

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

Hoitotyön koulutusohjelma Sairaanhoitaja AMK

Roope Wecksten

KUVALLISEN ILMAISUN HYÖDYNNETTÄVYYS VIRIKETOIMINTANA
IKÄÄNTYNEIDEN JA MUISTISAIRAIDEN HYVINVOINNIN EDISTÄMISESSÄ

Opinnäytetyö 2011

TIIVISTELMÄ

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

Hoitotyön koulutusohjelma

WECKSTEN ROOPE

Kuvallisen ilmaisun hyödynnettävyys viriketoimintana ikääntyneiden ja muistisairaiden hyvinvoinnin edistämisessä.

Opinnäytetyö

47 sivua + 6 viitesivua

Työn ohjaaja

TtM Mirja Nurmi, Osastonhoitaja Tiina Holm

Toimeksiantaja

Karhuvuorikoti

Avainsanat

kuvataide, ikääntynyt, hyvinvointi, viriketoiminta

Opinnäytetyö tehtiin kehittämistehtävänä Kotkan Karhuvuorikodissa. Aihe ja sisältö käsittelevät kuvataidetoiminnan hyödynnettävyyttä viriketoimintana ja sen vaikutuksista ikääntyneisiin sekä muistisairaisiin. Kehittämistehtävän tarkoituksena oli järjestää palvelutalon asukkaille viriketoimintaa kuvataiteen muodossa ja saada tietoa toiminnan hyödyistä havainnoimalla ja teemahaastattelulla. Pyrittiin selvittämään, oliko kuvataidetoiminnalla hyvinvointia ja toimintakykyä vahvistavia piirteitä ja olisiko kannattavaa hyödyntää samanlaista toimintaa jatkossa.

Asukkaita päätti osallistua toimintaan palvelutalolle tehtyjen mainoksien ja työntekijöiden mainostamisen myötä. Toiminnassa osallistujat maalasivat itse teoksia tutkijan antamien aiheiden pohjalta. Osallistujat jaettiin kahteen ryhmään, joista kummallekin järjestettiin kolme kuvataidetoiminnan toteutuskertaa kolmen viikon sisällä.

Tuloksina saatiin muun muassa, että kaikki viriketoimintaan osallistuneet kokivat toiminnan miellyttäväksi kokemukseksi ja toiminta synnytti positiivisia mielikuvia. Haastatteluissa monet kertoivat haluavansa osallistua toistekin, mikäli toimintaa järjestettäisiin.

Johtopäätöksinä voidaan todeta, että kuvataidetoiminta oli osallistujille hyvää ja miellyttävää viriketoimintaa. Hyvinvoinnin merkittävään nostamiseen olisi tarvittu pitempiaikaisempaa kehittämistehtävää ja useampia toteutuskertoja.

ABSTRACT

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

University of Applied Sciences

Health Care, Kotka

WECKSTEN, ROOPE

Use of Visual Arts Expression for Stimulation of Wellbeing of the Elderly and People with Memory Diseases

Bachelor's Thesis

47pages + 6 pages of appendices

Supervisor

Mirja Nurmi, MSc

Commissioned by

Karhuvuorikoti

March 2011

Keywords

visual arts, elderly, wellbeing, stimulus

This Bachelor's thesis was performed as a development task in Karhuvuorikoti in the city of Kotka. The thesis deals with the use of visual arts expression as usable impulse activities and its benefits for elderly people and those with memory disease. The purpose of this development task was to arrange impulse activities to the residents of the rest home and to obtain information of the benefits of the activities.

The aim of the study was to provide information on the possible improving effect of visual arts expression on the wellbeing and performance of the participants and to provide information on whether it would be beneficial to continue this kind of activities in the future.

The methods used in this study were observation and theme based interviews. The participants chose to be part of the development task after the task was promoted in the rest home. They were then divided into two groups and in each of them were held three visual arts expression events during the course of three weeks.

To conclude all the participants of the study found visual arts expression as a pleasant experience and the activities raised positive associations. To raise wellbeing remarkably the activities should have been conducted for a longer period of time.

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1	TAUSTA JA TARKOITUS	6
2	KEHITTÄMISTEHTÄVÄN TAVOITTEET	7
3	KEHITTÄMISTEHTÄVÄN KULKU	8
	3.1 Tutkimuksen lähestymistapa	8
	3.2 Kehittämistehtävän kulku	9
4	YLEISTÄ KUVATAITEIDEN OMINAISUUKSISTA	11
	4.1 Muistisairaudet ja kuvataide	14
	4.2 Kuvataiteen käyttö terveydenhuollossa	15
5	KUVATAITEEN MERKITYS IKÄÄNTYVIEN HYVINVOINNISSA	17
	5.1 Ikäihmisen ja hyvinvoinnin määrittely	17
	5.2 Luovan toiminnan merkitys ikääntyneiden hyvinvoinnin kohottamisessa	18
6	OHJAUS JA VIRIKETOIMINTA	20
	6.1 Koulutustarpeen arviointi	20
	6.2 Ohjaustavoitteiden asettaminen ja sisältöjen valinta	21
	6.3 Oppimisen ja ohjauksen arviointi	23
	6.4 Tiedonkeruun suunnittelu	24
	6.5 Toiminnan tavoitteet	24
	6.6 Toteutus	25
	6.6.1 Kuvataidetoiminnan suunnittelu	25
	6.6.2 Havainnointi	27
	6.6.3 Haastattelu	30
	6.7 Toteutuksen arviointi	31
	6.7.1 Ensimmäinen kuvataideryhmä	31
	6.7.2 Toinen kuvataideryhmä (muistisairaat)	33
	6.7.3 Osallistujien ja hoitajien haastattelut	34
	6.7.4 Kustannukset	34

6.7.5	Haastattelujen ja havainnoinnin tulokset	35
7	POHDINTA	38
7.1	Tutkimuksen luotettavuus ja tutkimusetiikka	38
7.1.1	Lähdekritiikki	41
7.1.2	Tutkimuseettiset kysymykset	42
7.2	Hyödynnettävyys ja oma arviointi kehittämistehtävästä	43
	LÄHTEET	44

LIITTEET

- Liite 1. Mainos Karhuvuorikodin hoitajille
- Liite 2. Mainos asukkaille
- Liite 3. Tutkimustaulukko
- Liite 4. Tutkimuslupa

1 TAUSTA JA TARKOITUS

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää kehittämistehtävän metodeja käyttäen, onko kuvataidetoiminta kohottanut tutkimukseen osallistuneiden mielialaa ja hyvinvointia sekä onko sillä elämää rikastuttavia ominaisuuksia. Kuvataide on aina kiinnostanut minua, ja sen käyttömenetelmät terveydenhuollossa on aihe, jota halusin lähteä selvittämään. Itse harrastan piirtämistä ja maalausta, joten aihe on itseäni kiinnostava ja on hienoa, jos tästä tutkimuksesta tulee olemaan hyötyä myös tutkimukseen osallistuneille.

Taide on yksi kulttuuria määrittävistä tekijöistä ja kuvataidetyöskentelyllä on todettu olevan positiivisia vaikutuksia hyvinvointiin. Ohjatun taidetyöskentelyn on todettu aukaisevan aistimaailmaa sekä vahvistavan toimintakykyä. Liikasen (2006) mukaan, kuvallinen ilmaisu on myös sosiaalinen prosessi, joka voi irrottaa ihmisen arjesta. Luovaan toimintaan perustuvilla työmenetelmillä tuetaan muun muassa ikääntyneitä, joille itsensä ilmaiseminen voi olla vaikeaa, sillä luovuus ja elämyksellisyys kykenee antamaan hyvän olon kokemuksia. Toiminnallisissa työmuodoissa on tarkoituksena vahvistaa osallistujien elämänhallintaa sekä kykyä sopeutua uusiin elämänvaiheisiin ja ympärillä tapahtuviin muutoksiin (Andreev & Salomaa 2005, 161,170). Kuvataiteella ja käsityöllä on terapeuttinen ja aktivoiva vaikutus. Luova työ viihdyttää ja mahdollistaa sosiaalista kanssakäymistä sekä vastaa ihmisen tarpeeseen luoda uutta ja ilmaista itseään (Weckroth 1999, 37 - 38).

Tutkimuksia kuvataidetoiminnan hyödyistä on tehty sen hoitomuodoksi tulemisen jälkeen 1900-luvun alussa, mutta tietoa sen tarjoamista mahdollisuuksista on niukasti eikä sen käyttö ole Suomessa kovin yleistä. Kuvallinen ilmaisu nousi tunnustetuksi terapiamuodoksi 1940-luvulla. Toimintaa on tuonut suomessa tunnetuksi Suomen taide-terapiayhdistys, joka perustettiin jo vuonna 1974. Se käynnisti taideterapeuttien koulutukset vuonna 1990, joita järjestetään Helsingin yliopistossa Palmenian järjestämänä. Eri yliopistoissa ja korkeakouluissa on viime vuosina valmistunut monia pro-gradu tason taideterapiaa ja kuvallista viriketoimintaa käsitteleviä opinnäytetöitä (Rankanen ym. 2007, 26 - 27).

Opinnäytetyö järjestettiin Karhuvuorikodin kanssa yksikön asukkaille. Opinnäytetyötä voidaan pitää kehittämistehtävänä mutta se tarjoaa myös toimintatutkimuksellista näkökantaa.

2 KEHITTÄMISTEHTÄVÄN TAVOITTEET

Kehittämistehtävään sisältyy monia tavoitteita. Pyrittiin ensinnäkin selvittämään, kuinka hyvin kuvataidetoiminta on onnistunut luomaan uusia virikkeitä tutkimukseen osallistuneille ja onnistuttiinko kohottamaan toimintaan osallistuneiden elämänlaatua sekä hyvinvointia. Tästä voidaan mainita esimerkkinä Vered (2010), joka kuvailee tutkimustuloksissaan kuvataiteen auttavan varsinkin muistisairaita ilmaisemaan itseään paremmin ja kohottavan heidän elämänlaatuaan.

Kehittämistehtävässä pyritään selvittämään kuvataiteen mahdollisuuksista herättää mielikuvia ja tunteita kuvataidetoimintaan osallistuville sekä pohtia, auttaako toiminta kehittämään osallistujien ilmaisutaitoja. Osallistujien haastatteluilla ja havainnoinnilla perustellaan kuvataidetoiminnan miellyttävä ja virkistävä vaikutus. Toiminnan ja osallistujien havainnoinnilla selvitetään, onko ryhmän vuorovaikutuksella sekä luovuuden esilletuonnilla voimavaroja kasvattavia ja elämää rikastuttavia ominaisuuksia. Pohditaan myös kuvataidetoiminnan mahdollisuutta olla vakituista viriketoimintaa osallistuville ryhmille.

Tutkimukseen osallistuville on kehittämistehtävässä erilliset tavoitteet. Ensinnäkin pyritään parantamaan itsensä ilmaisutaitoja kuvataidetoiminnan avustuksella. Kuvallisen toiminnan on todettu auttavan itsensä ilmaisemisessa varsinkin ikääntyneiden keskuudessa, kun sanoja ei enää tahdo löytyä. Myös kommunikointitaidot voivat kehittyä. (Vered 2010.) Tavoitteena on myös mielikuvien ja tunteiden ylösnousu sekä esiintulo. Kuvallinen ilmaisu voi olla oman elämänkulun hahmottamista ja kuvaamista sekä nykyhetken jäsentämistä. Tästä hyvänä esimerkkinä Koskinen (1998) kuvailee myönteisten ja kielteisten tunteiden ilmaisun ja niiden käsittelyn olevan työskentelyssä paljon oleellisempia kuin itse maalausten ja muiden töiden lopputulokset. Tavoitteena on myös osallistujien voimavarojen ja mielialan nousu sekä ryhmätoiminnan kokeminen positiivisena elämyksenä. Oleellisina tekijöinä kuvataidetoiminnassa korostuvat vuorovaikutus ryhmän toisten jäsenten kanssa, luovuus ja leikki voimavaroina sekä esteet-

tisen elämyksen merkitys elämää rikastuttavana tekijänä. (Rankanen ym. 2007 35-38, 42.)

3 KEHITTÄMISTEHTÄVÄN KULKU

3.1 Tutkimuksen lähestymistapa

Tämä kehittämistehtävä toteutettiin käyttäen kehittämistehtävälle ominaista tutkimustapaa ja työjärjestystä. Työssä tulee esiin myös toimintatutkimukselle ominaisia elementtejä ja tutkimusmetodeja. Kehittämistehtävä liittyy usein johonkin hankkeeseen. Hanke on tuloksiin pyrkivä tehtävien kokonaisuus, jonka toteuttamisesta vastaa tehtävää varten perustettu ryhmä, yksilö tai organisaatio. Hanke on tarkkaan suunniteltu ja päämääriin pyritään suunnitelmallisesti. Kaikilla hankkeilla tulee olla myös tavoitteet (Heikkilä ym. 2008, 27.) Tässä tutkimuksessa hankkeen tavoitteena oli lyhykäisyydessään tuoda kuvataidetoimintaa palvelutalon asukkaille ja saada tietoa hankkeen hyödyllisyydestä ja hyödynnettävyydestä. Kehittämistehtävässä voidaan kuvata hankkeen elinkaari, joka käsittää hankkeen eri vaiheita, kuten ideoinnin, suunnittelun, käynnistuksen, toteutuksen, päättämisen, arvioinnin sekä käyttöönotto vaiheen. (Heikkilä ym. 2008, 27.)

Tutkimus tehtiin kvalitatiivisena. Tutkimus oli parempi tehdä kvalitatiivisena, sillä numeerisia arvoja hankkeen onnistumisesta olisi ollut hyvin vaikea lähteä määrittämään tällaisessa hankkeessa. Kvalitatiivinen lähestymistapa edellyttää tutkijan ja tutkittavien läheistä vuorovaikutus suhdetta. Aineisto on pitkälti haastatteluja ja havainnoimista. Tarkoituksena oli saada kuvailevaa, arvioivaa ja luovaa tutkimustulosta ja tuoda esille osallistujien näkökulmaa sekä saada selville, onko kuvataidetoiminnasta ollut hyötyä hyvinvoinnin tukemisessa. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa aineistoa ja analysointia tehdään pitkin koko tutkimusta (Eskola & Suoranta 1998, 13 - 15). Kvalitatiivisessa tutkimuksessa painottuu aineiston laatu, ei niinkään aineiston määrä. Induktiivinen päättely on pääosassa, eli poimittiin esille kehittämistehtävän tiedonkeruumenetelmien, eli havainnoinnin ja haastattelujen parista nousseita teemoja ja yhtäläisyyksiä ja tehtiin niiden pohjalta päätelmät. Eli pääosissa on: teemoittelu, tyypittely,

sisällönerittely, johtopäätökset. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa aineistoa ja analysointia tehdään pitkin koko tutkimusta (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 91).

3.2 Kehittämistehtävän kulku

Selvitetään ensin kehittämistehtävän ja toimintatutkimuksen kulku yleisellä tasolla. Taulukossa 1 käydään läpi kyseisen kehittämistehtävän yksilöllinen kulku. Kehittämistehtävässä käytettiin toimintatutkimuksellisia lähestymistapoja ja näkökantoja.

Toimintatutkimuksessa on systemaattinen pyrkimys muuttaa ja parantaa tutkittavaa asiaa, joka voi olla ympäristöä tai elämänlaatua. Tutkimuksen pätevyyttä arvioidaan keskustelemalla, kokeilemalla ja rinnastamalla sitä aikaisempaan tietoon. (Heikkinen 2001, 9.) Toimintatutkimus ei ole varsinaisesti tutkimusmetodi vaan pikemminkin lähestymistapa joka voi olla yhteydessä monenlaisiin eri metodeihin (Syrjälä 1994, 10). Tutkimuksessa käytetään usein haastatteluja, kyselytutkimuksia ja osallistuvaa havainnointia kuten tässäkin kehittämishankkeessa (Anttila 2006, 11). Tutkimuspäiväkirjan käyttö ja mahdollisimman tarkat muistiinpanot auttoivat tulosten analysoinnissa ja tutkimusraportin tekemisessä. Usein kehittämistehtävän tai toimintatutkimuksen tilaaja on jokin yritys, jonka edustaja vaikuttaa työhön mielipiteillään ja tarpeillaan, kuten tässäkin kehittämistehtävässä ollut organisaatio. Tutkimuksessa keskeinen tarkoitus on olla vaikuttamassa toimintatapoihin ja kehittää kohteena olevaa organisaatiota. Tutkijan osallistuminen toimintaan on keskeisessä asemassa ja se voidaan luokitella yhdeksi laadullisen tutkimuksen suuntaukseksi.

Nykyisin toimintatutkimus perustuu kriittisen teorian filosofiseen perinteeseen ja pyrkimys emansipaatioon, eli vapautumiseen vanhoista käytännöistä (Anttila 2006, 16). Kriittinen tiedonintressi on yhtenä ehtona tutkimuksen tekemisessä. Praktisessa eli hermeneuttisessa intressissä päämääränä on tutkimustilanteen tai tutkittavien ymmärtäminen ja pyrkimyksenä on löytää asioille merkitys (Heikkinen 2001, 17). Kriittisessä tiedonintressissä tutkija on muutosagentti, joka on itse aktiivisesti tekemässä muutosta havainnoinnin ja haastatteluiden lisäksi (Grönfors 1982, 17). Lyhyesti voidaan sanoa että tekninen intressi lisää tietoa, praktinen ymmärrystä ja kriittinen tiedonintressi pyrkii muutokseen. Luotettavuuden arviointi on oleellisena osana ja ehtona kehittämistehtävässä ja opinnäytetyössä yleensä. Luotettavuutta arvioidaan yleensä reliabiliteetin ja validiteetin näkökulmasta. Toimintatutkimuksellista näkökulmaa on

usein syytetty teoriakielteisyydestä ja keskittymisestä liialti käytännön ongelmien ratkaisuun. (Järvinen & Järvinen. 2000, 129 - 132)

” Todellisuutta muutetaan, jotta sitä voitaisiin tutkia ja todellisuutta tutkitaan, jotta sitä voitaisiin muuttaa.” Wilkinson. M

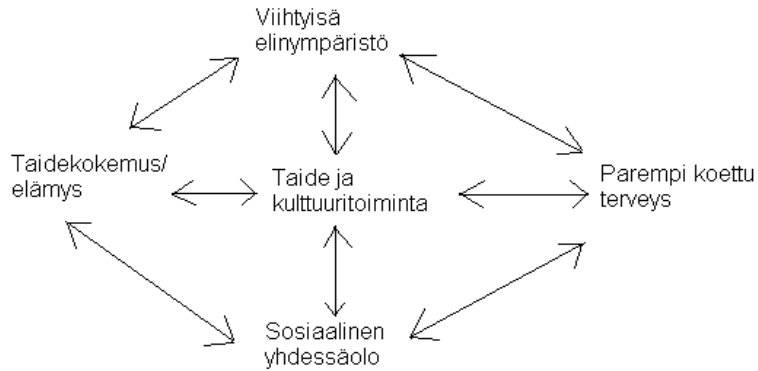
Useat kehittämistehtävät ja toimintatutkimukset ovat useita vuosia kestäviä prosesseja, mutta niitä on mahdollista soveltaa myös lyhyempiin prosesseihin. Kehittämistehtävä rajattiin tarpeeksi konkreettisesti jotta tutkittavassa asiassa päästäisiin mahdollisimman syviin tuloksiin. Tällainen tutkimus edellyttää triangulaatiota eli asioiden tutkimista monella eri tavalla. Nykyään on käytössä aineisto-, menetelmä-, teoria- ja tutkija triangulaatiosta. Kun käytetään monia erilaisia aineistoja, niin käytetään myös monia erilaisia analyysimenetelmiä. Tutkimuksessani tulee lähinnä esille aineisto- ja menetelmätriangulaatio, jolloin pyritään saamaan tutkimuksen haastatteluista ja havainnoinnista kerätty tieto ja päätyä selvään lopputulokseen (Kemmis & Wilkinson 1998, 30).

Taulukko 1. Oman kehittämistehtävän kulku

Oman kehittämistehtävän kulku (Mukaillen Susman & Evered 1978)	
Lähtökohdat	Aiheen valitseminen ja kehittämismahdollisuuksien arviointi. Valittiin aihepiiriksi kuvataidetoiminnan hyödynnettävyys sosiaali- ja terveydenhuollossa josta kerättiin aiempia tutkimuksia ja perehdyttiin aiheeseen. Lähdettiin hakemaan organisaatiota joka olisi kiinnostunut kehittämistehtävään osallistumisessa. Yhdessä organisaation kanssa arvioitiin kehittämistehtävän ja aiheen potentiaalia ja toteutuksen mahdollisuuksia.
Diagnosointi	Ongelman määrittely ja tavoitteiden asettaminen. Tehtiin organisaatioiden työntekijöiden avulla kartoitusta yksikön asukkaiden kyvyistä osallistua tutkimukseen ja osallistumishalukkuudesta. Aloitettiin määrittämään tavoitteita joita kehittämistehtävällä halutaan saavuttaa.
Suunnittelu	Keskusteltiin tutkittavan organisaation kanssa kehittämistehtävän toteutuksesta ja etsittiin aiempaa tutkimuskirjallisuutta aiheeseen liittyen. Uuden tiedon pohjalta muokattiin ja määriteltiin uudestaan tutkimusongelmat sekä suunniteltiin tutkimuksen ja toteutuksen kulku ja tiedonkeruu menetelmät. Mainostettiin organisaation asukkaille mahdollisuutta osallistua kuvataidetoimintaan sekä hankittiin kehittämistehtävälle tutkimuslupa.
Toteutus	Toiminta jaettiin kahteen ryhmään joista toinen painottui muistisairaisiin. Järjestettiin kummallekin ryhmälle kolme kuvataidetoteutus kertaa, joissa tutkija oli mukana ohjaamassa toimintaa sekä tekemässä tiedonkeruuta toiminnan pohjalta havainnoinnin ja haastattelujen metodeja käyttäen.
Arviointi ja oppiminen	Aineisto analysoitiin kriittisellä tiedonintressillä ja saatiin tarpeellinen tieto kehittämistehtävän tavoitteiden saavuttamisesta. Tehtiin johtopäätökset kehittämistehtävän pohjalta saamista tiedoista ja arvioitiin prosessin onnistuminen sekä oma oppiminen. Arvioitiin myös tutkimuksen luotettavuutta.

4 YLEISTÄ KUVATAITEIDEN OMINAISUUKSISTA

Taide on yksi kulttuuria määrittävistä tekijöistä. Taide on ihmisen luomia teoksia, jotka saavat aikaan ihmisissä esteettisiä kokemuksia. Taiteella voidaan ilmaista, viestiä tai ottaa kantaa niin yhteiskunnan kuin henkilökohtaisiin asioihin. Taide voi myös tuottaa esteettistä mielihyvää ja yhtenä tarkoituksena on herättää katsojassa ajatuksia ja tunteita. Hannula (2005) toteaa, että taiteeksi voidaan lukea kuvataide, elokuvat, veistokset, valokuvat, tanssi, musiikki sekä lukemattomia muita kulttuurin ilmentymiä. Liikasen (2006) mukaan ohjattu taiteen tekeminen aukaisee aistimaailmaa sekä vahvistaa toimintakykyä. Kuvallinen ilmaisu on myös sosiaalinen prosessi, joka voi irrottaa ihmisen arjesta. Seuraavan sivun kuva kuvaa taiteen vaikutuksia.



Kuva 1 Taiteen vaikutukset

Taidetta voidaan käyttää terapiassa inspiraation lähteenä ja motivoivana tekijänä. Kuvataiteen yksi hyödyllinen muoto on taideterapia. Taideterapia on sekä asiakkaan, että terapeutin työskentelymenetelmä, jonka ominaisuuksia selvitetään taulukossa 2.

Taulukko 2. Taideterapian ominaislaatuja (Van Marissing 1997, 36)

Taideterapian ominaislaatuja:
Taideterapiassa muovataan ja muutetaan olemassa olevaa todellisuutta.
Taideterapiaprosessi on yllätyksellinen.
Taideterapiaprosessi on päättymätön, jatkuva tapahtuma jossa loppu on uuden alku.
Taideterapia ilmaisee ja vaikuttaa.
Taideterapia on monimerkityksinen ja monikerroksinen tapahtuma.

Taideterapia on Pulkkinen (2006) mukaan tavoitteellista toimintaa ja tavoitteet mietitään yhdessä asiakkaan ja yhteistyötahon kanssa. Erilaisilla materiaaleilla toimiminen on olennainen osa taideterapiaa. Sen osana voidaan käyttää kirjoittamista, musiikkia, tarinoiden keksimistä ja kertomista sekä liikuntaa. taideterapiassa ei ole aina samaa, tiettyä toimintamallia vaan se suunnitellaan yksilöllisten tai yhteisten tavoitteiden mukaan. Taideterapiasessioiden kestot ja pituudet voivat vaihdella muutamasta kerrasta usean vuoden mittaiseen prosessiin.

Kuvataidetta käytetään niin kuntoutukseen kuin hoitonakin monenlaisille eri asiakasryhmille. Pääpaino siinä on kuvallisella ilmaisulla ja vuorovaikutuksella, jotka herättävät mielikuvia ja tunteita ja auttaa niiden jäsentämisessä. Taiteen avulla voi tiedostaa ja tuoda esille sekä työstää omia syvälle painautuneita kokemuksia, tunteita, toiveita joita voi olla sanoin vaikea ilmaista. Kuvallinen ilmaisu voi auttaa myös elämään oman sairautensa kanssa ja oppia käsittelemään sen mukanaan tuomia negatiivisia tunteita. Oleellisina korostuvat myös terapeutin vuorovaikutus ryhmän toisten jäsenten kanssa, luovuus ja leikki voimavaroina sekä esteettisen elämyksen merkitys elämää rikastuttavana tekijänä. Taidetta voidaan käyttää muun muassa: Autismin hoitoon, mielenterveyden hoitamiseen, traumaista ja kriiseistä selviämiseen, riippuvuuksien hoidossa, hermosairauksissa, muistisairauksissa sekä lasten ja nuorten tarkkaavaisuus ja keskittymishäiriöissä. (Rankanen ym. 2007, 35 - 38, 42.)

Kuvataidetta tarkasteltaessa tulee myös ymmärtää tiettyjä käsitteitä. Kulttuurilla tarkoitetaan kaikkia niitä asioita, joita ihmiset ja kansat ovat oppineet historian aikana tekemään, arvostamaan ja uskomaan. Kulttuuri on tapa ajatella, tuntea ja reagoida. Kulttuuri on opittu tapa, ja sen olennainen osa koostuu perinteistä, mielipiteistä, ajatuksista ja arvoista. Kulttuuria voisikin sanoa ihmisyyteen yhteiseksi persoonallisuudeksi. Se on tiettyyn yhteiskuntaan sitoutuva elämäntapa. Eri kulttuurit koostuvat niistä moraaliarvoista, laeista ja normeista joita ne ovat oman historiansa aikana omaksuneet. (Alitolppa- Niittamo 1993, 98 – 99.)

Toimintakyky voidaan määritellä monin eri tavoin eikä yleisesti hyväksyttyä käsitteistöä ole olemassa. Yhtenä keskeisenä tekijänä toimintakykyä arvioidessa on pidetty pärjäämistä päivittäisissä toiminnoissa. Iän myötä toimintavajaudet yleensä kasvavat. Toimintakyvyn käsite voidaan myös rajata fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn. Toimintakyky voidaan ikäihmisellä jakaa kognitiiviseen, fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn. Kognitiivisella toimintakyvyllä tarkoitetaan muun muassa päättelytoimintaa sekä lyhyen ja pitkäkestoisen muistin tehokkuutta sekä puheen tuottamista. Fyysinen toimintakyky tarkoittaa usein ikääntyneiden tapauksessa kykyä suoriutua päivittäisistä toiminnoista kuten pukeutumisesta, wc-käynneistä jne. Psyykinen toimintakyky tarkoittaa elämänhallintaa ja mielen hyvinvointia. Sosiaalinen toimintakyky merkitsee kykyä tulla toimeen toisten ihmisten kanssa ja kykyä muodostaa kontakteja. (Voutilainen & Vaarama 2005, 16.)

4.1 Muistisairaudet ja kuvataide

Muistisairauksilla ja kuvataiteella on jonkin verran yhteistä historiaa takana. Vered (2010) kuvailee, että erityisesti fronto-temperaalisesta alzheimerin taudista kärsivien potilaiden kanssa on tullut esille kuvataiteellista lahjakkuutta ja kiinnostusta taidetta kohtaan niillä, joilla ei aikaisemmin tiedetty olevan taiteellisia lahjoja. Muistisairaana potilaan osallistuminen taidetoimintaan ja museoiden kiertelyyn on nähty aikaansaavan tilapäistä mielen toiminnan paranemista ja mielialan kohoamista. Tätä ilmiötä on havainnointu useissa paikoissa ja monilla potilailla ja siitä on kirjoitettu tutkimusartikkeleita. Jo muutamien 45 minuutin taideistuntojen jälkeen on havaittavissa muutoksia muistisairaissa potilaissa. On spekuloitu, että visuaaliset kokemukset (kuten taide) aktivoivat aivojen alueita, jotka ovat pysyneet muuttumattomina jopa siinä vaiheessa, kun tauti on vaikuttanut jo monien perustaitojen osaamiseen ja ymmärtämiseen. Ne aivojen osat, jotka käsittelevät värejä ja kuvien kokoamista, ovat vielä jäljellä, ja niitä voidaan kehittää. Taidetoiminnasta voi olla apua niillekin potilaille, joilla on pitkälle edennyt muistisairaus. Taiteita hyödyntävä terapia on metodi kaivautua syvälle mielen perukoihin ja vaikuttaa hyvinvoinnin kohenemiseen jopa dramaattisin seurauksin. Kauan puhumattomina ja vaikeina pysyttelevät potilaat saattavat yllättäen alkaa kertoa omasta luomuksestaan (Abraham 2004, 35).

Kuvataidetoiminnan on todettu auttavan muistisairaita ilmaisemaan tunteitaan taiteen kautta, kun he eivät enää taudin edettyä pitkälle, kykene ilmaisemaan itseään sanoin. Veredin (2010) mukaan taide voi auttaa helpottamaan eristäytyneisyyden ja yksinäisyyden tunteita ja rauhoittamaan levottomia potilaita. Kuvataide kehittää muistisairaana kommunikointi taitoja, kun sanoja ei saa enää kunnolla muodostettua, ja se auttaa käsittelemään negatiivisia tunnekokemuksia, jotka voivat jäädä painamaan mielen perukoihin, ellei kuvataide auttaisi käsittelemään niitä. Toiminta painottaa kykyjä ja taitoja, jotka ovat yhä jäljellä aivoissa ja kehittää niitä eteenpäin, eikä yritä palauttaa niitä taitoja, jotka ovat jo menetetty.

Hamren (2007) tutkimuksen mukaan sekä taiteen katselulla, että sen luomisella on rauhoittava vaikutus muistisairaille. Samaa vaikutusta voi saada aikaan myös esim. musiikin kuuntelulla. Sekä musiikki että taide näyttävät vaikuttavan niihin aivojen osiin, jotka vaikuttavat hyvinvointiin ja tunne-elämään, riippumatta henkilön iästä tai hengenvaroista. Siksi kuvataide- ja musiikkiterapian käyttö kasvaa päivä päivältä.

Kuvataide voi edistää rentoutumista ja vähentää niin sanottua häiriökäyttäytymistä. Taide voi myös luoda parempia suhteita potilaan ja hoitajan välille sekä potilaan ja omaisten välille, mikäli he harrastavat taideterapiaa yhdessä. Kun perinteiset kommunikointikeinot pettävät, voidaan kuvataidetoiminnan avulla saada aikaan sanatonta yhteisymmärrystä ja viestintää ja muistuttaa, että ihminen taudin takana on yhä olemassa.

Muistisairaus heikentää sairastuneen toimintakykyä ja lisää avuntarvetta päivittäisissä toiminnoissa. Siihen kuuluu muistin ja tiedonkäsittelyn heikentyminen. Sairauteen liittyy usein myös kielellisiä häiriöitä, tunnistamisen vaikeutta, ongelmaratkaisutaidon heikkenemistä ja kätevyyden heikkeneminen. Muistisairaiden elämänlaatua mittaavia tutkimuksia on tehty Suomessa. Esimerkiksi vuonna 2008 tehdyn tutkimuksen mukaan, muistisairaiden keskimääräinen hyvinvointi oli Helsingin alueella 22,4 Qualid-elämänlaatumittariasteikon mukaan. Mittaus on suunniteltu erityisesti muistisairaiden ihmisten havainnointiin. Pisteiden vaihteluväli on 11 - 55 ja mitä pienemmän pistemäärän henkilö saa, sitä parempaa on elämänlaatu. Aikaisemmassa tutkimuksessa saatiin laitoshoidossa olevien muistisairaiden pistemääräksi 21,77. Pisteet perustuivat omahoitajien tekemiin havaintoihin (Soini ym. 2009). Vuoren (2009) mukaan, käyttäytymisessäkin voi tapahtua muutoksia kuten: mielialan laskua, ahdistuneisuutta, sosiaalista vetäytymistä, vireystilan vaihtelua, aloitekyvyttömyyttä, mielenkiinnon laskua ja rutiineihin tukeutumista.

4.2 Kuvataiteen käyttö terveydenhuollossa

Kuvataidetta käytetään somaattisten sairauksien, kuten syövän hoidossa mutta sillä on positiivisia tutkimustuloksia myös AIDSin ja muiden somaattisten sairauksien hoidossa. On olemassa sekä laadullisia tutkimuksia, että tapauskertomuksia kuvataidetoiminnan hyödyllisyydestä. Kuvallista ilmaisua on käytetty kansainvälisesti myös saattohoidossa. Kuvataide auttaa kohtaamaan oman kuolevaisuutensa ja auttaa omassa kehossa tapahtuvien muutosten hyväksymisessä. Kuvataidetoiminnan mieltä ja kehoa integroiva vaikutus voi auttaa potilaita sairauden ja fyysisen kivun psyykkisessä hallinnassa. (Rankanen ym. 2007, 58.)

Kuvataiteella on havaittu olevan kipua ja ahdistusta lieventävää vaikutusta syöpäpotilailla. Paicen (2006) Northwesternin sairaalassa tehdyn tutkimuksen mukaan, syöpä-

potilaat kertoivat huomattavasta kivun lieventymisestä kahdeksassa oireesta yhdeksästä. Oireita ja kipua mitattiin ESAS- asteikolla (Edmonton Symptom Assessment Scale) potilaiden vietettyä tunnin valitsemansa taidetyöskentelyn parissa. 50 potilaalle järjestettiin neljä kuukautta kestävä taideterapiajakso, jossa annettiin potilaiden arvioida omia oireitaan: kipua, väsymystä, pahoinvointia, masennusta, ahdistuneisuutta, uneliaisuutta, ruokahaluttomuutta, hyvinvointia ja hengenahdistusta. Kaikkiaan kahdeksan oiretta yhdeksästä helpottui. Ainoa, jossa ei tapahtunut muutosta, oli pahoinvointi. Tutkimus kertoo, miten suuri rooli kuvallisella ilmaisulla voi olla oireiden ja kivun lievityksessä. Kuvataidetyöskentely tuottaa toimintaa, joka antaa jotain muuta ajateltavaa kivun tilalle ja antaa mahdollisuuksia keskittää huomio positiivisiin asioihin eikä omaan terveydentilaansa ja antaa heille jotakin, josta he ovat itse kontrollissa. Taideterapia on hyvä vaihtoehto niille, jotka eivät löydä helpotusta perinteisestä psykoterapiasta.

On paljon ihmisiä jotka hakeutuvat taideterapiaan erilaisten kriisien vuoksi kuten avioeron, läheisen kuoleman, identiteettikriisin tai muun raskaan elämäntilanteen vuoksi. Kuvataide voi auttaa käsittelemään muuttunutta elämäntilannetta ja auttaa jäsentelemään tapahtunutta. Kuvataidekokemuksen myötä voi oma minäkäsitys vahvistua. Kansainvälisissä vaikuttavuustutkimuksissa on havaittu taiteita hyödyntävien toimintaterapioiden vähentävän traumaperäisen stressihäiriön oireita ja vahvistavan itsetuntoa sekä itsehallintaa. Kuvallinen ilmaisu näytti auttavan niin uusien traumojen käsittelyssä kuin vanhojenkin. Olennaista oli toiminnan ulkopuolella käydyt itsetutkiskelu- ja kuvataidekotitehtävät. (Rankanen ym. 2007, 58.)

Turvallisessa taiteentyöstämistilanteessa voi työskentelyn aikana kokea rajuja ja intensiivisiä tunteita ja traumaattinen kokemus voi tulla ulkoistetuksi kuvaan. Traumaan liittyvän kuvan tekeminen on eräänlainen puhdistautumiskeino, jolla saa traumaattisen asian ulos itsestään. Taideprosessi ja kuva tulevat käsiteltyä ja vastaanotettua terapeutin ja mahdollisesti myös muun ryhmän kanssa ilman sanoja. Vastaanotetuksi ja hyväksytyksi tulemisen tunne korjaa ja hoitaa trauman aiheuttamaa haittaa. On vertailtu seksuaalista hyväksikäyttöä lapsena kokeneiden, nyt aikuisten naisten taideterapiaryhmän ja verbaaliryhmän eroavia vaikutuksia havaittiin, että taideterapiatyöskentely toi mahdollisuuden turvalliseen vuorovaikutukseen, jonka ansiosta potilaat kokivat lisää itseymmärrystä, katartisia kokemuksia ja ryhmän koheesiota. Tutkimuksissa

painotetaan taiteen tarjoamien kehollisten ja aistikokemusten yhdistymistä kognitiiviseen ymmärrykseen (Gilroy 2006, 45).

Kuvataidetta käytetään metodina riippuvuuksien hoitoon käyttämällä luovaa prosessia vahvistamaan omaa fyysistä, henkistä ja tunnetasoa hyvinvointia paraneville riippuvuusongelmaisille. Battalgian (2009) mukaan, luomisprosessi auttaa kohtaamaan henkilökohtaisia ongelmia, parantamaan sosiaalisia taitoja ja oppimaan itsehillintää sekä parantamaan itsetuntoa ja kohentaa itsetuntemusta. Taidetoimintaa on käytetty menestyksekkäästi nuorilla aikuisilla, kohtaamaan ja käsittelemään omaa riippuvuuttaan.

Kuvataidetyöskentely ryhmässä selventää riippuvuuden mittakaavaa ja tuo esille ideoita ja strategioita potilaille vältellä ja vastustaa sitä, mistä ikinä he ovatkaan riippuvaisia, kuvina näkyville ja käsiteltäviksi. Prosessissa on tärkeää omien, täydellisyyttä ja todellisuutta esittävien kuvien kohtaaminen ja niiden realistisointi tosielämässä. Samalla aiemmat vääristyneet käsitykset oman riippuvuusongelman laajuudesta tulevat korjatuiksi hellävaraisemmalla tavalla. Monissa tutkimuksissa tulee esille kuvallisen ilmaisun tuoma mahdollisuus itseen keskittymiseen, mikä voi helpottaa tulevaa ongelman kohtaamista verrattuna tavanomaiseen psykoterapiaan, joissa ongelmaa lähdetään purkamaan sanallisesti terapeutin ohjaamana. Toiminnalla on huomattu myös olevan vaikutusta hoitoon sitoutumiseen, motivaatioon ja uskomaan muutoksen mahdollisuuteen. Tutkimuksia on kuitenkin tehty kovin vähän, eikä kuvallista ilmaisua vielä käytetä riippuvuuksien hoidossa kovin yleisesti. (Gilroy 2006, 55.)

5 KUVATAITEEN MERKITYS IKÄÄNTYVIEN HYVINVOINNISSA

5.1 Ikäihmisen ja hyvinvoinnin määrittely

Vanhus on hyvin epätäsmällinen käsite ja sanaan liitetään usein negatiivisia mielikuvia. Tiettyä ikärajaa vanhukselle tai ikääntyneelle ei ole. Vanhus tuo usein mielikuvan huonokuntoisuudesta, vaikkakin hyväkuntoisia vanhuksia on olemassa paljon. Jokainen on niin vanha kuin tuntee olevansa. ”Vanhus”- sanalla voidaan myös nähdä positiivisia mielikuvia, kuten kokemus tai viisaus. Monia ehdotuksia vanhuksen määrittelylle on ja jokaisella omansa, mutta ei ole mitään asteikkoa, jolla mitataan vanhuutta.

(Sarvimäki 2010.) Hyvinvoinnin osatekijöitä ovat onnellisuus, sosiaaliset suhteet ja itsensä toteuttaminen. Hyvinvointi voidaan myös määritellä kolmeen eri osaan: fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin, jotka kaikki ovat yhteydessä toisiinsa. Fyysiseen hyvinvointiin voidaan lukea mm. lepo, ravinto, terveys ja hyväkuntoisuus. Psyykkinen hyvinvointi on henkistä tasapainoa ja mielenterveyttä. Sosiaalisella hyvinvoinnilla tarkoitetaan mm. sosiaalista verkostoa, johon kuuluvat perhe ja ystävät. (Kajanoja 2005.) Tärkeimpänä yhteiskunnan hyvinvointia ja menestystä kuvaavana mittarina on pidetty bruttokansantuotetta. Tosin nykypäivänä korostetaan enemmän henkistä hyvinvointia ja hyvinvoinnin mittaamisen painopiste on siirtymässä vaurauden korostamisesta elämisen merkityksellisyyden ja ihmissuhteiden arvostamiseen. Hyvinvointiin liitetään myös toimintakyvyn eri osa-alueet. (Tarvas 2010.)

5.2 Luovan toiminnan merkitys ikääntyneiden hyvinvoinnin kohottamisessa

Oleellinen osa luovissa ja toiminnallisissa menetelmissä, kuten kuvataiteessa, on elämyksellisyyden ja yhteisöllisyyden kokemus. Ikääntyneille mahdollistetaan elämyksellisillä kokemuksilla heidän oman kokemusmaailmansa tulkitsemista. Ryhmätoiminta vahvistaa yhteisöllisyyden kokemusta (Andreev & Salomaa 2005, 169).

Luovaan toimintaan perustuvilla työmenetelmillä tuetaan ikääntyneitä, joille itsensä ilmaiseminen voi olla vaikeaa. Luovuus ja elämyksellisyys kykenee antamaan hyvän olon kokemuksia. Toiminnallisissa työmuodoissa on tarkoituksena vahvistaa ikääntyneiden elämänhallintaa sekä kykyä sopeutua uusiin elämänvaiheisiin ja ympärillä tapahtuviin muutoksiin. (Andreev & Salomaa 2005, 161, 170.) Kuvataiteella ja käsityöllä on terapeuttinen ja aktivoiva vaikutus. Luova työ viihdyttää ja mahdollistaa sosiaalista kanssakäymistä sekä vastaa ihmisen tarpeeseen luoda uutta ja ilmaista itseään. (Weckroth 1999, 37 – 38.) Luova toiminta vaatii ja kehittää fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia taitoja sekä parantaa vuorovaikutusta. Toiminnasta saadaan osallisuuden ja vastavuoroisuuden kokemuksia sekä kokemusta omasta arvosta ja tarpeellisuudesta. Kuvataidetoiminnan lopputulos ei ole tärkein, vaan toiminta painotetaan itse tekemisen positiivisuuteen. Myös kuvataidetoiminnan ohjaajalta saatu myönteinen palaute lisää onnistumisen kokemuksia osallistujilla. (Weckroth 1999, 38 - 39.)

Dialogisuus toteutuu ihmistä kunnioittavassa kohtaamisessa. Dialogi syntyy luonnollisesti, ja sitä määrittävät kahdenkeskisyys, sitoutuneisuus, aitous ja joustavuus. Vuoro-

vaikutteinen suhde ikääntyneiden kanssa on mahdollisuus löytää ratkaisuja kuvataide-toimintaan osallistuvien hyvinvoinnin lisäämiseksi. Aitoa vuorovaikutteisuutta tarvitaan, kun käytetään luovaa toimintaa ikääntyneiden voimavaroja ja elämänlaatua vahvistavana tekijänä. Osallistujille pitää antaa aikaa omien valintojen tekemiseen ja heitä pitää tukea ja kannustaa omissa töissään. Toiminnassa ei pyritä antamaan tarkkoja ja valmiita työohjeita vaan kannustetaan omatoimisuuteen. Itsestä lähtevä into tekemiseen ja onnistumisen kokemukset vahvistavat ihmisen itsetuntoa. (Koivunen 1997, 76.) Omassa toteutuksessa olevat kuvataidetoiminnan aihepiirit antavat ideoita osallistujille ja niille on olemassa omat tarkoituksensa

Muistelutyö vahvistaa kuvataidetoiminnan ominaisuuksia sosiaalisena vuorovaikutuksena. Kuvataiteen keinoin ikääntyneille tulee mahdollisuus käyttää omia töitään oma historiansa kertomiseen. Sisäiset ja terapeuttiset elementit korostuvat työssä, joissa voi käyttää vapaata ilmaisua ja vapaudesta valita työvälineet. Ikääntyneen kuvallinen ilmaisu on oman elämänsä hahmottamista ja kuvaamista sekä nykyhetken jäsentämisestä. Myönteisten ja kielteisten tunteiden ilmaisu ovat työskentelyssä paljon oleellisempia kuin itse maalausten ja muiden töiden lopputulokset. (Koskinen ym. 1998, 209.)

Ryhmätoiminnassa kuvallisessa ilmaisussa voidaan saavuttaa monia erilaisia tavoitteita, kuten oman ja toisten töiden arvostaminen, kokemusten vaihto sekä toisten tuki ja luottamus. Valmiiden kuvien, kuten maalausten ja valokuvien käyttö on tärkeä osa kuvallista ilmaisua. Kuvat herättävät mielleyhtymiä, muistoja sekä muita tunteita. Niillä inspiroidaan mielikuvitusta, ja ne antavat virikkeitä omaan kuvataidetyöskentelyyn. (Koskinen ym. 1998, 210.) Omassa työssäni käytettiin paljon erilaisia kuvia maalauksista valokuviin, tarkoituksena herättää tuntemuksia sekä antaa ideoita omiin töihin.

6 OHJAUS JA VIRIKETOIMINTA

6.1 Koulutustarpeen arviointi

Viriketoiminnalla tarkoitetaan mielekästä ja hyvänä ajanvietteenä käyvää toimintaa ja tekemistä. Viriketoiminnan järjestäminen on tärkeää, ja se auttaa ikä-ihmistä hahmotamaan omaa toimintakykyään ja myös ympäristöään. Vanhustenhuollossa on hyvä järjestää asukkaille virikkeitä, jottei toimintakyky pääse laskemaan nopeasti, sillä virikkeetön vanhus altistuu helposti apaattisuuteen ja masennukseen. Tällöin ikääntyvä ei enää edes halua ylläpitää toimintakykyään, ja sosiaaliset suhteet, mikä johtaa kasvavaan yksinäisyyden tunteeseen. Viriketoiminta on hyvä suunnitella jokaiselle yksilöllisesti. Viriketoiminnan tarve syntyy siitä, että ympäristössä ei ole tarpeeksi virikkeitä tai mielekästä tekemistä. Jokaisella asukkaalla on yksilölliset tarpeensa toimintaan, ja nyt siihen syntyi mahdollisuus kuvataiteen avulla. Markkinointi oli tärkeää, jotta saatiin suunnattua kuvataidetoimintaa niille, jotka sitä todella tarvitsevat ja joille ryhmässä tapahtuma työskentely tulisi voimavaraksi ja näin kohottaisi elämänlaatua. Toiminta voi sytyttää asukkaassa ns. palavan halun saada lisää samanlaista toimintaa ja jatkaa itsenäisesti taidetyöskentelyä. Jo rutiineista poikkeaminen voi olla hyvää mielenvirkistystä. Tosin jotkut saattavat vierastaa uusia tilanteita. (Airila 2002.)

Kuntoutukseen liittyy olennaisesti aivojen plasiteetti eli uudelleenmuovautumiskyky. Aivot synnyttävät ja uudistavat koko elämän ajan hermoyhteyksiä erilaisen toiminnan myötä. Kuntoutuksen avulla aivot aktivoituvat. Muistisairaiden kohdalla, kuntoutuksen tavoitteena on parantaa ja ylläpitää toimintakykyä sekä kasvattaa elämänlaatua. Toimintakyky on kaikilla yksilöllinen ja siihen liittyy muistisairauden laatu, lääkitys, ympäristö ja sosiaalinen verkosto. (Pirttilä 2004, 11 - 12.)

Didaktiikka (opetusoppi) on kasvatustieteen keskeinen alue. Opetuksen keskeisiä komponentteja ovat sisältö ja muoto eli mitä opetetaan ja miten tämä tehdään. Didaktiikassa painotetaan nykyisin oppimista eikä niinkään opetusta opettajan toiminnan näkökulmasta. Oppijoiden terveydentila ja erityispiirteet vaikuttavat oppimiseen. Oppijan edellytyksiin vaikuttaa: aikaisemmat tiedot ja taidot, aikaisemmat kokemukset, opittavan asian yksilöllinen arvo, ikä ja kehitysaste, terveydentila, elämänvaihe ja kriisit. (Rauste-vonWright 1994, 175.)

Toiminta päätettiin järjestää ikäihmisille. Viriketoiminta voi usein jäädä taka-alalle rutiinien ja työvoimapulan vuoksi hoitokodeissa. Juuri tämä lisä rutiineihin on hyvä keino nähdä, onko toiminnasta ollut hyötyä jokapäiväisessä elämässä ja onko elämänlaatu parantunut. Terveystilat asukkailla ovat yksilöllisiä eikä ketään toimintaan fyysisesti kykenemättömän tarvinnut osallistua itse toimintaan, mutta oli mahdollista seurata vierestä muiden puuhailua ja olla hengessä mukana. Kuvataidetoiminta sopii ikäihmisille siinäkin suhteessa, että se ei ole raskasta. Tosin tekniikkaa ja vakaata kättä vaativat asiat voivat osoittautua hankaliksi, mutta on syytä painottaa, että toiminta on leikkimielistä eikä mahdollisista epäonnistumisista kannata huolehtia. (Rankanen 2007, 32,33.) Omassa toteutuksessa ei kukaan osallistujilla ollut ammatillista kokemusta kuvataiteen pohjalta. Tämä on hyvä asia siinä mielessä, että nyt oli mahdollisuus opetella jotain uutta ja miellyttävää. Jos kukaan ei ole koskaan tehnyt mitään luovaa kuvataiteen saralla tai heillä liittyy siihen jokin ikävä muisto tai mielikuva, voi asiaan innostuminen ja osallistuminen olla hankalaa. Aikaisemmat kokemukset ovat tärkeitä juuri osallistumishalukkuuden kannalta. Aina on hyvä, jos jollakin on hyviä kokemuksia ja innostusta aiheeseen, niin he saattavat innostaa myös muita mukaan. Toiminnalla pyrittiin saada aikaan osallistujille hyviä muistoja kuvataiteen saralta, jotta he jaksaisivat innostua myös muista toimintamahdollisuuksista, mikä on hyvä alku virkeämmälle ja parempilaatuiselle elämälle.

6.2 Ohjaustavoitteiden asettaminen ja sisältöjen valinta

Hyvät tavoitteet selventävät ohjauksen suunnittelua ja arviointia. Ohjauksen tavoitteita on syytä pohtia suhteessa opittavaan asiaan kokonaisuutena ollakseen realistisia. Myös toimijoiden lähtötasoa ja tavoiteltavan osaamistason saavuttamista on syytä pohtia. Tavoitteet riippuvat siitä, mitä halutaan toimijoiden osaavan. Huomiota voidaan myös kiinnittää toiminnan sujuvuuteen ja tehokkuuteen tai laajempien oppimistavoitteiden saavuttamiseen. (Rauste- vonWright 141 - 142.) Tavoitteenani ei ollut opettaa ryhmille maalauksen tekniikkaa tai muutakaan kuvataiteen teoriaa, vaan pikemminkin ohjata ja antaa neuvoja työskentelyn ohessa. Tavoite oli, että molemmissa ryhmissä kaikki saisivat ainakin kaksi työtä valmiiksi ja että osallistujilla olisi mukavaa töitä tehdessään. Ohjauksen tavoitteena oli lähinnä oikean ilmapiirin ja ryhmähengen luominen ja pyrittiin saamaan toiminta sujuvaksi. Kummallakin ryhmällä oli samat tavoitteet, mutta ohjauksessa kiinnitin huomiota lähinnä toiminnan sujuvuuteen ja tehokkuuteen.

Sisällön valinnassa oli otettava huomioon useita seikkoja. Tehtävien tuli olla tavoitteita ajatellen sopivia. Myös tehtävien sopiva määrä ja sopiva vaikeustaso ovat oleellisia

toimijoiden motivaation ja jaksamisen kannalta. Tehtävien valinnassa otetaan huomioon myös havainnollisuus, aktiivisuus ja haasteellisuus. Aineksen jäsentämiselle on asetettu useita didaktisia periaatteita, kuten kronologinen eteneminen yksinkertaisesta monimutkaiseen ja perustiedoista eteneminen soveltavaan työhön. Deduktiivisessa etenemisessä esitetään ensin yleiset teoriat ja periaatteet ja sitten niitä lähdetään laajentamaan erilaisilla esimerkeillä. Tämä sopii monimutkaisen aineen opettamiseen. (Kansanen 2004, 51.) Toiminta omassa työssäni oli pyritty jäsentämään niin, että helpommasta tehtävästä siirryttiin vaikeampaan. Jos oltaisiin aloitettu liian vaikeasti, asukkaat olisivat saattaneet turhautua työn sujumattomuuteen, vaikka maalausta tehtäisiinkin leikkimielessä.

Ensimmäisessä tehtävässä tutustutaan ja opetellaan käsittelemään työvälineitä ja värejä. On tärkeää näyttää aluksi esimerkkejä maisemamaalauksesta, joka ei ole turhan pikkutarkkaa. Näin asukkaat saavat idean siitä, mitä haetaan eivätkä, heti turhaudu luullessaan haasteen olevan ylivoimainen. Toisessa ja kolmannessa tehtävässä oli jo hieman vaikeammat aiheet, joista niistäkin näytettiin esimerkkejä.

Työtapojen ohjausmenetelmissä tulee ottaa huomioon seuraavia seikkoja: ohjattavien tieto- ja taitotaso, motivaatio, ryhmän koko, tavoiteltava oppimistaso, oppiaine, resurssit, ohjaajan taidot ja persoona, oppimisenäkemys. Didaktisista periaatteista on olemassa monia luetteloita, mutta kaikissa korostuu motivoinnin, toiminnallisuuden ja arvioinnin periaatteet. Havainnollistaminen on myös tärkeä periaate, ja se auttaa oppijaa käsittelemään ja prosessoimaan oppiainesta. Hyvällä havainnollistamisella autetaan toimijaa erottamaan oleelliset asiat. (Kansanen 2004, 52 – 53.) Havainnollistamisessa voi käyttää seuraavia tapoja: toiminnan demonstraatio, erilaiset näkökulmat, esimerkit, kuvat, videot ja täsmentävät keskustelut.

Ohjaaja voi toimia erilaisissa rooleissa. Näillä rooleilla vaikutetaan toimijan rooliin ja itsenäiseen työskentelyyn. Ohjaaja voi vaihdella rooliaan tukeakseen toimijan itsenäistä työskentelyä (Lehtinen & Jokinen 1996, 37). Toimijan rooliin vaikuttaa myös työskentelytapa. Tapa voi olla esittävä, itsenäiseen opiskeluun perustuva tai opettajan ja toimijoiden yhteistyöhön perustuva. Ohjauksen suunnittelussa otetaan huomioon oppijoiden mahdollisuus kysyä ja keskustella sekä vaikuttaa toteutukseen. Toimijoille voidaan luoda onnistumisen ja haasteellisuuden tunteita antamalla heille vastuuta, kokeilumahdollisuuksia ja palautetta.

Taulukko 3. Ohjauksen roolit (Lehtinen & Jokinen 1996, 37)

Ohjaajan rooli	Ohjattavan rooli	Ohjattavan motivaatio
Auktoriteetti, tiedonjakaja	Epäitsenäinen? Riippuvainen?	Ulkoinen? Välineellinen?
Oppimisen ohjaaja	-	-
Voimavara	Itsenäinen, itseohjautuva	Sisäinen, sisältöön perustuva
Osallistuva havainnoija	itsenäinen, opettaja antaa suuntaa	Sisäinen, Opettajan kannustama

6.3 Oppimisen ja ohjauksen arviointi

Oppimisen arvioinnin tehtävä on todeta, motivoida ja ennustaa. Arviointiin kuuluu myös oppimis- ja opetustapahtumien arviointi. Oppimistuloksia voidaan arvioida laadullisesta näkökulmasta. Diagnostisessa arvioinnissa arvioidaan lähtötilanne ja sen pohjalta suunnitellaan sopiva toteutustapa. Formattiivinen arviointi on opetuksen yhteydessä tapahtuvaa, ja sen tarkoitus on antaa palautetta niin opettajalle kuin oppilaille. Palautteen perusteella ohjataan toimintaa. Summatiivinen arviointi tiedottaa oppimistuloksista ja ennustaa jatkoa. Arviointiin kuuluu oppimistulosten arvioinnin lisäksi myös oppimis- ja opetustapahtuman prosessien arviointi, joka toimii palautteena ja orientoi tulevien asioiden oppimiseen ja opettamiseen. Myös oppimistuloksia voidaan arvioida syvemmin kuin pelkästään määrällisenä muistamisena. Puhutaan ns. laadullisesta arvioinnista. (Heinonen 2001, 60.)

Toiminnan laadullinen arviointi perustuu vertailuun kehittämistehtävän tavoitteiden ja tulosten välillä. Toiminnan päätyttyä lähdettiin vertailemaan toteutuksesta hankittua tiedonkeruuta kehittämistehtävän tavoitteisiin. Vertailulla pystytään päättämään kehittämistehtävän laatua ja sen onnistumista. Ohjaajan tavoitteista lähdettiin arvioimaan

toiminnan vaikutuksia osallistujiin, eli kohottiko toiminta hyvinvointia, paranivatko ilmaisutaidot, nostettiin esille mielikuvia, oliko toiminta miellyttävää ja asukkaita virkistävää ja kannattaisiko toimintaa järjestää jatkossa? Havainnointi oli hyvä tapa lähteä selvittämään ratkaisua näihin kysymyksiin. Koko toiminnan aikana tehdyt muistiinpanot toiminnan tapahtumista ja sujuvuudesta auttoivat vastaamaan näihin kysymyksiin ja osallistujien haastatteluilla näitä havaintoja kyettiin joko vahvistamaan tai kumoamaan. Haastatteluissa käytiin läpi osallistujien näkemyksiä toiminnasta, siihen liittyneistä tehtävistä ja välineistä, halukkuudesta jatkaa kuvataidetoimintaa, ryhmässä toimimisen ominaisuuksista sekä tuntemuksia oman virkistyneisyyden osalta. Havainnointia ja haastatteluja hyödyntäen sekä hoitajien haastatteluilla saatiin vastauksia myös siihen, oliko osallistujille tarkoitetut tavoitteet saavutettu vai jääneet vajaksi.

6.4 Tiedonkeruun suunnittelu

Pääasialliset tiedonkeruumenetelmäni olivat havainnointi ja kysely sekä haastattelu. Osallistuvalla havainnoinnilla tarkoitetaan, että tutkija on mukana tutkittavien joukossa ja osallistuu toimintaan. Vuorovaikutus on keskeisessä asemassa. Havainnoinnin avulla pystytään määrittämään tutkittavien muutosprosessia kuvataidetoiminnan aikana. Havainnointi voi tapahtua päiväkirjaan tehdyillä muistiinpanoilla ja kyselemällä tutkittavilta heidän tuntemuksistaan toiminnan aikana. Havainnointi menetelmässä voi jäädä, ja huomaamatta jääkin joitakin ympärillä tapahtuvia relevantteja seikkoja. Havainnoinnin täytyy olla valikoivaa (Eskola & Suoranta 1998, 98). Haastatteluilla lähdettiin pääasiallisesti selvittämään asiakkaiden tuntemuksia ja mielialoja toiminnan toteutuksen suhteen. Haastattelut olivat puolistrukturoituja ja teemalähtöisiä, eli kaikille haastateltaville esitetään samat kysymykset mutta haastatellut vastaavat omin sanoin.

6.5 Toiminnan tavoitteet

Tarkoituksena on kehittää vanhainkodin asukkaiden hyvinvointia tarjoamalla heille viiriketoimintaa kuvataidetoiminnan muodossa, ja saada siitä luotettavaa tutkimustulosta. Toiminnassa hyödynnettiin opinnäytetyössä esiteltyjä tutkimusmenetelmiä mahdollisimman hyvin ja oikeaoppisesti, jotta saatiin realistinen ja luotettava kuvaus kuvataidetoiminnan vaikutuksista osallistujiin. Toiminnan lähtökohtana oli seurata suunniteltua kehittämistehtävän lähestymistapaa ja suorittaa asukkaille järjestetty toiminta suunnitelman mukaisesti. Hyvin suoritettun toiminnan ja oikein suoritettun tiedonke-

ruun pohjalta pyrittiin saamaan mahdollisimman todenmukaista tutkimustulosta ja löytää vastaukset tutkimusongelmiin.

6.6 Toteutus

6.6.1 Kuvataidetoiminnan suunnittelu

Karhuvuorikodin asukkaille järjestettiin kolme tunnin mittaista kuvataidetoimintaker-
taa, kahdelle, noin 5 - 10 asukkaasta muodostetuille ryhmille. Tunnin mittaisten toteu-
tuskertojen pääasiallinen sisältö koostui alkuesittelystä, infosta ja toimintaan moti-
voivasta kannustuksesta sekä itse toiminnasta. Toiminnan aikana ja sen jälkeen ha-
vainnoitiin ja kerättiin tietoja tutkimuksen tavoitteiden saavuttamiseksi.

Asukkaiden motivointi oli todella tärkeässä osassa toiminnan onnistumisen ja tutki-
muksen edistymisen sekä tulosten kannalta. Varsinkin ensimmäisellä kerralla tulee in-
nostaa ja valaa uskoa toiminnan mielekkyydestä ja mukavuudesta sekä kannustaa epä-
varmoja rohkeasti mukaan toimintaan. Jos ensimmäisellä kerralla onnistuu motivoi-
maan asukkaita maalaamiseen, niin seuraavakin kerta tulee todennäköisesti menemään
sulavammin ja tavoite, että kaikki olisivat innostuneet jatkamaan maalaamista, toteu-
tuu.

Tilan tuli olla riittävän suuri toimintaan nähden. Kaikkien olisi hyvä kokoontua saman
pöydän ääreen, joka sijaitsisi yhteisissä tiloissa, esimerkiksi ruokasali, aula ym. Pöy-
dän päällyksenä olisi hyvä olla jokin vettä hylkivä pöytäliina tai sitten ei liinaa lain-
kaan. Toiminnassa käytetään pääasiassa vesi- ja peitevärejä, joten pöydät on helppo
putsata, mikäli väriä joutuu pöydälle. Paperina käytetään vesivärimaalaamiseen tarkoi-
tettua paperia joko kokoa A3 tai A4.

Kuten jo mainittiin, materiaaleina olivat vesi- ja peitevärit lähinnä siitä syystä, että
kaikki tuntevat ja ovat todennäköisesti joskus maallaneet niillä eikä niissä ole mitään
myrkyllisiä aineita. Vesiväreillä maalaaminen ei myöskään ole yhtä vaativaa kuin
esimerkiksi öljyväreillä maalaaminen. Vesiväreillä maalatessa tulee ottaa huomioon
maalausten kuivumisaika, sillä kiirehtiessä värit saattavat sekoittua. Annoin uusia teh-
täviä, kun asukkaat saivat aikaisemmat valmiiksi. Ei ole hyvä, jos joka kerralla täytyy

kiirehtiä saamaan maalaus valmiiksi, jolloin työn jälki voi olla maalaavalle pettymys eikä häntä enää huvita tulla seuraavalla kerralla mukaan.

Toiminnassa en kiinnittänyt huomiota enkä alkanut opettamaan vesivärimaalauksen tekniikkaa, sillä se ei mielestäni ole olennaista. Tarkoituksena ei ole opettaa vesivärimaalausta, vaan luoda miellyttävää toimintaa maalauksen muodossa. Alussa voi toki käydä läpi jotain perusasioita, kuten kuinka paljon kannattaa laittaa väriä pensseliin, millä otteella maalataan tai mitä värejä sekoittamalla saa mitäkin väriä ym. Tietenkin autan mielelläni, mikäli asukkaat haluavat neuvoja.

Ensimmäinen työ on ”lapsuuden maisema”. Ajattelin aiheen olevan mieluisa asukkaille ja työn tekeminen voi edesauttaa onnistumisen ja oivalluksen tunteita lapsuuden maisemia ja kotia muistellessa ja täten muodostua mieluisaksi kokemukseksi. Tullaan tekemään selväksi, että maisema maalauksen ei tarvitse olla pikkutarkka, ja näytän alussa muutamia esimerkkimaalauksia. Haparille käsille voi pikkutarkka työ osoittautua vaikeaksi ja aiheuttaa turhautumista toimintaan. Työn voi tehdä joko A4 tai A3 paperille, riippuen siitä, kummalle asukas haluaa työn tehdä. Muistisairaille voi tämä tehtävä kuitenkin muodostua ongelmalliseksi ja aiheuttaa turhautumista, joten heille ensimmäinen tehtävä tulee olemaan maalata mikä tahansa maisema. Ja mikäli ei luova-ajattelu pääse valloilleen, niin annetaan lehdestä tai kirjasta jokin mallimaisema, jonka voi jäljentää tai josta voi ottaa vaikutteita.

Toisessa tehtävässä piirrettiin mikä tahansa eläin. Otin mukaani erilaisia kuvia ja piirustuksia eläimistä, joista voi tarpeen tullen ottaa mallia. Tämä tehtävä sopii niin seka- kuin muistisairaidenkin ryhmälle. Eläimiä piirrettäessä käytettiin myös vesivärejä ja lyijykyniä hahmottelun tekemiseen. Vaihtoehtona olivat myös puuvärit. Kaikki asukkaat ovat varmasti jossain vaiheessa elämänsä olleet tekemisissä eläinten kanssa jollain tavalla, ja tämä on oiva tilaisuus vaikkapa piirtää jonkin edesmenneen lemmikin kuva.

Kolmantena tehtävänä tuli piirtää omakuva. Tämä tehtävä oli hiukan vaativampi, mutta uskoisin omakuvan tekemisen olevan haastavaa ja omien tuotosten jakaminen ja esittely muiden osallistujien ja asukkaiden kanssa tuli olla hauskaa. Kolmannella kerralla toiminta ja tutkija olivat asukkaille jo tutumpia joten he eivät arastelleet hieman hankalampaa tehtävää. Taideterapiassa voidaan potilaan omakuvasta lukea, millaisek-

si ihminen kokee itsensä tällä hetkellä. Esimerkiksi surullinen naama ja tummat värit voivat olla merkkejä masentuneisuudesta ja yksinäisyydestä, kun taas iloiset kasvot ja kirkkaat värit kertovat hyvinvoinnista ja iloisuudesta. Tässä tehtävässä pystyi käyttämään materiaaleina vesivärejä, peitevärejä, lyijykynää, puuvärejä ja hiiltä. Hiilen kanssa piirtäminen voi olla monille uusi kokemus ja olla mielenkiintoista toimintaa, vaikkakin hieman vaativaa. Epäonnistunutkin työ olla ratkiriemukasta ja työtä halutaan näyttää ja esitellä huumorimielessä. Mikäli osallistuja oli saanut kaikki kolme työtä valmiiksi, oli aihe tämän jälkeen vapaa.

Mikäli jokin asukas ei halua tehdä annettua toimeksiantoa, pyritään tietenkin ensin motivoimaan ja kannustamaan tehtävän tekemiseen. Mikäli tämä ei kuitenkaan onnistu, voidaan hypätä suoraan seuraavan työn tekemiseen tai annetaan asukkaalle maalata ja piirtää omavaltaisesti sitä, mitä hän haluaa. Pääasia on, että kaikilla on hauskaa ja että tutkimusmateriaalia saadaan kasaan.

6.6.2 Havainnointi

Tieteellinen havainnointi on tarkkailua eikä vain näkemistä. Havainnointia on pidetty tieteiden välttämättömänä perusmenetelmänä ja monilla tieteenaloilla on omat havainnointimenetelmänsä. Havainnoinnin suurimmaksi eduksi voidaan sanoa kyky saada välitöntä suoraa tietoa yksilöiden, ryhmien tai organisaatioiden toiminnasta ja käyttäytymisestä ja sopii hyvin kvalitatiivisen tutkimuksen menetelmäksi. Havainnointi on hyvä menetelmä vuorovaikutuksen tutkimisessa ja tilanteissa, jotka ovat vaikeasti ennakoitavissa ja nopeasti muuttuvia. Se sopii myös silloin, kun tutkittavilla on kielellisiä vaikeuksia tai jos tutkittavat eivät halua kertoa tuntemuksistaan haastatteluissa. (Uusitalo 1995,89.) Havainnointia on kritisoitu siitä, että havainnoija saattaa häiritä tai muuttaa tilanteen kulkua. Haittaa on pyritty vähentämään havainnoijan useilla käynneillä tutkittavien joukkoon jotta nämä tottuvat hänen läsnäolonsa ja vasta sen jälkeen aletaan tekemään havainnointia. (Hirsjärvi ym. 96, 208-209.)

Kaikenlaisissa ryhmissä tulee esille jännitettä riippuvuuden, ryhmään sulautumisen halun ja myös yksilöllisen olemisen ja toiminnan välillä. Leimallista toiminnalle voi olla vahvasti toimiva erillään olo ja myös tärkeät yhdessäolon vaiheet. Omaan taide-työskentelyyn keskittyminen on hyvin yksityistä toimintaa. Työskentely voi olla niin transsinomaista, että kaikki muu unohtuu. työskentely sisältää henkilökohtaisten rat-

kaisujen tekemistä ja valintoja. Suhde omaan kuvaan voi olla hyvinkin läheinen. Kun oma kuva sitten asetetaan esille muiden kuvien rinnalle ja kaikkien katsottavaksi, siirrytään yhteiseen olemiseen ja monelle ensikertalaisella oman kuvan esitteille saaminen voi olla mullistava kokemus. Jo kuvan tekemistä ryhmässä aloittaessa on jo energisoiva vaikutus, kun jokainen tietää saavansa oman kuvansa esille ja siihen tullaan reagoimaan ja sitä katselemaan. Ryhmän jäsenet saavat myös toisiltaan rohkeutta. (Rankanen ym. 2007, 179 – 181).

Toiminnassa tulee monia asioita ilmenemään samanaikaisesti, joten havainnoinnin täytyy olla valikoivaa. Tässä työssä tulee esille lähinnä kohdistettu havainnointi ja aktivoiva osallistuva havainnointi. Aktivoiva osallistuva havainnointi on yksi useista osallistuvan havainnoinnin alatyypeistä. Pitkälti tilannekeskeistä sekä pyrkii aktiiviseen vaikuttamiseen sekä muutokseen. Lähtökohtana pidetään läheistä työskentelyä asiakkaiden kanssa. Usein tutkija pyrkii pääsemään osaksi ryhmää ja hänelle muodostuu jokin rooli ryhmässä. Heti alussa tehdään selväksi, että tutkija on ryhmässä oleva havaintojen tekijä. Tämän jälkeen pyritään rakentamaan hyvä suhde tutkijan ja ryhmän välillä. Paitsi että havainnoi, tutkija nostaa myös esille kysymyksiä toiminnan yhteydessä. Kohdistetussa havainnoimisessa olennaista on havaintojen rajaaminen. Siinä voidaan keskittyä erilaisiin laajoihin ulottuvuuksiin, kuten: paikka, objekti, toiminta, tapahtumat, tilanne, aika, osanottajat, tavoitteet, tunteet ym. Näiden pohjalta voidaan kohdentamista edelleen tarkentaa. (Grönfors 1982, 65 - 66.) Tässä kehittämistehtävässä hyödynnettiin kohdistetun havainnoinnin jäsentämistapaa, jonka työskentelymallista on nähtävissä taulukko 4.

Taulukko 4. Kohdistetun havainnoinnin jäsentämistapa

Kohdistetun havainnoinnin jäsentämistapa (Mukaillen Grönfors 1982, 65)	
Millaisia?	Toimintoja, paikkoja, objekteja, suhteita, aikoja, osanottajia, tunteita, tavoitteita.
Mistä kokonaisuudesta X on osa?	Toiminnoista, paikoista, tapahtumista, objekteista.
Syy ja seuraus	Toiminnasta, tapahtumasta, tilanteesta
Miksi tehdään?	Toiminnan syyt, tapahtuman syyt, tunteiden syyt, objektien käytön syyt, tavoitteisiin pyrkimisen syyt, paikkajärjestelyiden syyt.
Missä toiminta tapahtuu?:	Toiminnan paikka, tapahtumien paikka, objektien paikka, missä tavoitteisiin pyritään?
Tarkoitus	Objektien tarkoitus, tapahtumien tarkoitus, toiminnan tarkoitus, tunteiden tarkoitus, paikkojen tarkoitus
Keinot ja tavoitteet	Keinot paikan järjestämiseksi, keinot toiminnan järjestämiseksi, keinot tapahtumien järjestämiseksi, keinot tavoitteiden saavuttamiseksi, keinot joilla tullaan osanottajiksi, keinot joilla tunteita osoitetaan
Järjestys	Vaiheet joilla tavoitteet saavutetaan, toiminnan vaiheet, tapahtumien vaiheet, vaiheet joilla tullaan osallistujiksi.
Piirteet	Objektien piirteet, paikkojen piirteet, ajankohtien piirteet, osallistujien piirteet, toiminnan piirteet.

Selostettu jäsentämistapa on toteutuskerran pohjalta, kuvataan omia tuntemuksia ja odotuksia sekä mahdollisia muutosmahdollisuuksia toiminnassa. Kuvataan myös hoitajien näkemyksiä ja odotuksia sekä reaktioita. Kuvataan toiminnan sujuvuutta, eri tehtävien lähtemistä käyntiin ja toteutumista, Toiminnan yhteydessä olevia tapahtumia ja osallistujien kysymyksiä, välineiden käyttöä ja tunnereaktioita ryhmässä sekä yksittäisten asukkaiden tuntemuksia valikoivasti. Kuvataan tapahtumien ja toiminnan tarkoitusta, asukkaiden, paikkojen, tuotosten, ryhmässäolon ja toiminnan piirteitä.

Havainnointia kirjattiin ylös muistikirjaan. Ennen kirjoittamista tehtiin valmiiksi viitekehukset, joiden alle kirjattiin kuhunkin osa-alueeseen kuuluvaa havainnointia. Materiaalin pohjalta työstettiin tuloksia tavoitteisiin yltämisestä tai niistä jäämisestä. Kun ensimmäisen ryhmän toimintakerrat oli saatu päätökseen, tehtiin kerätystä materiaalista tuotos kriittistä tiedonintressiä käyttäen. Näin tehtiin myös toisen ryhmän toteutuskertojen päätyttyä. Molemmilla ryhmillä havainnoidaan samoja asioita ja lopuksi tuloksia verrataan ja tehdään johtopäätelmät. Teemahaastattelulla täydennetään havainnointia ja parannetaan luotettavuutta.

6.6.3 Haastattelu

Teemahaastattelun voidaan kuvata olevan lomakehaastattelun ja avoimen haastattelun välimuoto. Haastattelu ei etene tarkkojen ja valmiiksi muotoiltujen kysymysten kautta vaan kohdentuen tiettyihin ennalta suunniteltuihin teemoihin. Teemahaastattelussa on aiempien tutkimusten ja aihepiiriin pohjalta valmistellut aihepiirit. Teemat ovat kaikille haastateltaville samoja. Teemahaastattelussa pyritään huomioimaan ihmisten tulkinnat ja heidän merkityksenantonsa. Ihmiset voivat puhua vapaasti, vaikkakin ennalta päätetyt teemat pyritään keskustelemaan kaikkien tutkittavien kanssa. Teemahaastattelu on keskustelunomainen tilanne, jossa käydään läpi ennalta suunnitellut teemat. Teemat voidaan käydä läpi missä järjestyksessä tahansa, eikä kaikkien haastateltavien kanssa välttämättä puhuta kaikista asioista samassa laajuudessa. Tutkija keskittyy keskusteluun. Teemat voi listata esimerkiksi ranskalaisin viivoin ja lisäksi voi laatia joi-takin apukysymyksiä tai avainsanoja keskustelun ruokkimista varten. Teemahaastattelun ei tule olla tarkkojen kysymysten esittämistä järjestyksessä paperilta lukien. Teemoista ja niiden alateemoista pyritään keskustelemaan varsin vapaasti. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.) Omassa työssäni haastattelut ovat olennainen osa tiedonkeruussa ja auttavat selvittämään, onko kehittämistehtävän tavoitteisiin ylletty. Osallistujien ja hoitajien haastattelujen sisältö on nähtävissä taulukoissa 5 ja 6.

Osallistujien ja hoitajien haastatteluissa käydään läpi seuraavat asiat:

Taulukko 5. Osallistujien haastattelu

Haastattelujen teemat	Kysymysten asettelu
Mielipiteet toiminnasta	Voidaan kysyä esimerkiksi: ” Millaisia kokemuksia jäi mieleen? ”, ” Mikä oli miellyttävää ja mikä ei?”.
Tehtävät ja välineet	Voidaan kysyä esimerkiksi: ” Olivatko tehtävät sopivan haasteellisia, vai millaisia tehtäviä olisit halunnut? ”, sekä ” Olivatko materiaalit hyviä?”.
Kuvataidetyöskentely	” Haluaisitteko jatkaa vastaavanlaista kuvataidetyöskentelyä?”
Ryhmässäolo	Voidaan kysyä esimerkiksi: ” Millaista oli työskennellä ryhmässä? ”.
Onko virikkeellisyystavoite onnistunut	Voidaan kysyä esimerkiksi: ” Oletteko toiminnan myötä tuntenut itsenne pirteämmäksi? ”

Taulukko 6. Karhuvuorikodein hoitajien haastattelu

Kysymykset karhuvuorikodin hoitajille
” Oletteko havainneet osallistujissa mitään muutoksia, kuten piristyneisyyttä, aloitteellisuutta mielialan nousua tai mitä vain hyvinvoinnin nousua?”
” Ovatko asukkaat puhuneet mitään toiminnasta?”
” Mitkä ovat omat mielipiteenne järjestetystä toiminnasta?”

6.7 Toteutuksen arviointi

6.7.1 Ensimmäinen kuvataideryhmä

Toteutukset järjestettiin karhuvuorikodin asukkaille 15.3., 22.3. ja 29.3.2011. Toteutukset aloittaessa kerroin osallistujille ensin itsestäni sekä tutkimuksesta ja siitä mitä toiminnalla yritetään saavuttaa. Kaikilla kolmella toteutuskerralla muistutin osallistujia tutkimuksesta.

Ensimmäisellä toteutuskerralla ilmoittautuneita osallistujia oli viisi ja toimintaa seurasi kaksi asukasta, jotka eivät halunneet osallistua toimintaan. Yksi ilmoittautunut oli

poissa eli toteutukseen oli ilmoittautunut yhteensä kuusi asukasta. Toisella toteutuskerralla ilmoittautuneita oli kolme ja mukana oli myös kaksi muuta asukasta, jotka eivät olleet ilmoittautuneet, mutta halusivat osallistua. Aiemmista osallistujista puuttui kolme, koska he asuivat toisessa kerroksessa kuin missä toteutus pidettiin eivätkä kerroksen hoitajat olleet muistaneet tuoda ilmoittautuneita kerrokseen, jossa toteutus pidettiin. Aukkaat olivat jo päivälevolla, joten katsoin, että on parempi antaa heidän levätä. Viimeisellä toteutuskerralla ilmoittautuneita osallistujia oli viisi ja kaksi muuta asukasta seurasi sivusta toimintaa.

Tutkimuksen esittelyn jälkeen esitin jokaisella toteutuskerralla erilaisen kuvataidetehtävän, joita osallistujien oli tarkoitus ryhtyä työstämään. Tehtävänannot otettiin vastaan hyvin, mutta toiminnan aloittaminen oli monelle vaikeaa. Työskentely lähti kuitenkin kaikilla käyntiin jokaisella kerralla. Toteutuksen kesto aika, eli yksi tunti, riitti hyvin jokaisella toteutuskerralla saattamaan asukkaiden työt valmiiksi. Osallistujat tekivät toteutusta yhteisessä ruokailutilassa kahden pöydän ääressä.

Kaikki osallistujat aloittivat jokaisella toteutuskerralla maalaamaan annettua tehtävänantoa. Monet saivat työnsä valmiiksi jo puolessa tunnissa. Osallistujia kannustettiin usein työskentelyssään, ja he puhuivat työskentelyn ohessa satunnaisista asioista keskenään sekä tutkijan kanssa seurustellen. Monet työt näyttivät melko keskeneräisiltä osallistujien ilmoittaessa saatuaan omat työnsä valmiiksi. Tosin Weckrothin (1999) mukaan kuvataidetyön lopputulos ei ole tärkein vaan pikemminkin tekemisen kokeminen positiivisena ja ohjaajan myönteisen palautteen kokeminen onnistumisina. Osallistujia ohjattiin jokaisella toteutuskerralla työn tekemisessä ja annettiin ohjeita työn tekemiseen sekä positiivista palautetta. Useimmat osallistujat pitivät omista töistään. Monen oli vaikeaa noudattaa ohjeita ja kehoituksia maalaustensa työstämisen suhteen eivätkä he jatkaneet maalauksensa työstämistä kun he olivat itse kokeneet sen olevan valmis.

Maalausvälineiden käytössä heillä ei ollut ongelmia. Siveltimeet olivat suuria, ja kaikki tiesivät, miten vesi- ja peiteväreillä maalataan. Jotkut jopa muistivat, miten erilaisia värejä saadaan aikaan värien sekoituksen avulla. Siveltimeet olivat tarkoituksella valittu paksukahvaisiksi, jotta asukkaat saisivat niistä tukevat otteet. Ongelmaksi muodostui monien huono näkö ja siitä johtuva epävarmuus työtä tehdessä.

Vaikka työstäminen oli monille joissain kodin vaikeaa, olivat lähes kaikki aina tyytyväisiä maalaustensa lopputulokseen ja osasivat kertoa teostensa sisällöstä. Kuvataiteella ja käsityöllä on terapeuttinen ja aktivoiva vaikutus, joka oli havaittavissa. Toimintakertojen loppupuolella tehtiin aina esittelykierros, jossa jokaisen osallistujan maalausta tarkasteltiin yhdessä muiden osallistujien kanssa. Tämä oli hienoa asukkaiden kannalta, sillä aina saivat kaikki teokset kehuja osakseen ja osallistujat tunsivat onnistumisen tunnetta ja heillä oli selvästi mukavaa. Olennainen osa kuvallista ilmaisua on juuri yhteisöllisyyden kokemus sekä elämyksellisyys joka vahvistaa oman kokemusmaailman tulkitsemista (Andreev & Salomaa 2005, 169). Monet olivat epävarmoja maalaustensa kanssa mutta kertoivat toiminnan kuitenkin olevan mukavaa vaihtelua ja kertoivat, että toimintaa tarvitsisi olla enemmän kuin nykyään on tarjolla tai järjestetään. Karhuvuorikodin hoitajia ei ollut valvomassa toteutuskertoja.

6.7.2 Toinen kuvataideryhmä (muistisairaat)

Toteutukset järjestettiin karhuvuorikodissa 12.5, 19.5 ja 26.5 vuonna 2011. Toteutusten taas alkaessa esittelin itseni ja toiminnan sekä kerroin omasta tutkimuksestani ja että tulen tarkkailemaan toimintaa ja tekemään muistiinpanoja.

Ensimmäisellä toteutuskerralla osallistujia oli 5. Toisella kerralla osallistujia oli vain yksi, sillä Karhuvuorikodissa oli samaan aikaan menossa musiikkiesitys, johon useimmat asukkaista olivat lähteneet. Tosin tämä antoi mahdollisuuden verrata ryhmässä tapahtuvaa toimintaa yksityiseen toimintaan ja ohjaukseen. Kolmannella kerralla osallistujia oli 4. Jokaisella toteutuskerralla annettiin ohjeistus sekä neuvoja maalaamisen aiheisiin ja työvälineiden käyttämiseen. Kaikki olivat ennenkin maallanneet vesiväreillä enemmän tai vähemmän ja tiesivät, miten välineitä käytetään. Toiminnan aloitti suurin osa osallistujista melko pian. Osa mietti kauan ja heille oli hankalaa aloittaa maalaamista. Välillä tuli ilmoille ”en viitsi, kun en osaa”- asenne, mutta kannustuksen myötä aloittivat lähes kaikki aina maalauksen työstimisen.

Tehtävänannot valmistuivat monilla nopeasti jonka jälkeen kehoitettiin maalamaan vapaaehtoista aihetta, joita harva aloitti tekemään. Työt valmistuivat aina etuajassa ja loppuaika käytettiin maalaus- ja kuvataidekirjojen tutkimiseen, asukkaat selailivat niitä mielellään ja kertoivat omia mielipiteitään maalauksista. Tämä oli todella virkistävää toimintaa ja asukkaat kykenivät esittämään ja vaihtelevaan omia mielipiteitään.

Maalausvälineiden käytössä ei tälläkään kertaa ollut ongelmia, ja kaikki kertoivat joskus maallaneensa vesivärillä. Muita materiaaleja kuten lyijykyniä, tusseja ja hiiliä ei käyttänyt kukaan, vaikka materiaalit ja niiden käyttötavat heille esiteltiin ja neuvottiin.

Myös tällä kertaa asukkaat kommentoivat toistensa töitä ja kaikki saivat kehuja osakseen. Myös sivusta seuraajat tulivat välillä kehumään maalauksia. Kaikilla toteutuskerroilla ei töiden valmistuminen kestänyt täyttä tuntia vaan monet saivat työnsä valmiiksi alle puolessa tunnissa, vaikka heitä kehoitettiin jatkamaan töitään lisäämällä väriä ynnä muuta. Aukkaiden keskittyminen maalaamiseen välillä herpaantui, ja heitä tuli kannustaa tehtävän tekemiseen. Loppuaika, mitä tunneista jäi jäljelle, käytettiin taide- ja maalauskirjojen tutkimiseen. Usein tuli kommentteja eri maalauksista ja myös keskustelua syntyi muun muassa asukkaiden omista lapsuuden kodeista ja lemmikkieläimistä. Eräs osallistuja maalasi oman lapsuusajan pihapiirinsä ja kertoi paikasta sekä muisti, mitä kaikkea pihalla oli. Tämänkaltaisen valmiiden kuvien katselu on olennainen osa kuvataidetoimintaa. Kuvat herättävät mielleyhtymiä, muistoja sekä muita tunteita. Niillä inspiroidaan mielikuvitusta ja ne antavat virikkeitä omaan kuvataidetyöskentelyyn (Koskinen ym. 1998, 210). Osallistujat vaikuttivat selkeästi pitävänsä toiminnasta ja olivat kiitollisia aina tuntien jälkeen.

6.7.3 Osallistujien ja hoitajien haastattelut

Ensimmäisen ryhmän osallistujista saatiin haastateltua viittä osallistujaa ja muistisairaiden ryhmästä haastateltaviksi suostui kaksi osallistujaa. Kaikilta haastateltavilta kysyttiin lupa haastattelun tekemiseen ja kerrottiin haastattelun tarkoituksesta ja tuloksien vertailusta kerrottaisiin opinnäytetyössä. Haastateltavat vastasivat kysymyksiin anonyymisti. Haastateltavat osasivat vastata kysymyksiin, ja osa pystyi myös perustelemaan vastauksiaan. Vastaukset olivat melko yhtenäisiä osallistujien kesken eikä mielipide-eroja juuri ollut. Hoitajille suoritettiin ryhmähaastattelut, joissa myös vastaukset olivat melko yhtenäisiä. Haastattelujen kulusta ja tuloksista kerrotaan tarkemmin toiminnan ja tulosten tarkastelussa.

6.7.4 Kustannukset

Toteutuksen kustannukset suoritti tutkija. Kehittämistehtävän toteutusta varten hankittiin peitevärejä, siveltimiä, maalauspaperia sekä hiilikyniä. Kun oli kartoitettu osallis-

tujien määrä, ryhdyttiin hankkimaan sopiva määrä tarvikkeita osallistujien lukumäärään nähden. Tutkimus olisi kärsinyt, mikäli materiaalien määrä olisi ollut puutteellinen eivätkä kaikki osallistujat olisivatkaan voineet osallistua toteutuksiin tai materiaaleja olisi pitänyt jakaa. Pelkkä paperi ja lyijykynä ei tullut kysymykseen. Tarkoitus oli, että asukkaat eivät itse joutuneet kustantamaan mitään.

6.7.5 Haastattelujen ja havainnoinnin tulokset

Kaikki haastatellut osallistujat pitivät toimintaa hauskana ja miellyttävänä kokemuksena. Tämä tukee Weckrothin (1999) tutkimustuloksia, jonka mukaan luova työ kykenee viihdyttämään ja mahdollistaa sosiaalista kanssakäymistä sekä vastaa ihmisen tarpeeseen luoda uutta ja ilmaista itseään. Hoitokodeissa ei usein ole aikaa järjestää vastaavanlaista toimintaa, joka antaisi asukkaille virikkeitä ja tätä kautta lisäisi hyvinvointia, viihtyvyyttä ja rikastuttaisi elämää. Kovinkaan moni ei ollut aikaisemmin osallistunut minkäänlaiseen kuvataideopetukseen tai ollut itse harrastanut maalausta. Viriketoiminta oli onnistunutta ja asukkaat ottivat kuvataidetunnit kuitenkin mielellään vastaan.

Mielikuvien synnyttäminen onnistui suurella osaa osallistujista. Lapsuuden maisemaa maalatessa, jotkut osasivat maalata oman kotiseutunsa ja kykenivät kertomaan maalauksistaan ja millainen heidän lapsuuden maisemansa oli. Esimerkiksi Vered (2010) kuvailee tutkimustuloksissaan kuvataiteen auttavan varsinkin muistisairaita ilmaisemaan itseään paremmin ja auttaa heitä tuomaan esille omia kokemuksiaan. Vaikka työt olivatkin melko yksinkertaisia, he pystyivät silti kuvailemaan opiskelijalle maalauksiaan ja kertoivat muistoistaan vanhasta kodista. Tehtävä herätti myös jonkin verran keskustelua asukkaiden kesken heidän omista töistään ja kodeistaan. Yksi olennainen osa kuvataiteessa on juuri elämyksellisyyden ja yhteisöllisyyden kokeminen ja mahdollisuus ilmaista omia näkemyksiään, kokemuksiaan ja mielipiteitään (Andreev & Salomaa 2005, 169). Maalaukset auttoivat selvästi asukkaita ilmaisemaan itseään. Keskustelun lomassa aiheesta joskus poikettiin, mutta kaiken kaikkiaan tehtävänanto ja tulosten saaminen tuntui onnistuneelta.

Toisessa tehtävässä, jossa aiheena oli eläinmaalaus, onnistuttiin myös herättämään keskustelua muun muassa omista lemmikeistä ja eläimistä yleensä. Tehtävä myös toi esille ja paransi osallistujien ilmaisutaitoja verrattuna ensimmäiseen kuvataidetoimin-

nan toteutukseen ja tehtävänannolla vaikutti olevan virkistävää vaikutusta. Osallistujat olivat hyvin mielissään tutkijan tuomista eläinkirjoista ja kuvista joita, he tutkailivat paljon. Keskusteltiin osallistujien kanssa omista kokemuksista eläinten kanssa, ja monet kertoivat innoissaan omista lemmikeistään. Puhuttiin myös eläimistä yleensä. Itse maalaaminen tuntui jäävän toissijaiseksi, mutta kaikki lopulta maalasivat eläimen. Maalaamisen jääminen taka-alalle ei ollut huono asia, sillä Hamre (2007) kertoo omassa tutkimuksessaan sekä taiteen ja kuvien katselulla ja niiden luomisella olevan rauhoittava ja positiivisuutta luova vaikutus niin ikääntyneisiin kuin muistisairaisiin. Toiset maalasivat mallista, kun taas toiset maalasivat oman lemmikkinsä ja osasivat kertoa sen tavoista ja siitä, kuinka kauan heillä oli ollut kyseinen lemmikki. Ryhmässä kykeni havaitsemaan toiminnan ja tehtävän energisoivan vaikutuksen.

Muistisairaiden ryhmässä oli tällä toteutuskerralla vain yksi osallistuja karhuvuorikodissa olleen musiikkiesityksen vuoksi. Tämä sessio oli kylläkin hyvin antoisa. Vaikka asukkaiden välistä vuorovaikutusta ei pystytty havainnoimaan, pystyi tutkija keskittymään yhteen asukkaaseen. Hän alkoi innoissaan maalaamaan vanhaa lemmikkiään ja kykeni kertomaan sen nimen, tavat, rodun ynnä muuta. Työ valmistui melko nopeasti mutta sen jälkeen tutkija maalasi hänen kanssaan eläimiä ja hän ehdotti, mitä maalattaisiin. Tällaisessa työskentelytavassa saatiin aikaan osallisuuden ja vastavuoroisuuden kokemuksia, jotka ovat kuvataidetoiminnassa tärkeitä. Osallistuja oli nuoruudessaan hieman maalannut ja hoitajat olivat huomanneet hänen selkeästi virkistyneen toiminnan aikana ja sen jälkeen. Kaiken kaikkiaan voidaan päätellä, että kuvallinen ilmaisu voi herättää osallistujissa mielikuvia ja myös tunteita. Riippuu myös tehtävästä ja ryhmän vetäjästä, millaisia mielikuvia haluttaisiin herättää ja miten siinä onnistutaan, tosin kaikki ihmiset eivät saa kuvataiteesta yhtä paljon irti kuin toiset, joten mielikuvien ja tunteiden herättäminen vaatii myös halukkuutta ja oikeaa asennetta osallistujilta. Kolmas toteutuskerta sujui ryhmällä hyvin samankaltaisesti kuin edelliset kerrat eikä suuria muutoksia toiminnassa ollut. Kolmannella kuvataidekerralla tosin haasteltiin osallistujia ja hoitajia.

Ensimmäisen ryhmän osallistujista saatiin haastateltua viisi. Kaikki olivat yhtä mieltä siitä, että toiminta oli mukavaa ja tällaista pitäisi järjestää useamminkin. Monet kertoivat terveydentilansa rajoittavan tekemistään. He kertoivat myös, että heidän maalamistaitonsa eivät ole kovin hyvät. Puolet kokivat tehtävänannot vaikeiksi ja kolme

viidestä sanoi osallistuvansa uudestaan, mikäli mahdollisuus tulisi. Kaikki kokivat ryhmässä olon mukavaksi ja toisten maalausten kommentoimisen mukavaksi. Kaksi viidestä tunsi olonsa virkistyneen toimintakertojen aikana. Loput eivät osanneet sanoa. Hoitajien haastattelussa kävi ilmi, että he eivät olleet huomanneet asukkaissa muutoksia aloitteellisuudessa, piristyneisyydessä eivätkä mielialassa toteutuskertojen jälkeen. Hoitajat olivat kuitenkin sitä mieltä, että tällaista pitäisi järjestää paljon enemmän, sillä heillä itsellään ei ole aikaa järjestää vastaavanlaista toimintaa asukkaille. He kertoivat, että asukkaat olivat pitäneet toiminnasta, ja jos olisi enemmän ja useammin tällaisia virikeryhmiä, niin voisi näkyä pidempiaikaisia vaikutuksia. Tämä tukee väitettä, että kuvataidetoimintaa pitäisi järjestää pidemmällä aikavälillä ja useammin, jotta osallistujien mielialassa voitaisiin nähdä merkittäviä muutoksia.

Toisen ryhmän osallistujista suostui haastateltavaksi vain kaksi. He molemmat kertoivat, että toiminta on ollut hauskaa, ja ettei tällaista ei ole Karhuvuorikodissa ennen järjestetty. Tehtävänannot ja välineet olivat olleet hyviä ja vastavuoroiset keuhut osallistujien kesken olivat miellyttäviä. Toinen haastateltavista haluaisi jatkaa toimintaa, sillä hän oli joskus itsekin harrastanut maalausta, toinen ei osannut sanoa. Ryhmätyöskentely oli molempien mielestä antoisaa. Hoitajia haastatellessa tuli ilmi, että varsinkin eräs asukas oli piristynyt. Hän oli alkanut käymään jumpassa tapojensa vastaisesti ja muistaa ohjaajan nimen, vaikka ei usein vieraiden nimiä muistanut. Asukas oli nuorempana harrastanut maalaamista ja oli ollut mielissään toiminnasta. Tulosta voi pohjata Hamreen (2007), jonka mukaan sekä musiikki että taide näyttävät vaikuttavan niihin aivojen osiin, jotka vaikuttavat hyvinvointiin ja tunne-elämään riippumatta henkilön iästä tai hengenvaroista. Muissa asukkaissa ei ollut havaittavissa muutoksia mielialassa aloitteellisuudessa taikka piristyneisyydessä, mutta toiminnasta oli puhuttu hoitajien ja asukkaiden kesken hieman. Hoitajien mielestä tällaista toimintaa pitäisi järjestää enemmän, jotta asukkaat pääsisivät vähän erkaantumaan osaston rutiineista ja olisi hyvä olla tekemisissä uusien ihmisten kanssa. Hoitajilla ei ole aikaa järjestää itse vastaavanlaista toimintaa.

Haastattelun yhtenä tuloksena monet kertoivat haluavansa osallistua toistekin, mikäli toimintaa järjestettäisiin. Tämä kertoo siitä, että kuvataidetoiminta on hyvä ehdokas, kun mietitään mitä aktiviteettia ja virikkeitä hoitokotien asukkaille voitaisiin järjestää. Oikeilla toimintatavoilla ja pitkällä aikavälillä on kuvataidetoiminnalla mahdollista

saavuttaa suuriakin muutoksia toimintaan osallistuvien hyvinvoinnissa ja elämässä yleensä. Kuvataiteen hyödynnettävyys viriketoimintana on tullut tutkimuksessa hyvin esille. Havainnoinnin ja haastattelun myötä voidaan tulla tulokseen, että asukkaat ovat kokeneet kuvataidetoiminnan miellyttäväksi ja osa myös virkistäväksi, vaikka pidempiaikaisia vaikutuksia hyvinvointiin, mielialaan, aloitteellisuuteen ja piristyneisyyteen ei ollut havaittavissa. Pidempiaikaisella toiminnalla oltaisiin suurella todennäköisyydellä tuotu muutoksia näihin asioihin.

Kaiken kaikkiaan voidaan todeta, että kuvataidetoiminta on ollut osallistujille miellyttävä kokemus, joka on rikastuttanut arkea karhuvuorikodissa. Vaikka toimintakertojen määrä oli rajattu, voidaan silti todeta toteutuksesta olleen hyötyä asukkaille. Kuvataidetoiminta lisää keskittymistä käsillä olevaan aiheeseen ja vie pois keskittymistä omiin vaivoihinsa ja huonoon oloon. Tutkimuksen kannalta havainnointi ja haastattelu on ollut hyvä menetelmä tutkia aihetta ja tutkimuksen luotettavuus on hyvä.

7 POHDINTA

7.1 Tutkimuksen luotettavuus ja tutkimusetiikka

Laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arvioinnista ei ole olemassa yksiselitteisiä ohjeita. Tutkimusta arvioidaan kokonaisuutena, jolloin koherenssi, eli sisäinen johdonmukaisuus painottuu. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 135.) Luotettavuuden arvioinnissa otetaan huomioon monia asioita. Laadullisessa tutkimuksessa tulee erotella toisistaan luotettavuus ja puolueettomuus. Puolueettomuus nousee esille esimerkiksi siinä, pyritäänkö ymmärtämään ja kuulemaan tiedonantajaa itseään vai suodattaako tutkija tiedon sitä itse tiedostamattaan. Tällä tarkoitetaan vaikuttaako tiedon muodostamiseen esimerkiksi ikä, sukupuoli, uskonto, asenne, virka-asema ynnä muut tekijät. Periaatteessa näin väistämättä on, koska tutkija on tutkimusasetelman luoja ja tulkitsija. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 133.)

Tutkimuksessa tulee selvittää tutkimuksen kohde ja tarkoitus eli mitä ollaan tutkimassa ja miksi. Tässä opinnäytetyössä asiaa on selvitetty jo aiemmin osiossa 1. tutkimuksen tausta ja tarkoitus. On olennaista kertoa myös omat sitoumukset tutkijana ja kertoa, miksi tutkimus on tutkijan kannalta tärkeä sekä selostaa huomiot ja omat havainnot tutkimuksen suhteen. Kehittämistehtävässä käydään läpi, miten aineisto on kerätty

ja kerrotaan siinä käytetyt menetelmät, aineiston analysointi sekä mahdolliset ongelmat. Kehittämistehtävässä kerrotaan myös millä perustein tutkimuksen yhteistyötahot valittiin ja pidettiin huolta, ettei tutkimukseen osallistuneiden tahojen henkilöllisyys paljastu. Kerrotaan myös suhteesta tiedonantajiin ja heidän vaikutuksestaan tutkimuksen etenemiseen ja vaiheisiin. Kehittämistehtävässä selvitetään myös tutkimuksen kesto, luotettavuus sekä raportointi. (Tuomi & Sarajärvi 2002, 135- 136.)

Laadullisessa tutkimuksessa luotettavuuteen liittyy kriteereitä, joilla tutkimusta arvioidaan. Tynjälän (1991) mukaan tutkimuksen uskottavuus tarkoittaa luotettavuutta jonka osatekijöinä ovat totuusarvo, sovellettavuus, pysyvyys ja neutraalisuus. Kehittämistehtävässä on aineistonkeruu ja analysointimenetelmät esitetty totuudenmukaisesti ja tutkija on arvioinut tutkimuksen tuloksia neutraalisti ilman johdattelua tai halua mukailla aineistoa tiettyyn tulokseen. opinnäytetyötä voidaan hyvin käyttää oppaana kun ideoidaan kuvataidetoiminnan järjestämistä.

Kriteerinä on myös tutkimuksen vastaavuus. Niiranen (1990) kuvailee vastaavuuden tarkoittavan sitä, vastaavatko tutkijan tuottamat rekonstruktiot tutkittavien todellisuudesta alkuperäisiä konstruktioita. Tässä kehittämistehtävässä vastaavuus tarkoittaa siis havainnoinnista ja haastatteluista saadun informaation vastaavuutta aiempien tutkimusten tuloksiin ja tutkimustavoitteiden saavuttamiseen. Tätä vastaavuutta kuvaillaan parhaiten osiossa 7.1 toiminnan ja tutkimustulosten tarkastelu.

Siirrettävyys kriteerinä tarkoittaa, voidaanko tutkimuksen sisältöä siirtää toiseen kontekstiin. Tynjälän (1991) mukaan tulosten siirrettävyys toiseen kontekstiin riippuu siitä, miten samankaltainen tutkittu ympäristö ja sovellysympäristö ovat. Tämä tarkoittaa, että mikäli kehittämistehtävää hyödynnettäisiin jossain muodossa kuvataiteen järjestämisessä, tulee ottaa huomioon monia seikkoja tutkimusympäristöstä ja muista tutkimuksen toteutukseen liittyvistä asioista. Kehittämistehtävästä saatuja tuloksia ja huomioita voidaan parhaiten siirtää mahdollisimman samankaltaiseen ympäristöön ja toteutusryhmään. Käytettäessä suuriin ryhmiin ja erilaiselle toteutusryhmälle kehittämistehtävän siirrettävyys kärsii.

Luotettavuuden kriteereihin kuuluu myös tutkimustilanteen arviointi. Tynjälän (1991) mukaan tutkijan tulee ottaa huomioon erilaiset ulkoiset vaihtelua aiheuttavat tekijät sekä tutkimuksesta ja ilmiöstä johtuvat tekijät. Tutkimustilanteiden arviointi ja selos-

tus on kuvattu parhaiten osioissa 6.7.1 ja 6.7.2. Toiminnan huolellisella suunnittelulla pyrittiin ehkäisemään tutkimustilanteissa esiintyviä haittatekijöitä, jotka olisivat voineet vaikuttaa tutkimuksen luotettavuuteen. Myös mainonnalla ja ennakkotiedottamisella pyrittiin ehkäisemään osallistujien jännitystä toiminnan suhteen. Huolellisella suunnittelulla lisättiin tutkimuksen varmuutta, eli pyrittiin ehkäisemään ja varauduttiin kehittämistehtävään ennustamattomasti vaikuttaviin tekijöihin.

Viimeisinä tutkimuksen luotettavuuteen vaikuttavina kriteereinä mainittakoon vakiintuneisuus, vahvistettavuus ja vahvistuvuus. Niiranen (1990) kertoo vakiintuneisuuden tarkoittavan, että ulkopuolinen henkilö arvioi tutkimuksen tuotokset johon liittyy muun muassa aineisto, löydökset ja tulkinat. Tynjälää (1991) mukaillen vahvistettavuudella tarkoitetaan varmistumista tutkimuksen totuusarvosta ja sovellettavuudesta sekä pyritään auttamaan lukijaa seuraamaan tutkijan päättelyä pitkin tutkimusta. Kehittämistehtävässä tämä tarkoitti huolellista sisällön analyysiä ja rinnastusta aiempaan tietoon sekä vertailua muihin tutkimuksiin. Eskola ja Suoranta (1996) tuovat esille myös vahvistuvuuden yhtenä luotettavuuden kriteerinä. Vahvistuvuus tarkoittaa, että tulkinat saavat tukea vastaavista tutkimuksista. Vahvistuvuus tuli kehittämistehtävän tarkastelussa huomioon vertaamalla ja rinnastamalla aineistoa aiempaan tietoon ja analysoidessa toimintaa.

Kehittämistehtävän reliabiilisuus eli tulosten toistettavuus tuli kehittämistehtävässä esille useilla kuvataidetoimintakerroilla, suurimmaksi osaksi samoille henkilöille pidettävillä kuvataide toiminnoilla sekä haastatteluilla ja havainnoinnilla. Ydinasioita laadullisessa tutkimuksessa ovat henkilöiden, paikkojen ja tapahtumien kuvaukset. Validivisuudella tarkoitetaan kuvausten ja siihen liitettävien selitysten yhteensopivuutta ja menetelmien kykyä mitata sitä, mitä on tarkoituskin mitata (tässä tapauksessa haastattelujen ja havainnoinnin validivisuutta). Validivisuutta voidaan arvioida eri näkökulmista, kuten ennustevalidiudesta, tutkimusasetelmavalidiudesta ja rakennevalidiudesta. Olennaista havainnoivassa ja haastattelututkimuksessa on kertomus paikoista ja olosuhteista, joissa tutkimusaineisto kerätään. Samoin haastatteluihin käytetty aika, mahdolliset häiriötekijät ja tutkijan oma itsearviointi tilanteesta on syytä mainita. On varmistettava, että tutkittavat ymmärtävät haastatteluissa esitetyt kysymykset oikein. (Hirsjärvi ym. 2007, 179 - 181.)

Kehittämistehtävän luotettavuuden arvioinnissa tulee ottaa huomioon myös aineiston keruu menetelmät, eli tässä kehittämistehtävässä havainnointi ja haastattelu. Havainnointia on kritisoitu siitä, että tutkija saattaa itse häiritä tai muuttaa tutkimustilannetta ja näin vaikuttaa toimintaan ja täten tutkimuksen tuloksiin. Tätä haittaa pyrittiin tutkimuksessa välttämään useilla toteutuskäynneillä tutkittavien joukkoon, jotta ryhmä tottuisi tutkijan läsnäoloon. Tutkittaville tilat ja ympäristö olivat tutut ja tutkija pyrki olemaan mahdollisimman luonnollinen. Tämä auttoi osallistujia sopeutumaan paremmin tilanteeseen. Heille myös selvitettiin jokaisen toteutuskerran yhteydessä, mitä tutkija tulee tekemään. Havainnoinnin luotettavuutta vahvensi myös, että osallistuminen oli vapaaehtoista ja suunnattu toimintaan halukkaille. Toimijan oma halukkuus toimintaan antaa paremman mahdollisuuden saavuttaa niitä tavoitteita, joita tutkimuksessa tultiin hakemaan ja täten parantaa myös havainnoinnin luotettavuutta.

Haastatteluissa lähtökohtana oli, ettei tutkija johdattelisi osallistujia tiettyihin vastauksiin tutkimuksensa eduksi. Kaikki osallistujat vastasivat haastattelukysymyksiin omin sanoin eikä kysymykset olleet johdattelevia vaan ne esitettiin siinä muodossa missä ne on opinnäytetyössä esitetty. Vastaukset kirjoitettiin ylös pääkohdiltaan ja niitä hyödynnettiin tutkimuksen tuloksia päätellessä. Haastattelut sujuivat kaikkien asukkaiden ja hoitajien kohdalla hyvin. Osallistujilta varmistettiin, että he olivat ymmärtäneet kysymykset oikein.

7.1.1 Lähdekritiikki

Opinnäytetyössä on käytetty paljon niin kotimaisia kuin ulkomaisia lähteitä. Suurin osa kirjallisuudesta ja tutkimuksista on tehty 2000-luvulla, joten tietoa voidaan pitää luotettavana myös nykyään. Kuvataidetoiminnan ja taideterapian suhteen tieto on pysynyt jokseenkin muuttumattomana viime vuosina eikä suuria mullistuksia ja käännekohtia aihepiirin teoriassa ole havaittavissa. Lähteinä on käytetty paljon menetelmäkirjallisuutta tutkimuksen suorittamiseen liittyen ja eri käsitteiden selvittämiseen. Lähteinä on käytetty myös tieteellisiä artikkeleita ja tutkimuksia taideterapian ja kuvataidetoiminnan vaikutuksista monenlaisiin eri ihmisryhmiin. Kirjoittajien kirjoon kuuluu opettajia ja tutkijoita joiden tutkimuksista saatuihin tietoihin ja oppikirjoihin on viitattu opinnäytetyössä. Opinnäytetyö perustuu lähteistä ja tutkimuksista saatuu tietoon, eikä lähteeksi ole kelpuutettu kirjoittajien omia henkilökohtaisia näkemyksiä. Lähteitä

on etsitty kirjallisuudesta ja tutkimuksista, joista osa on julkaistu internetissä ja jotka ovat siellä edelleen tarkasteltavissa ja luettavissa.

7.1.2 Tutkimuseettiset kysymykset

Tutkimusetiikassa tarkastellaan, miten tehdään eettisesti hyvää ja luotettavaa tutkimusta. On noudatettava tieteellisiä toimintatapoja kuten rehellisyyttä, huolellisuutta ja tarkkuutta. On käytettävä tieteellisesti ja eettisesti kestäviä tiedonhankinta-, tutkimus-, raportointi- ja arviointimenetelmiä. Tutkimusaineiston luotettavuudessa ihmisiä tutkiessa on perustana tutkittavien yhteistyöhalu. Asukkaat osallistuivat omasta tahdostaan. (Leino - Kilpi 2003, 285 – 291.)

Karhuvuorikodin hoitajat tekivät kartoitusta kuinka moni oli halukas osallistumaan kuvataidetoimintaan ja kykenivät kokoamaan kaksi ryhmää osallistumaan kehittämis-tehtävään. Ketään asukasta ei pakotettu osallistumaan toimintaan. Osallistumiseen pakkottaminen olisi asukkaiden ihmisoikeuksien vastaista eikä olisi ollut missään nimessä hyväksyttävää. Myös tutkimus olisi kärsinyt, mikäli osallistujat olisivat olleet vastahakoisia toimintaan. Osallistujille selvitettiin hankkeen taustat ja tarkoitus.

Kaikille osallistujille tehtiin selväksi, että tutkija tekee havaintoja heidän toiminnastaan ja havaintoja hyödynnetään opinnäytetyössä. Samalla korostettiin osallistujien anonymisuutta ja luottamuksellisuutta havainnoinnista ja haastatteluista saamiin tuloksiin. Havainnoin tekeminen salaa olisi ollut epäeettistä eikä se olisi palvellut tutkimusta.

Osallistujien haastatteluissa kysymykset esitettiin samassa muodossa kuin tässä opinnäytetyössä. Ketään ei johdateltu tiettyihin vastauksiin vaan osallistuvat vastasivat kysymyksiin omin sanoin. Varsinkin muistisairaiden kohdalla tuli varmistaa, että haastatettava on ymmärtänyt kysymyksen oikein. Johdatellut vastaukset eivät olisi antaneet rehellistä ja luotettavaa tutkimustulosta ja tämä olisi eliminoinut tutkimuksen tarkoituksen täysin.

7.2 Hyödynnettävyys ja oma arviointi kehittämistehtävästä

Taiteet ja kuvallinen ilmaisu ovat kauan kiinnostaneet minua ja oli hienoa, että pystyin hyödyntämään omaa harrastusta ja kiinnostuksen kohdetta opinnäytetyöhön. Tilaisuus tehdä kehittämistehtävä tuli mahdolliseksi Karhuvuorikodin asumispalvelun kautta, ja se toteutettiin heidän tiloissaan ja heidän asukkailleen. Hanke on ollut haasteellinen ja työntäyteinen mutta se saatiin suoritettua. Hanke sisälsi paljon käytännön asioiden suunnittelua ja järjestämistä sekä teoreettista työskentelyä. Yhteistyö koulun ja Karhuvuorikodin välillä on ollut kehittävää ja tuonut tutkimustulosta kehittämistehtävälle. Kuvataidetoiminnan keskeisimmät vaikutukset näkyisivät parhaiten ja selkeimmin pitkäaikaisemmalla toiminnalla ja useammilla toteutuskerroilla. Kehittämistehtävän tavoitteisiin on tutkijan mielestä kuitenkin suurimmaksi osaksi päästy.

Kuvallista ilmaisua voi käyttää hoitotyössä monilla eri osa-alueilla, joista osasta on tässä opinnäytetyössä jo kerrottu aikaisemmin. Varsinkin tuetuissa palveluasumisissa olisi hyvä järjestää kuvataidetoimintaa, sillä se tarjoaa virikkeitä ja mahdollista terapeuttista vaikutusta sitä toteuttaville. Sairaanhoidajan on kyettävä vastaamaan viriketoiminnan tarpeeseen, ja kuvallinen ilmaisu on loistavaa viriketoimintaa monille eri asiakasryhmille.

Tutkimusta voidaan hyödyntää suunniteltaessa ikääntyneille viriketoimintaa ja opinnäytetyö tarjoaa siihen kuvataidetoiminnan kannan. Työ tarjoaa ehdotuksia ja teoriaa viriketoimintaan sekä antaa ymmärtää, mitä toiminnalla voidaan saavuttaa asukkaiden hyvinvoinnissa ja elämänlaadun kohottamisessa. Elementit toiminnan yhteydessä ja kehittämistehtävän kulku tarjoavat hyvän ennakkokäsityksen mahdollisen toiminnan vaikutuksista ja siitä, mitä kaikkea kannattaa ottaa huomioon viriketoimintaa suunniteltaessa ja sitä toteutettaessa. Opinnäytetyö voi myös innostaa muita opiskelijoita tekemään tutkimuksia kuvataiteen hyödynnettävyydestä viriketoimintana, sillä tutkimustietoa ei Suomessa ole vielä paljon.

LÄHTEET

Abraham, R. 2004. When Words Have Lost Their Meaning: Alzheimer's Patients Communicate Through Art . London: Praeger Publishers. s. 35.

Airila, A. 2002. Vanhusten viriketoiminnan perusteet –opas vanhustyöntekijöille. Helsinki: Kuntokallio. s. 10.

Alitolppa-Niittamo, A. 1993. Kun kulttuurit kohtaavat. Keuruu: Otava. s. 98 - 99.

Andreev, T & Salomaa, V. 2005. Kokemista ja kuvitusta luovat toiminnalliset menetelmät vanhustyössä. Teoksessa Noppari, E. & Koistinen, P.(toim.) Laatu vanhustyöhön. Helsinki: Tammi, 16, 161-175.

Saaranen-Kauppinen, A. & Puusniekka, A. 2006. KvaliMOTV - Menetelmäopetuksen tietovaranto [verkkojulkaisu]. Tampere; Yhteiskuntatieteellinen tietovarasto. Saatavissa: URL:<<http://www.fsd.uta.fi/menetelmaopetus/>> [viitattu 16.2.2011]

Battaglia, E. 2009. Art therapy for recovering from addiction. Drug & alcohol recovery magazine. Saatavissa: <URL: <http://www.drugalcoholaddictionrecovery.com/?p=53>> [viitattu 16.10.2010]

Eskola, J. & Suoranta, J. 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Vastapaino: Tampere. s. 13 - 15.

Gilroy, A. 2006. Art therapy, Research and evidence- based practice. London , Thousand Oaks & New Delhi: Sage Publications Ltd. ,45,55.

Grönfors, M. Laadullisen tutkimuksen kenttätömenetelmät.1982. 65-66. Saatavissa: <URL:http://homepage.mac.com/vilkka/Kirjat/Laadullisen_tutkimuksen.pdf> [viitattu 15.10.2010]

Hamre, H.J., Witt, C.M., Glockmann, A., Ziegler, R. Willich, S.N. & Kiene, H. Anthroposophic art therapy in chronic disease: a four-year prospective cohort study. 2007. Saatavissa: <URL: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17681256>> [viitattu 15.10.2010]

- Hannula, P. 2005. Mitä on taide? Saatavissa: <URL:
<http://www.atelierhannula.fi/funktio.html>> [viitattu 18.10.2010]
- Heikkilä, A., Jokinen, P., Nurmela, T. 2008. Tutkiva kehittäminen. Avaimia tutkimus- ja kehittämishankkeisiin terveysalalla. Helsinki: WSOY Oppimateriaalit Oy. s. 27, 57.
- Heikkinen, T., Syrjälä, T., Anttila, V., Wilkinson, M., Susman, G., Evered, R., Harmas, J. & Grönfors, M. Teoksessa: Mäkelä- Marttinen, L. & Ruohonen, S. Luova työ tutkimuksen kohteena - avauksia design alojen metodologiaan: Kymenlaakson ammattikorkeakoulun julkaisuja. s. 9 - 21.
- Heinonen, S. 2001. Arvioinnin teoreettisia lähtökohtia. Teoksessa: Jakku- Sihvonen, R. & Heinonen, S. Johdatus koulutuksen uudistuvaan arviointikulttuuriin. Arviointi 2/2001. s. 60.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja Kirjoita. Tampere: Kirjayhtymä Oy. s. 96, 179 - 181, 208 - 209.
- Järvinen, A., Järvinen, P. 2000. Tutkimustyön metodeista. Helsinki: Opinpajan Kirja. s. 129 - 132.
- Kajanoja, J. 2005. Mitä on hyvinvointi. Tilastokeskus. Saatavissa: <URL:
http://www.stat.fi/tup/kuntapuntari/kuntap_3_2005_hyvinvointi.html> [viitattu 18.10.2010]
- Kansanen, P. 2004. Opetuksen käsitemaailma. Opetus 2000. Juva: WS Bookwell Oy. s. 50 – 53.
- Kemmis, S. & Wilkinson M. 1998: Participatory action research and the study of practice. s. 30.
- Koivunen, H. 1997. Hiljainen tieto. Helsinki: Otava. s. 76
- Koskinen, S., Aalto, L., Hakonen, S. & Päivärinta, E. 1998. Vanhustyö. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy. s. 209 - 210

Leino-Kilpi, H. 2003. Etiikka tehohoitotyössä. Teoksessa: Leino-Kilpi, H. & Välimäki, M. Etiikka hoitotyössä. Helsinki: WSOY. s. 201 - 212.

Lehtinen, E. & Jokinen, T. 1996: Tutor - itsenäistyvän oppijan ohjaaja. Juva: Atena kustannus. s. 37.

Liikanen, A. 2006. Taide ja terveys - hyvinvointia kulttuurista etelä-pohjanmaalla. GERO. taulukko: Taide- ja kulttuuritiminnaan kokemuksellinen ja välineellinen merkitys hyvinvoinnin kehikossa. Saatavissa: <URL: http://www.epliitto.fi/upload/files/Taide_ja_terveyspdf.pdf> [viitattu 19.11.2010]

Niiranen, P. 1990. Amerikkalainen näkökulma kasvatuksen laadulliseen tutkimukseen. Teoksessa: Tuomi, J. & Sarajärvi, A. Laadullisen tutkimuksen sisällönanalyysi. Jyväskylä: Tammi. s. 135 - 138.

Paice, J. 2006. Art Therapy Can Reduce Pain And Anxiety In Cancer Patients. Northwestern Memorial Hospital. ScienceDaily issue January 2, 2006. Retrieved

Pirttilä, T. 2004. Muistihäiriöisen ja dementoituva henkilön kuntoutus. Teoksessa: Heimonen, S., Voutilainen, P. (toim.) Dementoituvan ihmisen kuntoutuksen lupaus. Helsinki: Tammi. s. 11 - 12.

Pulkkinen, P. 2006. Mitä kuvataideterapia on? saatavissa: <URL: www.piccon.net/Kuvataideterapia.htm> [viitattu 13.10.2010]

Rankanen, M., Hentinen, H. & Mantere, M. 2007. Taideterapian perusteet. Helsinki: Duodecim. s. 26 - 27, 35 - 42, 58, 179 - 181.

Rauste-vonWright, M-L. & vonWright, J. 1994. Oppiminen ja koulutus. Juva: WSOY. s. 175

Rauste-vonWright, M-L. 1997. Opettaja tienhaarassa - konstruktivismia käytännössä. Juva: WSOY. s. 141 - 142

Sarvimäki, A. Voiko vanhus olla hyväkuntoinen? ikäinstituutti. Saatavissa: <URL:http://www.ikainst.fi/sivu.php?artikkeli_id=169> [viitattu 18.10.2010]

Soini, M., Luoma, M., Muurinen, S. & Varis, M. 2009. Muistisairaiden asukkaiden elämänlaadun mittaaminen, Havainnointi QUALID-mittaria käyttäen Helsingin palvelutaloissa 2008. Helsingin Kaupungin sosiaalivirasto. Saatavissa: <URL:http://www.hel.fi/wps/wcm/connect/d18391004a176e2694f1fc3d8d1d4668/tutkimuksia_6.pdf?MOD=AJPERES [viitattu 19.11.2010]

Tarvas, T. 2010. Bruttokansantuote ei mittaa hyvinvointia. europa lehti. Saatavissa: <URL: <http://www.europalehti.fi/2010/02/bkt-ei-mittaa-hyvinvointia/>> [viitattu 18.10.2010]

Tynjälä, P. 1991. Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuudesta. Teoksessa: Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2002. Laadullisen tutkimuksen sisällönanalyysi. Jyväskylä: Tammi. s. 135 - 138.

Van Marissing, L. 1997. Art centered art therapy. Luentomoniste. 10.11.1997. Karjalohja. Teoksessa: Rankanen, M., Hentinen, H. & Mantere, M. 2007. Taideterapian perusteet. Duodecim: Helsinki. s. 36

Weckroth, M. 1999. Askartelu vanhustyössä. Toimintatutkimus askartelutoiminnan kehittämiseksi. Vireyttä vuosiin. Vanhustyön keskusliitto. Helsinki: Tyylipaino. s. 37 - 39

Vered, M. 2010. What is art therapy? Saatavissa: <URL: <http://www.brainskills.co.uk/ArtTherapy.html>> [viitattu 14.10.2010]

Voutilainen, P. & Vaarama, M. 2005. Toimintakykymittareiden käyttö ikääntyneiden palvelutarpeen arvioinnissa. Stakesin raportteja 7. Helsinki: Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus.

Vuori, U. 2009. Selviytykö asiakas itsenäisesti kotona - miten tunnistan muistisairauden merkit? Saatavissa: <URL: http://www.edupoli.fi/upload_images/online3/tmonto/Ulla%20Vuoren%20esitys%20032009.pdf > [viitattu 4.11.10]

Hyvä Karhuvuorikodin hoitaja !

Teen opinnäytetyötäni kuvataidetoiminnan merkityksestä ikääntyneiden hyvinvointiin. Osallistujina ovat Karhuvuorikodin asukkaat. Toimintaa asukkaille on tarkoitus järjestää viikoilla 11-13 (kello 13-14) ensimmäiselle ryhmälle ja 19-21 (kello 10-11) muistisairaiden ryhmälle. Hyvä ryhmäkoko olisi 5-10 henkeä. Kummallekin ryhmälle järjestetään siis kolme maalauskertaa. Viikoilla 11-13 pidän ryhmää kaikille halukkaille asukkaille ja viikoilla 19-21 muistisairaille asukkaille. Olisi hyvä mikäli voisitte kertoa tästä mahdollisuudesta asukkaille ja kannustaa halukkaita mukaan toimintaan. Jokaisella kerralla on oma tietty tehtävä ja asukas siirtyy seuraavaan tehtävään saatuaan edellisen tehtävän valmiiksi. Materiaaleina käytetään vesivärejä, peitevärejä, lyijykynää ja hiiltä. Tuon kaiken materiaalin mukana.

Tapaamisten sisällöt:

Ensimmäinen työ on ” lapsuuden maisema”. Ajattelin aiheen olevan mieluisa asukkaille ja työn tekeminen voi edesauttaa onnistumisen ja oivalluksen tunteita lapsuuden maisemia ja kotia muistellessa ja täten muodostua mieluisaksi kokemukseksi. Tulen tekemään selväksi, että maisema maalauksen ei tarvitse olla pikkutarkka, ja näytän alussa muutamia esimerkkimaalauksia. Haparille käsille voi pikkutarkka työ osoittautua vaikeaksi ja aiheuttaa turhautumista toimintaan. Työn voi tehdä joko A4 tai A3 paperille, riippuen siitä, kummalle asukas haluaa työn tehdä. Muistisairaille voi tämä tehtävä kuitenkin muodostua ongelmalliseksi ja aiheuttaa turhautumista, joten heille ensimmäinen tehtävä tulee olemaan maalata mikä tahansa maisema. Ja mikäli ei luova-ajattelu pääse valloilleen niin annetaan jokin mallimaisema lehdestä tai kirjasta jonka voi jäljentää.

Toisessa tehtävässä piirretään mikä tahansa eläin. Otan mukaani erilaisia kuvia ja piirustuksia eläimistä joista voi tarpeen tullen ottaa mallia. Tämä tehtävä sopii niin seka- kuin muistisairaidenkin ryhmälle. Eläimiä piirrettäessä käytetään myös vesivärejä ja lyijykyniä hahmottelun tekemiseen. Vaihtoehtona tulee olemaan myös puuvärit. Kaik-

ki asukkaat ovat varmasti jossain vaiheessa elämäänsä olleet tekemisissä eläinten kanssa edes jollain tasolla, ja tämä on oiva tilaisuus vaikkapa piirtää jonkin edesmenneen lemmikin kuva.

Kolmantena tehtävänä tulee piirtää omakuva. Tämä tehtävä on hiukan vaativampi, mutta uskoisin omakuvan tekemisen olevan hauskaa ja omien tuotosten jakaminen ja esittely muiden osallistujien ja asukkaiden kanssa luulisi olevan hauskaa. Kolmannella kerralla toiminta ja minä olen asukkaille jo tutumpi joten heidän ei pitäisi pelätä hieman hankalampaa tehtävää. Taideterapiassa voidaan potilaan omakuvasta lukea millaiseksi ihminen kokee itsensä tällä hetkellä. Esimerkiksi surullinen naama ja tummat värit voivat olla merkkejä masentuneisuudesta ja yksinäisyydestä, kun taas iloiset kasvot ja kirkkaat värit kertovat hyvinvoinnista ja iloisuudesta. Tässä tehtävässä voi käyttää materiaaleina vesivärejä, peitevärejä, lyijykynää, puuvärejä ja hiiltä. Hiilen kanssa piirtäminen voi olla monille uusi kokemus ja olla mielenkiintoista toimintaa, vaikkakin hieman vaativaa. Riippuen henkilöstä voi epäonnistunutkin työ olla ratkiriemukasta ja työtä halutaan näyttää ja esitellä huumorimielellä. Mikäli osallistuja on saanut kaikki kolme työtä valmiiksi, on aihe tämän jälkeen vapaa.

Mikäli jokin asukas ei halua tehdä annettua toimeksiantoa, pyritään tietenkin ensin motivoimaan ja kannustamaan tehtävän tekemiseen. Mikäli tämä ei kuitenkaan onnistu, voidaan hypätä suoraan seuraavan työn tekemiseen tai annetaan asukkaalle maalata ja piirtää omavaltaisesti sitä mitä hän haluaa. Pääasia on, että kaikilla on hauskaa ja, että tutkimusmateriaalia saadaan kasaan.

Oma toimintani

Havainnoin ja teen muistiinpanoja toiminnasta. Haastattelen sekä osallistujia ja hoitajia. Haastatteluajankohdat sovitaan erikseen. Kerron asukkaille toiminnan alussa oman opinnäytetyöni tarkoituksesta sekä pyrin motivoimaan heitä maalaamiseen ja piirtämiseen. Hoitajia ja asukkaita aion haastatella toiminnan loputtua liittyen siihen, mitä merkitystä toiminnalla oli ja onko heidän hyvinvoinnissaan kenties tapahtunut muutoksia.

Pääasia on, että kaikilla olisi hauskaa tapaamisissa kuvataiteen parissa !! **Kiitos ja terveisin:** Sairaanhoidajaopiskelija Roope Wecksten Puh: #

Tule mukaan taiteilemaan

Järjestän opinnäytetyöni yhteydessä toimintaa, jossa osallistujat pääsevät maalaamaan ja piirtämään. Kaikki mukaan !

Ensimmäinen ryhmä kokoontuu tiistaina 15.3 klo 13-14. Seuraavat ajat ovat ti 22.3 klo 13-14 ja 29.3 klo 13-14. ryhmä kokoontuu torstaina 12.5 klo 10-11, to 19.5 klo 10-11 ja to 26.5 klo 10-11.

Kummallekin ryhmälle järjestetään siis kolme (3), noin tunnin kestävää tapaamista. Ilmoita henkilökunnalle mikäli olet kiinnostunut osallistumaan. Omia välineitä et tarvitse mukaan.

Terveisin: sairaanhoitajaopiskelija Roope Wecksten

Sähköposti: roope.wecksten.student@kyamk.fi



Tutkimuksen tekijä, nimi ja vuosi	Tutkimuksen tarkoitus ja tavoite	Tutkimusmenetelmä	Tutkimusalue/otos	Tulokset
<p>Hamre HJ, Witt CM, Glockmann A, Ziegler R, Willich SN, Kiene H.</p> <p>Anthroposophic art therapy in chronic disease: a four-year prospective cohort study.</p> <p>2007.</p>	<p>Tarkastella kliinisiä hoitotuloksia kroonisia sairauksia sairastavilla potilailla joita on hoidettu antroposofisella taideterapialla.</p>	Kohorttitutkimus	54 sairaalaa saksassa ja yhteensä 161 potilasta.	<p>Potilaiden elämänlaatua mitattiin KINDL-lomakkeella (Questionnaire for Measuring Health-Related Quality of Life in Children and Adolescents). Taideterapiaan osallistuneilla havaittiin pitkäaikaisvaikutuksena kroonisten oireiden vähenemistä ja elämänlaadun ko- hoamista.</p>
<p>Paice Judith</p> <p>Art therapy can reduce pain and anxiety in cancer patients</p> <p>2006</p>	<p>Tarkastella taideterapian vaikutuksia syöpäpotilailla ja havainnoida sen vaikutuksia kivun, hermostuneisuuden, pahoinvoinnin, väsymyksen, masennuksen, ruokahaluttomuuden ja hengenahdistuksen lievittämiseen käyttämällä ESAS-asteikkoa</p>	<p>Haastattelu</p> <p>Havainnointi</p>	50 syöpäpotilasta Northwestern memorial sairaalassa	<p>Taideterapiaa järjestettiin potilaille neljän kuukauden ajan. Lähes kaikissa tutkimuksessa havainnoiduissa oireissa havaittiin muutosta parempaan taideterapia työskentelyn myötä.</p>

<p>Soini Helena, Luoma Minna, Muurinen Seija- Varis Maarit</p> <p>Muistisairaiden asukkaiden elä- mänlaadun mit- taus. Havainnoi- tti Qualid-mittaria käyttäen Helsin- gin vanhainko- deissa ja palvelu- taloissa vuonna 2008</p> <p>2008</p>	<p>Tarkoituksena oli selvittää helsingin kaupungin sosiaali- viraston vanhusten palvelujen vastuu- alueella vanhainko- deissa ja palveluta- loissa pitkäaikaisesti asuvien muistisai- raiden asukkaiden elämänlaatua</p>	<p>Havainnointitutkimus Qualid- elämänlaatumittaria käyttäen</p>	<p>Tutkimukseen osallistui 16 Helsingin kau- pungin omaa ja 47 ostopalvelu- yksikköä. Tut- kimukseen otettiin kaikki pitkäaikais- paikalla olevat asukkaat (n=2102)</p>	<p>Qualid-mittari pisteyte- tään välillä 11-55. mitä pienemmän lukeman asukas saa sitä pa- remmaksi hän kokee elämänlaatunsa. Ha- vainnointien summapis- teiden keskiarvo oli 22,4. Asumismuoto, ikä, sukupuoli, sivilisää- ty tai koulutustaso eivät vaikuttaneet merkittä- västi havaittuun elä- mänlaatuun.</p>
---	--	--	---	--

KOTKAN KAUPUNKI
Hyvinvointipalvelut
Vanhustenhuollon vastuualue
Vt. vanhustenhuollon johtaja

VIRANHALTIJAPÄÄTÖS §

Sivu

26.4.2011

75

1

Dnro SOTE: 77 /2011

Tutkimuslupahakemus/Roope Wecksten

Valmistelija: Johdon sihteeri Pirjo Tamminen

Roope Wecksten on anonut tutkimuslupaa aiheesta "Kuvataiteen vaikutuksia ikääntyneiden hyvinvointiin".

Opinnäytetyön ohjaajana lehtori, TtM Mirja Nurmi ja lehtori Helena Tietäväinen.


Liitteenä tutkimuslupahakemus.

Päätös: Tutkimuslupa myönnetään anomuksen mukaisesti.

Toimeenpano:

Ote: Roope Wecksten

Oikaisuvaatimusohjeet


Vt. vanhustenhuollon johtaja Liisa Rosqvist

Tämä pöytäkirja on yleisesti nähtävänä 3.5.2011, kaupungintalo, 4. kerros