämä projekti on tuonut asiakkaalle rohkeutta tuoda esiin omia ajatuksiaan yhä enemmän.

Samoin asiakas on tuntenut itsensä aiemmin useamman kerran vuoden aikana masentuneeksi, jota tämä tekemämme projekti on saanut häivytettyä pois ja saanut asiakkaani energisemmäksi ja tuotteliaammaksi. Fyysinen ja henkinen toimintakyky heikenevät nopeasti, jos joudutaan olemaan pitkään vuoteessa tai pyörätuolissa (Karjalainen & Vilkkumaa 2004, 153). Roolini on kirjata asiakkaani uusia sekä aiemmin kirjoittamia runoja, aforismeja ja ajatuksia, joita hänellä on pöytälaatikossaan sekä

havainnoida asiakkaan kuntoutumista. Asiakkaani on saanut uudelleen kiinni kirjoittamisesta ja tuottaa innolla teokseen uusia tekstejä ja runoja.

Asiakkaalleni kirjoittaminen on tuonut uutta sisältöä elämään. Hän itse kertoo, että tämä projekti on saanut hänet voimaantumaan sekä fyysisesti että henkisesti ja samalla luonut hänen arkeensa uutta sisältöä. Arjessa projekti on saanut aikaan asiakkaani jakamaan ajankäyttöä uudella tavalla, esimerkiksi ottamalla sekä fyysisen että psyykkisen kuntoutumisen näkökulman huomioon omalta kannaltaan tärkeämpänä kuin ennen. Tällöin kuntoutuminen tuottaa hänelle mielihyvää ja saa aikaan hänen mielialansa valoisammaksi sekä näkemään asiat valoisampana pyörätuolista katso-
malla.

Miisa Jääskeläisen kuvaamia luoville ihmisille tyypillisistä persoonallisuuden piirteistä asiakkaani kertoo omaavansa intuition, itsekurin, mielikuvituksen, määrätietoisuuden, joustavuuden, epämääräisyyden siedon, riskinsietokyvyn, sitkeyden ja tahdonvoiman. Nämä piirteet tulivat esiin prosessin aikana, jossa vuorovaikutuksemme toimi keskenämme koko ajan. Omat havaintoni asiakkaan persoonallisuuden piirteistä ovat yhtenevät Miisa Jääskeläisen kuvaamiin piirteisiin.

7 PROJEKTIN EETTISTEN PERIAATTEIDEN POHDINTA

Tieteellisessä tutkimuksessa tulee ottaa huomioon sen eettinen hyväksyttävyys, tulosten uskottavuus sekä luotettavuus, joita tutkimus edellyttää eikä se loukkaa hyvää käytäntöä. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta, 2006, 3.)

Eettisiä periaatteita ovat rehellisyys, puolueettomuus, oikeudenmukaisuus, vastuullisuus, rohkeus, objektiivisuus ja luottamuksellisuus.

Rehellisyyttä, on toteuttaa asiat sovitulla tavalla ja arvioida omaa toimintaansa rehellisesti ja antaa palautetta. Tehdyssä projektissa toimin asiakkaani lukuun, noudattaen tutkimuslupasopimuksessa tekemäni lupausta. Puolueettomuutta, on se, että kohtelee

kaikkia projektin jäseniä tasapuolisesti, sidosryhmien jäseniä, edustajia rodusta, kansallisuudesta, säädystä, uskonnosta, sukupuolesta, vammasta, iästä, sukupuolisesta suuntautuneisuudesta, minkään etujärjestön jäsenyydestä tai poliittisista mielipiteistä riippumatta. Omassa projektissani toimin avoimesti asiakastani kohtaan.

Oikeudenmukaisuutta on se, että toimii kaikissa olosuhteissa sellaisella tavalla, joka kunnioittaa toisten projektiin osallistujien ja osapuolten laillisia oikeuksia ja etuja. Arvioi toisten työsuorituksia oikeudenmukaisesti. On vahingoittamatta muiden omaisuutta, toimintaa tai mainetta. Edistää oikeutta yksilön suojaan, tasa-arvoon, itsensä toteuttamiseen, lepoon, virkistykseen ja ihmisarvon toteutumiseen yhteiskunnassa. Pitää olla avoin rakentavalle arvostelulle ja tarjota sitä myös muille, unohtamatta jakaa aiheellista kiitosta. Tässä projektissa rakentavana arviointina on ollut yhteiset keskustelumme. Hyvänä esimerkkinä voisi olla vaikkapa alussa ollut keskustelu, jonka pohjalta projekti on käynnistynyt.

Vastuullisuutta, on ottaa vastuuta teoistaan, päätöksistään ja sovituihin tavoitteista. Ottaa vastaan projektin johtamisen tehtäviä, joihin hänellä on riittävä pätevyys. Käyttää osaamistaan projektin tavoitteiden saavuttamiseksi. Tässä projektissa huolehdin ja huomion, että kaikki osa-alueet noudattivat säännöksiä ja teos on asiakkaani mieltymysten mukainen. Rohkeutta on suhtautua tehtäväänsä ennakkoluulottomasti ja tuoda esiin havaitsemansa rikkeet, virheet ja epäoikeudenmukaisuudet. Ilmaista kaikki tiedossaan olevat oleelliset tosiasiat, joiden kertomatta jättäminen saattaa antaa väärän kuvan asianomaisesta kohteesta tai asiasta. Tässä projektissa ei ole tullut esiin minikäänlaisia rikkeitä, virheitä tai epäoikeudenmukaisuutta.

Objektiivisuutta on pidättäytyä sellaisista tehtävistä, joihin ei omaa riittävää pätevyyttä tai riittäviä resursseja. Arvioida tasapuolisesti kaikkia näkökohtia, eikä anna oman edun vaikuttaa tehtäviin arviointeihin. Suosia pätevyyttä valittaessa projektiin osallistuvia osapuolia ja henkilöitä. Perustaa maineensa omaan osaamiseen sekä tunnustaa muiden osaaminen. Tässä projektissa objektiivisuus on huomioitu koko prosessin ajan.

Luottamuksellisuutta, jolla kunnioittaa sen yhteisön arvoja, luontoa ja kulttuuriperintöä, joihin projekti kohdistuu. Kunnioittaa myös toisten osaamista. Kunnioittaa yksi-

tyisyyden suojaa. Ottaa huomioon saamansa tiedon merkittävyyden, luottamuksellisuuden ja omistajuuden eikä paljasta tietoja ilman asiaankuuluvia valtuuksia. Ei käytä tietoja henkilökohtaiseksi hyödyksi tai sellaisella tavalla, joka on vastoin lakia tai tarkasteltavan yhteisön laillisia ja eettisiä päämääriä. Tässä projektissa ohjaaja ei ole saanut mitään taloudellista hyötyä, eikä projektin alkuperäinen tarkoitus ole ollut taloudellisen hyödyn tavoittelu, vaan omien tekstien ja runojen julkistaminen. Projektin ohjaajana olen huolehtinut parhaani mukaan, että teos on julkaisukelpoinen.

Julkaisutoiminta usein on lisääntynyt ja moninaistunut. Tutkimukseen liittyvät eettiset kysymykset askarruttavat monia tutkijoita yhä enemmän. Asian tiimoilta on järjestetty esimerkiksi seminaareja ja kirjoitettu useita kirjoja. Eettisistä kysymyksistä voi laatia selkeitä periaatteita. Esimerkiksi tiedeseuroilla on usein käytössä omat eettiset periaatteensa. (esim. www.britsoc.co.uk/equality.)

Henriikka Clarkeburnin ja Arto Mustajoen tutkijan arkipäivän etiikka on hyödyllinen uutuus eettisten kysymysten kentällä. Tutkijan arkipäivän etiikka on ehkä näistä kirjoista monipuolisin ja siksi se toimii hyödyllisenä yleiskäsikirjana. (Gordon, 2007.)

8 TULEVAISUUDEN VISIOT

Asiakkaani on kokenut tämän projektin aikana saavansa takaisin oman innostuksensa kirjoittamiseen ja luovaan työhön. Kokonaisuudessaan kuntoutuminen on myös saanut hänen kohdallaan lisää voimaa terapeuttisesta kirjoittamisesta. Iloinen mieli ja ajatukset siivittävät jatkamaan motoriikka- ja liikeharjoituksia.

Tämä projektin tuoma hyöty tuo yhden näkökulman asiakkaalleni sekä muille samojen asioiden ja tilanteiden kanssa kamppaileville henkilöille, heidän omaisilleen sekä sosiaali- ja terveydenhuollon ammattihenkilöille yhtenä mahdollisena kuntoutuksen psykososiaalisena menetelmänä.

Heinäkuun puolessa välissä asiakkaani on tilannut toisen painoksen kirjasta. Kirjan alkuperäispainos oli 80 kappaletta ja nyt asiakkaani on tilannut uusintapainoksena vielä 30 kirjaa. Kysyntä teokselle on ollut positiivinen yllätys.

Mielestäni teoksen prosessi toimi hyvin ja oli mielenkiintoinen. Tämä työ on innoittanut sekä asiakastani että minua tekemään vielä lisää yhteistyötä, jonka myötä työstämme novellia, joka kohdistuu asiakkaani kotimaisemiin fiktion muodossa.

Tulevaisuuden visiona onkin nyt tullut uuden teoksen laatiminen.

Omassa työssäni geronomina huomioin itsemääräämisoikeuden, terveyden ja hyvinvoinnin sekä moniammatillisen työyhteisön. Tässä projektissa olen huomioinut kaikki edellä mainitut osa-alueet.

9 LOPPUPUOHDINTA

Tämän opinnäytetyön tekeminen koostui useasta eri osasta ja aikaa tekemiseen kului yhdeksän kuukautta. Käsittelin työssäni asiakkaani kanssa tehtyä teosta, miten tekeminen voimaannutti ja kannusti asiakastani saamaan haaveensa toteutetuksi. Samoin huomioin, miten tehty työ kuntoutti asiakastani sekä psyykkisesti että fyysisesti ja miten tämän opinnäytetyöntekijänä mahdollistin. Päiväkirjamerkintöihin olen huomionnut asiakkaani iloisuuden sekä kiinnostuksen projektiin ja tätä myötä myös uuteen projektiin. Tässä osallistuvassa havainnoinnissa olen itse päässyt keräämään kokemuksen, muistelun ja haastatteluiden myötä tullutta tietoa. Koko prosessin ajan havainnointi ja työskentely asiakkaan kanssa on ollut sujuvaa, eikä ole sisältänyt minkäänlaista kriittisyyttä. Havainnoinnit prosessin tekovaiheessa on aina sen hetkisiä ja huomioi herkästi muuttuvat tilanteet.

Aluksi tässä opinnäytetyössä käsittelin asiakkaani tilannetta. Mitä hän on käynyt läpi; kaksi rintasyöpäleikkausta ja vammautumisen sekä, miten hän on niistä kuntoutunut pyörätuolissa istuvaksi virkeäksi rouvaksi. Kesän 2018 aikana asiakkaani vietti pitkän ajanjakson Pellossa. Täällä hänen kuntoutusmahdollisuutensa olivat heikot, sillä ainoa keino oli tehdä kävelyharjoituksia pienessä tilassa rollaattorin kanssa. Minkäänlaisia fysioterapia- tai kuntosalimahdollisuuksia ei ollut.

Vammautuminen on tapahtuma, joka tuo muutoksia jokaisen ihmisen toimintakykyyn sekä muuttaa pääsääntöisesti jokaisen elämäntilannetta useimmiten pitempiaikaisesti. Vammautumisen tuomat muutokset ovat aina yksilöllisiä riippuen vammautuneen elämäntilanteesta, iästä, perhetilanteesta, toimintaympäristöstä sekä taloudellisesta tilanteesta. Vammautunut voi menettää samalla kertaa sekä työ- että toimintakykynsä ja myös elämänhalunsa. Vammautuessaan ihminen ja hänen omaisensa ja läheisensä saavat tukea ja ohjausta sosiaali- ja terveydenhuollosta. (Invalidiliiton [www-sivut](http://www.sivut.fi).)

Vammautuessaan asiakkaani koki juuri edellä mainittuja tapahtumia tuntien, miten asiat lähtisivät etenemään.

Sosiaali- ja terveysministeriön ohjeistuksen mukaan kuntoutuksen tavoitteina ovat sairauden, vajaatoimintakykyisyyden tai vammaisen toimintakyvyn, itsenäisen selviytymisen, hyvinvoinnin, työllistymisen sekä osallistumismahdollisuuksien edistäminen. Lakisääteisestä kuntoutuksesta vastaa kolme eri tahoa; Kansaneläkelaitos, Työeläkelaitokset sekä Vakuutuslaitokset.

Tunteista kirjoittaminen on terapeutista kirjoittamista. Kirjoittamisen avulla tapahtuneet asiat ja tapahtumat tulevat aina todellisiksi. Elämästä löytyy sekä ylä- että alamäkiä, jotka välillä voivat olla kovin turhauttaviakin, tällöin kirjoittamisella on mahdollisuus avata uusia ulottuvuuksia ja saada tunteet purkautumaan. (Pietiläinen 2009.) Yleensä kirjoittaminen tekee asioista aina todellisia. Kirjoitetut tapahtumat tulevat tuimmiksi ja todellisimmiksi. Kirjoitetut tekstit ja tarinat tuovat esiin tunteet juuri sellaisina kuin olemme ne tunteneet ja kokeneet. Terapeuttinen kirjoittaminen auttaa esimerkiksi laukaisemaan aikaansaadun stressin.

Kirjoittaminen yhdistää monia eri elementtejä, kuten esimerkiksi luovaa toimintaa, ajatusten jäsentelyä ja vuorovaikutusta toisten kanssa (Kähmi 2015, 214.) Tämän projektin yhteydessä asiakkaani on saanut ajatuksia ja suunnitelmia, joita pyrimme yhdessä toteuttamaan. Myös vuorovaikutus uusien tuttavuuksien kanssa on alkanut tämän projektin myötä.

Henkilöhistoriassa kävin läpi asiakkaani elämänvaiheita aina nuoruusajasta tähän hetkeen. Kävin läpi työelämän ja harrastuksia. Miten asiakkaani sai uusia kokemuksia vieraassa maassa työskentelystä, paluumuutosta, uusista työpaikoista sekä työttömäksi jäämisestä.

Asiakkaani kokema totaalinen elämänmuutos oli suuri shokki koko perheelle sekä sisaruksille. Laitoskierre monen kuukauden aikana, uuteen kotiin muuttaminen, elämänkumppanin ryhtyminen omaishoitajaksi toi suuren muutoksen asiakkaani elämään.

Kotiin siirtyessä asiakkaani kuntoutus muuttui laitoksessa tehdystä kuntoutuksesta käytännön läheisempään kuntoutumiseen. Kuntoutuskäynnit valittiin sekä kotona sopiviksi että kodin ulkopuolelta. Nämä kuntoutushetket jaoteltiin tasaisesti viikon

ajalle. Toimintaterapian tavoitteena on antaa asiakkaalleni mahdollisimman yksilöllistä, mutta monipuolista omakohtaista toimintaa, jota asiakkaani pystyy tekemään. Nämä toimintaterapiahetket kuuluvat kotona tapahtuvaan kuntoutukseen.

Tämä opinnäytetyö toteutettiin projektina, jossa on laadullisen tutkimuksen piirteitä. Tässä opinnäytetyössä kuvattiin teoksen valmistumisprosessia, jotka perustuivat tehtyihin päiväkirjamerkintöihin, muistelmiin ja sen tarkoituksena oli kuvata selkäydinvammaisen henkilön kirjoittamisen kuntouttavaa merkitystä hänen hyvinvoinnilleen. Projektissa kävi ilmi, miten tämän työn tekeminen vaikutti asiakkaan päivittäiseen jaksamiseen ja uuteen kirjoittamisen innostukseen. Suuri huomio ja ilon aihe asiakkaalleni oli hänen huomattessaan, miten kirjoittaminen tikkukirjaimista oli muuttunut kaukokirjoitukseen.

Tutkimusmenetelmänä tässä opinnäytetyössä on käytetty osallistuvaa havainnointia. Tässä menetelmässä tutkija oli mukana projektin jäsenenä. Havainnointitilanteissa tutkija käytti dokumentoinnin menetelmänä päiväkirjaa, johon oli kirjattu projektin tapahtumia. (Kananen 2014, 66–68.)

Opinnäytetyön valmistuminen lupien, suunnitelman ja kirjoitusprosessin myötä toivon valmistumiseni olevan lokakuussa 2018, johon olen tähdännyt. Tähän mennessä työ on ollut hyvin laaja prosessi ja vaatinut pitkän ajan vuoden alusta alkaen. Päiväkirja-aineistossa kävin läpi työprosessin eri vaiheita palavereista, kirjoittamisesta, suunnittelusta ja toteutuksesta tammi – huhtikuun aikana. Kirjan valmistuminen tapahtui huhtikuun 20 päivä, jolloin käsissämme oli 80 uunituoretta painosta. Tämän jälkeen työni oli perehtyä teoriapohjaiseen tietoon, joita käytin opinnäytetyössäni. Tässä vaiheessa koin mielenkiintoisia hetkiä käydessäni läpi alan kirjallisuutta ja sen antamaa sisältöä aiheeseen. Kuitenkin työn ohessa sen tekeminen on onnistunut hyvin. Tämän opinnäytetyön tekeminen on avartanut silmiäni ja ajatuksiani suuresti. Asiakkaani kanssa olemme nyt aloittaneet seuraavan projektin, joka kertoo fiktiivisesti nuoren naisen kohtalosta Lapin maisemissa.

LÄHTEET

Anttila, P. 2001. Se on projekti–vai onko? Hamina: Akatiimi.

Ahoniemi, E., Malmivaara, A. & Riikola, T. Terveyskirjaston www-sivut. Viitattu 3.9.2018. http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=khp00028.

Akson www-sivut. Viitattu 11.2.2018. <https://www.aksonry.fi>.

Berg, S. How Fear Chokes Creativity. Creativity Articles. Viitattu 4.9.2018. <https://creativityworkshop.com/articles/fearchokes>.

Bolton, G. 2009. Terapeuttinen kirjoittaminen palliatiivisessa hoidossa ja syövän hoidossa. Teoksessa Bolton, G., Hulden, J., Hunt, C., Ihanus, J., Lehtovuori, E., Lindquist, A., Linnainmaa, T., Lowe, G., Mertanen, H., Reinikainen, P., Reinilä, E., Sand, H. & Torppa, M. Sanat, että hoitaisimme. Terapeuttinen kirjoittaminen. Helsinki. Duodecim, 136–159.

Gordon, T. 2007. Tutkijan arkipäivän etiikka, Teoksessa Tutkijan arkipäivän etiikka. Viitattu 23.7.2018. <https://journal.fi/tt/article/download/546/463/>.

Helin, M., Jäppinen, S., Launis, V., Spoof, S-K. & Varantola, K. 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje. Helsinki. http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf.

Hirsijärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. 13. uud. p. Helsinki: Tammi.

Hirsijärvi, S., Remes, P. Sajavaara, P. 2008. Tutki ja kirjoita. 13.–14. osin uud. p. Helsinki: Tammi.

Hokkanen, L., Laaksonen, R. & Ranta, M. 2015. Neuropsykologisen tutkimuksen ja kuntoutuksen historia sekä pätevytyminen Suomessa. Teoksessa Jehkonen, M., Paa-vola, L., Saunamäki, T. & Vilkki, J. 2015. Kliininen neuropsykologia. Helsinki: Duodecim, 14–22.

Hood, A. 1997. Creating Character Emotions. Cincinnati: Story press.

Ihalainen, J., Kettunen, R., Kähäri-Wiik, K. & Vuori-Kemilä, A. 2009. Kuntoutumisen mahdollisuudet. 4. uud. p. Helsinki: WSOY.

Ihanus, J. 2009. Sanat että hoitaisimme. Kirjallisuusterapia ja kertomukset. Teoksessa Bolton, G., Hulden, J., Hunt, C., Ihanus, J., Lehtovuori, E., Lindquist, A., Linnainmaa, T., Lowe, G., Mertanen, H., Reinikainen, P., Reinilä, E., Sand, H. & Torppa, M. Sanat että hoitaisimme. Terapeuttinen kirjoittaminen. Helsinki: Duodecim, 13–48.

Ihanus, J. & Bolton, G. 2009. Kirjoittamiskäytäntö ja itsensä kehittäminen. Teoksessa Bolton, G., Hulden, J., Hunt, C., Ihanus, J., Lehtovuori, E., Lindquist, A., Linnainmaa, T., Lowe, G., Mertanen, H., Reinikainen, P., Reinilä, E., Sand, H. & Torppa, M. Sanat että hoitaisimme. Terapeuttinen kirjoittaminen. Helsinki: Duodecim, 110–135.

Iivonen, T., Paavola, L., Koskinen, S. & Sarajuuri, J. 2015. Tunne-elämän ja käyttäytymisen säätelyn muutokset. Teoksessa Jehkonen, M., Paavola, L., Saunamäki, T. & Vilkki, J. 2015. Kliininen neuropsykologia. Helsinki: Duodecim, 167–179.

Invalidiliitto ry:n www-sivut. Viitattu 9.8.2018. <https://www.invalidiliitto.fi/tieto/vamman-kanssa/vammautumisen-jalkeen>.

Jonsson, C. 1996. Luova kirjoittaminen. Vantaa: Tummavuoren kirjapaino Oy.

Järvilehto, L. 2009. Mitä luovuus on? Ajattelun ammattilainen. Viitattu 4.9.2018. https://ajattelunammattilainen.fi/2009/11/06/mita-luovuus-on/?blogsub=confirming#blog_subscription-4.

Jääskeläinen, M. 2002. Sana kerrallaan. Johdatus luovaan kirjoittamiseen. Helsinki: WSOY.

Kananen, J. 2014. Laadullinen tutkimus opinnäytetyönä. Miten kirjoitan kvalitatiivisen opinnäytetyön vaihe vaiheelta. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Kananen, J. 2017. Laadullinen tutkimus. Pro graduna ja opinnäytetyönä. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Kananen, J. 2015. Opinnäytetyön kirjoittajan opas. Näin kirjoitan opinnäytetyön tai pro gradun alusta loppuun. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Karjalainen, V. & Vilkkumaa, I. 2004. Kuntoutus kanssamme. Ihmisen toimijuuden tukeminen. Helsinki: Stakes.

Kivimäki, S. 2012. Eettinen osaaminen hoitotyössä. Ylempi ammattikorkeakoulututkinto. Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Viitattu 11.9.2018. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/38811/Kivimaki_Satu.pdf?sequence=1.

Kähmi, Karoliina. 2015. Kirjoittaminen on tie minuun, minusta sinuun. Ryhmämuotoinen kirjoittaminen ja metaforien merkitys psykoosia sairastavien kirjallisuusterapiassa. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Scriptum Creative Writing Research Journal, Vol 2, issue 3. Viitattu 5.7.2018. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/46592/978-951-39-6252-4.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Kärkkäinen, M. 2007. Kirjoittamisen ilo. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Taiteiden ja kulttuurin tutkimuksen laitos. Viitattu 27.2.2018. https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/9063/URN_NBN_fi_jyu-2007216.pdf?sequence=1.

- Kääntä, J. 2012. Elämä uusiksi. sopeutuminen sairastumisen tai vammautumisen aiheuttamaan elämänmuutokseen. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Kokkolan yliopistokeskus Chydenius. Viitattu 3.9.2018. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/37760/URN:NBN:fi:jyu-201205031599.pdf?sequence=1>.
- Lagstedt, A. & Kotila, H. 2015. Päiväkirjamuotoinen opinnäyte vauhdittaa valmistumista. Teoksessa Kotila, H. & Mäki, K. 21 tapaa tehostaa korkeakouluopintoja. Helsinki: Haaga-Helia ammattikorkeakoulu, 153–164.
- Linnainmaa, T. 2005. Mitä kirjallisuusterapia on? Teoksessa Mäki, S. & Linnainmaa, T. Hoitavat sanat. Opas kirjallisuusterapiaan. Helsinki: Duodecim, 11–25.
- Linnainmaa, T. 2009. Reflektiivisyys ja refleksiivisyys kirjallisuusterapiassa. Teoksessa Bolton, G., Hulden, J., Hunt, C., Ihanus, J., Lehtovuori, E., Lindquist, A., Linnainmaa, T., Lowe, G., Mertanen, H., Reinikainen, P., Reinilä, E., Sand, H. & Torppa, M. Sanat että hoitaisimme. Terapeuttinen kirjoittaminen. Helsinki: Duodecim, 49–69.
- Lindquist, A. 2009. Kirjoittaminen itsehoitona ja psykoterapeuttisena menetelmänä. Teoksessa Bolton, G., Hulden, J., Hunt, C., Ihanus, J., Lehtovuori, E., Lindquist, A., Linnainmaa, T., Lowe, G., Mertanen, H., Reinikainen, P., Reinilä, E., Sand, H. & Torppa, M. Sanat että hoitaisimme. Terapeuttinen kirjoittaminen. Helsinki: Duodecim, 70–96.
- Löow, M. 2002. Onnistunut projekti. Projektijohtamisen ja -suunnittelun käsikirja. Helsinki: Tietosanoma.
- Pietiläinen, K. 2005. Päiväkirja mielen avaajana ja persoonallisen kasvun välineenä. Terapeuttinen kirjoittaminen. Teoksessa Mäki, S. & Linnainmaa, T. Hoitavat sanat. Opas kirjallisuusterapiaan. Helsinki: Duodecim, 99–114.
- Pietiläinen, K. 2008. Päiväkirja mielen avaajana ja persoonallisen kasvun välineenä. terapeuttinen kirjoittaminen. Teoksessa Mäki, S. & Linnainmaa, T. Hoivasanat. Opas kirjallisuusterapiaan. Helsinki: Duodecim, 151–175.
- Poutiainen, E. & Nukari, J. 2015. Neuropsykologinen kuntoutus. Teoksessa Jehkonen, M., Paavola, L., Saunamäki, T. & Vilkki, J. Kliininen neuropsykologia. Helsinki: Duodecim, 424–454.
- Satakunnan ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. 2018. Viitattu 11.9.2018. https://extra.samk.fi/opinnot_0/opinnaytetyoohje/lahteidenkayttotiedonhankinta.html.stx.
- Saunamäki, T. & Jehkonen, M. 2015. Neuropsykologinen tutkimus. Teoksessa Jehkonen, M., Paavola, L., Saunamäki, T. & Vilkki, J. Kliininen neuropsykologia. Helsinki: Duodecim, 40–55.
- Selkäydinvammasäätien www-sivut. Viitattu 3.9.2018. http://www.selkaydinvasama.fi/vs_yleista.php.
- Sosiaali- ja terveysministeriön www-sivut. 2018. Viitattu 5.7.2018. <https://stm.fi/sotepalvelut/kuntoutus>.

Suomen Geronomiliiton www-sivut. 2014. Viitattu 7.7.2018. <https://www.suomen-geronomiliitto.fi/yhdistys>.

Repo, N. 2010. Kirjailijana ja luovan kirjoittamisen ohjaajana–oppeja omista kokemuksista. Pro gradu -tutkielma. Jyväskylän yliopisto. Taiteiden ja kulttuurin tutkimuksen laitos. Viitattu 27.2.2018. <https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/25957/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201101311181.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018, Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Turunen, M - L. 2018. Runoja ja ajatelmia elämästä. Espoo: Bookcover.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2006. Tutkimuksen eettinen arviointi Suomessa. Vantaa: Kirjapaino Keili Oy. Viitattu 11.9.2018. <https://www.aka.fi/globalassets/awanhat/documents/tiedostot/julkaisut/tutkimuksen-eettinen-arviointi-suomessa.pdf>.

Uusikylä, K. 2012. Luovuus kuuluu kaikille. Jyväskylä: PS-kustannus.

TUTKIMUSLUPASOPIMUS

9.3.2018

Eija Setälä

XXXXXXXXXX

XXXXXXXXXX

XXXXXXXXXX

XXXXXXXXXX

Taustatiedot

Opiskelen Satakunnan ammattikorkeakoulussa vanhustyön koulutusohjelmassa Porissa tutkintonimikkeellä geronomi (AMK). Geronomiksi tarkoitukseni on valmistua syksyllä 2018. Opinnäytetyöni teen projektina, jossa projektin keskiössä on asiakkaan tekemä kirjallinen teos, kirjallisen teoksen tekemisen ja sen aikana kerätty aineisto, joka koostetaan projektiraportiksi. Aineisto kerätään teoreettisen viitekehyksen avaamisen lisäksi, projektin dokumentointina, johon kuuluvat päiväkirjamuotoinen aineisto havaintomateriaaleineen sekä sen peilaaminen kuntoutusprosessiin. Tämä päiväkirja-aineisto analysoidaan.

Tarkoitus ja tavoitteet

Projektiluontoisen opinnäytetyöni tarkoitus on kuvailla asiakkaani kirjantekemisen prosessia yhtenä tapana voimaantua ja kuntoutua. Geronomiopiskelijana minua kiinnostaa lääkkeettömän kuntoutumisen muodot sekä sosiokulttuuriset ilmiöt. Tämä tutkimuslupa ja sopimus kohdistuvat asiakkaani Marja-Leena Turusen kanssa tehtävään työskentelyyn ja työskentelystä koottuun päiväkirja-aineistoon, joka toimii opinnäytetyön reflektointiaineistona, josta keskustellaan asiakkaan kanssa ja työskentelyn aikana syntyneeseen dokumentaatiomateriaaliin. Tässä sopimuksessa sovitaan myös siitä, että asiakas saa määritellä mitä materiaaleja hänen työstään opiskelija voi käyttää opinnäytetyössään ja asiakas voi tarkastaa opiskelijan tuottamaa päiväkirjamateriaalia sekä projektin raporttitekstiä halutessaan.

Opinnäytetyön ohjauksen saan Satakunnan ammattikorkeakoululta ja ohjaavina lehtorina toimii Päivi-Maria Hautala, puh. 044 7103114, Satakunnankatu 23, 28130 Pori.

Tutkimusmenetelmä

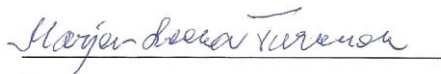
Opinnäytetyöni teen projektiluontoisena, jonka aineistonkeruussa (päiväkirjatyyppisessä opinnäytetyössä) on laadullisen eli kvalitatiivisen tutkimuksen piirteitä. Projektin aineistonkeruuna on ollut projektin aikana tallennettu päiväkirjamateriaali. Tutkimuksessani kunnioitan asiakkaani itsemääräämisoikeutta, en vahingoita häntä sekä otan huomioon hänen yksityisyytensä ja tietosuojan. Projektin aikana saamaani materiaalia käytän vain opinnäytetyöhöni ja asiakkaallani itsellään on teoksen tekijänoikeudet, enkä opinnäytetyöntekijänä hyödy taloudellisesti kirjan tuotosta.

Tutkimuksen aikataulu

Tavoitteenani on valmistua geronomiksi alkukesästä 2018, kuitenkin viimeistään syksyllä 2018.

Tällä tutkimuslupasopimuksella sovimme yhteistyöstä sekä opinnäytetyön sisältöön liittyvästä aineistosta. Marja-Leena Turusella on aina mahdollisuus lukea opinnäytetyöhön tulevia aineistoja ja tekemiäni muistiinpanoja.

Porissa 9.3.2018



Marja-Leena Turunen



Eija Setälä



SATAKUNNAN AMMATTIKORKEAKOULU
SATAKUNTA UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

OP07A

1/2

SAMK / Sopimus opinnäytetyön tekemisestä

Opinnäytetyön tekijä: Eija Setälä	
Opiskelijanumero: 1600954	Aloitusryhmä: AGE16SP
Koulutusohjelma: Vanhustyön koulutusohjelma	
Opinnäytetyötä ohjaavan opettajan nimi, sähköposti, puhelinnumero ja osoite: Päivi-Maria Hautala, paivi-maria.hautala@samk.fi, 044-7103114, Satakunnankatu 23, 28130 PORI	
Toimeksiantaja, yhteyshenkilön nimi, sähköposti, puhelinnumero, osoite ja y-tunnus: Selkäydinvammaiset Akson Ry Anni Täckman, anni.tackman@aksonry.fi, puh. 050 329 7899, Nordenskiöldinkatu 18 B, 00250 Helsinki, y-tunnus: 2315346-4.	
Opinnäytetyön nimi: RUNOJA JA AJATELMIA - KIRJA KUNTOUTUMISEN TUKENA - KIRJAN TYÖSTÄMINEN OPINNÄYTETYÖN PROJEKTINA ASIAKKAAN KANSSA	
Työn etenemisaikataulu: Opinnäytetyön suunnitelman valmistuminen maaliskuu 2018, opinnäytetyön suunnitelman esittely huhtikuu 2018, metodien Sopimus perustuu hyväksytyyn tutkimus-/projektisuunnitelmaan.	
Tätä sopimusta koskevat erimielisyydet pyritään ratkaisemaan ensisijaisesti neuvottelemalla osapuolten kesken. Mikäli asiasta ei päästä sopimukseen, erimielisyydet ratkaistaan Satakunnan käräjäoikeudessa. Tätä sopimusta on laadittu 3 kappaletta, yksi kullekin osapuolelle.	
Olemme lukeneet sopimusehdot (sivu 2) ja hyväksymme ne.	
Päiväys: 10.4.2018	
Toimeksiantajan edustajan allekirjoitus, nimike ja nimen selvennys: Anni Täckman, järjestöpäällikö	
Osaamisalueen johtajan allekirjoitus ja nimen selvennys: Tiina Savola	
Opinnäytetyön ohjaajan allekirjoitus: P.-M. Hautala	
Opinnäytetyön tekijän allekirjoitus: Eija Setälä	

VIIHDE & RUOKA

Runoja ja tarinoita omasta elämästä

Marja-Leena Turunen vammautui kesällä 2006. Runokirja syntyi ystävien avulla.

SV PIA RAUHALAMMI

AURINKO PAISTAA lämpimästi rivitalokodin terassille Porin Ruosniemessä. Avio- pari Marja-Leena Turunen ja **Henry Reunanen** istuvat pöydän ääressä. Pariskunnan seuraan on liittynyt naapurista geronomiopiskelija **Eija Setälä**. Heillä kolmella on kerrottavaa yhteisestä projektista.

Marja-Leenan kirjoittama *Runoja ja ajatelmia elämästä* -runokirja on painotuore. Kirja saa lukijan silmät kostumaan. Marja-Leena halvaantui kaulasta alaspäin aivan yllättäen automatkalla Lappiin kesällä 2006, kun hän ja Henry olivat menossa rakkaaseen kesänviettopaikkaansa Pelloon.

KIRJASSA ON runojen lisäksi myös Marja-Leenan muisteluja menneiltä vuosikymmeniltä, tavallaan omaa elämäkertaa. Salamana tullut neliraajahalvausta ja sitä seurannutta laitoshoittoa hän kuvaa sydäntä särkevästi. Tässä pieni ote siitä: "On se hurja kokemus, kun terve, kävelevä ihminen joutuu tilanteen eteen, jossa ainut mikä pelaa on kuulo, näkö ja puhe. Sitä ei voi edes ymmärtää, mitä minulle tapahtui." Muistelu päättyy seuraavasti: "Vuosi poissa kotoa oli aika rankkaa. Aika ajoin ikävä oli kova, mutta

mieheni kävi tosi usein katsoimassa, samoin ystävät. Mutta joskus kuitenkin tuli mieleen, olisiko ollut parempi, jos olisi kuollut, saati jäädä loppuelämäkseen sidotuksi pyörätuoliin."

AVIOPARILLA ON pitkä yhteinen taival. Marja-Leena on kotoisin Pellosta, Henry Porista. Tiet kohtasivat vuonna 1969 Ruotsissa. Molemmat olivat lähteneet sinne leveämmän leivän perässä. Yhteinen sävel löytyi ensinäkemältä. Takaisin koti-Suomeen, Poriin, he tulivat vuonna 1974. Henry on ammatiltaan hitsaaja, ja töitä löytyi heti Uudenkaupungin autotehtaalta. Myöhemmin hän siirtyi Hollmingille Poriin ja jäi sieltä Marja-Leenan omaishoitajaksi.

Marja-Leenan työura oli kiemuraisempi. Pariskunnan palattua Ruotsista hän työllistyi välittömästi ompelijaksi. Neljäntoista vuoden jälkeen hän irtisanoutui. Töitä löytyi Elektroluxilta, kunnes tuotanto siirrettiin Ruotsiin, ja suuri joukko tekijöitä jäi työttömäksi vuonna 1998.

SATTUMIEN SUMMANA osa heidän ryhmästään perusti Marja-Leenan ehdotuksesta runopiiri silloisessa Satakunnan Salpa ry:ssä. He julkaisivat jopa pienen runoteoksen, ja siitä leimahti liek-

keihin Marja-Leenan kirjoitusinto. Hän kylläkin opiskeli vielä ravintolakokiksi ja ennen sairastumistaan hoiti ystävänsä pikkutyttöä parisen vuotta. Kaikkia näitä vuosia Marja-Leena muistelee erittäin lämpimästi.

VAMMAUTUMISEN JÄLKEEN kirjoittaminen on ollut hankalaa. Tietokoneesta ei ole apua, koska sormet eivät tottele. Kuntoutuksen ansiosta hän kykenee kirjoittamaan kaunokirjoituksella, joskin hitaasti. Apu löytyi naapurin Eijasta, jolle kirjasta tuli opinnäytetyö nimeltään "Runoja ja ajatelmia -kirja kuntoutumisen tukena. Kirjan työstäminen opinnäytetyön projektina asiakkaan kanssa." Eija muun muassa kokosi kirjaan runot ja tarinat sekä oli muutenkin suurena apuna.

KIRJASTA ON otettu 80 kappaleen painos. Onneksi lisäpainoksesta on optio, sillä kirjoja on jo myyty puskaradion välityksellä. Herkemmille vinkiksi: Nenälinat viereen, takuulla silmä kostuu tekstejä lukies. Tässä pieni ote *Siivillä perhosen* -runosta, joka kuvaa erinomaisesti kirjoittajaansa.

*Tätä päivää
vain elää tahdon
päivän kerrallaan
kuin perhonen.*



Aviopuoliso Henry Reunanen jättäytyi aikoinaan pois töistä ryhtyäkseen neliraajahalvaantuneen vaimonsa Marja-Leena Turusen omaishoitajaksi.

PIA RAUHALAMMI



Marja-Leena Turunen on periksiantamaton taistelija

Viimeksi päivitetty 20.6.2018

Toimittaja: Anna-Maria Vainionpää



Vaimon vakava vammautuminen on hitsannut Marja-Leena Turusen ja Henry Reunasen tiukasti yhteen.

ORAJÄRVI – *”Toivon voivani aina kulkea avoimin silmin, jotta ei tarvitsisi kysyä muilta, mitä ympärilläni maailmassa tapahtuu. Välillä on kiehunut ja poreillut tämä elämän kattila, mutta ei sentään koskaan pohjaan kärehtänyt.”*

Nämä ajatukset orajärveläislähtöinen **Marja-Leena Turunen** on kirjoittanut toukokuussa julkaistuu kirjaansa Runoja ja ajatelmia elämästä. Yötön yö ja kaamos ovat todentuneet hänen elämässään mitä tuntuimmmin.

– Minulla on ollut enkeleitä mukana, hän tiivistää.

Lapsuuden yötön yö

Marja-Leena toteaa saaneensa elää onnellisen lapsuuden ison perheen keskellä. Hän oli kahdeksanlapsisen perheen esikoistytär. Perheen isä työskenteli hiilisavotoilla työnjohtajana ja myöhemmin Tie- ja vesilaitoksen palveluksessa. Äiti hoiti lapsikatrastaan ja ompeli vaatteita kyläläisille ja perheelleen.

– Me olimme köyhiä, mutta omavaraisia. Lihaa saimme omista vasikoista ja possuista. Lähellä oli poroaitaus, josta myös saimme hankittua lihaa, Marja-Leena muistelee.

Perhe viljeli pientilaa. Marjat poimittiin lähimetsistä. Luonto määritti vahvasti elämänsäkiertoa.

Molemmat vanhemmat olivat hyvin taitavia käsistään. Vaikka perheessä oli taloudellisesti tiukkaa, lapset saivat jouluisin vanhemmiltaan omatekoiset lahjapaketit.

Ammattiin ja maailmalle

Marja-Leena valitsi ompelijan ammatin omaksikin työurakseen ja lähti Tornioon ammattikouluun vaatetuslinjalle. Valmistuttuaan hän työskenteli pari vuotta ystävänsä kanssa yhteisessä ompelimosassa Pellossa. He ompelivat vaatteita hääpuvuista lähtien, tekivät korjausompelua, päällystivät huonekaluja. Työ oli raskasta. Päivät venyivät yöntunneille asti.

Suomessa oli tuolloin, 1960-luvun lopulla, meneillään suuri muuttoaalto Ruotsiin. Marja-Leena lähti ompelijaksi Boråsiin, sillä sikäläinen palkkataso houkutteli. Tienestit olivat vähintään kaksi kertaa suuremmat kuin kotimaassa.

Ruotsissa hujahti reilut viisi vuotta. Rakkaimpana tuliaisenaan hänellä oli Ruotsista löytämänsä puoliso, porilaislähtöinen **Henry Reunanen**.

Täysivaltaisiksi kansalaisiksi

Ruotsin vuodet olivat hyviä vuosia; palkasta riitti jaettavaa Orajärvellä asuneelle äidillekin. Ulkopuolisuuden tunne oli kuitenkin alati läsnä. Suurin syy siihen oli vajavainen kielitaito.

– Täytyy ymmärtää asioita, että voi ellää yhteiskunnassa. Kielen syvempi ymmärtäminen on niin tärkeää, hän pohtii.

Pariskunta palasi aluksi Uuteenkaupunkiin, josta he olivat löytäneet työpaikat Saabin tehtailta. Marja-Leena oli erityisen iloinen siitä, että hän sai jälleen olla täysivaltainen kansalainen. Hän sai äänestää, osallistua ja ottaa kantaa. Yksinkertaisesti ymmärtää omalla kielellä, mitä ympärillä tapahtuu.

Uusikaupunki vaihtui vuoden jälkeen Poriin, missä Marja-Leena ja Henry ovat sen jälkeen asuneetkin. Henry työskenteli hitsaajana Rauma-Repolan konepajalla. Marja-Leena työskenteli ensimmäiset vuodet ompelijana vaatetehtaalla, mutta vaihtoi vuonna 1990 Elektroluxin tehtaille kokoamaan jääkaappeja.

Yhteiskunnallista oikeudenmukaisuutta

Turusen perheessä yhteiskunnallinen keskustelu oli läsnä, muttei painostavana opillisuutena. Perheeseen oli tilattu sekä porvarillinen Pohjolan Sanomat että vasemmistolainen Kansan Tahto. Marja-Leenan äidin suvulla oli vasemmistolainen tausta. Isän aatemaailma lienee ollut lähempänä silloista maalaisliittolaisuutta.

Nuoren naisen työura alkoi ystävän kanssa yhdessä perustetussa ompelimossa. Siinä hommassa veroasiat, kirjanpito ja muut yritystoimintaan liittyvä paperityö tulivat varsin tutuiksi. Omaa työpanosta piti osata markkinoida, omalle työlle osata ja uskaltaa laskea käypä hinta. Ehkäpä talteen oli hyvä saada pientä pesämunaa yritystoiminnan kehittämistäkin varten.

Palattuaan Ruotsista ja työskennellessään Porissa ompelijana vaatetehtaalla hän toimi Porin vaatetustyöntekijät ry:n sihteerinä. 1980-luvulla hän oli lisäksi työpaikkansa luottamusmies. Se toimi oli niin raskas, että hän halusi vaihtaa työpaikkaakin. Erityisesti matalapalkkaisten naisalojen tilanne riipi luottamusmiehen jaksamista.

– Muuten olis tullu vatsahaava. Tuli 1980-luvun lama. Tilauskannat romahtivat. Tuli irtisanomisia. Luottamusmiehenä jouduin ikävään välikäteen.

Yhteiskunnallinen kriittisyys on edelleen osa häntä. Kirjassaan hän ottaa vahvasti kantaa esimerkiksi kansanedustajien runsaisiin etuisuuksiin verrattuna työttömän kokemaan hyppyytykseen ja nöyryytykseen.

– Voi herran pieksut ja lapikkaat päälle, turhautuminen ja hämmästely purkautuvat.

Pysähdyksiä matkalla

”Onni koostuu niin pienistä asioista ja hetkistä, että usein sen tajuaa vasta jälkeenpäin.”

Soljuvaan elämänmenoon tuli ensimmäinen pysähdys Marja-Leenan sairastuttua rintasyöpään vuonna 1993. Hän toipui siitä hyvin, mutta sairauden vihulainen yllätti uudestaan kahdeksan vuotta myöhemmin: rintasyöpä oli uusiutunut.

Sairauden lisäksi tuli raskaasti koettu työttömyys. Tuolloin yli 50-vuotiaan naisen työllisyysnäkökymät olivat vuonna 1998 heikot. Marja-Leena kouluttautui ravintolakokiksi, mutta töitä löytyi yllättäen toisaalta. Hän hoiti ystäväänsä lapsenlasta kaksi vuotta. Hoitosuhteesta kasvoi isovanhemmuus hoitolapsen omien lasten varamummoksi.

Parisuhteen korkeakoulu

"Ihme ja kumma sitä uneni ties, astui elämänmenooni metallimies." Pariskunta ei altarille astuessaan tiedä, mihin puolisonsa kanssa sitoutuu. Vaimon vakava sairaus ja invalidisoituminen on ollut Marja-Leenalle ja Henrylle todellinen avioliiton korkeakoulu.

Itsenäisestä, aktiivisesta ja ulospäinsuuntautuneesta vaimosta tuli Henrylle yhdessä hetkessä täysin autettava kuntoutuja. Heidän yhdessä laatimansa tulevaisuuden suunnitelmat romuttuivat.

Molempien hermoja ja jaksamista on välillä koeteltu, kysytty moneen kertaan tahdonko tosiaan.

– Yksi periaate meillä on ollut. Riidoissa ei mennä nukkumaan. Piru vie puhutaan sitten vaikka aamuun asti, Marja-Leena toteaa Henryn nyökkäillessä vieressä.

Kirjoittaminen

"Mieti siis tarkkaan, mihin saamasi lahjaa käytät. Sillä ei elämä turhaan lahjoja jakele."

Marja-Leena rakasti jo kansakoulussa äidinkieltä ja ainekirjoitusta. Hän on saanut lahjaksi kielentajun. Sanoilla voi löytää syvempiä merkityksiä kuin arkipäivän huuleneitto.

Jo Ruotsissa asuessaan hän kirjoitteli runoja. 1970- ja 1980-luvuilla syntyi aforismeja ja mietteitä elämästä.

Vasta vammautuminen ja elämän ruuhkavuosien vaihtuminen pysähtymiseen antoivat hänen sisäiselle maailmalleen kuuluvamman äänen. Muutamien sattumien kautta haave oman kirjan julkaisemisesta syttyi. Se konkretisoitui viime kuussa, kun Marja-Leena sai oman kirjansa ulos painosta. Sen syntyminen oli mahdollista, koska kirjailija sai käytännön apua tekstin puhtaaksikirjoittamiseen ja kirjan taittoon tuttaviltaan. Kirjaprosessin pohjalta on tehty jopa yksi geronomiopintojen opinnäytetyö aiheena kirja-prosessin voimaannuttavuus osana kuntoutusprosessia.

Kirjoittaminen ei tule jäämään tähän. Marja-Leenalla on työn alla romaani-käsikirjoitus, joka sijoittuu tunturien Lappiin.

Omalla sinnikkydellään ja myönteisyydellään hän on upea esimerkki arjen ongelmissa kamppaileville kanssakulkijoille.

Elämää täysillä tahdon viel' elää

onnenmuruja löytää, en pitää vain perää

jospa iloa muillekin arkeen noin toisin

sydän onnea täynnä kai nukahtaa voisin.

