

# VALOISA VANHUUS

Sosiokulttuurista innostamista taidelähtöisten  
menetelmien avulla Betel-kodissa

LAHDEN AMMATTIKORKEAKOULU  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Sosiaalipedagogiikka  
Toiminnallinen opinnäytetyö  
30.3.2009  
Aaltonen Eveliina  
Ojanen Heidi

Lahden ammattikorkeakoulu  
Sosiaalialan koulutusohjelma / Sosionomi AMK

AALTONEN, EVELIINA & OJANEN, HEIDI: Valoisa vanhuus

Sosiaalipedagogisen aikuistyön opinnäytetyö, 62 sivua, 1 liitesivu

Kevät 2009

## TIIVISTELMÄ

---

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena ja tavoitteena oli yrittää parantaa Betel-kodin ikäihmisten osallisuutta ja elämänhallintaa sekä vahvistaa yhteisöllisyyttä. Tavoitteena oli parantaa myös asiakkaan ja henkilökunnan välistä suhdetta.

Tietoperustana opinnäytetyössä on sosiaalipedagogiikka, sosiokulttuurinen innostaminen ja elämänkaariteoria. Sosiokulttuurinen innostaminen tuo malleja vanhuustyön kehittämiseen. Innostamisessa on aina mukana pedagoginen, sosiaalinen ja kulttuurinen ulottuvuus.

Toteutimme toiminnallisen opinnäytetyön ryhmätoimintana, jossa käytimme taidelähtöisiä menetelmiä, muistelutyötä, valokuvatyöskentelyä ja maalausta. Kävimme ryhmässä läpi taidelähtöisten menetelmien avulla kuuden ikäihmisen elämäntarinan lapsuudesta vanhuuteen.

Prosessin aikana ryhmään osallistuneiden ikäihmisten osallisuus ja elämänhallinta paranivat. Ryhmään osallistuvilla oli mahdollisuus kuunnella ja tulla kuulluksi. Vertaistuen kautta yhteisöllisyys vahvistui. Taidelähtöiset menetelmät tukivat prosessin tuloksia.

Ikäihmiset tarvitsevat tämän opinnäytetyön kaltaista työskentelyä oman identiteettinsä vahvistamiseksi. Opinnäytetyössä kuvattu sosiokulttuurinen innostaminen on toimiva ja voimauttava työote ikäihmisten parissa.

Avainsanat: vanhuus, sosiaalipedagogiikka, muistelutyö, taidelähtöiset menetelmät

Lahti University of Applied Sciences  
Degree Programme in Social Services / Social Worker AMK

AALTONEN, EVELIINA & OJANEN, HEIDI: Light-filled Aging

Bachelor's Thesis in social pedagogy for work with adults - 62 pages,  
1 appendice

Spring 2009

ABSTRACT

---

The project was centred on a group of elderly residents of Betel-home, and had the aim of stimulating both social participation and individual autonomy and strengthening the sense of communality within the home. There was the additional goal of facilitating an improvement in the relationships between residents and members of staff.

The foundations of this thesis derive from the findings of social pedagogy, sociocultural motivation and the use of the life story. Sociocultural motivation provides models for the development of work with the aged. Motivation always contains elements of a pedagogic, social and cultural dimension.

The project was conducted in a group setting, and consisted of art-based methods, reminiscing, painting and work with photographs. The whole process documented the biographies of six elderly participants, from childhood to old age.

As the study progressed the level of social participation and autonomy displayed by the elderly participants increased. They had the opportunity of both listening and of being heard. The sense of communality was enhanced through the use of comparative methods. The use of art-based methods supported the outcome of the process.

Older people need the kind of collaborative work employed in this project, in order to strengthen their identities. Sociocultural motivation, as here described, is an effective and empowering tool in work with the aged.

Key words: elderly, aged, social pedagogy, reminiscence activity, art-based methods, life story.

## SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT	2
3	OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET	4
3.1	Osallisuuden ja elämänlaadun parantaminen	4
3.2	Taide vertaisryhmässä	4
4	TIETOPERUSTA	5
4.1	Sosiaalipedagogiikka	5
4.2	Sosiaalipedagoginen gerontologia	8
4.3	Sosiokulttuurinen innostaminen	14
4.4	Sosiokulttuurinen innostaminen ikääntyvien parissa	15
4.5	Kuoleman pedagogiikka	16
4.6	Innostaminen ammattina	17
4.7	Elämänkaariteoria	18
5	TAIDELÄHTÖISET MENETELMÄT	23
5.1	Valokuvatyöskentely	23
5.1.1	Valokuvatyöskentelyn voimauttava vaikutus	25
5.1.2	Valokuvatyöskentely vanhustyössä	26
5.2	Maalaustyöskentely	27
5.3	Muistelutyö	28
6	OPINNÄYTETYÖPROSESSI BETEL-KODISSA	32
6.1	Tutustumista ja suunnittelutyötä	32
6.2	Lapsuuden muistot	34
6.3	Lapsuuden muistojen maalaaminen	37
6.4	Elämän keskivaihe – perhe-elämä ja työ	40
6.5	Syventyminen elämän keskivaiheen tunnelmiin	41
6.6	Valokuvakollaasien rakentaminen	45
6.7	Elämän valo ja pimeys	46
6.8	Vanheneminen ja tämä päivä	48
6.9	Katsaus tulevaisuuteen	49
6.10	Juhla ja taidenäyttely	50

7	PROESSIN ARVIOINTI	52
8	POHDINTA	58
	LÄHTEET	61
	LIITTEET	

## 1 JOHDANTO

Tämän opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite on parantaa Betel-kodin ikäihmisten osallisuutta ja elämänhallintaa sekä vahvistaa yhteisöllisyyttä. Tavoitteena on myös vahvistaa asiakkaan ja henkilökunnan välistä suhdetta. Näkökulmana on sosiaalipedagogisen gerontologian lähtökohtiin perustuva sosiokulttuurinen innostaminen. Siinä tarkastellaan ikääntymistä yhteiskunnallisena, kulttuurillisena, sosiaalisena ja kokemuksellisenä ilmiönä. Aktiivisuuden ylläpidon, toiminnan ja luovuuden tulisi olla ikäihmisten tukemisessa keskeisimmässä merkityksessä. Vain aktiivisuus ja oman elämän itsemääräämisoikeus takaavat onnellisen vanhenemisen. Sosiokulttuurinen innostaminen tuo avaimia vanhustyön kehittämiseen. Innostamisessa on aina mukana kolme ulottuvuutta, pedagoginen, sosiaalinen ja kulttuurinen. Niillä pyritään tukemaan ihmisten yhteisöllistä sitoutumista ja heidän persoonallisten arvojensa kehittymistä. (Kurki 2008, 71.)

Haluamme toteuttaa toiminnallisen opinnäytetyön ryhmäprosessina, jossa on mukana kuusi vanhusta. Sosiokulttuurinen innostaminen on työmme teoreettisena viitekehyksenä. Valokuvatyöskentely, maalaus ja muistelutyö toimivat prosessin vahvoina kehyksinä. Elämäntarina lapsuudesta vanhuuteen kulkee työskentelyn mukana. Toiminnan kautta yritämme kehittää yhteisöllisyyttä, sekä asiakkaan ja henkilökunnan välistä suhdetta. Ryhmäkertoja on tarkoitus järjestää kahdeksan ja tällöin tapaamme kaikki ryhmäläiset henkilökohtaisesti. Henkilökunnan on tarkoitus olla mukana työskentelyssä, sekä havainnoimassa työskentelyn vaikutuksia.

Sosiaalipedagoginen ammatillisuus sisältää kriittistä arviointia suhteessa yhteiskunnan yksilöilleen tarjoamiin mahdollisuuksiin, sekä yhteiskunnallisiin rakenteisiin. On hyvä pohtia, ovatko yhteiskunnan rakenteet ja palvelut tarkoituksenmukaisia ja asiakkaan ihmisarvoa kunnioittavia.

## 2 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT

Opinnäytetyön aihe alkoi kiinnostaa meitä läheistemme vanhenemisen myötä. Läheisen ihmisen muutto Betel-kotiin tutustutti meidät taloon. Betel-koti on Dia-konissalaitoksen alainen yksikkö, joka tarjoaa ikääntyville palveluasumista. Betel-koti sijaitsee Lahden keskustassa korkeassa kerrostalossa. Talon asukkaat asuvat tuetusti omissa asunnoissaan. Betel-kodissa pyritään siihen, että asukkaat eläisivät mahdollisimman kodinomaisesti.

Teimme aiemmin sosiaalipedagogisella kurssilla ryhmätyön Betel-kodissa ja se innosti meitä valitsemaan sosiokulttuurisen innostamisen toiminnallisen opinnäytetyömme työotteeksi. Pohdimme miksi yhteiskunnassamme ikääntyneet ihmiset alkavat syrjäytyä.

Vanhuus on mitä suurimmassa määrin yhteiskunnallinen asia. Vanhukset eivät ole itse määritelleet osaansa, vaan se on annettu heille. Usein tämä osa ei ole kovin imarteleva, vaan pahimmillaan varsin tuhoisa ja sorrettu. Heistä tulee toiminnan kohteita, jolloin he syrjäytyvät omasta elämästään ja menettävät oman subjektiivisuutensa. (Kurki 2008, 24.)

Yhteiskuntamme on muuttunut hyvin laitoskeskeiseksi ja yhteisöllisyys on vierasta kulttuurissamme. Yhteiskunnassamme ei myöskään arvosteta ikäihmisiä. Vanhukset ajatellaan avuttomina ja heikkoina, jotka sairauksineen ovat vain uhka kuntataloudelle. Teollisessa yhteiskunnassamme ikääntyviä ei koeta enää tarpeellisiksi. Heidät eristetään. Heitä lähinnä hoivataan ja suojellaan. Usein heiltä viedään myös itsemääräämisoikeus. Ikäihmiset ovat usein hoivatyön kohteita, joiden asioita järjestellään. Hoivan erityislaatu toteutuu kuitenkin kahden ihmisen välisessä vuorovaikutuksessa ja tätä tulisi korostaa. (Kurki 2008, 25.)

Ennen vanhuksia arvostettiin, koska he välittivät suullista perintöä. He hoitivat myös lapsia ja tekivät talousaskareita. Ikääntyneillä oli myös useita rooleja, taloudellisissa, poliittisissa, sosiaalisissa, sekä sukuun liittyvissä asioissa.

(Kurki 2008, 26.)

Vielä on olemassa monia kulttuureja, esimerkiksi Suomessa saamelaiset ja romanit, joissa vanhoilla ihmisillä on tärkeä rooli. Joissain kulttuureissa vanhusten elintaso ei ole kovin korkea, mutta heidän sosiaalinen osallistumisensa, sekä arvostus on korkealla tasolla. Lisäksi heidän elämänsä persoonana ja yhteisön jäsenenä on arvokasta. Tulevaisuudessa tarvitsemme siis asenteiden muutosta. Meidän tulisi nähdä vanhat ihmiset persoonina, jotka edelleen ovat sitä, mitä he ovat aina olleetkin ikääntymisensä lisäksi. Ei vain vanhuksina. Iäkkäät ihmiset voivat välittää arvokkaasti sitä tietoa, ihmisyyttä ja viisauttaan nuorille polville ja samalla saavuttaa valoisan vanhuuden ja henkisen kehittymisen kuolemaan asti.

(Kurki 2008, 27.)

Taide- ja kulttuuritoiminta luovat mahdollisuuksia vahvistaa ihmistä löytämään itsestään uusia resursseja ja keinoja hyödyntää niitä oman hyvinvoinnin lisäämiseksi. Voimaantuminen voi tapahtua osallistumalla kulttuuri- ja taidetoimintaan, jolle voidaan asettaa sosiaalisia tavoitteita. Taide voi vahvistaa elämänhallintaa, kykyä selviytyä ongelmista ja nopeuttaa kulttuurista ja sosiaalista muutosta. Voimaantuminen, sosiaalipedagogiikka ja sosiokulttuurinen innostaminen pyrkivät kaikki tähän samaan tavoitteeseen, jossa hyvinvointia pyritään olemassa olevista resursseista kasvattamaan ja kehittämään taiteen ja kulttuuritoiminnan keinoilla.

(Hyypä & Liikanen 2005, 132.)



### 3 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

#### 3.1 Osallisuuden ja elämänlaadun parantaminen

Opinnäytetyömme tavoitteena on Betel-kodin asukkaiden osallisuuden ja elämänlaadun parantaminen valokuvatyöskentelyn, maalauksen ja muistelutyön avulla. Tavoitteena on myös vahvistaa yhteisöllisyyttä, sekä asukkaan ja henkilökunnan välistä suhdetta. Luovuus ei katso ikää. Sen tulisi olla avoin kaikille, ikään, sukupuoleen, rotuun, kuntoisuuteen ja toimintakykyyn katsomatta.

Ryhmätyöskentelyssä pyrimme käymään kuuden ikäihmisen elämäntarinan läpi lapsuudesta tähän päivään ja koskettelemaan tulevaisuuden haaveita ja keskustelemaan kuolemasta. Taidelähtöiset menetelmät ovat apuvälineinä tässä prosessissa. Oman elämäntarinan näkyväksi tekeminen lisää elämäntarkoituksen ymmärtämistä ja antaa merkitystä omalle elämälle. Jokaisella on myös elämän varrella paljon erilaisia kokemuksia ja vaikeiden asioiden läpikäyminen parantaa elämänymmärrystä. Anteeksiantamisen mahdollisuus niin itselle, kuin muillekin on tässä työskentelyssä merkittävää. Kuoleman kysymystä on myös hyvä pohtia yhdessä, sen noustessa esiin.

#### 3.2 Taide vertaisryhmässä

Sosiokulttuurisessa innostamisessa on tärkeitä, että toiminta tapahtuu vertaisryhmässä. Se luo turvallisen työskentely-ympäristön. Kun luovuutta käytetään taiteellisin keinoin, se purkautuu myös ryhmän voimavaraksi. Jokaisen elämä on oma taideteos itsessään. Sen esiin tuominen taiteellisin keinoin tuo sen tekijälle tarvittavaa objektiivisuutta ja muille ryhmäläisille elämyksiä siitä, että sinun tarinoillasi ja minun tarinoillani on myös yhtäläisyyksiä. Olemme kaikki yhdessä tässä virrasa nimeltä elämä.

Samanikäisillä ovat samat avainkokemukset, joten he ymmärtävät paremmin toisiaan. Kaikki aloittavat tavallaan työskentelyn samalta viivalta. Ei tarvitse tuntea turhautumista siitä, että jalka ei nouse ja käsi vapisee. Hidas saa olla ja on lupa edetä omaan tahtiin. Samanhenkinen ja -mielinen ryhmä tuottaa elämää kokeneiden ihmisen tuen toisilleen. (Hohenthal-Antin 2006, 47.)

Taiteellisen työn tarkoitus on antaa uusia näkökulmia ja tarjota eväitä uudistuvaan vanhus- ja seniorityöhön. On mahdollista syttyä ajatukselle, taiteen elähdyttävästä vaikutuksesta joka voi ehkäistä yksinäisyyttä, masennusta, sekä auttaa ylläpitämään vahvaa elämisen vireystilaa. Taiteen sisällyttäminen osaksi vanhustyötä korostaa kokonaisvaltaista näkemystä ihmisestä.

(Hohenthal-Antin 2006, 16 – 17.)

## 4 TIETOPERUSTA

### 4.1 Sosiaalipedagogiikka

Sosiaalipedagogiikka on yhteiskuntatieteisiin perustuva kasvatuksellinen oppiala. Siinä yhdistyy aina sosiaalinen, kulttuurinen, poliittinen ja kasvatuksellinen puoli. Sosiaalipedagogiikka on sellaista sosiaalista kasvatusta, joka auttaa yksilöä kasvamaan yhteiskuntaan ja tukee hänen vuorovaikutustaan ympäröivään yhteisöön. Prosessin päämäärä ei ole jossakin ulkoisessa tavoitteessa, vaan aina yksilön voimaantumisen. Tämän päivän yhteiskunta onkin hyvin yksilökeskeinen ja yhteisöllisten arvojen toteutuminen on heikkoa. Siksi sosiaalipedagoginen ajattelu onkin saanut hyvin vähän jalansijaa yhteiskunnassa. Sosiaalipedagogiikka omaa yhteiskuntakriittisen luonteen, sillä se on vahvasti sidoksissa yhteiskunnassa vallitseviin arvoihin ja olosuhteisiin. (Hämäläinen 1999, 13.)

Sosiaalipedagogiikka pyrkii tuomaan esiin yhteiskunnan ilmiöitä yksilön näkökulmasta ja yrittää pelkän nimeämisen lisäksi löytää ratkaisumalleja yhteiskunnan ongelmien ratkaisemiseksi. Vaikka sosiaalipedagogian käsitettä käytettiin ensimmäistä kertaa Saksassa 1840-luvulla, on toimintaa ollut jo ennen varsinaisen käsitteen syntyä. Sosiaalipedagogiikka on syntynyt vastaukseksi teollistumisen ja kaupungistumisen aiheuttamaan yhteiskunnalliseen murrokseen. Yhteiskunnalliset olosuhteet aiheuttivat sen, että vanhemmat eivät enää kyenneet huolehtimaan lapsistaan. Yhteisöön sopeutuminen ei onnistunut ja monet lapset, nuoret ja vanhukset jäivät ilman riittävää huolenpitoa.

(Hämäläinen 1999, 6, 39–42.)

Sosiaalisen tietoisuuden herääminen on vaikuttanut suuresti sosiaalipedagogiikan kehittymiseen. Sen seurauksena kasvatuksen yhteiskunnalliseen luonteeseen ja merkitykseen alettiin kiinnittää aikaisempaa enemmän huomiota. Köyhistä, laiminlyödyistä ja alaikäisistä rikoksentekijöistä tuli erityinen pedagogisen mielenkiinnon kohde. Näin syntyi erityinen pedagoginen näkökulma köyhyyteen, sairautteen, rikollisuuteen ja muuhun huono-osaisuuteen.

(Hämäläinen & Kurki 1997, 11–13.)

Sosiaalipedagogiikan määrittelyä voidaan jatkaa loputtomasti ja kiistellä eri virtauksista sen sisällä. Suomessa on kuitenkin urauurtavaa työtä sosiaalipedagogiikan hyväksi tehnyt Juha Hämäläinen Kuopion yliopistosta ja Leena Kurki (1997) Tampereen yliopistosta. Heidän teoksiinsa oma opinnäytetyömme teoria osuus pohjautuu. Tampereen yliopiston sosiaalipolitiikan ja sosiaalityön laitoksen mukaan sosiaalipedagogiikka on käytännöllinen, sosiaalinen ja vapaamuotoinen kasvatuksellinen tiede. Sosiaalipedagogiikka onkin enemmän sisäinen orientaatio, joka pyrkii ymmärtämään ihmistä voimaannuttavia virtauksia sekä sitä mitä yhteiskunnassa tapahtuu. Se pyrkii aina ymmärtämään paranemisen ja kasvun ajatuksen: asiat voivat olla paremminkin. (Hämäläinen 1999, 60.)

Sosiaalipedagogiassa yhdistyvät aina käytännön ja teorian kysymykset. Päämäärä asetetaan aina ihmisen arjen kannalta mahdollisiin tavoitteisiin. Sosiaalipedagogiikassa ollaan kiinnostuneita niistä oppimis- ja kasvuprosesseista, joiden kautta yhteiskunnallinen toimintakyky ja sosiaalinen identiteetti muodostuvat sekä itsenäisyys ja riittävä elämänhallinta saavutetaan. (Hämäläinen 1999, 36.)

Ihminen voi kutsua ainoastaan itseään sanalla minä. Tämä minä on ikään kuin jokaisen ihmisen ominta aluetta, jota voi kutsua subjektiksi. Tätä subjektia sosiaalipedagogisessa työssä pyritään vahvistamaan. Usein sosiaalisen kyvyttömyyden ja ongelmien takana piilee heikkoa subjektiutta. Tätä pyritään sosiaalipedagogisella työllä vahvistamaan. Subjektina oleminen vaatii oman elämän hallintaa, itsenäisyyttä, vastuunottamista ja omaan elämään vaikuttamista. Se on myös aktiivista toimintaa yhteisön suuntaan. Tämä subjektin vahvistaminen ja omien minuuvoimien lisääminen tapahtuu parhaiten kohtelemalla ihmistä subjektina. (Hämäläinen 1999, 61–62.)

Saksalainen Hans Thiersch kiteyttääkin sosiaalipedagogiikan tavoitteet kolmeen sanaan: arki, subjektius ja elämänhallinta. Tässä suunnataankin katse sosiaalisten ongelmien parissa elävien ihmisten arkeen ja yritetään tukea heidän elämänhallintaansa. Tästä onkin saanut nimensä arkisuuntautunut sosiaalipedagogiikka. Siinä keskeistä on ihmisten elämäntapojen ja arjen kunnioittaminen. Tavoitteena on paremman arjen luominen ilman, että ihmisten elämää manipuloidaan ulkoapäin, vaan pyritään vahvistamaan yksilöä. (Hämäläinen & Kurki 1997, 126.)

Arjella ymmärrämme vanhuksen jokapäiväisen elämän ja siinä tapahtuvat toimet. Ikääntyminen tuo rajoitteita sellaisista jokapäiväisistä asioista suoriutumiseen, kuten siivous, ruuanlaitto, kaupassa käynti ja liikkuminen paikasta toiseen. Arjen tukeminen ikäihmisten parissa tarkoittaaakin näiden toimintojen avustamista. Apuvälineet liikkumiseen ovat tärkeitä ja estävät myös kaatumista. Myös kaikki kodin muutostyöt, jotka helpottavat arjen sujumista, kuuluvat tälle alueelle.

Arkeen kuuluvat myös ihmisten sosiaaliset tapaamiset ja näihin tulisikin kiinnittää enemmän huomiota. Niiden mahdollistuminen auttaa ihmistä kokemaan itsensä tärkeäksi. (Hämäläinen & Kurki 1997, 127.)

Goethe (1795) kirjoitti sadussaan Vihreästä käärmeestä ja valkoisesta liljasta, kuinka kultaakin arvokkaampaa on valo ja valoa ravitsevampaa on keskustelu. Kahden ihmisen välinen dialogi on prosessi, joka kulkee subjektista subjektiin. Se voimaannuttaa molempia ja rakentaa ympärilleen lämpöä ja yhteisöä. Dialogille on ominaista neljä asiaa: Ensimmäinen on rakkaus. Ilman kiinnostusta maailmaan, ihmisiin ja elämään dialogi ei ole mahdollista. Tässä rakkauden ilmapiirissä etsitään laajempaa tietoa ja ymmärrystä. Toisena on usko ihmisiin. Ilman uskoa ihmiseen dialogi muuttuu farssiksi ja manipulaatioksi. Kolmas edellytys dialogian onnistumiselle on toivo. Toivon on oltava laadultaan aktiivista ja sen on oltava toivo paremmasta elämästä. Neljäntenä edellytyksenä on kriittinen ajattelu, mikä tarvitaan muutoksen etsinnälle. Dialogi on aina aitoa praksista, joka sisältää sekä toiminnan että reflektion. Sen tehtävänä on syventää ymmärtämistä osapuolten välillä, mutta myös samalla muuttaa maailmaa. Tavoitteen on, että kukaan ei kasvata ketään, vaan ihmiset kasvavat yhdessä kohti parempaa huomista. (Kurki 2008, 47–48.)

## 4.2 Sosiaalipedagoginen gerontologia

Vanhuus ei ole sairaus, vaan elämään kuuluva vaihe, jonka alku voi olla varsin aktiivista aikaa. Myöhäiseen vanhuuteen liittyy vääjäämättömästi toimintakyvyn vajavuutta. Vanhusten toimintakykyä mitataan erilaisten mittareiden avulla, sillä tämän kyvyn ylläpitäminen takaa elämän säilymisen laadullisena. Toimintakykyä pyritään arvioimaan fyysisellä, psyykkisellä ja sosiaalisella alueella. Koko vanhuuden aika on luopumisen aikaa ja toimintakyvyn heikkenemistä näillä alueilla. Toimintakyvyn ylläpitoa tuleekin katsoa enemmän sen laadullisen kuin määrällisen aspektin kautta.

Fyysisen kunnon ylläpito on tärkeää, mutta psykologisella tasolla luopumisen voi myös kääntää sisäisen rauhan ja tyytyväisyyden kokemiseen. Oma eletty elämä on muistoissa ja omassa sisäisyydessä. Sen läpikäyminen ja tarkastelu auttavat hyväksymään mennyttä elämää. (Kurki 2008, 54.)

Identiteettityötä tehdään minuutta rakentaen vielä vanhanakin. Sosiaalisella kentällä tapahtuu roolimutoksia eläkkeelle siirryttäessä ja sen jälkeenkin.

Yksilön selviäminen tässä muutoksessa vaatii tukea, jotta hän voi löytää valoisan ja voimaannuttavan vanhuuden. Tätä tukea tarvitaan tämän päivän ikääntyvien elämän tukemisessa. Vanhuspalveluiden kenttä on käymistilassa ja tulevaisuudessa tarvitaan moniammatillista yhteistyötä eri toimijoiden kesken. Tässä tarvitaan kuntien ja valtion lisäksi kolmannen sektorin toimijoita ja omaisia.

(Helminen & Karisto 2005, 15–16.)

Suhtautuminen vanhenemiseen on sidoksissa aina siihen kulttuuriin, jossa sitä tarkastellaan ja se muuntuu yhteiskunnan kehittyessä. Ennen vanhenemista kunnioitettiin ja vanhat ihmiset olivat luonnollinen osa yhteiskuntaa, jossa heillä on omat tehtävänsä. Ihminen elää syntymästään asti sosialisoitumisen prosessissa. Se alkaa lapsena perheessä, jatkuu lastentarhan ja koulun kautta aikuisuuteen. Aikuinen elää jatkuvassa vuorovaikutuksessa monien eri piirien kanssa työpaikalla ja vapaa-aikanaan. Vanhetessa tämä sosialisoituminen vähenee ja huonossa tapauksessa loppuu kokonaan. (Kurki 2008, 58, 199.)

Leena Kurki kuvaa artikkelissaan (2007) nelivaiheisen sosiaalisen murtumisen prosessin vanhan ihmisen elämässä, missä hän menettää vallan ja itsemääräämisoikeutensa. Tämä malli on havaittavissa lähinnä länsimaisessa kulttuurissa. Ensimmäisessä vaiheessa yksilö kokee ympäristöstään tulleiden asenteiden vuoksi itsensä haavoitetuksi ja hän alkaa sisäistää näitä asenteita. Toisessa vaiheessa ympäristö, ehkä omaiset tai työyhteisö patistavat luopumiseen ja hidastamiseen hyväkin tarkoittaen. Tällöin henkilö kokee syvempää voimattomuutta ja alkaa sisäistää tätä omana identiteettinään. Kolmannessa vaiheessa tämä syöksykierre jatkuu ja ihminen johdetaan sairaan roolin omaksumiseen.

Neljännessä vaiheessa ihminen sisäistää kuvan itsestään hyödyttömänä ja tämä voi johtaa jopa ennenaikaiseen kuolemaan. (Kurki 2008, 58.)

Sosiaalipedagogisessa gerontologiassa asetutaan tätä kuvaa vastaan ja pyritään tukemaan vanhuuden sosialisoitumisen prosessia ja vahvistamaan yksilöä.

Sosiaalisen gerontologian sisällöllinen kokonaisuus on kiteytettynä seuraaviin kysymyksiin: Kuka minä olen? Kuka olin ja kuka tulen olemaan? Mitä minulla on? Mitä olen tehnyt? Mitä olen oppinut, mitä arvoja olen seurannut? Mitä voin tehdä? Mitä arvostan? Ihmistä tuetaan arvostamaan itseään ja sitä mitä hän on elämästään saanut. Käännyttään tapahtuvien muutosten puoleen elämässä.

Ikäihmisten keskuudessa keskitytään vanhuuden vahvistamiseen normaalina ihmiselämään kuuluvana vaiheena. Edellä mainitut syrjäytymisen uhkakuvat leijuvat ikääntyvän ihmisen yllä. Sosiaalipedagogisella työllä yritetään estää syrjäytymistä, laitostumista ja pyritään tukemaan yksilön omia voimia hänen fyysisen heikkenemisen edetessä. (Kurki 2008, 31.)

Nyky-yhteiskunnassa elää monta sukupolvea rintarinnan. Ikääntyvien kohdalla onkin vaikeaa se, että usein heidän asioistaan päättävät heitä nuoremmat sukupolvet, eikä heidän oma äänensä pääse kuuluville. Monet tämän päivän vanhukset ovat eläneet sota-ajan ja sen aiheuttamat vaikeat kokemukset vaikuttavat heissä edelleen. He eivät ole valmiita jakamaan kokemuksiaan, vaan mieluiten kätkevät tunteensa sisäänsä ja antavat muiden hoitaa asioitaan. Näin heidän subjektiivensa piiloutuu ja syrjäytymisen vaara lisääntyy.

Koska yksilön ja yhteisön suhde on sosiaalipedagogian keskiössä, on ensin löydettävä ikääntyvä ihminen ja antauduttava dialogiin. Tämän dialogin tuloksena voi syntyä avartavaa, emansipoivaa näkemystä. (Kurki 2008, 31–32.)

Sosiaalipedagogiikassa jokainen ihminen ymmärretään iästä riippumatta ainutlaatuisiksi ja arvokkaaksi persoonaksi. Jokainen kuitenkin kasvaa kokonaiseksi vasta yhteydessä muihin yhtä ainutlaatuisiin persooniin, eli yhteisössä. Yksilön ja yhteisön välinen suhde on sosiaalipedagogiikan kiinnostuksen keskiössä.

Jokaisen tulisi pyrkiä ymmärtämään, että vallitseva sosiaalinen järjestys on ihmisten oman toiminnan aikaansaannosta. Siksi on välttämätöntä, että ihmisten kohtaamisen kautta saadut yhteiset kokemukset jaetaan ja analysoidaan.

(Kurki 2008, 32.)

Yksilö tarvitsee ympärilleen yhteisön, jotta hän voi peilautua ympärillä olevasta yhteisöstä ja näin kokea olemassaolonsa merkityksen. Yhteisön rakentaminen on aina yhteistä kasvua, jossa on sosiaalipedagogialle tunnusomaiset piirteet.

Yhteisöksi ei voi kutsua mitä tahansa ihmisten yhteenliittymää tai organisaatiota, missä ihmiset toimivat. Yhteisöä täytyy aktiivisesti rakentaa dialogin avulla, jolloin myös yhteisöllisyyttä syntyy. Sosiaalisten suhteiden kentässä yksilö omaksuu rooleja, joiden kautta hän on osa yhteisöä. Ikäihmisten kohdalla rooli annetaan helposti ulkoapäin. Onko ikääntyvällä mahdollista säilyttää oma sisäinen yksilöllisyytensä vai ottaako hän vastaan hänelle annetun roolin? (Kurki 2008, 40 – 41.)

Elävässä ja toimivassa yhteisössä on yksilöitä, jotka elävät minä - sinä suhteessa. Ystävyysuhteet ovat ensimmäinen askel tällä tiellä. Voimmeko kysyä pyrkivätkö ikäihmisten hoitoyhteisöt, palvelutalot ja laitokset rakentamaan elävää yhteisöllisyyttä, joka syntyy aidosta kiinnostuksesta toista minuutta kohtaan?

Ikäihmisten kohdalla nämä sosiaaliset verkostot usein harvenevat ja monet kärsivät sekä sosiaalisesta että emotionaalista yksinäisyydestä. Sosiaalista yksinäisyyttä kuvaa sosiaalisten verkostojen harveneminen ja emotionaalista yksinäisyyttä kiintymiskohteiden puute. (Väisänen 2008, 139.)

Sosiaalipedagogisessa gerontologiassa onkin painopiste sekä ihmisen persoonan tukemisessa iän aiheuttamien kriisivaiheiden läpi, että yhteisöllisyyden vahvistamisessa tukien persoonia sosiaaliseen vuorovaikutukseen yksinäisyyden estämiseksi. Toisin sanoen kaikessa pedagogisessa tukemisessa on aina kaksi polariteettia: yksilö ja yhteisö. (Kurki 2008, 44.)

Sosiaalipedagoginen työ tapahtuu aina siten, että pyritään integroimaan yksilö ympäröivään yhteisöön ja samalla tukemaan yksilön emansipoitumista. Tässä integraation ja emansipoitumisen jännitteessä tapahtuu sosiaalipedagogiikka.

(Hämäläinen 1999, 79.)



Yksilön vapautumisen käsitteessä on radikaalia ainesta, joka viittaa sen kehittäjään Paelo Freireen. Hän kehitti sorrettujen pedagogiikan 1900-luvun alkupuolella Latinalaisessa Amerikassa, rohkaistakseen sorrettuja kansalaisia nousemaan sortajiaan vastaan. (Hämäläinen 1999, 83.)

Vaikka elämme eri mantereella ja eri aikakaudella on Freiren ajatuksissa yhtymäkohtia moniin yhteiskuntamme epäkohtiin. Ketkä ovat tämän ajan sorrettuja? Tämän yhteiskunnan ikääntyvät ihmiset elävät oman yksinäisyytensä vankilassa ilman aktiivisen toimijan roolia. Sosiaalipedagoginen näkemys onkin tämän aktiivisen toimijan tukemista. Vanhuudessa ihminen joutuu tilanteeseen, missä hän vähitellen joutuu vähentämään ulkoista toimintaansa. Hän voi kokea joutuvansa monen kriisin keskelle. Luopuminen työelämästä, sosiaalisista suhteista ja arvo maailman muutos johtavat eriytymiseen ulkoisesta maailmasta ja tämän aktiivisen toimijan roolin passivoitumiseen. Sosiaalipedagogian tehtävänä onkin näissä kriisivaiheissa aktivoida ihmisen elämää tukevien muotojen löytämistä. Sosiaalinen gerontologia painottaa ikääntyvän ihmisen arvoa juuri ihmisenä, jonka ulkoinen aktiivisuus kääntyy sisäänpäin ja laajenee. Ikääntyvä ihminen kätkee sisäänsä eletyn elämän viisauden ja sen tuomat kokemukset. Juuri tämän sisäisen aktiivisuuden vahvistaminen ja sen esille tuominen on sosiaalipedagogian päätehtävä ikäihmisten parissa. (Hämäläinen 1999, 84.)

Sosiaalipedagogisessa gerontologiassa pyritään sellaiseen sosiaaliseen kasvatukseen, joka auttaa yksilöä, persoonaa kasvamaan yhteiskuntaan ja yhteiselämään toisten ihmisten kanssa. Siinä pyritään vanhuuden vahvistamiseen normaalina ihmiselämään kuuluvana vaiheena. Tähän kuuluu myös isovanhemmuuden sosiaalipedagoginen tukeminen. Kasvatus ymmärretään sellaisena fenomenologisena toimintana, joka suuntautuu siihen, että ikäihmiset löytäisivät persoonalliset, sosiaaliset (yhteisölliset) ja kulttuuriset kykynsä ja voimansa. Ikäihmiset heräisivät tiedostamaan tilansa. Kyse on syvemmistä perusteista nousevista ja syvempiin päämääriin pyrkivästä toiminnasta. (Kurki 2008, 35, 140.)

Sosiaalipedagoginen näkemys ihmisestä on hyvin yksilöllinen. Se myös korostaa yksilöä, joka on toiminnallinen loppuun saakka. Juuri tämä toiminnallisuus sitouttaa ihmisen ympäristöönsä. Näin ihminen on jatkuvasti toteuttamassa itseään ympäristönsä kanssa. Ihminen on osa ympäröivää maailmaa ja käy dialogia sen kanssa. (Kurki 2008, 44.)

Sosiaalipedagogiikassa jokainen ihminen ymmärretään iästä riippumatta yhtä ainutlaatuiseksi ja arvokkaaksi persoonaksi, hän kuitenkin kasvaa kokonaiseksi vasta yhteydessä muihin yhtä ainutlaatuisiin persooniin, eli yhteisössä. Yksilön ja yhteisön välinen suhde on sosiaalipedagogiikan kiinnostuksen keskiössä. Jokaisen tulisi pyrkiä ymmärtämään, että vallitseva sosiaalinen järjestys on ihmisten oman toiminnan aikaansaannosta. Siksi on välttämätöntä, että ihmisten kohtaaminen, yhteinen kokemus, sen jakaminen ja analysointi tapahtuu. (Kurki 2008, 32.)

Ikäihmisten kohdalla on luopuminen jo alkanut. Siitä huolimatta on katsottava siihen miten heidän kohdallaan toteutuu omistamisen tarve. He ovat usein riittämättömän hyvinvoinnin ulottumattomissa, koska eivät pysty itse siitä huolehtimaan. Kuinka ympäristö tukee heidän turvallisuudentunnettaan olemassaolosta? Ihmisen hyvinvoinnin yksi aspekti on jatkuva kehittyminen. Olemme jatkuvasti matkalla tulevaisuuteen. Sosiaalipedagoginen ajattelutapa elääkin menneen ja tulevan jännitteessä. Ikäihmisten kohdalla kysymys on aina myös tulevaisuuslähtöinen. Mitä huomenna voisi olla toisin? Kuinka parannan huomista elämäni? Mitä työkaluja siihen tarvitsen? Ihminen on fyysinen ja henkinen olemus. Hänen ruumiinsa on henkisen elämän välittäjä. Ikääntyvän ihmisen kohdalla tulee tärkeäksi tämän hengen ja pyhän kunnioittaminen. (Kurki 2008, 45, 46.)

Sosiaalipedagogiikan tärkeä tehtävä ikäihmisten elämänlaadun parantamisessa on tukea yhteisöllisyyttä, murtaa hiljaisuuden kulttuuria ja yrittää murtaa ihmistä sortavia sosiaalisia rakenteita. Näin pyritään myös tuomaan sosiokulttuurisia näkökantoja ikäihmisten kanssa tehtävään työhön. Näin tuetaan heitä omatoimisuuteen ja aloitteellisuuteen. (Väisänen 2008, 141.)

### 4.3 Sosiokulttuurinen innostaminen

Sosiaalipedagogiikan yhteydessä puhutaan sosiokulttuurisesta innostamisesta. Se nähdään alueena, missä sosiaalipedagogiikka todentuu eli ankkuroituu arkeen. Yleisin näkemys innostamisen ja sosiaalipedagogiikan suhteesta on, että innostaminen on ammatillista toimintaa, jonka tietoperusta löytyy sosiaalipedagogiikasta. (Hämäläinen & Kurki 1997, 196.)

Innostaminen tulee latinankielisestä sanasta *anima* eli elämä/elähdyttäminen. Se voidaan johtaa myös sanasta *animus*, joka viittaa motivaatioon ja liikkeeseen. Tällöin sen merkitys on kaksiosainen: antaa elämää ja toisaalta asettua suhteeseen. Etymologisesti innostamisesta voidaan siis puhua elämää antavana, toimintaan motivoivana ja yhteisöä rakentavana toimintana. Kaiken innostamisen taustalla on ajatus sysätä liikkeelle herkistymisen ja itsetoteutuksen prosessi. Innostaminen vapauttaa voimia, jotka rakentavat sosiaalisuutta ja ihmisten vuorovaikutusta sekä yhteisöä. Voimaantuneessa yhteisössä yksilöt tunnistavat toisensa tasavertaisina subjekteina. Näin myös yhteisö on jatkuvasti kehittyvässä tilassa ja mahdollistuu transformaatio eli muutos elämänlaadun paranemiseen koko yhteisössä. (Kurki 2000, 19.)

Innostaminen on syntynyt muuttamaan ympäröivää todellisuutta. Sen dynaamisen voiman tarkoituksena on muokata ympäristöä enemmän yhteisön tarpeisiin. Innostamisella pyritään siihen, että ihminen osallistuu kulttuuriin sen kaikilla alueilla. Lisäksi se auttaa yksilöä tiedostamaan, että tarvitaan aivan tietynlaista sisäistä asennoitumista, että yhteiselo onnistuu. (Hämäläinen & Kurki 1997, 199.)

Innostamisen keskeinen tehtävä on edistää sosiaalista kommunikaatiota ja kehittää tasavertaista subjekti-subjekti suhdetta. Tämän lisäksi se kasvattaa ihmisiä aktiivisiksi toimijoiksi, jotka kehittävät omia elämänyhteisöjään. Sosiokulttuurinen innostaminen on aina tavoitteellista toimintaa joka pyrkii transformoimaan sekä yksilöllisiä että kollektiivisia asenteita. Sosiaalisten, kulttuuristen ja vapaa-ajan toimintojen välityksellä on pyritty tukemaan ihmisten asenteiden muutosta. (Hämäläinen & Kurki 1997, 202, 204.)

#### 4.4 Sosiokulttuurinen innostaminen ikääntyvien parissa

Ikäihmisten parissa tehtävä innostaminen pyrkii aina ihmisen voimaannuttamiseen. Ikäihmisten identiteettiä ovat heikentäneet ulkomaailman asenteet ja yleinen suhtautuminen vanhenemiseen. Innostamistyössä pyritään aina ihmisen voimaannuttamiseen ja elämän mielekkääksi tekemiseen. Sosiokulttuuriset innostamisen elementit kytkeytyvät erilaisiin palvelurakenteisiin ja toiminnallisiin konteksteihin. Sosiokulttuurista innostamista tulisi näkyä työntekijän suhteissa asiakkaisiin. (Väisänen 2008, 143.)

Sosiokulttuurisessa innostamistyössä pyritään kohtaamaan asiakas. Suhteen muodostaminen on tärkein osa työskentelyä. Työskentelyssä pyritään aina asiakkaan tietoisuuden herättämiseen ja häntä haastetaan kasvuun ja muutokseen. Tavoitteena on aina saada asiakas tiedostamaan mahdollisuutensa vaikuttaa oman elämänsä kulkuun. (Kurki, 2008, 69–70.)

Vanhusten hoito on yhä kasvava hoitotyön alue, koska iäkkäiden ihmisten odotettavissa oleva keskimääräinen elinikä on viime vuosikymmeninä huomattavasti kasvanut. Huolenpidon ja hoivan tarve kasvaa erityisesti yli 80-vuotiailla, jotka tarvitsevat monenlaisia pitkäaikaishoitopalveluja. Toimintakyky on kohentunut huomattavasti 60–75-vuotiailla ja lähes kaikki tämän ikäryhmän ihmiset asuvat itsenäisesti kodeissaan. Voimavarojen vahvistaminen on ollut monien eri tieteenalojen kiinnostuksen kohteena jo usean vuoden ajan. (Parviainen 1998, 11.)

Vanhusten hoitotyössä etsitään keinoja, menetelmiä ja välineitä. Niiden tarkoituksena on auttaa vanhaa ihmistä yksilönä ja perheen tai yhteisön jäsenenä täyttämään omaa tehtäväänsä elämässään. Iäkkään ihmisen hoitotyössä on keskeistä mieltä, miten vanhusten erilaisuus ja yksilöllisyys voidaan havaita ja ottaa huomioon, niin kotona, kuin hoitolaitoksessa. Vanhuksen voimavaroja pystyy hoitotyössä vahvistamaan sitouttamalla se ”empowerment”-ajatteluun, eli valtaistumiseen ja voimaantumiseen. Voimavaralähtöisessä työorientaatiossa vanha ihminen koetaan subjektina, aktiivisena, toimivana ja tunnistettavana osana ympäristöä. Hänet tulee kohdata kokonaisena ihmisenä omassa sosiaalisessa ympäristössään.

Aktiivisuus ja oma itsemääräämisoikeuden säilyminen takaavat onnellisen vanhenemisen. Innostaminen on elämän ja hengen antamista ja suhteeseen asettumista. Osallistuminen on innostamisen perusta. On pyrittävä luomaan osallistumisen prosesseja niin, että herätellään aluksi ihmisten aloitteellisuutta ja vastuullisuutta. Sen jälkeen dynamisoidaan sosiaalisia verkostoja ja rohkaistaan ihmisiä liittymään eri muodoin yhteen. Osallistumisen lopullinen tavoite on, että jokainen ihminen kykenisi vastuullisesti rakentamaan nykyisyyttään ja tulevaisuuttaan. Näin ihminen kehitty yksilönä, joka kehittää myös ympäröivää yhteisöä.

(Kurki, 2008, 69–70.)

#### 4.5 Kuoleman pedagogiikka

Työskennellessämme ikäihmisten parissa sosiaalipedagogisella työotteella ja tukiessamme heitä aktiivisiksi oman elämänsä valtiaiksi, emme voi ohittaa kuoleman kysymystä. Omassa kulttuurissamme kuolema on vaiettu tema. Se yritetään piilottaa muiltakin ikäpolvilta ja vanhuksien kanssa siitä ei puhuta. Tämä on ristiriidassa sen tosiasian kanssa, että ikäihminen on lähestymässä kuoleman porttia ennemmin tai myöhemmin. Usein hän jää pohtimaan asioita yksin mielessään. Monelle vanhuksele kuolema on asia, josta he itsekkään eivät uskalla puhua. Sosiaalipedagogiikka puhuu kuoleman pedagogiikasta. Sitä voisi kuvata rohkeutena ottaa esille kuoleman kysymykset. Jos tarkastelemme elämää kokonaisuutena, se alkaa syntymästä ja jatkuu elämän läpi ja sitä seuraa kuolema. Kuolema on jokaisen ihmisen edessä. Länsimaisessa kulttuurissa olemme siirtäneet kuoleman syrjään ja hyljänneet sen. (Kurki 2008, 147.)

Materialistinen näkemys perustuu siihen, että vain kaikki minkä näemme, on totta. Emme näe kuoleman jälkeistä aikaa, joten sen olemassaolo on epävarmaa. Kuitenkin monet kulttuurit, jotka pohjaavat jälleensyntymiseen pitävät kuolemaa aivan luonnollisena osana elämää. Sosiaalipedagoginen gerontologia arvostaa ja kunnioittaa yksilön kasvua loppuun asti. Siksi kuoleman kysymysten koskettelu sen lähentyessä on ihmisen arvostamista. Hänen autonomiansa kunnioittaminen ja välittäminen rakentavat yhteisöä kuolemaan asti. (Kurki 2008, 155.)

Kuolevalla on oikeus toteuttaa omia valintojaan loppuun asti, sekä oikeus kuolla arvokkaasti. Hospice eli saattohoito on luotu toteuttamaan näitä kaikkia inhimillisen kuoleamisen periaatteita, joissa ihminen säilyy arvokkaana ja häntä tuetaan loppuun asti. (Fried 1988, 13.)

Kuoleamisen pedagogiikka onkin pohjimmiltaan todellisuuden kohtaamista ja siihen mukautumista. Siinä pyritään pelon voittamiseen ja ihmisenä kasvamiseen. Kuoleman tutkiminen, ei vain tieteellisesti vaan myös kokemuksellisesti, on tärkeä osa sosiokulttuurisen innostajan työtä. Sitä on tutkittava sekä historiallisesti, mutta myös kokemuksellisesti taiteen ja keskustelujen avulla.

(Kurki 2008, 156, 158.)

#### 4.6 Innostaminen ammattina

Innostajan tehtävänä on sosiaalipedagogisen orientaation sisäistäminen, sen eläväksi tekeminen ja liittäminen osaksi omaa identiteettiä. Innostajan täytyy olla tietoinen omasta olemuksestaan ja sen vaikutuksesta. Innostajalla on käytettäväänään monia eri metodeja ja hän on vapaa niiden valitsemisessa, mutta tärkein instrumentti on hän itse. Innostamisessa hän antautuu prosessiin, jossa hän itsekkin on oppimassa. Kahden ihmisen kohtaamisessa molemmat oppivat dialogin kautta. Dialogissa molemmat ovat tasavertaisia. Innostajan tehtävänä on luoda ilmapiiri, missä vallitsee luovuus ja spontaanisuus, sekä aito kiinnostus ihmistä ja hänen elämäntilannetta kohtaan. Innostajan ominaisuuksia voi luetella pitkän listan, mutta hänen ei tarvitse olla täydellinen. Tärkeintä on kiinnostus maailmasta ja ajatus ihmisen kyvystä jatkuvaan muuntumiseen ja oppimiseen. Sosiaalipedagogisen toiminnan syvimpänä perustana on erikoislaatuinen kahden ihmisen välinen pedagoginen suhde. (Kurki 2008, 38.)

Sosiaalipedagogisesti työskentelevä työntekijä välttää yksinkertaistettua ihmiskäsitystä ja suoraviivaista ongelmien käsittelytapaa ja diagnoosia. Tärkeää hänen työssään on vuorovaikutussuhde asiakkaan ja hänen itsensä välillä.

Sosiaalipedagogiselle orientaatiolle on tyypillistä, että työntekijä luo pysyvän suhteen asiakkaan kanssa ja kulkee hänen rinnallaan riittävän pitkän matkan. Innostaja pyrkii jatkuvaan oman toiminnan kriittiseen arviointiin ja kykenee tekemään eettisesti pitäviä ratkaisuja. Sosiaalipedagoginen orientaatio luo sosiaali- ja terveysalan, sekä kasvatustalon henkilöstölle haasteellisen ammatillisen lähestymistavan. Sosiaalipedagogia on eräänlainen strategia, joka pyrkii tukemaan yksilön integraatiota yhteiskuntaan. Se edellyttää kollektiivisuutta ja yhteisöllisyyttä ja yksilöiden ja ryhmien sosiaalisten taitojen kasvattamista. (Ranne, Sankari, Rouhiainen & Ruusunen 2005, 16–18.)

Innostamisen käytännön menetelmiä ikäihmisten kanssa tehtävässä työssä on monia. Taiteelliset menetelmät kuten maalaus, musiikki, draama ovat hyviä vaihtoehtoja. Valokuvatyöskentely ja muistelupiirit ovat paljon käytettyjä innostamisen muotoja, joita voi jatkuvasti löytää uusia ja onkin uskallettava heittäytyä luovuuteen ja löytämään itse uudet mahdollisuudet. (Ranne 2005, 54–55.)

#### 4.7 Elämänkaariteoria

Ihmisen elämänkaareissa nousee voimakkaasti esiin kehitys, joka jatkuu aina vanhuuteen asti. Jatkuvasti syntyy uusia voimia ja kykyjä, puhuttaessa elävistä prosesseista. Puhuttaessa elämästä on aina otettava huomioon se, että ihminen on jatkuvassa kehitysprosessissa. Tämä kehitysprosessi alkaa hänen syntyessään ja jatkuu aina viimeiseen hengenvetoon asti. Siinä välissä on ihmisen elämä. Tämä elämä on jokaisella ainutkertainen. Maailmassa ei ole kahta samanlaista elämäkertaa. Elämäkerrat ovat inspiroineet aina sekä niiden kirjoittajia että lukijoita. Kurkistamalla kenen tahansa elämään voi päästä mitä hienoimman taideteoksen sisälle. Jokaisen elämäkerran sisältä löytyy yksilö, jonka elämää lukija pääsee elämään. Elämäkerta on kuin ihminen itse. Kasvaessaan, oppiessaan ja eläessään hän ikään kuin piirtää omaa tarinaansa maailmaan. Työstäessään elämäkertansa siihen saa objektiivisemmän suhteen. Tähän perustuu elämänkaariteoria. Elämänkaaritutkimuksessa tehdään tieteiden välistä tutkimustyötä, joten tämä monitieteellinen tutkimustapa on tarpeellinen. (Dunderfelt, 1991, 8.)

Elämäkertaa tutkittaessa on olemassa ulkoinen, havaittava elämäkerta joka pitää sisällään historialliset tosiasiat: Mitä tapahtui ja missä? Toinen yhtä tärkeä linja on sisäinen elämäkerta, missä pääpainona ovat yksilön sisäiset kokemukset. Useinhan näitä kahta on vaikea erottaa toisistaan, sillä ne liittyvät niin saumattomasti yhteen. Elämän ulkoiset tapahtumat ovat usein jonkin sisäisen prosessin aikaansaamia tai niistä johtuvia tekijöitä. Elämäntutkimuksessa otetaan huomioon nämä molemmat puolet. Tieteellisen tarkastelun tueksi nousee eläytyvä taiteellisuus, joka yrittää ilmentää ilmiön sisintä olemusta. (Dunderfelt, 1991, 8.)

Elämäntutkimuksessa on selvää, että koko ihmisen elämä on eri ikäkausien jatkumo. Vaikka ikäkausia voi tarkastella erikseen, ne muodostavat yksilön yhtenäisen elämänlangan. Jokaisesta elämänvaiheesta löytyy samoja lainalaisuuksia, mutta silti jokaisen oma elämäkerta on yksilöllinen. Lisäksi jokaisen elämään vaikuttaa voimakkaasti se kulttuurinen ja yhteiskunnallinen tausta, jossa hän elää. J.P Roos on tutkinut eri-ikäisten suomalaisten elämäkertoja. Aineisto on koottu 1970–1980-luvulla. Tavoitteena oli saada selville, mitä eri-ikäiset ihmiset pitivät tärkeänä. Tutkimuksessa hahmottui selkeästi neljä erilaista suomalaista sukupolvea. (Dunderfeld 1990, 168.)

Sotien ja pulan sukupolvi. Vanhimman sukupolven jäsenet olivat syntyneet 1900–1920-luvuilla. He olivat eläneet molemmat sota-ajat ja elämän täytti puute ja köyhyys. Monet elivät huutolaisina ja joutuivat eroon perheestään kuoleman ja sairauksien takia.

Sodanjälkeisen jälleenrakentamisen ja nousun sukupolvi. Tähän sukupolveen syntyi 1930–1940-luvuilla. Tämä sukupolvi on ns. sodan välinen sukupolvi, joiden elämä on muuttunut valtavasti. He kokivat vielä sodan jälkeisen kurjuuden ja köyhyyden, mutta he rakensivat tämän päivän Suomen. Heidän alkunsa on köyhää, mutta aineellisesti he ovat vaurastuneet ja elävät eläkepäiviään melko mukavasti. Heillä on lapsuudestaan johtuen paljon sairauksia.



Suuren murroksen sukupolvi. Kolmannen sukupolven edustajat ovat syntyneet sotien jälkeen. Heidän muistoihinsa eivät kuulu sodan kauhut. Tällä sukupolvella on helpompaa verrattuna kahteen edelliseen. Heidän aikanaan Suomessa alkoi teollistuminen ja heidän elämäänsä leimaa muutto maalta kaupunkeihin, koulutuksen painottuminen, ammatin hankkiminen, asuntosäästäminen, ja lasten päivähoito-ongelmat. Myös kuluttaminen alkaa tämän sukupolven myötä esim. auton hankkiminen.

Nuoremmat sukupolvet. 1950–1960-luvulla syntyneitä voidaan kutsua lähiöiden sukupolviksi. Tämän sukupolven tapahtumat tulevat vasta tulevaisuudessa esiin.

On mielenkiintoista mitä Roos nostaa esiin näiden kolmen ensimmäisen sukupolven tarkastelussa. Heidän fyysinen, sosiaalinen ja psyykkinen vaurautensa lisääntyivät huimasti. Koulutus mahdollistui ja siitä tuli tärkeämpi kuin työstä, joka sitä ennen on itseisarvo. Ensimmäinen sukupolvi haikaili koulutusta ja kolmas sai sitä kyllästymiseen asti. Kolmannen sukupolven aikana ihmissuhteiden merkitys kasvoi. Ihmisten välisiä suhteita alettiin pohtia enemmän. Tämä on vierasta 1900-luvun alun ihmisille. Kolmannen sukupolven aikana luotiin kulissit myös ulospäin. On tärkeää se miltä ulospäin näyttää, ei niinkään se, mitä sisäpuolella koetaan. Muutos on ulkoisesti katsoen huimaa, mutta ihmisten sisäinen hyvinvointi ei samassa mittakaavassa ole kasvanut. (Dunderfelt 1990, 169–170.)

Pitkän iän salaisuutena on monta tekijää, mutta niistä mainittakoon yksi tutkimus, joka on tehty sekä amerikkalaisessa, että neuvostoliittolaisessa yhteiskunnassa. Tutkimuksen tuloksena löydettiin neljä pitkään ikään vaikuttavaa tekijää, tupakoimattomuus, hyvä fyysinen kunto ja mielekäs sosiaalinen rooli omassa yhteisössä. Lisäksi siihen vaikuttivat optimistinen elämänasenne ja myönteinen minäkuva. (Dunderfelt 1990, 175.)

Fyysisen vanhenemisen myötä alkaa ihmisen luopuminen monista asioista. Ihmisen täytyy muuttaa suhdettaan kaikkeen ympäröivään. Vanhenevien ihmisten elämässä usein mieliala muuttuu rapeutuvan ruumiin mukana.

Joissakin tapauksissa kuitenkin ihminen on valoisa ja kokee niin hyvät kuin huonotkin asiat lahjana. Mistä tämä ero johtuu eri kokemusmaailmojen välillä? Elämänkaaripsykologisen näkemyksen mukaan se, miten nämä ponnistukset luopumisen ja uudelleenrakentamisen vaiheet onnistuvat riippuu pitkälti siitä, miten edelliset kehitysvaiheet on käyty läpi. Kokeeko ihminen menneen elämänsä mielekkäänä vai ei? (Dunderfelt 1990, 178.)

Tähän auttaa monen kohdalla menneen elämän muisteleminen ja tarkastelu.

Se syntyykin melko luonnollisesti iäkkäämpien ihmisten tarpeena.

Vanhenevalla ihmisellä on usein luonnollisesti elämyksellinen suhde uskontoon ja henkisyyteen. Kysymyksenä on todellinen elämys, joka ravitsee ja antaa voimia, kun fyysisen ruumiin nautinnot ja halut eivät ole enää keskeisiä kiinnostuksen kohteita. Lisäksi Tornstam (1980) on tutkinut vanhojen ihmisten sisäänpäin vetäytyvää olemusta, joka ei välttämättä kuvaa pelkästään yksinäisyyttä negatiivisena ilmiönä, vaan lisääntyvää yhteyden tunnetta henkisen ulottuvuuden kanssa.

Lisäksi lisääntynyt yhteys maailmankaikkeuden ja tulevien ja menneiden sukupolvien kanssa on vanhuuden kokemuksia. Vanheneva ihminen kokee luonnostaan irrottautuvansa aineellisista asioista ja kääntyy sisäisen hiljaisuuden ja meditaation maailmaan. (Dunderfelt 1990, 184.)

Tutkittaessa erilaisia elämänkertoja, huomaa että siihen kokemukseen, mikä vanhenevalla ihmisellä on maailmasta tai eletystä elämästä, vaikuttaa oleellisesti käsitys, joka hänellä on ihmisestä ja maailmasta. Onko hänen ihmiskäsitys materiaalinen vai liittyykö siihen myös henkinen näkökulma? Erilaisissa ihmiskäsityksissä ilmenee se ajattelutapa, minkä sen käyttäjä omaa. Useimmissa ajattelutavoissa yhdistyy eri ihmiskäsityksen rakenneosia, ja ne liikkuvat kahden perusmallin välimaastossa, esimerkiksi psykofyysisen ja materialistisen käsityksen tai kokonaisvaltaisen ja psykofyysisen rajamailla. (Dunderfelt 1990, 211.)

Ihmiskäsityksille on kuitenkin usein yhteistä se, että ihminen nähdään muodostuneen kolmesta eri "suunnasta". Hän on ruumiiltaan fyysinen olento. Lisäksi hänellä on oma sisäinen olemuksensa, sisäinen maailmansa. Kolmantena hän on sosiaalinen olento, joka on vuorovaikutuksessa ympäristönsä kanssa.

Materialistinen ihmiskäsitys pyrkii selittämään kaiken vain fyysisten tosiasioiden perusteella ja toisaalta taas antroposofia, joka on Rudolf Steinerin kehittämä ihmis-kuva omaa laajempia henkisiä ulottuvuuksia, jotka piilevät ihmisessä ja ovat yhteydessä häntä ympäröivään maailman henkisyteen. (Dunderfeld 1990, 245.)

Rudolf Steinerin ajattelu eroaa muiden ajattelijoiden näkemyksestä siinä, että hän pitää ihmisen psyykkistä ja henkistä yhtä todellisena, kuin fyysistä olemusta. Fyysiseltä olemukseltaan ihminen kuuluu fyysiseen maailmaan, psyykkiseltä olemukseltaan hän on sielullisen maailman ympäröimä ja henkiseltä olemukseltaan hän kuuluu henkiseen maailmaan. (Dunderfeld 1990, 243.)

Erilaisista ihmiskäsityksistä johtuen myös elämänkaarityöskentelyä tai tutkimusta on monia erilaisia. Niissä kaikissa tunnusomaista on kuitenkin se, että ne tarkastelevat ihmisen elämää muuttuvana prosessina. Esim. Eriksonin psykososiaalisessa kehitysteoriassa ihmisen minuudella on keskeinen sija. Siinä on kokonaisvaltaisen ihmiskäsityksen piirteitä, mutta hänen teoriaansa ei sisälly ihmisen henkisiä ja universaalisia piirteitä. (Dunderfeld 1990, 246.)

Steinerin elämänkaaritutkimuksen mukaan ihminen käy elämässään läpi erilaisia kehitysvaiheita, joissa on yhteisiä lainalaisuuksia, joiden kuluessa hänelle kehittyy uusia kykyjä. Lapsuudessa uusia ominaisuuksia ovat puheen kehittyminen ja itseenäinen ajattelu. Aikuisuudessa muutokset ovat yhtä todellisia, kuin lapsuudessa vaikka eivät olekaan niin selkeästi havaittavissa, aikuisuudessa muodostetaan oman sisäisyyden perusta vaiheittain ja jäsennyttään ulkomaailmaan. Myöhemmässä aikuisuudessa on mahdollista jatkuva henkinen kehitys ja kasvu. Steinerin mukaan ihmisen kehitys tapahtuu rytmisesti. Kehityksen perusrytminä on seitsemän vuoden välein tapahtuvaa muutosta, jota kutsutaan seitsenvuotis-rytmeiksi. Ihminen käy tätä kehitystä kuitenkin omalla yksilöllisellä tavallaan. Nämä jaksot ovat kuitenkin aina mahdollisuuksia jonkin uuden syntymälle. Steinerille ihmisen sisäisyys on aina elävää toimintaa, niin näilläkin muutoksilla on aktiivinen ja dynaaminen luonne. Jotkut puhuvat kriiseistä ja Steiner mahdollisuuksista uuden syntymiselle. (Dunderfeld 1990, 246.)

Kari E. Turunen kuvaa kirjassaan Ikävaiheiden kriisit kuinka ihmisen sisäinen kehitys tapahtuu rytmisesti. Turunen kertoo myös Steinerin seitsenvuotisrytmeistä, hän kuitenkin painottaa ihmisen sisäisessä muodonmuutoksessa kolmenrytmiä. Ensin asian sisäistämisen vaihe, jolloin liittyminen tapahtuu, sitten jäsentyminen, jolloin ajatusvoimat ovat aktiivisimmillaan ja kolmas tekemisen vaihe joka omaa tahdonomaisen luonteen. Nämä kolmen ajanjaksot seuraavat joko pitkinä tai lyhyinä ihmisen elämänkaareissa ja mahdollistavat kehitystä ja elämän syvempää ymmärtämistä. (Turunen 2005,18.)

## 5 TAIDELÄHTÖISET MENETELMÄT

### 5.1 Valokuvatyöskentely

Valokuvatyöskentelyssä käytetään asiakkaalle merkityksellisiä valokuvia väylänä itsehavainnointiin, muutokseen ja ymmärrykseen. Eläytyminen valokuvien maailmaan mahdollistaa terapeutin prosessin, jossa aistit herkistyvät ja tunteet ja muistot ovat vahvasti läsnä. Valokuvat ja kuvaaminen toimivat siltana menneisiin muistoihin, tuleviin toiveisiin ja tiedostamattomiin nykyhetkiin. Terapeuttisessa vuorovaikutussuhteessa asiakkaan on mahdollista nähdä elämänsä uudessa valossa, sekä oppia itsestään uutta ja kehittyä ihmisenä. (Halkola ym. 2009, 13.)

Valokuvatyöskentelyssä voidaan käyttää apuna perhevalokuvia, joilla pyritään edistämään asiakkaan minäkäsitystä ja psyykkistä kasvua. Terapeuttisessa työskentelyssä voidaan käyttää asiakkaan tuomia kuvia esim. perhevalokuvia, hänestä terapian aikana, tai sitä ennen otettuja valokuvia, tai muita valokuvia, joista keskustellaan. Ohjaaja voi esittää kysymyksiä, joilla pyritään selvittämään kuvan ottamistilanteeseen liittyviä muistoja tunnetiloista, henkilöiden välisistä suhteista, kuvan merkityksestä asiakkaalle ja siihen samaistumisesta. Suomessa valokuvaterapiaa on käytetty 1970-luvulta lähtien kuvataideterapiassa, jossa tavoitteena on tuoda esiin tunteita symbolisessa muodossa. (Ulkuniemi 2005, 145.)

Kun psykoterapeutti käyttää valokuvaterapeuttisia menetelmiä asiakastyössään, voidaan puhua psykoterapeuttisesta valokuvaterapiasta. Sosiaali-, kasvat- ja terveysalan ammattihenkilöiden tekemä, ennaltaehkäisevä, hoitava ja kuntouttava työ on terapeuttista valokuvaterapiaa. Lisäksi on olemassa valokuvan itsehoidollista terapeuttista käyttöä, jota voi tehdä joko ohjatusti tai itsenäisesti.

Valokuvaterapeuttinen työ kehittää persoonallista kasvua, itseilmaisua ja itseymmärrystä. Keskeistä tässä voimaannuttavan valokuvan menetelmässä on sosiaalipedagoginen teoriaperusta. Valokuvan terapeuttinen käyttö voi olla hyvinkin monipuolista. (Halkola ym. 2009, 16.)

Vanhuksille albumikuvat ovat hyvin rakkaita muistoja. Niiden katselu ryhmässä herättää paljon tunteita ja vanhoja jo unohtuneita tapahtumia. Juuri siksi albumityöskentely sopii vanhustyöhön. Albumikuvilla tarkoitetaan kaikkia elämän varrelta kerääntynyttä kuvamateriaalia. Kuvien avulla tutkitaan elämässään ajankohtaisiksi ja tärkeiksi kokemiaan teemoja ja niitä jäsennetään uudenlaisiksi voimavaroja esiin nostaviksi kokonaisuuksiksi. Näistä kuvista voidaan rakentaa kollaaseja, teema-albumeja, kuvahaitareita, kuvasuurennuksia ja sarjoja, kolmiulotteisia esineitä tai vaihtuvia kotinäyttelyitä ystäville tai perheen jäsenille. Kuvilla voidaan kertoa tarinoita menneisyyden tapahtumista ja ihmisyyden vaikutuksista omaan elämään, sekä rakennetaan todellisuuden merkityksiä uudella tavalla esittäviä tarinoita. Ihmisen kokemus omasta minuudestaan on sisäinen, itselle kerrottu tarina, joka uudistuu jatkuvasti elämällä ja kertomalla. Tarinassa on sisäistä maailmaa koossa pitäviä ja toisiinsa vaikuttavia tapahtumasarjoja, joiden kautta ihmisen omaan elämän tulkintaan kehittyy syy ja seuraus. Tarinan rakenne tekee elämän kaoottisesta monimuotoisuudesta käsitettävän ja merkityksellisen.

Elämäntarinaa, perhesuhteita ja omia erilaisia puolia ja rooleja tutkimalla tehdään tulkintaa omaan elämäntarinaan, esim. kysymyksen, millainen elämä on minut muovannut? (Halkola ym. 2009, 56–57, 217–218.)

### 5.1.1 Valokuvatyöskentelyn voimauttava vaikutus

Voimauttavan valokuvan menetelmää ovat Suomessa kehittäneet merkittävästi Miina Savolainen, Virpi Harju, Leena Koulu, Erkki Valovirta ja Taimi Semi. Menetelmää on sovellettu 2000-luvun ajan, kasvatusta-, hoito- ja terapeuttisen työn aloilla, sekä työyhteisön kehittämisessä. Valokuvan käytöstä alkaa olla kokemusta ja se on todettu toimivaksi ja hyväksi menetelmäksi erilaisten ihmisryhmien kanssa. Voimauttavan valokuvan menetelmää on käytetty mm. lastensuojelussa, peruskoulussa, erityisopetuksessa, päivähoitossa, vanhustyössä, psykiatriassa sairaanhoidossa, maahanmuutto- ja kehitysvammatyössä. Voimauttavan valokuvan menetelmässä on 4 keskeistä näkökulmaa: Albumikuvat, Omakeuva, Arkielämän teemojen kuvaaminen ja Valokuvaustilanteiden vuorovaikutus.

(Halkola ym. 2009, 16, 217.)

Valokuvia valikoimalla tai arvottamalla jäsenetään kuviin sisältyviä muistikuvia, tunteita ja merkityksiä. Valokuvista tuotettu puhe tai teksti ei ole ratkaisevassa asemassa. Menetelmä ei edellytä sitä, että kuviin liittyviä asioita pitäisi pystyä nimeämään, vaan se lähtee siitä, ettei kuvien kaikkia merkityksiä edes ole mahdollista verbalisoida. Kuvaustilanteen vuorovaikutus ja valokuvakokonaisuuksien rakentaminen mahdollistavat myös kommunikaation ilman sanoja. Juuri siksi voimauttavan valokuvan lähestymistavat sopivat erityisen hyvin myös niille ihmisille, joille ei ole luontevaa tai mahdollista jäsentää sanallisesti omaa minuuttaan tai joiden on vaikea kommunikoida tunteistaan toiselle ihmiselle. Kuviin sisältyvä tunneaines abstraktikin saa silti symbolisen muodon valokuvatyöskentelyn avulla. Valokuvamenetelmät vievätkin visuaalisen muodon avulla tunneaineksen symbolista jäsentelyä, esim. vielä valokuvaa aisti- ja tunnevoimaisempia kehoterapioita pidemmälle. Pysähtynyt kuva antaa katsojalle mahdollisuuden lukea kuvasta monenlaisia omia merkityksiä, sekä valikoida sitä informaatiota, jonka on itse tunnetasolla valmis vastaanottamaan. Valokuvassa on mahdollista valita ne hetket, joiden eleet tai katset kertovat jotain tärkeää tai aiheuttavat mielihyvää ja helpottavat siksi katsomaan itseään lempeämmin. (Savolainen 2009.)

Voimautumisen käsite korostaa yksilön subjektiivutta ja valtaa omaan elämäänsä. Voimaantumisen merkitsee ihmisestä itsestään lähtevää, sisäisen voimantunteen kasvuprosessia. Voiman tunteen kasvun kokemus vapauttaa ihmisen voimavaroja ja synnyttää yhteisöllisesti vastuullista luovuutta. Voimautuminen lähtee aina ihmisestä itsestään. Voimautumiseen vaikuttaa kuitenkin toiset ihmiset, olosuhteet ja sosiaaliset rakenteet. Jos näissä olosuhteissa toteutuvat tasavertaisuus ja itsemäärittelyn oikeus, voimautuminenkin on mahdollista. Valokuvan toden tuntu on keskeinen osa sen terapeuttisuutta. Voimauttavan valokuvan menetelmässä valokuvan totuus asetetaan yksilön identiteettityön palvelukseen. Itsemäärittely merkitsee henkilökohtaiseen tunnetason totuuteen luottamista valokuvien valinnassa: jokaisella on oikeus itse valita, millä kuvilla kertoo oman elämäntarinansa tai millä omakuvilla haluaa määritellä omaa identiteettiään. Tämä koskee myös lapsia, sekä tavalla tai toisella valtaansa menettäneitä asiakkaita. Aikuisella tai hoitajalla ei ole oikeutta tehdä valintoja toisen ihmisen puolesta, vaikka hänellä onkin oikeus olla läsnä keskustelemassa kuviin liittyvistä ajatuksistaan, pedagogisesti ja terapeuttisesti mielekkäällä tavalla. (Halkola ym. 2009, 212.)

### 5.1.2 Valokuvatyöskentely vanhustyössä

Taina Semi on käyttänyt valokuvatyöskentelyä Dementiakoti Opri ja Oleksissa. Valokuvalliseen työskentelyyn häntä innoittivat brasilialaisen pedagogin Paulo Freiren kasvatustajaukset (1921–1997). Freire käynnisti lukutaitoprojektit valokuvista, jotka kuvaavat ihmisten omaa arkipäivää. Freire järjesti todellisuuden valokuvauskursseja, jossa lukutaidottomat ihmiset ottivat valokuvia, tarkastelivat niitä ja jakoivat niiden herättämiä ajatuksia ja tunteita. Kuvien katselu sai lukutaidottomat ihmiset näkemään ja ymmärtämään omaa elämäänsä. Se voimaannutti heitä ja käynnisti muutoksen luku- ja kirjoitustaidon oppimisessa. Freiren menetelmä on yksi sosiokulttuurisen innostamisen menetelmistä. Sosiokulttuurinen innostaminen on inhimillisen ja tiedostavan yhteisön rakentamista. (Halkola ym. 2009, 245.)

Semi on tehnyt vanhusten kanssa kuvapäiväkirjoja, hän on nimennyt hetket ”palasia minusta” kohtaamisiksi. Päiväkirjassa kuvia käytetään välinenä, joiden kautta vanhus voi tutustua itseensä, tunteisiinsa, menneisyyteensä, nykyisyyteensä ja tulevaisuuden näkymiin. Kuvat ovat silta muistoihin, itseilmaisuun, luovuuteen ja voimavaroihin. Kirjan kokoamisen materiaaleina käytetään omaelämäkerrallisia kuvia, uusia valokuvia, taidevalokuvia, nappeja ja kankaanpaloja. Prosessin kulkuun kuuluu valintoja, tarinoita, rakentamista, järjestelemistä ja kirjoittamista. Jos asiakas on dementoitunut henkilö ja kirjoittaminen tai puheen tuottaminen on heikentynyt, se ei ole este kuvapäiväkirjan tekemiselle. Silloinkin tunnelmat pystytään jakamaan elekielen, albumin rakentamisen ja kuvien katselemisen avulla. Kysymykset painottuvat aistien kautta tuleviin kysymyksiin:

Miltä villapaita tuntuu? Miltä mansikka maistuu? Millaisia ääniä kuvan ympäriltä kuuluu? Kuvapäiväkirjojen prosessoinnin aikana kumpuavat asiat liittyvät usein vanhuksen omaan elämäntarinaansa, muistoon nuoruuden rakastetusta, äidin katseesta, rippikoulusta, laulusta, lempivaatteesta, kesämökistä, satunnaisiin tapahtumiin, tunteeseen tai tuttuun rutiiniin. (Halkola ym. 2009, 245–246.)

Valokuvatyöskentely mahdollistaa eläytymisen itselle tärkeisiin asioihin, mikä lisää laitoksessa asuvan vanhuksen omaa elämänhallintaa. Työskentelyssä asukas saa mahdollisuuden viettää paljon aikaa ohjaajan kanssa. Vanhuksen ja ohjaajan välille syntyy usein kiintymyssuhde, koska myös ohjaaja oppii näin tuntemaan vanhuksen persoonallisemmin. Kiintymyksellä on erityinen rooli prosessissa. Se luo pohjan luottamukselliselle ja aidolle vuorovaikutussuhteelle. Elekielen havainnointi on tärkeää tuokioiden aikana, se kertoo usein enemmän, kuin sanallinen jakaminen. (Halkola ym. 2009, 246.)

## 5.2 Maalaustyöskentely

Taiteelliselle toiminnalle ominaiset ilmaisulliset mahdollisuudet, luova asenne ja työskentelytavat värittävät myös kehittämisspyrkimyksiä. Taide on mielikuvien ja tunteiden kieltä. Se on visuaalisen ajattelun, ilmaisun ja vuorovaikutuksen erityistä aluetta.



Taidetyöskentelyssä kuvallista ilmaisua käytetään kuntouttavien, ennaltaehkäisevien ja hoidollisten tavoitteiden saavuttamiseksi. Maalaus kykenee myös kehittämään henkilökohtaista kasvua ja voimaantumista, sekä toimii sosiaalisen ja yksilöllisen ongelmanratkaisun apuna. (Rankanen ym. 2007, 9.)

Taidetyöskentelyssä luotetaan sen omaan terapeuttiseen voimaan. Kuvan tekeminen merkitsee kontaktia omaan sisäisyyteen, sekä muuttuvaan ympäristöön, se antaa ainutlaatuisen mahdollisuuden kokemiseen, tutkimiseen, vuorovaikutukseen ja maailmassa olemisen ymmärtämiseen. Taidetyöskentelyssä käytetyt kuvat, materiaalit, työskentelyprosessi ja kokemuksen jakaminen palvelevat voimaannuttavia, kuntouttavia ja terapeuttisia pyrkimyksiä. Kaikella taiteella kuvista draamaan, sekä kirjallisuudesta musiikkiin, sekä tanssiin on koko ihmiskunnan historian ollut rauhoittava ja lohduttava, innoittava tai ymmärrystä ja yhteisyyttä luova psykososiaalinen merkityksensä. (Rankanen ym. 2007, 11–12.)

Taidetyöskentelyä voi käyttää itseilmaisuuksiin ja sen hyödyt ovat moninaisia. Sen vaikutus voi olla tunnelman luoja ja tärkeä ja kuvat voivat toimia siltana ohjaajan ja asukkaan välillä. Kuva voi toimia tunteiden ilmaisijana, sekä tuoda vapautusta ahdistuneisiin tunteisiin. Taiteen tekeminen tuo ihmisen tietoisemmaksi kätkeytyneistä tunteista ja helpottaa niiden ilmaisemista. Tehdyistä kuvista keskusteleminen saattaa johtaa oivalluksiin, niistä puhuminen tekemisen jälkeen ja niiden tarkastelu onkin osa taiteen tekemisen prosessia. Taiteen tekeminen edellyttää aktiivista osallistumista ja sen käyttö saakin ihmiset osalliseksi aivan eri tavoin kuin puhuminen. Se voi tarjota tilaisuuden itsetutkiskeluun ilman painostusta, sekä auttaa yksilöä itsensä löytämisessä. Yhdessä tekeminen vahvistaa yhteishenkeä ja luo hauskan ja mukavan ilmapiirin. (Liebmann 2002, 4.)

### 5.3 Muistelutyö

Muistelutyötä käytetään sosiokulttuurisen innostamisen yhtenä menetelmänä ikääntyvien kanssa. Tällöin keskiössä on jokaisen ihmisen eletty elämä, jonka ympärille ryhmä kokoontuu.

Ikääntyvillä on usein tarve kertoa eletystä elämästään, katsoa taaksepäin ja järjestellä irrallisia palasia kohdalleen. Ryhmässä tulee esille myös toisten samankaltaisia kokemuksia, joten ne saavat myös laajemman kulttuurillisen merkityksen. Muistelun tukena voi käyttää valokuvia tai esineitä. Muistelua voi tehdä kaksi ihmistä aivan spontaanisti vaikka kahvikupin äärellä tai se voi olla ammatillisempaa ja strukturoidumpaa. Muistelun tukena voidaan käyttää taidelähtöisiä menetelmiä kuten musiikkia, maalausta yms. Koko elämäkerran voi työstää taiteellisesti vaikka draaman avulla. mahdollisuuksia on monia, mutta olennaista on että toiminnan kautta päästään menneestä nykyhetkeen ja ohjaajan avulla ikään kuin selkeytetään elämän punaista lankaa ja kiillotetaan pintoja. Myös muistelun yhtenä tarkoituksena on luoda jatkuvuutta tästä hetkestä tulevaisuuteen. Näin koko elämä saa merkityksenjatkumona. Yhden ihmisen elämä on ainutkertainen tarina jossa on alku ja se jatkuu prosessina läpi kaikkien elettyjen vuosien. Ja vielä on näytöksiä edessä, joita ei ole eletty eikä koettu. (Taipale 2007, 235.)

Muistelu on menetelmä, jonka avulla ihminen pääsee elämäkertansa käsiksi joko ryhmässä tai kahdenkeskisissä keskusteluissa. Muistelussa pyritään eheyttämään ihmisen minuutta, hänen identiteettiään. Muistelussa eheytetään omaa identiteettiä ja ikään kuin peilataan itseään muiden kautta. Kuuntelijalla on yhtä suuri merkitys kuin tarinan kertojallakin. Muistot ovat osa olemustamme ja niiden purkamisen ryhmässä ja taiteellisin menetelmin autettuna voivat antaa ihmiselle voimaa katsoa asioita uudelta näkökulmalta ja näin eheyttää omaa minuuttaan. (Hakonen, 2003, 131.)

Muistelussa on kaksi osa-aluetta: on yksilön minuutta eheyttävä ja sosiaalista vuorovaikutusta lisäävä vaikutus. Omien kokemustensa jakaminen lisää luottamusta ryhmässä ja luo yhteisöllistä tunnetta. Jos muistelua toteutetaan yhteisössä vanhusten ja työntekijöiden kesken se myös vahvistaa henkilökunnan ja asukkaiden luottamusta ja auttaa myös henkilökuntaa syventämään ymmärrystään asiakkaitaan. Muistelussa käytetään usein jotakin taidemuotoa virittäjänä.

Aivan kuin instrumentti on viritettävä ennen konserttia voi esim. maalaus avata luovuuden ja kokemuksen virrat. Muistelua voidaan pitää eletyn elämän tarkasteluna, keinona eheytyä ja hyväksyä vaikeatkin asiat sellaisina kuin ne ovat. Muistelu ei ole vain kertomista vaan kaikkien aistien toimintaa.

(Hakonen, 2003, 131.)

Mielikuvien suhde aivotoimintaan on vähitellen paljastumassa. Mielikuvat ovat kopioita ihmisen suhteesta maailmaan. Mielikuvat ovat myös ajasta tai paikasta riippumattomia ja oman luovuutemme värittämiä. Kulttuuri- ja taide-elämykset luovat uusia mielikuvia ja vahvistavat vanhoja. Tästä johtuen mielikuvat ja mielikuviutus ovat tärkeitä, kun selvitetään taide-elämyksen muuttumista terveydeksi. Valveilla ollessamme mielikuvat virtaavat kokoajan mielessä ja unessa näemme kuvia, vaikka emme aina muista niitä herättyämme. Tiedetään, että esim. huumori, ilo ja onnellisuus alentavat verenpainetta. (Hyypä ym. 2005, 63–64.)

Itsestä vieraantumisen kokemuksessa on tavanomaisesti tunnistettavissa se, ettei ihmisellä ole oikein kerrottavissa olevaa elämäntarinaa tai tarinan osia, tai ettei hän koe niitä niin arvokkaiksi, että voisi jakaa ne myös toisten kanssa. Kenelläkään ei ole olemassa yhtä ainoaa oikeaa totuutta elämästään. Elämää voi tarkastella monesta eri näkökulmasta. Itsensä tuntemisessa on kuitenkin kysymys siitä löytämisestä, mikä elämäntarinassa on totta itselleen. Kertoessamme itsestämme, me kuitenkin väistämme ja valikoimme asioita, joita kerromme ja joita jätämme kertomatta. Kaikki kokemuksemme, haaveemme ja muistomme ovat kehollisia. Kaikki kehoomme kiinnittyneet muistot, haaveet ja pelot ovat osa sitä kokemustemme varastoa, josta kerromme tarinaamme. Oma kerrottu elämä on aina osaksi totta, osaksi tarua. Kehon muisti ilmentää varhaisimmat aistimukset ja fyysiset kokemuksemme ruumiin tuntoina, esimerkiksi kosketuksina, kipulina, ääninä, tuoksuina ja rytmeinä. Niiden tiedostaminen ja sanoilla kertominen on usein mahdotonta. Se on tehtävä toisin, vertauskuvoin ja taiteen keinoin. Omalle identiteettityölle on tärkeää, että tulee kuulluksi. Sen lisäksi on myös tärkeää kuulla muiden elämää. Kun joku kertoo omaa elämäntarinaansa, sen koskettavuus syntyy siitä, että kertoja aktivoi kuulijassa tämän omia kokemuksia.

(Sava ym. 2004, 28–29, 55.)

Vanhusten taidetoiminnassa tarinoita ja muistelemista käytetään toimintaan ohjaavana motivoivana taustana. Ikäihmisille sopivat erityisen hyvin tarinoihin ja muisteluun pohjautuva taidetyö. (Nuutinen 2007, 66.)

Kun ryhmissä käytetään kertomuksia ja tarinoita, kertominen, kuunteleminen ja asioiden jakaminen yhdessä mahdollistavat vertaistuen. Tarinoita voi rakentaa kirjoittaen, kertoen, kuviksi tai musiikiksi tehden tai draamaa käyttäen.

Taiteen keinoin voidaan tuoda esiin asioita, joita ei muuten uskallettaisi kertoa. Omaelämäkerrallisen taidetyöskentelyn tavoitteena voi olla myös yhteisöllisyyden vahvistaminen. Tarinat pystyvät jäsentämään sisäistä maailmaamme inhimillisemmäksi. Yhteisöllisyys pystyy kehittymään, silloin kun siihen kuuluvien ihmisten tarinat saavat osaksi aitoa myötäelämistä ja empatiaa. Sisäinen halu ymmärtää ja sisäistää toinen ihminen, näkyy kykynä mennä mukaan hänen tarinaansa. (Sava ym. 2004, 74–75.)

Elämäkerrallinen työskentely menee niin syvälle, että se nostattaa esiin paljon tunteita. Sen avulla on saatu hyviä kokemuksia vuorovaikutussuhteiden parantumisesta omiin läheisiin vanhempiin ja sukulaisiin. Elämäntarinaa tehdessä, myös työntekijä joutuu kohtaamaan itsensä erilaisessa työroolissa asiakkaan kanssa. (Krappala & Pääjoki 2004, 84.)

## 6 OPINNÄYTETYÖPROSESSI BETEL-KODISSA

### 6.1 Tutustumista ja suunnittelutyötä

Tässä luvussa tulemme kuvailemaan Betel-kodissa toteuttamaamme ryhmäprosessia. Tämä prosessi toteutui kymmenenä ryhmätapaamisena ja päätösjuhlan kuuden iäkkään Betel-kodin asukkaan kanssa. Ryhmäprosessin tapaamiset toteutettiin Betel-kodin päiväsalissa ja ne sisälsivät muistelutyötä, valokuvatyöskentelyä ja maalausta.

Kun aloimme suunnitella opinnäytetyötämme, päätimme että teemme toiminnallisen opinnäytetyön. Päädyimme toiminnalliseen opinnäytetyöhön, koska halusimme toteuttaa opinnäytetyömme ihmisten kanssa. Sosiokulttuurinen innostaminen lähtökohtana tuntui heti sopivalta työotteelta ryhmäprosessissa. Aloitimme opinnäytetyöprosessin pitämällä esittelyn henkilökunnalle sosiokulttuurisesta innostamisesta. Kerroimme tässä tilaisuudessa heille, mitä prosessin aikana järjestettävien ryhmätapaamisten aikana tulemme tekemään. Esittelyn tavoitteena oli innostaa henkilökuntaa osallistumaan prosessiin. Henkilökunnan osallistuminen prosessiin auttaisi työntekijöiden ja asukkaiden lähentymistä toisiinsa.

Aloitimme opinnäytetyön lokakuussa 2008 tapaamalla henkilökohtaisesti kuusi ryhmään tulevaa Betel-kodin asukasta. Iältään he olivat 75–86 vuotta ja he kaikki olivat naisia. Ryhmäprosessiin osallistuvat asukkaat olivat löytyneet henkilökunnan avustuksella. Ryhmäprosessin onnistumisen kannalta oli tärkeää, että osallistujilla oli tietyt toimintavalmiudet. Tässä valintatyössä meitä auttoi henkilökunta, joka tunsivat asukkaat paremmin. Ryhmän jäsenillä oli kaikilla toimiva kuulo ja puhekyky. Heillä ei myöskään kenelläkään ollut muistia häiritseviä sairauksia. Ryhmäämme oli myös lupautunut yksi Betel-kodin työntekijä.

Halusimme kohdata kaikki ryhmäläiset ennen varsinaisen työn aloittamista. Heidän korkean ikänsä, sekä henkilökohtaisen suhteen luomisen kannalta se oli tärkeää. Ensimmäisellä kerralla tapasimme yhden aamupäivän aikana kolme henkilöä noin viikkoa ennen ryhmäprosessin alkua. Kolme päivää ennen ryhmätyön alkua tapasimme loput kolme henkilöä. Kerroimme heille mitä aiomme tehdä ryhmäprosessin aikana. Esittelimme heille ajatuksiamme muistelupiiristä, maalaamisesta, valokuvatyo-skentelystä ja elämäkertatyöstä. Tärkeintä oli kuitenkin se, että tapasimme heidät henkilökohtaisesti. Kaikki ryhmäläiset olivat hyvin iloisia ja tyytyväisiä käyntiimme. Nämä henkilökohtaiset tapaamiset olivat erittäin tärkeitä luottamuksellisen suhteen rakentumiselle. Näissä tapaamisissa ryhmäprosessiin osallistuvien asukkaiden kanssa tulikin selvästi esille tarve puhua ja purkaa asioita, jotka sillä hetkellä pyörivät mielissä.

Tässä on joitakin havaintojamme. Neljältä ryhmäläiseltä, jotka ovat asuneet Betel-kodissa 0–2 vuotta tuli palautetta siitä, että elämän muotoutuminen uudessa ympäristössä on vaikeaa ja yksi heistä sanoi: ”Kun ei ole kerrottu, miten täällä pitää elää”. Kaksi ryhmäläistä on asunut seitsemän vuotta Betel-kodissa ja toimintasiellä on muuttunut paljon heidän mielestään. Osa Betel-kodin asukkaista on pidempään asuneiden ryhmäläisten asuinaikana sairastunut dementiaan. Tämä on heidän mielestään sitonut henkilökunnan voimavaroja. Ryhmäläisemme olivat henkisesti hyväkuntoisia ja pärjäävät omin avuin. Heidän puheistaan kävi ilmi, että avun pyytäminen ei ole heille helppoa. He kokivat, että hoitajilla ei ole aikaa.

Henkilökunnan vaihtuvuus on ollut suuri Betel-kodissa. Toisaalta ryhmäläinen, joka on asunut vasta puoli vuotta Betel-kodissa, oli erittäin tyytyväinen oloonsa ja elämäänsä. Puolet ryhmäläisistä kertoi, että viikonloput ovat yksinäisiä ja vaikeita heille. Yksi ryhmäläinen myös ihmetteli sitä, että hoitajilla on aikaa pitää palaveria ja miksi asukkaita ei pyydetä niihin mukaan. Toinen ryhmäläinen piti demen-toituneiden kanssa asumista vaikeana ja huolta lisäävänä. Vastoin odotuksiamme kaikki olivat hyvin avoimia ja tarvetta keskustelulle oli selvästi olemassa. Jokainen mainitsi yksinäisyytensä ja sen, ettei ole paljon kontakteja muihin ihmisiin.

Toisaalta esille tuli myös se, että ei välttämättä kauan jaksaisikaan olla lasten kanssa omien kipujen ja väsymyksen vuoksi. Yksi ryhmäläinen piti paljon yhteyttä lapsiinsa ja lapsenlapsiinsa ja viettää myös paljon aikaa heidän perheissään.

Tapaamisten runko muodostui seuraavanlaiseksi:

- aloitus: Eino Leinon runosta Aurinkolaulu: Hymyilevä Apollo
- kysely kierros tämänhetkisestä voinnista ja kuulumiset
- tapaamisten teemat: lapsuus, elämän keskivaihe, eläkkeelle siirtyminen, nykyhetki ja tulevaisuus
- lopetus ja seuraavan kerran kuvaus.
- menetelmänä oli aina muistelutyö, valokuvatyöskentely tai maalaustyöskentely

## 6.2 Lapsuuden muistot

Ensimmäinen ryhmätapaaminen oli Betel-kodin seitsemännen kerroksen päiväsalissa. Tavoitteemme tälle kerralle oli tutustuminen toisiimme ja lapsuusmuistojen avaaminen ryhmässä. Olimme järjestäneet tuolit piiriin ja tarkoituksemme oli istua ympyrässä, jotta näkisimme hyvin toisemme. Kaikki tulivat paikalle, paitsi henkilökunnan edustaja. Eli aloitimme ilman häntä. Hän ei pystynyt jatkossakaan osallistumaan ryhmäämme. Meillä oli alkusanoiksi valittu Eino Leinon hymyilevästä Apollosta kaksi säettä, jotka kääntyvät ihmisen elämän puoleen.

Aluksi halusimme ryhmäläisten kanssa luoda säännöt prosessillemme ja se onnistui helposti. Toivoimme, että kaikki olisivat alusta loppuun mukana ja sitoutuisivat työskentelyymme. Samalla rakensimme luottamusta toisiimme.

Kaikki lupasivat kunnioittaa toisen kertomuksia niin, että niistä ei puhuttaisi ryhmän ulkopuolella muille. Tapaamisemme kesti 1,5 tuntia, jonka aikana kävimme läpi neljän kohderyhmäläisen lapsuuden tarinat. Heille oli yllättävän helppoa kertoa kokemuksistaan, vaikka heillä oli myös vaikeita muistoja lapsuudestaan.

Jokainen oli vielä lapsi sodan aikaan ja se oli jättänyt selvät jälkensä lapsuusmuistoihin.

Kolmella ryhmäläisellä oli suuri sisarusparvi ja yksi ryhmäläisistä oli perheessään ainoa lapsi. Sota-ajan muistojen lisäksi yhdistävänä kokemuksena tuntui olevan se, että perhekulttuuri oli hyvin samanlainen. Remmiä tai vitsaa saatiin, jos oli käyttäytynyt väärin ja siitä tiesi, ettei niin voi jatkossa toimia. Myös yhteiset lastenleikit muistui mieleen. Yllättävää oli se, että viidellä ryhmäläisellä oli ollut heidän kertomuksensa mukaan läheisempi suhde isään, kuin äitiin. Usein toistui sanat, että äidillä oli suuri lapsilauma huollettavanaan, joten hänellä ei ollut aikaa yhdelle lapselle kerrallaan. Se oli myös jokaisella muistoissa, että elämä oli mitä oli, eikä vanhemmilla ollut aikaa pitää lapsia sylissä. Myös kipeistä asioista esim. orvoksi jäämisestä tai isän liiallisesta alkoholin käytöstä puhuttiin avoimesti. Autoimme jonkun verran kysymyksillä, jotka koskivat aivan lähiympäristön kuvausta esim. Millainen oli kotitalosi? Minkälaiselta äitisi tai isäsi näytti? Mikä oli paikkasi sisarusparvessa? Nämä kysymykset johdattelivat siihen, miten sisäisesti koki lapsuuttaan. Seuraavaksi kysyimme: Minkälainen lapsi itse olit ja minkälainen oli suhteesi vanhempiisi?



KUVIO 1. Perhekuva lapsuudesta



Puolitoista tuntia tuntui maksimimäärältä, jonka ryhmäläiset jaksoivat istua. Tutustuimme siinä ajassa neljän ryhmäläisen tarinaan. He käyttivät valokuvia tarinansa tukena (kuvio 1). Emme ehtineet kuulla kaikkia kuutta tarinaa ja opimme heti aluksi, että meidän on varattava aikaa kaksi kokoontumiskertaa jokaiselle elämänvaiheelle. Olimme myös tuoneet mukamme vanhoja valokuvia, joista oli mahdollista löytää yhtäläisyyksiä omaan lapsuuteensa (kuvio 2). Päätimme jatkaa lauantaina tätä työskentelyä ja jätimme tehtäväksi miettiä kerrotuista tarinoista muistoa, jonka kanssa jatkaisimme seuraavalla kerralla maalauksen parissa. Lopuksi kysyimme, minkälainen tunnelma tästä kerrasta jäi? Kaikki vastaukset olivat positiivisia ja ryhmäläiset halusivat jatkaa työskentelyä. Yhden ryhmäläisen kommentti jäi mieleen: ”On niin hyvä kuulla, että jollain toisellakin on ollut kovia kokemuksia elämässään, niin ettei niiden kanssa ole niin yksin.”

Mielestämme ensimmäinen kerta onnistui odotettua paremmin. Kivuista tai säryistä huolimatta kaikki tulivat paikalle ja halusivat olla mukana työskentelyssä. Ilmapiiri oli avoin ja jokaisella oli rauhaa kertoa ja olla keskipisteenä oman tarinansa aikana muiden sitä kuunnellessa. Yleistä keskustelua tuli jokaisen tarinan jälkeen, mutta se loppui seuraavan tarinan alkaessa. Puolitoista tuntia on maksimimäärä heille istua paikallaan ja päätimmekin seuraavilla kerroilla pitää 45 min. jälkeen juomatauon, sekä lisäksi pienen kävelytauon.

Toinen tapaamisemme jatkui lapsuustarinoiden läpikäymisellä Betel-kodissa päiväsalissa kauniina talvipäivänä. Viime kerrasta meillä jäi kuulematta kahden ryhmäläisen elämäntarinat, joten päätimme jatkaa heidän elämäntarinoillaan. Aloitimme tapaamisemme taas Eino Leinon sanoin ja teimme lisäksi tunnelmakierroksen. Eräs ryhmäläinen oli kirjoittanut aamulla pitkän kertomuksen paperille ja halusi lukea sen ääneen kaikille. Tämän jälkeen valokuvat kiersivät elävöittämissä ryhmäläisten elämäntarinaa lapsuudesta rippikouluun saakka. Ohjaajat ja ryhmäläiset esittivät vapaasti avustavia kysymyksiä kertojille ja vuorovaikutus oli vilkasta. Millaisessa paikassa kotisi sijaitsi? Onko sinulla läheinen suhde äitiisi tai isääsi? Monesko lapsi olit sisarusparvessa? Millaisia leikkejä leikitte lapsena? Minkälainen lapsi olit? Mistä haaveilit lapsena?

Lopuksi jokainen kertoi omasta lapsuudesta onnellisen muiston. Sen jälkeen kävimme yhteistä keskustelua viikon tapahtumista. Tuntui tärkeältä, että kaikki saivat kertoa viime päivien kokemuksiaan. Huomasimme, että ne, joilla ei ollut kertomuksia valmisteltuna, pääsivät kuitenkin tässä viimeisessä vaiheessa sanomaan jotakin. Kuuntelu toisten kertoessa oli kuitenkin intensiivistä ja jokainen eli vahvasti mukana toisen tarinassa.



KUVIO 2. Lapsuuden perhekuva – suuri perhe

### 6.3 Lapsuuden muistojen maalaaminen

Kolmannen tapaamisen aihe oli maalaus lapsuuden tunteista ja kokemuksista. Tarinat lapsuudesta olivat eläneet jokaisen mielissä kahden viikon ajan. Tämän kerran tavoitteena oli tutustuttaa ryhmän ihmiset maalaamiseen ja aihe oli yksinkertainen ja helposti lähestyttävä. Värien leikissä oli helppo katsoa, miten värit käyttäytyivät märällä paperilla, tutustua siihen, miten ne liittyivät toisiinsa ja miten ne pysyivät puhtaina omissa osissa paperia. Olimme valmistelleet maalaustilan valmiiksi ja kantaneet pöydät toisista kerroksista päiväsalin. Laitoimme huoneen kuntoon, matot pois, maalit, pensselit ja värit valmiiksi. Tekniikka oli märkeä märälle eli paperi kasteltiin alustan päälle.

Värit olivat akvarellivärejä, joita voi kauniisti maalata tutustuen väreihin. Olimme valinneet tämän maalausmenetelmän siksi, että se on helppo ja tässä menetelmässä värit ilmentyvät kauniisti katsojalle. Emme olleet sopineet mitään tarkkaa aihetta. Tarkoitus oli maalata värien leikkiä, punaisen, keltaisen ja sinisen kautta tunnustellen ja lapsuutta mielessään muistellen. Maalaamisen tarkoitus oli kuitenkin herätellä niitä tunteita näkyväksi, joille ei ollut sanoja.



KUVIO 3. Maalaamme lapsuuden muistoja

Kolmannelta tapaamiskerralta puuttui kaksi henkilöä, he olivat sairaana. Kerroimme tekniikasta ja yritimme rohkaista alkuun. Tarkoitus on maalata mitä mielessä liikkuu ja antaa toisen värin kutsua toisen esiin (kuvio 3). Osalle oli kuitenkin vaikeaa päästä alkuun. Tuli kommentteja kuten, ”tyttärenyttäreni on sosionomi eivätkä he tällaista tee”.

Onko tämä pakollista? oli myös vaikeaa ymmärtää, ettei tarvitse maalata jotakin aihetta. Kaikki kuitenkin tarttuivat pensseliin ja alkoivat maalata. Me vaihdoimme pensselinpesuvesiä ja autoimme eteenpäin, kun tuntui vaikealta. Maalaukseen meni aikaa noin tunti. Keräsimme maalaukset ja katselimme niitä yhdessä.

Maalaukset kertoivat paljon tekijöistään. Voimakkaasta värikaarimaalauksesta, joka esitti sateenkaarta virisi keskustelu Kalevalasta. Myös maalauksen tekijä oli hyvin voimakastahtoinen henkilö. Toinen maalaus oli kuin perhonen, joka kuoriutui toukasta. Maalauksen värit olivat läpikuultavat ja herkät. Tekijä sanoi, ”tuntuu kuin olisi tässä keskellä sellainen möykky, eikä se tule ulos, en osaa itkeä.”

Yksi maalaus oli hyvin harmoninen ja kaikki valkoinen paperi oli maalattu peittoon ja väreistä syntyi kaunis kukka. Tekijä oli myös hyvin rauhallinen ja alkoi kertoa liljoista, jollaisia kasvoi lapsuuden kukkapenkeissä. Pienten sisarten vaippojen pesu oli jäänyt yhdelle ryhmäläiselle niin voimakkaasti mieleen, että hän yritti kuvata sitä maalauksessaan. Siinä nousi kuitenkin tärkeäksi paikka, missä vaippoja oli pesty. Maisemaan kuului puro, aurinko ja puu. Kaikki vaikuttivat tyytyväisiltä maalauksen jälkeen.

Tehtyjen kuvien tarkastelu oli osa maalausprosessia. Niiden tarkastelu yhdessä kuva kerrallaan herätti tekijää näkemään työssään aina uusia ulottuvuuksia. Jokainen sai sanoa tehdystä työstä omia havaintojaan ja kuvata näkemäänsä. Me autoimme kysymyksillä kuten: Miksi valitsit nämä värit? Katsokaa tätä työtä vaikka toisin päin. Tässähän voisi nähdä vaikka Kalevala-aiheisen kuvan. Jokainen sai positiivista palautetta muilta ryhmän jäseniltä. Maalauksia katsellessa jokainen sai huomiota myös yksilönä osakseen. Kun olimme lopettaneet ryhmän, yksi ryhmäläinen esitti käytävällä omia lapsuuskuviaan henkilökunnalle. Tähän olimme pyrkineet toiminnassamme. Aukkaiden elämäntarinoiden tuntemisen kautta henkilökunta voi ymmärtää paremmin aukkaiden henkilökohtaisia ominaisuuksia ja aito kohtaaminen voi toteutua.

#### 6.4 Elämän keskivaihe – perhe-elämä ja työ

Neljännän tapaamisemme tavoitteena oli muistelun avulla nostattaa mieleen elämän aktiivista aikaa. Sitä vaihetta kun ihminen avioituu ja perustaa perheen ja tekee elämäntyötään. Ulkona oli harmaata ja sateista. Yksi henkilö ei saapunut lääkärikäynnin takia ja paikalla oli ryhmän viisi jäsentä. Tänään meillä oli vuorossa keskimäinen vaihe elämässä. Olimme rajanneet sitä hyvin vähän.

Kahtena pääteemana oli perhe-elämä ja työ.

Aloitimme ryhmän Eino Leinin runolla ja teimme aluksi tunnelmakierroksen.

Elämäntarinoissa nousivat keskeisimmiksi teemoiksi rakastumiset, kihlautumiset, naimisiinmenot tai vanhaksi piiiaksi jääminen, lasten syntymät, lapsettomuus, alkoholiongelma, avioerot, työ ja työn merkitys, työn raskaus, miehen kotoa poissaolot työn takia, miehen sairastumiset, omat sairaudet. Valokuvat kiersivät tarinoita tukemassa ja muistot pulppusivat. Pidimme kymmenen minuutin tauon puolesta välissä ryhmää, jotta jokainen voisi juoda ja jaloitella hetken. Ryhmäläiset kuuntelivat kiinnostuneina toistensa tarinoita ja eläytyvät niihin empaattisesti.

Valokuvia tarkasteltiin hyvin kiinnostuneena ja jokainen kertoja sai osakseen positiivisia kehuja omasta ulkonäöstään nuorena, sekä lapsistaan (kuvio 4). He myös suhtautuivat hyvin kunnioittavasti toisiinsa ja antoivat tilaa kertojalle. Ryhmäläiset kyselivät hienotunteisia kysymyksiä kertojalta.

Lopuksi kertasimme tärkeimpiä asioita, kuten naisen tehtäviä. Yhteisenä havaintona oli se, kuinka perheen perustaminen ja naisen perustehtävät kodin hoidossa ja lasten kasvatuksessa olivat olleet elämässä keskeisimmällä sijalla. Puimme myös seuraavan kerran aiheista ja päätimme jatkaa samaa teemaa ja kuunnella jäljellä olevat kertomukset ensi kerralla.



KUVIO 4. Kuva aikuisiän perheestä

### 6.5 Syventyminen elämän keskivaiheen tunnelmiin

Viidennessä tapaamisessa jatkoimme siitä, mihin viimeksi jäimme. Muistelun avulla tutustuimme elämän keskivaiheisiin. Olimme valmistautuneet jatkamaan kahdella elämän tarinalla. Betel-kodissa oli joululaulutuokio samaan aikaan ja siihen osallistui ryhmästämme kolme henkilöä. Lisäksi kaksi oli sairaana. Meitä ei siis ollut paikalla kuin me ja yksi ryhmäläinen. Päätimme kuitenkin käyttää ajan hyödyksi. Olimme havainneet, että he tarvitsivat tukea valokuvien etsimiseen ja valokuvakollaasin rakentamiseen. Kopioimme ja kehitimme kohderyhmäläisiltä saadut kuvat seuraavaa tapaamista varten. Meillä oli kamera mukana ja otimme heistä kaikista valokuvia, jotta he voisivat liittää niitä halutessaan valokuvakollaasiin. Kävimme jokaisen kotona, jotta voisimme auttaa heitä etsimään valokuvia, joita he tarvitsivat valokuvakollaasin rakentamiseen. Meillä oli näin myös mahdollisuus tavata heitä kahden kesken. Näissä tilanteissa syntyi hyviä hetkiä. Saimme kuulla monia henkilökohtaisia asioita, joita ryhmässä ei tullut esiin. Tästä huomasimmekin, että monella oli tarve kahdenkeskiseen dialogiin, missä oli helpompi avautua, kuin ryhmässä.

Vaikka tämänpäiväinen ei mennyt suunnitelmien mukaan, se oli kuitenkin tärkeä tapaaminen, missä jokainen sai jakamatonta huomiota ja apua. Ruokailun jälkeen kaikki tulivat vielä yhteen ja otimme heistä kuvia (kuvio 5). Ilmassa oli huumoria ja iloista tunnelmaa kun mietimme sitä, miltä ihminen näyttää kuvissa ja kuinka sitä muuttuu elämän aikana. Lopuksi kertosimme seuraavan kerran aiheita. Päätimme jatkaa vielä ensi kerralla elämän keskivaiheesta kuulemalla loput tarinat ja siirsimme maalausta.



KUVIO 5. Tämä hetki

Kuudennen tapaamisen aiheena oli jatkaa siitä mihin jäimme, eli kuunnella kolme tarinaa elämän keskivaiheista. Halusimme myös jatkaa kuvakollaasien rakentamista. Aloitimme tapaamisen Eino Leinin runolla, sekä tunnelmakierroksella. Sen jälkeen kuulimme kahden ihmisen elämäntarinat.

Eläydyimme kahteen hyvin erilaiseen elämäntarinaan, joita kuunnellessa nousi esiin kolme hyvin keskeistä teemaa: kuolema, sukupolvien välinen kuilu ja yksin eläminen. Ihmissuhteiden tärkeys nousi puheenaiheeksi. Kuolemasta puhuminen oli tärkeää, koska jokaisen aviomies oli kuollut. Yhteiselämä näissä liitoissa oli kestänyt jopa useita vuosikymmeniä. Ryhmäläiset elivät edelleen voimakkaasti tunneyhteydessä edesmenneen puolisonsa kanssa. Esille tuli se, miten he odottivat puolisoitaan ja yksi heistä kävi päivittäin puolisonsa haudalla. Tästä virisi keskustelu kuoleman olemassaolosta heidän arkipäivässään. Jotkut koskettelivat aihetta hyvin vapaasti ja toiset aran kiinnostuneesti. Suhde omiin lapsiin nousi myös esiin. Siihen liittyi ristiriitainen tunne siitä, mitä omille lapsille tulisi kertoa omasta elämästään.



KUVIO 7. Kuva valokuvakollaasista



Osa oman elämän kokemuksista oli pysynyt salaisuutena, eikä niistä haluttu kertoa lapsille. Yksi ryhmän jäsen oli elänyt elämänsä ilman kumppania. Tästä nousi keskustelun aiheeksi sinkkuna eläminen. Se on nyky-yhteiskunnassa normaalia, mutta kertoja koki itsensä hylätyksi, koska ei ollut kelvannut kenellekään. Muut ryhmän jäsenet kertoivat, että ennen oli tavoittelemisen arvoista päästä naimisiin.

Näiden tarinoiden jälkeen he alkoivat valita elämänsä tärkeimpiä valokuvia valokuvakollaasin (kuvio 7 ja 8) tekemiseen. Olimme tehneet kopioita heidän antamistaan valokuvista, joita he voisivat käyttää kollaasin tekemisessä.

Valokuvakollaasi oli tarkoitus rakentaa valokuvakehyksiin. Osa ryhmäläisistä halusi rakentaa sitä omassa asunnossaan rauhassa aikaa käyttäen. Sovimme, että autamme heitä, jos he kokevat tarvitsevansa apua kollaasin tekemisessä.

Kaksi ryhmäläistä sai rakennettua kollaasin meidän ohjaajien avustuksella.

Kun valokuvakollaasia rakennettiin, tapahtui kuvien valinnoissa hyvinkin merkityksellisiä asioita. Monia tunteita nousi pintaan ja ihmiset tekivät arvovalintoja kuvien kautta myös elämän merkityksellisten asioiden suhteen. Emme saaneet kuvakollaaseja valmiiksi ja lupauduimme tulemaan vielä tämän viikon aikana auttamaan heitä, jotka tarvitsevat apua sen kokoamisessa.



KUVIO 8. Tärkeä kuva valokuvakollaasissa

## 6.6 Valokuvakollaasien rakentaminen

Seitsemäs tapaaminen ei ollut varsinainen yhteinen kokoontuminen, vaan jatkoimme ryhmäläisten avustamista henkilökohtaisesti. Kolmella oli kollaasi valmiina ja kävimme auttamassa kolmen henkilön kuvakollaasin rakentamisessa. Mielenkiintoista oli se, kuinka he olivat välipäivinä työstäneet valokuviaan. Yhden ryhmäläisen kotona olivat kuvat levällään ympäriinsä ja hänelle oli suuri helpotus saada apua tärkeiden kuvien valinnassa. Samalla kävimme myös läpi hänen avioliittoaan, joka oli kestänyt yli kuusikymmentä vuotta. Tärkeimmiksi kuviksi hän valitsi edesmenneen puolisonsa kuvat, myös kuva miehensä arkusta. Kuvia sommiteltaessa ja leikkellessä keskustelu heräsi kuolemasta. Aihe oli hänelle arka. Kuolema kiinnosti häntä aiheena, mutta häntä jännitti puhua siitä. Hän kertoi käyvänsä joka päivä miehensä haudalla ja kertovansa hänelle huoliaan ja ilojaan.

Toisen henkilön luona kului paljon aikaa kuvien valinnoissa, koska hän tarvitsi aikaa niihin syventymiseen. Hänen tärkeäksi elämän langakseen muodostui sairaanhoitajan työ joka oli kestänyt usean vuosikymmenen. Lapsuuskuvia ei löytynyt ja lapsuudesta puhuminen oli ollut hänelle vaikeaa aikaisemminkin. Hän oli jäänyt sodan jaloissa orvoksi. Hänelle omat lapset ja lapsenlapset muodostivat työuran lisäksi elämän tärkeän jatkumon. Kuvakollaasin valmistuessa hän koki syvää tyytyväisyyttä sen johdosta.

Kolmannen henkilön kanssa työskentelimme intensiivisesti. Kuvien valinta oli hänelle hyvin helppoa, koska hän oli tehnyt kuvien valinnat omalla ajallaan. Eniten hän käytti aikaa miettimällä hyvin tarkasti, mihin kohtiin hän asettelee kuvat. Työskentelyssä tuli antaa tilaa ja aikaa valintojen tekemiseen. Kuvat nostattivat paljon tunteita ja muistoja esiin ja oli tärkeää, että joku oli paikalla jakamassa niitä (kuvio 9). Kaikki olivat hyvin kiitollisia ja kiittivät antamastamme ajasta.



KUVIO 9. Valmis kuvakollaasi

### 6.7 Elämän valo ja pimeys

Kahdeksannen kokoontumisemme tarkoituksena oli maalata elämän keskivaiheen muistoista. Tällä kerralla yksi ryhmäläinen oli sairaana eikä päässyt paikalle. Olimme valmistelleet aiheen valon ja pimeyden kohtaamisesta, missä pimeydestä, joka alkaa paperin reunoilta tummilla väreillä ilmestyy valo. Annoimme maalauksen aiheeksi Valon ja pimeyden kohtaamisen. Keskustelimme väreistä ja vertasimme niitä tunteisiin. Elämän ilot ja surut muodostavat yhdessä kokonaisuuden. Ilman suruja eivät elämän iloiset asiat tule koetuksi. Samoin on värien kanssa. Tarvitaan pimeys, jotta valo voi tulla näkyväksi.

Tällä kerralla maalaaminen oli helpompaa ja kaikki lähtivät heti työhön (kuvio 10). Maalaaminen onnistui hyvin ja tunnelma oli aktiivinen, aivan kuin edellisen kerran jännitys maalaamiseen olisi täysin poistunut. Ryhmäläiset maalasivat keskittyneesti ja tunnelma oli rauhallinen. Kun maalaukset olivat valmiit, asettelimme ne seinälle ja jokainen sai kertoa kokemuksestaan.



KUVIO 10. Toinen maalauskerä. Valo ja pimeys

Osa uskalsi jo kehuakin, että oma työ näytti hyvältä. Toistensa töitä he kehuivatkin sitten herkemmin. Kuolema nousi jälleen puheenaiheeksi. Eräs kertoi siitä kuinka maalatessa olisi hyvä olla kuin lapsi, joka vain tekee koko olemuksellaan, eikä jännitä tulosta.

Hän viittasi artikkeliin lehdessä, siitä kuinka lapsi on niin kokonaisvaltainen, että pystyy muistamaan jopa edellisen elämän. Mutta pikku hiljaa kasvaessaan lapsi unohtaa sen, kun tehokkuusvaatimus valtaa tietoisuuden. Toinen sanoi, että joutaisi jo kuolla. Eräs kysyi miksi me teemme tällaista, hän halusi tietää teemmekö heistä analyysiä. Kerroimme, että täällä tavalla pääsemme syvempään keskusteluun ja askel askeleelta oikeastaan peruskysymyksen äärelle, mikä on elämässä tärkeintä? Tyytyväisenä he poistuvat ryhmästä ja kiittivät kovasti ajastamme, minkä annoimme heille.

## 6.8 Vanheneminen ja tämä päivä

Yhdeksannen tapaamisen tavoitteena oli päästä tähän päivään. Muistelun ja keskustelun myötä halusimme pohtia sitä, miltä elämä nyt näyttää. Yksi ryhmän jäsen oli ollut kaksi kertaa poissa sairautensa vuoksi ja hänen elämän keskivaiheiden tapahtumat olivat jääneet kuulematta. Olikin luontevaa aloittaa hänen tarinastaan. Hänen tarinansa kautta pääsimmekin hyvin tähän hetkeen. Kävimme vapaata keskustelua tämän hetkisestä elämästä, toiveista ja kuolemasta. Keskustelu oli runsasta, aviopuolisoiden sairaudet ja kuolemat nousivat keskeisiksi puheenaiheiksi (kuvio 11). Myös uuden elämänkumppanin ottamisesta käytiin keskustelua. Esiin tuli se, kuinka he miettivät sitä, miten omat lapset olisivat siihen suhtautuneet. Keskeiseksi havainnoksi tältä kerralta nousi se, kuinka tämä ikäluokka pysyi uskollisena aviopuolisolleen tämän kuolemankin jälkeen. Heillä, joilla oli ollut pitkä avioliitto takanaan ja aviopuolison menetyks oli ollut kova isku, oli vielä tunne siitä kuinka he olivat jatkuvasti yhteydessä toisiinsa. Ne jotka pystyivät, kävivät myös säännöllisesti edesmenneen aviopuolisonsa haudalla. Keskustelussa tuli esille tämänhetkinen elämäntilanne. Tuntui tärkeältä miettiä sitä mikä merkitys oli elää yhä edelleen vaikka monet rakkaat olivat jo poissa ja jokapäiväinen elämä tuntui kivun ja yksinäisyyden takia vaikealta. Yhteiset kokemukset ja niiden jakaminen vahvistivat tunnetta siitä, ettei kukaan ole yksin huoliensa ja kipujensa kanssa.



KUVIO 11. Omaisen viimeinen matka

## 6.9 Katsaus tulevaisuuteen

Kymmenennen kokoontumisemme tarkoituksena oli maalata ja sen jälkeen katsoa tulevaisuuteen ja toiveisiin. Mutta huomasimme heti, ettei se sopinut tilanteeseen. Koimme, että tarvitsimme enemmän aikaa ryhmäprosessin lopettamiseen. Sen täytyi tapahtua rauhassa ilman kiirettä. Aloitimme ryhmän kanssa palautteen antamisen. Menimme yksi kerrallaan ryhmän jäsenet läpi ja jokaisen kohdalla muut ryhmän jäsenet saivat antaa rakentavaa palautetta hänestä. Koska meitä oli monta, jokainen sai paljon positiivista palautetta ja kierroksen jälkeen monella oli kyynel silmässä ja tunnelma oli yhteisöllinen. Olimme lyhyessä ajassa oppineet tuntemaan toisiamme ja osasimme löytää jokaisesta sen ainutlaatuisen piirteen joka hänellä oli. He kaikki sanoivat, että tällainen avoin kehuminen oli vierasta heidän sukupolvelleen, mutta se tuntui heistä hyvältä. Toinen tapaamisen aihe oli kysymys tulevaisuudesta. Miltä tulevaisuus näyttää? Mitä toivon vielä elämältä? Kierroksessa ilmeni, että jokaisen toiveet tulevaisuudessa liittyvät Betel-kodin arkipäiväisiin asioihin, kuten saunomiseen, ruuan laatuun ja yksilölliseen kohtautamiseen.

Yhteisesti toivottiin elämältä vielä terveyttä ja sitä, että arki sujuisi itsenäisesti. Lopuksi kiitimme heitä ja toivoimme palautetta kirjallisesti seuraavalla kerralla tapahtuvaan juhlaan. Kerroimme, että viimeisellä kerralla meillä oli tarkoitus juhlia yhteisen prosessin päättymistä kakkukahvin merkeissä. Halusimme järjestää näyttelyn kuvakollaaseista ja maalauksista ja kutsua Betel-kodin henkilökuntaa ja muita asukkaita juhlaan (kuviot 12 ja 13).



KUVIO 12. Loppujuhlan tunnelmista

#### 6.10 Juhla ja taidenäyttely

Tämän päivän tavoite oli juhlia ryhmäprosessin päättymistä. Tapahtuneen prosessin läpikäyminen ja purkaminen juhlatunnelmassa antoi jokaiselle yksilölle vielä tilan oman itsensä näkymiseen. Halusimme kohottaa tunnelman kahvin ja kakun avulla. Olimme myös hankkineet jokaiselle pienen taulun, johon olimme kirjoittaneet heille sopivan runon. Annoimme heille myös joulukukan. Olimme saaneet juhlaa varten käyttöömmme tilavan päiväsalin, jossa oli keittiö. Asettelimme kaikki maalaukset ja kuvakollaasit seinille ja tilasta tuli taidenäyttely.

Aloitimme juhlan kakkukahvilla ja lauloimme joululaulun. Juhlassa oli ryhmämme lisäksi mukana kaksi muuta Betel-kodin asukasta (kuvio 13). Kävimme läpi jokaisen kuvakollaasin ja maalaukset kertoen samalla lyhyesti heidän elämäntarinansa. Tuntui hyvältä kerrata koko prosessimme tällä tavalla näkyväksi. Yhteisöllinen tunnelma on käsin kosketeltava ja tuntuu vaikealta erota. Lopuksi annoimme toisillemme palautetta. Ryhmäläiset antoivat meille lahjan ja kiittivät yhteisistä askeleistamme. Kaksi ryhmän jäsentä oli kirjoittanut myös pyytämämme kirjallisen palautteen. Juhlassa oli haikea tunnelma ja lupasimme tulla heitä vielä keväällä katsomaan. Juhlan loputtua henkilökunnasta saapui muutama työntekijä paikalle ja siinä yhteydessä kerroimme ryhmäprosessista heille ja saimme heiltä myös positiivista palautetta.



KUVIO 13. Loppujuhlasta.



## 7 PROSESSIN ARVIOINTI

Toiminnallisen opinnäytetyömme tavoitteet ja tarkoitus Betel-kodissa olivat parantaa kodin asukkaiden osallisuutta ja elämänhallintaa, vahvistaa yhteisöllisyyttä, sekä asukkaan ja henkilökunnan välistä suhdetta. Prosessin aikana ryhmäläisten osallisuus parani, sekä elämänilo ja aktiivisuus lisääntyivät. He osallistuivat innokkaasti tapaamisiin kivuista ja sairasteluista huolimatta. Prosessin aikana, luottamuksen lisääntyessä ryhmäläiset yhä innokkaammin odottivat yhteisiä tapaamisia. Menneen elämän muistelu ja vaikeidenkin asioiden läpikäyminen vertaisryhmässä toivat objektiivisuutta elettyyn elämään.

Länsimaissa on havaittavissa nelivaiheinen sosiaalisen murtumisen prosessi vanhan ihmisen elämässä. Prosessi etenee vaihe vaiheelta, jossa vanhus eristyy sosiaalisesta yhteisöstään yksinäisyyteen. Opinnäytetyömme kaltainen toiminta estää tämänkaltaisen prosessin toteutumista ja pyrkii vahvistamaan yksilöä yhteisönsä kuuluvana osana. Ryhmäprosessin aikana vahvistui myös käsitys keskuudessamme siitä, kuinka vanhuus on elämän luonnollinen osa. Vanhuudessa tehtävä muistelutyö, joka tekee elämäntarinan näkyväsi itselle ja muille tukee oman identiteetin vahvistumista. Työskentely auttoi heitä myös oman elämänvaiheidensa ymmärtämiseen, sekä eletyn elämän kokonaisuus sai selkeämpiä piirteitä. Ryhmässä työskentely auttoi hahmottamaan tätä päivää ja suhtautumaan luottavaisemmin tulevaisuuteen. (Kurki 2008, 58.)

Innostamisen keskeinen tehtävä on edistää sosiaalista kommunikaatiota ja kehittää tasavertaista subjekti-subjekti suhdetta. Tämän lisäksi kasvattaa ihmisiä aktiivisiksi toimijoiksi, jotka kehittävät omia elämänyhteisöjään. (Hämäläinen ym. 1997, 202).

Vertaisryhmä tuki yhteisöllisyyttä ja yhdessä luodut säännöt loivat luottamukselliset puitteet. Yhteinen kulttuuritausta, johon kuului sota-ajan kokemukset, vapauttivat yksilöitä ymmärtämään, että sota-ajan tapahtumat ovat jaettavissa. Kuten eräs ryhmän jäsen sanoi, ”On niin hyvä kuulla, että jollain toisellakin on ollut koivia kokemuksia elämässään, niin ettei niiden kanssa ole niin yksin”. Myös köyhyys ja huoli toimeentulosta olivat yhdistävä tekijä ryhmän jäsenten kesken. Lähes kaikilla ryhmän jäsenillä oli isään läheisempi suhde, kuin äitiin ja hellyyden osoitukset lapselle olivat vähäisiä. Yhteisymmärrystä lisäsi myös se, että kaikki olivat kasvaneet isossa perheessä ja lasten kasvatuksessa käytettiin tuolloin fyysistä kuritusta.

Sota-ajan kokemuksista vahvana oli jäänyt mieleen ”ryssänpelko”. Myös se, että kaikki ryhmän jäsenet olivat naisia, yhdisti meitä kaikkia. Naisten yhteys toisiinsa säilyy sukupolvien yli. Yhteinen kokemus naisen roolista äitinä ja muista huolehtijana ylittää nämä rajat. Aloittaessamme toimintaa, hämmästyimme, kuinka vieraita ryhmän jäsenet olivat toisilleen. Ryhmäprosessin aikana yhteenkuuluvuuden tunne voimistui ja kaikki kantoivat huolta, jos joku puuttui ryhmästä. Ikäihmisten parissa tehtävä innostaminen pyrkii aina ihmisen voimaannuttamiseen. Innostamisessa pyritään aina ikäihmisen sisäisen itsensä voimaannuttamiseen ja elämän mielekkääksi tekemiseen. (Väisänen ym. 2008, 143.)

Tarkoituksemme oli, että yhteisöllisyys vahvistuisi myös asukkaiden ja henkilökunnan välillä. Toiveistamme huolimatta työntekijät eivät voineet osallistua ryhmäprosessiimme. Yhteisöllisyys vahvistui siis lähinnä meidän ja asukkaiden kesken. Toimintamme kuitenkin rohkaisi asukkaita kertomaan avoimemmin elämästään myös henkilökunnalle.

Opinnäytetyömme tietoperustana sosiokulttuurinen innostaminen sopi loistavasti toimintamme työotteeksi. Sosiokulttuurinen innostaminen on ammatillista toimintaa, jonka tietoperusta löytyy sosiaalipedagogiikasta. Sosiokulttuurisessa innostamisessa pyritään aina ihmisen itsensä sisäiseen voimaantumiseen, elämän mielekkääksi tekemiseen ja asiakkaan aitoon kohtaamiseen.

Innostamisen tehtävänä on luoda mahdollisuuksia juuri siihen, että ihmiset voivat osallistua monipuoliseen toimintaan ja saavat luovasti ilmaista arvojaan ja ajatuksiaan. Taide eri muodoissaan on innostamisen keskeisimpiä menetelmiä.

(Ranne 2005, 55.)

Toiminnassamme käytimme taidelähtöisinä menetelminä muistelutyötä, valokuvatyöskentelyä ja maalausta. Valitsimme menetelmät, koska ne sopivat hyvin iäkäämpien ihmisten kanssa toimimiseen, koska tämäntapainen työskentely ei vaadi suuria fyysisiä ponnisteluja. Näissä menetelmissä on myös ikäihmisen helppo olla mukana, koska ne eivät vaadi liikkumista paikasta toiseen vaan ne voidaan tehdä paikallaan istuen. Valokuvatyöskentely tuki hyvin muistelutyötä. Valokuvat herättivät kehon ja mielen muistamaan, jopa vuosikymmenien takaisia tunteita ja tilanteita. Valokuvien tuoma lohtu ja anteeksiannon mahdollisuus itselle, sekä läheisille tulivat todeksi. Valokuvista keskusteleminen toi asioiden tarkasteluun mukaan henkilökohtaisen mielikuvan, tunnetason ja kokemusmaailman muistikuvineen. Tätä voitiin hyödyntää heidän elämäntilanteen ymmärtämisessä ja terapeuttisessa ohjaustilanteessa. Valokuvien etsiminen ja tärkeimpien valokuvien valitseminen, nostattivat monenlaisia tunteita menneisyydestä. Myös omaiset osallistuivat prosessiin etsimällä unohdettuja kuvia ja albumeja. Ohjaajina pääsimme myös syventävään dialogiin ryhmäläisten kanssa, kun avustimme heitä tekemään valokuvakollaasin elämästään

Elämän muistelu ryhmässä lapsuudesta vanhuuteen eheytti heidän identiteettiään ja vahvisti keskinäistä vuorovaikutusta. Muistelutyö ryhmässä vaatii aktiivista kuuntelua ja eläytymistä toisen tarinaan, samalla se aktivoi omia muistoja ja tuo niitä esiin. Maalausprosessiin ryhtyminen vaati paljon kokemattomalta maalajaalta. Siinä missä valokuvat tukivat elämänkaaren jäsentymistä, maalaus herätteli uinuvia ja kätkeytyjä tunteita. Halusimme maalata jokaisen työskennellyn elämäntarinajakson jälkeen ryhmäläisille heränneistä tunteista, jotta nekin tunteet, joihin ei ollut sanoja, tulisivat käsitellyiksi. Vaikka maalauskerat olivatkin haasteellisia, niiden jälkeen tunnelma oli käsin kosketeltavan helpottunut. Erään ryhmäläisen kommentti oli, ”On niin paljon sisällä, eikä itku tule ulos”.

Toisen maalauskerän jälkeen, kun siirryimme aikuisuudesta vanhuuteen, maalaessamme valoa ja pimeyttä elämässä, nousi kuolema luonnollisella tavalla keskustelun aiheeksi.

Eräs ryhmän jäsen kertoi palautteessaan kokemuksistaan seuraavasti:

..... teille niin paljon.....että riittää, olenhan teiltä saanut aikaanne, joka sisältänyt kaikkea, ylihyvää ymmärrystä, tulkintaa, osanottoa, että johan Toini Tellervonkin muistamattomuus ainaskin omasta mielestäni kun kuvittelen parani kummasti ajattelemaan muutakin kun itseään, sillä aivan kuin ilmassa leijaili tehtyjä, tekemättömiä, saatuja, saamattomia, ansaittuja, ansaitsemattomia, mutta kaikki hyvin taas leijailee kohta maalitutista värejä meissä ihmisissä näyttää hyvää oloa, toivotaan edelleen näin ja Hollolan mies sanoo, että ei hän hän mahlottomia pyylä.

Me kuultavaksemme seulomanne senioritytöt kiitämme mielenkiintoisista istunnoista, lämmöllä teitä muistamme.

Arvioidessamme koko prosessiamme, minkä toteutimme Betel-kodin asukkaiden kanssa, jäi meille selkeä käsitys siitä, että tämänkaltainen työ ikääntyvien ihmisten kanssa on tärkeää. Eletyn elämän arvo ja merkitys ja sen esille nostaminen vahvistaa sekä yksilöä, että yhteisöä jossa hän elää. Opinnäytetyössämme annoimme aikaa ja kuuntelimme ihmistä, sekä onnistuimme luomaan tilanteita, missä aito kohtaaminen ja kuunteleminen olivat mahdollisia.

Olimme ennen ryhmäprosessin alkua tehneet suunnitelman, minkä mukaan halusimme edetä. Prosessin alussa huomasimme heti, että moni asia oli tehtävä toisin, kun mitä olimme suunnitelleet. Prosessin edetessä pystyimme luonnollisella tavalla lisäämään tapaamiskertoja ja henkilökohtaiset vierailumme ryhmäläisten koteihin kulkivat vahvistavana elementtinä ryhmätapaamistemme rinnalla. Niitä emme olleet alussa suunnitelleet laisinkaan. Tarve nousi suoraan prosessin kuluksi. Kiireetön kohtaaminen ja ajan antaminen on tärkeää ikäihmisten kanssa tehtävässä työssä. Ryhmän oikea koko on erittäin tärkeä toiminnan kannalta, se ei saa olla liian suuri, koska ikäihmiset tarvitsevat paljon taukoja ja aikaa työskentelyyn.

Heille maksimiaika paikoillaan istumiseen on puolitoista tuntia ja he tarvitsevat aikaa jaloitteluun ja juomataukoihin. Tätä emme osanneet alussa huomioida riittävästi ja prosessin pituus jäi liian lyhyeksi. Tällainen työskentely vaatisi vähintään puoli vuotta.

Opinnäytetyömme toteutui marras-, joulukuussa ja se on muutenkin kiireistä aikaa kaikille. Iloksenne huomasimme kuitenkin, että ryhmään tulo on heille tärkeää. Toisaalta Joulun läheisyys toi myös lämpimän tunnelman loppujuhlaamme. Ryhmäläisten maalaukset ja kuvakollaasit olivat seinillä. Ryhmäprosessin läpikäymisen juhlassa loi arvokkaan tunnelman, joka mahdollisti rakentavan palautteen antamisen. Kohderyhmä, ikääntyvät ihmiset olivat meille molemmille uusia asioita. emme olleet työskennelleet heidän kanssaan aikaisemmin, vaan omaisten vanheneminen oli herättänyt kiinnostuksemme. Meidän suunnitelmamme saattoivat mennä uusiksi aina kulloisenkin tapaamiskerran tarpeen mukaan.

Huomasimme kuitenkin, että pitkä kokemuksemme sosiaaalialalta oli apunamme. Meillä oli molemmilla kokemusta erilaisten ryhmien ohjaamisesta ja herkkyyttä huomata ryhmäprosessin erilaiset vivahteet ja muutokset. Suunnittelimme jokaisen kerran aina tarkasti etukäteen, joten meillä oli käsikirjoitus, jonka pysyi muuttamaan sen hetken tarpeen mukaiseksi. Arvioimme aina ryhmätapaamistemme jälkeen tilanteen ja mietimme, mikä oli onnistunut ja mitä meidän olisi pitänyt tehdä toisin. Tällä tavoin pystyimme muuttamaan suunnitelmia ja silti pysymään tavoitteissamme. Tämä auttoi prosessin edetessä tuomaan varmuutta toimintaamme. Tavoitteenamme oli kuuden henkilön elämäntarina tutustuminen ja kuvakollaasien rakentaminen. Maalaus tuki tätä prosessia taiteellisenä menetelmänä. Vaikka saavutimmekin tavoitteet, olisimme tarvinneet niihin enemmän aikaa. Ikäihmiset tarvitsevat kiireetöntä aikaa luottamuksen rakentamiseen ja oman elämäntarinan läpikäymiseen.

Omasta työskentelystäämme voimme sanoa sen, että yhdessä tehtynä siitä tuli erilainen kuin yksin tehtynä. Prosessiin vaikutti voimakkaasti omat persoonamme ja vahvuutemme työn jakamisessa. Myös menetelmien valintaan vaikutti se, mikä oli meille aikaisemmin tuttua. Olimme työssämme tutustuneet valokuvatyöskentelyyn, maalaukseen ja elämäkertatyöhön. Yhden ryhmäläisen sanoin:

Olette ihania naisia osaatte ottaa elämästä minkä haluatte. Mutta näistä mitä olette meillä teettänyt, en ymmärrä mitä hyötyä niistä on teille ollut. Keskustelu on ollut tärkeää minullekin. Olen saanut purkaa viimeisiäkin katkeruuden rippeitä.

Muistelen teitä valoisin mielin, kiitos!

## 8 POHDINTA

Tämä toiminnallinen opinnäytetyö on opettanut meitä arvostamaan vanhuutta tärkeänä osana ihmisen elämänkaaressa. Tärkeintä ihmissuhdetyössä on suhteen luominen, luottamus ja kohtaaminen, aito kiinnostus ja kunnioitus jokaisen yksilöllistä persoonallisuutta kohtaan. Läheistemme vanhenemisen kautta joutuu pysähtymään ja miettimään sitä, minkälaista vanhuutta meistä kukin haluaa elää. Onko meillä jokaisella mahdollisuus vaikuttaa siihen, millaiseksi vanhuudenpäivämme muotoutuvat? HavaitSIMME, että kun vanhus siirtyy omasta tutusta kodistaan itselleen vieraaseen ympäristöön ja fyysinen heikkeneminen tuo rajoitteita elämään, hänen arjen hallintansa ja sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen heikenevät. Opinnäytetyötä tehtäessä, meille tulikin eteen mielenkiintoinen näkökulma. Muuttaminen palvelutaloon aiheutti ikääntyvälle sen, että myös sosiaaliset tapaamiset harvenivat. Vaikka asukkaalla on palvelutalossa oma koti, tuntuu siltä, että he laitostuvat siellä, koska eivät koe paikkaa omakseen. Myös omaiset ja ystävät kokevat käyvänsä enemmänkin laitoksessa kuin kodissa vieraillessaan siellä.

Opinnäytetyömme alkoi sillä, että tutustuimme Helsingissä sijaitsevaan Sofiakotiin, sekä Espoossa sijaitsevaan dementia koti Opri ja Oleksiin. Näissä paikoissa kohtasimme sosiaalipedagogisen työkalutuurin. Työskentelymenetelmillä ei vain pyritty täyttämään fyysisiä tarpeita ja tyhjää aikaa, vaan etsimään ja löytämään merkitystä elämälle sillä tavoin, että vanhenevallakin on edelleen elämässään tulevaisuus mihin pyrkiä. Pohdimmekin sitä, voiko laadukasta vanhustyötä tehdä ilman tietoisuutta yksilön elämänkaaresta ja yksilöllisistä tarpeista. Opinnäytetyötä tehdessämme huomasimme, kuinka tärkeäksi yksilö omine ominaisuuksineen tuli. Itsenäisyyden ja elämänhallinnan tukeminen kaikin mahdollisin keinoin on elintärkeää. Kun ihminen on elänyt pitkän elämän, hänessä on valtavasti kokemuksia, jotka ovat osa hänen olemustaan. Arkipäivän vuorovaikutustilanteisiin tuleekin sisällyttää dialogin luonne. Dialogi tapahtuukin aina kahden subjektin välillä, jolloin molemmat ovat tasa-arvoisia. Se mahdollistaa hyvän pedagogisen suhteen syntymisen ja mahdollistaa osallisuuden omaan elämäänsä loppuun asti.

Kysyttäessä palautetilanteessa ryhmäläisiltä toivomuksia tulevaisuudesta, meitä aluksi hämmästytti toiveiden arkipäiväisyys. Ymmärsimme että vanhuudessa ulkoinen elämä supistuu ja sisäinen laajenee. Juuri näihin pieniin arkipäivän hetkiin tulisikin sisällyttää voimaannuttavan kohtaamisen mahdollisuus, johon sosiokulttuurisessa innostamisessa pyritään. Arkipäivässä on monia mahdollisuuksia esim. ruokailutilanteet, kylvyt, saunomiset yms. Ikäihmisen luovuutta on jatkuvasti herkistettävä, koska sen vaikutus ihmisen kunnioittamiseen ja oman itsensä arvostamiseen lisääntyy sen kautta. Innostaminen on kuitenkin sisäinen asenne ja sen omaksumisen vaatii sisäisen orientaation muutosta. Tämä sisäinen orientaatio vaatii koulutusta ja tietoa, mutta varsinkin yksilön halua jatkuvaan henkiseen kehitykseen. Katsoessamme tulevaan mietimme sitä, mistä tämä muutos lähtee käyntiin? On olemassa kaksi tapaa sosiokulttuurisen innostamisen leviämiseksi vanhustyön piirissä. Ensimmäinen on olemassa olevien yksiköiden johtotason koulutus uusiin menetelmiin. Ammattikorkeakoulu onkin etulyönti asemassa kouluttaessaan sosionomeja. Toinen on opiskelun painottuminen sosiokulttuuriseen innostamiseen käytännötyössä. Tätä kautta Suomessakin teoria leviäisi käytäntöön ja tapahtuisi aitoa praksista.

Koko opinnäytetyöprosessi oli meille jatkuvaa oppimista. Ikäihmisten kohtaamisessa jouduimme pysähtymään ja kuuntelemaan. Heissä elävä kiireettömyys oli meille parantava voima. Menetelmät eivät olleet itseisarvo, eikä niiden toteuttaminen. Huomasimme kuinka tärkeää on muuttaa suunnitelmia tilanteen vaatimalla tavalla, jotta aito kohtaaminen tuli mahdolliseksi. Vaikka olimmekin valmistaneet jokaisen tapaamisen, olimme myös valmiit toimimaan tilanteen vaatimalla tavalla ja usein näistä suunnittelemattomista tilanteista syntyikin kaikkein parhaimmat kokemukset.



Koko opinnäytetyöstä meille jäi keskeisimmiksi oppimiskokemuksiksi muutamat ydinkohdat. Ikäihmisten kanssa työskennellessä on tärkeää käydä läpi elettyä elämää. Valoisan vanhuuden mahdollistaa se, että ihminen on sinut oman elämäntarinansa kanssa, riippumatta siitä, asuuko kotona, palvelutalossa vai laitoksessa. Jäimme pohtimaan sitä, voisiko yhteiskunnan rakenteita muuttaa siten, että ikääntyvillä olisi mahdollisuus elää muiden sukupolvien kanssa rintarinnan, joka mahdollistaisi sen, että nuoremmat sukupolvet voisivat olla jatkuvassa vuorovaikutuksessa heidän kanssaan. Nykyään yhteiskunnalliset rakenteet estävät normaalin kanssakäymisen ikäihmisten kanssa. Oliko se hyvä ratkaisu, että 1970-luvun alussa poistettiin omaisten velvollisuus huolehtia ikääntyvistä vanhemmistaan? Onko tämä johtanut nykyiseen vanhusten yksinäisyyteen ja laitospaiseen asumiseen? Nuoremmat sukupolvet irtaantuvat ikääntyvistä, koska he eivät enää ole osa perhettä, ”*poissa silmistä, poissa mielestä*”.

Opinnäytetyötämme tehdessä kohtasimme kuusi iäkstä naista, joihin tutustuimme, joiden kanssa elimme yhteisiä ilon ja surun hetkiä. Saimme kunnian tutustua heidän elämäntarinoihinsa. Juhlan jälkeisessä haikeassa tunnelmassa meille heräsikin kysymys, miten he voivat muutaman kuukauden kuluttua työskentelystämme, koska työskentelymenetelmät herättivät niin voimakkaita tunteita ja työskentelyn jatkumiseen oli heillä selkeä tarve. Jäimmekin pohtimaan toimintamme eettistä puolta, koska tämänlaatuinen työskentely vaatisi pidemmän ajan. Jokaisella ihmisellä on oma ainutkertainen elämäntarinansa. Sen avaaminen ja työstäminen vaatii mitä suurinta hienotunteisuutta ja kunnioitusta. Meistä tuntuukin, että tämänkaltainen elämänkaari- ja muistelutyö tulisi sisällyttää osaksi iäkkäiden ihmisten arkea niin laitoksissa kuin kotona. Silloin prosessista tulisi jatkuva ja tukea tulisi antaa aina tarvittaessa. Tätä opinnäytetyötä tehdessämme koimme, että työskentely jäi kovin irralliseksi ryhmäläisten muusta elämästä. Toimme heille heidän elämäänsä jotakin uutta, jonka kautta he kokivat voimaantuvansa. Sitten prosessi päättyi emmekä tiedä miten he voivat nyt muutaman kuukauden kuluttua prosessin päättymisestä. Toivomme että tämän kaltainen työskentely tulisi osaksi Betelkodin toimintaa. Sillä olisi vaikutusta yhteisöllisyyden rakentamiseen, kun Betelkodin omat työntekijät jatkaisivat muistelutyötä asukkaitensa kanssa.

## LÄHTEET

Dunderfelt, T. 1990. Elämänkaaripsykologia. Wsoy:n graafiset laitokset, Porvoo.

Fried, A. 1988. Lempeän kuoleman tyyssija-raportti saattohoidosta. Otava 1988, Keuruu

Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T. & Koulu, L. 2009. Valokuvan terapeuttinen voima. Oy Duodecim, Helsinki.

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

Hyypä, M.T. & Liikanen, H-L. 2005. Kulttuuri ja terveys. Edita, Helsinki.

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

Hämäläinen, J. & Kurki, L. 1997. Sosiaalipedagogiikka. WSOY, Porvoo.

Krappala, M. & Pääjoki, T. 2004. Taide ja toiseus. Syrjästä yhteisöön. Toinen painos. Stakes, Jyväskylä.

Kurki, L. 2008. Innostava vanhuus. 2. painos. Oy Finn Lectura Ab, Helsinki

Kurki, L. 2007. Sosiaalipedagogiikkaa ikäihmisten parissa. Sosiaalipedagoginen aikakauskirja, vuosikirja, vol.8., Suomen sosiaalipedagoginen seura, Kuopio.

Kurki, L. 2000. Sosiokulttuurinen innostaminen. Tammer-paino Oy. Tampere

Liebmann M. (toim.) 2002. Mielen kuvia: Drucker, K. Taideterapia ja psykogeriatría. Oy UNIpress Ab

Liikanen, H-L. 2003. Taide kohtaa elämän. Arts in Hospital -hanke ja kulttuuri-toiminta itäsuomalaisten hoitoyksiköiden arjessa ja juhlassa. Helsingin yliopisto. Helsinki.

Nuutinen, T. (toim.) 2007. Elämänilon välähdyksiä. Taiteen ja vanhustyön kohtaamisia. Julkaisusarja: C: Tiedotteita, 24. Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulu, Jyväskylä.

Parviainen, T. 1998. Näkökulmia vanhusten hoitotyöhön. Kustannus Oy Tamara Press, Tampere.

Rankanen, M., Hentinen, H. & Mantere, M-H. 2007. Taideterapian perusteet. Oy Duodecim, Helsinki.

Ranne, K., Sankari, A., Rouhiainen, T. & Ruusunen, T. 2005. Sosiaalipedagoginen ammatillisuus. Satakunnan ammattikorkeakoulu, Pori.

Sava, I. & Vesanen-Laukkanen, V. 2004. Taiteeksi tarinoitu oma elämä. PS-kustannus, Jyväskylä.

Savolainen, M. 2009. Voimauttavan valokuvan kurssi. Turun yliopisto.

Taipale, M. 2007. Ikääntyneiden innostamisen sosiokulttuurisia käytäntöjä, sosiaalipedagoginen aikakauskirja, 8. vuosikerta. Suomen sosiaalipedagoginen seura, Kuopio.

Turunen, K., 2005. Ikävaiheiden kriisit. Atena Kustannus Oy, Juva

Ulkuniemi, S. 2005. Valotetut elämät. Perhevalokuvan lajityyppiä pohtivat tilateokset dialogissa katsojien kanssa. Lapin yliopisto, Rovaniemi.

Väisänen, R. 2008. Sosiaalipedagoginen aikakauskirja, vuosikirja, vol.9 Sosiaalipedagoginen gerontologia

# **Tervetuloa ryhmään jossa valokuvatyöskentelyn ja maalauksen avulla muistellemme elämäntarinaamme!**

Ryhmätapaamisia on 8 kertaa;

1. Tiistai 18.11 klo 10.00
2. Perjantai 21.11 klo 10.00
3. Tiistai 25.11 klo 10.00
4. Perjantai 28.11 klo 10.00
5. Tiistai 2.12 klo 10.00
6. Tiistai 9.12 klo 10.00
7. Tiistai 16.12 klo 10.00
8. Perjantai 19.12 klo 10.00



Ottakaa ensimmäiseen tapaamiseen mukaanne yksi kuva teistä lapsena ja yksi kuva lapsuuden perheestänne. Jos valokuvia ei ole se ei haittaa eikä ole este osallistua. Meillä on valokuvia joita voimme käyttää.

Kenelläkään ei tarvitse olla mitään kokemusta tai taitoja maalaamisesta.

Tervetuloa!

Ryhmän ohjaajat; Lahden ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijat Eveliina Aaltonen ja Heidi Ojanen