



LAHDEN AMMATTIKORKEAKOULU
Lahti University of Applied Sciences

MUISTOJEN KOTI

Harjulan pilottiryhmän kokemuksia muistelutikkutyöskentelystä
Tikutus-hankkeessa

LAHDEN
AMMATTIKORKEAKOULU
Sosiaali- ja terveysala
Hoitotyön koulutusohjelma
Terveystieteiden koulutusohjelma
Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosiaalipedagoginen aikuistyö
Opinnäytetyö
Syksy 2011
Marianne Ainasoja
Kia Kolu
Hanna Yrjölä

Lahden ammattikorkeakoulu
Hoitotyön koulutusohjelma
Sosiaalialan koulutusohjelma

AINASOJA, MARIANNE & KOLU, KIA & YRJÖLÄ, HANNA: Muistojen koti – Harjulan pilottiryhmän kokemuksia muistelutikkutyöskentelystä Tikutus-hankkeessa

Sosiaalipedagogisen aikuistyön suuntautumisvaihtoehdon ja terveydenhoitotyön moniammatillinen opinnäytetyö, 53 sivua, 10 liitesivua

Syksy 2011

TIIVISTELMÄ

Opinnäytetyössä tavoitteena oli tutkia Harjulan pilottiryhmän kokemuksia muistelutikkutyöskentelystä, jonka tavoitteena oli tuottaa pilottiryhmän jäsenille henkilökohtaiset muistelutikut. Muistelutikkutyöskentely toteutettiin Tikutus-hankkeessa ja opinnäytetyön tavoitteena oli luoda sellainen näkemys työskentelyn toimivuudesta sekä mahdollisista kehitystarpeista, jota Tikutus-hankkeessa voidaan hyödyntää. Lisäksi tarkoituksena oli pohtia sosiaali- ja terveystieteiden moniammatillista yhteistyötä opinnäytetyöprosessissa.

Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena ja aineisto kerättiin yksilöllisten teemahaastattelujen avulla. Tutkimuksessa haastateltiin neljää Harjulan Settlementin muistelutikkupilottiin osallistunutta ikääntynyttä. Aineiston analyysimenetelmänä käytettiin aineistolähtöistä sisällönanalyysia.

Tutkimustulosten perusteella voidaan todeta, että muistelutikkutyöskentely Harjulan pilottiryhmässä koettiin pääasiassa positiiviseksi kokemukseksi ja itse muistelu oli ollut antoisaa. Työskentelyä edisti koti ympäristönä sen muistoja herättävän ja turvallisen ilmapiirin vuoksi. Eniten epävarmuutta haastatteluissa aiheutti vähäinen tieto työskentelyn kulusta ja ihmetys kohderyhmälle uudesta teknologisestä välineestä, USB-muistitikusta. Ikääntyneet lähtivät mukaan Tikutus-hankkeeseen mielenkiinnosta ja halusta oppia uutta. Ikääntyneet kokivat vaikeaksi pohtia muistelutikkutyöskentelyn kehittämismahdollisuuksia, mutta muutama hyvä kehitysehdotuskin syntyi. Tutkimuskysymysten lisäksi haastatteluissa esille tuli omaisten rooli, joka oli vaikuttanut muistelutikkutyöskentelyyn innostavasti. Muistojen säilyminen muistelutikussa jälkipolville osoittautui tuloksien mukaan erittäin merkittäväksi.

Avainsanat: ikääntyminen, muistelutyö, muistelutikkutyöskentely, moniammatillisuus

Lahti University of Applied Sciences
Degree programme in Nursing
Degree Programme in Social Services

AINASOJA, MARIANNE & KOLU, KIA & YRJÖLÄ, HANNA: Home of memories – The experiences of Harjula's pilot group's reminiscence stick working in 'Tikutus' project

Bachelor's Thesis in social pedagogy for work with adults and in Public Health Nursing, 53 pages, 10 appendices

Autumn 2011

ABSTRACT

The purpose of this Bachelor's thesis was to explore the experiences of Harjula's pilot group's reminiscence stick working, which aim was to produce a personal reminiscence stick for the members of the pilot group. Reminiscence stick work was carried out in the 'Tikutus' project and the aim of the thesis was to create an overview of the work and the possible development needs, which 'Tikutus' project can utilize. In addition, the thesis aimed to observe the multi-professional cooperation of social and health care in thesis writing.

The thesis was carried out as a qualitative research and data was collected from an individual theme interviews. The study interviewed four Harjula's Settlement's ageing people who took part in the reminiscence stick pilot project. The analysis method was a data-driven content analysis.

Research results show that the reminiscence stick in work in the Harjula's pilot group was seen as mainly a positive experience and the recollection had been rewarding. The work was enhanced by the home-like safe and inspiring atmosphere. Most of the uncertainty was caused by limited knowledge of the progress and the wonder of the new technological means (memory stick) for the target group. Ageing people joined the 'Tikutus' project because of their interest and willingness to learn new things. Ageing people felt that giving development suggestions for the reminiscence stick work was difficult, but a few good ideas were born. In addition to the research questions the interviews gave results of the role of relatives, which had been inspiring. The preservation of memories on the reminiscence stick for the offspring of the ageing people turned out to be very significant.

Key words: aging, reminiscence work, reminiscence stick working, multi-professionalism

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	IKÄÄNTYMINEN ELÄMÄNVAIHEENA	3
2.1	Ikääntyminen voimavarana	4
2.2	Ikääntyneiden palvelutarpeet	5
2.3	Elämänlaatua tukeva vanhustyö	7
2.4	Ikääntyneet tietoyhteiskunnassa	9
3	MUISTELUTYÖ VANHUSTYÖSSÄ	11
3.1	Muistin merkitys	11
3.2	Muistelun mielekkyys	13
3.3	Muistelutyö työmenetelmänä	14
4	TIKUTUS – INNOVATIIVISIA, AKTIVOIVIA PALVELUSISÄLTÖJÄ IKÄÄNTYVILLE	16
4.1	Muistelutikku	16
4.2	Harjulan Setlementti ja pilottiryhmä	17
4.3	Muistelutikkutyöskentely	17
5	TUTKIMUKSEN TAVOITTEET, TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET	19
6	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS	20
6.1	Tutkimusmenetelmät	20
6.2	Kohderyhmä	20
6.3	Aineiston keruu	21
6.4	Aineiston analyysi	23
7	TUTKIMUSTULOKSET	29
7.1	Ikääntyneen oma kokemus muistelutikkutyöskentelystä	29
7.2	Ikääntyneen suhtautuminen teknologiseen välineeseen	30
7.3	Muistelutikkutyöskentely työmenetelmänä ja sen kehittäminen	32
7.4	Omaisten rooli muistelutikkutyöskentelyssä	34
8	JOHTOPÄÄTÖKSET	36
9	POHDINTA	38
9.1	Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys	38
9.2	Moniammatillisuuden merkitys opinnäytetyöprosessissa	41

9.3	Arviointi	43
9.4	Jatkotutkimusehdotukset ja tulosten hyödynnettävyys	45
	LÄHTEET	46
	LIITTEET	53

1 JOHDANTO

Suomen väestö ikääntyy huomattavasti tulevina vuosikymmeninä ja tämän myötä iäkkäille tarkoitettuja palveluja tulee kehittää uudella, tarpeita vastaavalla tavalla. Palveluissa tulisi korostua itsenäinen selviytyminen sekä hyvinvointia ja terveyttä edistävä toiminta. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008a, 150.) Jotta väestön eliniän piteneminen koetaan positiivisena asiana, tulee yhteiskunnan huolehtia lisääntyneiden elinvuosien laadukkaasta sisällöstä, kuten terveydestä, toimintakyvystä sekä osallisuudesta (Kautto 2004, 9). Tikutus – innovatiivisia, aktiivisia palvelusisältöjä ikääntyneille eli Tikutus-hanke on Helsingin yliopiston koulutus- ja kehittämiskeskus Palmenian ja Lappeenrannan teknillisen yliopiston yhteishanke. Tikutus-hankkeessa kehitetään muun muassa ikääntyville suunnattua terveys- ja muistelutikkua. Yksi muistelutikkutyöskentelyn pilottiryhmistä toteutettiin Harjulan Setlementissä, jossa koottiin neljä yksilöllistä muistelutikkua muistelutyön menetelmin.

Opinnäytetyön tavoitteena on tutkia Tikutus-hankkeen Harjulan pilottiryhmään osallistuneen neljän ikääntyneen kokemuksia muistelutikkutyöskentelystä ja luoda näkemys työskentelyn toimivuudesta ja mahdollisista kehitystarpeista. Tutkimuksen tarkoituksena on tuottaa tietoa, jota Tikutus-hankkeessa voidaan hyödyntää. Lisäksi tarkoituksena on pohtia opinnäytetyöprosessin moniammatillista yhteistyötä sosionomin (AMK) ja terveydenhoitajan (AMK) näkökulmasta.

Opinnäytetyö tehtiin moniammatillisesti kahden sosiaalipedagogiseen aikuistyöhön suuntautuneen sosionomi- ja yhden terveydenhoitajaopiskelijan yhteistyönä. Isoherrasen (2005, 156) mukaan eri koulutusalojen tuomat näkökulmat ja taidot antavat työskentelyyn rikkautta monipuolisuudellaan. Työskenneltäessä ikääntyneiden parissa tulee ottaa huomioon ihmisen fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen hyvinvointi. Tämän vuoksi ikääntyneiden palvelutarpeet edellyttävät moniammatillista osaamista. Vanhustyö vaatii siis erityisosaamista ja ammattikuntarajat ylittävää yhteistyökykyä (Eloranta & Punkanen 2008, 182).

Väestön ikääntymisen myötä opinnäytetyön aihe on hyvin ajankohtainen. Tikutus-hankkeessa meitä kiinnostaa uuden palvelukonseptin luominen ja mahdollisuus

olla mukana kehittämässä uutta työmenetelmää, jota voidaan hyödyntää sosiaali- ja terveysalalla. Meille on tärkeää tuoda esiin ikääntyneiden oma yksilöllinen kokemus muistelutikkutyöskentelystä.

2 IKÄÄNTYMINEN ELÄMÄNVAIHEENA

Ikääntymisen elämänvaiheeseen mielletään myönteisiä asioita, kuten kokemuksen, taitojen ja viisauden kasvu. Lisäksi ikääntymiseen usein yhdistetään seesteisyys ja erilaiset vapaudet. Toisaalta ikääntyminen tuo mukanaan menetyksiä, kuten toimintakyvyn heikkenemistä, statuksen laskua, yksinäisyyttä ja jopa syrjintää. Ikääntyminen onkin prosessi, jossa on sekä voimavaroja lisääviä, että kuluttavia tekijöitä. Suhtautuminen ikääntymiseen ja ikääntyneisiin on hyvin ristiriitaista myös yhteiskunnan eri osa-alueilla, kuten arvostus politiikassa, mutta toisaalta syrjintä työelämässä. (Koskinen 2004, 25.)

Sainion (2008, 6) mukaan palvelujärjestelmässämme ikääntyneenä pidetään kansaneläkeiän saavuttanutta eli yli 65-vuotiasta henkilöä. Hakonen (2008, 153) kuitenkin kirjoittaa vanhuus- ja ikäkäsitysten olevan muuttumassa. Nykyään puhutaan enemmän kolmannesta iästä, jonka myötä suhtautuminen ikääntymiseen muuttuu voimavaralähtöisemmäksi. Kolmas ikä on Hakosen (2008, 154) mukaan aikaa työelämän jälkeen jolloin voidaan toteuttaa niitä aktiviteetteja, haaveita ja harrastuksia joihin ei ennen ole ollut aikaa. Itse vanhuuden määritellään alkavan vasta niin sanotussa neljännessä iässä, jolloin tuen ja palvelujen tarve kasvaa. Koskisen (2011a, 22) mukaan elämänkulun uusi jaottelu ja käsite kolmannesta iästä ovat ajankohtaisia pitkän iän oloissa ja elinajanodotteen edelleen kasvaessa.

Vanheneminen on kuitenkin subjektiivinen käsite ja kukin kokee oman ikääntymisen omien elämäkokemuksiensa valossa. Ikääntymiseen vaikuttavat biologiset, psykologiset ja sosiaaliset tekijät. Ikääntyessään ihminen kokee biologisia muutoksia motoriikassa ja aistitoiminnoissa sekä usein erilaiset sairaudet heikentävät toimintakykyä. Muutokset toimintakyvyssä voivat vaikuttaa henkilön oma-toimisuuteen ja näin myös elämäntapaan. Elämäntapojen muuttamiseen vaikuttavat myös ikääntymisen psykologiset muutokset, joista etenkin kognitiiviset tekijät ovat keskeisiä. Näitä ovat tietojenkäsittelyssä tarvittavat taidot, kuten muisti, oppiminen ja tarkkaavaisuus. Ikääntymiseen vaikuttavat sosiaaliset tekijät ovat puolestaan yksilön vuorovaikutussuhteet ympärillä olevaan yhteiskuntaan, ympäristöön sekä sosiaalisiin ryhmiin. (Sainio 2008, 6, 15–16.)

2.1 Ikääntyminen voimavarana

Sukupolvien välisen kunnioituksen ja yhteenkuuluvuuden takaamiseksi ikääntymistä ei tule nähdä yhteiskunnallisena ongelmana tai taakkana. Ikääntyminen onkin arvokas osa elämää ja ikääntyneet rikastuttavat monimuotoista yhteiskuntaa. (Eloranta & Punkanen 2008, 7.) Kautto (2004, 7) kehottaakin pohtimaan kuinka ikääntyvien voimavaroja voitaisiin nykyisessä yhteiskunnan kehityksessä hyödyntää. Myös Suomen ja Hakosen (2008, 9) mukaan ikääntyneet tulisi nähdä kulluerän sijaan voimavarana.

Koskinen (2011a, 29–32) kertoo ikääntyneiden voimavarojen jakaantuvan asemaan liittyviin, sosiokulttuurisiin, ympäristön tuomiin sekä psyykkisiin ja henkisiin voimavaroihin. Asemaan liittyvät voimavarat tarkoittavat esimerkiksi talouden ja terveyden tilaa. Sosiokulttuuriset voimavarat liittyvät kolmanteen ikään ja kertovat elämänvaiheen kokemisesta myönteisenä ja osallistumisesta itselle mieluisaan toimintaan. Ympäristön voimavarat puolestaan liittyvät turvallisuuden tunteeseen sekä kodin ja sosiaalisten verkostojen merkitykseen. Psyykkisiin ja henkisiin voimavaroihin kuuluvat taas muun muassa lapsuuden hyvät muistot, kokemus hyvästä rakkauselämästä sekä elämän tarkoitus ja halu.

Ikivihreät-tutkimuksessa Jyväskylässä seurattiin ikääntyneiden kokemuksia elämän tarkoituksellisuudesta ja sen muutoksesta. Tulosten mukaan vanhimpien ikäryhmien elämänhalu väheni kahdeksan vuoden seurannan aikana. Elämän tarkoituksellisuutta todettiin eniten tukevan läheiset ihmiset, elämään liittyvät asiat, kuten elämän arvostus sekä terveys ja toimintakyky. Elämän tarkoituksettomuutta puolestaan aiheuttivat kokemus oman elämän tarpeettomuudesta, ihmissuhteiden puute tai ongelmallisuus sekä heikko terveys ja toimintakyky. (Read 2008, 234–236.)

Myös Takkisen (2000) tutkimus Ikivihreät-projektin aineistosta osoittaa, että elämän tarkoituksellisuuden tunne on tärkeää iäkkäiden hyvinvoinnin ja toimintakyvyn kannalta. Elämän tarkoituksellisuuden lisäämiseksi ihmissuhteet ja aktiviteetit ovat keskeisiä. Lisäksi tulee huomioida iäkkäiden yksilöllisyys sekä ikääntyessä usein kasvava tarve pohtia henkisiä asioita. Takkisen tutkimuksen mukaan elä-

mäntarkoituksellisuuden kokemusta lisäämällä voitaisiin mahdollisesti vähentää ikääntyneiden masentuneisuutta ja yksinäisyyden tunnetta. (Takkinen 2000, 44–45.) Elämän tarkoituksellisuuden on todettu olevan sidoksissa elämän tyytyväisyyteen, hyvään itsetuntoon, hallinnan tunteeseen ja ulospäin suuntautuneisuuteen sekä kokemukseen hyvästä terveydestä ja toimintakyvystä. Elämän tarkoituksellisuuden tunnetta olisikin hyvä edistää esimerkiksi muistelulla. (Read 2008, 237–238.)

2.2 Ikääntyneiden palvelutarpeet

Ikääntyessään yksilölliset muutokset fyysisessä, psyykkisessä sekä sosiaalisessa toimintakyvyssä johtavat palveluiden tarpeen ja käytön lisääntymiseen. Sosiaali- ja terveyspalveluiden käytön on todettu lisääntyvän huomattavasti 75. ikävuoden jälkeen. Palveluiden tulee turvata ihmisarvoinen ikääntyminen, jota kuvaavia eettisiä periaatteita ovat itsemääräämisoikeus, voimavaralähtöisyys, oikeudenmukaisuus, osallisuus, yksilöllisyys sekä turvallisuus (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008b, 12). Koskisen (2011a, 35) mukaan ikääntyvien hyvinvointipalveluilla pyritään hyvinvoinnin ja elämänlaadun turvaamisen lisäksi voimavarojen, terveyden, itsenäisen suoriutumisen ja toimintakyvyn tukemiseen sekä toimijuuden vahvistamiseen ja osallisuuden mahdollistamiseen. Koskinen (2011a, 36) kertoo näiden voimavaralähtöisten palvelujen haasteiden olevan ikääntymisen uudenlainen ymmärtäminen, kuten ikääntymisen heterogeenisyyden tiedostaminen sekä ehkäisevän ja kuntouttavan työotteen käyttöön otto.

Pekkarinen (2011, 8) kirjoittaa väitöskirjassaan ikääntymisen asettavan haasteita päättäjille ja tässä paineita luovassa toimintaympäristössä vaikuttavat väestölliset ja taloudelliset muutokset sekä teknologian kehitys. Myös Ikäihmisten palvelujen laatusuosituksen (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008b) mukaan väestön ikääntyminen haastaa päättäjät pohtimaan toimintaympäristön muutoksien suuntaa ja ikääntyneiden palvelujen laadukasta järjestämistä. Palvelut tulee järjestää arvokkaasti, asiakasta kunnioittaen sekä vaikuttavasti ja taloudellisesti kestävällä tavalla. Ikääntyneiden palveluiden laatusuosituksen taustalla on tavoite ikääntyneiden hyvinvoinnin ja terveyden myönteisestä kehityksestä. Kehityksen onnistumiseksi

kuntien ja yhteistoiminta-alueiden tulee työskennellä pitkäjänteisesti, paikalliset tarpeet ja voimavarat huomioiden, hyödyntäen yhteistyötä järjestöjen, seurakuntien sekä yksityisten palveluntuottajien kanssa. Julkisen, yksityisen ja kolmannen sektorin tulisi toimia keskenään kumppaneina ja asiakkailla, omaisilla sekä muilla kuntalaisilla tulisi olla suurempi osallistumismahdollisuus. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008b, 9.)

Sosiaali- ja terveysministeriössä (2011) on vireillä ikääntyneitä koskevan lainsäädännön vahvistaminen, josta on esitettävänä lakiluonnosehdotus. Uuden niin sanotun ikälain tavoitteena on edistää ikääntyneiden terveyttä ja hyvinvointia, tukea ikääntyneiden voimavaroja, puuttua ajoissa itsenäistä selviytymistä vaarantaviin tekijöihin sekä turvata tarpeen mukaiset palvelut. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2011.) Sajaman (2011) kirjoittaman artikkelin mukaan palvelutarpeen selvittäminen ikääntyneen näkökulmasta on lakiluonnoksen pääasia. Artikkelin mukaan palvelutarpeen arviointitehtävään tulee nimetä sosiaali- ja terveydenhuollon ammattihenkilö ja palveluketjut voivat syntyä vain moniammatillisena yhteistyönä. Myös Koskisen (2006) mukaan moniammatillisuus on välttämätöntä ikääntyneiden tehokkaiden, taloudellisten sekä laadukkaiden palveluiden kehittämisessä. Näin vastataan ikääntyneiden tarpeisiin kokonaisvaltaisesti.

Ikäihmisten palvelujen laatusuosituksessa (Sosiaali- ja terveysministeriö 2008b, 10) todetaan väestön ikääntymisen vaativan laajaa yhteiskunnan sopeutumista. Sosiaali- ja terveysalan moniammatillisten palveluiden lisäksi ikääntyvä väestö tulee huomioida myös asumis-, kulttuuri-, liikenne-, ja sivistyspalveluissa sekä yhdyskuntasuunnittelussa, järjestösektorilla ja yksityisissä palveluissa. Myös Kurki (2007, 161) kertoo ikääntyneiden kansainvälisten järjestäytyneiden verkostojen, kuten Eurosenior ja Help Age, tavoitteena olevan integroida talous-, kulttuuri-, sosiaali- ja yhteisöllinen politiikka ikääntyneiden osallisuutta tukeviksi kaikilla elämän alueilla.

Kurjen (2007, 79) mukaan ikääntyneiden palvelujen tulee tähdätä ikääntyneen kokemukseen täydestä elämästä persoonallisuuden, älykkyyden, aktiivisuuden, mielentilan, sopeutumisen ja sosiaalisten kontaktien sekä käyttäytymisen alueilla. Ikääntyneitä tukevassa työssä tulisi korostua osallistuminen, autonomia, kehitys,

suhde, yhteiselo, luovuus sekä hyödyllisyys. Kurjen mukaan tulisi kuitenkin ennen kaikkea kehittää palveluja, jotka on tarkoitettu kaikille yhteiskunnan ikäluokille, ei vain ikääntyneille, yhteisenä tavoitteena aktiivisuus, riippumattomuus ja osallistuminen. (Kurki 2007, 82, 162.) Myös Kautto (2004, 9) kertoo puhuttavan ikääntymisestä elinikäisenä, kaikkia ikäluokkia koskettavana ilmiönä ja toteaa, että hyvään ikääntymiseen vaikutetaan jo nuoremmalla iällä. Sukupolvet ovatkin riippuvaisia toisistaan ja niiden välisiä suhteita tulee vaalia.

2.3 Elämänlaatua tukeva vanhustyö

Ikääntyneiden hoidolla ja palveluilla pyritään tukemaan elämänlaatua. Elämänlaadun määrittely on kuitenkin yksilöllistä, eikä siihen liity ainoastaan sairaudet tai niiden puuttuminen. Elämänlaatua voidaan tarkastella kokonaisuutena, johon liittyy ihmisen sisäiset ja elämän ulkoiset laatutekijät, kuten oman elämän arvostaminen ja asuinympäristö. (Vaarama 2008, 11.)

Elämänlaatua voidaan tukea tunnistamalla ikääntyneen asiakkaan erityisyys ja hänelle tärkeät, käytettävissä olevat palvelumuodot. Asiakkuuden perustana on alettu painottaa enemmän ikääntyneen elämäkokemuksen ja omien vahvuuksien merkitystä. Asiakslähtöinen työote tukee ikääntyneen itsenäisyyttä ja mahdollistaa hänen toimimisen oman elämänsä subjektina. Näin voidaan ottaa huomioon ikääntyneen voimavarat, jotka mahdollistavat hyvän palvelun ja hoidon. (Vaarama 2008, 11–14.) Kivelän ja Vaapion (2011, 17–18) mukaan myös eettiset periaatteet ohjaavat työskentelyä ikääntyneiden kanssa. Näitä periaatteita ovat ikääntyneen itsemääräämisoikeus, oikeudenmukaisuus, yhdenvertaisuus ja tasa-arvo, turvallisuus, yksityisyys ja yksilöllisyys sekä osallisuus. Nämä ovat keskeisiä kunnioittavan ja arvokkaan kohtaamisen lähtökohtia.

Sosiaalityön keskeisiä tehtäviä ikääntyneiden kanssa työskennellessä ovat hyvinvoinnin perusedellytyksen turvaaminen ja vaikeiden akuuttien elämäntilanteiden ratkaiseminen. Sosiaalityössä on tärkeää ymmärtää ikääntyneen erityisyys ja tämän myötä tunnistaa yksilölliset elämäntilanteet. (Vaarama & Ahonen 2008, 59.) Sosiaalityöllä pyritään ikääntyneen ihmisen hyvinvoinnin ja elämänlaadun ylläpi-

tämiseen, edistämiseen sekä lisäämiseen. Ikääntynyt nähdään tasavertaisena yhteistyökumppanina ja otetaan huomioon hänen kokonaisvaltainen elämäntilanne. (Koskinen 2008, 437, 443.)

Ikääntyneiden hoitotyössä lähtökohtana on terveyden ja elämänlaadun edistäminen. Lisäksi oleellista on ikääntyneiden asiakkaiden palvelujen laadun ja vaikuttavuuden kehittäminen. Hoitotyössä on turvattava ikääntyneen mahdollisuus osallisuuteen ja nähtävä ikääntynyt yksilönä sekä huomioida hänen tarpeiden muuttuminen. Hoitotyö on asiakaslähtöistä vastaten asiakkaan tarpeisiin, jolloin työntekijä toimii asiakkaan kanssa yhdenvertaisena. Hoitotyössä on tärkeää tunnistaa ja tukea ikääntyneen voimavaroja, jolloin asiakas pystyy ottamaan oman elämänsä haltuun. (Hyttinen 2008, 42–47.)

Ikääntyneellä voi olla samanaikaisesti moninaisia tarpeita eri osa-alueilla. Ikääntyneen elämänlaatu ja hyvinvointi voidaan parhaiten ottaa huomioon moniammatillisella yhteistyöllä. (Heikkinen 2008, 453.) Moniammatillisessa tiimissä eri ammattiryhmät työskentelevät yhdessä yhteisen tavoitteiden mukaisesti asiakkaan parhaaksi (Helminen & Karisto 2005, 14).

Omaiset ovat ikääntyneiden hoidossa ja palvelussa huomioon otettava voimavara riippumatta siitä missä ja miten ikääntynyttä hoidetaan. Omaisen rooli ikääntyneen tukena voi olla palveluiden tarpeen kartoittamisessa ja näin omaisen ja ammattihenkilöiden välille voi muodostua tärkeä yhteistyö. Onnistuessaan omaisen kanssa tehty yhteistyö auttaa parhaimmillaan arvioimaan myös hoidon ja palvelun laatua. Myös pelkkä omaisten olemassaolo ja yhteydenpito voi tuoda ikääntyneen elämään merkityksellisyyttä. Omaisten osallisuus määräytyy kuitenkin aina asiakkaan ja omaisten oman halun mukaan. (Vaarama & Voutilainen 2008, 77.)

2.4 Ikääntyneet tietoyhteiskunnassa

Liikenne- ja viestintäministeriön (2010, 16) agendan mukaan vauhdikas digitalisoituminen näkyy jokapäiväisessä arjessamme ja palveluita tarjotaan yhä enemmän digitaalisesti. Agendan mukaan väestön ikääntyminen vaatii tehokkaiden, mutta samalla myös laadukkaiden terveyst- ja hyvinvointipalveluiden kehittämistä. Palveluiden saatavuuden ja tuottavuuden vaatimuksiin voidaan vastata uusimalla palveluita digitaalisten käytänteiden avulla, mutta tällöin myös ikääntyneiden digitaaliset valmiudet tulisi turvata. Liikenne- ja viestintäministeriön Arjen tietoyhteiskunnan neuvottelukunta pyrkii löytämään valtakunnallisia vastauksia kyseiseen haasteeseen Digitaalisessa agendassaan vuosille 2011–2020.

Monien ikääntyneiden asenne nykyteknologiaa kohtaan on negatiivinen tai välinpitämätön. Suomessa 33 prosenttia 65 vuotta täyttäneistä käyttää internetiä, kun taas koko väestöstä 82 prosenttia. Tämä kertoo kuinka ikääntyneet ovat vaarassa jäädä tietoyhteiskunnan ulkopuolelle. Heitä tulisi motivoida yhä enemmän tietoj- ja viestintäteknikan pariin esimerkiksi jo käynnissä olevalla vapaaehtoistyöllä ja vertaisoppimismallilla. Digitaaliset valmiudet mahdollistavat muun muassa laajemman osallisuuden yhteiskuntaan ja omatoimisuuden palveluverkostoissa. Lisäksi uuden oppiminen ehkäisee syrjäytymistä ja tukee kokemusta itsenäisyydestä. (Liikenne- ja viestintäministeriö 2010, 17–18.)

Sankarin (2004, 13) tutkimuksessa tarkasteltiin tietotekniikan merkitystä niitä käyttäville ikääntyneille. Tutkimus osoittaa, että tietotekniikan käyttö koettiin hyödyllisenä, jos sille todettiin todellinen tarve, mutta tietotekniikan käyttöä tai käyttämättömyyttä ei välttämättä koettu kulttuurisen syrjäytymisen vaikuttavana tekijänä (Sankari 2004, 95–96). Tietotekniikan käyttö aiheutti ikääntyneissä myös pelkoja, mutta ne helpottuivat tietotekniikan käytön ja tutuksi tulemisen myötä (Sankari 2004, 84).

Tulevaisuudessa tietoyhteiskunnan lähtökohtana on tarjota merkityksellisiä, turvallisia ja esteettömiä teknologisia palveluita, joissa korostuu ihmisyys. Palveluiden helppokäyttöisyydellä pidetään kaikki kansalaiset mukana digitoituneessa yhteiskunnassa. Teknologialla ei tule korvata merkityksellistä ihmisen kohtaamis-

ta. Esimerkiksi terveydenhuollon palveluiden tavoitteena on tarjota palveluja ihmisen kokonaisvaltaisen terveyden edistämiseksi, huomioiden myös sosiaaliset tekijät. (Sitra 2011.)

Väyrysen (2003, 11) mukaan väestön ikääntyessä haasteisiin voidaan parhaiten vastata uusien innovaatioiden avulla. Väyrynen esittelee julkaisussaan geronteknologiaa, jolla tarkoitetaan teknologian kehittämistä ikääntyneiden tarpeisiin. Geronteknologia pyrkii ennalta ehkäiseviin ratkaisuihin niin ikääntyneiden kuin heitä hoitavien käyttöön. (Väyrynen 2003, 31.) Liikenne ja Viestintäministeriön (2010, 18) digitaalisen agendan mukaan ikääntyneet ja heidän kokemuksensa tulisi ottaa huomioon jo digitaalisten palveluiden suunnitteluvaiheessa. Tähtäimessä on rakentaa Suomelle menestyssektori hyvää ikääntymistä tukevista ratkaisumalleista.

3 MUISTELUTYÖ VANHUSTYÖSSÄ

Elämästä kertominen ja sen ilmentäminen on luova ja rakentava prosessi, jonka myötä kokemukset yhdistellään ja muokataan mielekkääksi kokonaisuudeksi. Näin ollen muistelulla pyritään vastaamaan kysymykseen ”kuka minä olen”. (Saarenheimo 2003, 49.) Muistelun avulla siis muodostetaan eletystä elämästä eheä kokonaisuus, joka edistää ikääntyneen psyykkistä hyvinvointia (Koskinen 2011b).

3.1 Muistin merkitys

Muisti koostuu erilaisista osa-alueista, joiden avulla voidaan tallentaa mieleen uusia asioita, pitää ne mielessä ja tarvittaessa palauttaa mieleen. Muisti on siis kykyä varastoida tietoa, niin että sen voi myöhemmin palauttaa mieleen. Muisti on oleellinen osa ihmisen tiedonkäsittelyä sekä tärkeä tekijä uusien asioiden oppimisessa ja identiteetin säilyttämisessä. (Juva 2011.)

Muistin osa-alueet sisältävät monta ajallista vaihetta. Muisti voidaan erotella lyhytkestoiseen ja pitkäkestoiseen muistiin, jotka voidaan vielä jakaa alaluokkiin. Nimensä mukaisesti lyhytmuisti toimii tietojen tallentajana hetkellisesti, kun taas pitkäkestoinen muisti tallentaa tietoja pidemmäksi aikaa. Puhuttaessa muistista tarkoitetaan yleensä nimenomaan pitkäkestoista muistia. (Medina, Vehviläinen, Haukka, Pyykkö & Kivelä 2006, 28.) Pitkäkestoinen muisti voidaan jakaa kolmeen osaan tapahtumamuisti, tietomuisti ja taitomuisti. Tapahtumamuisti tarkoittaa tapahtuneiden muistamista, tietomuistiin kuuluvat kaikki opitut asiat kuten sanojen merkitykset ja taitomuisti perustuu taitojen muistamiseen kuten pyörällä ajo. (Juva 2011.)

Ikääntymisen myötä muistissa tapahtuu muutoksia, mutta ne eivät usein kuitenkaan estä ikääntynyttä selviytymästä arjesta (Medina ym. 2006, 29). Lievien muistivaikeuksien myötä kuitenkin oppiminen hidastuu, keskittymiskyky heikenee ja yhtäaikaisten asioiden tekeminen ei onnistu enää samalla tavalla kuin ennen (Juva 2011). Ruoppilan (2002, 123) mukaan ensimmäiset vanhenemismuutokset tulevat parhaiten esille uuden oppimisen vaikeutena sekä ratkaisukyvyssä kohda-

nessa uudenlaisia ongelmia. Asioiden muistissa säilyttäminen pysyy ennallaan ikääntyessä, mutta mieleen painaminen ja niiden palauttaminen heikkenevät. Viheisiin perustuva ja tunnistava mieleen palautus säilyy hyvänä myös ikääntyneillä, mutta tilannetekijöiden merkittävyys kasvaa. (Erkinjuntti & Huovinen 2008, 41.)

Erkinjuntin ja Huovisen (2008, 30) mukaan muisti pysyy vireänä, kun aivoja käytetään mielekkäiden asioiden parissa. Mielenvireyttä voidaan siis edistää aivojen monipuolisella aktivoinnilla ja näin ennalta ehkäistä muistihäiriöitä ja dementiaa. Myös Hervonen ja Lääperi (2011, 20) kirjoittavat aivojen käytön tärkeydestä, jonka he kiteyttävät sanoihin ”use it or lose it” eli käytä tai menetä. Muisti paranee käytössä ja sitä edistävät terveellinen ravinto, harrastukset sekä sosiaalisten verkostojen ylläpitäminen. Sosiaaliset suhteet tuovat arkeen sisältöä ja aktiviteettia. Ystävien kanssa käydyt keskustelut saavat aivot raksuttamaan, kun asioita kaivellaan muistista keskustelun etenemiseksi. Etenkin vanhat ystävyys-suhteet käynnistävät monesti keskustelun, joka johtaa vanhojen asioiden musteluihin. Muistelemisen onkin siis erinomaista aivojumppaa. (Erkinjuntti & Huovinen 2008, 30–35.)

Muistin tärkeyttä ja sen vaikutusta elämään ei tule joka päivä ajatelleeksi, vaikka se on erottamaton osa arkipäiväämme. Muistin merkityksen muistaa usein tilanteessa, kun huomaa unohtaneensa jotain tärkeää. (Korkiakangas 2002, 173.) Muistamattomuus on harmitonta silloin, kun se ei vaikuta arjessa selviytymiseen ja unohtuneet asiat palautuvat mieleen jonkin ajan kuluttua. Varsinaisista muistiongelmissa voidaan puhua silloin, kun muistin heikentyminen vaikuttaa selvästi arjessa yksin selviytymiseen. (Erkinjuntti & Huovinen 2008, 40.) Unohtelun taustalla voi olla esimerkiksi väsymystä, mutta osalla muistivaikeudet ovat merkki etenevästä muistisairaudesta. Suomessa diagnosoidaan vuosittain yli 13 000 etenevää muistisairautta ja sairastuneita Suomessa on yli 120 000. (Muistiliitto ry 2011.)

3.2 Muistelun mielekkyys

Muistelu on tapahtuma, jossa jo unohtuneetkin kokemukset voidaan palauttaa mieleen. Muistelu on luova rakennusprosessi, jonka tuloksena syntyy tarina. Muistelun avulla ikääntynyt voi tuottaa narratiivisesti omaa elämäntarinaa ja antaa merkityksiä omille elämänvaiheilleen. Tarinan syntyyn vaikuttavat menneet tapahtumat, tulevaisuuden näkymät sekä kertomishetkeen vaikuttaneet tekijät, kuten se kenelle tarina on kerrottu. (Medina ym. 2006, 82.)

Muistelu osittain ylläpitää muistin toimimista, vaikka muistelu ei välttämättä olekaan oikein muistamista. Muistelu on kumulatiivista ja näin ollen usein yksi muisto herättää kertojassaan useita muitakin muistoja. Muistot ovat ikään kuin tarinoita siitä, mitä on tapahtunut ja millaisena olemme sen kokeneet eli niitä ei voida pitää vain tapahtumien kopioina. (Medina ym. 2006, 82.)

Muistelu soveltuu käytettäväksi kaikille ikäryhmille, vaikka se usein yhdistetäänkin ikäihmisiin. Muistelu arkisten askareiden lomassa kuuluu siis kaikkiin ikävaiheisiin. Vaikka tällä hetkellä ihminen olisi muistamaton, hänellä on silti olemassa vielä muistoja. Kaikilla ihmisillä on omien muistojen lisäksi myös saman sukupolven edustajien kanssa yhteisiä sukupolvimuistoja, kuten aikakauden merkittävät tapahtumat. (Hohenthal-Antin 2009, 23–24.)

Oman elämän muistelu herättää niin positiivisia kuin negatiivisiakin tunnetiloja. Hyvät muistot tuovat mieleen iloisia ja onnellisia hetkiä elämän varrelta ja vaikeat muistot muistuttavat elämän kolhuista. Vaikeita muistoja ei voi kiertää, mutta niitä voi yrittää rakentavasti muokata itselleen selkeämmiksi ja konkreettisemmiksi. (Korkiakangas 2002, 202–203.) Syventymällä vaikeisiin muistoihin voi oivaltaa sen, miksi olen sellainen kuin olen ja näin oppia ymmärtämään itseään paremmin. Vapautumalla vaikeiden muistojen kahleista voi löytää elämälleen jopa aivan uuden suunnan. (Hohenthal-Antin 2009, 16–17.)

Muistelu antaa hyvät mahdollisuudet sukupolvien väliseen vuorovaikutukseen, jonka tärkeimpänä tavoitteena on saattaa eri sukupolvia yhteen. Ikäihmisten muistellessa he siirtävät elämäkokemustaan ja viisauttaan jälkipolville (Koskinen

2011b; Hohenthal-Antin 2009, 102.) Kun nuoret kuuntelevat ikäihmisen muistoja menneistä kulttuurinen perintö ja niin sanottu hiljainen tieto siirtyy eteenpäin. Tätä voidaan kutsua kulttuurisesti merkittäväksi tapahtumaksi. Ikäihminen voi lujittaa yhteisöllisyyttä jakamalla kokemuksellista viisauttaan ja täten muodostaa siltaa menneen ja nykyisyyden välille. Ikäihminen on menneisyyden asiantuntija ja hänen merkityksensä kulttuurin juurruttajana on merkittävä. Elämä saa uudenlaisen merkityksen, kun voi kokea oman arvokkuutensa ja merkittävyytensä nuoremille sukupolville. (Hohenthal-Antin 2009, 102–103.)

3.3 Muistelutyö työmenetelmänä

Muistelu voi olla arkeen kuuluvaa spontaania muistelua tai se voi olla ammattilaisen käyttämä työmenetelmä (Hakonen 2003, 130). Ammatillista työmenetelmää kutsutaan muistelutyöksi ja se on yksi luovan toiminnan työtavoista (Hohenthal-Antin 2009, 23). Muistelutyön avulla muistelija voidaan innoittaa kiinnostavien asioiden pariin. Muistelua voidaan toteuttaa yksilöllisesti tai se voi olla sosiaalista toimintaa ryhmässä. Työn luonne on tavoitteellista, pitkäjänteistä sekä prosessinomaista. Muistelutyön lähtökohtana on ajatus, että jokaisen elämä ja elämänkertomus on ainutlaatuinen. (Hakonen 2003, 130.)

Hakosen (2003, 130) ja Koskisen (2011b) mukaan muistelutyön tavoitteena on rakentaa silta menneisyyden ja nykyisyyden välille. Elämän merkityksellisuuden ylläpitäminen on tärkeää sen sijaan, että ikääntyminen nähtäisiin vain negatiivisina muutoksina ja ongelmina (Hakonen 2003,130). Muistelutyön avulla voidaan vahvistaa itsetuntoa, jäsentää jo elettyä elämää ja näin lisätä yksilön voimavaroja. Muistelutyössä ihminen voi oivaltaa elämänsä uudessa valossa. Oman elämän muistelu ja ilmaisu eri työtavoin tuo elämään mielekkyyttä ja iloa. (Hohenthal-Antin 2009, 23.) Myös Koskinen (2011b) kertoo muistelun lisäävän kertojan itsetuntemusta, mikä puolestaan vahvistaa tunnetta oman elämän hallinnasta.

Koskisen (2011) mukaan muistelun avulla työntekijän ja kertojan suhde voi syventyä. Hakonen (2003, 131) kirjoittaa muistelun luovan tasa-arvon tunnetta yhteistyösuhteeseen. Muistelun avulla ikääntynyt saa äänensä kuuluviin, mikä vaikuttaa suotuisalla tavalla hänen itsemääräämisoikeuteensa.

Saarenheimon (2003, 55) mukaan iäkkäillä on erilaisia muistelutapoja, osa ikääntyneistä haluaa vain muistella katkelmia elämästään, kun toiset haluavat luoda eheän kokonaisuuden eletystä elämästä. Koskinen (2011b) kertoo, että muistelutyössä käytetäänkin monenlaisia työtapoja ja -muotoja. Erilaisia muistelutapoja ovat: jäsentävä muistelu, ratkaisukeskeinen muistelu, luova muistelu, menneisyyteen pakeneva muistelu sekä menneisyyteen lukkiutuva muistelu. Erilaiset materiaalit ja toimintamuodot kuten musiikki, liike, kuvat ja kirjallisuus tukevat muistelua (Hakonen 2003,130).

Luovat menetelmät antavat uutta ilmettä muistelutyöhön ja auttavat usein vaikeiden asioiden ilmaisemisessa. Esimerkki luovista menetelmistä on taide, joka helpottaa muistelua ja taiteen avulla voidaan ilmaista vaikeitakin asioita. Kaikilla on omat muistonsa, joita voidaan luovasti työstää eri taiteen keinoin. (Hohental-Antin 2009, 24–25.) Ikääntyneiden muistelun ohjauksessa on käytetty paljon valokuvia, sillä ne herättävät tunteita ja sitovat yhteen menneisyyttä ja nykyhetkeä (Medina ym. 2006, 88). Omaelämäkerralliset valokuvat ovat osa eletyn elämän todistusaineistoa ja ne rakentavat yksilön todellisuudenkuvaa (Mäkiranta 2008, 25).

4 TIKUTUS – INNOVATIIVISIA, AKTIVOIVIA PALVELUSISÄLTÖJÄ IKÄÄNTYVILLE

Tikutus-hanke on Helsingin yliopiston koulutus- ja kehittämiskeskus Palmenian Lahden yksikön ja Lappeenrannan teknillisen yliopiston Lahti School of Innovationin yhteishanke. Tikutus-hankkeen tavoitteena on vastata väestön vanhenemisen tuomiin haasteisiin luomalla uudenlaisia käyttäjälähtöisiä palveluja. Tarkoituksena on myös luoda toimintamalleja edistämään julkisen, yksityisen ja kolmannen sektorin palveluntuottajien yhteistyötä. Hankkeessa kehitetään kahta uutta ikääntyville suunnattua palvelukonseptia, terveys- ja muistelutikkua. Uusien käyttäjälähtöisten palveluiden avulla pyritään tukemaan ikääntyneen toimintakykyä ja näin ollen pidentämään ikääntyneen itsenäistä selviytymistä. (EURA 2010, 2–4.)

Tikutus-hanke toteutuu vuosina 2010–2013 ja meneillään oleva pilottivaihe toteutetaan Päijät-Hämeessä. Pilotointi toteutetaan aidoissa toimintaympäristöissä. Pilotoinnin tarkoituksena on määritellä palvelusisältöjä terveys- ja muistelutikulle sekä arvioida tikkujen vaikutuksia ja käytettävyyttä. Vuoden 2011 alusta on käynnistynyt 11 terveys- ja muistelutikkupilottia (Tikutus-hankkeen tiedotusfoorumi 2011). Opinnäytetyömme kohteena on Harjulan Setlementissä toteutettava muistelutikkupilotti. Harjulan pilottiryhmän muistelutikkutyöskentely toteutettiin kevään 2011 aikana, jossa opinnäytetyömme kaksi sosionomiopiskelijaa toteuttivat ammatillisen harjoittelunsa.

4.1 Muistelutikku

Opinnäytetyö rajattiin muistelutikkutyöskentelyyn, jonka tarkoituksena on tuottaa ikääntyneelle muistelutikku. Muistelutikku on muistia tukeva apuväline. Muistelutikku on käytännössä USB-muistitikku, jolle tallennetaan tärkeitä valokuvia, henkilökohtaisia ja erilaisia elämänhistoriallisia dokumentteja käyttäjän mielenkiinnon mukaan. Muistelutikku on henkilökohtainen ja sitä voidaan hyödyntää esimerkiksi muistikuntoutuksessa. (Tikutus 2011.)

4.2 Harjulan Setlementti ja pilottiryhmä

Harjulan Setlementti ry:n monialaiset palvelut tarjoavat hyvinvointia, terveyttä ja toimintaa Päijät-Hämeen yksityisille henkilöille, yhteisöille sekä yrityksille (Harjulan Setlementti 2011a). Ikääntyville Harjula tuottaa monipuolisia palveluita, kuten kotihoitoa, kotikuntoutusta, senioriliikuntaa ja tietotekniikkakursseja (Harjulan Setlementti ry 2011b). Harjulan Setlementti ry tarjoaa palveluitaan myös Harjulakoteihin, jotka ovat senioreille suunnattuja vuokra-asuntoja Lahdessa (Kiinteistö Oy Harjulakodit 2011).

Harjulan Setlementin senioripalveluiden arvoihin kuuluvat muun muassa yksilöllisyyden kunnioittaminen, yhteisöllisyyden tukeminen ja innovatiivisuus (Tuupanen 2011). Nämä arvot näkyvät Harjulan uudistuvassa palvelutarjonnassa sekä osallistumisena kehittämishankkeisiin, kuten Tikutus-hankkeeseen. Innovatiiviset hankkeet ja yhteistyöverkostojen ylläpito takaavat mahdollisuuden olla mukana palveluiden kehittämisen kärjessä. Tikutus-hankkeen pilottiryhmäksi Harjulan ikääntyneet olivat luonteva kohderyhmä, joka toteuttaa kaikkia edellä mainittuja arvoja.

Harjulan muistelutikkupilotin kohderyhmänä olivat omatoimiset yli 70-vuotiaat ikääntyneet (Kaunomäki 2010). Pilottiryhmään osallistui neljä Harjulakotien asukasta ja työskentely heidän kanssaan toteutettiin maalis – toukokuussa 2011. Asukkaat valikoituivat pilottiin oman kiinnostuksensa sekä Harjulan henkilökunnan arvioiman tarpeen ja osallistumismahdollisuuden perusteella.

4.3 Muistelutikkutyöskentely

Harjulan pilottiryhmän muistelutikkutyöskentelyä (LIITE 1) oli mukana toteuttamassa opinnäytetyöryhmämme kaksi sosionomiopiskelijää. Työskentelyn tarkoituksena oli tuottaa jokaiselle pilottiryhmän jäsenelle henkilökohtainen muistelutikki. Työskentely tapahtui tapaamalla pilottiryhmän jäseniä yksilö- ja ryhmätapaamisissa. Yksilötapaamiset asukkaan kotona etenivät tutustumisesta muistelutyöhön. Muistelutyössä asukas jakoi kuvien ja muiden dokumenttien avulla omia

muistojaan, jotka hän koki itselleen tärkeiksi. Muistelutikku toteutettiin digitoimalla toivottua muisteluainesta USB-muistitikulle taltioitavaan muotoon. Ryhmätapaamisissa Harjulan henkilökunnan edustajat ja Tikutus-hankkeen työntekijät pääsivät seuraamaan pilottiryhmän ja opiskelijoiden työskentelyn etenemistä ja saivat mahdollisuuden vaikuttaa siihen. Lisäksi ryhmätapaamisissa pilottiryhmän jäsenillä oli tilaisuus jakaa omia kokemuksiaan ja ajatuksiaan muiden jäsenten kanssa.

Muistelutikkutyöskentely pyrkii tukemaan ikääntyneen mielenvireyttä luomalla elämästä eheyttävä kokonaiskuva. Ikääntynyttä kuullaan, hänet nähdään ainutkertaisena ja hän saa tuoda näkyviin oman tarinansa. Näin ollen koko työskentelyllä on pyrkimys vaikuttaa ikääntyneen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin.

5 TUTKIMUKSEN TAVOITTEET, TARKOITUS JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tutkimuksen tavoitteena on kerätä Harjulan pilottiryhmän kokemuksia muistelutikkutyöskentelystä. Kerättyjen kokemusten avulla on tarkoitus saada tietoa toteutetun muistelutikkutyöskentelyn toimivuudesta kohderyhmän näkökulmasta. Tavoitteena on luoda näkemys työskentelyn toimivuudesta ja mahdollisista kehitystarpeista. Tutkimuksen tarkoituksena on tuottaa tietoa, jota Tikutus-hankkeessa voidaan hyödyntää. Lisäksi tarkoituksena on pohtia opinnäytetyöprosessissa sosi-aali- ja terveysalan moniammatillista yhteistyötä sosionomin (AMK) ja terveydenhoitajan (AMK) näkökulmasta. Tutkimuskysymyksiksi muodostuivat seuraavat kysymykset:

1. Miten ikääntynyt on kokenut muistelutikkutyöskentelyn?
2. Miten ikääntynyt suhtautuu teknologiseen välineeseen?
3. Millainen muistelutikkutyöskentely on työmenetelmänä?
 - miten työskentelyä tulisi kehittää?

6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena ja aineisto kerättiin yksilöllisten teemahaastattelujen avulla. Tutkimuksen kohderyhmänä olivat Harjulan setlementin muistelutikkupilottiin osallistuneet ikääntyneet. Luotettavuuden varmistamiseksi haastattelut nauhoitettiin ja litteroitiin. Analyysimenetelmänä käytettiin sisällönanalyysyä.

6.1 Tutkimusmenetelmät

Opinnäytetyön tutkimusmenetelmäksi valittiin kvalitatiivinen eli laadullinen tutkimusote. Kvalitatiivisen tutkimuksen tarkoituksena on ilmiön kuvaaminen, ymmärtäminen ja mielekkään tulkinnan antaminen kirjallisessa muodossa. Kvalitatiivisella tutkimuksella pyritään saamaan tutkittavan ilmiön teoreettisesta otannasta, eli tutkimuskohteesta mahdollisimman perusteellinen kuvaus. Laadullisella tutkimuksella ei pyritä yleistykseen vaan kvalitatiivisen tutkimuksen mukaiseen ilmiön syvällisempään ymmärtämiseen. (Kananen 2008, 24–25.)

Tutkimustehtävä ja kohderyhmä määrittivät valitun tutkimusmenetelmän. Laadullinen tutkimus oli ainoa looginen vaihtoehto, kun pyrittiin ymmärtämään määrittäen pienien kohderyhmien kokemuksia syvällisellä tasolla. Ilmiön mahdollisimman perusteellinen kuvaus oli oleellista tutkittaessa juuri pilottiryhmän kokemuksia päämääränä muistelutikkutyöskentelyn kehittäminen.

6.2 Kohderyhmä

Tutkimuksen kohderyhmänä olivat Harjulan muistelutikkupilottiryhmään osallistuneet ikääntyneet. Pilottiryhmään osallistui neljä hyväkuntoista ja omatoimista 74–85 -vuotiaista Harjulakotien asukasta, kolme miestä ja yksi nainen. Tutkimukseen osallistumisen mahdollisuus esitettiin pilottiryhmän jäsenille jo ennen muistelutikkutyöskentelyn alkamista.

Kaikki neljä pilottiryhmän jäsentä osallistuivat tutkimukseen. Jokaisen pilottiryhmän jäsenen kanssa sovittiin oma haastattelu-aika ja parhaiten haastattelupaikaksi soveltui jokaiselle heidän oma kotinsa. Kohderyhmän ikääntyneet tunnettiin en-tuudestaan muistelutikkutyöskentelyn myötä, koska kaksi opinnäytetyöryhmän opiskelijaa oli siinä mukana. Tämä teki kohderyhmälle helpoksi osallistua tutki-mukseen johdonmukaisena jatkona muistelutikkutyöskentelylle.

6.3 Aineiston keruu

Aineiston keruussa käytettiin yksilöhaastatteluja, jotka toteutettiin teemahaastatte-luina. Teemahaastattelu eli puolistrukturoitu haastattelu etenee etukäteen valittu-jen teemojen ja niihin liittyvien tarkentavien kysymysten avulla. Teemahaastatte-lun avulla pyritään löytämään vastauksia tutkimuksen tarkoituksen tai tehtävän mukaisesti korostamalla ihmisten tulkintoja asioista. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 75.) Teemahaastattelurunko (LIITE 2) laadittiin tutkimuskysymysten pohjalta. Tutkimuskysymysten mukaan runko jaettiin neljään teemaan. Teemojen alle muo-dostettiin avoimia kysymyksiä, joiden lisäksi haastattelutilanteessa esitettiin tar-vittaessa tarkentavia kysymyksiä. Haastattelut nauhoitettiin luotettavuuden var-mistamiseksi, jotta niihin voitiin tarvittaessa palata.

Haastateltavilta pyydettiin kirjallinen suostumus (LIITE 3) haastatteluun, joista he saivat halutessaan kopion. Näin varmistettiin haastateltavien vapaaehtoisuus osal-listua tutkimukseen. Kirjallisessa suostumuksessa kerrotaan opinnäytetyön tarkoi-tus ja tavoitteet, haastattelujen ajankohta, käytettävä haastattelumenetelmä sekä haastattelujen nauhoittamisesta, aineiston hävittämisestä ja anonyymiteetin säilyt-tämisestä. Kohderyhmälle on tärkeää kertoa siitä, miten ja mihin tutkimusaineis-toa käytetään sekä miten sitä säilytetään niin, että tutkittavat pysyvät anonyymeinä (Kuula 2006, 109). Ennen haastattelun aloittamista haastateltavalle kerrattiin opinnäytetyön tarkoitus ja haastattelun sisältö sekä varmistettiin suostumus haas-tatteluun ja sen nauhoittamiseen.

Haastattelut tehtiin kohderyhmäläisten kodeissa, koska koti oli luonteva ja helppo ratkaisu sekä ikääntyneille että haastatteliijoille. Myös muistelutikkutyöskentely toteutettiin ikääntyneiden kodeissa. Ikääntyneen oma koti ympäristönä luo turvallisuuden tunnetta ja säilyttää itsemääräämisoikeuden (Ronkainen, Ahonen, Backman & Paasivaara 2002, 100; Näslindh-Ylispangar 2005, 151). Myös Marinin (2003a, 39) mukaan kodin asema konkreettisen fyysisen paikan lisäksi on myös mielenmaisema ja siellä on niin sanottu kodin tuntu.

Lisäksi aineiston tulkinnan helpottamiseksi käytettiin havainnointia, joka toteutettiin haastattelujen aikana tarkkailijan avulla. Havainnointi on yleinen, mutta hyvin haasteellinen laadullisen tutkimusaineiston hankintamenetelmä. Havainnoinnin yhdistäminen johonkin muuhun aineistonkeruumenetelmään voi olla kuitenkin hyvin tuottoisaa. Havainnoinnin käyttämistä kannattaa harkita, jos tutkittavasta ilmiöstä tiedetään hyvin vähän. Havainnointi voi paljastaa tai selventää käyttäytymistä suhteessa asiaan liittyviin normeihin. Havainnoinnin avulla voidaan myös saada monipuolisempaa tietoa tutkittavasta ilmiöstä. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 81.) Havainnointi oli mahdollista koska kaikki kolme opinnäytetyöryhmän opiskelijaa osallistuivat jokaiseen haastattelutilanteeseen ja rooleja oli mahdollisuus jakaa. Yksi opiskelijoista vastasi haastattelun etenemisestä teemahaastattelurungon mukaisesti ja esitti pääosin sen sisältämät kysymykset. Kahden opiskelijan tehtävinä oli toimia havainnoijina ja esittää täydentäviä sekä tarkentavia lisäksymyksiä.

Haastatteluihin varattiin riittävästi aikaa, jotta kiireen tunnulta vältyttiin ja jokainen haastateltava sai ottaa oman aikansa. Haastattelujen kestot vaihtelivat noin 40 minuutista reiluun kahteen tuntiin. Haastattelujen aikana keskustelun aiheet poikkesivat toisinaan teemojen sisällöistä, jolloin ikääntyneet alkoivat herkästi muistella elämän tarinaansa. Tämä oli luontevaa, koska haastattelu toteutettiin muistelutikkutyöskentelyn jatkona ja muistelu oli ollut sen pääasiallinen sisältö. Haastatteluista kertyi kuitenkin paljon tutkimuksen kannalta oleellista aineistoa, joka vastasi tutkimuskysymyksiin.

6.4 Aineiston analyysi

Analyysimenetelmänä käytettiin aineistolähtöistä sisällönanalyysiä. Aineistolähtöisessä eli induktiivisessa analyysissä tutkimusaineistosta pyritään luomaan teoreettinen kokonaisuus. Analyysi toteutetaan tutkimuksesta saadun aineiston pohjalta. Sisällönanalyysi voidaan nähdä laadullisen aineiston perusanalyysimenetelmänä. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 91, 95.) Kanasen (2008, 94) mukaan sisällön analyysissä pyritään tiivistämään aineisto sanalliseen, ilmiötä kuvaavaan muotoon.

Ensin nauhoitetut haastattelut litteroidaan eli kirjoitetaan puhtaaksi, jotta kerätty haastatteluaineisto voidaan analysoida (Kananen 2008, 89). Vilkan (2005, 116) mukaan litteroinnin tulee vastata haastateltavien kertomia asioita ilman niiden muuttamista tai muokkaamista. Aineisto litteroitiin sanasta sanaan ottaen huomioon myös haastateltavien äännähdykset ja mielialaa osoittavat ilmaisut kuten nauru ja liikuttuneisuus. Litteroitua aineistoa kertyi 97 sivua. Litteroinnin tarkkuuden oli tarkoitus tukea aineiston tulkintaa.

Sisällönanalyysin vaiheita ovat redusointi, klusterointi ja abstrahointi (Kananen 2008, 94). Aineiston redusoinnissa eli pelkistämisen analysoitava aineisto tiivistetään jättämällä tutkimukselle epäolennainen tieto pois. Pelkistämisen nostetaan esille tutkimustehtävälle olennaiset ilmaukset koodaamalla litteroitu aineisto. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 108–110.) Litteroidusta aineistosta koodattiin tutkimuskysymyksiin vastaava ja muu oleellinen tieto erivärisillä yliviiuvaustuseilla omiin ryhmiin, jotka konkreettisesti leikattiin irti ylimääräisestä aineistosta.

Aineiston klusteroinnissa eli ryhmittelyssä koodatuista alkuperäisilmaisuista etsitään samankaltaiset ja eroavat käsitteet, jotka ryhmitellään ja yhdistetään luokiksi. Luokat nimetään niiden sisältöä kuvaavilla käsitteillä. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 110.) Tutkimuskysymyksiä vastaavien ryhmien sisälle muodostettiin luokkia ilmaisujen yhtäläisyyksien ja eroavaisuuksien mukaan, jonka jälkeen näille luokille laadittiin niiden sisältöä kuvaavat nimet.

Klusteroinnin jälkeen aineisto abstrahoidaan eli käsitteellistämässä aineiston alkuperäiset kielelliset ilmaukset muokataan teoreettisiksi käsitteiksi ja johtopäätöksiksi. Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä saadaan lopulta vastaus tutkimustehtävään yhdistelemällä käsitteiltä. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 111–112.) Luokitellut alkuperäiset ilmaukset muutettiin mahdollisimman kuvaaviksi pelkistetyiksi käsitteiksi, jotta niitä voitiin käyttää sellaisinaan tutkimustulosten esittelyssä.

Ensimmäisessä vaiheessa aineiston analyysia oli tärkeää poimia aineistosta tutkimuskysymyksiin vastaava oleellinen tieto. Aineisto jaettiin teemahaastattelurungon mukaisesti neljän teeman alle. Teemoiksi muodostuivat tutkimuskysymysten perusteella ikääntyneen oma kokemus muistelutikkutyöskentelystä, ikääntyneen suhtautuminen teknologiseen välineeseen, muistelutikkutyöskentelyn toimivuus työmenetelmänä ja muistelutikkutyöskentelyn kehittäminen. Kunkin teeman alle poimittiin vastaukset aineistosta erottelemalla ne toisistaan värikoodein käyttäen neljää eriväristä yliviivaustussia. Teemojen alle poimittu aineisto jaettiin teemahaastattelurungon kysymysten perusteella pääluokkiin (KUVIO 1).

Tutkimuskysymys	Teema	Päälouokka
Tutkimuskysymys1	TEEMA1 Ikääntyneen oma kokemus muistelutikkutyöskentelystä	Millainen kokemus
		Mitä antoi
		Muistelu
		Aineiston kerääminen
		Osallistuminen pilotti-ryhmään
Tutkimuskysymys2	TEEMA2 Ikääntyneen suhtautuminen teknologiseen välineeseen	Ajatuksia tikusta
		Aiemmat kokemukset
		Henkilökohtaisuus
		Aineiston digitoiminen
Tutkimuskysymys3	TEEMA3 Muistelutikkutyöskentelyn toi- mivuus työmenetelmänä	Valmistautuminen
		Toteutus; kesto
		Päättymisen; arviointi
	TEEMA4 Muistelutikkutyöskentelyn ke- hittäminen	Hyvää/parasta
		Vaikeudet
		Kehittäminen
		Muuta

KUVIO 1. Teemojen jako pääluokkiin

Tämän jälkeen pääluokkien sisältä etsittiin aineistossa esiintyviä yhtäläisiä ja eroavia ilmaisuja. Alkuperäisiä ilmaisuja pelkistettiin tulkinnan helpottamiseksi. Nämä nimettiin yhteisten merkitysten mukaan jälleen alaluokiksi. Alla on esimerkki ensimmäisen teeman Millainen kokemus – pääluokan alkuperäisistä ilmaisuista, niiden pelkistämisestä sekä alaluokan määrittämisestä (KUVIO 2).

Alkuperäinen ilmaisu	Pelkistetty ilmaisu	Alaluokka
<i>Hiljaiseloa tää elämä nykyisin että ei tässä paljoa tapahdu mitään, saa täällä häiriköidä sitten vaihteeksi</i>	Arki on hiljaista, siihen tuo vaihtelua kun joku käy.	Merkitystä arkeen
<i>Tällähän on paljon merkitystä sillälailla että johan tämä kaikki on tässä sisältöä tuonut</i>	Tikutus on tuonut sisältöä arkeen.	
<i>No joo poikkeaaahan se arkipäivästä aina tietysti</i>	Tikutus on tuonut muutosta arkeen.	

KUVIO 2. Merkitystä arkeen

Lopuksi kaikki alaluokat liitettiin jälleen pääluokiksi, joiksi muodostuivat seuraavassa esimerkissä (KUVIO 3) millainen kokemus, mitä antoi, muistelu, aineiston kerääminen ja osallistuminen pilottiryhmään. Näitä kaikkia yhdistää yhdistävä kategoria eli tema. Ensimmäisessä teemassa yhdistäväksi kategoriaksi muodostui ikääntyneen oma kokemus muistelutikkutyöskentelystä.

Alaluokka	Päälukokka	Yhdistävä kategoria / Teema
Merkitystä arkeen	Millainen kokemus	Ikääntyneen oma koke- mus muistelutikkutyös- kentelystä
Positiiviset ilmaisut		
Kokenut epävarmuutta		
Ei hyötyä tai merkitystä		
On innostanut johonkin	Mitä antoi	
Iloa ja voitontunnetta		
Ei negatiivisia vaikutuksia		
Muistojen herääminen	Muistelu	
Muistojen arvokkuus		
Muistamisen vaikeus		
Muistelutapa		
Muistojen täydentyminen		
Puhumisen ilo		
Muistelun helppo- us/mielekkyyys		
Työläys	Aineiston kerääminen	
Into		
Omaehtoisuus		
Muistot vailla dokumenttia		
Mielenkiinto säilyi		
Epävarmuus kuvien valin- nassa		
Helppous		
Kiitollisuus		Osallistu- minen pilot- tiryhmään
Elämäkokemus		
Hämmennys		
Merkityksellisyys		

KUVIO 3. Ikääntyneen oma kokemus muistelutikkutyöskentelystä

Samaa edellä esiteltyä menettelytapaa käytettiin jokaisen neljän teeman kohdalla. Lisäksi aineistosta nostettiin tärkeäksi koettu omaisten roolin merkitys muistutikkutyöskentelyssä, josta muodostettiin tuloksissa esiteltävä oma teemansa. Koko aineistosta alaluokkia muodostui yhteensä 80 ja pääluokkia 19 kappaletta.

7 TUTKIMUSTULOKSET

Tutkimustuloksilla vastataan tutkimuksessa määriteltyihin tutkimuskysymyksiin, joten ne jäsentävät tutkimustulosten esittelyä. Tuloksia käydään läpi tutkimuskysymysten määrittelemien aiheiden mukaisesti huomioiden myös niiden sisällöissä esiintyvät yhtäläisyydet. Ennalta odottamattomasti tutkimuskysymysten lisäksi haastatteluissa tuli esille vahvasti omaisten rooli muistelutikkutyöskentelyn taustalla, jota tarkastellaan tuloksissa lopuksi. Tutkimustulosten luotettavuuden lisäämiseksi käytetään satunnaisesti kaikkien haastateltujen alkuperäisiä ilmaisuja täydentämään tulosten luonnehdintaa.

7.1 Ikääntyneen oma kokemus muistelutikkutyöskentelystä

Muistelutikkutyöskentely koettiin pääasiassa positiivisena kokemuksena. Työskentely antoi uutta sisältöä ikääntyneen arkeen ja se nähtiin mielenkiintoisena sekä arvokkaana elämäkokemuksena. Toisaalta yksi ikääntyneistä ei kokenut muistelutikkutyöskentelyn vaikuttaneen omaan arkeensa merkittävästi. Seuraavassa esitellään suoria lainauksia ikääntyneiden vastauksista.

Joo tässä on tuota kaikkea tommosta hyvää ollu tässä tuota niin paljon että mähän oon kokenu tän tämän tämmösen tuota ihan ihan että niin arvokkaana ja hyvänä.

Tää on ollu ihan miellyttävä ja hyvä elämäkokemus tässä.

No en mä tiedä onko sillä ollu tavallisen arkipäivän kannalta paljonkaan merkitystä.

Ikääntyneet kokivat muistelutikkutyöskentelyn antaneen iloa ja voiton tunnetta. Työskentelyn koettiin innostaneen muistelemaan enemmän ja antaneen intoa muuhunkin aktiivisuuteen arjessa. Yksi ikääntyneistä teki ”Tikutus”-laulun muistelutikkutyöskentelyn innoittamana. Muistelun koettiin syventyneen verraten aikaisempaan ja täydentäneen jo olemassa olleita ajatuksia menneisyydestä.

Jos oikein näin maalliseen vertaa niin sehän on kun olisi voittanu jonkun lottovoiton.

No kylhän se muistelu siinä sitten syventyki se muistelu.

Muistelu koettiin sekä helpoksi että haastavaksi. Muistelua helpottivat kuvat ja muu muistoja herättävä kotoa löytyvä aineisto. Toisaalta laajat valokuvakokoelmat tekivät muistelusta työlään tuntuista. Kaikista muistoista ei löytynyt konkreettista dokumenttia, joka vaikeutti niiden käsittelyä. Muistelusta teki mieluisaa omiensa muistojen arvostaminen ja niiden jakamisen ilo. Muisteluhetkiä seurasi usein epäily oman muistin toiminnasta ja huoli siitä mitä oli unohtunut.

Puhunut tuota, puhumisen riemusta, et kun saan jollekin purkaa niitä muistoja.

Jäähän sitä aina kysymyksiä mieleen että mitäs mä nyt unohdin tai mitä jäi sanomatta.

Haastatteluissa ilmeni vähäisen tiedon aiheuttama epävarmuus muistelutikkutyöskentelyn etenemisestä ja sisällöstä. Uuden asian omaksuminen askarrutti ikääntyneitä. Myös oma valikoituminen pilottiryhmän jäseneksi ihmetytti.

Tikutus tuntuu ensin ihmeelliseltä.

Joskus vähän ajattelin et olinko mä itte ulkona niistä (muistelutikkutyöskentelypalavereista).

Kun meitä neljä vaan ja et miten on tälläseen.

Muistelutikkutyöskentely koettiin pääasiassa positiiviseksi kokemukseksi ja itse muistelu oli ollut antoisaa. Eniten epävarmuutta aiheutti vähäinen tieto työskentelyn kulusta.

7.2 Ikääntyneen suhtautuminen teknologiseen välineeseen

Suurimalla osalla haastatelluista ei ollut minkäänlaista aiempaa kokemusta muistelutikkutyöskentelyssä käytetystä teknologisesta välineestä eli USB-muistitikusta. Vain yksi haastatelluista oli kuullut muistitikusta ennen muistelutikkutyöskentelyä eräällä senioreille suunnatulla tietotekniikkakurssilla. Suurim-

malle osalle ikääntyneistä uusi teknologinen väline herätti epävarmuutta ja ihmetystä sen toiminnasta, mutta toisaalta myös mielenkiintoa ja halua oppia uutta.

Joo, en oo mokomaa tikkua ennen nähnytkään. No olihan se, ihme-hän se oli.

Ihmetystä herätti tietysti, miten semmoseen tikkuun voi niin tietoa mahtua.

No täs iässä sitä suhtautuu mielenkiinnolla ja jos jotain uutta vielä oppis.

Kellään haastatelluista ei olisi ollut heidän omasta mielestään valmiuksia digitoida aineistoa muistelutikulle itsenäisesti. Muistelutikkutyöskentelypilotin toteuttaneiden opiskelijoiden rooli koettiin tässä merkittäväksi tueksi. Haastatelluille uusi tapa tallentaa omia dokumentteja muistitikulle ihmetytti, mutta se koettiin hyväksi ja tarpeelliseksi dokumenttien säilyvyyden kannalta.

Tyttöjen kanssa se tehtiin porukalla, porukallahan sitä. Enhän minä olis mitään osannut itse tehdä.

Sä (muistelutikkutyöskentelyssä mukana ollut opiskelija) otit kuvan siitä kuvasta ja sit laitoit sen tietokoneelle. Hetkessä se näky jo tuolla, sehän tuntuu semmosesta aika ihmeeltä, joka ei ole tutustunut tommoseen tekniikkaan.

Ei monellakaan (ikäntyneistä) ole tämmöistä ajatusta tekniikasta tänäpäivänä että miten nopeesti tekniikka menee ees takas et miten toi vanha tekniikka voi vanhentua et ei se sitte säily.

Ei tarvi kaikkia albumia sit käydä läpi, nehän hajoo.

Yksi haastatelluista koki muistelutikulle tallennetun aineiston hyvin henkilökohtaisena. Kuitenkin suurin osa haastatelluista kertoi, ettei kokenut muistelutikun sisällön olevan salaista tai negatiivista ja voisi siksi jakaa sitä muillekin. Toisaalta haastatteluissa mainittiin, että vain osa oman muistelutikun sisällöstä haluttiin jakaa kaikkien kanssa.

En mä usko että mitään negatiivista on tullut etteikö se (muistelutikku) saisi olla sitte näkyvissä.

Kyllähän mä sitä voin näyttääkin joillekin, mut ehkä en halua kaikille kaikkea näyttääkään.

Suurimmalle osalle haastatelluista USB-muistitikku oli uusi asia eikä kellekään ollut kokemuksia sen käytöstä. Tämä herätti epävarmuutta, mutta myös mielenkiintoa oppia uutta. Pääosin muistelutikun sisältöä oltiin valmiita jakamaan muiden kanssa.

7.3 Muistelutikkutyöskentely työmenetelmänä ja sen kehittäminen

Muistelutikkutyöskentely työmenetelmänä oli herättänyt haastateltavissa kiinnostusta heti alusta alkaen. Haastateltavat lähtivät mukaan muistelutikkutyöskentelyyn uteliaisuudesta ja mielenkiinnosta. Osa haastatelluista kertoi lähteneensä mukaan myös halusta kehittää ja olla hyödyksi.

Mä niinku määrätysti uteliaisuuttani läksin (mukaan muistelutikkutyöskentelyyn).

Mielelläni mä aina jos täälläkin tätä halutaan kehittää niin tai aikaansaada jotakin, niin kyl mä sellasessa haluan olla mukana.

Yksi haastateltavista koki, että työskentelyyn ei valmistauduttu mitenkään. Haastateltavat kokivat muistelutikkutyöskentelyn alussa epävarmuutta, koska uudesta asiasta oli liian vähän tietoa.

No se oli vähän sellaista arvailua, arvailua et miten, mitähän se sisältää ja mitähän tässä on.

Suurin osa haastatelluista oli tyytyväisiä noin kolme kuukautta kestäväan työskentelyn keston. Yksi haastatelluista kuitenkin piti työskentelyyn käytettyä aikaa liian pitkänä. Haastatelluissa ilmeni myös halukkuutta työskentelyn jatkamiseen sen päätyttyä. Osa koki muistelutikkutyöskentelyn toteutuneen nopeasti ja yksi haastateltavista olisi ollut valmis tapaamaan useamminkin.

Kylhän minä sain siihen mennessä paljon annettua itsestäni.

En minä osaa sanoa, ehkä tää kaiken kaikkiaan on ollu aika pitkä ajanjakso.

Kyllä työ (muistelutikkutyöskentelyyn osallistuneet opiskelijat) saitte jatkaa.

Muistelutikkutyöskentely toimi haastateltavien mielestä pääosin hyvin. Ikääntyneiden mielestä työskentelyn toimivuutta tukivat salliva ja edistävä työskentelyilmapiiri. Tähän nähtiin vaikuttavan muistelutikkutyöskentelyä toteuttaneiden opiskelijoiden merkittävä rooli. Myös työskentelyn toteuttaminen ikääntyneen omassa kodissa koettiin vaikuttaneen positiivisesti. Kotia pidettiin muistelutikkutyöskentelyyn parhaiten sopivimpana sen tuoman henkilökohtaisuuden ja muistoja herättävän vaikutuksen vuoksi.

Ja heti kun mä teidät (muistelutikkutyöskentelyn toteuttaneet opiskelijat) tapasin, niin kattelin et tossa on niin rehellisen näköiset tytöt, et sit rupes heti valkenemaan se asia. Ja siinä vaiheessa varmaan minäkin heittäydyin ihan ja rupesin penkomaan ja kattelin noita filmejäni.

Se tulee niinku henkilökohtakseks ku ei muita oo ku te kaks ja minä.

Minustahan tämä on ollut erityisen antoisaa työskentelyä sillälailta että tuota ei oo tarvinnu lähteä mitään täältä minun täältä kotoani minnekään eikä kuljettaa mitään materiaalia.

Muistelu työmenetelmänä koettiin helpoksi ja jopa parhaaksi anniksi muistelutikkutyöskentelyssä. Muistelun helppoutta kuitenkin varjosti muistamisen epävarmuus. Toisaalta vaikeaksi mainittiin myös puhuminen sairauksista.

On tuota herätetty muistelemaan menneitä, ehkä se on ihan hyvä asia joskus.

No joo, ehkä se että muistankohan mä nyt tarpeeksi asioitani ja niitä vanhoja omia asioita joita pitäis ehkä muistaa.

Ikääntyneiden oli vaikeaa vastata muistelutikkutyöskentelyn kehittämistä koskeviin kysymyksiin. Kukaan ei kokenut kehittämistyön varsinaisesti koskevan heitä itseään ja vastuu siitä haluttiin siirtää toisaalle. Kuitenkin haastatteluiden myötä lopulta nostettiin esille kehittämisajatuksia omien kokemusten pohjalta. Muistelutikkutyöskentelyn alkuun toivottiin mahdollisuutta esittää ennakkokysymyksiä

tulevasta työskentelystä. Lisäksi yhdellä ikääntyneistä heräsi ajatus tehdä muistiinpanoja jokaisen työskentelykerran päätteeksi muistelutikkutyöskentelyn jälkikäteen arvioimiseksi ja kehittämisen edistämiseksi. Seuraavassa on esimerkkejä ikääntyneiden vastauksista Tikutus-hankkeen kehittämiseen liittyen.

Se (muistelutikkutyöskentelyn kehittäminen) ei oikeastaan ole minun ongelmani.

Mutta ei siinä kuitenkaan ollu semmosille ennakkokysymyksille ollu niin paljon, kai niitä jotain pyöri tossa.

Yksi ikääntyneistä pohti muistelutikun merkitystä erityisesti sairauden kohdatessa. Hän koki muistelutikun hyödyn korostuvan, jos sairauden myötä toimintakyky jollain tapaa heikkenisi. Myös muut haastatelluista ikääntyneistä halusivat mahdollisuuden muistelutikkutyöskentelyyn mahdollisimman monelle.

Vois hyvinki olla, kuka määrätynlaista sairautta sairastaa ja jos hänellä olis sellainen tikku.

Mä uskon että tää (muistelutikkutyöskentely) tuo jokaiselle hyvää mieltä ja sehän on tuota, uskon että kyl tää on ihan sellai alkupamaus.

Ikääntyneet lähtivät mukaan Tikutus-hankkeeseen mielenkiinnosta. He olivat kokonaisuuteen, kuten työskentelyn keston, työmenetelmään ja opiskelijoiden panokseen pääosin tyytyväisiä. Muistelutikkutyöskentelyn kehittämisen pohtiminen koettiin vaikeaksi, mutta myös muutama hyvä ehdotus tuli esille.

7.4 Omaisten rooli muistelutikkutyöskentelyssä

Haastatteluissa ilmeni selvästi omaisten merkitys muistelutikkutyöskentelyn innoittajina. Yksi ikääntyneistä nosti esille tikun jättämisen tuleville sukupolville muodostuneen varsinaiseksi syyksi lähteä mukaan muistelutikkutyöskentelyyn. Valmiin muistelutikun kopioiminen omaisia varten koettiin muutenkin tärkeäksi. Ikääntyneet kokivat jäävänsä elämän tarinoineen paremmin tulevien sukupolvien muistoihin ja tietoon muistelutikun myötä.

Sen kautta mie sit innostuin, siten että se jää noille (lapsenlapsille).

Sillä tikulla on semmonen merkitys kun mä tiedän et sitä voi kopioida ja lähettää tonne ni se on aikamoinen aarre.

Oikee hyvä juttu että nuoret et varsinki ku en mä enää niin kauaa elä missää tapauksessa että nuo (lapsenlapset) tulisivat muistamaan.

Omaiset eivät varsinaisesti osallistuneet Harjulan muistelutikkupilottiryhmän työskentelyyn. He kuitenkin olivat työskentelyssä taustalla ollessaan yhteydessä ikääntyneisiin, jotka jakoivat kokemuksiaan muistelutikkutyöskentelystä. Yksi omaisen oli esittänyt toivomuksiaan muistelutikun sisällöstä ja muutkin olivat olleet kiinnostuneita valmiin muistelutikun näkemisestä. Omaisten oli koettu olleen innostuneita valmiista muistelutikusta ja sen käyttömahdollisuuksista. Lisäksi omaisissa oli herännyt ihmetystä uudenlaista työmenetelmää kohtaan.

Tuota tytärkii lähetti sähköpostii heti et mitä hän toivoo.

Hyvin mielenkiinnolla ovat suhtautuneet siihen tikutukseen, et odottavat milloin saavat nähdä sen.

Kyllä nää mun omaiset on kaikki ollu hirveen innostuneita, et semmonen on tehty.

Tutkimuskysymysten lisäksi haastatteluissa esille tullut omaisten rooli oli vaikuttanut muistelutikkutyöskentelyyn innostavasti. Omaiset olivat olleet kiinnostuneita sekä työskentelyprosessista että valmiista muistelutikusta.

8 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tuloksista voidaan päätellä, että muistelutikkutyöskentely koettiin Harjulan pilot-tiryhmässä positiiviseksi kokemukseksi. Muistelutikkutyöskentely toi ikääntyneen arkeen uutta ja mielekästä sisältöä. Ikääntyneet kokivat omien muistojen jakamisen arvokkaaksi ja tärkeäksi sen, että niistä oli kiinnostuttu. Myös Read (2008, 237–238) kirjoittaa, että elämän tarkoituksellisuuden tunnetta olisi hyvä edistää muistelulla. Yksilöllisellä muistelulla voidaan siis korostaa kunkin elämän ainutkertaisuuden arvostamisen tärkeyttä.

Tuloksista käy ilmi, että muistelutikkutyöskentelyä edisti kodin ympäristö sen muistoja herättävän ja turvallisen ilmapiirin vuoksi. Myös Näslindh-Ylispangarin (2005, 151) mukaan ikääntyneen oma koti ympäristönä luo turvallisuuden tunnetta. Lisäksi Marinin (2003a, 30) mukaan tuttu tila herättää tunteita ja tätä tilaa voidaan kuljettaa mukana esineissä, valokuvissa sekä muistoissa. Näin ollen muistelutikkua voidaan pitää eräänlaisena mukana kulkevana muistojen kotina.

Tutkimus osoittaa, että Harjulan muistelutikkutyöskentelyä hankaloitti sen asema pilottiryhmänä, jolloin valmiita toimintatapoja ei ollut olemassa. Ikääntyneet ilmaisivat kokeneensa epätietoisuutta työskentelyn aikana ja se loi epävarmuutta heidän omaan toimintaansa. Muistelutikkutyöskentelyn lähtökohtana oli toteuttaa työskentely yksilöllisesti, mikä näkyi selkeiden ohjeistusten puuttumisena. Epävarmuuden lieventämiseksi tulisi ottaa huomioon riittävä informaatio ja sen selkokieliisyys sekä ymmärrettävyys ikääntyneiden näkökulmasta.

Tuloksien mukaan uusi teknologia ja tietojen puutteellisuus herätti epävarmuutta muistelutikkupilottiryhmän ikääntyneissä. Epävarmuudesta huolimatta uusi teknologinen väline herätti mielenkiintoa ja halua oppia uutta. Ikääntyneet tarvitsivat tukea tekniikan käytössä, mutta kokivat teknologian käyttömahdollisuudet hyödyllisiksi. Myös Sankarin (2004, 82) tutkimuksessa tietotekniikan käyttö aiheutti ikääntyneissä pelkoja, mutta ne helpottuivat tietotekniikan käytön ja tutuksi tulemisen myötä.

Muistojen säilyminen jälkipolville osoittautui tuloksien mukaan merkittäväksi. Muistelutikun myötä omaisille voidaan jättää nykyaikaisessa muodossa omannäköinen tiivistetty kertomus elämästä. Omaisten roolin ilmenemisestä tuloksissa voidaan päätellä, että omaiset olisi voitu ottaa enemmän huomioon jo muistelutikkutyöskentelyn aikana. Omaisille voitaisiin esimerkiksi tiedottaa muistelutikkutyöskentelyn tavoitteista ja pohtia heidän mahdollisuuksia osallistua prosessiin. Omaisten mukaan ottamisessa on kuitenkin huomioitava tapauskohtaisuus. Kuten Marin (2003b, 77) toteaa, sosiaalisten verkostojen vastavuoroisuus voi vaihdella ja olla satunnaista tai liittyä vain erityisiin tilanteisiin. Omaisten osallisuus määräytyy aina asiakkaan ja omaisten oman halun mukaan (Vaarama & Voutilainen 2008, 77).

Tutkimuksen perusteella voidaan päätellä, että valmista muistelutikkua ollaan valmiita jakamaan, jos jaettavaa sisältöä on mahdollisuus rajata. Näin ollen muistelutikulla voisi olla laajempiakin käyttömahdollisuuksia. Yksi pilottiryhmän ikääntyneistäkin toi esille muistelutikun merkittävyyden sairastuttaessa. Tällöin muistelutikkua voitaisiin hyödyntää hoitohenkilökunnan toimesta, ikääntyneen oman toimintakyvyn heiketessä. Jo Tikutus-hankkeen projektisuunnitelmassa muistelutikkua arvioitiin hyödynnettävän esimerkiksi muistikuntoutuksessa (Tikutus 2011).

9 POHDINTA

9.1 Tutkimuksen luotettavuus ja eettisyys

Laadullisessa tutkimuksessa kaiken pohjana kulkevat luotettavuus ja eettisyys. Luotettavaa tutkimusta ohjaa eettinen sitoutuneisuus. Tutkimuksessa on syytä keskittyä siihen, että haastateltavien vastaukset kuullaan juuri sellaisina kuin ne ovat, eikä niitä muokata. Mitkään tutkijan omat asenteet tai ominaisuudet eivät saa vaikuttaa itse tutkimukseen, sen analysointiin tai raportointiin. Kirjallisuudessa tätä pidetään haastavana asiana, sillä tutkija on itse keksinyt tutkimusasetelmat ja tulkinnut ne. (Tuomi ja Sarajärvi 2009, 15, 134–136.)

Kohderyhmälle on tärkeää kertoa siitä, miten ja mihin tutkimusaineistoa käytetään sekä miten sitä säilytetään niin, että tutkittavat pysyvät anonyminä. Suorat tunnistetiedot on hävitettävä siten, ettei niitä pysty hyödyntämään enää vuosien jälkeen mihinkään toiseen tutkimukseen. (Kuula 2006, 109, 214.) Haastateltaville selvitettiin mitä tutkimme ja miksi jo muistelutikkutyöskentelyn yhteydessä. Asiat kerrattiin muistutukseksi vielä haastattelujen yhteydessä. Ymmärryksen varmistamiseksi heiltä pyydettiin kirjallinen suostumus haastatteluun, jonka allekirjoittamalla he suostuivat haastatteluun ja sen nauhoittamiseen. Haastateltavilla oli kuitenkin oikeus tutkimuksen aikana kieltäytyä haastattelusta, vaikka he olivat aiemmin antaneet siihen suostumuksensa.

Eettistä pohdintaa herätti opinnäytetyöryhmän kahden sosionomiopiskelijan harjoittelun suorittaminen Harjulan pilottiryhmän parissa, sekä sen mahdollinen vaikutus lopullisiin tutkimustuloksiin. Tiivis paneutuminen tutkittavaan ilmiöön antoi toisaalta syvällistä näkemystä, mutta toisaalta haitallisia ennakko-olettamuksia, jotka tietoisesti pyrittiin unohtamaan. Ennakkotietämystä aiheesta hyödynnettiin kuitenkin laadittaessa haastattelurunkoa ja muuten valmistauduttaessa haastatteluihin.

Opinnäytetyöryhmän terveydenhoitajaopiskelija ei ollut mukana muistelutikkutyöskentelyn toteutuksessa, joten hän esitti pääosan haastattelukysymyksistä, jotta vastaukset olisivat mahdollisimman totuudenmukaisia ja luotettavia. Sosionomiopiskelijoiden roolina haastattelutilanteessa oli esittää tarkentavia kysymyksiä ja tehdä havaintoja, jotta haastateltavien vastaukset ja mahdolliset ilmapiirin muutokset huomioitiin ja ymmärrettiin oikein. Tässä tutkimuksen luotettavuutta edisti se, että tutkijoita oli useampi ja erilaisia tehtäviä sekä vastuualueita oli mahdollisuus jakaa.

Muistelutikkutyöskentelyn kautta saavutettu turvallinen suhde sosionomiopiskelijoiden ja pilottiryhmän välillä edesauttoi luotettavan haastatteluilmapiirin syntyä. Haastatteluilmapiiriin vaikutti myös haastattelupaikan valintana haastateltujen oma koti, jossa heidän oli luontevaa ja turvallista keskustella. Kuten Näslindh-Ylispangar (2005, 151) artikkelissaan toteaa, kotonaan ikääntynyt säilyttää yksityisyytensä ja kokee olonsa turvalliseksi.

Vilkan (2005, 35) mukaan tutkimusaineistoa on säilytettävä huolellisesti koko tutkimuksen ajan ja vältettävä sen joutumista ulkopuolisten käsiin. Koko tutkimuksen ajan on myös huolehdittava siitä, että haastateltavien anonymiteetti säilyy. Anonymiteetin suojaamiseksi tutkimuksessa käytettiin numeroita henkilöiden nimien sijaan. Lisäksi tutkimustulokset pyrittiin esittelemään sillä tavalla, että haastateltavia ei voida tunnistaa. Mäkisen (2006, 114) mukaan haastateltavien anonymiteetti antaa vapautta myös tutkijalle, sillä hankalia asioita on helpompi käsitellä nimettömyyden ansiosta ja näin ollen tutkija tietää, ettei aiheuta haittaa tutkittaville.

Metsämuurosen (2008, 53–54) mukaan on pohdittava aineiston sidonnaisuutta omaan aikaansa. Tutkijan on kyseenalaistettava onko aineiston tulkinta totuuden mukaista ja mistä näin päätellään. Haasteena aineiston analysoinnissa oli haastattelutilanteessa haastateltujen leikkimieliset vitsailut. Näiden lausahdusten tulkinta litteroinnin jälkeen oli vaikeaa ja nauhoitettuihin haastattelutilanteisiin jouduttiin palaamaan. Luotettavuuden varmistamiseksi osa näistä ilmaisista oli jätettävä analysoitavasta aineistosta kokonaan pois. Toisaalta haastattelutilanteissa huumo-

rin viriäminen kertoi myös rennosti ja välittömästi haastatteluilmapiiristä, johon pyrittiinkin.

Hirsjärven, Remeksen ja Sajavaaran (2009, 309–310) mukaan tutkijan edellyttään noudattavan työssään objektiivisuutta. He muistuttavat tutkimustekstin olevan kuitenkin aina tulkintaa, johon vaikuttavat tutkijan näkökulmat ja näkemykset. Siksi tutkijan tulee perustella luotettavasti aineiston tulkinnassa käytetty menettely (Hirsjärvi & Hurme 2001, 189). Tutkimustuloksia ja johtopäätöksiä laadittaessa oli tärkeää tiedostaa oman tulkinnan osallisuus ja vaikutus lopputulokseen. Aineistoa läpi käytäessä pyrittiin jättämään omat oletukset ja tulkinnat taustalle, pohjautuen ainoastaan tietoon, joka aineistosta löytyy. Tutkimustulokset pyrittiin esittelemään objektiivisesti, mutta johtopäätöksiä tehtäessä oman tulkinnan asema väistämättä kasvoi. Pyrimme todentamaan tulosten luotettavuutta ja objektiivisuutta myös esittelemällä laajasti esimerkkejä suorilla lainauksilla aineistosta.

Tuomen ja Sarajärven (2009, 155) mukaan tutkijan tulee olla kriittinen valitsemanansa kirjallisuuden suhteen. Valitsimme teoriaosuuden lähteiksi mahdollisimman tuoreita teoksia sekä tieteellisiä julkaisuja. Määrittelimme teokset luotettaviksi arvioiden niiden julkaisumuotoja ja teoksessa käytettyjä lähteitä. Tutkimuksen raportissa on pystyttävä keskustelemaan valikoiden ja argumentoiden teorian tiedon kanssa (Tuomi & Sarajärvi 2009, 156). Tavoitteenamme oli saada aikaan luonteva vuoropuhelu teoriapohjan ja tutkimuksemme välille.

Kaiken kaikkiaan tutkimusraportissa pyrittiin kuvaamaan mahdollisimman tarkasti omaa toimintaa tutkimuksen eri vaiheissa. Kuten Tuomi ja Sarajärvi (2009, 141) kirjoittavat, luotettavuuden arviointiin vaikuttaa tutkijan selonteko tutkimuksen etenemisestä. Heidän mukaansa tutkija on lukijalle velkaa uskottavan selityksen aineiston keruun ja analyysin toteutuksesta, jotta lukijan on mahdollista arvioida tutkimuksen luotettavuutta.

9.2 Moniammatillisuuden merkitys opinnäytetyöprosessissa

Moniammatillisuus koetaan tärkeäksi sosiaali- ja terveystalalla ja sillä pyritään vastaamaan työkentän nykyisiin ja tuleviin, moninaiisiin haasteisiin. Yhteistyössä eri ammattialojen edustajat antavat hoito- ja päätöksentekotyöhön luotettavuutta ja tasapuolisuutta. Moniammatillisuuden toimivuudessa on kuitenkin omat haasteensa, kuten tietämättömyys toisten ammattikuntien työnkuvasta. (Nikander 2003, 1.)

Opinnäytetyön tarkoituksena oli pohtia opinnäytetyöprosessissa sosiaali- ja terveystalalan moniammatillista yhteistyötä. Opinnäytetyöprosessissa moniammatillisuuden rooli haki paikkaansa pitkään. Vielä opinnäytetyön suunnitelmassa tavoitteena oli sisällyttää moniammatillisuus myös tutkimuskysymyksiin. Prosessin edetessä moniammatillisuuden paikka tutkimustehtävänä kuitenkin kyseenalaistettiin.

Koimme, että emme löytäneet luotettavaa tutkimusmenetelmää todentamaan moniammatillisuuden merkitystä opinnäytetyöprosessissa. Näin ollen päätimme pitäytyä omakohtaisen pohdinnan tasolla käyttäen tukena kirjallisuutta.

Lähtökohtanamme oli toteuttaa moniammatillinen opinnäytetyö valitsemassamme ryhmässä. Jo yhteisen aiheen löytäminen osoittautui haastavaksi. Toivoimme, että tulevassa opinnäytetyössä olisi mahdollista tuoda esiin molempien ammattikuntien näkökulmat ja erityisosaaminen. Kaikille oli tärkeää, että opinnäytetyön aihe tukee omaa ammatillisuutta. Valitsemamme opinnäytetyön aihe vaikutti aluksi sopivan hyvin sosiaalialalle ja siksi kyseenalaistimme terveydenhoitotyön näkökulman soveltuvuuden opinnäytetyöhömmme. Haimme varmistusta aihevalinnallemme useammalta opettajalta, jonka myötä rohkaistuimme aloittamaan moniammatillisen opinnäytetyöprosessin. Myös Katajamäen (2010, 148) tutkimuksessa moniammatillisuudesta ja sen oppimisesta tuli ilmi sosiaali- ja terveystalalan opettajien myönteisyys moniammatillisuutta kohtaan sekä oppimisessa, että tulevassa työssä.

Opinnäytetyöprosessin alussa lähdimme pohtimaan ja selvittämään ammattiemme, sosionomin ja terveydenhoitajan kompetensseja (LIITE 4 & LIITE 5). Keskustelut ammattikuntiemme osaamisalueista keskittyivät aluksi oletettuihin eroavaisuuksiin. Totesimme kuitenkin, että opinnäytetyöprosessimme kannalta oli

tärkeämpää keskittyä selkeisiin havaittuihin yhtäläisyyksiin. Yhteisen päämäärään saavuttamiseksi oli oleellista asettaa yhtenäiseksi rintamaksi vastakkain asettelun sijaan. Myös Katajamäen (2010, 117) tutkimuksen mukaan opiskelijat kokivat moniammatillisen ryhmän voimavaraksi, unohtamatta yksilöllisiä tavoitteita. Lopulta ammattikuntiemme rinnakkaisuus ja toisaalta yhteensopivuus tuntuikin luontevalta ja osoittautui yhdeksi oppimisprosessimme tärkeimmäksi anniksi.

Nikanderin (2003, 1) mukaan yksi moniammatillisen työskentelyn haasteista on poikkeava ammattisanasto. Tämä tuli esille myös työskentelymme aikana. Huomasimme puhuivamme samoista asioista eri termein. Myös yhdeksi opinnäytetyön aikana osoittautuneeksi ongelmaksi muodostuivat opetussuunnitelmiamme aika-tilat erot esimerkiksi harjoitteluiden osalta. Tämän vuoksi yhteisen ajan löytäminen oli välillä hankalaa, koska halusimme työstää opinnäytetyötä aidosti yhdessä.

Työskennellessämme tiiviissä yhteistyössä, opimme paljon toistemme ammattiosaamista. Ammattiemme samankaltaiset arvomaailmat ja periaatteet helpottivat teoreettisen viitekehyksen löytymistä ja työmme etenemistä. Opinnäytetyöprosessimme varhaisessa vaiheessa totesimme kaikki näkevämme ammattiosamme ihmisen kokonaisvaltaisesti ja näin sosionomi ja terveydenhoitaja alkoivat tuntua luontevalta työparilta. Myös Isoherrasen (2005, 14–15) mukaan sosiaali- ja terveystieteiden moniammatillista yhteistyötä voidaan kuvata eri asiantuntijoiden tietojen ja taitojen yhdistämisellä, jonka myötä asiakas pyritään huomioimaan mahdollisimman kokonaisvaltaisesti. Teoksessaan Isoherranen toteaa, että yhteistyön kautta pyritään yhteisiin tavoitteisiin ja ymmärrykseen tilanteen ratkaisuksi. Moniammatillisessa yhteistyössä korostuu Isoherrasen mukaan asiakaslähtöisyys, tiedon ja eri näkökulmien kokoaminen yhteen, vuorovaikutustietoinen yhteistyö, rajojen ylitykset sekä verkostojen huomioiminen.

Pohdimme opinnäytetyöprosessin aikana mitä moniammatillisuus työskentelyssämme merkitsee, mitä se antaa ja mitkä ovat sen haasteita. Olemme kokeneet tärkeäksi toisen ammattiosaamisen tunnistamisen ja yhtenäisten osaamisalueiden löytämisen. Moniammatillisen yhteistyön lähtökohtana on toisen ammatin arvostus ja sujuva kommunikointi (Sosiaalityön vuosikirja 1996). Näiden lähtökohtien vajavuus koettiin Katajamäen (2010, 117) tutkimuksessa osaksi moniammatil-

lisuuden esteitä. Lisäksi moniammatillisuuden oppimisen esteenä Katajamäen (2010, 149–150) tutkimuksessa pidettiin opettajien perinteistä yksin työskentelyn asiantuntijakulttuuria.

Ammatilliset opinnot eivät juurikaan ohjanneet meitä moniammatillisen opinnäytetyön tekemiseen. Päädyimme moniammatilliseen opinnäytetyöryhmään omasta aloitteesta ja toisaalta puhtaasta sattumasta. Opettajien rooliksi muodostui kannustaa jo valitussa ryhmässä pitäytymistä. Opinnoissamme ei siis painoteta riittävästi moniammatillisuuden merkitystä, toisin kuin työelämä vaatisi. Mielestämme sosiaali- ja terveystalojen ammattiopinnoissa tulisi hyödyntää enemmän moniammatillisissa työryhmissä oppimista. Myös Isoherranen (2005, 155) kirjoittaa teoksessaan moniammatillisuuden jäävän liian vähälle huomiolle koko sosiaali- ja terveysalan koulutuksessa.

9.3 Arviointi

Opinnäytetyöprosessi oli kaiken aikaa uuden oppimista. Näin ollen prosessia kuvaa ajoittainen varovaisuus ja epävarmuus, mutta myös uusien asioiden sisäistäminen ja sen anti. Toteutimme työn sen hetkisten taitojemme mukaan ja saatoimme vasta jälkikäteen oivaltaa vaihtoehdoisen ja mahdollisesti paremman toteutustavan erinäisiin työvaiheisiin.

Vilkan (2005, 104–105) mukaan haastattelussa käytettävien sanojen tulkinta voi aiheuttaa ongelmia, mutta haastattelutilanteen aikana on kuitenkin mahdollista selvittää kysymyksissä käytettävät sanat. Jo haastattelurunkoa suunniteltaessa olisi tullut ottaa huomioon paremmin kysymysten selkokielisyys. Käyttämämme termit, kuten kehittämishanke, saattoivat olla haastateltaville vaikeita ymmärtää ja niiden selittämiseen meni haastatteluissa aikaa. Kysymysten asettelun selkeyteen olisi tullut kiinnittää enemmän huomiota, jotta vastaukset olisivat pysyneet paremmin tutkimuskysymysten mukaisina. Tämä olisi voitu ennakoita myös antamalla haastattelurungot kysymyksineen haastateltaville ennakoon, jotta he olisivat voineet valmistautua paremmin kysyttäviin kysymyksiin.

Opinnäytetyöprosessille ominainen oppiminen näkyi myös jokaisen haastattelukerran välissä. Saimme kultakin haastattelukerralta kokemuksen tuomaa varmuutta ja tietämystä, jota pystyimme hyödyntämään seuraavissa haastatteluissa. Tässä tuli kuitenkin huomioida alkuperäisessä haastattelurungossa pitäytyminen, jotta tulokset pysyisivät luotettavina ja yhdenmukaisina. Kanasen (2008, 79) mukaan haastattelurungon käytöllä ohjataan ja varmistetaan ennalta kaikkien suunniteltujen teemojen läpikäyminen haastattelutilanteissa.

Tutkittaessa jotakin uutta ilmiötä on mahdollista aloittaa tutkimus ilman teoreettista osiota. Tällöin aloitetaan tutkimustehtävästä ja edetään aineiston analyysiin. Teoriaan perehdytään vasta aineiston analyysivaiheessa, pohdinnan ja tulosten tueksi. Tutkimuksen teoriaosa kirjoitetaan siis vasta viimeiseksi. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 159.) Opinnäytetyömme tutkimuskohteena oli pilottiryhmä, joten ilmiö oli tutkittavana uusi. Tutustuimme aiheeseen liittyvään tutkimus- ja teorianäyttöön suunnitteluvaiheessa, mutta vasta tutkimuksen ja ilmiön tutuksi tulemisen myötä syvennyimme teoriaan tarkemmin. Syventyminen teorianäyttöön antoi työlle uskottavuutta ja tukea tulosten esittelyyn. Kokonaisuudessaan teoriaosuus kirjoitettiin aineiston analyysin jälkeen.

Työskentelimme ryhmänä melko itsenäisesti. Hyödynsimme oppimisprosessimme tukena opinnäytetyön ohjaajan lisäksi Tutkimus- ja kehittämismenetelmät kurssien opettajien ohjausta. Viimeisellä tutkimusmenetelmien kurssilla pystyimme käyttämään oman opinnäytetyön aineistoa sisällön analyysin tekemisessä. Olimme kuitenkin voineet hyödyntää tarjolla olevaa ohjausta enemmän.

Yhtenä opinnäytetyön tarkoituksena oli vastata toimeksiantajan tarpeeseen. Karsoitimme toimeksiantajan tarpeet käytyjen keskustelujen sekä aiemman yhteistyön pohjalta ja teimme sen mukaisen suunnitelman, jonka toimeksiantaja hyväksyi. Työskentelymme edetessä olimme yhteydessä toimeksiantajaan, joka tuki opinnäytetyöprosessia. Olemme saaneet toimeksiantajalta kiitosta ja palautetta, jonka mukaan opinnäytetyötämme tullaan hyödyntämään ja ottamaan huomioon Tikutus-hankkeen jatkokehittämissä.

9.4 Jatkotutkimusehdotukset ja tulosten hyödynnettävyys

Tikutus-hankkeessa toteutetaan laajalti tutkimusta koko hankkeesta. Opinnäytetyömme tukee tätä tutkimusta osana laajempaa kokonaisuutta antaen yksityiskohtaisempaa tietoa ilmiön sisällöstä. Tikutus-hankkeessa voisi hyödyntää jatkossakin sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijoiden toteuttamia opinnäytetöitä toiminnallisina ja tutkimuksellisinä. Opinnäytetöissä voisi soveltaa myös yhteistyötä eri alojen, kuten tekniikan, liiketalouden sekä muotoilun koulutusalojen opiskelijoiden kanssa.

Tutkimuksemme keskittyi Tikutus-hankkeessa toteutettuun Harjulan pilottiryhmään. Terveys- ja muistelutikun kehittämiseksi toteutettiin kuitenkin yhteensä 12 pilottiryhmää Päijät-Hämeen alueella vuoden 2011 aikana. Näin ollen muiden pilottiryhmien kokemuksista voidaan löytää monipuolisia tutkimusaiheita. Omaan tutkimukseemme ei liitetty terveystikun kokoamista tai käyttömahdollisuuksia lainkaan, joka olisi kuitenkin ollut myös hyvin mielenkiintoinen tutkimusaihe.

Opinnäytetyössämme keskityimme kokemuksiin muistelutikkutyöskentelystä, koska tutkimus toteutettiin heti työskentelyn toteutusvaiheen jälkeen. Muistelutikusta ei siis ollut käyttökokemuksia, joten niitä ei voitu vielä tutkia. Käyttökokemuksista ja mahdollisesti omaisten osuudesta siihen voisi kuitenkin myöhemmin toteuttaa oman jatkotutkimuksensa, joka antaisi mahdollisesti näkökulmaa myös muistelutikkutyöskentelyn toteutusvaiheeseen.

Lisäksi olisi mielenkiintoista tutkia sosiaali- ja terveystieteiden henkilökunnan suhtautumista terveystieteiden ja muistelutikkuihin uutena työmenetelmänä ja työvälineenä. Tähän tiiviisti liittyy myös työskentelyn rajallisten resurssien huomioon ottaminen ja sen mahdollinen tutkimus. Tämä antaisi tietoa siitä millä mittakaavalla muistelutikkuihin voisi olla mahdollista ja kannattavaa jatkossa toteuttaa.

Tikutus-hankkeen ollessa vielä pilottivaiheessa, tutkimusmahdollisuuksia syntyy varmasti lisää hankkeen edetessä ja uusia tutkimuksia toteutettaessa. Oma tutkimuksemme rajattiin aikataulun, resurssien sekä kiinnostuksemme mukaan, mutta kokonaisuudessaan Tikutus-hankkeesta löytyy paljon mielenkiintoisia tutkimusaiheita.

LÄHTEET

EURA. 2010. Tikutus – innovatiivisia, aktivoivia palvelusisältöjä ikääntyville. EAKR-Projektisuunnitelma. Saatavissa: Tikutus-hanke.

Eloranta, T. & Punkanen, T. 2008. Vireään vanhuuteen. Helsinki: Tammi.

Erkinjuntti, T. & Huovinen, M. 2008. Kun muisti pettää. Muistihäiriöt ja etenevät muistisairaudet. Helsinki: WSOY.

Hakonen, S. 2003. Muistelutyö. Teoksessa Marin, M. & Hakonen, S. (toim.) Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Jyväskylä: PS – kustannus. 130–137.

Hakonen, S. 2008. Kolmas ikä voimaantumisen aikana. Teoksessa Suomi, A. & Hakonen, S. (toim.) Kuluerästä voimavaraksi. Sosiokulttuurinen puheenvuoro ikääntymiskysymyksiin. Jyväskylä: PS-kustannus. 153–159.

Harjulan Setlementti. 2011a. Harjula [viitattu 3.4.2011]. Saatavissa: <http://www.harjulansetlementti.fi/harjula>

Harjulan Setlementti. 2011b. Palvelut ikääntyville [viitattu 3.4.2011]. Saatavissa: http://www.harjulansetlementti.fi/harjula/palvelut_ikaantyyville/

Heikkinen, R-L. 2008. Gerontologinen hoitotyö. Teoksessa Heikkinen, E & Rantanen, T. (toim.) Gerontologia. Helsinki: Duodecim. 449–457.

Helminen, P. & Karisto, A. 2005. Vanhustyö muuttuvassa hyvinvointivaltiossa. Teoksessa Noppari, E. & Koistinen, P. (toim.) Laatu vanhustyöhön. Helsinki: Tammi. 9–18.

Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2001. Tutkimushaastattelu: teemahaastattelun teoria ja käytänteet. Helsinki: Yliopistopaino.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Helsinki: Tammi.

- Hervonen, A. & Lääperi, P. 2011. Muisti pettää – jättääkö järki. Jyväskylä: Tammi.
- Hohenthal-Antin, L. 2009. Muistot näkyviksi. Muistelutyön menetelmiä ja merkityksiä. Juva: WS Bookwell.
- Hyttinen, H. 2008. Ikäihminen hoitotyön asiakkaana. Teoksessa Voutilainen, P. & Tiikkainen, P. (toim.) Gerontologinen hoitotyö. WSOY Oppimateriaalit Oy. 42–56.
- Isoherranen, K. 2005. Moniammatillinen yhteistyö. Helsinki: WSOY.
- Juva, K. 2011. Muistihäiriö. Terveyskirjasto [viitattu 24.10.2011]. Saatavissa: http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00706&p_haku=muisti
- Kananen, J. 2008. Kvali – Kvalitatiivisen tutkimuksen teoria ja käytänteet. Jyväskylän ammattikorkeak. Oy.
- Kaunomäki, S. 2010. Tikutus-hanke. Helsingin yliopiston koulutus- ja kehittämiskeskus Palmenia, Pilotti Harjulan Setlementissä. Väliraportti. Saatavissa: Tikutus-hanke.
- Katajamäki, E. 2010. Moniammatillisuus ja sen oppiminen. Tampereen yliopisto.
- Kautto, M. (toim.) 2004. Ikääntyminen voimavarana. Tulevaisuusselonteon liite-raportti 5 [viitattu 28.10.2011]. Helsinki: Valtioneuvoston kanslia. Saatavissa: <http://www.vnk.fi/julkaisut/julkaisusarja/julkaisu/fi.jsp?oid=130656>
- Kiinteistö Oy Harjulakodit. 2011. Tervetuloa tutustumaan Harjulakoteihin [viitattu 3.4.2011]. Saatavissa: <http://www.harjulakodit.fi/>
- Kivelä, S-L. & Vaapio, S. 2011. Vanhana tänään. Suomen senioriliike ry.

Korkiakangas, P. 2002. Muistelusta voimavaroja vanhuuteen. Teoksessa Heikkinen, M. & Marin, M. (toim.) Vanhuuden voimavarat. Helsinki: Tammi. 173–203.

Koskinen, S. 2004. Ikääntyneiden voimavarat. Teoksessa Kautto, M. (toim.) 2004. Ikääntyminen voimavarana. Tulevaisuusselonteon liiteraportti 5. 24–79 [viitattu 28.10.2011]. Helsinki: Valtioneuvoston kanslia. Saatavissa: <http://www.vnk.fi/julkaisut/julkaisusarja/julkaisu/fi.jsp?oid=130656>

Koskinen, S. 2006. Ikäihmisen voimavarojen ja toimintakyvyn tukeminen. Esi-
telmä vanhustyön koulutuksen kehittämisseminaarissa Tampereella 1.9.2006 [viitattu 26.10.2011]. Saatavissa: www.oamk.fi/sote/hankkeita/aktiivinenvanhuus/vakka_verkoston/Simo_Koskinen.doc

Koskinen, S. 2008. Gerontologinen sosiaalityö. Teoksessa Heikkinen, E & Rantanen, T. (toim.) Gerontologia. Helsinki: Duodecim. 436–448.

Koskinen, S. 2011a. Ikääntyvien voimavarat ja niiden merkitys hyvinvointipalveluille sekä rohkea ikääntyminen. Väli-Suomen Ikäkaste –hankkeen päätösseminaari Tampereella 22.9.2011 [viitattu 28.10.2011]. Saatavissa: www.ikakaste.fi/tietopankki/doc_download/236-simo-koskinen

Koskinen, S. 2011b. Muistelun teoria ja käytäntö. Luento Tikutus-hankkeen yleisöseminaarissa Lahden pääkirjastossa 12.5.2011.

Kurki, L. 2007. Innostava vanhuus. Helsinki: Oy FINN LECTURA Ab.

Kuula, A. 2006. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Jyväskylä: Gummerus.

Liikenne- ja viestintäministeriö. 2010. Arjen tietoyhteiskunnan neuvottelukunta Tuottava ja uudistuva Suomi – Digitaalinen agenda vuosille 2011–2020 [viitattu 28.4.2010]. Saatavissa: http://www.lvm.fi/c/document_library/get_file?folderId=1551286&name=DLFE-

11771.pdf&title=Tuottava%20ja%20uudistuva%20Suomi.%20Digitaalinen%20agenda%202011-2020

Marin, M. 2003a. Elämän paikallisuus ja paikat. Teoksessa Marin, M. & Hakonen, S. (toim.) Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Jyväskylä: PS – kustannus. 22–43.

Marin, M. 2003b. Sosiaaliset verkostot. Teoksessa Marin, M. & Hakonen, S. (toim.) Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Jyväskylä: PS – kustannus. 72–93.

Medina, A., Vehviläinen, S., Haukka, U-M., Pyykkö, V. & Kivelä, S-L. 2006. Vanhustenhoito. Porvoo: WSOY.

Metsämuuronen, J. 2008. Laadullisen tutkimuksen perusteet. Jyväskylä: Gummerus.

Muistiliitto ry. 2011. Muisti ja muistisairaudet [viitattu 5.5.2011]. Saatavissa: http://www.muistiliitto.fi/fin/muisti_ja_muistisairaudet/

Mäkiranta, M. 2008. Kerrotut kuvat. Tampere: Juvenes Print.

Mäkinen, O. 2006. Tutkimusetiikan abc. Helsinki: Tammi.

Nikander, L. 2003. Hyvää mieltä ja yhteistyötä. Hämeenlinna: Hämeen ammattikorkeakoulu.

Näslindh-Ylispangar, A. 2005. Vanhuksen olemassaolon kokemuksen vahvista yhteisössä. Teoksessa Noppari, E. & Koistinen, P. (toim.) Laatia vanhustyöhön. Tampere: Tammi. 147–160.

Pekkarinen, S. 2011. Innovations of ageing and societal transition, Dynamics of change of the socio-technical regime of ageing Lappeenranta University of Technology: Digipaino 2011 [viitattu 25.10.2011]. Saatavissa: <http://www.doria.fi/bitstream/handle/10024/66994/isbn%209789522650467.pdf?s>

equence=1

Read, S. 2008. Elämän tarkoituksellisuuden tunne. Teoksessa Heikkinen, E. & Rantanen, T. (toim.) Gerontologia. Helsinki: Duodecim. 231–241.

Ruoppila, I. 2002. Psykkisen toimintakyvyn tukeminen. Teoksessa Heikkinen, E. & Marin, M. (toim.) Vanhuuden voimavarat. Helsinki: Tammi. 119–150.

Ronkainen, R., Ahonen, S., Backman, K. & Paasivaara, L. 2002. Kotipalvelu kotihoiton kivijalkana. Teoksessa Voutilainen, P., Vaarama, M., Backman, K., Paasivaara, L., Eloniemi-Sulkava, U. & Finne-Soveri, U. (toim.) Ikäihmisten hyvä hoito ja palvelu. 2008. Opas laatuun. Stakes, Oppaita 49. 100–105.

Saarenheimo, M. 2003. Merkityksellinen elämä. Teoksessa Marin, M. & Hakonen, S. (toim.) Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Jyväskylä: PS – kustannus. 44–56.

Sainio, E. 2008. Ikääntyvien maahanmuuttajien tilanne- ja palvelutarveselvitys Helsingissä. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu [viitattu 28.4.2011]. Saatavissa: http://www.selmanet.fi/temporary/file.asp/data_id=2076/DIAKsovintopalvelutarve.pdf

Sajama, S. 2011. Moniammatillisuutta ikälakiin. Ammattilehti Tehy 10: 16.8.2011.

Sankari, A. 2004. Ikääntyviä tietoyhteiskunnassa. Kulttuuriset ajattelutavat ja sosiaalinen tila. Jyväskylän yliopisto, yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos. Jyväskylä: Minerva Kustannus Oy.

Sitra. 2011. Suomen tietoyhteiskunta 2020 [viitattu 22.10.2011]. Saatavissa: <http://www.sitra.fi/fi/Tulevaisuusty%c3%b6/tietoyhteiskunta/Tietoyhteiskuntavisi o/Suomen+tietoyhteiskunta+2020.htm>

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2008a. Kansallinen terveyserojen kaventamisen toimintaohjelma 2008–2011. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2008:16.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2008b. Ikäihmisten palvelujen laatusuositus. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2008:3.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2011. Ikääntyneitä koskevan lainsäädännön vahvistaminen [viitattu 26.10.2011]. Saatavissa:
http://www.stm.fi/vireilla/lainsaadantohankkeet/sosiaali_ja_terveydenhuolto/ikaantyneet

Sosiaalityön vuosikirja 1996. Moniammatillisuus ja sosiaalityö. Helsinki: Edita.

Suomi, A. & Hakonen, S. 2008. Kuluerastä voimavaraksi. Sosiokulttuurinen puheenvuoro ikääntymiskysymyksiin. Jyväskylä: PS-kustannus.

Takkinen, S. 2000. Meaning in life and its relation to functioning in old age. University of Jyväskylä.

Tikutus-hankkeen tiedotusfoorumi. 2011. Helsingin yliopisto, Koulutus- ja kehittämiskeskus Palmenia [viitattu 3.4.2011]. Saatavissa:
<http://tikutushanke.blogspot.com>

Tikutus. 2011. Innovatiivisia, aktivoivia palvelusisältöjä ikääntyville. Esite.

Tuomi, J & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Tuupanen, A. 2011. Setlementtiaate Suomessa. Teemaluento Harjula-keskuksessa 7.4.2011.

Vaarama, M. & Ahonen, S. 2008. Sosiaalityö ikäihmisten parissa. Teoksessa Vuottilainen, P., Vaarama, M., Backman, K., Paasivaara, L., Eloniemi-Sulkava, U. & Finne-Soveri, U. (toim.) Ikäihmisten hyvä hoito ja palvelu. Opas laatuun. Stakes, Oppaita 49. 59–64.

Vaarama, M. 2008. Tavoitteena vanhan ihmisen hyvä elämänlaatu. Teoksessa Voutilainen, P., Vaarama, M., Backman, K., Paasivaara, L., Eloniemi-Sulkava, U. & Finne-Soveri, U. (toim.) Ikäihmisten hyvä hoito ja palvelu. 2008. Opas laatuun. Stakes, Oppaita 49. 11–18.

Vaarama, M. & Voutilainen, P. 2008. Omaiset tukena arjen areenoilla. Teoksessa Voutilainen, P., Vaarama, M., Backman, K., Paasivaara, L., Eloniemi-Sulkava, U. & Finne-Soveri, U. (toim.) Ikäihmisten hyvä hoito ja palvelu. Opas laatuun. Stakes, Oppaita 49. 77–83.

Vilka, H. 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Tammi.

Väyrynen, E. 2003. Väestön ikääntyminen – haaste ja mahdollisuus teknologian ennakkoinnille ja innovaatioille – VIHMA. Kauppa- ja teollisuusministeriö: Edita.

LIITTEET

LIITE 1 Muistelutikkutyöskentelyn kuvaus

LIITE 2 Teemahaastattelurunko

LIITE 3 Suostumus haastateltavaksi

LIITE 4 Sosionomi (AMK) -tutkinnon kompetensseja

LIITE 5 Terveystenhoitaja (AMK) -tutkinnon kompetensseja

LIITE 1

MUISTELUTIKKUTYÖSKENTELEN KUVAUS:

7.3.2011 - 13.5.2011

Harjulan pilottiryhmä, sosionomiopiskelijat Kia Kolu ja Hanna Yrjölä

Muistelutikkutyöskentelyssä henkilön muistoja herättävät ja tukevat aineistot, kuten valokuvat, nauhoitukset ja kirjalliset dokumentit muutetaan digitaaliseen muotoon ja taltioidaan USB-muistitikulle. Työskentelyn aikana käydään läpi henkilön elämän tärkeitä tapahtumia ja itse muistitikun kokoamisen sijaan oleellisinta on muistelu ja oman ainutkertaisen elämän läpikäynti. Valmista muistelutikkua voi käyttää muun muassa oman muistin virkistämiseen, muistojen jakamiseen ja oman yksilöllisen tarinan kertomiseen esimerkiksi mahdolliselle hoitohenkilökunnalle.

Muistelutikkutyöskentely aloitettiin Harjulassa yhteispalaverilla, johon osallistivat pilottiryhmän neljä jäsentä, Harjulan henkilökunnan edustajat Kristiina Tallberg ja Paula Myllyvirta, Tikutus-hankkeen projektipäällikkö Kari Kempas sekä me sosionomiopiskelijat Kia Kolu ja Hanna Yrjölä. Alkupalaverin tuloksena muistelutikkuja päätettiin työstää kunkin pilottiryhmän jäsenen kotona, tutussa ympäristössä, jossa muistot ovat parhaiten läsnä.

Pilottiryhmän jäseniä kohdattiin yksilötapaamisissa noin kerran viikossa (2-4h) ensin tutustumisen ja myöhemmin muistelun ja lopulta tikun työstämisen merkeissä. Lisäksi työskentelyn seuraamiseksi ja jäsentämiseksi pidettiin yhteispalavereja meidän työtä toteuttavien opiskelijoiden, pilottiryhmän jäsenten, Harjulan henkilökunnan ja Tikutus-hankkeen työntekijöiden kanssa. Palaverit antoivat ikäänntyneille mahdollisuuden jakaa kokemuksiaan ja meille opiskelijoille tilaisuuden varmistaa työskentelymme oikea suunta. Kaiken kaikkiaan pilottiryhmämme muistelutikkutyöskentelyn raamit olivat hyvin vapaat ja meidän opiskelijoiden suunniteltavissa.

Muistelutikkutyöskentelyssä oleellisinta on mielestämme muistelu. Muisteluun johdatti lukuisat valokuvat, muistoesineet ja muut dokumentit kunkin omasta elämästä. Keskusteluja käytiin hyvin vapaamuotoisesti ja ikääntyneen omilla ehdoilla. Työskentelyn aikana kirjasimme ylös tapaamisten sisältöjä myöhempien raportointien ja mahdollisten asiaan palaamisten varalta. Näin pyrimme ymmärtämään ikääntyneiden elämäntarinaa ja auttamaan heitä itseään näkemään elämänsä merkityksellisenä ja eheänä kokonaisuutena.

Muistelutikkutyöskentely haki aluksi muotoaan ja kesti hetken ennen kuin työskentelyyn osallistuneet löysivät lopullisen työtavan ja päämäärän. Pilottiryhmän jäsenten ajatukset muistelutikun käytöstä olivat erilaisia ja se vaikutti myös työskentelyyn. Osa teki muistelutikkua omaa käyttöönsä varten, joku jälkipolville, kun taas toinen päivittääkseen tärkeät dokumentit turvalliseen muotoon.

Oman työskentelymme kannalta tärkeää oli luottamuksellisen ja turvallisen asiakassuhteen luominen pilottiryhmän ikääntyneisiin sekä heidän motivointinsa työskentelyyn. Tätä helpotti se, että kohtasimme ryhmän jäseniä yksilötapaamisissa heille tutussa ympäristössä ja mahdollisimman säännöllisin väliajoin. Annoimme ikääntyneille aikaa kertoa elämän kokemuksistaan rauhassa kunkin omaan tahtiin ja työskentely eteni luontevasti omalla painollaan.

Jokaisen elämä on ainutkertainen, ja siksi myös muistelutikki on yksilöllinen tuotos. Muistelutikkujen sisältö vaihtelee yksilön intressien ja kokemusten mukaan. Meille oli tärkeää pitää oma roolimme vain muistelutikun kokoamisen avustajina ja aineiston tallentamisen mahdollistajina. Emme halunneet vaikuttaa muistelutikkujen sisältöihin, ettei tikuista tulisi meidän näköisemme, vaan kullekin pilottiryhmän jäsenelle yksilöllinen. Jouduimme kuitenkin rohkaisemaan ikääntyneitä ryhmäläisiä hyödyntämään nykYTEknologian mahdollisuuksia ja toisaalta selkeyttämään sen rajoja.

Harjulan pilottiryhmän jäsenistä vain yhdellä on oma tietokone, joten päätimme keskittyä tapaamisissa muistelutyöhön ja muisteluaineksen kokoamiseen tietokoneen käytön opetteluun sijaan. Ikääntyneet valitsivat itse mitä ja miksi muistelutikulle laitetaan, mutta me toteutimme varsinaisen digitoinnin eli skannasimme ku-

via ja muita dokumentteja, nauhoitimme ääntä sekä kuvasimme toivottuja paikkoja ja esineitä. Tietokoneen otimme mukaan vasta muistelutikkutyöskentelyn loppuvaiheessa, kun digitoitu muisteluaines koottiin ja järjestettiin ikääntyneen kanssa muistelutikulle tallennettavaan muotoon.

Toteutimme Harjulan pilottiryhmän muistelutikkutyöskentelyn kahden kuukauden ammatillisen harjoittelumme aikana, joten meillä oli mahdollisuus antaa ikääntyneille ja heidän muistelutyölleen runsaasti aikaa ja muita resursseja. Hyödynsimme Tikutus-hankkeen, Harjulan, kirjaston sekä Lahden ammattikorkeakoulun mahdollisuuksia digitoida muisteluainesta ja päivitimme samalla omaa teknologiaosaamistamme.

Muistelutikkutyöskentely antoi meille opiskelijoina mielenkiintoisen kokemuksen lisäksi näkemystä muistelutyöstä, ikääntyneen asiakkaan kohtaamisesta, oman työn kokonaisvaltaisesta suunnittelusta ja siitä vastaamisesta sekä hanketyöskentelystä. Jatkamme muistelutikkutyöskentelyn pohtimista ja aloitamme sen tutkimisen opinnäytetyössämme kesän ja syksyn 2011 aikana terveydenhoitajaopiskelija Marianne Ainasojan kanssa.

LIITE 2

TEEMAHAASTATTELURUNKO

Ikääntyneen oma kokemus muistelutikkutyöskentelystä

- Millainen kokemus tikutustyöskentely oli?
- muistelu
 - o Millaista muistelu oli? Mitä se sinulle antoi? Mikä teki siitä vaikeaa/helppoa?
- hyvinvointi
 - o Mitä työskentely sinulle antoi?
- aineiston kerääminen/kokoaminen
 - o Millaista oli kerätä aineistoa muistoista tikkua varten? Mikä oli aineiston keräämisessä helppoa? Vaikeaa?
- yhteiskuntatason merkitys
 - o Millaisena koit osallistumisen kehittämishankkeeseen? Olla osana pilottiryhmää?

Ikääntyneen suhtautuminen teknologiseen välineeseen

- muistitikku
 - o Millä tavalla tikku välineenä vaikutti työskentelyyn?
 - o Mitä ajatuksia tikku työvälineenä herättää? Henkilökohtaisuus? Käyttö? Aikaisemmat kokemukset muistitikun käytöstä?
- aineiston digitoiminen/tallentaminen
 - o Kuinka osallistuit aineiston digitoimiseen?
 - o Millaisia valmiuksia olisi ollut itse tallentaa aineistoa digitaaliseen muotoon?

Työmenetelmän toimivuus

- valmistelu
 - o Kuinka työskentelyyn valmistauduttiin?
 - o Miksi lähdit mukaan tikutukseen? Mikä mietitytti, mitä odotit?
- toteutus
 - o Kuinka pitkällä aikavälillä työskentely olisi ollut hyvä toteuttaa?
- päättyminen
 - o Kuinka arvioisit työskentelyä?

Muistelutikkutyöskentelyn kehittäminen

- onnistumiset
 - o Mikä työskentelyssä oli hyvää? Parasta?
- vaikeudet
 - o Mikä työskentelyssä oli haastavaa?
- Miten työskentelyä voisi kehittää? Mitä jäit kaipaamaan?
- Herääkö vielä jotain ajatuksia/sanottavaa tikutuksesta?

LIITE 3

SUOSTUMUS HAASTATELTAVAKSI:

Me Lahden ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveystieteiden opiskelijat Marianne Ainasoja, Kia Kolu ja Hanna Yrjölä teemme opinnäytetyömme osana Tikutus-hanketta. Tavoitteena on saada kuva Harjulan pilottiryhmän kokemuksista muistelutikkutyöskentelyssä. Tarkoituksena on saada tietoa toteutetun muistelutikkutyöskentelyn toimivuudesta ja luoda arvioinnin perusteella näkökulmaa työskentelyn kannattavuudesta.

Haastattelemme Teitä pilottiryhmään osallistuneita yksi kerrallaan, Teidän kanssa sovittuna ajankohtana touko-kesäkuun aikana. Haastattelu toteutetaan teemahaastatteluna, eli vapaamuotoisena keskusteluna aiheeseen liittyen. Keskustelu nauhoitetaan, mutta nauhat hävitetään aineiston analysoinnin jälkeen. Lopullisessa opinnäytetyössämme aineistoa käytetään niin, ettei yksittäinen haastateltava ole siitä tunnistettavissa.

Allekirjoittamalla haastateltava antaa suostumuksensa käyttää nauhoitettua haastattelumateriaalia opinnäytetyön tutkimusaineistona.

Lahdessa _____ 2011

Haastateltavan allekirjoitus

Hanna Yrjölä

Marianne Ainasoja

Kia Kolu

Sosiaalialan koulutusohjelma, sosionomi (AMK) –tutkinnon kompetensseja

1. Sosiaalialan eettinen osaaminen

Sosionomi (AMK)

- on sisäistänyt sosiaalialan arvot ja ammattieettiset periaatteet ja sitoutuu toimimaan niiden mukaisesti
- kykenee sosiaalialan ammattien edellyttämään eettiseen reflektioon
- kykenee ottamaan huomioon jokaisen yksilön ainutkertaisuuden ja kykenee toiminaan arvoriitoja sisältävissä tilanteissa
- edistää tasa-arvoa ja suvaitsevaisuutta sekä pyrkii huono-osaisuuden ehkäisemiseen yhteiskunnan, yhteisön ja yksilön näkökulmasta

2. Asiakastyön osaaminen

Sosionomi (AMK)

- tunnistaa oman ihmiskäsityksensä ja arvomaailmansa merkityksen asiakkaiden ja asiakasryhmien kanssa tehtävässä työssä
- osaa luoda asiakkaan osallisuutta tukevan ammatillisen vuorovaikutus- ja yhteistyösuhteen
- ymmärtää asiakkaan tarpeet sekä osaa tukea voimavarojen käyttöönottoa ja vahvistumista yksilön kasvun ja kehityksen eri vaiheissa ja elämäntilanteissa
- osaa soveltaa ja arvioida erilaisia asiakastyön teoreettisia työorientaatioita ja työmenetelmiä
- osaa tukea ja ohjata tavoitteellisesti erilaisia asiakkaita ja asiakasryhmiä heidän arjessaan
- osaa arvioida ja kuvata asiakasprosessin eri vaiheita ja kehittää työtään sen pohjalta

3. Sosiaalialan palvelujärjestelmäosaaminen

Sosionomi (AMK)

- tuntee hyvinvointia ja sosiaalista turvallisuutta tukevat palvelujärjestelmät ja niihin liittyvän juridisen säädöspohjan ja tietojärjestelmät sekä osaa soveltaa niitä
- osaa ennakoida ja jäsentää hyvinvointipalveluiden muutoksia ja pystyy osallistumaan palveluiden tuottamiseen ja kehittämiseen
- osaa arvioida erilaisissa elämäntilanteissa olevien asiakkaiden palvelutarpeita ja hallitsee palveluohjauksen sekä ennalta ehkäisevän työn lähtökohdat ja menetelmiä
- osaa toimia sosiaalisen asiantuntijana moniammatillisissa työryhmissä ja verkostoissa sekä edistää asiakkaan turvaverkoston toimintaa

4. Kriittinen ja osallistava yhteiskuntaosaaminen Sosionomi (AMK)

- osaa analysoida epätasa-arvoa ja huono-osaisuutta tuottavia rakenteita ja prosesseja alueellisella, kansallisella ja kansainvälisellä tasolla
- osaa käyttää erilaisia yhteisösosiaalityön, yhteiskunnallisen vaikuttamisen ja viestinnän keinoja
- osaa tukea kansalaisten osallisuutta ja kykenee osallistumaan vaikuttamistyöhön yhteistyössä asiakkaiden ja muiden toimijoiden kanssa

5. Tutkimuksellinen kehittämisosaaminen Sosionomi (AMK)

- on sisäistänyt reflektiivisen, tutkivan ja kehittävän työotteen
- käyttää käytäntöpainotteista tutkimuksellista osaamista ja hän osaa tuottaa uutta tietoa
- osaa suunnitella, toteuttaa, arvioida ja raportoida sosiaalialan kehittämishakkeita

6. Johtamisosaaminen Sosionomi (AMK)

- tuntee talous- ja henkilöstöhallinnon peruseriaatteet
- osaa toimia työyhteisön lähiesimiehenä
- osaa kehittää sosiaalialan osaamista, työyhteisöjä ja palveluprosesseja
- kykenee päätöksentekoon ennakoimattomissa toimintaympäristöissä
- omaa perusedellytykset toimia alan itsenäisenä yrittäjänä

Sosiaalialan ammattikorkeakouluverkosto. 2010. Sosiaalialan AMK-verkosto.

[viitattu 22.10.2011] Saatavissa: http://www.sosiaaliportti.fi/File/c16110a5-e16c-4834-9532-48847ff5dd52/Sosionomi_AMK_Kompetenssit_15042010.pdf

Terveydenhoitotyön koulutusohjelma, terveydenhoitaja (AMK) – tutkinnon kompetensseja

1. Eettinen toiminta terveydenhoitotyössä

Terveydenhoitaja (AMK)

- toimii terveydenhoitajan ammatin etiikan ja arvot sisäistäneesti ja terveydenhoitotyön
- keskeisten periaatteiden mukaisesti
- omaa valmiudet pohtia ja käsitellä terveyden edistämisen eettisiä kysymyksiä
- tuntee työtään ohjaavan lainsäädännön ja toimii sen mukaisesti
- edistää omassa työssään terveyden tasa-arvon toteutumista ja toimii väestön terveyserojen vähentämiseksi tukien asiakkaidensa itsemääräämisoikeutta ja omatoimisuutta sekä kunnioittaa asiakkaidensa omia arvoja

2. Terveyden edistäminen ja kansanterveystyö

2.1 Terveydenhoitajan toiminnan lähtökohdat

Terveydenhoitaja (AMK)

- tuntee terveydenhoitajan työn kehityksen sekä on vastuullinen terveydenhoitajan työn ja ammatin kehittämisestä
- perustaa työnsä ajankohtaisiin virallisiin kansainvälisiin, kansallisiin, alueellisiin ja paikallisiin terveyden edistämisen strategioihin ja sopimuksiin
- valitsee ja soveltaa työssään keskeisiä kulloinkin voimassa olevia terveyspoliittisia ohjelmia, strategioita ja hoito-ohjelmia tarkoituksenmukaisesti perustaa työnsä laajaan terveyden edistämisen käsitykseen, joka ottaa yksilön lisäksi huomioon perheen, yhteisön ja ympäristön tuntee väestön terveydentilan, siihen vaikuttavat tekijät ja osaa seurata sitä informaatioteknologiaa hyödyntämällä
- hallitsee keskeiset terveyden edistämisen sisältöalueet ihmisen elämäntavan eri vaiheissa (mielenterveys, ravitsemus, seksuaalisuus, terveysliikunta, tupakointi ja päihteet, uni ja lepo)
- toimii etsivän, verkostotyön ja voimavaralähtöisen toimintamallin mukaisesti huomioiden yksilön, perheen, yhteisön ja väestön terveystarpeet
- käyttää työssään näyttöön perustuvia työmenetelmiä terveyden edistämisen vaikuttavuuden lisäämiseksi

2.2 Terveydenhoitotyön ja terveyden edistämisen työmenetelmät

Terveydenhoitaja (AMK)

- käyttää työssään yksilö-, perhe-, yhteisö- ja väestölähtöisen ja kuntouttavan työotteiden menetelmiä
- hallitsee itsenäisen vastaanotto toiminnan eri toimintaympäristöissään sekä kotikäynnin työmuotona
- hallitsee terveystarkastusten ja seulontatutkimusten toteuttamisen, asiakkaiden hoidon tarpeen arvioinnin sekä jatkotoimista huolehtimisen
- osaa tunnistaa yksilöiden, perheiden ja yhteisöjen terveyttä uhkaavat tekijät ja omaa valmiudet puuttua niihin

- kykenee dialogiseen keskusteluun ja asiakaslähtöisten toimintatapojen käyttöön esim. varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen, varhainen puuttuminen ja puheeksiotto, interventiivinen keskustelu
- hallitsee ryhmätyömenetelmiä ja omaa valmiudet vertaisryhmien ohjaamiseen.
- käynnistää ja toteuttaa terveyden edistämisen projekteja ja hankkeita ja arvioi niitä
- käyttää terveysviestinnän ja -markkinoinnin menetelmiä
- hyödyntää informaatio- ja terveysteknologiaa asiakkaiden ohjauksessa sekä aktivoi asiakkaitaan hyödyntämään erilaisia palveluja esim. nettineuvola, puhelin- ja sähköpostineuvonta, internet keskustelukanavat
- käyttää yhteisölähtöisiä terveyden edistämisen menetelmiä mm. yhteisödiagnoosia
- hallitsee avosairaanhoidon vastaanottotoiminnan

2.3 Tartuntatautien ehkäisy, hoito ja rokotustoiminta Terveydenhoitaja (AMK)

- osaa toteuttaa virallisen rokotusohjelman ja toimii asiantuntijana erikikäisten rokotustoiminnassa
- hallitsee kotimaassa esiintyvien tarttuvien tautien ehkäisyn ja hoidon toimien yhteistyössä muiden terveydenhuollon työntekijöiden ja terveysviranomaisten kanssa
- seuraa kansallista ja kansainvälistä tartuntatautilannetta ja osaa toimia ohjeiden mukaisesti.
- tuntee matkailijoiden terveysneuvonnan ja rokotustoiminnan

2.4 Ympäristöterveyden edistäminen Terveydenhoitaja (AMK)

- ymmärtää ympäristöterveyden laajana terveyden ja ympäristön vuorovaikutustapahtumana edistää ympäristön terveyttä toimimalla ympäristövas- tuullisesti kestävästä kehityksestä tukien
- tunnistaa ympäristöperäisiä terveysriskejä ja osallistuu tehtäväkuvansa mukaisesti elinympäristön ja ympäristöohjelmien suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin erilaisissa työryhmissä
- toimii suunnitelmallisesti koti-, työ- ja vapaa-ajan tapaturmien ehkäisy- työssä ja hallitsee näiden ensiavun

3. Yhteiskunnallinen ja monikulttuurinen terveydenhoitotyö Terveydenhoitaja (AMK)

- tunnistaa yhteiskunnassa tapahtuvia muutoksia ja niiden seurauksia sekä tehtäväkuvansa mukaisesti
- pyrkii vaikuttamaan niihin ennaltaehkäisevästi (esim. työttömyys, syrjäytymisen uhka) ja / tai myönteisesti (esim. terveydelliset vaikutukset, tasaarvon toteutuminen)
- tiedottaa tarvittaessa terveyteen ja hyvinvointiin vaikuttavista asioista päätöksentekijöille
- tuntee yhteiskunnan toiminnan, julkisen hallintojärjestelmän ja kunnallisen päätöksentekojärjestelmän siten, että pystyy osallistumaan paikalliseen päätöksentekoon väestön terveyttä edistävästi sekä tunnistamaan päätöksenteon terveysvaikutuksia.

- osaa toimia muuttuvassa yhteiskunnassa ja erilaisissa kulttuuriympäristöissä (mm. etniset ryhmät, nuorisokulttuurit, maahanmuuttajat) käyttäen alue- ja väestölähtöisiä työmuotoja.
- omaa valmiudet monikulttuuriseen terveydenhoitotyöhön ja on perehtynyt kansainvälisesti terveydenhoitajien tehtäväalueeseen
- omaa perusvalmiudet oman alan yrittäjyydestä

4. Tutkimus- ja kehittämistyö sekä johtaminen terveydenhoitotyössä Terveydenhoitaja (AMK)

- hallitsee projekti-, tutkimus- ja kehittämistyön perusvalmiudet terveydenhoitotyössä suunnittelee, organisoii ja kehittää tutkimus- ja muuhun näyttöön perustuvaa terveydenhoitotyötä
- käyttää terveydenhoitotyötä koskevassa päätöksenteossa tutkimustietoa, muuta parasta, saatavilla olevaa ajantasaista tietoa sekä hyödyntää konsultointia
- soveltaa laadunhallinnan menetelmiä terveydenhoitotyössä sekä vastaa omalta osaltaan terveydenhoitotyön laadusta ja sen kehittämisestä
- seuraa aktiivisesti ja perustelee oman työnsä tuloksellisuutta ja vaikuttavuutta sekä tiedostaa taloudellisen vastuunsa toiminnassaan
- toimii terveydenhoitotyön asiantuntijana moniammatillisissa työryhmissä ja tiimeissä ja pystyy johtamaan ja koordinoimaan niiden toimintaa
- osaa tehdä verkostoyhteistyötä eri toimijoiden kanssa ylläpitää ja kehittää omalta osaltaan työyhteisön toimivuutta
- kehittää ammattitaitoaan sekä ylläpitää työ- ja toimintakykyään tuntee työnohjauksen merkityksen oman ammatillisen kasvunsa tukemisessa ja työyhteisön toiminnan kehittämisessä

5. Ikääntyneiden / vanhusten ja heidän perheidensä terveydenhoitotyö

Terveydenhoitaja (AMK)

- edistää hyvää, arvokasta ja turvallista ikääntymistä
- arvioi itsenäisesti ikääntymisen vaikutuksia ja merkityksiä ihmisen terveydentilaan ja toimintakykyyn
- tuntee ikääntyneen / vanhuksen terveystarpeet ja terveysneuvonnalliset erityispiirteet käyttää erilaisia toimintamuotoja ja työmenetelmiä asiakkaan ja hänen läheistensä, yhteisön ja ympäristön vaatimusten ja haasteiden mukaan esim. neuvola- ja terveystarkastustoiminta, ennakoi kotikäynnit, terveyttä ja toimintakykyä sekä kuntoutusta tukeva toiminta
- hallitsee moniammatillisen yhteistyön ikääntyneen / vanhuksen tarvitseman sairaan- ja terveydenhoitotyön toteuttamiseksi vastuualueellaan
- hyödyntää terveysteknologian käyttömahdollisuuksia ikääntyneen / vanhuksen terveydenhoitotyössä

Terveydenhoitajan ammatillisen osaamisen tunnistaminen. 2008. Suomen terveydenhoitajaliitto STHL ry. [viitattu 22.10.2011] Saatavissa:

http://www.terveydenhoitajaliitto.fi/easydata/customers/sthl/files/liitteet/TH_am_os_tunnistami_6_10.pdf