
Karvaiset kaverit muistelun innoittajina

Kaverikoiratoiminnan hyödyntäminen muistiryhmä Viljonkodin toimintatuokioissa



Ammattikorkeakoulun opinnäytetyö

Ohjaustoiminnan koulutusohjelma

Lahdensivu, syksy 2013

Justiina Nisumaa



Hämeenlinna
Ohjaustoiminnan koulutusohjelma
Pedagoginen

Tekijä Justiina Nisumaa **Vuosi** 2013
Työn nimi Karvaiset kaverit muistelun innoittajina

TIIVISTELMÄ

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimi Vihdin Nummelassa sijaitseva vanhustenpalvelutalo Kaarikeskus. Opinnäytetyössä yhteistyökumppaneina toimi myös Vihdin kaverikoiraryhmä. Työssä tarkasteltiin, miten koirien vierailua voisi hyödyntää mukana toimintatuokioissa, vaikka koirat ovat jo lopettaneet vierailunsa. Viljonkodissa toteutettiin kahtena päivänä pidettävät koirateemaan liittyvät ohjaustuokiot, jotka perustuivat muisteluun. Kaverikoirien vierailu toimi asukkaiden innoittajana, jonka jälkeen he kertoivat omia tarinoita ja kokemuksiaan koirista. He pääsivät myös työstämään koira-aiheiset kuvat Viljonkodin seinälle koottavaan näyttelyyn, johon myös liitettiin heidän toimintatuokiossa tuottamat koiramuistot.

Näkökulmana työssä on käytetty sosiaalipedagogiikkaa ja siinä on pyritty lähestymään asiakasryhmää monipuolisen hyvinvoinnin pohjalta. Virike-toiminta, johon opinnäytetyö perustuu, on yksi tapa ylläpitää vanhusten hyvinvointia ja tukea yhteisöllisyyttä unohtamatta yksilöllisyyttä. Sosiaalipedagogiikka pyrkii myös saamaan ihmiset osaksi yhteiskuntaa sekä kokeemaan itsensä tärkeäksi ja merkittäväksi, mikä on työn yksi tavoite.

Lähteinä on käytetty kaverikoiriin liittyviä kurssimateriaaleja, Internet-sivustoja sekä luovaan muisteluun liittyvää kirjallisuutta. Työssä on myös tutustuttu muistisairauksiin ja siihen miten ne vaikuttavat ikäihmisen toimintaan.

Opinnäytetyön keskeisiä tuloksia olivat, että kaverikoirien vierailu Viljonkodissa oli tärkeä tapahtuma asukkaille ja se näkyi heidän positiivisina kokemuksina ja reaktioina koirien vierailun aikana ja sen jälkeen. Asukkaat pääsivät näyttämään kykynsä myös kuvallisen ilmaisun parissa ja pääsivät iloitsemaan töistään kootusta näyttelystä.

Avainsanat kaverikoirat, muistisairaat, virkistystoiminta, eläinavusteisuus, toiminnallisuus

Sivut 37 s, + liitteet 1 s.

Hämeenlinna
Degree Programme in Crafts and Recreation

Author	Justiina Nisumaa	Year 2013
Subject of Bachelor's thesis	Visiting-dogs inspire and helping get memories	

ABSTRACT

This Bachelors Thesis was commissioned by the nursing home Kaarikoti in Vihti, Nummela. The thesis was executed in cooperation with the visiting-dog association in Vihti. The study was performed in Viljonkoti, a special unit in Kaarikoti for residents with memorial diseases. The objective of this thesis was to find out how visiting-dogs can inspire residents in the nursing home by visiting them and also to see, what kind of an influence the visitations have in the elderly afterwards.

Along with the visitations of the visiting-dogs, special activity sessions were planned for the elderly in order for them to be able to express themselves through graphic art and storytelling. These activity sessions were arranged following the dogs inspirational visitations. The elderly were able to share their own experiences about dogs and produce artwork that was related with the dog theme. An exhibition was made out of the pictures and stories and displayed in Kaarikoti.

The theoretical basis of this study lays on the social pedagogic theory, which emphasis is the community as well as its individuals. The results of this thesis are based on the observations of the dogs visitations and on the interviews of the elderly. Material was also gathered from the exhibition made by the residents of Viljonkoti.

The central outcome of this study was that dogs visitation in Viljankoti was a significant event for the elderly. The residents of Viljonkoti had positive reactions towards the dogs visitations not only during but also after the visits. During the activity sessions the residents were able to showcase their skills in graphic art and express their feelings and emotions. The exhibition produced by the elderly themselves provides a great way for them to influence their own environment and also to bring out their voice. A monthly changing exhibition could be a functional element for memory activation and for communal decorating.

Keywords visiting-dogs, memorizing, elderly person, activity session

Pages 37 p + appendices 1 p.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	1
2	NÄKÖKULMIA OPPIMISEEN, OPPIMISKÄSITYKSIIN JA MUISTIIN	2
2.1	Oppimiskäsitykset	2
2.2	Yksilön ja yhteisön merkitys oppimisessa	3
2.3	Muisti ja oppiminen	4
3	KAARIKESKUS.....	5
4	MUISTISAIRAUDET.....	6
4.1	Alzheimerin tauti.....	6
4.2	Verenkiertohäiriöt	7
4.3	Lewyn kappale -tauti ja Parkinsonin tauti.....	7
5	MUISTISAIRAAN KOHTAAMINEN.....	8
6	KAVERIKOIRATOIMINTA SUOMESSA	9
7	VIRKISTYSTOIMINTA	12
8	KOIRAT MUISTELUN AKTIVOIJINA.....	13
9	OPINNÄYTETYÖN AINEISTONHANKINTA.....	15
10	OHJAUKSIEN TOTEUTTAMINEN	17
10.1	Toimintasuunnitelma.....	17
10.2	Työn kulku	17
10.2.1	Kaverikoirien vierailun ja tarinatuokion eteneminen	18
10.2.2	Kuvituksen eteneminen	19
10.3	Kaverikoirien mukana.....	19
11	AINEISTON ANALYSOINTI.....	20
11.1	Viriketoiminnan ohjaaminen Viljonkodissa.....	21
11.2	Narratiivisuus	22
11.3	Kaverikoirien käynti omien havaintojen valossa	23
11.4	Ulkopuoliset havainnoitsijat.....	24
11.5	Tarinatuokio vierailun jälkeen	25
11.6	Koira-aiheisten kuvien työstäminen.....	28
12	TULOKSET	31
12.1	Tulokset.....	32
12.2	Palaute	33
12.3	Pohdinta ja loppupäätelmät	34
	LÄHTEET	36
Liite 1	Ulkopuolisen havainnoijan lomake	

1 JOHDANTO

Luonnonmukaisuus on ottanut yhä enemmän jalansijaa ympärillämme ja sen mukana ekopsykologinen ajattelu. Luonnon vaikutus ihmiseen on koettu voimaannuttavaksi ja sitä pidetään arvokkaana nykyihmisen hyvinvoinnille. Myös lemmikkieläinten vaikutus ihmiseen on huomattu olevan positiivinen (Koirat kasvatusta ja kuntoutustyössä ry, luettu 3.4.2013). Tästä syystä halusin ottaa aiheeksi opinnäytetyöhöni ihmisen parhaan ystävän, koiran ja lähteä tarkastelemaan miten paljon koiralla voi olla vaikutusta ihmiseen. Kiinnostuin kaverikoiratoiminnasta ja lähdin selvittämään miten se toimii Vihdissä. Kaverikoirien toiminnasta innostuneena halusin tutkia tätä vapaaehtoistyötä ja hyödyntää sitä osana muistisairaiden toiminnallista tuokiota. Keskustelussa kaverikoiraryhmän vetäjän ja Viljonkodin henkilökunnan kanssa kävi ilmi, että molemmat osapuolet olisivat kiinnostuneita kokeilemaan kaverikoiravierailua ryhmässä.

Toiminnallinen opinnäytetyöni tarkastelee kaverikoirien toimintaa ikäihmisten parissa. Kaverikoirien vierailua hyödynnetään toiminnallisissa tuokioissa ja prosessi jatkuu myös koirien vierailun jälkeen. Käytän Viljonkodin asukkaiden kanssa toiminnallisia muistelumenetelmiä. Näin kaverikoirien toiminnan vaikutus pitenee vierailukohteessa. Tiedustelin Kaarikeskuksen ja Vihdin kaverikoirien kiinnostusta toimia kanssani yhteistyössä ja molemmat olivat kiinnostuneita ajatuksesta.

Suunnittelin opinnäytetyöni sisällön Kaarikeskuksen muistiryhmä Viljonkodille sopivaksi ja yhdistin kaverikoirat osaksi toimintaa. Tavoitteenani oli myös edesauttaa kaverikoirien vierailujen käynnistymistä Viljonkodissa toiminnan kautta. Osa asukkaista pystyi muistamaan kaverikoirien vierailun vielä seuraavanakin päivänä.

Tutkimuskysymykseni ovat: miten kaverikoirien vierailua ja vierailun aikana heränneitä tunteita ja muistoja voi hyödyntää asukkaiden virkistystoiminnassa, miten asukkaat kokivat vierailun sekä miten kaverikoirien ja Viljonkodin yhteistyö voisi jatkua.

Opinnäytetyöni tekemisen alussa olin yhteyksissä Vihdin kaverikoiraryhmään ja Nummelassa sijaitsevaan Viljonkotiin. Kaverikoirat eivät olleet vierailleet aiemmin Viljonkodin muistiryhmässä ja tavoitteenani oli luoda heidän välilleen yhteys. Tavoitteena on hyödyntää kaverikoirien vierailua itse vierailun jälkeen suunnittelemalla ja toteuttamalla koirateemaan kytkeytyvää toimintaa Viljonkodissa. Asukkaiden muisteluista kootaan konkreettinen näyttely Viljonkodin asukkaiden, henkilökunnan sekä omaisten nähtäväksi.

2 NÄKÖKULMIA OPPIMISEEN, OPPIMISKÄSITYKSIIN JA MUISTIIN

Tässä kappaleessa pohdin opinnäytetyötäni oppimiskäsitysten kautta, ja kerron miten ne näkyvät ohjaustuokioissani. Käyn myös läpi sosiaalipedagogiikan teoriaa ja liitän sen arvomaailman osaksi ohjauksieni tavoitteita. Ikäihmisten oppiminen ja muistaminen ovat olennainen osa työni teoriaa, sillä työskentelen muistisairaiden kanssa. Tästä syystä olen luvussa 2.3 tustunut myös ikäihmisten kongitiiviseen psykologiaan.

2.1 Oppimiskäsitykset

Olen opiskellut ohjaustoimintaa pääaineenani pedagoginen ja tästä syystä opinnäytetyössäni on pedagoginen näkökulma ohjattuun toimintaan. Opinnäytetyöni edustaa monia eri oppimiskäsityksiä ja se on niiden yhteinen tuotos.

Oppimiskäsitys on oppimiseen liittyvien asioiden kuten tiedonkeruun, oppimisen, ja arvioinnin summa. Se kertoo, millaisia asioita oppimisessa painotetaan, jotta uutta opitaan. Omassa työssäni keskeisimpiä oppimiskäsityksiä ovat konstruktivistinen oppimiskäsitys sekä humanistinen ja kokemuksellinen oppiminen.

Konstruktivistisessa oppimiskäsityksessä keskeistä on, ettei tieto siirry, vaan oppija rakentaa ja etsii itse tietoa. Oppijan omat havainnot ja tulkinnat vaikuttavat paljon siihen, miten hän tietoa prosessoi. Oppiminen liittyy vahvasti toimintaan ja toiminta liittyy oppimiseen. Oppimiseen liitetään myös yhteisöllisyys ja sosiaalinen kanssakäyminen. Opinnäytetyössäni näkyy sosiaalisuus sekä yhteisöllisyys, sillä kaikki toiminta tehdään yhdessä muiden kanssa. Kaikilla asukkailla on myös omat havainnot ja tulkinnat uuden oppimisen taustalla, joista he lähtevät liikkeelle. Esimerkiksi koirien tapaamisessa osa saattaa havainnoida koiria eri tavalla ja pelätä koiria, kun taas toiset saattavat havainnoida koiria toisin ja uskaltautua pelostaan huolimatta niiden lähelle. Ohjaustuokioissani ei ole myöskään oikeaa tai väärää vastausta, mikä on hyvä esimerkki asukkaiden omasta tiedon prosessoinnista. (Patrikainen 1997, 78–83.)

Humanistisessa oppimiskäsityksessä keskeistä ovat oppijan aiemmat kokemukset uuden oppimisen pohjalla. Tavoitteena on myös minän kasvu ja itsensä toteuttaminen. Henkilö pohtii ja kyseenalaistaa itseään ja kykyjään tavoitteenaan uuden oppimisen taso. Henkilö on siis reflektiivinen oppija. Hänellä on myös vastuu oppimisesta, vapaa tahto sekä motivaatio. Humanistisuus näkyy erityisesti tarinallisessa osassa, jossa asukkaat kertovat omia kokemuksiaan koirista. Tarinoiden kautta he kasvattavat itseään ja pohtivat omaa minuuttaan sekä oppivat muiden tarinoiden kautta. He käyttävät aiempia kokemuksiaan uudessa tilanteessa ja luovat siitä jotakin uutta huolimatta siitä, että heillä on muistisairaus (Patrikainen 1997, 78–83.)

Kokemuksellinen oppiminen aktivoi oppijan aisteja monipuolisesti. Toiminnallisuus, mielikuvat, tunteet ja aistit ovat kokemuksellisen oppimisen keskiössä. Kokemuksellinen oppiminen tukee oppijan persoonallisuutta ja sosiaalisuutta. Oppiminen on kokemusten muuttumista ja laajentumista, ja oppija rakentaa omaa tietämystään ja syventää oppimaansa. Kokemuksellinen oppiminen on suuressa osassa opinnäytetyössäni, sillä siihen liittyy vahvasti moniaistisuus. Koirien vierailu mahdollistaa näkö, kuulo ja tuntoaistien käytön, jotka yhdessä luovat asukkaille emotionaalisen, eli tunnepitoisen kokemuksen. Myös valokuvien katselu, musiikin kuuntelu, tarinoiden kertominen sekä kuvien työstäminen aktivoivat aisteja ja antavat kokemuksia erilaisista toiminnoista. Koirien vierailu sekä ohjaustuokioiden houkuttelevat myös mukaan yhteiseen toimintaan joka tukee sosiaalisuutta. (Jyväskylän ammattikorkeakoulu 2013.)

2.2 Yksilön ja yhteisön merkitys oppimisessa

Yhteisö on tärkeä käsite sosiaalipedagogiikassa, sillä sen tarkoituksena on kasvattaa yhteisössä yhteisöä varten unohtamatta yksilön ainutlaatuisuutta ja persoonaa. Sosiaalipedagogiikka korostaa myös yhteisöjen elämänlaadun parantamista ja muuttamista sekä solidaarista toimintaa ja ihmisten auttamista. (Hämäläinen & Kurki 1997, 37.)

Sosiaalipedagogiikka pyrkii pohtimaan, mitä on hyvä elämä ja myös sitä, mitä on hyvä vanhuus. Se tarkastelee ihmisen koko elinkaarta lapsuudesta vanhuuteen. Ikääntyvät joutuvat usein laitoksiin ja hoitokoteihin, kun heidän toimintakykynsä heikkenee. Tällöin he ovat muiden ihmisten avun varassa ja toisinaan resurssit auttaa ja hoitaa ovat pienet. Tästä syystä sosiaalipedagogiikan tavoitteena on ihmisen arvokkuuden säilyttäminen ympäristöstä huolimatta. Ikääntyneille pyritään tarjoamaan hyvää hoitoa ja kohtelua riippumatta siitä, asuvatko he laitoksissa vai kotonaan. Sosiaalisen pedagogiikan lähtökohtiin kuuluu muistaa, että ihminen on oma persoonansa ja ainutlaatuinen yksilö yhteisössään.

Sosiaalipedagogiikka ikäihmisten näkökulmasta pyrkii parantamaan vanhusten elämänlaatua, muuttamaan ikääntymiseen liittyviä stereotyyppioita ja oletuksia sekä kouluttamaan vanhustyön ammattilaisia. Siinä huomioidaan erityisesti vanhusten motivaatioon liittyvät ongelmat sekä pyritään tukemaan elinikäistä oppimista ottaen huomioon vanhusten erityistarpeet. Ikäihmisten kanssa töitä tekeviä koulutetaan konkreettisesti työkentälle ehkäisevään tai korjaavaan työhön. (Kurki 2008, 53–56.)

Sosiaalipedagogiikka on teorian ja käytännön muodostama kokonaisuus. Kun ihmiskäsitys alkoi muuttua Suomessa ihmisläheisemmäksi ja kohdistui aiempaa enemmän ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin, alettiin ymmärtää että yksilö voi nousta esille yhteisöstä. Tällöin sosiaalipedagogiikkaa ja sen oppeja alettiin tutkia tarkemmin. Sosiaalipedagogiikan myötä yhteiskunnassa alettiin kiinnittää enemmän huomiota ennakoivaan ja ehkäisevään työhön ja sen tärkeys korostui. (Hämäläinen & Kurki 1997, 11–12.)

2.3 Muisti ja oppiminen

Kognitiivinen psykologia tutkii ihmisen ajatteluun, muistiin ja havainnointiin liittyviä toimintoja. Kognitiivisuus ja sosiaalisuus yhdessä keskittyvät sosiaaliseen kognitioon, joka tutkii miten ihmisen kognitiiviset prosessit vaikuttavat sosiaaliseen käyttäytymiseen. Myös sosiaalinen elämä muokkaa puolestaan kognitiivista toimintaa. Seuraavissa kappaleissa on muutamia tiedonjäsentelyn keskeisiä käsitteitä, joiden kautta tarkastelen opinnäytetyössäni ilmenneitä tuloksia.

Skeemalla tarkoitetaan kaavaa tai järjestystä jonka ihminen on aikaisempien tietojen perusteella jäsentänyt. Skeemat ohjaavat havaitsemista ja jokainen ihminen täydentää havainnointiaan omien skeemojensa mukaisesti. Skeemat saattavat olla henkilön asettamia stereotyyppioita kokemustensa pohjalta. (Paavilainen, Kalakoski, Laarni, Anttila, Kreivi, Oksala & Stenius 2006, 14.)

Tapahtumasarjaa, joka kulkee tietyllä tavalla alusta loppuun, kutsutaan skriptiksi. Skriptit saattavat olla hyvin rituaalinomaisia ja toimivat käsikirjoituksen tavoin erilaisissa tilanteissa. (TYT avoin yliopisto, sosiaalipsykologian peruskurssi, 8.8.2013) Kaverikoirien vierailulle on suunniteltu tarkka skripti, jota lähdän muuttamaan opinnäytetyössäni uudelleen. Täydennän skriptiä eli tapahtuman käsikirjoitusta kuljettamalla koirateemaa myös vierailun jälkeen olevissa tuokioissa, sillä haluan nähdä kaverikoirien vaikutuksen muistelutuokioissa.

Mallikappale jollekin asialle on prototyyppi. Prototyypin kautta miellämme keskeisen asian tyypillisimmän edustajan, emme kumpaakaan ääripäätä. Prototyyppi on kuin hahmotelma ja yleistys jostakin tietystä asiasta tai esineestä. (Paavilainen ym. 2006, 67.)

Muistisairaat eivät kykene luomaan uusia muistoja tai pitämään niitä kauaa muistissaan. Vanhat muistot kuitenkin tulevat heillä yleensä mieleen kirkkaina, eikä muistelun avuksi tarvita välttämättä kuin pieni virike. Vanhojen muistojen pysyvyyttä on tutkittu, ja on päädytty siihen, että niiden muistiin palauttaminen on helpompaa kuin uusien asioiden. Tämä johtuu siitä, että vanhoja muistijälkiä on mieleen palautettu useita kertoja elämän aikana, joten niistä on muodostunut vahvempia ja helpommin muistettavia. (Juntunen 2008, 57–58.)

Muistisairaiden ikäihmisten kognitiiviset taidot saattavat olla todella heikot, joten sosiaalinen kanssakäyminen heidän kanssaan on haastavampaa kuin muiden. Muistin, havainnoinnin sekä puhumisen hallitsemisen heikentyminen vaikuttavat sosiaaliseen ympäristöön. Ympäristön tuki ja uudet tavat kommunikoida helpottavat kuitenkin sosiaalisissa tilanteissa ja kannustavat hakeutumaan yhteisöön.

3 KAARIKESKUS

Kaarikeskus on Vihdin Nummelassa sijaitseva vanhusten ja vammaisten tuki- ja palvelukeskus. Kaarikeskusta ylläpitää Kaarikeskussäätiö, joka on yksityishenkilöiden perustama. Säätiö on perustettu 1986. Sen tavoitteena on edistää eläkeläisten asumisolojen parantamista sekä heidän omatoimisuuden ja vireyden säilyttämistä. Kaarikeskus tukee myös ikäihmisten mahdollisuuksia asua omassa kodissaan mahdollisimman pitkään. Kaarikeskus tarjoaa asiakkailleen palveluasumista sekä virkistystoimintaa. (Kaarikeskus 2013.)

Säätiöllä on vuokra-asuntoja 46 ja ne on tarkoitettu palveluasumiseen. Viljonkodissa sijaitsee 17 asumispaikkaa muistisairaille, ja samassa rakennuksessa sijaitsevassa Vesankodissa on myös 17 asumispaikkaa. Kaksi Vesankodin paikoista on intervallihoitopaikkoja. (Kaarikeskus 2013.)

Kaarikeskus tarjoaa myös kotipalvelua talon ulkopuolella asuville vammaisille ja vanhuksille. Palvelusta laaditaan aina hoito- ja palvelusopimus. Asukkailla on käytössään turvajärjestelmä, jonka avulla he voivat kutsua tarvittaessa paikalle ympärivuorokautisesti paikalla olevaa hoitohenkilökuntaa. (Kaarikeskus 2013.)

Kaarikeskuksessa toimitaan kuntouttavan työtavan mukaisesti ja jokaisella asukkaalla on oma vastuuhoitaja. Hoitotyönsuunnitelma laaditaan yksilöllisesti yhteistyössä asukkaan ja omaisen kanssa. (Kaarikeskus 2013.)

Kaarikeskus järjestää asukkailleen kuukausittain erilaista virkistystoimintaa. Esimerkiksi paikalliset koulut tekevät yhteistyötä Kaarikeskuksen kanssa ja oppilaat käyvät esittämässä siellä musiikki- tai laulesityksiä. Asukkaat juhlistavat yhdessä henkilökunnan kanssa Kaarikeskuksessa erilaisia juhlia ja järjestävät usein teemanmukaista toimintaa. Pihapiirissä sijaitsevassa Kirsikkapuistossa on vanhuksille suunniteltu lähiliikuntapaikka, josta löytyy 160 metrin kävelyreitti, levähdyspaikkoja penkkeineen sekä ulkoliikuntalaitteita. (Kaarikeskus 2013.)

Kaarikeskuksen kanssa yhteistyössä toimii myös ulkoiluapua tarjoava Suomen Punainen Risti, Kaariklubia ylläpitävä Vihdin Vanhusten Tuki ry, hartaustilaisuuksia järjestävä Vihdin seurakunta, Sydänkahviota ylläpitävä Sydänyhdistys, Vihdin alueen kaverikoira-toimintaa tukeva Suomen Kennelliitto sekä Ikäihmisten yliopisto ja Hiiden Opisto, jotka kokoontuvat toisinaan Kaarikeskuksen tiloissa. (Kaarikeskus 2013.)

Opinnäytetyöni toteutan Kaarikeskukseen kuuluvassa Viljonkodin muistiryhmässä. Viljonkodissa asuu 17 muistisairasta ikäihmistä. Viljonkodissa ei ole aikaisemmin vierailut kaverikoiria. Viljonkodissa on hyvät tilat kaverikoirien vierailua varten, sillä koirat saavat tulla Viljonkotiin sisälle asti. Asukkaiden olohuoneessa on paljon tilaa ja sinne mahtuvat kaikki hakukkaat asukkaat koiria tervehtimään. (Kaarikeskus 2013.)

4 MUISTISAIRAUDET

Ikääntymisen myötä myös muisti heikentyy. Normaalina on, että ikääntyvät henkilöt eivät kykene painamaan mieleen asioita yhtä nopeasti kuin aiemmin ja muistettavan asian mieleen palauttaminen saattaa olla haasteellista. Useaan asiaan keskittyminen yhtä aikaa hankaloituu sekä väsymys ja kiire vaikuttavat muistamiseen negatiivisesti. Nämä muistinmuutokset kuuluvat normaaliin ikääntymiseen ja yleensä tällaiset henkilöt osaavat itse tarkkailla muistiaan ja huomaavat sen muutokset. (Erkinjuntti, Alhainen, Rinne & Huovinen 2006, 23–24.)

Ikääntymisen aiheuttamat muistimuutokset eroavat kuitenkin muistisairauksista, sillä muistisairas ei huomaa itse omaa muistamattomuuttaan eikä hän kykene pitämään mielessään uusia opittuja asioita, vaikka asiaa olisikin kerrattu useaan otteeseen. Muistisairauksien etenemistä ja niiden oireita hoidetaan lääkkeiden avulla. (Erkinjuntti ym. 2006, 23–24.)

Dementia ei ole sairaus, vaan oire jostakin aivoja vaurioittavasta sairaudesta. Dementia luokitellaan kolmeen luokkaan lieväksi, keskivaikeaksi tai vaikeaksi. Muistisairaus tuo mukanaan oppimisen vaikeutta, kognitiivisten toimintojen heikentymistä, mieleen palauttamisen vaikeutta sekä suorituskyvyn huonontumista. (Erkinjuntti & Huovinen 2008, 54.)

4.1 Alzheimerin tauti

Alzheimerin tauti on etenevä muistisairaus, joka huomataan usein vasta silloin, kun se on jo alkanut vaikuttaa aivoja rappeuttavasti. Muistisairaus voi johtaa siihen, ettei henkilö kykene enää itsenäiseen elämään, vaan hänet täytyy siirtää laitoshiitoon. (Erkinjuntti & Huovinen 2008, 66–68.)

Taudin eteneminen voidaan jakaa kolmeen vaiheeseen, ja jokaisessa vaiheessa potilaan käytöksessä voidaan huomata muutoksia. Alzheimerin tarkkaa syytä ei tiedetä, mutta se aiheuttaa aivoissa hippokampuksen surkastumista, sekä hermosolujen rakenteellisia muutoksia. Alzheimerin tautia ei pystytä parantamaan, mutta sen etenemistä pyritään hidastamaan lääkkeiden avulla. (Erkinjuntti & Huovinen 2008, 66–68.)

Alkuvaihe kestää noin kolmesta seitsemään vuotta, jolloin lähimuisti heikkenee, muistivaikeudet alkavat, henkilön aktiivisuus vähenee ja saattaa ilmetä masennusta. Hahmottamiskyky heikkenee ja uusissa paikoissa saatetaan eksyä. Mielialanmuutokset näkyvät ahdistuneisuutena ja ärtymyksenä. Potilas pyrkii peittämään muistiongelmiaan kehittelemällä muististrategioita ja varmistamalla tuttaviltaan vastauksia kysymyksiin. Myös epävarmuutta aiheuttavia tilanteita pyritään välttämään ja sosiaalinen elämä vähenee. Ensimmäisessä vaiheessa potilas pystyy vielä asumaan itsenäisesti omassa kodissaan. (Erkinjuntti & Huovinen 2008, 66–68.)

Keskivaihe kestää noin kahdesta neljään vuotta ja tällöin henkilön on jo vaikea peitellä omia muistiongelmiaan. Hän ei useinkaan tunne itseään sairaaksi, vaan elää omassa maailmassaan. Muistiongelmat lisääntyvät ja ongelmia saattaa tulla arkipäivän askareissa, kuten ruoanlaitossa ja pukeutumisessa. Sanat saattavat olla hukassa ja eksymistä tapahtuu jo tutuissakin ympäristöissä. Harhat, uniongelmat ja sekavuustilat ovat tavallisia Alzheimerin keskivaiheessa. Henkilön persoonallisuus ja sosiaaliset kyvyt kuitenkin ovat ennallaan ja hän on ruumiillisesti hyväkuntoinen. (Erkinjuntti & Huovinen 2008, 66–68.)

Alzheimerin loppuvaihe kestää noin yhdestä viiteen vuotta ja tällöin henkilö on myös fyysisesti huonossa kunnossa. Häntä autetaan lähes kaikissa päivittäisissä askareissa, liikkumisesta syömiseen. Puheen tuottaminen ja ymmärtäminen on työlästä, pidätyskyky heikentynyt ja henkilö saattaa saada pakkoliikkeitä tai epileptisiä kohtauksia. Usein henkilö ei tunnista loppuvaiheessa enää läheisiään tai puolisoaan. (Erkinjuntti & Huovinen 2008, 66–68.)

4.2 Verenkiertohäiriöt

Verenkiertohäiriöt aivoissa aiheuttavat hapenpuutetta, josta seuraa vaurioita aivoissa. Oireet riippuvat paljon siitä, missä kohtaa aivoja verenkiertohäiriö on tapahtunut. Sairaus etenee portaittain, jolloin henkilön tila saattaa kohentua tai heikentyä välillä. (Erkinjuntti & Huovinen 2008, 72–73.)

Henkilö selviää pitkään muistivihjeiden avulla, mutta henkilön oman toiminnan suunnittelussa on havaittavissa ongelmia. Kokonaisuuksien jäsentely, käsitteellinen ajattelu ja järjestelmällisyys hankaloituvat. Kävelyn vaikeutuminen, raajojen kömpelyys ja liikkeiden hidastuminen ovat yleisiä oireita. Henkilössä tapahtuu myös mieliala- ja persoonallisuusmuutoksia. (Erkinjuntti & Huovinen 2008, 72–73.)

4.3 Lewyn kappale -tauti ja Parkinsonin tauti

Lewyn kappale -tauti on kolmanneksi yleisin dementiaa aiheuttavista sairauksista ja sitä sairastaa noin 10–15 prosenttia kaikista muistisairaista. Taudin kesto on noin 2–20 vuotta eikä taudin puhkeamisen syytä tarkalleen tiedetä. Oppimiskyky ja lähimuisti saattavat toimia hyvin, mutta väsyneenä henkilö alkaa unohtella eikä pysty enää loogiseen ajatteluun. Henkilön puhe vaikeutuu ja sanat katoavat, aistiharhat, tajuttomuuskohtaukset, kaatuilut ja äkkipikaisuus ovat tyypillistä Lewyn kappale -taudin oireita. (Erkinjuntti & Huovinen 2008, 90–92.)

Myös Parkinsonin tauti aiheuttaa kemiallisia muutoksia keskushermostossa. Oireita ovat henkilön vapina, liikkeiden hidastuminen ja lihasten jäykistyminen. Toiminnanohjaus ja tarkkaavaisuus heikentyvät, vireystila vaihtelee, muisti huononee sekä käytösoireita ilmenee. Tiedonkäsittelyyn liittyvät ongelmat ilmenevät melko myöhäisessä vaiheessa sairautta. Vaikka kaikki muistisairaudet ovat yksilöllisiä, on Parkinsonin tauti erityisen

yksilöllinen eikä kaikilla ei ole kaikkia edellä mainittuja oireita. (Erkinjuntti & Huovinen 2008, 96–97.)

5 MUISTISAIRAAN KOHTAAMINEN

Hohental-Antin (2013, 27–28) korostaa, että muistisairaahan kohtaamisessa täytyy muistaa myös sanattoman viestinnän merkitys. Monet muistisairaant eivät kykene kommunikoimaan puheella ja tämän takia eleet, ilmeet, äänenpaino ja sen nopeus kertovat, miten toinen heihin suhtautuu. Vuorovaikutukseen on hyvä käyttää esimerkiksi toiminnallisia keinoja, jolloin muistisairaahan maailma avautuu paremmin myös hoitajille ja ohjaajille. Kohtaamisen on hyvä olla rehellinen ja aito, sosiopedagogiikassa tuttua ohjetta soveltaen ajattele miltä toisesta tilanne tuntuisi ja toimi sen pohjalta.

Hohental-Antin (2013, 28–29) luettelee tekstissään muutamia neuvoja, jotka helpottavat muistisairaahan kohtaamisessa. Läsnä oleminen ja kuunteleminen ovat ensiarvoisen tärkeitä, sillä ne ovat luottamuksen perusta. Muisteleminen muistisairaahan kanssa on hedelmällisempää, kun he saavat aitoa kiinnostusta osakseen. Myös uteliaisuus antaa muistelijalle intoa kertoa lisää ja hän uskoo että olet kiinnostunut hänestä. Hienotunteisuus ja kunnioitus kuuluvat myös hyvään vuorovaikutukseen. Muistelijan tunteita ei pitäisi kyseenalaistaa ja hänen näkökulmilleen täytyy myös antaa tilaa. Spontaanisuus ja joustavuus ovat hyvästä, sillä joskus tilanteet lähtevät hien eri raiteille kuin on suunniteltu. Tilanteissa mennään kuitenkin muistisairaiden tarpeiden mukaan. Huumoria ja mielikuvitusta ei pidä unohtaa, sillä luovat muistelutavat tuovat muisteluun muutakin kuin sanallista keskustelua.

Muistisairaiden kanssa työskenneltäessä Hohental-Antin (2013, 102) painottaa kuuntelemisen merkitystä. Liian usein paikkaamme muistisairaahan sanoja tai lauseita emmekä malta kuunnella hänen asiaansa loppuun. Kärjisyys on tärkeää, sillä muutoin saatamme puhua muistisairaahan puolesta ja ohittaa hänen viestinsä. Seurauksena tästä muistisairas saattaa lanvistua ja kokea osaamattomuuden ja avuttomuuden tunteita siirtäen kommunikaation kokonaan muille. Jotta kuoreen vetäytyminen saadaan minimoitua ja muistisairaahan omat ajatukset julki, tarvitsee ohjaajan toimia rauhallisesti ja muistisairaahan ehdoilla.

6 KAVERIKOIRATOIMINTA SUOMESSA

Suomen Kennelliitto on perustettu 1889 ja se on Pohjoismaiden vanhin koirajärjestö. Liitossa on jäseniä 150 000. Kennelliiton tarkoituksena on ajaa koirien etuja, edistää puhdasrotuisten koirien kasvatusta sekä olla jatkuvasti yhteydessä alan eri sidosryhmiin. Liitto julkaisee Koiramme -lehteä, joka on Suomen suurin koiralehti. Se ilmestyy kymmenen kertaa vuodessa. (Kaverikoirat Kurssimateriaali 2013, 4.)

Vuosittain Kennelliittoon rekisteröidään 50 000 puhdasrotuista koiraa ja kaikille roduille on omat rotuyhdistykset tai -järjestöt. Kennelliiton yhteistyötahoina ovat virkakoirat ja henkilökohtaiset hyötykoirat, joista kaverikoirat lasketaan kuuluvaksi hyötykoiriin. Koska kaverikoirat kuuluvat hyötykoiratoimintaan, toiminnan tulee täyttää kriteerit kuten tasalaatuisuus, luotettavuus ja turvallisuus. (Kaverikoirat Kurssimateriaali 2013, 4–12.)

Kaverikoiratoiminta on tullut suomeen 2001 ja alkoi Paimiossa. Samansuuntaista toimintaa on aiemmin jo ollut USA:ssa ja jonkin verran Euroopassa, mistä idea on tullut suomeenkin. Nykyisen muotonsa suomessa toiminta on saanut Salpausselällä. Siellä toimi aluksi kaverikoiratoiminnan pilottiryhmä ja tämän jälkeen toiminta laajeni vähitellen ympäri suomea. (Kaverikoirat Kurssimateriaali 2013, 6.)

Kaverikoiratoiminta on Suomen Kennelliiton alaista vapaaehtoistoimintaa, jolla pyritään tuomaan ihmisten elämään iloa, elämyksiä ja piristystä vierailemalla esimerkiksi palvelutaloissa. Kaverikoirat vierailevat ohjaajiensa kanssa vanhusten, vammaisten, sekä lasten ja nuorten parissa. Kennelliitto kouluttaa koirat ja omistajat kurseillaan eri puolilla suomea. Kaverikoirat käyvät vierailukäynneillä ryhminä, eli koirakkoina tosin kokeneemmat kaverikoirat saattavat päästä tapaamaan myös yksittäisiä asiakkaita ohjaajansa kanssa. Toiminnassa on mukana yli 900 koiraa ja 800 ohjaajaa ympäri Suomea ja toiminta on levinnyt laajalle.

Kaverikoirat vierailevat erilaisten asiakasryhmien luona ja yksi näistä asiakasryhmistä ovat ikääntyneet. Eläinten silittämisen ja niille jutteleminen on tutkittu alentavan verenpainetta sekä rauhoittavan ihmistä. (Kaverikoirat Kurssimateriaali 2013, 8.) Ne myös saavat stressaantuneen ihmisen rauhoittumaan ja joillekin ihmisille eläimet tuovat turvaa. Lemmikkien vaikutus edistää hyvän mielen lisäksi terveyttä. Monet vanhukset ovat yksinäisiä tai asuvat laitoksissa ja palvelutaloissa, joissa ei ole mahdollista pitää lemmikkejä. Tästä syystä kaverikoirien vierailu heille on tärkeää. Joidenkin toimintakunto on niin huono, että he eivät voi pitää omaa lemmikkiä tai he eivät pääse kunnolla liikkumaan, tällöin koirat voivat vierailla myös hoituhuoneissa liikuntakyvyttömiä vanhusten luona. Monilla ikääntyneillä on ollut joskus omia lemmikkejä ja koirien vierailu herättää monesti heissä muistoja näiltä ajoilta. Yhteiset tuokiot muiden asukkaiden ja koirien kanssa kasvattavat myös yhteisöllisyyttä ja tuovat uusia keskus-

telunaiheita. Kaverikoirat tuovat iloa monen vanhuksen arkeen. (Kaverikoirat Kurssimateriaali 2013, 8.)

Kaverikoiriksi valitaan koiria joiden menneisyys ja tausta ovat selvillä, jotta välttyttäisiin arvaamattomilta tilanteilta. Koira joka on kokenut esimerkiksi laiminlyöntiä ja väkivaltaa menneisyydessään, ei välttämättä opi luottamaan uusiin ihmisiin, eikä näin ollen sovi kaverikoiraksi. Tästä syystä kaverikoirien luonteeseen ja käyttäytymiseen kiinnitetään aluksi paljon huomiota. Kaverikoirat saattavat monesti työskennellä hieman arvaamattomien asiakkaiden kanssa ja siksi on tärkeää, ettei koira häiriinny sille epätavallisissa tilanteissa. Vaikka vanhusten liikkeet usein mielletään hitaiksi ja rauhallisiksi, saattavat liikkeet olla joskus äkkinäisiä tai hieman rajujakin. Kaverikoira luottaa myös uusiin ihmisiin ja antautuu rapsutuksille ja silityksille (Kuva1). (henkilökohtainen tiedonanto 24.2.2013)



Kuva 1 Kaverikoira on luottavainen ja osaa ottaa rennosti uusienkin ihmisten lähellä. Kuva Justiina Nisumaa.

Kaverikoiran täytyy olla ihmisläheinen ja lempeä eikä se saa hermostua yllättävässä ympäristössä tai hämmentyä ihmisten käyttämistä apuvälineistä. Koiran täytyy myös hakeutua luonnostaan vieraiden ihmisten silitettäväksi. (henkilökohtainen tiedonanto 24.2.2013)

Kaverikoiratoiminta on kuitenkin työtä koiralle, joten tästä syystä vierailuja ei tehdä liian tiuhaan tahtiin. Lepo on tärkeää myös koiralle, jotta se ei rasitu liikaa. Kerran kuukaudessa käydään vierailulla muutamassa paikassa ja joskus ryhmän kokoonpano saattaa muuttua, sen mukaan miten ryhmän koirakot pääsevät vierailuille. Vierailut sijoittuvat usein viikonloppuihin, sillä useimmat osallistujat ovat päivätöissä ja iltaisin palvelutalot ovat kovin kiireisiä ja vanhukset ovat jo menossa yöpuulle. Tästä syystä myös kouluilla vieraileminen on hankalaa, sillä niihin pitäisi ehtiä arkipäivisin. (Kaverikoirat Kurssimateriaali 2013, 8.)

Ohjaajalta vaaditaan kärsivällisyyttä, joustavuutta ja sitoutumista. Kaverikoiria odotetaan vierailupaikoissa, joten vapaaehtoistyöhön on sitoudutta-

va, jotta asiakkaille ei tuoteta pettymyksiä. Ohjaajan täytyy myös tuntea koiransa ja osata lukea sitä. Ohjaajan täytyy huomata ajoissa, mikäli hänen koiransa ei pysty toimimaan tilanteessa. Hän ei myöskään saa osallistua lainakoiran kanssa, vaan koiran täytyy olla oma. Tämä takaa sen, että ohjaaja tuntee työparinsa mahdollisimman hyvin ja osaa ennakoida koiran käytöstä. Kaverikoiratoiminnassa edustetaan Kennelliittoa, joten ohjaajan täytyy myös huolehtia niin omasta kuin koiransa siististä, asiallisesta ja puhtaasta ulkonäöstä vierailuihin lähtiessä. Ohjaajan tulee käyttää vuosittain uusittavaa koiranohjaajan nimikylttiä ja koiran oranssia kaverikoira-huivia. Kehitysvammaisia, lapsia ja vanhuksia kohtaavan ohjaajan täytyy myös olla avoin, luotettava ja suhtautua asiakkaisiin tasa-arvoisesti. (Sampakoski 2012, 33.)



Kuva 2 Vihdin kaverikoiria edustavat Laava sekä Olga. Kuvat Marianne Hohteri.

Vihdin kaverikoiriin kuuluu seitsemän koiraa ohjaajansa kanssa (Kuvat 2 ja 3). Kaverikoiratoiminnasta Vihdissä vastaa Marianne Hohteri, joka on Vihdin kaverikoiratoiminnan perustajajäsen sekä toimintaryhmän vetäjä. Hän on käynyt Kennelliiton järjestämän kaverikoirakurssin.

Vihdissä toiminta on aloitettu 2008. Vihdin kaverikoirat vierailevat säännöllisesti kerran kuukaudessa vanhusten palvelutalossa Kaarikeskuksessa sekä Hopeaniemen kuntoutumiskeskuksessa.



Kuva 3 Vihdissä mukana toiminnassa ovat myös Molla ja Sintti. Kuvat Marianne Hohteri.

7 VIRKISTYSTOIMINTA

Virkistystoiminta tukee ikäihmisten psyykkistä ja fyysistä toimintakykyä, ja pitää myös yllä sosiokulttuurista elämää. Erityisesti laitoksissa asuville vanhuksille on tärkeä tarjota viriketoimintaa, sillä he eivät välttämättä itse pääse palveluiden luokse ja saattavat näin syrjäytyä yhteiskunnasta ja sosiaalisesta ympäristöstä. Sosiokulttuurisen elämän ylläpitäminen laitoksissa on kuitenkin mahdollista ja se lähtee pienistä asioista. Sitä on koko ajan asukkaiden ympärillä. (Kurki 2008, 104–105.)

Asuinympäristön muokkaaminen asukkaiden mieleiseksi viherkasveilla, näyttelyillä, tauluilla ja parvekkeiden ja pihojen kunnossapidolla kuuluvat näihin pieniin arkisiin asioihin jotka vaikuttavat laitoksessa asuvaan asukkaaseen. Viljonkodissa asukkaat saavat itse sisustaa huoneensa haluamallaan tavalla. Yhteisten kahvihetkien ja vaikkapa elokuvien katselu ovat sosiokulttuurista innostamista. Laitoksilla on usein tietty budjetti jonka kanssa hankinnat tehdään, ja tästä syystä suuret hankkeet eivät aina ole mahdollisia. Vaikka asukkaiden kanssa ei päästäisi juhlimaan syntymäpäiviä hienoon ravintolaan, voi arkisesta ruokailuhetkestä tehdä juhlanan valmiiksi katetulla pöydällä ja teemaan sopivilla servieteillä. (Kurki 2008, 104–105.)

Fyysiset aktiviteetit, kuten tuolijumput ja pienet liikuntahetket vaikuttavat myös psyykkiseen hyvinvointiin positiivisesti. Ulkoileminen, luontoon pääseminen sekä retket avaavat ovia silloin tällöin myös laitoksen ulkopuoliselle elämälle ja auttavat kohtaamaan ulkomaailmaa. Toisinaan matkat konsertteihin, teattereihin tai kirjastoihin pitävät kulttuurin lähellä ikäihmistä. Asuinympäristön siisteys, kodikkuus ja siihen vaikuttaminen lisäävät asukkaan omanarvon tunnetta. Lisäksi asukkaan persoona pääsee esille värein, muodoin ja esinein, mikäli hän pääsee vaikuttamaan ympä-

ristöönsä. Koirat ovat kuuluneet monen vanhuksen arkeen, ja kaverikoiren vierailu tarjoaa heille tämän tutun asian hoitokoteihin ja laitoksiin. (Kurki 2008, 104–105.)

Keskusteleminen on tärkeä osa ikäihmisten viriketoimintaa, sillä silloin he pääsevät jakamaan ja vaihtamaan omaa persoonallisuuttaan ja juuriaan muiden kanssa. Keskustelutuokiot antavat mahdollisuuden muistella perheitään, historiaansa ja elämäntapaansa. Myös vanhus oppii uutta, joten uuden oppimista voidaan tukea viriketoiminnan avulla. Luennot, lehtien ja kirjojen lukeminen, radio ja televisio toimivat hyvinä apuvälineinä ja niiden käyttöä voi opetella. Pelit ja leikit ovat monesti tarkoitettu ikäihmisen toimintakyvyn parantamiseksi, mutta niistä saa myös iloa ja viihdykettä. Niitä voi pelata ja leikkiä ulkona, sisällä, yksin, yhdessä, psyykkisesti tai fyysisesti monin erilaisin variaatioin. Monipuoliset elämykset ovat tärkeitä ikäihmisen aktiivisuuden ylläpitämiseksi. (Kurki 2008, 104–105.)

Elinikäistä oppimista ei saisi sivuuttaa ikäihmisten kanssa työskenneltäessä, sillä se tuo paljon uutta mielenkiintoa elämiseen. Muistisairaiden kanssa aihe on kuitenkin hankala, sillä he eivät kykene tuomaan mieleen uusia asioita kovin hyvin, tai eivät ollenkaan. Tämä ei kuitenkaan saisi olla esteenä uusien asioiden kokeilemiselle. Muistisaira elävät hetkessä, ja uusien asioiden tekeminen ja harjoittelu saattaa olla hyvin mielekästä tekijälleen. Vaikka muistisairas ei kykenisikään muistamaan myöhemmin miten asia on tehty saattaa asian uudelleen opettelu ja tekeminen tuottaa jälleen onnistumisen tunteita ja mielihyvää. Muistisairas ei välttämättä opi, mutta hän voi kokeilla ja harjoitella omaksi ilokseen. (Kurki 2008, 104–105.)

Opinnäytetyössäni ikäihmiset muistelevat sekä keskustellen että taiteen kautta kuvallista työtä työstäen. Kuten Hohental-Antin (2013, 40) uskoo taiteen yhdistävän muistoja sekä vahvistavan yhteisöllisyyttä, epäilen että se tulee olemaan myös oman ohjaustuokion pääelementti. Taide antaa mahdollisuuden aivan erilaiseen dialogiin kuin pelkkä keskustelu. Kvaliteettinen työstäminen antaa mahdollisuuden niillekin, jotka eivät kykene kommunikoimaan puheen kautta. Lisäksi he saavat tuotoksensa näkyville, jolloin vuorovaikutus yltää myös kauemmas.

8 KOIRAT MUISTELUN AKTIVOIJINA

Käytin Viljonkodin ohjaustuokioissa toiminnallista muistelua, jolla sain asukkaat kertomaan omia kokemuksiaan koirista. Pyrin saamaan positiivisia muistoja esille, sillä ajan rajallisuuden takia meillä ei ollut aikaa käydä läpi vaikeita ja kipeitä muistoja. Uskon, että koira-aihe tuo esiin kuitenkin enemmän iloisia ja hassuja ajatuksia kuin hankalasti käsiteltäviä aiheita. Myös toisen päivän ohjauksessa käytin muistelua apuna, tällöin valokuvat virittivät asukkaat toimintaan. Kaverikoiren vierailu toimi herättävänä ja innostavana tapahtumana, jonka jälkeen asukkaiden kanssa oli helppo keskustella aiheesta lisäkysymyksiä käyttäen. Ilman koirien vierailua, muistot tuskin olisivat palautuneet niin elävästi mieleen.

Ihmiset pyrkivät jättämään muistoistaan merkin maailmaan, nykyään se onkin suhteellisen helppoa, kun apuna on kasvanut teknologia. Valokuvaaminen, blogien ja päiväkirjojen kirjoittaminen ja sosiaalinen media ovat kaikki keinoja jättää omia muistojaan muiden nähtäväksi. Monesti myös muistojen tarkoituksena on jättää jotain itsestään läheisille ja jälkipolville ja se antaa merkityksen muistelijalle. Muistelija tuntee olevansa tärkeä lenkki omassa sukupolvessaan. (Hohenthal-Antin 2009, 15.)

Työssäni oli tarkoitus saada Viljonkodin asukkaiden muistoja ja kokemuksia näkyväksi, jolloin siellä vierailevat omaiset voivat nähdä sukulaisestaan myös sen aktiivisen ja toiminnallisen puolen. Asukkaiden muistot konkreettisesti muodossa toivat heille arvokkuuden ja tärkeyden tunnetta sekä muistuttivat siitä, että heidänkin muistojen kautta välittyvät viestit ovat tärkeitä.

Muistelu Viljonkodissa on luovaa muistelutyötä, sillä lopulta muistelusta tuotetaan taiteen avulla kuvallinen tuotos. Hohenthal-Antin (2009, 24–26) mukaan muistojen pukeminen taiteeksi tekee muistelusta kiinnostavaa ja helposti jaettavaa. Se myös poistaa rajoja ja antaa luovuuden viedä eteenpäin. Se toimii loistavana apuvälineenä muistelutyössä. Loppujen lopuksi myös taiteen kautta saadaan näkyvyyttä, arvostusta ja onnistumisen iloa, mikä Viljonkodissa tarkoittaa näyttelyn rakentamista tehdyistä töistä. Taiteellinen toiminta on myös yhteydessä sosiaaliseen kanssakäymiseen ja muistojen jakamiseen muiden kanssa.

Muistojen näkyvyys on olennaista luovassa muistelussa. Muistojen koaminen esitykseksi, kuvaksi, tekstiksi tai esineeksi dokumentoivat muistot jaettavaksi muille. Tarina on kuulijalle tai katsojalle pala historiaa ja elettyä elämää ja antaa avartavan kokemuksen. Muisto voi myös olla yhteinen ja se voi tarjota samaistumisen kokemuksia. (Hohenthal-Antin 2009, 31–32.)

Muistelutyö on erityisen tärkeää laitoshoidossa oleville vanhuksille, sillä se virkistää ja jäsentää aikaa. He saavat palan tuttua esineistöä tai elämää lähelleen. Vaikka vanhus olisikin passiivinen ja muistamaton eikä kykenisi liikkumaan, saattaa hän reagoida tuttuun musiikkiin tai loruun. Muistelu rohkaisee vuorovaikutukseen ja antaa mahdollisuuden olla hauraan ja heikon vanhuksen sijasta voimakas. Näin vanhus kokee, että hänestä on toimimaan ja tuottamaan vielä jotakin, jolloin omat heikkoudet painuvat hetkeksi taka-alalle keskittyessä vahvuuksiin. (Hohenthal-Antin 2006, 100–101.)

Viljonkoti on muistiyksikkö, ja kaikilla asukkailla on eriasteisia muistivaikeuksia. He asuvat Viljonkodissa vakituisesti. Laitoksissa asuvilla ei ole ympärillään omia esineitään ja kotiaan ja monesti he eivät muista miksi asuvat laitoksessa. Tästä syystä omien muistojen konkreettinen esittely saattaa olla monelle tärkeää. Se tuo omat muistot lähemmäs itseään ja pitää ne mukana omassa elämässä. Myös asiakkaiden menneeseen tutustuminen saattaa helpottaa hoitajia ymmärtämään heidän elämäntilannettaan kokonaisuutena.

Vaikka asiakas ei kykenisi puhumaan, voi hän silti osallistua muistelemiseen esimerkiksi omaistensa avustamana. Muistoja voi koota yhteen rakentamalla muistolaatikon, siihen asiakas voi valita itselleen tärkeitä esineitä sekä asetella tai maalata niitä. Muistolaatikko voi toimia muistojen jäsentäjänä kun omat muistikuvat alkavat haalistua ja se auttaa kohtamaan menneen. (Hohenthal-Antin 2009, 127–128.)

Värit ja kuvat saattavat aktivoida muistisairaana muistia, ja tästä syystä esimerkiksi taidenäyttelyissä vierailu saattaa olla rikastuttava kokemus. Kuvataiteen esittelyn täytyy olla perinteisestä esittelystä poikkeavaa kun kyseessä on muistisairas. Hän ei välttämättä välitä kuvan antamasta esteettisestä kokemuksesta, vaan pinnalle nostetaan kuvan herättämät muistot ja tunteet. (Hohenthal-Antin 2013, 64–65.)

9 OPINNÄYTETYÖN AINEISTONHANKINTA

Tutkimukseni on laadullinen ja toiminnallinen, joten tiedonkeruumenetelmäksi sopivat hyvin havainnointi, haastattelu sekä erilaiset dokumentit. Havainnointi sopii opinnäytetyöni aineiston pääkeruumenetelmäksi myös siksi, koska kaikkien muistisairaiden kanssa minulla ei ole mahdollisuutta kommunikoida puheen kautta. Tällöin ilmeiden ja eleiden havainnointi on ensiarvoisen tärkeää.

Kananen (2010, 49–51) jakaa havainnoinnin neljään erilaiseen osaluokkaan. Piilohavainnoinnissa tutkija pysyy näkymättömissä, jolloin tutkittavat eivät tiedä että heitä havainnoidaan. Suorassa havainnoinnissa havainnoija on tutkittavien kanssa samassa tilassa ja tutkittavat voivat huomata tutkijan. Osallistavassa ja osallistuvassa havainnoinnissa tutkija itse osallistuu toimintaan ja pääsee näin aivan lähelle tutkittavia.

Aineiston hankin pääasiassa havainnoimalla Viljonkodin asukkaita toimitatuokioiden aikana. Havainnoin myös kaverikoirien toimintaa. Kävin tutustumassa kaverikoirien toimintaan ja kirjasin tärkeitä asioita ylös. Kiinnitin huomiota koirien ja ohjaajien toimintaan ja asiakkaiden reaktioihin ja toimintaan. Lisäksi sain aineistoa koirien ohjaajilta, jotka olivat lupautuneet kertomaan toiminnasta tarvittavia tietoja. Koirien ohjaajat pääsivät kertomaan kaverikoiratoiminnasta omasta näkökulmastaan ja kokemuksistaan.

Käytin osallistavaa havainnointia, sillä olin mukana toiminnassa koko ajan. Koirien vieraillessa juttelin asukkaiden kanssa ja olin näin mukana tuokiossa. Kuvituksessa ja tarinoinnissa toimin ohjaajana, joten olin jälleen mukana toiminnan keskipisteessä.

Koska asukkaat ovat huonoja muistamaan uusia asioita, heitä informoitiin minun ja koirien saapumisesta samana päivänä kun ohjaukset olivat kertomalla mitä on ohjelmassa. Kerroin myös itse heille ohjauksien alussa tapahtumien kulusta. Valokuvauksesta tehtiin sopimus Viljonkodin kanssa, ja näin ollen lupasin että asukkaat eivät näy opinnäytetyössäni käyttämissä

kuvissa. Tunnistettavia valokuvia käytettiin vain toisen toimintatuokion alussa, jolloin katselimme ne asukkaiden ja hoitajien kanssa. Lisäksi sovimme, ettei ketään asukasta saa kuvailla tunnistettavasti opinnäytetyössä. Myös kaverikoirien ohjaajien kanssa teimme valokuvaussopimuksen, jossa sovimme että koirista saa ottaa kuvia ja käyttää materiaalina opinnäytetyössäni.

Ennen ohjaustuokioni suunnittelua ja toteutusta, sain tärkeää tietoa käymällä keskustelua työelämäneudustaja Petra Paalasen sekä Viljonkodin viriketoiminnan ohjaaja Pirjo Mäkisen kanssa. Tein myös avoimen haastattelun Mäkiselle, kartoittaakseni Viljonkodin viriketoiminnan laajuutta ja mahdollisuuksia.

Ohjaustuokioissa toimin itse jatkuvasti havainnoijana ja tarkkailijana, vaikka olin samalla myös ohjaaja. Kirjasin ylös asukkaiden lausahduksia, mielialoja sekä reaktioita toiminnan aikana ja sen jälkeen. Tärkeää aineistoa sain kahdelta hoitajalta, jotka täyttivät ulkopuolisen havainnoijan lomakkeet koirien vierailun aikana. Näin sain tietää miten vakituiset työntekijät näkivät tilanteen, ja millainen vaikutus koirien läsnäololla heidän mielestään oli asukkaisiin. Pystyin peilaamaan myöhemmin heidän kertomuksiaan omiin kokemuksiini ja muistiinpanoihini.

Ensimmäisessä ohjaustuokiossa asukkaat kertoivat omia muistojaan ja tarinoitaan ja nämä tekstit ovat osa aineistoani. Myös valokuvat koirien vierailusta sekä kuvat asukkaiden tuottamista koiratöistä kuuluvat aineistooni. Taideteoksia analysoimalla pystyin näkemään, kuinka innokkaasti asukkaat tarttuivat työhön, ja miten he tuottivat ja käsittelivät omia muistojaan kuvallisilla keinoilla. Niiden kautta nähdään myös, miten vierailu ja koirat heihin vaikuttivat.

Havainnointi ei ole sopiva keino kartoittaa sitä, mitä tutkittavat ajattelevat tai mitä mieltä he ovat tilanteista, sillä sitä ei voi kartoittaa pelkästään ulkoisen olemuksen kautta. (Kananen 2010, 51) Tästä syystä pyrin osallistuvan havainnointini aikana kysymysten kautta selvittämään asukkaiden mielipiteitä ja tuntemuksia. Puhekyvyttömiä asukkaiden ajatuksia jouduin arvioimaan paljon ilmeiden, reaktioiden ja käyttäytymisen kautta.

Joka kerta kun olin ollut tekemisissä kaverikoirien kanssa tai pitämässä ohjaustuokiota, avasin senkertaiset tapahtumat havainnointipäiväkirjaani. Pyrin kirjoittamaan kaiken yksityiskohtaisesti ylös, jotta mitään tärkeää ei jäisi ulkopuolelle. Kirjaamistani havainnoista poimin mielestäni tärkeimmät ja merkityksellisimmät mukaan raporttiini. Kananen (2010, 51), painottaa, että aineiston läpikäyminen on jatkuva prosessi, ja se kannattaa toteuttaa heti aineistonkeruun jälkeen. Kun aineisto on kirjattu ylös yksityiskohtaisesti, siitä on helppo poimia tutkimuksen kannalta tärkeät asiat esille.

10 OHJAUKSIEN TOTEUTTAMINEN

Toteutin ohjaussuunnitelmani yhteistyössä Kaarikeskuksen ja Vihdin kaverikoirien kanssa. Järjestin Kaarikeskuksen muistiryhmälle virkistystoimintaa, jossa myös kaverikoirien toiminta näkyi. Kaverikoirat toivat toimintaan aiheen ja innoituksen, joka muuttui ikä-ihmisten kautta konkreettiseksi tuotokseksi, josta järjestettiin näyttely. Suunnittelin toiminnalle skriptin eli käsikirjoituksen, jonka mukaan kuljetin koirateemaa ohjaustuokioissani. Viljonkodin asukkaat joutuivat poikkeamaan omasta tutusta skriptistään osallistuessaan ohjaustuokioihini.

10.1 Toimintasuunnitelma

Tuokio alkoi klo14.00 kaverikoirien saapumisella Viljonkotiin. Paikalle saapui neljä koira omistajineen. He tulivat noin tunniksi ennalta sovittuun tilaan, jossa asukkaat saivat tutustua koiriin silittelemällä ja katselemalla niitä. Koirien ohjaajat vastailivat mielellään asukkaiden kysymyksiin ja kertoivat koirista ja toiminnasta kiinnostuneille lisää. Itse valokuvasin tapahtumaa seuraavaa päivää varten.

Kaverikoirien lähdettyä oli mahdollisuus osallistua juttutunurkkaan. Juttunurkalle oli varattu rauhallinen tila, jossa juteltiin kaverikoirien käynnistä, omista lemmikeistä ja niihin liittyvistä muistoista. Kirjasin lyhyitä tarinoita ylös, jotta niitä voitiin liittää näyttelyyn kuvituksen kanssa. Juttunurkkaan tuleville asukkaille kerrottiin, että tarinoista tehdään näyttely.

Toisessa tuokiossa kuvitettiin edellispäivän tarinoita. Tuokio alkoi yhteisellä hetkellä jossa katseltiin television kautta ottamiani valokuvia edellisen päivän kaverikoiravierailusta. Kuvat palauttivat muistiin edellisen päivän tapahtumat. Tämän jälkeen asukkaat saivat osallistua kuvituksen tekemiseen. Tekniikkana oli vapaatekniikka sekä sabluunatyöskentely. Kukin asukas työsti A3 kokoisen paperin haluamallaan tavalla, piirtämällä, värittämällä tai maalaamalla. Tämän jälkeen tehdyn taustan päälle tuputeltiin omavalintainen koira, sabluunan avulla. Koirasabluunia oli muutamia erilaisia valittavana.

Kun työt olivat valmiit, niistä ja teksteistä rakennettiin näyttely Viljonkotiin. Myös kaverikoirien ohjaajat näkivät tehdyt tuotokset seuraavalla vierailukäynnillään. Valokuvasin tehdyt työt, jotta voin käyttää niitä materiaalina opinnäytetyössäni.

10.2 Työn kulku

Työ eteni suunnittelemillani kahdella ohjaustuokiolla, jotka toteutin peräkkäisinä päivinä. Ohjauksetoihin kuuluvat kaverikoiriin tutustuminen, omien lemmikkien muistelu sekä koira-aiheisen taideteoksen luominen joista muodostettiin näyttely yhdessä kerrottujen muistelmien kanssa. Tä-

män jälkeen tutustuin saatuun aineistoon ja kävin niitä läpi yhdessä tutkimuskysymysteni kanssa.

10.2.1 Kaverikoirien vierailun ja tarinatuokion eteneminen

Kaverikoirat saapuivat Viljonkotiin vierailulle 2.6.2013, kävin aikaisemmin tarkastamassa Viljonkodin tilat ja kertomassa hoitajille päivän kulusta. Paikalla oli kolme avuliasta hoitajaa, jotka olivat kiinnostuneita projektistani. Menin kaverikoiria vastaan Vilonkodin pihalle ja toivotin heidät tervetulleeksi. Paikalle saapui neljä ohjaajaa koirineen. Merja Collanus länsiylämaan valkoisen terrierin Olgan kanssa, Jonna Aronen ja hänen länsigöötanmaanpystykorvansa Laava, Jenni Monkienicz ja cavalier kingcharlesinspanieli Molla sekä Leena Numminen borderterrierinsä Sintin kanssa. Kaikki kaverikoirat olivat ansainneet itselleen jo huivin ja he olivat näin sonnustautuneet oikeisiin työasuhiinsa. Juuri ennen koirien saapumista asukkaat vietiin istumaan yhteiseen tilaan ja heille kerrottiin, että koirat saapuvat pian. Tunnelma oli odottava. Koirien saapuessa Viljonkotiin olivat sekä koirat että asukkaat innoissaan. Koirat halusivat heti tervehtiä kaikkia paikalla olevia ja tilassa alkoikin iloinen puhe ja huudahtelu. Osoiteltiin koiria, siliteltiin ja kyseltiin niiden nimiä. Koirien omistajat vastailivat kysymyksiin ja juttelivat asukkaiden kanssa. Jo tässä vaiheessa asukkaat kertoivat omista lemmikeistään, joita heillä oli joskus ollut.

Kaksi hoitajaa täytti ulkopuolisen havainnoijan lomakkeita, itse keskityin ottamaan valokuvia sekä juttelemaan niin asukkaiden kuin koiran ohjaajienkin kanssa. Kun kaikki olivat saaneet silitellä koiria, tilanne rauhoittui hieman. Koirat istuivat tai lepäsivät lattialla ja hoitajat tarjosivat niille vettä. Keskustelut koirista jatkuivat vielä ja halutessaan asukkaat saivat vielä rapsutellakin. Koska kaikki koirat olivat melko pieniä, niitä oli helppo pitää sylissä. Ohjaajat myös nostelivat koiria asukkaiden lähelle, jos he eivät halunneet tai pystyneet pitämään koiraa itse sylissä. Kun koirakaverit olivat olleet paikalla tunnin, he alkoivat tehdä lähtöä. Asukkaat kiittelivät vuolaasti ja hyvästelivät koirakaverit. He jäivät hyväntuulisina kahvitauolle. Saatoin koirat ja omistajat ulos ja kiitin heitä kovasti vierailusta. Vierailun kulusta juteltiin hetki ja kerroin jatkosuunnitelmistani.

Palasin sisälle jututtamaan asukkaita koirien vierailusta sekä tiedustelin heidän omia koirakokemuksiaan. Koska he istuivat pöytien ympärillä kahvikupposten kanssa, ajattelin, että tilanne olisi hyvä käyttää hyödyksi ja liityin heidän seuraansa. Yhdessä juttelu ja muiden läsnäolo toi rennon ja luonnollisen ilmapiirin ilman jännitteitä, sillä olinhan minäkin heille uusi ihminen. Keskustelu oli myös tärkeää käydä nopeasti, sillä en tiennyt kuinka nopeasti he unohtavat koirien vierailun. Sain paljon positiivista palautetta kaverikoiriin liittyen ja kaikilla haastattelemillani henkilöillä oli jonkinlaisia kokemuksia koirista. Haastattelin viittä henkilöä, joista yksi ei enää muistanut koirien vierailleen Viljonkodissa. Kirjasin tarinoita ja lausahduksia muistiin ja kiitin heitä kivoista tarinoista.

10.2.2 Kuvituksen eteneminen

Seuraavana päivänä, maanantaina 3.6.2013 oli kaverikoirien muistelun ja oman koiran kuvituksen vuoro. Palasin Viljonkotiin ja asensin kamerani televisioon, josta katselimme yhdessä edellisenä päivänä ottamani valokuvat. Musiikkina oli taustalla vanha lastenlaulu, Kipparikvartetin Viheltäjä ja hänen koiransa. Osa huomasi heti ensimmäisen valokuvan odotellessa ruudussa, että nämähän ovat niitä eilisiä koirakuvia. Myös musiikki aiheutti asukkaissa reaktioita, sillä osa heistä naureskeli kappaleelle ja haukahteli kuin koira kappaleen mukana.

Kuvien katselun jälkeen toivotin kaikki tervetulleeksi tekemään omia koirakuviaan. Askartelutavarat oli levitetty viereiselle pöydälle ja hoitajat houkuttelivat osan asukkaista pöydän ääreen. Kävimme läpi millaisia koirasabluunoita minulla oli ja näytin yhden malliksi, miten sabluunaa ja värejä käytettiin. Tekijöitä oli yhteensä seitsemän, joista kaksi ei pystynyt kommunikoimaan puheella. Kaikkia asukkaita piti auttaa jonkin verran, itsenäinen tekeminen ja vauhtiin pääsy oli lähes kaikille hankalaa. Vain yksi ryhtyi työhön itsenäisesti. Muut kaipasivat viereen koko ajan jonkun, jolta he kyselivät milloin työ olisi hyvä, onko se valmis ja miten he nyt osaisivat.

Epävarmuutta oli ilmassa paljon, mutta kun sabluunat irrotettiin ja nähtiin millaisia kuvia oli saatu aikaiseksi, tekijätkin olivat tyytyväisiä. Kiinnitin työt asukkaiden toiveiden mukaisesti erivärisille pohjapapereille, ja lopuksi niistä koottiin yhdessä tarinoiden kanssa näyttely Viljonkodin sisääntuloaulaan. Näyttelystä tuli väripilkku Viljonkotiin, ja nyt myös asukkaiden omaiset ja vierailijat näkisivät, millaisia muistoja asukkailla on, ja miten niitä on tuotu esille. Vaikutti myös siltä, että hoitajat olivat positiivisesti yllättyneitä lopputuloksesta ja asukkaiden osallistumisesta.

10.3 Kaverikoirien mukana

Päysin tutustumaan Vihdin kaverikoirien toimintaan 24.2.2013, kun he kävivät koirakoiden kanssa vierailulla Kaarikeskuksessa. Tästä vierailusta sain ensimmäisen aineiston havainnoinnin sekä ohjaajien kertoman perusteella.

Koirakkoon kuului neljä pienirotuista koira ohjaajineen. Mukana oli tällä kertaa länsigöötanmaanpystykorva, welsh corgi pembroke, länsiylämaan valkoinen terrieri sekä borderterrieri. Koirat ohjaajineen tapasivat hiukan ennen vierailua lähistöllä olevalla parkkipaikalla, jotta koirat saivat ensin tutustua ja tottua toisiinsa. Kun koirat olivat rauhoittuneet, menimme Kaarikeskuksessa sijaitsevaan aulaan, johon vanhukset saivat tulla tapaamaan koiria. Muutama vanhus tuotiinkin heti paikalle, ja tottuneet kaverikoirat tervehtivät tulokkaita hännät heiluen. Pieniä kaverikoiria oli helppo antaa silitellä esimerkiksi ohjaajiensa sylistä viereiseltä tuolilta. Monesti vanhukset halusivat silitellä jokaista koira ja muutamat kyselivätkin niiden

nimiä ja ikiä. Hieman myöhemmin tullut vanhus jutteli kovasti koirille ja oli silminnähdyn iloinen karvaisista vierailijoista.

Kaverikoirien ohjaajat juttelivat sujuvasti vanhusten kanssa ja kertoivat koiristaan haluttuja tietoja. He myös nostelivat karvaisia ystäviä silitettäväksi ja olivat läsnä tilanteessa. Kaverikoiratoiminta on heidän mielestään palkitsevaa, sillä se tuo selvästi hymyä ja iloa vierailupaikkaan. Lisäksi tilanteet, joissa kaverikoiran vaikutus saa apaattisen ja puhumattoman vanhuksen reagoimaan, ovat toiminnan kohokohtia. On tärkeää, että myös ohjaajat ovat sosiaalisia, positiivisia ja kiinnostuneita tekemisestään, sillä he edustavat paikkakuntansa kaverikoiria ja ovat osa tapaamista. (henkilökohtainen tiedonanto 24.2.2013)

Kun tunnin mittainen vierailu oli päätöksessään, vanhuksset hyvästelivät nelijalkaiset ystävänsä ja koirakot pääsivät lähtemään. Koirat valpastuivat kun lähdettiin liikkeelle ja ne tiesivät, että vierailu on ohi. Korvat höröllään koirat odottivat pieniä herkkujaan, joilla ohjaajat palkitsivat ne ulkona hienosti menneen vierailun päätteeksi (Kuva 4).



Kuva 4 Hertta kuuluu myös Vihdin kaverikoiriin. Kuva Marianne Hohteri.

11 AINEISTON ANALYSOINTI

Puran aineiston käymällä läpi ulkopuolisten havainnoitsijoiden täyttämät lomakkeet, joista saan arvokasta tietoa hoitajien näkökulmasta. Analysoin myös omat havaintoni ohjaustuokioissa. Lisäksi kirjoitan ylös asukkaiden sanomia asioita ja analysoin heidän kertomiaan koiratarinoita. Asukkaiden käyttäytyminen kertoo minulle myös paljon kahden päivän ohjaustuokioistani. Aineistoa ovat myös valokuvat sekä asukkaiden tekemät koira-aiheiset kuvat.

11.1 Viriketoiminnan ohjaaminen Viljonkodissa

Viljonkodin viriketoiminnasta vastaa viriketoiminnan ohjaaja Pirjo Mäkinen. Tärkeää Viljonkodissa on yhteisöllisyys ja yhdessä tekeminen. Asukkaat pitävät erityisesti yhdessä laulamista ja tanssimista, sillä musiikki on heille tärkeää. Laulujen sanat ovat usein pysyneet muistisairauksista huolimatta muistissa ja ne tuovat muistoja mieleen. Yhdessä pelaaminen ja vanhojen suomalaisten elokuvien katselu ovat myös mielekästä puuhaa. Yksi asukkaiden suosikeista on bingo. (Mäkinen, haastattelu 4.6.2013.)

Viljonkodissa on järjestetty paljon erilaista viriketoimintaa asukkaille. Kädentaidot ovat kuuluneet ohjelmaan ainakin virkkaamisen ja kutomisen muodossa, mutta myös erilaisiin juhliin liittyvät askartelut ja toisinaan piirtäminen ja maalaaminen ovat asukkaiden ohjelmalistassa. Viljonkodissa on ollut pullien ja sämpylöiden leipomista, ulkona renkaan heiton tai mölkyn pelaamista, arvausleikkien ja visailujen leikkimistä sekä kauneudenhoitotuokioihin osallistumista. Viriketoiminnan kirjo on siis laaja ja vain mielikuvituksesta ja luovuudesta kiinni. (Mäkinen, haastattelu 4.6.2013.)

Mäkisen (haastattelu 4.6.2013) mukaan on myös tärkeää että tekeminen lähtee omasta halusta, eikä tekemiseen pakoteta. Näin tekemisen mielekkyys säilyy ja asukas saattaa innostua myös uudesta asiasta. Monesti asukkaat lähtevät tekemään jotakin uutta seurailtuaan ensin syrjässä, kun joku muu tekee. Tässä korostuu taas yhdessä tekeminen ja kun joku uskaltuu kokeilemaan uutta, saattavat muutkin uskaltautua mukaan.

Ryhmän yhteiset aktiviteetit tukevat myös integroitumista ryhmään ja antavat yhteenkuuluvuuden tunteen muiden asukkaiden kanssa. Tämä vahvistaa asukkaiden keskinäistä luottamusta. (Kurki 2008, 104.)

Mäkisen mielestä (haastattelu 4.6.2013.) ohjaajalta vaaditaan hyvää ryhmädynamiikan tuntemusta ja vuorovaikutustaitoja. Nämä ominaisuudet ovatkin tärkeitä ryhmän ohjaajalle, jotta ryhmätilanteet saadaan toimimaan. Myös ohjaajan positiivinen ja innostava ote tekemiseen saa asiakkaatkin innostumaan tekemisestä. Toisinaan ohjaajalta kaivataan luovia ideoita, jotta ryhmä saadaan osallistumaan ja keskittymään tekemiseen. Muistihäiriöisten kanssa täytyy muistaa myös, että ohjelmassa on riittävästi taukoja ja ettei tekeminen kestä liian kauaa, jotta keskittyminen ei herpaannu.

Jokainen osallistuja tulee huomioida jollain tavalla, vaikka asiakas vain haluaisikin katsella sivummalla. Myös pienen ryhmän ohjaaminen helpottaa ohjaajan työtä. Ohjaajan pitää myös hyväksyä se, etteivät toimintatuokiot aina suju suunnitellusti ja aihekin voi muuttua matkalla. Toiminnassa mennään paljon asiakkaiden jaksamisen ja pystymisen mukaan. Mäkinen kertoo, (haastattelu 4.6.2013.) että sananlasku aiheinen tuokio saattaa muuttua hetkessä laulutuokioksi ja tuolijumppa tanssitunniksi.

On hyvä jos yksi henkilö toimii viriketuokion ohjaajana ja muut hoitajat sitten liikuttelevat ja auttavat asiakkaita esimerkiksi pois tilanteesta vessaan. Jos ohjaaja itse poistuu paikalta, lopahtaa asiakkaiden innostus ja tuokio jää kesken. Ohjaajan rooli olla läsnä on siis tärkeä. Erilaisista tuokioista pitävät erilaiset ihmiset, joten joskus joku lähtee kesken tuokion pois. Tuokion selkeä aloitus ja lopetus ovat myös hyviä, sillä ne avaavat ja sulkevat tuokion selvästi. Se helpottaa asiakkaiden käsitystä toiminnasta. Loppulorut tai laulut ovat tähän hyvä keino. (Mäkinen, haastattelu 4.6.2013.)

11.2 Narratiivisuus

Käytän ohjauksessani myös tarinallisuutta, jolloin asukkaat pääsevät kertomaan omia tarinoitaan ja kokemuksiaan koirista minulle. tarinat liitetään osaksi Viljonkodin seinälle asetettavaa näyttelyä.

Narratiivisuus, eli tarinallisuus on osa ihmisen identiteettiä ja minuutta. Sen avulla ihminen voi jäsentää itseään ja ajatuksiaan siitä, kuka minä olen. Narratiivinen identiteetti on ihmisen oma käsitys siitä, kuka hän on ja millainen persoonallisuus hän on. Ihmisen persoonallisuus myös rakentuu sosiaalisissa kohtaamisissa muiden kanssa ja omat ja muiden kertomukset vaikuttavat siihen. Oma tulkintamme itsestämme ja elämästämme vaikuttaa siihen, mitä kerromme tai jätämme kertomatta muille. Oma elämäänsä voi jäsentää myös muiden kertomien tarinoiden avulla, tästä syystä jaetut tarinat voivat olla hyvinkin merkityksellisiä yhteisöissä. (Sava 2004, 22–26.)

Kertomusten avulla ihminen myös tekee itseään, kokemuksiaan ja tuntemuksistaan näkyväksi muulle yhteisölle. Luonnollisesti tarinan kertominen mielletään puheeksi, mutta tarinaa voi kertoa myös kirjallisesti, kvaallisesti tai draamallisesti. Näin ollen lähes kuka tahansa puhekyvystään huolimatta on mahdollistettu tarinan kerrontaan. Omaelämäkerran tarinominen voi rakentaa tarinan kertojalle jopa uuden elämän käsikirjoituksen. Vaikeiden asioiden läpikäyminen saattaa johtaa elämäkokemuksen kunnioitukseen ja antaa uuden näkökulman todellisuuteen. Tarinallisuus on yksi monista taidemuodoista ja taide pitää mielen liikkeessä. (Sava 2004, 28–30.)

Ohjauksessani innoittajina toimivat kaverikoirat, jotka tuovat asukkaille moniaistisen kokemuksen Viljonkotiin. Koirien lähdettyä, pidän tarinallisen tuokion, jossa asukkaat pääsevät kertomaan koirakokemuksistaan. Kuten Savakin (2004, 33–34) mainitsee, on tarinallisuuteen hyvä liittää jokin esine, kuva tai musiikki, joka virittää tarinan kerronnan alkuun. Mielikuvat on helpompi saada esille aistien kautta, jotka herättävät erilaisia tunteita. Kuva ja sana voivat näin täydentää toisiaan.

11.3 Kaverikoirien käynti omien havaintojen valossa

Kaverikoirien saapuminen herätti Viljonkodin asukkaissa reaktioita jo ennen koirien saapumista. He odottivat jännittyneinä ja iloisina koiria vierailulle. Koirien saapuessa he alkoivat heti jutella ja silitellä koiria. Yksi tilaan tuotu asukas jutteli ääneen pelkäävänsä koiria ja että ne pitäisi viedä pois. Hän yritti myös tarrata koiraan turkista, jonka jälkeen hoitaja vei asukkaan kauemmas istumaan ja vain katselemaan. Kunnon kaverikoiran tavoin, koira ei hätkähtänyt tilannetta. Hoitajien mukaan asukas kyllä oli aiemmin pitänyt koirista. Luulen, että näin monen koiran tuominen tilaan yhtä aikaa sai asukkaan hämilleen ja olon epävarmaksi. Koirat eivät myöskään olleet hänelle entuudestaan tuttuja, joten tilanne saattoi siksi olla myös pelottava.

Eräs asukas oli ennen koirien vierailua käyskennellyt käytävää edestakaisin rauhalliseen tahtiin. Hän ei juuri reagoinut ympärillä oleviin ihmisiin ellei joku sattunut hänen kävelyreitinsä tielle. Kun koirat tulivat paikalle, hänen reitinsä muuttui. Käytävän sijaan hän poikkesi aina matkalla tilassa jossa asukkaat koiria silittelivät. Selvästi koirat vaikuttivat häneen, sillä hän halusi tulla tarkemmin katselemaan, mistä oli oikein kyse ja muutti tärkeää kävelyreittiään sen takia. Hän ei juuri kommunikoinut puheellaan, mutta yhtä koiraan hän yritti nostaa syliin. Ote oli kuitenkin epävarma ja sen verran haparoiva, ettei koiraan uskallettu antaa kävelevälle asukkaalle syliin, vaan häntä kehoitettiin silittämään koiraan. Hetken ihmeteltyään hän jatkoi jälleen matkaansa. Hän myös kummasteli koiraan, joka nousi hänen jalkojaan vasten siliteltäväksi. Tällöin hän pysähtyi ja hieman sipaisi koiraan turkkia.

Eräs asukas piti pitkään kaikkia koiria sylissä ja jutteli koirille paljon. Koirien lähdettyä hän ei ollut aivan yhtä eloisa. Koirien läsnäolo vaikutti tähän asukkaaseen mielestäni todella paljon, hän keskittyi koiraan täysin, ja muuttui erittäin puheliaaksi ja iloiseksi.

Eräs asukas esitteli kännykällään kissanpennun kuvia, joita hänellä oli itsellään. Koirat selvästi innoittivat kertomaan omista lemmikeistään, jotka hänelle olivat tärkeitä. Jaoinme kokemuksen hänen kanssaan juttelemalla ja ihastelemalla hänen lemmikkejään.”Menetin sydämeni tuolle mustavalkeiselle koiralle!” sanoi eräs asukas koirien tehdessä lähtöä. Hän olisi otanut koiraan omakseen ja kehui koiraan vielä pitkään niiden lähdettyä.

Eräs asukas huomasi, että koiraan on sama nimi kuin hänen äidillään. Omaiset olivat juuri tulossa hakemaan kyseistä asukasta päivän viettoon, joten heiltä pystyi vielä tiedustelemaan, oliko todella näin. Pelkkä koiraan nimi toi paljon muistoja asukkaalle, hän muisti omaa perhettään ja lähtiesään hän keksi vielä laulun, jossa nimi esiintyi.

Muutama asukas ei kyennyt tuottamaan puhetta, mutta he selkeästi iloitsivat koirien vierailusta. Hymyt, halu koskea ja silitellä sekä omanlaisensa juttelu koirille viestittivät ilosta ja onnellisuudesta, mikä tuli koirien kans-

sa olemisesta. Yleinen tunnelma, hoitajien ja koirien ohjaajien reaktiot heijastuvat myös asukkaisiin. Koirat mahdollistivat asukkaille moniaistisen kokemuksen, sillä he pääsivät näkemään, kuulemaan ja tuntemaan koirat ympärillään (kuva 5). Puhekyvyttömän kommunikoiminen koiran kanssa oli erilaista kuin ihmisten kanssa. Koiriin reagoitiin liikkeillä, ilmeillä ja äännähdyksillä. Kuten Sampakoski (2012, 36) toteaa artikkelissaan näön ja kuulon heikentyessä koirat stimuloivat tuntoaistia erittäin hyvin. Koirien erilaisten turkkien silittely tuovat muistoja ja elämyksiä vanhuksille.

Eräs asukas huokaisi kaverikoirien lähtiessä että ”Tämähän oli meidän onnenpäivä kun saatiin nähdä näin monta koira!” Lausahdus omassa yksinkertaisuudessaan kertoo onnesta ja puhtaasta ilosta jota koirat olivat ympärilleen tuoneet. Uskon, että moni puhekyvytön asukas ajatteli samalla tavalla.

11.4 Ulkopuoliset havainnoitsijat

Ulkopuolisina havainnoitsijoina kaverikoirien vierailun ajan toimi kaksi Viljonkodin hoitajaa. He vastasivat kyselylomakkeessani (ks. liite 1) oleviin kysymyksiin, jotka koskivat Viljonkodin ilmapiiriä ennen ja jälkeen koirien vierailun sekä asukkaiden käyttäytymiseen koirien vierailun aikana. Valitsin lomakkeeseen avoimet kysymykset, sillä tällöin hoitajat voivat kirjata ylös kaiken mahdollisen, joka on heidän mielestään tärkeää tai merkityksellistä. Koska lomakkeita täytti kaksi eri henkilöä, oli minun myöhemmin helppo vertailla olivatko hoitajat kiinnittäneet huomiota samoihin asioihin. Hoitajien tekemä havainnointi oli hyvä keino kartoittaa asukkaiden käyttäytymistä, sillä he tuntevat asukkaat jo ennestään ja osavat kertoa jos joku toimi hyvin eri tavalla kuin yleensä.

Ennen kaverikoirien saapumista tunnelma oli havainnoitsijoiden mielestä rauhallinen ja odottava, koirien saapumisesta oli juuri kerrottu ja jotkut odottivat koiria jo innolla. Asukkaat reagoivat koiriin heidän mielestään silminnähden ilahtuen, lähes kaikki paikallaolijat pitivät sylissä, kertoivat ja kyselivät koirista. Tilassa oli naurua ja iloista puheensorinaa ja asukkaat halusivat kovasti koskea ja silittää koiria. Yksi asukas hieman pelkäsi koiran tuloa lähelle ja hän tarrasikin koiraan turkista. Koira ei onneksi reagoanut tähän. Tämä tuntui olevan yllätys toiselle lomaketta täyttävästä hoitajasta. Toinen hoitaja puolestaan kiinnitti huomiota asukkaaseen, joka yllätti rapsuttelemalla ja puhumalla koiralle omalla tyyllillään. Asukas vaikutti iloiselta ja onnelliselta. Kaverikoirat vaikuttivat asukkaisiin, sillä asukkaat olivat tyytyväisiä ja osa heistä olisi ottanut koirat omakseen. Toiset eivät kommentoineet mitään. Ilmapiiri koirien lähdettyä oli molempien lomakkeiden mukaan rauhallinen kahvin ja juttelun parissa.

Havaintojen mukaan ainakin kahden asukkaan käytös muuttui erilaiseksi koirien saavuttua paikalle, toinen pelkäsi ja toinen ilahtui. Muut olivat omia itseään ja ottivat koirat vastaan positiivisesti tai eivät juuri reagoineet koirien tuloon.



Kuva 5 Sintti hoitaa työnsä kuin vanha tekijä. Kuva Justiina Nisumaa.

11.5 Tarinatuokio vierailun jälkeen

Juttutuokio suoritettiin mukavasti kahvikupposten äärellä leppoisissa tunnelmissa. Koirat olivat juuri lähteneet, joten yleinen iloinen tunnelma valitsi vielä. Pyrin rentoon ja yhteisölliseen keskusteluhetkeen, johon kaikki osallistujat saivat halutessaan osallistua. Kyselin asukkaiden mielipiteitä kaverikoirien käynnistä, ja kaikilla oli positiivista sanottavaa kuten ”Ihan mukavia. Kaikki koirat oli kivoja.”, ”Ei ollut odottamaton vaan odotettu ja mukava kun kävi!”, ”Tasaisesti oli... että kaikkia voi koskea tai silittää tai ottaa syliin. Ei ollu toinen toistaan parempia.”, ”Oikea ilon päivä!” ja ”Kiitoksia käynnistä ja tervetuloa uudelleen!”. Viidestä haastateltavasta vain yksi oli ehtinyt unohtaa koirien käyneen Viljonkodissa. Hän epäili, ettei ollut paikalla kun koirat kävivät. Kaikki kertoivat mielellään omista koirakokemuksistaan ja tuntuivat muistavan hyvin asioita lemmikeistään. Kyse- lin esimerkiksi, oliko heillä ollut koiria, minkälaisia ja minkä nimisiä ne olivat olleet, mitä niiden kanssa oli tehty ja millaisissa paikoissa asuttu. tarinat on pidetty mahdollisimman samanlaisina kuin asukkaat ovat ne itse kertoneet.

On mulla ollut kaksi kultastanoutajaa ja sitten pystykorviakin. Yhden nimi ainakin oli Neville ja yhden Aapeli. Sen Nevillen syntymäpäiviäkin vietettiin, niin leivoin ihan täytekakun ja pullia. Kakussa oli yksi kynttilä kun hän yhden vuoden täytti silloin ja naapurit kutsuttiin sitten kahville. Koirakin sai herkkuja, se aina istui mun vieressä siinä pöydän vieressä ja tassulla raapas reiteen kun halus lisää herkkuja.

Kertoja oli innokas kertomaan ja naureskeli paljon tarinalleen. Hän selkeästi iloitsi muistellessaan hassuja koiran synttäreitä ja sitä miten koiran kanssa syötiin synttäräkakkua. Koirien nimet tulivat myös melko helposti esille. Tämän kertojan tarina vaikutti eniten epätodelta, koirasynttäreineen, vaikka kertoja itse pitikin sitä aivan totena. On kuitenkin mahdotonta määritellä, mitkä osat tarinoista olivat tosia ja mitkä eivät. Kaikki kertojat tuntuivat uskovansa omiin tarinoihinsa täysin.

Afgaaninvinttikoiraa mulla on ollut, mutta sellasta on niin hankala pitää kun yksin asuu, jos se sairastuu niin miten sitä sitten voi yksin hoitaa. Se oli sellane rusehtavan värinen ja asuttiin omakotitalossa. Ulkona sen kanssa sitte aina käytiin. Se oli sellanen että aina menos ja tulos niinko minäkin. Tyttärelläkin oli koira.

Tarinan kertoja kertoi realistisesti ja puhui siitä, miten vaikeaa koira olisi enää pitää. Tyttären koirat ovat tai olivat kertojalle ilmeisesti tärkeitä, sillä ne hän mainitsi myöhemmin uudelleen. Kertoja myös vertasi koiraan hauskasti itseensä, aivan kuin olisi ajatellut omistajan muistuttavan aina koiransa. Kertoja olisi varmasti halunnut lemmikkejä yhä lähelleen, mutta ymmärsi niiden pitämisen olevan mahdotonta. Tästä syystä hän nautti läheistensä koirien vierailuista.

Maalla on ollu koira, sellanen seefferi, onkohan niitäkin erilaisia? Se viimeinen oli Pösö. Se oli perso kaikelle ruoalle, mutta ei sille pöydästä annettu, vaikka sitä vähän lellittiinkin mutta ei pöydästä annettu herkkuja. Tykkäs se lenkkeillä ja rapsutteluista ja ku sille jutteli.

Tässä tarinassa kertoja muisti hyvin lemmikkinsä nimen ja kertoi siitä myös yksityiskohtia kuten esimerkiksi koiran luonteen. Kertoja jäi myös pohtimaan koiransa rotua ja ulkonäköä. Koira oli ollut ilmeisen tärkeä kertojalle sillä hän mainitsi koiran olleen hieman lellitty.

Susikoira meillä oli ja se oli hyvin opetettu. Se ei syönyt ennen ku annettiin lupa. Ei se maalla oppinu oleen ku me asuttiin kaupungissa. Oli se tosi kiltti eikä karannu ikinä.

Kertoja ei muistanut koiran nimeä, vaikka pitkään ja mietteläästi sitä pohditiin. Hän tuntui olevan ylpeä siitä, että hänen koiransa oli hyvin opetettu. Kertoja myös piti välillä tuumaus taukoja ja toistaessani kysymyksen hän ilmoitti ymmärtäneensä kysymyksen oikein hyvin ja kuulleensa myös sen. Hänen kuullossaan ei ollut mitään vikaa. Hän vain mietti niin tarkkaavaisesti, että luulin hänen uponneen omaan maailmaansa tai ettei hän kuullut kunnolla. Tarinan kertoja oli koirien vieraillessa erittäin aktiivisesti mukana.

On meilläkin kyllä koiria ollut, sellainen suuri vaalea koira, olisko ollut labradorinnoutaja, ei siitä ikinä harmia ollu vaikka keskustassa asuttiin. Sen nimi oli Sabi. Kiltti koira oli, pidimme molemmat kyllä kovasti tästä koirasta. Maalakin oli ollut koira aiemmin. Koira oli aina innoissaan, kun pääsi metsään, mutta hyvin se totteli, meidän oma koira. Se juoksenteli aina pihalla vapaana ja tuli ite sit sisälle kun ei ulkona leikkiminen enää kiinnostanu. Ei se sisälläkään tehnyt ikinä mitään pahaa. Siististi esiintyvä koira oli.

Tämän tarinan kertoja oli kova puhumaan, kun hänet vain sai alkuun. Hän ei muistanut koirakaverien vierailua, mutta kertoi mielellään omasta lemmikistään. Hän kertoi eniten koirastaan ja siitä millainen se oli ollut. Hän myös tavutti koiran nimen, jotta se ei vain menisi väärin. Koira tuntui olevan hänellä tuoreessa muistissa ja hän naureskelikin kertoessaan siitä.

Kukaan ei kuitenkaan kertonut koiralla olleen mitään erityistehtävää, kuten metsästäminen tai paimentaminen. Ne olivat vain olleet perheen lemmikkejä, jotka olivat olleet osa perhettä. Kaikki muistelivat koiriaan mielellään, eivätkä he juuri puhuneet muista lemmikeistä. Kaikilla muisteli-joilla oli positiivisia tarinoita kerrottavanaan eikä huonoja muistoja koirista juuri ollut, vaikka tiedustelinkin olivatko koirat ikinä tehneet pahojaan. Myöskään koirien loukkaantumisista tai kuolemista ei kerrottu mitään. Uskon että koirien vierailu oli niin iloinen tapahtuma, ettei kukaan edes ajatellut huonoja tai surullisia muistoja kerrottavan. En myöskään kysellyt koirien kohtaloista.

Kaikista tarinoista huokuivat myös yksilöllisyys ja positiiviset muistot, vaikka aihe olikin kaikille sama. Kaikilla oli omanlaisensa kokemukset ja kaikki painottivat tarinoissaan eri asioita. Asukkaiden erilaiset elämänhistoriat näkyivät myös koiratarinoiden kautta. Kertomuksista pystyi päättelemään, millaisissa paikoissa he olivat asuneet ja millaisia asioita he ovat arvostaneet. Joissakin tarinoissa koirat saivat tulla melkeinpä ruokapöytään ja joissakin koira oli ulkokoirona. Toiset kokivat selkeästi kurin olevan tärkeää koiralle ja toiset lellivät lemmikkiään avoimesti.

Tarinallisuuden kautta asukkaat pääsivät jakamaan kertomuksiaan toistensa kanssa, ja he selvästi ottivatkin kontaktia toisiinsa nauraen yhdessä kuulluille jutuille. Tilanne loi yhteisöllisyyttä jota sosiaalipedagogiikka

korostaa. He eivät kuitenkaan kyselleet toisiltaan paljoakaan, mikä kertoi ehkä omalla tavallaan tilanteen pienestä jännittyneisyydestä. Vaikka kaikki olivatkin rennosti yhdessä, he eivät halunneet poiketa tilanteesta, jotta keskustelu ei lähtisi rönsyilemään. Ryhmä oli puhelias ja he kaikki malttoivat kuunnella myös toistensa tarinoita.



Kuva 6 Laava nauttii rapsutuksista. Kuva Justiina Nisumaa.

11.6 Koira-aiheisten kuvien työstäminen

Kaverikoirien vierailun jälkeen seuraavana päivänä työstimme taideteokset koirista. Aluksi katselimme yhdessä television kautta valokuvia asukkaista ja kaverikoirien vierailusta (kuva 6). Osa asukkaista muisti tapahtuman ja he tunnistivat itsensä kuvista. Hoitajat auttoivat asukkaita tunnistamaan mitä kuvissa tapahtui ja keitä siellä näkyi. Taustalla soi Kipparikvartetin kappale Viheltäjä ja hänen koiransa, ja tämä sai asukkaat reagoimaan haukahtelemalla musiikin tahtiin. Tunnelma oli iloinen ja hilpeä. Koira-aiheinen musiikki toi varmasti kuvien katseluun syvyyttä ja lisätunnelmaa.

Tämän jälkeen hoitajat auttoivat minua kokoamaan seitsemän henkeä pöydän ympärille kuvituksen tekoa varten. Moni pöytään tulijoista oli epävarma ja kyselikin olisiko heistä kuvien tekijöiksi. Kaikki tuntuivat olevan hieman hämillään. Esittelin koirasabluunat ja juttelimme, mitä rotuja kuvissa mahtaisi olla. Joidenkin koirien kohdalla he saattoivat kertoa, kenen tai minkä nimistä koiraa kuva muistutti. Näytin myös yhdellä sabluunalla mallin, miten työ etenisi.

Kysyin heiltä, minkälaisen koiran he halusivat tehdä, mutta kukaan ei osannut oikein päättää. Lopulta annoin jokaiselle sattumanvaraisesti sabluunan ja lähdimme työstämään kuvia. Olin valinnut sabluunoihini koiria, jotka olivat käyneet vierailulla sekä sellaisia rotuja, joita ajattelin asukkail-

la olleen omissa kodeissaan kuten saksanpaimenkoira, suomen pystykorva ja ajokoirra. Asukkaat eivät yllätykseksi halunneet kuitenkaan valita jotakin tiettyä koiraa työhönsä, vaan heille kelpasi ihan mikä tahansa. Koira toimi vain prototyyppinä työssä, eikä sen tarvinnut olla heidän mielestään mikään tietty koira. Heillä oli tietty skeema koirasta, eikä sen tarvinnut edustaa mitään tiettyä koiran muotoa, vaan heille riitti skeeman mukainen koiran siluetti. Kävimme sabluunat läpi ennen työskentelyä, mutta he eivät ilmeisesti hahmottaneet eri, koiria tai sitten sillä ei vain ollut niin suurta merkitystä heille.

Apuna työskentelyssä toimi viriketoiminnasta vastaava ohjaaja Pirjo Mäkinen. Lähes jokainen tarvitsi apua aloittamiseen, tuputtimen valitsemiseen, värin laittamiseen siihen sekä kuvan värjäämiseen. Joukossa oli yksi asukas joka lähti työskentelemään melko itsenäisesti saatuaan välineet lähelleen.

Asukkaiden epävarmuus näkyi myös siinä, että he kyselivät omista töistään paljon: ”onko tämä nyt hyvä”, ”vieläkö laitan väriä”, ”pitäisikö minun vielä tuputella tätä” ja ”voitko sinä auttaa, kun en osaa?”. Ajattelin, että epävarmuus tulee siitä, että he eivät ole tehneet paljon tällaisia töitä aiemmin. Lisäksi heidän lapsuudessaan ja nuoruudessaan koulussa kuvaamataidon työt arvosteltiin eri tavoin kuin nykyään ja siltä pohjalta on voinut jäädä hieman negatiivisia kokemuksia, ja piirtämisestä ja maalaamisesta ei ole muodostunut heille tapaa itsensä ilmaisuun. Yksi tekijöistä tiedusteli kuvien valmistuttua ”Missäs tämä nyt sitten arvostellaan?”. Tämä kertoo mielestäni hyvin siitä, miten he ehkä tekivät työtä jollekin muulle, kuin itselleen ja tästä syystä epävarmuus tekemisessä näkyi niin voimakkaasti. Kysyjällä oli myös selkeä skeema siitä, miten työn kanssa edetään. Hänelle oli jäänyt mielikuva työn tekemisestä ja sen jälkeisestä arvostelusta, eikä hän osannut muuttaa skeemaansa. Pirjo Mäkisen mielestä asukkaat kuitenkin tarttuivat melko hyvin toimeen, kun kuvien teko oli saatu aloitettua.



Kuva 7 Asukas piirsi kekseliäästi koiralle pannan ja hihnan. Kuva Justiina Nisumaa.

Lopuksi he vielä piirsivät koirille ympäristöä ja moni halusi myös nimetä tekemänsä koiran. Yksi asukkaista yllätti piirtämällä hyvin paljonkin koiran ympärille asioita (kuva 7). Hänelle piirtäminen tuntui olevan positiivisempaa ja luontevampaa kuin muille. Kuvallinen ilmaisu sopi hänelle hyvin, hän ei myöskään vaikuttanut yhtä epävarmalta kuin muut asukkaat. Kaikki saivat tehtyä koirakuvat ja lopuksi ne kiinnitettiin värillisille pohjille ja asetettiin näyttelyyn yhdessä tekstien kanssa. Asukkaat saivat ilmaista mielipiteensä siitä, minkä värinen pohja sopisi mihinkin kuvaan. Asukkaat ihailivat näyttelyä ja olivat tyytyväisiä kokonaisuuteen. Myös hoitajilta tuli positiivista palautetta, ja he kehuivatkin asukkaiden tekemiä töitä (kuva 8 ja 9).



Kuva 8 Viljonkodin asukkaiden näkemyksiä koirista ja niiden elinympäristöstä. Kuvat Justiina Nisumaa.



Kuva 9 Valmis näyttely Viljonkodissa. Kuva Justiina Nisumaa.

12 TULOKSET

Tavoitteena oli järjestää kaverikoiratoimintaa joka ei jää pelkkään koirien vierailuun vaan viedään prosessina pidemmälle. Halusin nähdä, millainen merkitys kaverikoiratoiminnalla on, ja voisiko sitä jatkaa toiminnallisesti eteenpäin. Kaverikoirien vierailusta voisi jälkeensä järjestää juttuhetkiä, ja muistelutuokioita asukkaiden kanssa. Myös teemaan sopivia lauluja, loruja ja runoja voisi käyttää hyödyksi. Lisäksi kaverikoirien käynnin hyöty näkyisi selvemmin, kun toimintaa jatkettaisiin vielä eteenpäin. Kaverikoirien luomia tunteita ja reaktioita käytettiin osana muistelutyötä. Kaksi päivää kestänyt koirateema oli juuri sopivan pituinen ajankohta. Päivät koostuivat elävistä koirista, omien koirien muistelusta jutellen sekä koira-aiheisten kuvien työstäminen. Myös kaverikoiratoiminnan laajentaminen Viljonkotiin vakituisiksi vierailijoiksi oli tavoitteena.

Tilanteet olivat hyvin yhteisöllisiä ja sosiaalisia, mikä on yksi sosiaalipedagogiikan kulmakivistä. Yksilöt yhteisössä pääsivät ilmaisemaan itseään sanallisesti ja kuvallisesti omina itsenään. Mielestäni sosiaalipedagogiikka näkyi hyvin kokonaisuudessa, sillä se innosti muistisairaita toimimaan ja olemaan kontaktissa muihin.

Kaverikoirien vierailulla oli mielestäni suuri merkitys Viljonkodissa. Monet asukkaat ovat omistaneet koiria ja muita lemmikkejä, mutta heillä ole enää mahdollisuutta pitää itsellään niitä. Tästä syystä koirien vierailu ilahdutti paljon asukkaita ja he olivatkin heti valmiita kertomaan koiriin liittyvistä kokemuksistaan niiden vierailun jälkeen. Asukkailta saatu palaute ja yleinen iloinen tunnelma koirien aikana ja jälkeen kertoivat, että vierailu kohotti Viljonkodin asukkaiden mielialaa. Viljonkodissa ei ollut aiemmin vierailut kaverikoiria, mutta omaisten ja hoitajien koiria oli käynyt aiemmin satunnaisesti. Nämä koiravierailut olivat erittäin toivottuja asukkaiden keskuudessa jo tuolloin. Kaverikoirien vierailu mahdollistaa kokonaisen tunnin intensiivistä koira-aikaa, jolloin on mahdollisuus tutustua koiriin ja jutella niiden ohjaajien kanssa.

Uskon myös, että koira-aiheisten taideteosten tekeminen kasvatti tekijöiden itsetunnetusta varsinkin, kun töistä tehtiin näyttely, jota myös hoitajat sekä omaiset voivat ihaila. Asukkaiden muistiongelmiä takia he eivät montaa päivää muistaneet tuottaneensa itse näyttelyssä olevat kuvat ja tekstit. Tästä huolimatta niiden ihasteleminen Viljonkodin seinällä saattaa silti tuoda heille muistoja mieleen. Taidenäyttely tuo myös väriä ja elävyyttä Viljonkotiin.

Koira teemana onnistui hyvin, sillä lähes kaikki osallistujat pitivät koirista ja heillä oli jonkinlaisia kokemuksia jaettavana muille. Muita hyviä teemoja Viljonkotiin käytettäväksi voisi olla ruoka ja leipominen, asuminen, entisajan kotityöt, matkustelu, metsä ja sadut. Kaikkia aiheita voi muistella eri keinoin, ja kaikilla on varmasti jonkinlaisia kokemuksia aiheista. Teemoihin voi kerätä esineitä, lukea vanhoja tarinoita, keskustella kokemuksista, maistella tuttuja makuja tai kerätä lehdistä kuvia ja liimata niistä kol-

laasin. Kirjaimellisesti vain luovuus on rajana. Viljonkodissa käytetään teemoja jo esimerkiksi juhlien aikaan, jolloin on teemaan sopivaa virike-toimintaa.

12.1 Tulokset

Tärkeimpänä saavutuksena koin, että ylipäänsä kaverikoiratoiminta saatiin käynnistymään myös Viljonkodissa. Viljonkodin ja kaverikoirien välillä tuntui olleen vain väärinkäsitys, jonka vuoksi kaverikoiria ei oltu saatu Viljonkotiin vierailulle. Yhteys kaverikoirien ja Viljonkodin välille on luotu, jolloin kaverikoirista voi tulevaisuudessa olla vielä paljon iloa Viljonkodin asukkaille. Toivon, että vierailu herätti hoitajissa kiinnostuksen ottaa kaverikoirat vastaan säännöllisesti, sillä asukkaat nauttivat siitä paljon. Toimin linkkinä heidän välillään ja nyt kaverikoirat ovat löytäneet Viljonkodista yhden vierailukohteen enemmän.

Lisäksi kaverikoirien tärkeyden merkitys minulle itselleni kasvoi koko opinnäytetyöprosessin aikana. Olen varma, että lähdän itse mukaan toimintaan, kunhan vain omistan harrastukseen sopivan koirakaverin.

Opinnäytetyössäni havaitsin, että kaverikoirien vierailulla on positiivisia vaikutuksia asukkaisiin, ja koirien vierailu toimii loistavasti virkistävänä kokemuksena. Koirien vierailun avulla pystyttiin tuomaan esiin omia muistoja ja eläinten konkreettinen koskeminen ja vuorovaikutus niiden kanssa toivat asukkaille hyvinvointia ja iloa. Kaverikoirien vierailua pystyi myös viemään prosessina eteenpäin, sillä aihe kirvoitti keskustelua vielä seuraavanakin päivänä, vaikka kyseessä oli muistisairaiden ryhmä. Valokuvien esittely koirien vierailusta toimi erittäin hyvänä tunnelman viritäjänä.

Kaverikoirien luomat tunteet ja mielikuvat siirtyivät luontevasti järjestämäni toiminnan muihin vaiheisiin. Kaverikoirien vierailusta jäänyt ilo huokui myös tarinallisessa osuudessa, sillä kaikki kertoivat innokkaasti positiivisista kokemuksistaan. Tämä kertoo siitä, että moni aistillisen toiminnan luominen kaverikoiria apuna käyttäen, onnistui hyvin.

Konkreettinen saavutus oli näyttely Viljonkodissa, jota myös pystyvät ihaillemaan omaiset ja läheiset. Siitä näkyy tekstein ja kuvin Viljonkodin asukkaiden muisteluista Kenties löytävät laitoksessa asuvasta omaisestaan myös aktiivisen ja muistavan puolen. Kuvat kertovat myös siitä, kuinka paljon erilaisia asioita vanhusten kanssa yhdessä voi työstää. Näyttelyn avulla myös hoitajat ja omaiset pääsevät tutustumaan asukkaiden maailmaan. Muistoista on luotu jotakin konkreettista ja ne tuovat puheenaiheita asukkaiden välille. Näyttelyn avulla asukkaat ovat päässeet vaikuttamaan Viljonkodin ilmeeseen sekä heidän kokemukset ja teokset on muiden nähtävillä. Muistiryhmänä Viljonkodin asukkaat eivät välttämättä muista kovin pitkään, että he ovat itse tehneet näyttelyn työt, mutta töiden ja tarinoiden näkeminen auttaa heitä muistamaan.

12.2 Palaute

Olen kerännyt palautteen kolmesta eri osasta. Mielestäni oli tärkeää saada palautetta itse asukkailta eli Viljonkodin muistiryhmäläisiltä, jotka olivat toiminnassa mukana. Heitä varten tuokiot suunniteltiin ja toteutettiin. Lisäksi halusin palautetta Kaarikeskuksen Viljonkodin hoitajilta, sillä heiltä saan ammattilaisen näkökulman suunnittelemaani tuokioon ja sen toimivuuteen. Myös yhteistyökumppanina toimineen Vihdin kaverikoira yhdistyksen mielipide on minulle tärkeä, sillä heidän toimintansa oli oleellinen osa opinnäytetyötäni. Palautetta sain pääasiassa suullisesti ja sähköpostin kautta. Viljonkodista sain myös kirjallisen arvioinnin työstäni.

Heti kaverikoirien vierailun jälkeen sain positiivista palautetta vierailulla olleilta koiran omistajilta. Heistä oli mukava käydä uudessa paikassa koirien kanssa, ja he odottivat mielenkiinnolla, millaisia tuloksia saisin vierailusta ja siihen liittyvistä tuokioista. He uskoivat että saattaisivat vierailla jatkossakin Viljonkodissa, mikäli Viljonkoti on vain kiinnostunut.

Viljonkodin hoitajat antoivat näyttelyn pystyttämisen jälkeen positiivista palautetta, ja heistä näyttely piristi Viljonkotiä. He epäilivät, myös että näyttelyä tulnaisiin ihailemaan niin asukkaiden kuin omaistenkin kanssa paljon tulevaisuudessa. Koirien käyminen oli myös heidän mielestään mukava juttu, josta toivottiin jatkuvaa toimintaa.

Kaarikeskuksen asiakkailta tuli positiivista palautetta erityisesti koirien vierailusta. Heidän olemuksensa kertoi jo paljon positiivisesta koirakokemuksesta, sillä he olivat hyväntuulisia, iloisia ja juttelivat paljon juuri käyneistä koirista.

”Tämähän oli meidän onnenpäivä kun saatiin nähdä näin monta koiraa.” huudahti eräs asukas, kun tiedustelin, millaisia ajatuksia koirien käyminen oli nostanut. Koirien vierailu oli selvästi tälle henkilölle tärkeää, sillä hän nimitti päivän onnenpäiväksi. Myös muilta asukkailta tuli positiivisia kommentteja.

Ei ollut odottamaton vaan odotettu ja mukava kun kävi!
Ihan mukavia. Kaikki koirat oli kivoja.
Oikea ilon päivä!
Kiitoksia käynnistä ja tervetuloa uudelleen!

Kukaan asukkaista ei sanonut koirien vierailusta mitään negatiivista, vaan kaikille tuntui jääneen hyvä tunnelma päivästä. Koirien toivottiin tulevan uudestaan, ja se kertoo asukkaiden positiivisesta kokemuksesta. (Kuva 10.)

Lisäksi he katselivat kiinnostuneesti seinälle koottua näyttelyä ja kehuivat töitä vaikka alkuun olivatkin hieman epävarmoja kuvien tekemisestä. Kaikki tuntuivat kuitenkin olevan tyytyväisiä osallistumiseen, sillä lopputuloksia ihailtiin yhdessä asukkaiden ja hoitajien kanssa. Toiset yrittivät olla hieman vaatimattomia kommentoiden ”No onhan tämä nyt vähän tämmöinen...”. Vaatimattomuus saattoi johtua epävarmuudesta omaan te-

kemiseensä ja oman työnsä näkyvyyteen. Silti kukaan ei pelännyt saamaansa huomiota.



Kuva 10 Kaverikoirat kaikkien ihasteltavina. Kuva Justiina Nisumaa.

12.3 Pohdinta ja loppupäätelmät

Viljonkodissa toteutetaan viriketoiminnan ohjaaja Pirjo Mäkisen toimesta paljon erilaista ohjelmaa, ja se kertookin paljon siitä, että muistisairaiden kanssa voi toimia aivan yhtä paljon kuin muiden kanssa. Heidän kanssaan täytyy ottaa vain enemmän asioita huomioon, mutta lähes mikään ei ole mahdotonta. Itse ymmärsin opinnäytetyötä tehdessäni, miten haastava ryhmä muistisairaajat ovat, mutta miten monipuolisia asioita heidän kanssaan pystytään siltikin toteuttamaan. Viljonkodin asukkaat olivat melko aktiivisia, ja selvästi heitä kiinnosti uudet asiat. Erilaiset kuvataiteelliset työt voisivat tuoda esiin piilotettuja kykyjä asukkaissa ja auttaa ilmaistamaan itseään. Kuvataidetta ohjatessa pitäisi vain painottaa, että jokainen tekee omalla tavallaan, eikä niitä arvostella. Esimerkiksi musiikkimaalaus voisi toimia tällä asiakasryhmällä. Kuvan ei tarvitsisi esittää mitään, he saisivat vain leikitellä muodoilla, rytmeillä ja väreillä.

Hyvänä apuna opinnäytetyössäni toimi Leonie Hohenthal-Antin (2013) teos *Muistellaan, Luovat menetelmät muistisairauden tukena*. Tämä teos oli erittäin inspiroiva ja sisälsi paljon käyttökelpoista materiaalia vanhusien kanssa työskennellessä. Hohenthal-Antin on kertonut luovasti ja idearikkaasti monista erilaisista tavoista muistella ottaen huomioon muistisairaajat ja heidän tarpeensa. Toivon että pääsen käyttämään tätä kirjaa käytännössä ja kokeilemaan luovia muistelun keinoja ikäihmisten kanssa jatkossakin.

Hohenthal-Antin (2013) kertoi teoksessaan elämäkertamuistelusta, jolloin elämän eri vaiheita käydään läpi muistelun keinoin. Mielestäni myös tämä voisi olla hyvä kenties koko vuoden kestävä teema. Kerran kuukaudessa käytävät muisteluhetket voisivat käsitellä lapsuutta ja perhettä, kotia ja kotiaskareita, omaan kotiin muuttamista ja perheen perustamista, työtä kotona ja muualla sekä lomiamatkoja ja matkustelua. Osallistujat voisivat dokumentoida muistelukerhoilla omia muistojaan erilaisin keinoin ja jokainen voisi kerätä dokumentit itselleen, jolloin jäljelle jäisi omasta elämänerästä tuotettu tuotos. Jokaisella muistelu kerralla voisi olla oma tapa työstää muistosta jokin dokumentti, esimerkiksi, kuvan tekeminen, jokin käsityö, lehdistä leikkaamalla tai liimaamalla, valokuvaamalla tai valitsemalla itselleen kuvan tai kortin. Myös kirjoittamalla muutamia sanoja tai leikkaamalla niitä lehdistä elämäkertaan saisi vähän kerronnallisuutta. Myös hoitajien tai omaisten avustamana lyhyet tarinat tuovat kokonaisuuteen hyvää lisän.

Kuitenkin toimintaa suunnitellaan asukkaiden toiveiden mukaan, ja ikäihmismiset saattavat usein olla jämähtäneinä vanhoihin hyväksi todettuihin asioihin. On hyvä ottaa asiakkaiden toiveet huomioon, mutta ikäihmisiä voisi houkuttaa vaikkapa kerran kuukaudessa järjestettävään tuokioon, jossa kokeiltaisiin aina jotakin uutta. Uudet asiat voivat kuitenkin myös innoittaa ja antaa uusia ulottuvuuksia vanhuksen elämään.

Ikäihmisten ja muistisairaiden kohdalla mielestäni on hyvä, että he pääsevät kokeilemaan uusia asioita. Se rikkoo stereotyyppioita ja voi parhaimmillaan avata vanhukselle uuden keinon kommunikoida tai maailman, josta hän kiinnostuu ja innostuu. Ei pitäisi myöskään yleistää, että ikäihmisten haluavat neuloa sukkaa ja pelata bingoa, sillä heillä ei välttämättä ole tietoa, millaisia uusia pelejä voisi pelata tai mitä muuta voisi kokeilla neuloa. Vanhukset eivät välttämättä itse osaa kysyä tai etsiä tietoa, varsinkaan laitoissa, joissa ollaan paljon omassa pienessä yhteisössä. Tästä syystä uusien asioiden esittelemine ja kokeileminen jää henkilökunnan varaan. Ikäihmisten yhteisöihin linkkeinä toimivat hoitajat, omaiset ja muut ulkopuoliset vierailijat, jotka tuovat uudet asiat ikäihmisten valittaviksi. Jos he eivät niitä tuo, niin kuka sitten?

Opinnäytetyössäni olisin voinut järjestellä yksityiskohdat tarkemmin. Esimerkiksi ohjaustuokioiden aloitus ja lopetus olisi voinut olla voimakkaammin esillä, sillä se on tärkeä rutiini muistisairaille. Lisäksi ryhmä olisi voinut olla tietty ja sama, sekä tarinatuokion ja kuvitustuokion olisi voinut järjestää rauhallisemmissa oloissa, jolloin olisin saanut asukkaiden huomion paremmin. Myös palautteen keruuseen olisin voinut käyttää jotakin toiminnallista menetelmää tai kyselylomaketta hoitajille. Jäin myös pohtimaan tarinallista osuutta, joka olisi voinut olla pidempi, ja olisimme voineet käsitellä siinä myös tuntemuksia oman koiran kuolemasta.

LÄHTEET

Erkinjuntti, T., Alhainen, K., Rinne, J. & Huovinen, M. 2006. Muistihäiriöt. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.

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

Juntunen, J. 2008. Kliininen kognitiivinen aivotiede, aivot ja ajattelu. Saarijärvi: Saarijärven Offset Oy.

Jyväskylän ammattikorkeakoulu, oppimiskäsitykset. Viitattu 8.8.2013.
<http://oppimateriaalit.jamk.fi/oppimiskäsitykset/oppimiskäsitykset/humani-stinen-kokemuksellinen-oppiminen/>

Hohenthal-Antin, L. 2006. Kutkuttavaa taidetta, taidetoiminta seniori- ja vanhustyössä. Jyväskylä: PS-kustannus.

Hohenthal-Antin, L. 2009. Muistot näkyviksi, muistelutyön menetelmiä ja merkityksiä. Jyväskylä: PS-kustannus.

Hohenthal-Antin, L. 2013. Muistellaan, luovat menetelmät muistisairaiden tukena. Jyväskylä: PS-kustannus.

Hämäläinen, J. & Kurki, L. 1997. Sosiaalipedagogiikka. Helsinki: WSOY.

Hämäläinen, J. 1999. Johdatus sosiaalipedagogiikkaan. Kuopio: Kuopion yliopiston painatuskeskus.

Kaarikeskus, Viitattu 3.4.2013.
http://www.kaarikeskus.fi/palv_virkistys.php

Kananen, J. 2010. Opinnäytetyön kirjoittamisen käytännön opas. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy – Juvenes.

Koirat kasvatus ja kuntoutustyössä ry. Viitattu 3.4.2013
<http://www.kasvatus-kuntoutuskoirat.fi/>

Kurki, L. 2008. Innostava vanhuus. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy – Juvenes.

Paavilainen, P., Kalakoski, V., Laarni, J., Anttila, R., Kreivi, M., Oksala, E. & Stenius, M. 2006. Persoona 3, tiedonkäsittelyn perusteet. Helsinki: Edita Prima Oy.

Patrikainen, R. 1997. Ihmiskäsitys, tiedonkäsitys ja oppimiskäsitys luokanopettajan pedagogisessa ajattelussa. Joensuu: Joensuun yliopistopaino.

Sava, I. & Vesanen-Laukkanen V. 2006. Taiteeksi tarinoitu elämä. Jyväskylä: PS-kustannus.

Sampakoski, S. 2012. 700 kaverikoiraa tekee arvokasta vapaaehtoistyötä. Koiramme 4/2012, 30–38.

Suomen kennelliitto: Kennelliiton kaverikoirat. 2013. Lahti: Markprint oy.

Suomen kennelliitto: Kaverikoirat Kurssimateriaali. 2013. Lahti: Markprint Oy.

Suomenkennelliitto. Viitattu 3.4.2013.
www.kennelliitto.fi/FI/koira/kaverikoira

TYT/avoin yliopisto, sosiaalipsykologian peruskurssi. Viitattu 8.8.2013.
<http://www.uta.fi/avoinyliopisto/arkisto/sosiaalipsykologia/kognitiivisuus.html>

Haastattelu:

Kaverikoiraohjaajat, 2013. Vihti. Henkilökohtainen tiedonanto 24.2.2013.

Mäkinen, P. 2013. Viriketoiminnan ohjaaja. Viljonkoti. Haastattelu 4.6.2013.

ULKOPUOLISEN HAVAINNOIJAN LOMAKE

Havainnointilomake 2.6.2013

1. Millainen ilmapiiri on Viljonkodissa ennen kaverikoirien saapumista?
2. Miten asukkaat reagoivat koirien vierailuun?
3. Käyttäytyikö joku asukkaista huomattavan eritavalla kuin yleensä? Miten se näkyi?
4. Miten kaverikoirien vierailu vaikutti asukkaisiin?
5. Millainen ilmapiiri on Viljonkodissa kaverikoirien lähdettyä?
6. Muita huomioita.