



Karelia-ammattikorkeakoulu
Geronomi (AMK)

Hengellisyyden merkitys ikäihmiselle

Anu Tykkyläinen

Opinnäytetyö, helmikuu 2026

www.karelia.fi



OPINNÄYTETYÖ
Helmikuu 2026
Geronomikoulutus

Tikkarinne 9
80200 JOENSUU
+358 13 260 600

Tekijä
Anu Tykkyläinen

Nimeke
Hengellisyiden merkitys ikäihmiselle

Toimeksiantaja Kati Peltola
Toimeksiantajayhteisö Enon evankelisluterilainen seurakunta

Tiivistelmä

Tässä opinnäytetyössä pyrittiin selvittämään, mitä hengellisyys merkitsee ikäihmiselle ja tuottamaan tietoa siitä, miten ikäihmisen hengellisyyttä voidaan tukea. Tutkimuskysymyksinä olivat: Mitä hengellisyys merkitsee ikäihmiselle ja miten ikäihmisen hengellisyyttä voidaan tukea? Ikääntyessä läheisten menetykset, erilaiset elämäkokemukset sekä elämän rajallisuuden realisoituminen voivat syventää hengellisyiden merkitystä, minkä vuoksi aiheeseen perehtyminen on tärkeää ikäihmisten kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukemiseksi sekä seurakuntatyön kehittämiseksi ikäihmisten parissa.

Opinnäytetyö toteutettiin laadullisena tutkimuksena. Tutkimusaineisto kerättiin ikäihmisiltä teemahaastattelumenetelmällä. Aineisto analysoitiin teemoittelemalla, ja analyysissä kuvattiin ikäihmisten omia kokemuksia ja ajatuksia hengellisyydestä sekä heidän näkökantojaan hengellisyiden tukemisesta.

Opinnäytetyön tulosten mukaan hengellisyys koettiin ikäihmisten elämässä tärkeänä turvallisuutta ja rauhaa tuovana, elämään kiinteänä osana kuuluvana voimavarana. Ystävien ja läheisten tuki koettiin merkitykselliseksi seurakuntayhteyden lisäksi. Seurakunnan toiminnassa keskeisiksi hengellisyiden tuen keinoiksi koettiin erilaiset seurakunnan järjestämät tilaisuudet sekä diakoniatyöntekijän vierailut. Opinnäytetyön tuloksia voidaan hyödyntää ikäihmisten parissa tehtävässä työssä.

Kieli
suomi

Sivuja 42
Liitteet 5
Liitesivumäärä 10

Asiasanat
hengellisyys, ikäihminen, hengellinen tuki



THESIS
February 2026
Degree Programme in Applied Gerontology

Tikkarinne 9
FI-80200 JOENSUU
FINLAND
TEL. + 358 13 260 600 (switchboard)

Author
Anu Tykkyläinen

Title
The Importance of Spirituality for an Older Person

Commissioned by Kati Peltola
Commissioning organization Eno Evangelical Lutheran Parish

Abstract

The aim of this thesis was to explore what spirituality means to an older people and to provide information on how the spirituality can be supported. The research questions were: What does spirituality mean to an older person and how can it be supported? As people age, the loss of loved ones, life experiences in general as well as the realization of the finite nature of life can deepen the importance of spirituality. Therefore, exploring this topic is important for supporting the overall well-being of older people and for working with them in the parish.

This thesis was conducted as a qualitative study. Research data was collected from older people using focused interview methods. The data was analysed thematically with the aim of describing the experiences, thoughts and views of older people on spirituality and how it can be supported.

The results showed that spirituality plays an important role in the lives of older people, serving as a source of security and peace. In addition to parish community, support provided by friends and loved ones was considered significant. Various events organized by the parish and visit by deacons were regarded as essential to supporting spirituality in parish activities. The results of these theses can be used to further work with older people.

Language
Finnish

Pages 42
Appendices 5
Pages of Appendices 10

Keywords
spirituality, older people, spiritual support

Sisältö

1	Johdanto	5
2	Hengellisyys, henkisyys ja uskonnollisuus ikäihmisen elämässä	6
2.1	Hengellisyys ja henkisyys	6
2.2	Usko ja uskonnollisuus	7
2.3	Ikääntynyt ihminen	9
2.4	Muistisairaudet	9
2.5	Keskeiset tutkimukset	11
2.6	Opinnäytetyön toimeksiantaja ikäihmisen hengellisyyden tukijana	14
3	Tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset	16
4	Opinnäytetyön menetelmälliset valinnat	17
4.1	Laadulliseen tutkimukseen perustuva tutkimusmalli	17
4.2	Prosessia ohjaava malli	17
4.3	Aineistonhankinta teemahaastattelulla	18
4.4	Aineiston käsittely ja analyysi	21
5	Opinnäytetyön tulokset	23
5.1	Hengellisyyden merkitys ikäihmiselle	23
5.2	Ikäihmisen hengellisyyden tukeminen	29
6	Pohdinta	31
6.1	Johtopäätökset	31
6.2	Opinnäytetyön luotettavuus ja eettisyys	33
6.3	Opinnäytetyönprosessin pohdinta	35
6.4	Ammatillinen kasvu	37
6.5	Jatkotutkimusideat	39
	Lähteet	40

Liitteet

Liite 1	Aineistonhallintasuunnitelma
Liite 2	Suostumuslomake
Liite 3	Saatekirje
Liite 4	Haastattelukysymykset
Liite 5	Tietosuojaseloste

1 Johdanto

Hengellisyys on laaja, jokaisen ihmisen maailmankatsomukseen liittyvä oma-kohtainen kokemus, jonka vuoksi ihmiset kokevat sen eri tavoin (Flinck 2012, 4). Kristinuskossa elämää kannatteleva voima on Jumala, mutta hengellisyys voidaan kokea myös yhteytenä luontoon ja luomakuntaan tai olla elämäntätömuksellinen vakaumus (Nissinen 2009, 182).

Opinnäytetyön aihe on tämän päivän yhteiskunnassamme tärkeä ja merkityksellinen sosiaali- ja terveysalalla, geronomin ja vanhustyötä tekevien ammateissa yleensä, joissa hengellisyys sisältyy osaksi kokonaisvaltaista, hyvää hoitoa. Osatakseen tukea ikäihmisten hengellisyyttä, on tärkeää tietää, mitä asioita hengellisyyden tukemiseen sisältyy.

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimi Enon evankelisluterilainen seurakunta. Seurakunnan toiminnassa opinnäytetyön tuloksilla saadaan lisää työvälineitä ikääntyneiden hengellisyyden tukemiseen, sielunhoidolliseen työhön sekä seurakunnan toiminnan kehittämiseen.

Opinnäytetyö on laadullinen, tutkimuksellinen opinnäytetyö, jossa käytettiin laadulliseen tutkimukseen perustuvaa tutkimusmallia ja tiedonkeruu toteutettiin teoreettisen viitekehyksen lisäksi teemahaastattelumenetelmällä. Opinnäytetyön keskeiset käsitteet ovat hengellisyys, ikääntynyt ihminen ja hengellinen tuki. Tutkimuskysymyksinä oli selvittää, mitä hengellisyys merkitsee ikäihmiselle ja miten ikäihmisen hengellisyyttä voidaan tukea.

Tämän opinnäytetyön tekemisen apuna käytettiin tekoäly ChatGPT:tä Karelia ammattikorkeakoulun LibGuidessa annettujen ohjeiden mukaisesti. Tekoälyä käytettiin tekstin jäsentelyn ideoinnissa, rakenteen hahmottamisessa sekä omien ajatusteni selkeyttämisessä opinnäytetyön eri vaiheissa. (Karelia ammattikorkeakoulu 2026.)

2 Hengellisyys, henkisyys ja uskonnollisuus ikäihmisen elämässä

2.1 Hengellisyys ja henkisyys

Kristinuskossa hengellisyyden koetaan olevan uskonnollinen elämäntapa, yhteys itseä suurempaan Jumalan voimaan, joka kannattelee elämässä. Uskonnollisuuden lisäksi hengellisyys voidaan kokea yhteytenä luontoon ja luomakuntaan tai se voi olla elämänkatsomuksellinen vakaumus. Taustalla on yleensä yhteys johonkin ihmistä suurempaan turvaan. (Nissinen 2009, 182.)

Usein hengellisyys koetaan suunnanantajana tai inspiraation lähteenä. Hengellisyteen liittyvät erilaiset symbolit, rukous ja mietiskely. Hengellisten tarpeiden vastaamiseen on useita erilaisia tapoja, kuten laulaminen, hartauksien harjoittaminen, rukoileminen ja symbolit. Myös erilaiset ryhmätoiminnot, kuten sururyhmät tai hiljaisuuden retriitit, sielunhoito, läsnäolo ja keskusteleminen ovat keinoja vastata hengellisyyden tarpeisiin. (Flinck 2012, 4.)

Hanhirova ja Aalto (2009) määrittelevät hengelliset tarpeet neljään eri ryhmään, jotka ovat: tarve olla sopusoinnussa itsensä, läheisten ja Jumalan kanssa, tarve suojautumiseksi hajoamisen ja tuhoutumisen uhalta, elämän eheyden löytäminen sekä kiitollisuuden ja täyttymyksen tunteen saavuttaminen. (Hanhirova & Aalto 2009, 13.)

Jokaisella ihmisellä on oma ihmiskäsitys sekä henkilökohtainen kokemus siitä, miten hän kokee hengellisyyden tarpeita ja miten hengellisyys vaikuttaa hänen käsitykseensä elämän peruskysymyksistä. Ihmiskäsityksen muodostamiseen vaikuttavat koulutustausta, omat kokemukset sekä uskonnon määrittelemä ihmiskäsitys, joka Suomessa on valtaosin kristillinen ihmiskäsitys. Kristillisessä ihmiskäsityksessä korostetaan Jumalan luomaa ihmisarvoa: jokainen ihminen on Jumalan luoma, Jumalan edessä arvokas ja ainutkertainen sellaisena kuin on ja jokaiselle kuuluu mahdollisuus armoon eli uuden alkamiseen. Kristillisen

ihmiskäsityksen mukaan ihmisen kokonaisvaltaisuuteen kuuluvat hengen, sielun ja ruumiin toisiinsa vaikuttaminen. (Hanhirova & Aalto 2009, 10–11.)

Henkisyys on osa hengellisyyttä, mutta siihen ei liity välttämättä mitään uskonnollisuutta. Henkisyteen kuuluu mieli, havainto, tietoisuus, ajattelu ja kulttuuri. Se voi olla yhteys luontoon ja maailmankaikkeuteen, mielen tasapainoon, onnellisuuteen, sivistykseen, taiteeseen sekä olla suhde itseen ja muihin. Henkisyudessa pohditaan elämän tarkoitusta, oman olemassaolon merkitystä sekä harjoitetaan mieltä. Luterilaisen käsityksen mukaan henkisyys on näkyvään maailmaan ja ajalliseen elämään liittyvä puoli, jossa kiinnostus liittyy arvoihin ja merkityksiin. (Malkavaara 2022.)

Hengellisyyden katsotaan olevan myös uskon harjoittamista. Tähän kuuluvat jumalanpalveluksiin osallistuminen, ehtoollinen, hiljaisuus ja mietiskely. Myös yhteys toisiin uskoviin, hengellinen musiikki, laulaminen, rukoukset sekä oman uskonnon pyhän kirjan lukeminen kuuluvat uskon harjoittamiseen. Hengellisyys tulee ilmi ihmisen uskon-, sekä elämännäkemyksen tulkinnassa. Erilaisten elämäntapahtumien eteen tullessa alkaa ihminen pohtia olemassaoloaan. Keskeisiä kysymyksiä ovat: ”kuka minä olen, mikä on elämäni tarkoitus, mihin olen matkalla ja mitä tapahtuu kuoleman jälkeen.” (Hanhirova & Aalto 2009, 12–13.)

2.2 Usko ja uskonnollisuus

Tieteen termipankki määrittelee uskon johonkin asiantilaan uskomisena, josta ei ole tietoa (Tieteen termipankki 2025). Suomen kielessä ja kristinuskossa uskolla tarkoitetaan uskoa Jumalaan, elämää suuremmasta luottamuksesta. Jokapäiväisessä elämässä uskonto voi näkyä rakkauden tekoina, elämän valintoina ja muiden ihmisten huomioon ottamisena. (Suomen evankelisluterilainen kirkko 2025.)

Suomen perustuslain 731/1999, 6§:n mukaan

ketään ei saa ilman hyväksyttävää perustetta asettaa eri asemaan sukupuolen, iän, alkuperän, kielen, uskonnon, vakaumuksen, mieliteen, terveydentilan, vammaisuuden tai muun henkilöön liittyvän syyn perusteella. (Suomen perustuslaki 731/1999, 6§.)

Perustuslakia täydentää uskonnonvapauslaki (453/2003), joka tuli Suomessa voimaan 2003. Uskonnonvapauslain 3§ säädetään seuraavasti:

Jokaisella on oikeus päättää uskonnollisesta asemastaan liittymällä sellaiseen uskonnolliseen yhdyskuntaan, joka hyväksyy hänet jäsenekseen, tai eroamalla siitä. (Uskonnonvapauslaki 453/2003, 3§.)

Uskonnollisuus on kiinteä osa ihmisen elämänkaarta. Oman identiteetin kehittyminen sekä elämän aikana tapahtuneet asiat vaikuttavat siihen, kuinka henkilö kokee uskonnollisuuden ikääntymisen eri vaiheissa. Uskonnollisuus tulee ilmi erilaisten uskonnollisuuteen liittyvien rituaalien tai tapojen harjoittamisena, uskonnollisen suuntautumisen ja oletuksen välityksellä sekä elämässä tapahtuneiden asioiden merkityksellisyyden ymmärtämisenä. (Pirhonen & Saarelainen 2023, 38.) Uskonnollisuus voi olla ihmistä tukevaa ja lohduttavaa mutta myös ahdistavaa riippuen siitä, onko se ollut elämässä toivoa antavaa vai ankaraa (Viljamaa 2009, 104–106).

Terveyskasvatuksen neuvottelukunta on määritellyt uskonnollisuuden eri tasoihin. Näiden tasojen mukaan uskonnollisuus tulee esille erilaisina hengellisyyden hoidon toteuttamisen keinoina. Määritellyjä tasoja ovat ideologinen, rituaalinen, kokemuksellinen, älyllinen sekä välillinen taso. Ideologiseen tasoon sisältyvät erilaiset ihmisten pohdinnat kuolemasta ja uskosta Jumalaan. Rituaalisessa tasossa mahdollistetaan uskonnon harjoittaminen rituaalien, kuten esimerkiksi rukouksen, virsien veisaamisen ja kirkossa käymisen välityksellä. Kokemuksellinen taso käsittää Jumalan ja Pyhän läsnäolon sekä kokemisen. Älyllisessä tasossa tieto eri uskonnoista sekä niiden tavoista ja rituaaleista on merkittävä. Välillinen taso sisältää esimerkiksi uskonnon merkityksen mielenterveyteen. (Hanhirva & Aalto 2009, 14–15.)

2.3 Ikääntynyt ihminen

Laki ikääntyneiden väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvuluista (980/2012) eli vanhustalvuluilain 3 § mukaan Suomessa väestö luokitellaan ikääntyneiksi yleisen eläkeiän alkamisen perusteella. Lisäksi vanhustalvuluilaissa iäkkäällä henkilöllä tarkoitetaan:

henkilöä, jonka fyysinen, kognitiivinen, psyykinen tai sosiaalinen toimintakyky on heikentynyt korkean iän myötä alkaneiden, lisääntyneiden tai pahentuneiden sairauksien tai vammojen vuoksi taikka korkeaan ikään liittyvän rappeutumisen johdosta. (Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvuluista 980/2012, 3§.)

Kuitenkaan jokaisen henkilön hyväksymää ikää vanhuuden alkamiselle ei ole, koska vanhuuden tulkinta ei ole yksiselitteinen. Jokaisella ihmisellä muutokset, jotka aiheutuvat ikääntymisestä, ovat yksilöllisiä. (Valtakunnallinen sosiaali- ja terveystalvulan eettinen neuvottelukunta 2008.)

Hyvään, onnistuneeseen vanhenemiseen kuuluvat keskeisesti toimijuus, osallisuuden kokemukset, mielekkään elämän kokeminen. Oman elämäntarinansa hyväksyminen, omannäköisen elämän eläminen, resilienssi ja psyykinen hyvinvointi sekä toimintakyky edesauttavat hyvää vanhenemistä. (Uurtamo 2021). Yhtenä tärkeimmistä fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn ylläpitämisen keinoista on liikunta, jolla on myös suuri merkitys aivoterveysteen. Liikunnan lisäksi terveelliset elämäntavat ovat viimeaikaisten tutkimusten perusteella antaneet toivoa myös lisääntyneiden muistisairauksien syntymisen ennaltaehkäisyyn. (Terveysten- ja hyvinvoinninlaitos 2025.)

2.4 Muistisairaudet

Ikääntyminen ei ole juurisyy muistisairauksien syntyyn, vaikka niiden määrä ja ilmaantuvuus lisääntyvätkin ihmisen ikääntyessä kognitiivisen toimintakyvyn heikentymisen myötä (Terveysten- ja hyvinvoinninlaitos 2023). Suomessa on vuonna 2021 rekisteröity olevan noin 150 000 muistisairaus diagnoosin

saanutta henkilöä (Terveysten- ja hyvinvoinninlaitos 2024). Uudessa tutkimuksessa on todettu muistisairauteen Suomessa sairastuvan joka vuosi noin 23 000 ihmistä. Valtaosa sairastuneista on arvioitu olevan yli 80-vuotiaita ja noin 7 000 henkilöä työikäisiä ihmisiä. Väestön ikääntymisen myötä myös muistisairaiden määrän on arvioitu kasvavan tulevaisuudessa. (Roitto, Lindell, Koskinen, Sarnola, Koponen & Ngandu 2024.)

Muisti koostuu pitkäkestoisesta, lyhytkestoisesta ja sensorisesta muistista. Sensorinen muisti eli aistimuisti on muistin lyhin muoto ja se tarkoittaa aistien kuten kuulon ja näön avulla tapahtuvaa tiedon hankintaa. Lyhytkestoinen muisti eli työmuisti on lyhytkestoinen muisti ja sen kapasiteetti on rajallinen. Pitkäkestoinen muisti pitää sisällään tavat ja taidot. (Suutama 2022, 287–289.) Muistia tarvitaan palauttamaan mieleen aiemmin opittuja ja koettuja asioita sekä uusien asioiden mielessä säilyttämiseen ja mieleen painamiseen (Juva 2024). Muistisairaus tarkoittaa sairautta, jossa muisti, tiedonkäsittelytaidot ja ajatustoiminnot heikkenevät. Näiden toimintojen vajeen edetessä niin paljon, ettei henkilö enää selviydy itse päivittäisistä toiminnoista, puhutaan dementiasta. (Terveysten- ja hyvinvoinninlaitos 2023.)

Muistisairauksien riskitekijöitä ovat kohonnut verenpaine, tupakointi, kohonnut kolesteroli, diabetes, keski-ikä ylipaino, epäterveellinen ruokavalio, vähäinen liikunta ja runsas alkoholin käyttö (Tarnanen, Rinne, Rosenvall & Tuunainen 2024). Muistisairauksia ennaltaehkäisevinä tekijöinä voidaan pitää hyviä elintapoja, joihin kuuluu monipuolinen ravitsemus, säännöllinen liikunnan harrastaminen, pään alueen vammoilta suojaaminen, sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen sekä aivoterveystä huolehtimisesta (Terveysten- ja hyvinvoinninlaitos 2025).

Muistisairauden oireita ovat muistihäiriöiden lisäksi ongelmat aloitekyvyssä ja toiminnanohjauksessa, häiriöt tarkkaavaisuudessa sekä hahmottamisessa. Lisäksi vaikeudet puheen tuottamisessa ja ymmärtämisessä sekä persoonallisuuden muutokset kuuluvat muistisairauksiin. Kognitiivisten taitojen heikkenemisen lisäksi muistisairauteen liittyvät häiriintyneisyys uni- ja vireystilassa, liikehäiriöt, aistien muutokset sekä neuropsykiatriset oireet, kuten esimerkiksi apatia ja harhaluuloisuus. (Terveyskylä 2023.)

Muistisairauksista yleisimpiä ja eteneviä ovat Alzheimerin tauti, Parkinsonin taudin muistisairaus, Lewyn kappale -tauti, otsalohkoperäiset muistisairaudet sekä aivoverenkiertoperäiset eli vaskulaariset muistisairaudet. Etenevät muistisairaudet jaetaan lievään, keskivaikeaan ja vaikeaan muistisairauteen. (Tarnanen, J. ym. 2024.) Varhainen, etenevien muistisairauksien, kuten esimerkiksi Alzheimerin taudin diagnosointi on tärkeää sairauden hoidon suunnittelussa, toteutuksessa ja toimintakyvyn ylläpitämisessä. Varhaisella diagnosoinnilla pystytään aloittamaan lääkehoito, jonka avulla voidaan tukea toimintakyvyn ylläpitämistä ja hidastaa sairauden etenemistä. (Koivisto, Paajanen, Rinne, Hokkanen, Vaninen, Herukka, Lötjönen & Hallikainen 2018.)

Muistisairaiden kanssa työskentelyssä keskeisenä on vuorovaikutuksen merkitys. Kuunteleminen, nonverbaalinen viestintä, ilmeet, eleet, kehonkieli, kosketus sekä tunneherkkyys ovat tärkeitä tekijöitä hyvässä vuorovaikutuksessa. Vaikeasti muistisairaalla voi kielellinen ilmaisukyky olla madaltunut, jonka vuoksi kommunikoinnissa on hyvä tehostaa puhetta ilmein ja elein sekä lisäksi voidaan käyttää apuna valokuvia tai tuttuja esineitä. (Kivikoski 2009, 122.)

Jenni Kulmalan (2018, 8–9) mukaan sairaudet, toimintakyky tai ikä eivät ole määritteleviä tekijöitä ihmiselle, vaan me kaikki olemme samanarvoisia, yksilöllisiä, tärkeitä ihmisiä. Hyvän sekä aktiivisen vanhuuden kokemisen lähtökohtana on aito vuorovaikutus yksilöllisine kohtaamisineen. (Kulmala 2018, 8–9.)

2.5 Keskeiset tutkimukset

Tässä kappaleessa käsittelen keskeiset tutkimukset aiheestani. Vaikka opinnäytetyössäni keskityin hengellisyyden merkitykseen ikäihmisille yleisellä tasolla, kuuluvat muistisairaudet selkeästi ikääntymisen elämänvaiheeseen, jonka vuoksi olen valinnut myös muistisairauksien ulottuvuuden hengellisyyden kokemiseen.

Pirhonen ja Saarelainen (2023) ovat tutkimuksessaan selvittäneet vaikeasti muistisairaiden ikäihmisten hengellisyyden ilmentymistä pappien työssään

tekemien havaintojen ja kokemusten perusteella. Tutkimuksessa tuli esille, että muistisairaat, jotka eivät enää kyenneet puhumaan, toivat uskonnollisuuttaan esille sanattoman viestinnän kautta, kuten kehonkielellä ja tunnereaktioilla. Näitä sanattoman viestinnän ilmenemismuotoja olivat esimerkiksi suun liikkeet, rauhoittuminen ja kyynelehtiminen. Tutkimuksessa uskonnollisuuden ilmaisemiseksi havainnoitiin virsien ja laulujen merkitys, rukoukset, symbolit, ristinmerkin tekeminen, ehtoollisen viettokaava sekä käsien ristiminen. Muita uskonnollisuuden ilmaisemistapoja tulkittiin olevan kyky erottaa uskonnolliset tilaisuudet muista arjen toiminnoista sekä muistisairaiden alttiudesta osallistua uskonnollisiin ja hengellisiin tilaisuuksiin, kun se heille mahdollistetaan. Näiden kokemusten perusteella papit olivat samaa mieltä siitä, että vaikeasti muistisairaat kykenevät ilmaisemaan uskonnollisuuttaan, vaikka sanallisen viestinnän keinot puuttuvatkin. (Pirhonen & Saarelainen 2023, 45.)

Toivonen, Charalabous ja Suhonen (2022) tutkivat pitkälle edennyttä muistisairautta sairastavien ikäihmisten asuin- ja hoitoympäristön merkitystä hengellisyyden tukemisessa läheisten näkökulmasta. Hengelliset tarpeet ja hengellisyyden kokemisen todettiin säilyvän muistisairaalla, vaikka he eivät enää kyenneet ilmaisemaan itseään sanallisen viestinnän keinoin. Hengellisyyden kokemukset liittyivät laajaan ymmärrykseen elämän merkityksestä ja ne tiivistettiin kolmeen ontologiseen kysymykseen: Mihin minä kuulun? Mitä minusta jää jäljelle maailmassa? Minne olen menossa? Näihin kysymyksiin voitiin löytää vastauksia jokaisen oman elämän merkityksen kautta, kuten ihmisistä, yhteenkuuluvuuden tunteesta, symboliikasta, luonnosta ja muistoista. (Toivonen ym. 2022, 5)

Kuittinen (2021) on tutkimuksessaan tarkastellut ikäihmisten hengellisyyden ilmenemismuotoja, jotka muodostavat käytännön uskonnon harjoituksen, henkilökohtaisen uskon sekä uskomusten välillä. Keskeisempinä tuloksina tutkimuksessa tuli esiin ikäihmisten hengellisyyden ilmeneminen käytännön uskon harjoittamisen kautta. Nämä näkyivät yhteytenä seurakuntaan eli kuulumisena kirkkoon, kirkossa käymisenä, radio- ja tv-hartauksien ja jumalanpalvelusten kuuntelemisena. Myös hengellisten kirjojen lukemisen, virsien veisaamisen, rukoilemisen ja lapsuuden uskonkasvatuksen koettiin näkyvän hengellisyyden ilmeneemisessä. Erityisesti hengellisyyden harjoittaminen näkyi virsissä ja rukouksissa.

Myös elämän merkityksellisyys, arvot, ajatukset uskomuksista sekä kuolemaan liittyvät ajatukset ja kuoleman pelko kuuluivat ikäihmisten hengellisyyteen. Tutkimuksessa hengellisyys koettiin kristinuskoon kuuluvaksi, yksilölliseksi asiaksi, johon lapsena saatu uskonnollinen kasvatus ja arvot vaikuttavat suuresti vanhemmalla iällä. Kuolemaa ei pelätty, vaan sen koettiin olevan osa elämäntaakkaa. (Kuittinen 2021, 39–42.)

Sinkkonen (2020) on tutkimuksessaan selvittänyt muistisairaana hengellisyyttä, hengellisyyden kokemuksia ja tarpeita sekä hengellisyyden merkitystä jokapäiväisessä elämässä. Tutkimuksessa hengellisyyden todettiin esiintyvän muistisairaana elämässä elämäntarkoituksellisena, elämäntarkoituksellisena, vakaumuksellisena, voimavarana sekä arjen toimintojen kautta. Hengellisyyden nähtiin olevan myös uskonnollisuudesta erillään oleva asia. Keskeisinä hengellisyyden ilmenemismuotoina todettiin olevan lapsuuden uskon kokeminen myönteisenä, musiikin merkityksellisyytenä, ylisukupolvisuutena erilaisten rituaalien siirtämisen muodossa sekä hengellisyyden elämänlaatua parantavana tekijänä. Tärkeänä tuloksena tässäkin tutkimuksessa tuotiin esille ihmisen kokonaisvaltaisuuden ymmärtäminen sairaudesta huolimatta ja hengellisyyden sekä henkisyyden kuuluminen tiiviinä osana ihmisen kokonaisvaltaisuutta. (Sinkkonen 2020, 59.)

Hengellisyyden merkityksestä muistisairaille on tehty useita tutkimuksia 1990-luvulta alkaen, joihin vaikuttaa hoitotyön teoreettiset mallit hengellisyyden tarpeisiin vastaamisena osana hyvää hoitoa (Kivikoski 2009, 119). Vertaamalla kaikkia aiemmin mainittua neljää tutkimuksia keskenään, jotka on tehty joko muistisairaana tai ei muistisairaana ikäihmisen hengellisyyden kokemisesta ja hengellisyyden merkityksestä, käy ilmi, että hengellisyyden tai uskonnollisuuden merkityksellisyys tai niitä tukevat keinot ovat keskenään hyvin samanlaisia. Yhtä lailla kaikissa tulee esiin lapsuuden uskon merkitys, erilaiset symbolit, virsien tai hengellisen musiikin merkitys, yhteisöllisyys, läheiset, ylisukupolvisuus, hengellisten tapahtumien, kuten hartauden merkitys.

Pirhosen ja Saarelaisen (2023), Toivosen, Charalabousin ja Suhosen (2022), Kuittisen (2021) ja Sinkkosen (2020) tutkimukselliset havainnot tukevat

Hanhiron ja Aallon (2009) sekä Flinckin (2012) näkemystä ikäihmisen hengellisiin tarpeisiin vastaamisesta sekä hengellisyyden ja uskonnollisuuden liittymistä toisiinsa (Flinck 2012, 4; Hanhiron & Aalto 2009, 12). Tutkimuksissa voi kaikissa esimerkeissä havainnoida ihmisen hengellisyyden ja uskonnollisuuden yksilöllisyyden, elämänkatsomuksellisuuteen ja olemassaoloon liittyvät kysymykset sekä suhtautumisen uskonnollisuuteen aiempien kokemusten perusteella, aivan kuten Hanhiron ja Aalto kirjoittavat (Hanhiron & Aalto 2009, 13).

Eroavaisuutena muistisairaiden ja ei muistisairaiden ikäihmisten hengellisyyden tukemisessa ja ilmaisussa on, kuten tutkimuksissa todetaan, että muistisairas ei välttämättä kykene itse enää ilmaisemaan hengellisiä tarpeitaan ja tarvitsee niiden ilmaisemiseen toisen henkilön apua. Muistisairaana tukemisessa on tärkeää, että autettavalla on tietoa muistisairaana elämänkaaresta, hengellisyydestä, uskonnollisuudesta sekä näiden merkityksestä hänen elämässään. Taustojen tuntemisella voidaan hengellisyyttä ja uskonnollisuutta tukea oikealla tavalla. Tämä havainto tukee Kivikosken (2009) näkemystä siitä, että muistisairaana kohdalla on tärkeää huomioida heidän persoonallisuutensa, elämäkokemuksensa ja maailmankatsomuksensa vaikutukset suhteessa heidän uskonnollisuutensa kokemiseen ja hengellisten tarpeiden tunnistamiseen. (Kivikoski 2009, 120–121.)

2.6 Opinnäytetyön toimeksiantaja ikäihmisen hengellisyyden tukijana

Opinnäytetyön toimeksiantaja oli Enon evankelisluterilainen seurakunta. Seurakunta voi hyödyntää opinnäytetyön tuloksia ikäihmisten hengellisyyden tukemisen menetelmissä, sielunhoidollisessa työssä sekä seurakunnan toiminnan kehittämiseksi.

Enon evankelisluterilainen seurakunta kuuluu Kuopion hiippakuntaan sekä Joensuun rovastikuntaan. Enon evankelisluterilainen seurakunta itsenäistyi vuonna 1860 oltuaan tätä ennen osa Ilomantsin emäseurakuntaa. Nykyisin seurakunta on osa Joensuun seurakuntayhtymää, johon se liittyi Enon kunnan liittyessä osaksi Joensuun kaupunkia vuonna 2009. (Joensuun seurakunnat 2025.)

Joensuun seurakuntayhtymään kuuluvat Enon evankelisluterilaisen seurakunnan lisäksi Joensuun, Pielisensuun, Rantakylän, Pyhäselän ja Vaara-Karjalan seurakunnat. Työntekijöitä suuressa seurakuntayhtymässä on noin 180 henkilöä. (Joensuun evankelisluterilainen seurakuntayhtymä 2025.) Henkilökunta koostuu toimistotyöntekijöistä, papeista, kanttoreista, seurakuntamestareista, diakoniatyöntekijöistä, lastenohjaajista, nuoristyönohjaajista, suntioista, lähetystyöntekijöistä sekä varhaiskasvatuksen ohjaajista (Suomen evankelisluterilainen kirkko 2025).

Enon seurakunnassa on noin 3500 jäsentä. Seurakunnan alue on maaseutumainen ja alueellisesti laaja. Seurakunnan toiminnassa toimii vahvasti vapaaehtoistyö ja yhteistyö heidän kanssaan on tiivistä. Kirkkoherrana seurakunnassa toimii tällä hetkellä Kati Peltola. Kirkkoherran lisäksi Enon seurakunnassa työskentelee kappalainen, diakonissa, kanttori, nuorisotyönohjaaja, lapsi- ja perheyöntekijä, seurakuntasihteerit sekä seurakuntamestari. (Joensuun seurakunnat 2025.)

Enon seurakunnassa toimii oma seurakuntaneuvosto, joka johtaa seurakunnan toimintaa ja valitsee työntekijät avoimiin työpaikkoihin. Lisäksi seurakuntaneuvosto päättää talousarviossa osoitettujen varojen käyttökohteista (Joensuun seurakunnat 2025.) Seurakuntaneuvoston jäsenet valitaan seurakuntavaaleilla joka neljäs vuosi. Vaaleissa jokainen yli 16-vuotias on äänioikeutettu. (Kirkkolaki 652/2023.)

Seurakunnan tehtävät on määritelty kirkkolain 3 luvun 1§ mukaan (Kirkkolaki 652/2023, 1§). Lain mukaan seurakunnan tehtävänä on:

Seurakunta toteuttaa kirkon tehtävää huolehtimalla jumalanpalvelusten pitämisestä, sakramenttien toimittamisesta sekä muista kirkollisista toimituksista, kristillisestä kasvatuksesta ja opetuksesta, sielunhoidosta, diakoniasta, lähetystyöstä ja muista kristilliseen sanomaan perustuvista julistus- ja palvelutehtävistä.” (Kirkkolaki 652/2023, 1§.)

Kirkon tehtävä on määritelty kirkkolain 1 luvun 2§ mukaan. Tämän lain mukaan kirkon tehtävänä on:

Kirkko julistaa Jumalan sanaa ja jakaa sakramentteja sekä toimii muutenkin kristillisen sanoman levittämiseksi ja lähimmäisenrakkauden toteuttamiseksi.” (Kirkkolaki 652/2023,2§.)

Diakonia, joka tarkoittaa sanaa palvelu, on kirkon elämään erottamattomasti kuuluva ja kirkon yksi perustuntomerkki. Diakoniatyön keskeinen tehtävä on:

Pyrkiä auttamaan ja tukemaan erityisesti heikommassa asemassa olevia ja niitä, jotka jäävät kaiken muun avun ulottumattomiin tai ovat muutoin kestävässä tilanteessa elämässään. (Suomen evankelisluterilainen kirkko 2025.)

”Diakoniatyö perustuu kristilliseen uskoon sekä rakkauteen. Siinä on aina hengellinen aspekti. Jeesuksen esimerkki lähimmäisen rakkaudesta ohjaa diakoniatyötä ja on työn taustalla, vaikka asiakaskohtaamisissa kunnioitamme aina asiakkaan omaa vakaumusta”. (Korhonen, 2025.)

3 Tarkoitus, tavoite ja tutkimuskysymykset

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, mitä hengellisyys merkitsee ikäihmiselle. Opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa tietoa, miten ikäihmisen hengellisyttä voidaan tukea. Tutkimuskysymykset ovat:

1. Mitä hengellisyys merkitsee ikäihmiselle?
2. Miten ikäihmisen hengellisyttä voidaan tukea?

4 Opinnäytetyön menetelmälliset valinnat

4.1 Laadulliseen tutkimukseen perustuva tutkimusmalli

Opinnäytetyö on laadulliseen tutkimukseen perustuva tutkimusmalli, jossa saatu aineisto on ainutkertaista ja yksittäisistä asioista saadaan yhdistelemällä laaja kokonaisuus. Laadullisessa tutkimuksessa tutkijan tulee ymmärtää tutkittavan henkilön näkökulmaa kokemuksista. Ymmärtäminen tapahtuu hiljalleen toisen henkilön käsitysten, omien kokemusten sekä haastattelussa tehtyjen havaintojen eroavaisuuksia vertaamalla. Keskeisenä asiana on säilyttää tutkittavan henkilön ainutkertaisuus. Tällaista ymmärtämisen mallia kutsutaan Hermeneuttiseksi kehäksi. (Vilkkä 2021, 17–21.)

Laadullinen tutkimusmalli soveltuu hyvin sellaisiin tilanteisiin, joissa tutkittavaan asiaan saada uusia näkökulmia, ilmiöstä ei ole tarpeeksi tietoa ja jossa tarkoituksena on saada tutkimustietoa osallistuvien henkilöiden näkökulmasta. Laadullisessa tutkimusmallissa on tarkoituksena tutkittavan asian ymmärtäminen. Tutkimuskysymykset ovat laajoja kokonaisuuksia ja niillä on yhteys tutkimuksen tarkoitukseen. Laadullisessa tutkimusmallissa on erilaisia tiedonkeruumenetelmiä mutta yleisin niistä on haastattelututkimus. (Kajula, Rantala & Ruotsalainen 2025, 50–51.) Opinnäytetyöhön valittiin laadullinen tutkimusmalli, koska hengellisyys on aihe, jonka jokainen ihminen kokee omalla tavallaan eikä sen kokemiseen ja ymmärtämiseen ole vain yhtä vastausta. Opinnäytetyöhön ei toimeksiantajan puolelta tarvittu tutkimuslupaa.

4.2 Prosessia ohjaava malli

Opinnäytetyö perustuu ammattikorkeakoululakiin (932/2014) sekä ammattikorkeakouluasetukseen (1129/2014), jossa opinnäytetyö määritellään ammattikorkeakouluopintoihin kuuluvaksi. Opinnäytetyön prosessia ohjaa Karelia ammattikorkeakoulun oma opinnäytetyöohjeistus LibGuides, valittu tutkimusmenetelmä,

sekä henkilökohtaisesti määritellyt tavoitteet ja aikataulu (Karelia ammattikorkeakoulu 2025).

Opinnäytetyön ohjaavana mallina käytettiin laadulliseen tutkimusmalliin liittyvää fenomenologista tutkimusmallia, joka sopi tutkimusmalliksi opinnäytetyön aiheen vuoksi. Tutkimusmallissa tietoperusta voi puuttua mutta yleisimmin lähtökohtana on teorian tieto tutkimuskirjallisuudesta, joka toimii pohjana tutkimukselle. Tässä opinnäytetyössä tietoperusta on tehty tutkimuskirjallisuuden pohjalta. Tietoperustaan on haettu tietoa kansallisesta tietokanta Finnasta sekä Google Scholarista. Lisäksi tietoa haettiin Joensuun seudun kirjastopalveluista sekä Karelian ammattikorkeakoulun kirjastosta.

Fenomenologinen tutkimusmalli sopii tutkimuksiin, joissa tutkitaan ihmisten omakohtaisia kokemuksia jostakin asiasta syvällisesti ja hengellisyys sekä sen merkitys ovat juuri niitä asioita. Fenomenologinen tutkimusmalli vastaa kysymyksiin, miten, kuinka ja mikä. Keskeisenä fenomenologisessa mallissa kokemuksellisuuden lisäksi on avoimuus eli tutkimukseen ja tuloksiin liittyvien ennako-oletusten poissulkeminen. Fenomenologisessa tutkimusmallissa tuloksessa tärkein painoarvo on tuloksen laadussa, ei määrässä, eli tarkoituksena on löytää esimerkiksi haastatteluissa tutkimukseen liittyvät merkitykselliset kokemukset kaiken haastatteluaineiston seasta. (Hakala 2024, 36–46). Opinnäytetyössä valittiin yksilöteemahaastattelu tiedon keruun menetelmäksi.

4.3 Aineistonhankinta teemahaastattelulla

Haastattelu on joustava menetelmä kerätä aineistoa. Haastattelut voidaan jakaa strukturoituun, puolistrukturoituun ja strukturoimattomaan haastatteluun. Millaisen haastattelun aineiston keräämiseen valitsee, vaikuttaa millaista tietoa haastattelulla halutaan. Haastattelut voidaan tavoitellun tiedonsaannin lisäksi jakaa myös yksilö- tai ryhmähaastatteluihin. Siihen, valitseeko yksilö-, vai ryhmähaastattelun, vaikuttaa tutkittavan aiheen luonne sekä haastateltavien lukumäärä. (Kajula ym. 2025, 50–53.)

Tutkimushaastattelua käytetään yhtenä suosituimmista tavoista kerätä aineistoa opinnäytetöihin. Tämä johtuu siitä, että kulttuurissamme puhe ja keskustelu ovat keskeisenä osana. Haastatteluiden tuloksista saadut tiedot perustuvat henkilöiden omiin kokemuksiin, tunnetiloihin ja käsityksiin, joihin myös haastattelijan ja haastateltavan roolit voivat vaikuttaa. Tutkimushaastattelut ovat kehittyneet tasa-arvoisiksi keskusteluiksi, jonka pohjalta aineisto muodostuu. (Vilkkä 2021, 74–75.)

Opinnäytetyöhöni valitsin aineistonkeruumenetelmäksi puolistrukturoitu teema-haastattelun. Haastatteluissa käytin yksilöhaastattelua aiheen arkaluontoisuuden sekä haastateltavien pienen henkilölukumäärän vuoksi. Valitsin haastattelumenetelmän siksi, että koin sen olevan itselleni luontevin tapa aineiston keräämiseen. Koen ihmisten kanssa kasvotusten tapahtuvan vuorovaikutuksen luontevaksi itselleni ja kohderyhmälleni, eli ikäihmisille, jotka ovat eläneet toisten ihmisten kanssa kasvotusten tapahtuvassa vuorovaikutuksen maailmassa. Lisäksi koin, että haastatteluja tekemällä sain parhaiten tarvittavani tutkimustiedon, verrattuna esimerkiksi kysymyslomakkeelle tehdyillä kysymyksillä. Haastattelu ja varsinkin yksilöhaastattelu antoi minulle ajankäytöllisesti enemmän vapauksia sopia haastattelujen ajankohtaa sekä haastattelupaikkaa, jolla oli varsin suuri merkitys haastattelun luontevuudelle.

Suunnittelin haastattelua ohjaavat haastattelukysymykset (liite 4), jotka auttoivat haastattelun aiheen rajaamisessa sekä aiheessa pysymisessä, ja joiden avulla sain vastauksia tutkimuskysymyksiini. Teemoittelin haastattelukysymykset neljään eri teemaan, jotka ovat:

1. hengellisyyden merkitys
2. hengellisyyden merkitys arjessa
3. hengellisyyden merkitys elämänkaareissa ja
4. hengellisyyden tukeminen arjessa.

Huomioin haastattelukysymyksissä, etteivät ne ole liian täsmällisiä, jolloin aiheita voitiin käsitellä vapaasti keskustellen.

Haastateltavat valikoituivat usealla eri tavalla. Yksi haastateltava löytyi erään opettajan kautta, kolme haastateltavaa valikoitui omasta tuttavapiiristäni ja yksi haastateltava erään haastateltavan suosituksesta. Haastateltavat löytyivät helposti ja he olivat itse erittäin innostuneita osallistumaan tähän projektiin sekä kertoivat mielellään omasta hengellisyydestään. Minulla oli etukäteen tietoa vain yhden haastateltavan hengellisestä vakaumuksesta tai uskonnollisesta taustasta. Minulla ei ollut etukäteen tietoa haastateltavien terveydentilasta, kuten esimerkiksi mahdollisesta muistisairaudesta. Kriteerinä haastatteluun oli ainoastaan haastateltavan kuuluminen ikääntyneisiin ihmisiin sekä heidän halukkuutensa osallistua haastatteluun.

Suoritin haastattelut haastateltavien kodeissa, koska he kokivat oman kotinsa olevan turvallinen ja rauhallinen paikka haastattelun suorittamiselle. Oma koti oli myös ikäihmisille heidän arjen toimintojenkin puolesta saavutettavin paikka haastattelun toteuttamiselle. Lähetin jokaiselle haastatteluun osallistuvalla aineistohallintasuunnitelman (liite 1), suostumuslomakkeen (liite 2), saatekirjeen (liite 3), teemahaastattelukysymykset (liite 4) ja tietosuojaselosteen (liite 5), etukäteen tutustuttavaksi heidän toivomallaan tavalla. Haastateltavat halusivat materiaalit sähköpostilla, kännykän kuvaviestinä tai paperisena versiona postilaatikkoon toimitettuna. Näin heillä oli mahdollisuus tutustua kysymyksiin rauhassa ja miettiä myös vastauksia etukäteen. Tämä tapa oli haastateltavien mielestä erittäin hyvä, koska he kokivat, että vaikka kysymykset itsessään eivät olleet vaikeita, vastausten miettiminen vaati asiaan syvällistä paneutumista sekä pohdiskelua.

Koska haastattelussani käytetyt teemahaastattelukysymykset olivat selkeitä, ohjasivat ne haastattelua pysymään aiheessa. Mikäli haastattelun asia poikkesi varsinaisesta aiheesta, annoin asiakkaan puhua, jonka jälkeen ohjasin aiheen palautumaan jälleen itse asiaan seuraavalla teemahaastattelukysymyksellä. Joissakin kysymyksissä esitin tarkentavia kysymyksiä, mikäli huomasin että kysymykseen oli vaikea löytää vastausta. Keskimäärin haastattelut kestivät noin 50 minuuttia.

4.4 Aineiston käsittely ja analyysi

Laadullisessa tutkimuksessa on monia erilaisia aineistojen analyysimenetelmiä. Opinnäytetyön tekijä valitsee käyttämänsä menetelmän tutkittavan asian lähestymistavan perusteella. Analyysimenetelmän valinnan tulee olla yhtenevä tutkimusongelman tai tutkimusaiheen, tietoperustan ja käytettävien aineistojen kanssa (Gunther, Hasanen & Juhila 2021.) Laadullisen tutkimuksen analyysi tarkoittaa opinnäytetyön hajanaisen aineiston tiivistämistä, täsmentämistä ja ymmärtämistä saaden aiheesta tulkinta. (Vilka 2021, 153.) Laadullisessa tutkimuksessa tekstianalyysi, teemoittelu, sisällönanalyysi ja diskurssianalyysi ovat aineiston analyysimenetelmiä (Kajula ym. 2025, 54).

Analyysivaihe alkaa aineiston litteroinnilla, joka tarkoittaa haastatteluaineiston aukikirjoittamista eli haastatteluissa saatu nauhoitettu aineisto kirjoitetaan auki jokainen sana kerrallaan. Aineiston merkityksen kannalta opinnäytetyön tekijän kannattaa tässä vaiheessa päättää, kirjoitetaanko kaikki haastattelussa tulleet äännähdykset ja tauot sekä miettiä niiden merkityksellisyyttä aineiston analyysin kannalta. Litteroinnissa voi käyttää apuna digitaalista litterointiohjelmaa mutta litteroinnin virheet tulee kuitenkin tarkistaa ja korjata. Litterointi vie paljon aikaa huolimatta siitä käyttääkö apuna digitaalisia ohjelmia vai ei. (Kajula ym. 2025, 54.)

Ammattikorkeakouluissa laadullisen tutkimuksen yleisimpiä analyysimenetelmiä ovat sisällönanalyysit, joita ovat aineistolähtöinen eli induktiivinen, teorialähtöinen eli deduktiivinen tai teoriasidonnainen eli abduktiivinen analyysimenetelmä. (Kajula ym. 2025, 54.) Sisällönanalyysissä on tarkoituksena löytää vastaukset tutkimuskysymyksiin, joiden avulla tutkimustieto saadaan kuvattua tiivistetysti ja tulokset esitetään yleensä taulukon tai kuvion avulla tai alkuperäisaineistosta suoria sitaatteja esittämällä. Tulosten aineiston analysoinnissa on tärkeää huomioida vastaajien anonymiteetti, ettei vastaajien henkilöllisyyttä voida tunnistaa. (Kajula ym. 2025, 54.)

Teemoittelu on eräs sisällönanalyysin muoto. Teemoittelussa poimitaan opinnäytetyön aiheen kannalta keskeisiä aihepiirejä eli teemoja, jotka esiintyvät

aineistossa toistuvasti useaan kertaan. Löytääkseen teemat, opinnäytetyön tekijän tulee käydä saatu tutkimusmateriaali, esim. haastattelut läpi useaan kertaan. (Hakala 2024, 102.) Tutkimusraportissa teemoitteluvaiheessa voidaan lukijalle esittää viiteitä teemoittelun pohjasta sitaateilla eli suorilla lainauksilla aineistosta (Juhila 2021). Teemat syntyvät analyysistä eivätkä ole ennalta määriteltäviä. Teemojen avulla voidaan muodostaa tyyppittely, jossa aineiston erilaisia ilmiöitä analysoidaan ja luokitellaan samanlaisten piirteiden perusteella. Tyyppittelyssä voidaan aineisto laittaa ryhmiin joko samankaltaisuuksien tai eroavaisuuksien perusteella. (Gunther & Hasanen 2021.)

Omassa opinnäytetyössäni käytin tiedonkeruumenetelmänä yksilöteemahaastattelua, joten haastattelutilanteissa nauhoitin haastattelut tietokoneeni ääninauhuritoiminnolla sekä matkapuhelimeni äänitystoiminnolla. Sijoitin tietokoneeni sekä matkapuhelimeni haastateltavan ja itseni läheisyyteen siten, että nauhoituksen laatu olisi mahdollisimman hyvälaatuista. Tallensin haastattelut omalle, henkilökohtaiselle tietokoneelleni, Karelia ammattikorkeakoulun OneDrive-pilvipalveluun. Tietokoneeni on suojattu henkilökohtaisella vahvalla salasananallani, joka ei ole ulkopuolisten tiedossa. Tietokonetta säilytän omassa kodissani. Opinnäytetyön teossa tulevat paperiset aineistot säilytin myös kotonani siten, etteivät ne olleet ulkopuolisten luettavissa.

Haastattelujen jälkeen litteroin eli aukikirjoitin kaikki viisi haastattelua sanasta sanaan tietokoneeni Word-ohjelmalla ja tallensin nämä asiakirjat Karelia ammattikorkeakoulun OneDrive pilvipalveluun sellaisella nimellä, joka ei liity haastateltavan henkilöllisyyteen. Litteroitua materiaalia tuli 25 sivua. Koska haastatteluissa puhuttiin myös asioita, jotka eivät liittyneet varsinaisiin kysymyksiin, rajasin ne ulkopuolelle varsinaisista aiheeseen liittyvistä materiaaleista. Litteroinnin pitää olla yhtenevä haastateltavien lausumien ja niiden merkitysten kanssa eli en muuttanut haastateltavien puheita enkä muokannut niitä (Vilkkä 2025, 169). Opinnäytetyöni valmistuttua tuhoan haastattelumateriaalit kokonaan asianmukaisesti ohjeiden mukaan.

Aineiston litteroinnin jälkeen luin haastattelumateriaalin useaan kertaan, jolloin pystyin ymmärtää asiaa paremmin sekä sain luotua aineistosta kokonaiskuvaa.

Tämän jälkeen valitsin aiheeni työstämiseen sopivan analyysimenetelmän sekä keskustelin opinnäytetyötäni ohjaavan opettajan kanssa valintani sopivuudesta opinnäytetyöni materiaalin analysoimiseksi. Lukemaani teoretietoon pohjaten, koin aineistolähtöisen analyysimenetelmän eli fenomenologisen analyysin olevan hengellisyyden merkityksen selvittämisen haastateltavan omien kokemusten perusteella paras ratkaisu. Tässä menetelmässä haastattelijan omat henkilökohtaiset ajatukset ja kokemukset tulevat parhaiten esille, jolloin pystyin saamaan syvällistä tietoa siitä, mitä hengellisyys ikäihmisten elämässä merkitsee. (Hakala 2024, 39–46.)

Fenomenologisessa analyysissä käytin teemoittelua ja tyypittelyä aiheesta nousevien teemojen ryhmittelemiseksi. Teemoittelussa luin haastattelumateriaalit useaan kertaan, niin kauan, etten saanut niistä enää mitään uutta irti. Tämän jälkeen hahmotin haastattelumateriaaleista keskeiset aihepiirit, joista tein taulukoita aiheen eri teemojen löytämiseksi. Eri teemojen alle laitoin haastatteluista lyhyitä sitaatteja havainnollistamisen tueksi. Teemoittelun jälkeen tyypittelin, eli yritin löytää haastattelumateriaaleista aiheelleni tyypillisiä ominaisuuksia ja merkityksiä. Lisäksi poistin haastatteluaineistoista esiin tulleet ylimääräiset asiat, jolloin sain kootuksi tarkempaa aineistoa. (Hakala 2024, 102–113.) Loppujen lopuksi kaikkien vaiheiden jälkeen tein yhteenvedon tutkitusta asiasta.

5 Opinnäytetyön tulokset

5.1 Hengellisyyden merkitys ikäihmiselle

Haastattelusta saadun aineiston perusteella hengellisyyden koetaan olevan kokonaisvaltaisesti osa ihmisen elämää sekä henkilökohtainen kokemus, jonka merkitys on yksilöllinen. Hengellisyyden juurien todettiin olevan lapsuudessa ja lapsuuden uskon nähtiin vaikuttavan siihen, millainen suhde hengellisyyteen on tänä päivänä. Seuraavissa alateemoissa kuvaan hengellisyyden keskeisiä merkityksiä.

Hengellisyden merkitys turvan, lohdun ja rauhan tuojana

Haastatteluissa hengellisyden koettiin olevan turvaa ja lohtua tuova voima. Sen nähtiin olevan elämän perusturva, joka on ollut elämässä mukana koko elämänsä ajan ja auttanut selviytymään elämässä vaikeista tilanteista huolimatta siitä onko se ollut muuttumaton tai muuttunut jollain tavalla vuosien aikana. Hengellisyden ajateltiin olevan sisäinen tunnetila, luottamusta Jumalaan ja sen koettiin olevan kokonaisvaltainen ja henkilökohtainen kokemus. Haastatellut kertoivat asiasta seuraavanlaisesti:

Uskoa, luottamusta ylempiin voimiin. Uskon, että on joku ylempi voima.

Ennenkaikkea turvallisuutta. Myöskin lohtua ja se varmentaa minun elämäni, että uskallan elää, ei tarte pelätä.

Se ei oo vain tämän hetken asia vaan se on jo ollut pitempiaikainen asia ja se kuuluu minun elämäni.

Hengellisyden juuret lapsuudessa ja elämänsäkaressa

Haastatteluissa korostui lapsuudessa saatu uskonnollinen ja hengellinen kasvatusta, jonka koettiin olevan vankka pohja nykyiselle hengellisyydelle sekä siihen, kuinka hengellisyyteen ja uskonnollisuuteen nykyisessä elämäntilanteessa suhtauduttiin. Hengellisyden koettiin olevan lähtöisin kotoa. Kotona oli opetettu iltatarvokous, jonka oli opettanut yleensä äiti. Jokainen haastateltava oli käynyt lapsena pyhäkoulussa, jota oli useammalle haastateltavalle pitänyt oma mummo. Näiden lisäksi haastateltavat olivat käyneet lapsena ja nuorena seurakunnan järjestämässä tyttökerhossa, partiossa ja rippikoulussa. Haastateltavien lapsuuteen oli kiinteästi kuulunut joka sunnuntai jumalanpalveluksen kuunteleminen radiosta. Jumalanpalveluksen aikaan piti olla kotona, istua hiljaa ja laulaa jumalanpalveluksessa olevat virret. Koulun roolin koettiin olleen lapsuudessa myös merkittävä hengellisyden tuen tuoja. Joka aamu koulussa oli aamuhartaus ja päivän päätteeksi päivän siunaus. Näistä haastateltavat kertoivat seuraavasti:

Kyllä se kottoo on lähtösin. Meillä ol vakio se iltarukkous, meille lapsille opetettiin. Ja sitten meillä äiti varsinkii vaati, että Jumalanpalveluksen aikaan pittää olla kotona, ei saa mäen selekkään lähttee.

Mun koti on ollu uskovainen ja oon äidinmaidossa jo imeny tätä. Opetettiin iltarukous. Jumalanpalvelusta kuunneltiin radiosta. Oon käyny pyhäkoulussa koko lapsuuteni.

Oon käyny pienestä asti pyhäkoulussa ja sitten meillä oli tyttökerho, jota piti diakonissa.

Aikoinaan kun olin lapsi, äiti opetti iltarukouksen, mummo piti pyhäkoulua. Minun aikaan oli koulussa vielä niin, että aamulla oli aamuvartio ja illalla kun koulusta lähettiin, oli päivän siunaus.

Vaikka hengellisyys oli saattanut muuttua elämän myötä, koettiin, että hengellisyydellä on ollut elämässä suuri ja tärkeä merkitys jokaisessa elämänvaiheessa. Koettiin, että vaikka hengellisyyttä olisikin joutunut elämässä etsimään, on se silloinkin ollut mukana ja on voinut turvallisesti etsiä ja kokea. Hengellisyyden koettiin olevan elämän perusturva, joka on tuonut elämään turvallisuutta ja rauhaa.

Koen sen niin vahvasti, että miun mukana on oltu silloinii ja mie oon saanu turvallisesti kokkee ja nyt mie oon tässä.

Se on tuonut turvallisuutta ja sisäistä, joskus yli ymmärryksen käynyttä rauhaa, elämän mukana tuomissa vaikeissa vaiheissa ja ylipäänsä riippumatta siitä minkälainen vaihe elämässä on.

Hengellisyys on elämän perusta. En pystyis luopumaan, se on syvällä minussa.

Ikääntymisellä koettiin olleen vaikutus hengellisyyden muuttumiselle mutta pohjan olevan kuitenkin lapsuuden uskossa. Haastatteluissa tuli ilmi, että tälläkin hetkellä lapsuudessa opetetut hengelliset arvot vaikuttavat tähän hetkeen.

Erotan pyhän ja arjen. Sunnuntai on lepopäivä, silloin ei tehdä mitään.

Pyrin, etten tee toisille mitä mä en toivoisi itelle tehtävän.

Iltarukous on aina Isä meidän rukous joka ilta. Jos en käy kirkossa niin katson telkkarista Jumalanpalveluksen.

Luen joka ilta ja aamu rukouksen ja muistan niissä kaikki läheiset ja rakkaat ihmiset. Se on jäänyt pienestä pitäen.

Hengellisyyden koettiin ikääntymisen myötä syventyneen, vahvistuneen ja sen koettiin olevan henkilökohtainen kokonaisuus. Anteeksipyyttämisen, anteeksiantamisen ja armon tarpeen nähtiin lisääntyneen, kuten myös kiitollisuuden tunteen sekä armollisuuden itseään kohtaan. Syvällisen ajattelemisen omasta olevaisuudesta maan päällä sekä elämän rajallisuuden pohtiminen, kuten mitä kuoleman jälkeen tapahtuu, kerrottiin tulleen ikääntyessä ajankohtaiseksi. Seurakunnan toimintaan aktiivisemmin osallistumisen koettiin mahdollistuneen paremmin ikääntymisen myötä.

Anteeksipyyttämisen ja anteeksiantamisen tarve on syventynyt.

Armon tarve on lissääntynyt.

Musta on tullut paljon kiitollisempi ja armollisempi itelleni. Hyväksyn itteni tällöisenä kun musta on tullu.

Nuorempana ei ollut aikaa lähteä mutta nyt mielellään osallistun seurakunnan järjestämiin tilaisuuksiin ja osallistun toimintaan. On muuttanut ajattelutapaa nyt iäkkäänä. Pohja on ihan sama kuin lapsena mutta nyt on enempi aikaa miettiä.

Ennen oli lapsen usko. Ajatteli, ettei Jumala näe kaikkialle. Onhan se tietenkin vahvistunut elämän myötä ja toisaalta se on kuitenkin pysynyt samanakin kuin ennenkin. Se on kokonaisuus.

Hengellisyys arjessa, juhlapyhissä ja elämän kriiseissä

Aineistossa tuli esille hengellisyyden tuovan elämään iloa, rauhaa sekä rytmiä arkeen. Hengellisyyden koettiin näkyvän arjessa päivittäin arvomaailmassa, kuten lähimmäisen kohtaamisessa, arjen sanoissa ja teoissa, sekä erilaisina rituaaleina, joista iltarukous oli yleisin. Iltarukouksen lisäksi hengellisyys näkyi erilaisiin seurakunnan tilaisuuksiin osallistumisena, hengellisen materiaalin lukemisena, jumalanpalvelusten ja hartausten kuuntelemisena radiosta tai katsomisena tv:stä, hengellisten laulujen tai virsien laulamisena, hiljentymisenä ja päivän asioista kiittämisenä.

Se merkihtee minulle iloa, rauhaa, onnellisuutta ja että arki voipi olla juhlaa.

Toivoisi että enemmän Jumalan hyvää näkyisi sanoissa, teoissa, lähimmäisen kohtaamisessa.

Joka aamu pyrin jonkun laulun lurauttamaan ja luen hengellisiä lehtiä, Raamattua, hartauskirjoja. Jos en käy kirkossa niin katson telkkarista Jumalanpalveluksen. Joka tiistai käyn seurakuntasisaren pitämässä hartaushetkessä.

Mun pitää keksiä joka päivästä kolme semmoista asiaa joista mä voin kiittää. Sitten voin nukkua hyvin.

Juhlapyhien viettämisessä hengellisyyden koettiin näkyvän eniten jouluna, jolloin kotia laitettiin jouluseen kuntoon, käytiin Kauneimmat joululaulut -tilaisuuksissa, haudoilla viemässä kynttilät edesmenneille ystäville ja sukulaisille sekä osallistuttiin joulukirkkoon.

Jouluna joulukirkossa käydään. Kauneimmat joululaulut, joissa käyn, useimmissakin.

Pyhäinpäivänä käydään haudoilla. Kauneimmat joululaulut käydään joka vuosi.

Yritän kotini laittaa siihen kuntoon, miten kukin pyhä sen vaatii. Laitan valkoisen liinan, jostakin saada jotain vihreää pöytään, leivon jos pystyn juhlaa varten. Joulun näkyvät eniten juhlapyhistä.

Elämäkriisien, kuten läheisen tai puolison kuoleman sekä anteeksiantamisen kokemuksen, koettiin olevan merkitykselliset tapahtumat hengellisyyden kokemuksena. Haastateltavat toivat esille, kuinka anteeksiantamisen kokemus toi voimakkaan vapauden tunteen, vapautti lapsuusajan asioista ja kärsimyksistä sekä loi ymmärrystä siitä, että kaikki on elämässä mennyt niin kuin on pitänyt mennä. Puolison kuoleman myötä hengellisyyden koettiin tuovan elämään turvallisuuden ja lohdutuksen tunteen siitä, että turva on olemassa tunteista riippumatta. Läheisen kuoleman kohdatessa vierellä ollut pappi toi rauhoittavaa oloa ja samalla hetkellä kuultu laulu jätti kauniin muiston kuoleman hetkestä.

Läheisen kuolema on vaikuttanut siihen, että aikamme on täällä maan päällä rajallinen. Ja mitä sitten kuoleman jälkeen? Läheisen kuolema on saanut minut miettimään olevaisuutta täällä ja ihmisen elämää, joka on aika lyhyt täällä maan päällä.

Valtavan voimakas kokemus oli anteeksianto. Se vapautti minut kaikista lapsuusajan asioista ja kärsimyksistä ja mie ymmärsin, että kaikki on miten on pitänyt. Vapauden tunne on voimakas.

Terveyskeskuksen käytävällä oli pelastusarmeijan ihmisiä, jotka lauloivat äidistä ja soittivat kitaraa. He lauloivat niin kauniisti juuri silloin kun äiti kuoli, että mistä ne tiesi juuri sillä hetkellä laulaa. Siitä jäi niin kaunis muisto siitä laulusta juuri sillä kuoleman hetkellä.

Miehen kuolema. Mies yhtäkkiä rupes kattomaan ylös, otti käden mun kädestä ja näytti ylös kädellään, yritti mun kättä. ja vielä kolmannen kerran nosti käden sinne ylös. Se näki jotakin siellä mitä mie en nähnyt. Se oli hirveen sellanen hyvä hetki. Ja tota mä ihan katoisin sinne ylös, että en mä mitään näe. Sitten kun se elämä loppu ni, muhun iski semmonen turva.

5.2 Ikäihmisen hengellisyyden tukeminen

Aineistossa tuli ilmi yhteisön, lähimpien ihmisten, ystävien, yhteisön sekä seurakunnan tärkeä merkitys hengellisyyden tukemisessa. Näiden lisäksi myös erilaisten digitaalisten laitteiden, kuten radion, television, tietokoneiden sekä tablettien koettiin tukevan hengellisyyttä. Niiden kautta pystytään katsomaan, kuuntelemaan ja osallistumaan hartauksiin sekä jumalanpalveluksiin, sekä pitämään yhteyttä eri tahoihin hengellisen tuen saamiseksi sekä löytämään materiaalia hengenravinnoiksi.

Elämään on sattunut paljon ihania ihmisiä, jotka eivät ole vaatineet minulta mitään mutta ovat antaneet minulle paljon.

Meillä kaikilla on hengellistä luettavaa ja kuunneltavaa nykyisen tekniikan myötä, josta tulee musiikkia, Raamattutunteja, joita voi kotona kuunnella tai katsoa tai lähteä johonkin.

Seurakuntayhteyden kautta tulee tukea ja ihmisiä, jotka ovat tilanteessa mukana.

Läheisten ja ystävien merkitys hengellisyyden tukemisessa

Ystävien ja läheisten rooli koettiin kaikkein merkityksellisempänä hengellisyyden tukemisessa. Haasteltavat pitivät tärkeänä sitä, että ystävät käyvät luona, heidän kanssaan voi keskustella, kuunnella ja tulla kuulluksi hengellisissä asioissa. Myös ystävien rohkaisevaa asennetta, positiivista näkemystä sekä erilaisuuden hyväksymistä kunkin omaan hengellisyyden kokemiseen pidettiin tärkeinä keinoina ystävien ja lähimpien osalta.

No tietysti kaikista läheisempien sitä toivos ymmärtävän.

Mulla on monia ihmisiä, joiden kanssa olen puhelinyhteydessä, jotka koen suurena lahjana elämässä. Voi yhdessä rukkoilla ja jakaa asioita heidän kanssaan.

Ystävät käyvät hengellisessä talossa ja se on hieno homma.

Seurakunnan merkitys ja rooli hengellisyyden tukemisessa

Seurakunnan tuen koettiin olevan ikäihmisten hengellisyyden tukemisessa tällä hetkellä riittävä järjestetyn toiminnan muodossa. Tulevaisuutta ajatellen aikaa, jolloin ikäihminen ei itse enää kykene osallistumaan toimintaan, pohtivat haastateltavat seurakunnan tuen tulevan yhä tärkeämmäksi ja merkityksellisemmäksi.

Haastatteluissa tuli esille henkilökohtaisten kontaktien merkitys hengellisyyden tukemisessa. Ikäihmiset toivoivat, että seurakunta tukisi ikäihmisten hengellisyyttä kotikäynneillä ja puhelinkontakteilla. Nämä pienet teot loisivat tunteen, että he ovat tärkeitä ja heidän kuulumisistaan olla kiinnostuneita

Seurakunnan järjestämä toiminta on tällä hetkellä riittävä, kun vielä itse kykeneen lähtemään ja olemaan mukana seurakunnan toiminnassa. Mutta tulevaisuudessa jos tapahtuu äkillisesti jotakin sellaista, etten enää kykene lähtemään, silloin ajattelisi, että olis hyvin tärkeää, että olis joku ihminen, joka tulis käymään.

Olis joku ihminen joka tulis käymään minun luona ja vois yhdessä siten jakaa asioita ja rukoilla.

Seurakunnan työntekijät, vaikka soittamalla.

Kyllä toivoisin, että joku tulisi seurakunnasta.

Diakonissa nähtiin erittäin arvokkaana työntekijänä ikäihmisten toiminnassa. Niinmenomaan hänen vierailujaan toivottiin ikäihmisten koteihin siinä vaiheessa, kun he eivät enää itse kykene esimerkiksi liikkumisen rajoitteiden vuoksi osallistumaan kodin ulkopuolisiin tapahtumiin tai toimintoihin.

Mutta kun ei pääse enää menemään, niin seurakuntasisären käynnit

Jos diakonissalla olis joskus aikaa ni tulis juttelemaan kotiin.

Seurakunnalta toivottiin myös kyytien järjestämistä seurakunnan tapahtumiin sekä erilaisuuden hyväksymistä sekä tukea uskonnollisuuteen, vaikka uskonto ja näkemys olisivatkin erilaisia.

län myötä ei ehkä pysty menemään seurakunnan tapahtumiin, ni jos joskus seurakunnasta otettas yhteyttä tai järjestettäs kyytiä.

Erilaisuuden ja erilaisten ajatusten hyväksymistä, vaikka ei olisi samanlaisia kuin seurakunnan ajatusmaailma. Antaa olla omanlainen ja uskoa omalla tavalla, ei lähetä muuttamaan.

Haasteltavat toivat esille ymmärryksensä siitä, ettei seurakunnan työntekijöiden ole mahdollista vähäisten resurssien sekä kasvavan ikäryhmän määrän vuoksi vieraila jokaisen ikäihmisen luona, joka heitä luokseen kaipaisi. He kokivat myös, että ikäihmisten tulisi olla myös itse aktiivisia ja ottaa yhteyttä seurakuntaan hengellisen tuen tarvitsemisessa ja tuen saamisessa.

6 Pohdinta

6.1 Johtopäätökset

Tässä opinnäytetyössä oli tarkoituksena saada selville mitä hengellisyys merkitsee ikäihmiselle ja tavoitteena, miten ikäihmisten hengellisyyttä voidaan tukea. Tarkoituksena oli lisätä ymmärrystä ikäihmisten omakohtaisten kokemusten ja ajatusten kautta hengellisyyden merkityksestä heidän elämässään. sekä tuottaa tietoa, kuinka heidän hengellisyyttään voidaan tukea. Opinnäytetyön aineiston kerääminen toteutettiin kokemuksellisen tiedon saamiseksi teemahaastattelumenetelmällä.

Tulosten perusteella ikäihmiset kokevat hengellisyyden jokainen omalla tavallaan henkilökohtaisena kokemuksena ja sisäisenä tunnetilana. Tätä tulosta tukee Hanhiron ja Aallon (2009) näkemys ihmisen hengellisyyden kokemisesta

omalla tavallaan, henkilökohtaisena kokemuksena ihmisen hengellisiin tarpeisiin sekä käsityksiin elämän peruskysymyksistä (Hanhirva & Aalto 2009, 10–11). Hengellisyys merkitsee ikäihmisille turvallisuutta ja rauhaa sekä on elämään kiinteästi kuuluva voimavara. Hengellisyyden koettiin olevan lohdun lähde elämän kriisien kohdatessa, kuten läheisen kuoleman hetkellä.

Hengellisyyden kerrottiin olevan lähtöisin lapsuuden kodin hengellisestä tai uskonnollisesta kasvatuksesta ja opetuksesta, jolla on merkitystä siihen, miten hengellisyys koetaan ikääntyessä. Hengellisyyden kuvattiin näkyvän elämässä erilaisina elämän arvoina, olevaisuuden pohdintana, käyttäytymismalleina ja rituaaleina. Hengellisyyden tärkeitä muotoja ikäihmisille olivat iltarukouksen lausuminen, seurakunnan tai yhteisön toimintoihin osallistuminen, hengellisen materiaalin lukeminen sekä lähimmäisen kohtaaminen. Nämä tutkimuksesta saadut tulokset tukevat Kuittisen (2021) tekemää tutkimusta ikäihmisen hengellisyyden osa-alueista sekä lapsena saadun uskonnollisen kasvatuksen ja arvojen vaikuttavuutta elämään ikääntyessä. (Kuittinen 2021.)

Opinnäytetyössä tuli esille myös hengellisyyden näkökulma ei uskonnollisesta vakaumuksesta. Tässä näkemys ilmeni maailmankatsomuksellisenä sekä elämänfilosofisena pohdintana. Haastateltavalle hengellisyys merkitsi elämän merkityksellisyyden ajattelemista sekä vastausten löytämistä, rauhaa, iloa sekä oman elämän jäsentämistä ilman uskonnollisuutta. Tämän avulla pystytään osoittamaan, että hengellisyys voi olla mieli, uskonto, havainto tai tietoisuus. Se voi olla myös yhteys onnellisuuteen, suhteeseen omaan itseensä ja muihin, kuten Malkavaara (2022) kirjoittaa. (Malkavaara 2022.)

Opinnäytetyön tulosten perusteella ikäihmisten hengellisyyden tukemisessa keskeisenä ovat ystävien, läheisten ja yhteisön sekä seurakunnan tuki. Hengellisyyttä toivottiin tuettavan erilaisuuden hyväksymisellä, oman uskon harjoittamisen vapaudella, henkilökohtaisten kontaktien avulla, sekä television ja radio välityksellä ja hengellisen materiaalin avulla. Näiden lisäksi keskusteleminen, kuunteleminen ja kuulluksi tuleminen tulivat esiin tärkeinä hengellisyyden tukemisen muotoina. Nämä tulokset olivat yhteneviä Flinckin (2012) näkemyksestä vastata hengellisiin tarpeisiin eri tavoin (Flinck 2012, 4).

Seurakunnalta toivottiin apua ja tukea osallistumisen mahdollistamiseen esim. puhelinkontaktien välityksellä, diakoniatyöntekijän kotikäynneillä sekä kyyditysten järjestämistä seurakunnan tilaisuuksiin osallistumisen mahdollistamiseksi, varsinkin sitten kun ikääntyneet eivät enää itse pysty toimintoihin osallistumaan. Opinnäytetyön tulokset vahvistavat Kivikosken (2009) näkemystä siitä, että vaikka ihminen ei kykenisi itse ilmaisemaan hengellisiä tarpeitaan, tarvitsee hän niihin muiden ihmisten apua (Kivikoski 2009, 120–121).

Johtopäätöksenä voidaan todeta, että hengellisyys on ikäihmisille merkityksellinen osa elämää sekä kuuluu olennaisena osana heidän kokonaisvaltaiseen hyvinvointiinsa. Hengellisyys merkitsi ikäihmisille turvallisuutta, rauhaa sekä lohtua ja se koettiin kuuluvaksi osana elämään. Opinnäytetyö osoitti myös sen, että hengellisyys ei aina perustu uskontoon vaan se voi ilmetä myös maailmankatsomuksellisenä tai elämänfilosofisena ajattelumallina.

Opinnäytetyössä tuli esille myös toive hengellisyyden tukemisen tarpeesta varsinkin siinä vaiheessa elämää, kun ikäihminen ei itse enää kykene osallistumaan toimintoihin. Tukea toivottiin ystäviltä, läheisiltä, yhteisöltä sekä seurakunnalta. Tärkeimpänä tuen muotona tuotiin esille henkilökohtaisten kontaktien merkitys sekä erilaisen ajattelumallin hyväksyminen.

Evangelisluterilaisen seurakunnan työssä sekä ikäihmisten parissa tehtävässä työssä on tärkeää osata tukea myös erilaisia uskontokulttuureita niiden omien näkökulmien kautta, sekä kohdata ihmiset tasavertaisina heidän arvomaailmaansa huolimatta. Seurakunnalla on suuri merkitys ikäihmisten hengellisyyden tukemisessa sekä kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin tukemisessa.

6.2 Opinnäytetyön luotettavuus ja eettisyys

Opinnäytetyön eettisyydessä ja luotettavuudessa noudatetaan Tutkimuseettisen neuvottelukunnan, TEKN:n ohjetta hyvästä tieteellisestä käytännöstä ja eettisestä ennakoarvioinnista. Hyvän tieteellisen käytännön peruseriaatteiksi määritellään eurooppalaisessa tutkimuseettisessä ohjeistuksessa luotettavuus,

rehellisyys, arvostus ja vastuullisuus. Hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu eri menettelytapoja, joiden avulla voidaan huolehtia siitä, että hyvän tieteellinen käytäntö tulee toteutetuksi koko opinnäytetyöprosessin ajan. Mikäli näitä käytäntöjä jätetään noudattamatta, voi se johtaa hyvän tieteellisen käytännön loukkausepäilyyn. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2023, 12.) Opinnäytetyön tekemisessä hyvä tieteellinen käytäntö tulee huomioida ja noudattaa jo heti ideointivaiheessa aiheen valinnassa, teko-, ja toteutustapaa suunnitellessa, toimeksiantajan valinnassa, rahoituksen suunnittelussa, sekä erilaisten tutkimuksen tekoon tarvittavien sopimusten ja lupien hankinta sekä eettisen ennakoarvioinnin tarpeellisuuden selvittäminen. (Elo, Kinnunen, Rasa, Saarnio & Tapio 2025, 15–16.)

Hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu opinnäytetyön suunnitelma- ja raportointivaiheessa luotettavien tiedonhankinnan- ja tutkimusmenetelmien käyttäminen, asianmukaisten viittausten ja lähdeviitteiden käyttäminen, tekijänoikeuksien huomioiminen, sekä aineiston käsittely ja dokumentoiminen asianmukaisella tavalla. Lisäksi tulee huomioida vaitiolo- ja salassapidon piiriin kuuluvat asiat, osallistujien oikeuksien tunteminen, opinnäytetyön materiaalin säilyttäminen, opinnäytetyön julkisuuteen sekä aineiston hävittämiseen liittyvät asiat. (Elo ym. 2025, 19–20.) Hyvän tieteellisen käytännön vastaista toimintaa ovat vilppi ja piittaamattomuus (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2023, 15–18). Eettisyyteen liittyvät myös eettinen ohjaus ja arviointi, johon sisältyy keskeisesti vuorovaikutus ja luottamus, valmistautuminen ohjaustilanteisiin, valinnat, tavoitteet, vastuut, yhteydenottokeinot, toimintatavat, palaute, reflektointi jne. (Elo ym. 2025, 20–22.)

Opinnäytetyön luotettavuuden arvioinnissa voidaan todeta teemahaastattelumenetelmän mahdollistaneen syvällisen ymmärryksen ikäihmisten hengellisyyden kokemisesta. Koska aineisto oli rajallista ja osallistujamäärä pieni, ei tuloksia voida yleistää mutta niistä voidaan saada arvokasta tietoa hengellisyyden merkityksestä ikäihmisille. Tulosten avulla voidaan myös tukea seurakunnan toiminnan kehittämistä sekä hyödyntää jatkotutkimuksissa.

Tässä opinnäytetyössä käytin apuna tekoälytoiminto ChatGPT:tä tekstin jäsentelyn ideoinnissa, rakenteen hahmottamisessa sekä omien ajatusteni selkeyttämisessä opinnäytetyön eri vaiheissa. Tekoäly ei tuottanut tutkimustuloksia eikä opinnäytetyön sisältöä vaan teksti on kirjoittajan omaa tuotosta. (Karelia ammattikorkeakoulu 2026.)

Eettisyys huomioitiin opinnäytetyössä tarkasti ja huolellisesti. Osallistujille kerrottiin selkeästi opinnäytetyön ja haastattelun tarkoitus, painotettiin vapaaehtoisuutta osallistumiseen sekä anonyymiyttä. Haastateltavat saivat itse valita haastattelupaikan. Jokainen haastateltava halusi, että haastattelu tehdään heidän kodeissaan. Toimitin jokaiselle haastatteluun osallistuvalla aineistonhallintasuunnitelman (liite 1), suostumuslomakkeen (liite 2), saatekirjeen (liite 3), teemahaastattelukysymykset (liite 4) ja tietosuojaselosteen (liite 5) etukäteen tutustuttavaksi. Kerroin jokaiselle haastateltavalle mahdollisuudesta lopettaa haastattelu kesken missä vaiheessa tahansa, sekä oman vaitiolovelvollisuuteni asiassa. Kävin läpi ennen haastattelua haastattelun kulun sekä nauhoitetun materiaalin tallentamisen ja hävittämisen. (Tietosuojalaki 1050/2018.) Näiden toimintojen lisäksi pyrin luomaan omalla toiminnallani luottamuksellista ilmapiiriä, jossa pystyi turvallisesti keskustelemaan asiasta

Henkilökohtaisesti koin, että edellä mainituilla asioilla oli suuri merkitys haastattelun saavutettavuuteen sekä haastattelutilanteen rentoon ja avoimeen ilmapiiriin tutun ja turvallisen kotiympäristön lisäksi. Myös haastateltavien innokkuus ja halukkuus osallistua haastatteluun sekä välillämme vallinneet hyvät dialogiset vuorovaikutustaidot saivat haastattelutilanteen tuntumaan luottamukselliselta, rennolta ja vapautuneelta. Tällä tavoin saatiin toteutettua luotettava ja eettisesti hyväksyttävä opinnäytetyön menetelmän toteutus.

6.3 Opinnäytetyön prosessin pohdinta

Oman opinnäytetyöni orientaatiovaihe alkoi aiheenvalinnalla. Minulle oli tärkeää, että aihe on sellainen, jonka parissa työskenteleminen on mielekästä. Kysyin mahdollisia ehdotuksia opettajalta mutta lopullisen aiheenvalinnan tein

kuitenkin oman mielenkiintoni pohjalta valitsemaani aihetta kohtaan. Minua on aina kiinnostanut kaikki ihmismieleen sekä selittämättömyyteen liittyvät asiat. Aihe on myös hyvin moninainen, eikä sille ole yhtä oikeaa totuutta. Toinen syy aihevalintaani oli myös se, että olen havainnoinut työssäni lähihoitajana, ettei ikääntyneiden hengellisyyden merkityksellisyyttä kokonaisvaltaisessa hyvinvoinnissa välttämättä ymmärretä, sitä ei osata huomioida tai hengellisyyden tukemisen keinoista ei ole riittävästi tietoa.

Aiheenvalinnan jälkeen sain hyväksynnän aiheestani myös opettajalta ja aloin miettimään mahdollista toimeksiantajaa eli siirryin opinnäytetyön prosessissa käynnistysvaiheeseen. Tapasin seurakuntamme kirkkoherran työpaikallani ja keskusteltuaamme opinnäytetyöni aiheen hyödynnettävyyteen seurakunnan toiminnassa, hän suostui toimeksiantajakseni. Sovimme tapaamisen, jossa kävimme vielä läpi opinnäytetyön prosessia, sekä sovimme toimeksiantosopimuksen kirjoittamisesta. Tässä vaiheessa minulle nimettiin opinnäytetyöni ohjaajat ja kerrottiin opinnäytetyön ohjauksesta oppilaitoksen puolelta.

Koska aihe on laaja ja moninainen, on ollut tärkeää suunnitella aiheen tarkka rajaus. Tavoitteenani oli saada ymmärrystä ikääntyneiden henkilökohtaisista hengellisyyden kokemuksista yleisellä tasolla, keskittymättä mihinkään sairaukselliseen näkökulmaan tai erityispiirteisyyteen. Tarkoituksena oli saada tietoa, kuinka heidän hengellisyytensä voidaan tukea. Rajauksen tekeminen auttoi tutkimuskysymysten suunnittelemisessa sekä teemahaastattelukysymysten muotoilemisessa siten, että ne olisivat mahdollisimman helposti ymmärrettäviä sekä vastaisivat mahdollisimman tarkasti tutkimuskysymyksiin.

Näiden vaiheiden jälkeen pääsin työstämään tietoperustaa. Tietoperustan työstämisessä ilmeni haasteita aiheen moninaisuuden vuoksi. Hengellisyydestä on kirjoitettu ja tehty tutkimuksia monilta eri näkökannoilta, kuten esimerkiksi sen vaikutuksesta psyykkiseen hyvinvointiin, mutta yleisellä tasolla hengellisyydestä oli relevanttia tietoa huonohkosti saatavilla. Tietoperustan tekemisen haasteet kehittivät tiedonhakutaitoja sekä luotettavien lähteiden erottamisen ei-luotettavista lähteistä.

Opinnäytetyöprosessiin liittynyt aikataulusuunnitelma selkeytti kokonaisuutta, tuki työn etenemistä, työn ja opintojen yhteensovittamista sekä kehitti itsensä johtamistaitoja. Itsensä johtamistaitoja tarvittiin opinnäytetyöprosessin suunnittelemisesta toteutukseen. Selkeä suunnitelma eri vaiheiden toteuttamiseksi sekä aikataulutuksen suunnittelemisen etenemisen suhteen kannusti ja motivoi tavoitteelliseen edistymiseen sekä työskentelemään kohti itselleni määriteltyä valmistumisajankohtaa.

6.4 Ammatillinen kasvu

Opinnäytetyöprosessi on tukenut ammatillista kasvuani tulevana geronomina monella tapaa. Tämän prosessin aikana olen oppinut ymmärtämään paremmin ikäihmisten kokonaisvaltaista hyvinvointia nimenomaan hengellisyyden merkityksen osalta. Olen oppinut huomaamaan, miten eri tavoin ihmiset hengellisyyden kokevat, miten eri tavoin hengellisyys näyttäytyy ikäihmisten elämässä ja arjessa sekä miten valtava voimavara se heille on elämän jokaisessa vaiheessa. Olen myös oppinut ymmärtämään konkreettisesti, kuinka tärkeää ihmisten parissa tehtävässä työssä geronomina tai yleisesti ikäihmisten parissa työskentelyssä on ottaa hengellisyys puheeksi. Vain siten voimme saada tietää henkilön hengellisestä vakaumuksesta sekä saamme tietoa siitä, kuinka ja miten kukakin toivoo hengellisyytensä tuettavan.

Opinnäytetyötä aloittaessani valitsin aiheen oman mielenkiintoni pohjalta. Oletin, että hengellisyys aiheena saattaisi olla liian henkilökohtainen ja arka, mikä voisi vaikeuttaa haastateltavien löytämistä tai tehdä haastattelutilanteista vaivannuttavia. Koska ikäihmisten elämään sisältyy paljon erisävyistä elämänhistoriaa, sukupolvikokemuksia ja hengellisyys koetaan usein hyvin intiiminä asiana, ei siitä puhuminen välttämättä ole heille helppoa tai luontevaa. Yllätykseni sain huomata, että aihe kiinnostikin useita ikäihmisiä ja haastateltavat löytyivät helposti. Kiinnostuneita osallistujia haastatteluihin olisi löytynyt enemmänkin, mutta opinnäytetyön laajuuden rajaamiseksi päädyin 5 haastateltavaan. Haastateltavat suhtautuivat haastatteluihin avoimesti ja rohkeasti sekä selkeästi kokivat tarvetta puhua hengellisyydestään.

Opinnäytetyön teemahaastatteluja tehdessäni olen voinut hyödyntää jo nykyisessä työelämässäni keskeisenä toimintona olevia vuorovaikutustaitoja ja syventää niiden merkitystä erityisesti hengellisyyteen liittyvissä keskusteluissa. Haastattelutilanteissa opin myös refleктоimaan omia ikäihmisten kohtaamistaitoja. Näistä konkreettisimpana ja tärkeimpänä oppina olivat arvostava ja kunnioittava kohtaaminen, kiireettömän läsnäolon valtava merkitys sekä kuuntelemisen ja kuulluksi tulemisen taidot.

Tämän opinnäytetyön prosessin aikana huomasin refleктоivani paljon myös omaa hengellisyyttäni, arvomaailmani ja paikkaani tässä elämässä. Haastatelussa minun täytyi suhtautua hengellisyyteen ammatillisesti ja tuomatta esiin omia näkemyksiäni aiheesta. Koska haastattelijoiden arvomaailmat eivät poikenneet radikaalisti omistani, oli helppoa olla oma itsensä eikä tilanteista sen puolesta tullut vaivaannuttavia. Jäin kuitenkin pohtimaan tilanteita, esimerkiksi geronomin työssä, joissa asiakas olisikin aivan eri arvomaailmasta, täysin poikkeavine hengellisyyden rituaaleineen, vahvasti, jopa tuomitsevasti näkemyksiään esille tuova. Kuinka reagoisin, pystyisinkö toimimaan ja suhtautumaan hänen ammatillisesti ja tuomitsematta, tuomatta esiin omia näkemyksiäni, hyväksymällä luontevasti hänet sellaisena kuin hän on? Osaisinko tukea hänen hengellisyytään asianmukaisella tavalla? Olisiko minulla taitoa olla ammattilainen?

Haastattelutilanteissa en kokenut haasteita vaan ennemminkin ne vahvistivat kokemustani siitä, että haastattelutilanteet koettiin merkityksellisinä ja voimaannuttavina. Haastatteluiden palautteiden perusteella haastateltavat olivat kokeneet tilanteen herättäneen pohdintaa omasta hengellisyydestä sekä antaneen merkityksellisyyttä arkeen. Nämä palautteet tukivat omaa ammatillista kasvuani sekä syvensivät omaa ymmärrystäni ikäihmisten elämän arvoihin. Palautteen myötä pystyin myös realistisesti refleктоimaan oman toimintani onnistumista hengellisyydestä puhumisessa, teemahaastattelukysymysten selkeyttä sekä ymmärrettävyyttä ja tutkimusmenetelmän toimivuutta.

Laadullisen, tutkimuksellisen opinnäytetyön tekemisessä opin teemahaastattelumenetelmän käyttämisen tutkimusmenetelmänä. Haastattelutaitojen lisäksi opin opinnäytetyöprosessin vaihe vaiheelta, sekä akateemisen kirjoittamisen

taitoja, tiedon hakua, tutkimusten hyödynnettävyyttä opinnäytetyössä ja itsensä johtamisen taitoja. Opinnäytetyö toi minulle lisää varmuutta ja osaamista tutkimustiedon hyödyntämisestä työelämässä sekä hengellisyyteen liittyvien näkökantojen esilletuomista ikäihmisten hyvinvoinnin tukemiseksi.

6.5 Jatkotutkimusideat

Tämän opinnäytetyön sisältöä voidaan hyödyntää jatkossa kaikkialla ikääntyneiden kohderyhmän opinnoissa tai työpaikoilla sisäistämään ymmärrystä hengellisyyden merkityksestä ikääntyneille sekä ikääntyneiden hengellisyyden tukemisen työvälineeksi esimerkiksi hoivakodeissa ja seurakunnan toiminnoissa.

Usein hengellisyys on aihe, jonka merkitystä ei ymmärretä ihmisen kokonaisvaltaisessa hoidossa ja hyvinvoinnin tukemisessa. Tämän vuoksi ikääntynyt voi jäädä ilman tukea asiassa. Tämän opinnäytetyön pohjalta voitaisiin esimerkiksi tehdä ohjeistus tai opas työpaikoille sekä sosiaali- ja terveydenhuoltoalan oppilaitoksiin opetuskäyttöön.

Jatkotutkimusideana tästä tutkimuksesta jäin pohtimaan, että olisi mielenkiintoista tutkia tämän opinnäytetyön vastakkaista näkökantaa, eli nuorempien ihmisten hengellisyyden merkitystä. Tutkimuksen avulla voisi selvittää onko hengellisyyden käsite tai merkitys saanut uudenlaisia näkökulmia, kuinka hengellisyys ja uskonnollisuus koetaan tänä päivänä ja ovatko ylisukupolvien väliset hengellisyyteen liittyvät arvot, rituaalit tai elämäkatsomus säilyneet tähän päivään. Lisäksi olisi mielenkiintoista saada tietää, millainen ymmärrys nuoremmalla sukupolvella on ikäihmisten hengellisyydestä, ja mihin he itse turvaavat tässä jokseenkin epävakaassa maailmassa.

Lähteet

- Ammattikorkeakouluasetus 1129/2014.
 Ammattikorkeakoululaki 932/2014.
- Elo, S., Kinnunen, S., Rasa, M., Saarnio, R & Tapio, T. 2025. Eettisiä lähtökohtia ja näkökulmia opinnäytetyön prosessiin ja ohjaukseen. Teoksessa Turunen, E., Pekonen, E. & Elo, S (toim.) Opinnäytetyön menestystarina. Kuopio: Savonia-ammattikorkeakoulu. 15–22.
- Flinck, A. 2012. Hengellisyys hoitotyössä. Viesti 1/2012,4. https://asiakas.kotisivukone.com/files/ssks.kotisivukone.com/tiedostot/Artikkelit_ja_julkaisut/hengellisyys_hoitotyossa.pdf. 30.5.2025.
- Gunther, K. Hasanen, K. & Juhila, K. 2021. Analyysi ja tulkinta. Teoksessa Jaana Vuori (toim.) Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskuntatieteellinen tietoarkisto. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/analyysitavan-valinta-ja-yleiset-analyysitavat/analyysi-ja-tulkinta/> . 20.5.2025.
- Hakala, J.T. 2024. Laadullisen tutkimuksen ABC. Menetelmäopas opinnäytteen tekijälle. Tallinna: Gaudeamus.
- Hanhiova, M., & Aalto, K. 2009. Ihmisen hengelliset tarpeet. Teoksessa Aalto, K.& Gothoni, R. (toim.). Ihmisen lähellä. Hengellisyys hoitotyössä. Helsinki: Kirjapaja, 10–14.
- Joensuun evankelisluterilainen seurakuntayhtymä.2025. Luterilainen kirkko Joensuussa-Toivon tähden. <https://romako.diak.fi/tyonantaja-pooli/joensuun-ev-lut-seurakuntayhtyma/>. 15.5.2025.
- Joensuun seurakunnat. 2025. Enon seurakunta. <https://www.joensuunseurakunnat.fi/enon-seurakunta>. 15.5.2025.
- Juhila, K. 2021. Laadullisen tutkimuksen ominaispiirteet. Teoksessa Jaana Vuori (toim.) Laadullisen tutkimuksen verkkokäsikirja. Tampere: Yhteiskunnallinen tietoarkisto. <https://www.fsd.tuni.fi/fi/palvelut/menetelmaopetus/kvali/> 20.5.2025.
- Juva, K. 2024. Muistihäiriöt ja dementia. Terveyskirjasto. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00706>. 1.2.2026.
- Kajula, O., Rantala, A. & Ruotsalainen, H. 2025. Laadullinen tutkimus ammattikorkeakoulujen opinnäytetyössä. Teoksessa Turunen, E., Pekonen, E. & Elo, S. (toim.) Opinnäytetyön menestystarina. Kuopio: Savonia ammattikorkeakoulu. 50–54.
- Karelia ammattikorkeakoulu. 2026. Opinnäytetyöt. <https://libguides.karelia.fi/c.php?g=679019&p=4987212> .1.2.2026.
- Kirkkolaki 652/2023.
- Kivikoski, T. 2009. Muistisairaana ja dementoituneena lähellä. Teoksessa Aalto, K. & Gothoni, R. (toim.) Ihmisen lähellä. Hengellisyys hoitotyössä. Helsinki: Kirjapaja, 119–122.
- Koivisto, A., Paajanen, T., Rinne, J., Hokkanen, L., Vanninen, R., Herukka, S-M., Lötjönen, J., & Hallikainen, M. 2018. Alzheimerin taudin varhainen tunnistaminen. Duodecim134(24). <https://www.duodecimlehti.fi/duo14670> . 1.2.2026.

- Korhonen, S. 2025. Diakonissa. Enon evankelisluterilainen seurakunta. 9.6.2025.
- Kuittinen, S. 2021. Palvelu-TV:n eksistentiaalisiiin keskusteluryhmiin osallistuvien ikäihmisten hengellisyys. Itä-Suomen yliopisto. Teologian osasto. Pro gradu. 39–42. <https://erepo.uef.fi/handle/123456789/25658> .10.5.2025.
- Kulmala, J. 2019. Hyvä vanhuus. Menetelmiä aktiivisen arjen tukemiseen. Jyväskylä: PS-Kustannus, 8–9.
- Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista 980/2012.
- Malkavaara, M. 2022. Hengellinen ja henkinen. Diak. <https://dialogi.diak.fi/2022/09/06/elamani-kasitteet-hengellinen-ja-henkinen/>. 15.4.2025.
- Nissinen, L. 2009. Hoitajan työhyvinvointi. Teoksessa Ihmisen lähellä. Hengellisyys hoitotyössä. Teoksessa Aalto, K. & Gothoni, R. (toim.). Ihmisen lähellä. Hengellisyys hoitotyössä. Helsinki: Kirjapaja, 182.
- Pirhonen, J., & Saarelainen, S-M. 2023. Jumalansa unohtaneiden uskonnollisuus. Sairaalapappien tulkinnat uskonnollisuudesta hoivakodeissa. 38,45. <https://erepo.uef.fi/server/api/core/bitstreams/6ea67c8f-d4d0-4584-8374-75725b9d160d/content>. 1.5.2025.
- Roitto, H-M., Lindell E., Koskinen S., Sarnola, K., Koponen, P., & Ngandu, T. 2024. Diagnosoitujen muistisairauksien ilmaantuvuus Suomessa vuosina 2016–2021. Duodecim 140(5). <https://duodecimlehti.fi/lehti/2024/5/duo18137>. 20.5.2025.
- Sinkkonen, A. 2020. Oi muistatko vielä sen virren. Hengellisyys muistisairaana arjessa. Itä-Suomen yliopisto. Filosofinen tiedekunta. Pro gradu. 59. <https://erepo.uef.fi/handle/123456789/23293>. 18.5.2025.
- Suomen evankelisluterilainen kirkko. 2025. Mitä usko on? <https://evl.fi/tutki-uskoa/mita-usko-on/>. 3.5.2025.
- Suomen evankelisluterilainen kirkko. 2025. Töissä kirkossa. <https://evl.fi/tietoa-meista/toissa-kirkossa/ammattit/>. 15.5.2025.
- Suomen evankelisluterilainen kirkko. 2025. Diakonia. <https://evl.fi/sanasto/diakonia/>. 14.11.2025.
- Suomen perustuslaki 731/1999.
- Suutama, T. 2022. Muisti ja oppiminen. Rantanen, T., Kokko, K., Sipilä, S., & Viljanen, A. (toim.). Gerontologia. Helsinki: Duodecim, 287–289.
- Tarnanen, K., Rinne, J., Rosenvall, A., & Tuunainen, A. 2024. Muistisairaudet. Terveyskirjasto. <https://www.terveyskirjasto.fi/khp00094> . 1.2.2026.
- Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. 2023. Muistisairaudet. <https://thl.fi/aiheet/kansantaudit/muistisairaudet> .12.5.2025
- Terveyden- ja hyvinvointilaitos. 2024. Muistisairauksien yleisyys. <https://thl.fi/aiheet/kansantaudit/muistisairaudet/muistisairauksien-yleisyys> . 12.5.2025.
- Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. 2025. Muistisairauksien ehkäisy. <https://thl.fi/aiheet/kansantaudit/muistisairaudet/muistisairauksien-ehkaisy> . 1.2.2026.
- Terveyskylä. 2023. Muistisairauksien oirekirjo. <https://www.terveyskyla.fi/aivotalo/aivosairaudet/muistisairaudet/muistisairauksien-oireet> . 1.2.2026.

- Tieteen termipankki. (n.d.). *Usko*. Haettu 3.5.2025 osoitteesta <https://tieteentermipankki.fi/wiki/Teologia:usko>
- Tietosuojalaki 1050/2018.
- Toivonen, K., Charalambous, A., & Suhonen, R. 2022. International Journal of Nursing Studies. 138 (2023). A caring and living environment that supports the spirituality of older people with dementia: A hermeneutic phenomenological study. 5. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/36549146>. 5.5.2025.
- Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2023. Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan HTK-ohje 2023. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan julkaisuja 2/2023. Helsinki: TEKN. https://tenk.fi/sites/default/files/2023-03/HTK-ohje_2023.pdf. 20.5.2025.
- Uskonnonvapauslaki 453/2003.
- Uurtamo, A. 2021. Näkymiä ikääntymisen tulevaisuuteen. Ikäinstituutti. <https://ikainstituutti.fi/vanhuus/nakymia-ikaantymisen-tulevaisuuteen/>. 3.5.2025.
- Valtakunnallisen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta. ETENE. 2008. Vanhuus ja hoidon etiikka. <https://etene.fi/documents/1429646/1559070/ETENE-julkaisuja+20+Vanhuus+ja+hoidon+etiikka.pdf/34d9870b-d612-4952-8265-dcb7961dc3ab> .10.1.2026.
- Viljamaa, S. 2009. Psykkisesti sairaan hengellinen tuki. Teoksessa Aalto, K. & Gothoni, R. (toim.) Ihmisen lähellä. Hengellisyys hoitotyössä. Helsinki: Kirjapaja, 104–109.
- Vilka, H. 2021. Näin onnistut opinnäytetyössä. Ratkaisut tutkimuksen umpikujiin. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.
- Vilka, H. 2025. Tutki ja kehitä. Jyväskylä: Santalahti kustannus.

Aineistonhallintasuunnitelma

Aineistonhallintasuunnitelma

Suunnitelman tekijä: Anu Tykkyläinen

Opinnäytetyön nimi: Hengellisyuden merkitys ikäihmiselle

Opinnäytetyön toimeksiantaja: Enon evankelisluterilainen seurakunta

Suunnitelma laadittu: 30.4.2025

1. Aineiston yleiskuvaus

1.1 Aineiston kuvaus: Kerättävä tai olemassa oleva aineisto

Kerro lyhyesti tai tee taulukko tai luettelo keräämästäsi ja tuottamastasi tai olemassa olevasta aineistosta. Rasti oikea/oikeat vaihtoehto/vaihtoehdot

Kerään aineiston itse

- haastatteluiden
- kyselyiden
- havainnoinnin avulla
- muulla tavoin, millä?

Toteutan haastattelun Enon evankelisluterilaisen seurakunnan tiloissa syyskuun 2025 aikana. Haastattelun kolme evankelisluterilaisen seurakunnan toimintaan osallistuvaa ikäihmistä. Haastattelut toteutetaan yksilöhaastatteluina. Tallennan

haastattelut äänitallentimella. Haastattelut litteroin tekstitiedostoksi. Litteroinnin ja tekstitiedostoksi muuttamisen jälkeen tuhoan tallenteet tietoturvalisesti.

1.2 Aineiston laadun varmistaminen

Käsittelem aineistoa huolellisesti siten, että alkuperäinen tietosisältö säilyy muuttomattomana eikä ulkopuoliset pääse niihin käsiksi.

2. Eettiset periaatteet, lainsäädäntö ja henkilötietojen käsittely

2.1. Henkilötiedot ja tietosuojan huomioiminen

Kyllä. Haastattelussa kerään henkilötietoina ääntä. Muita henkilötietoja ei kerätä.

2.2 Päävastuu henkilötietojen käsittelystä eli rekisterinpitäjäys.

Olen itse vastuussa henkilötietojen käsittelystä.

2.3 Tietosuojan edellyttämät ilmoitukset

Olen laatinut **tietosuojaselosteen**: Kyllä. Se on tämän suunnitelman liitteenä.

Olen suunnitellut, kuinka **suostumus henkilötietojen käsittelyyn** otetaan tutkimukseen osallistuvilta: kyllä

2.4 Tutkittavien informointi ja suostumus

Haastatteluun osallistuvat henkilöt allekirjoittavat suostumuslomakkeen.

2.5 Tutkimuslupa

Tarvitsen tutkimuslupaa: ei

2.6 Miten hallinnoit käyttämäsi, tuottamasi ja jakamasi aineiston oikeuksia?

Keräämäni aineistoa käytetään vain opinnäytetyössä.

2.7 Eettistä ennakoarviointia edellyttävät tutkimusasetelmat opinnäytetyössä

Tarvitseeko opinnäytetyösi tutkimus eettisen ennakoarvioinnin eettistä ennakoarviointia?

Ei

3. Aineiston dokumentointi

3.1. Aineiston dokumentointi

Litteroidut tiedostot numeroidaan (haastattelu 1, haastattelu 2 ja haastattelu 3)

4. Tallentaminen ja tietoturva opinnäytetyöprosessin aikana

Tallennan äänitiedostot ensin Karelian verkkoasemalle omaan kansiooni. Kansio on suojattu salasanalla. Litteroin äänitiedostot kahteen tekstitiedostoon kahteen tekstitiedostoon, jotka tallennan myös verkkoasemalle. Litteroinnin jälkeen tuhoan äänitiedostot.

5. Aineisto opinnäytetyön valmistuttua: tuhoaminen, säilyttäminen tai mahdollinen jatkokäyttö ja avaaminen

Aineisto tuhotaan tietoturvallisesti verkkokansiosta opinnäytetyön arvioinnin jälkeen.

6. Tehtävät ja vastuut

Vastaan itse aineiston tallentamisesta ja hävittämisestä. Aineistoa ei luovuteta toimeksiantajalle, joka saa vain aineistoanalyysin tulokset.

Suostumuslomake

Suostumus tutkimukseen osallistumisesta

Opinnäytetyön nimi: Hengellisyden merkitys ikäihmiselle

Opinnäytetyön tekijä: Anu Tykkyläinen

Kuvaus opinnäytetyöstä:

Opinnäytetyöni aihe on Hengellisyden merkitys ikäihmiselle. Tavoitteena on selvittää, mitä hengellisyys ikäihmiselle tarkoittaa, kuinka se näkyy arjessa tai ohjaa elämää ja onko hengellisyden merkitys muuttunut ikääntymisen myötä. Tulen keräämään aiheeseen liittyvää tietoa haastattelemalla kolmea ikäihmistä. Haastattelen jokaista osallistujaa yksitellen. Opinnäytetyön tulokset tullaan julkaisemaan anonymisti vain ja ainoastaan opinnäytetyössä, joka on vapaasti luettavissa Theseus-nimisellä internetsivustolla, josta löytyy kaikki julkaistut opinnäytetyöt.

Ymmärrän yllä mainitun opinnäytetyön tarkoituksen ja siinä käytettävät menetelmät. Olen tietoinen siitä, että osallistumiseni on vapaaehtoista. Olen myös tietoinen siitä, että osallistuminen ei aiheuta minulle minkäänlaisia kustannuksia ja minua koskevaa aineistoa käytetään vain kyseiseen opinnäytetyöhön. Olen tutustunut tämän lomakkeen liitteenä olevaan tietosuojaselosteeseen.

Henkilöllisyyteni jää vain opinnäytetyön tekijän tietoon

Aineisto hävitetään opinnäytetyön valmistuttua.

Annan suostumukseni siihen, että minua haastatellaan ja antamiani tietoja käytetään kyseisen tutkimuksen tarpeisiin.

Voin halutessani keskeyttää tai peruuttaa tutkimukseen osallistumisen milloin tahansa ilman, että minun täytyy perustella keskeyttämistä tai peruuttamista.

Päiväys

Tutkittavan allekirjoitus ja nimenselvennys

Saattekirje

Hyvä vastaanottaja,
Tervetuloa osallistumaan opinnäytetyöni toteuttamiseen!

Olen geronomiopiskelija Karelia ammattikorkeakoulusta ja teen opinnäytetyötä Enon evankelisluterilaiselle seurakunnalle aiheesta Hengellisyys ja merkitys ikäihmiselle.

Opinnäytetyöni tarkoituksena on selvittää;
* mitä hengellisyys merkitsee ikäihmiselle

Opinnäytetyön tarkoituksena on haastatteluiden avulla selvittää, mitä hengellisyys tarkoittaa ikäihmiselle, kuinka sen vaikutus näkyy heidän arjessaan ja onko hengellisyys merkitys muuttunut elämänkaaren aikana.

Kerään opinnäytetyöhöni tietoa haastattelemalla. Haastattelut suoritan syyskuussa 2025. Suoritan haastattelut yksilöhaastatteluina. Haastattelupaikkana ja haastattelu-aikana voidaan sopia jokaisen haastateltavan kanssa erikseen.

Vastaaminen on vapaaehtoista ja voit keskeyttää sen halutessasi missä vaiheessa tahansa. Haastattelut tapahtuvat nimettömästi. Haastateltavien henkilötietoja ei voi päätellä vastauksista. Vastaukset käsitellään luottamuksellisesti. Tutkimusaineistoa käytetään vain tätä opinnäytetyötä varten ja haastatteluista saadut aineistot hävitetään heti opinnäytetyön valmistuttua.

Opinnäytetyöni on tarkoitus valmistua keväällä 2026 ja se on luettavissa julkaisun jälkeen Theseus-julkaisuarkistossa.

Vastaan mielelläni kysymyksiin puhelimitse numerosta xxxxxxxxxxxx.

Kiitos kun haluat osallistua tutkimukseeni.

Terveisin Anu Tykkyläinen

HAASTATTELUKYSYMYKSET

Anu Tykkyläinen
Geronomiopiskelija
Karelia AMK Joensuu

Opinnäytetyö: Hengellisyiden merkitys ikäihmiselle

Teemahaastattelun kysymykset

Teema 1. Hengellisyiden merkitys

- Mitä hengellisyys merkitsee sinulle tällä hetkellä?
- Saitko kotona hengellistä kasvatusta vai mistä hengellisyytesi on peräisin?

Teema 2. Hengellisyiden merkitys arjessa

- Miten hengellisyys näkyy arjessasi?
- Näkökö hengellisyys juhlapyhien viettämisessäsi? Miten?
- Onko sinulla jokin hengellinen kokemus, muisto tai hengellisyiden rituaali/tapa erityisen tärkeä? Haluaisitko kertoa siitä?

Teema 3. Hengellisyiden merkitys elämänkaressa

- Millainen merkitys hengellisyydellä on ollut elämässäsi yleisesti?
- Onko hengellisyytesi tai siihen suhtautuminen muuttunut ikääntymisen myötä? Jos on, niin miten?
- Mitä toivoisit nuorempien sukupolvien ymmärtävän ikääntyneen hengellisyydestä?

Teema 4. Hengellisyiden tukeminen arjessa

- Kuinka haluaisit hengellisyyttäsi tuettavan arjessa?
- Kenen toivoisit tukevan hengellisyyttäsi?

Opinnäytetyön tietosuojaseloste



Vastaaja: -

Vastaus: 16.05.2025, 18:05 - 16.05.2025, 18:16

1. Tietosuojaselosteen täyttäjän sähköpostiosoite *

Sähköpostiosoite [REDACTED]

2. Opinnäytetyön tekijän yhteystiedot *

Nimi	Anu [REDACTED] Tykkyläinen
Puhelinnumero	[REDACTED]
Sähköpostiosoite	[REDACTED]

3. Opinnäytetyön nimi *

Hengellisyden merkitys ikäihmiselle

4. Opinnäytetyön toimeksiantaja *

Opinnäytetyöllä on toimeksiantaja, nimi:

Eron evankelisluterilainen seurakunta

5. Opinnäytetyön rekisterinpitäjänä toimii *

Opinnäytetyön tekijä

6. Rekisterinpitäjän yhteystiedot

Organisaatio	Ei vastauksia
Nimi	Anu [REDACTED] Tykkyläinen
Puhelinnumero	[REDACTED]
Sähköpostiosoite	[REDACTED]

7. Yhteyshenkilö henkilötietojen käsittelyyn liittyvissä asioissa *

Nimi	Anu [REDACTED] Tykkyläinen
Puhelinnumero	[REDACTED]
Sähköpostiosoite	[REDACTED]

8. Kuvaa henkilötietoja sisältävän rekisterin sisältö *

Haastateltavan ääni

9. Perusteet henkilötietojen keräämiselle *

Teen yksilöhaastatteluja kokemustiedon saamiseksi

10. Erityisten henkilötietojen käsittely *

Henkilötiedot eivät sisällä erityisiin henkilötietoryhmiin kuuluvia tietoja

11. Henkilötietojen tietolähde *

Suoraan henkilöiltä itseltään, miten:

Haastattelu

12. Henkilötietojen käsittelyaika opinnäytetyössä *

Aloitusaikajankohta	01.08.2025
Suunniteltu päättymisaikajankohta	31.12.2025

13. Henkilötietojen käsittely opinnäytetyön valmistumisen jälkeen *

Henkilötietoja sisältävä aineisto tuhoetaan, miten:

tuhoan tiedot oppilaitoksen ohjeen mukaan Karelia OneDrivesta.

14. Kuvaa henkilötietoja sisältävän aineiston arkistointi *

Tietojen säilytysaika:	Ei vastauksia
Tietojen säilytystapa:	Ei vastauksia

Tietojen säilytysaika:	Ei vastauksia
Tietojen säilytystapa:	Ei vastauksia
Tietojen säilytysmuoto:	Ei vastauksia
Tietojen säilytysperuste:	Ei vastauksia

15. Henkilötietojen käsittelyperuste *

Yleisen edun mukainen tieteellinen tutkimus

16. Henkilötietojen suojauksen periaatteet *

Sähköinen aineisto säilytetään opiskelijan omalla tietokoneella, johon pääsy on suojattu henkilökohtaisella salasanalla. Aineisto on tallennettu Karelia OneDriveen.

17. Henkilötietojen siirto ulkopuolisille tahoille *

Henkilötietoja ei siirretä ulkopuolisille tahoille. Opinnäytetyön ohjaaja voi tarkastella dokumentteja opinnäytetyön ohjaukseen liittyen

18. Kuva henkilötietojen luovuttaminen ulkopuoliselle taholle *

Ei vastauksia

19. Automaattinen päätöksenteko / profilointi *

Ei tehdä

20. Siirretäänkö henkilötietoja EU:n tai ETA-alueen ulkopuolelle? *

Ei

21. Rekisteröidyn oikeudet

oikeus päästä henkilötietoihinsa
oikeus tietojensa oikaisemiseen
oikeus tietojensa poistamiseen
oikeus käsittelyn rajoittamiseen
oikeus siirtää tiedot järjestelmästä toiseen
tietojen käsittelyn vastustamisoikeus