

Marianne Männistö

Ja se rukki pyöri ain, ja karstat heiluu

Virittävien tarinoiden käyttö iäkkäiden muistelussa

Opinnäytetyö

Syksy 2009

Sosiaali- ja terveysalan yksikkö

Vanhustyön koulutusohjelma



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Sosiaali- ja terveystieteiden yksikkö, Koskenalantien toimipiste

Koulutusohjelma: Vanhustyön koulutusohjelma

Suuntautumisvaihtoehto: -

Tekijä: Marianne Männistö

Työn nimi: Tutkimus virittävien tarinoiden käytöstä iäkkäiden muistelussa

Ohjaajat: Sirkka-Liisa Palomäki ja Aila Vallejo Medina

Vuosi: 2009

Sivumäärä: 38

Liitteiden lukumäärä: 1

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli kehittää muistelumenetelmän käyttöä vanhustyössä sekä tuoda esille virittävien tarinoiden käyttöä kehystomuksissa muistelun aktivoimiseksi. Tarkoituksena oli myös kokeilla muisteluun virittävien kehystomuksien soveltuvuutta iäkkäiden muistelutuokioissa.

Tutkimusmenetelmä oli kvalitatiivinen ja siinä sovellettiin narratiivista lähestymistapaa sekä eläytymismenetelmää. Tutkimusaineisto kerättiin neljän eri kehystomusaiheen kautta keskustellen käydyissä tapaamisissa. Kehystomusten aiheet olivat perhe, koti, koulu ja toteutumattomat haaveet. Itse tutkimusaineisto on käsitelty sisällönanalyysitekniikkaan pohjautuen, jossa osallistujilta saatuja tarinoita tarkasteltiin omina pieninä tarinoinaan ja niistä yhtäläisyyksiä etsien. Tutkimuksen yhteistyötahona oli Pienkoti Kultalanka, jonka asukkaista kolme osallistui tutkimukseen. Kaikki osallistujat olivat naisia ja he olivat iältään 83 - 99 -vuotiaita.

Tutkimustulokset osoittivat, kuinka syvällisesti iäkkäät pystyvät kertomien tarinoidensa kautta saamaan uusia merkityksiä elämälleen ja kokemuksilleen. Kerrottujen muistojen kautta nousi myös esiin iäkkäille itselleen tärkeitä ja merkityksellisiä asioita. Kokeilu virittävien tarinoiden käytöstä iäkkäiden muistelun aktivoimisessa toi esiin menetelmän monipuolisuuden sekä mahdollisuuden tarjota vanhustyöhön uuden näkökulman tarkastella iäkkään elettyä elämää.

Avainsanat: ikääntyneet, muistelu, virittävät tarinat

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Thesis abstract

Faculty: School of Health Care and Social Work

Degree programme: Elderly Care

Specialisation:

Author: Marianne Männistö

Title of thesis:

Supervisors: Sirkka-Liisa Palomäki and Aila Vallejo Medina

Year: 2009 Number of pages: 38 Number of appendices: 1

The purpose of this research was to develop reminiscence work in elderly care and bring up the use of stories which were used on activated elderly to recall. The purpose also was to try to see if stories activate elderly to recall.

The research was qualitative and there were applied narrative method and the method of empathy-based stories. The research material was collected in private conversations. Themes for stories were family, home, school and unrealized dreams. The research material is processed by the analysis of contents method where stories were observed as small stories and try to find some coherence between them.

The research was realized in co-operation with Kultalanka and three of Kultalanka's inhabitants participated on this research. All of them were women and they were 83-99 years-old.

The findings of this research were that elderly people can, by their stories, bring new meanings for their life and experiences. By telling stories the research showed what is important and significant for elderly people. By testing stories to activate reminiscence, it showed the versatility of this method and the opportunity to bring a new method to elderly care to observe lived life.

Keywords: elderly people, reminiscence, stories

SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä.....	2
Thesis abstract.....	3
SISÄLTÖ.....	4
1 JOHDANTO	6
2 TUTKIMUKSEN TEOREETTINEN TAUSTA	7
2.1 Muistelu.....	7
2.1.1 Muistelun merkityksiä.....	9
2.1.2 Keinoja muistojen herättämiseksi.....	11
2.2 Elämäntarkastelu	12
3 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT	14
4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN	15
4.1 Laadullinen ja narratiivinen tutkimusote	15
4.2 Kehystertomukset.....	16
4.3 Aineiston kerääminen Pienkoti Kultalangassa	18
4.4 Aineiston analyysi	20
5 TUTKIMUSTULOKSET	21
5.1 Ajassa muuttuva perhe	21
5.1.1 Lapsuuden kultaiset muistot.....	21
5.1.2 Perhe-elämää sodan jaloissa.....	22
5.1.3 Lastenlapsien muodostama perhe	24
5.2 Kodin perintö	25
5.3 Kourallinen koulumuistoja	27
5.4 Toteutumattomat haaveet	28
6 TULOSTEN TARKASTELU.....	29
6.1 Virittävien kehystarinoiden toimivuus	29
6.2 Kehystarinoiden kertomaa	30
6.3 Vuorovaikutus	31
7 JOHTOPÄÄTÖKSET	33
8 TUTKIMUKSEN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS	34
8.1 Eettisyys.....	34

8.2 Luotettavuus	34
9 POHDINTA	36
LÄHTEET	37
LIITTEET	

1 JOHDANTO

Jokaisella meistä on tarina. Jokainen meistä ON tarina. Tarinat kertovat meistä, eletystä elämästä, kokemuksista, vuosien tuomasta viisaudesta ja kenties haaskirikkoutuneista unelmista. Mutta, kuinka ainutlaatuista! Jokaisen tarina on erilainen ja arvokas!

Tutkimukseni virittävien tarinoiden käytöstä iäkkäiden muistelussa saattaa lukijansa elämymatkalle, jonka aikana voi tehdä havaintoja, kuinka tarinaansa kertova iäkäs pystyy muistelun avulla saamaan merkityksiä eletylle elämälleen sekä kokemuksilleen.

Tutkimukseni tarkoituksena oli kehittää muistelumenetelmän käyttöä vanhustyössä sekä tuoda esille virittävien tarinoiden käyttöä kehyskertomuksissa muistelun aktivoimiseksi. Tarkoituksena oli kokeilla muisteluun virittävien kehyskertomusten soveltuvuutta iäkkäiden muistelutuokioissa. Tutkimusmenetelmässä sovelsin sekä narratiivista lähestymistapaa että eläytymismenetelmää, jotka molemmat mahdollistavat kertojalleen täyden vapauden valita sen, mitä haluaa kertoa.

Tutkimus on tehty yhteistyössä Pienkoti Kultalangan kanssa. Tutkimukseen osallistui kolme iäkästä naista, jotka kertoivat tarinaansa elämässään saamien kokemusten ja muistojen kautta. Tulokset osoittivat muistelumenetelmän tärkeyden iäkkään ja koko työyhteisön näkökulmasta.

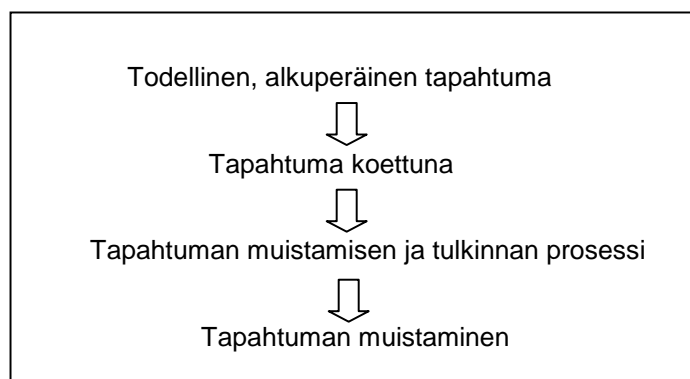
2 TUTKIMUKSEN TEOREETTINEN TAUSTA

2.1 Muistelu

Muistelu on mieleen palauttamista menneistä, ehkä jo unohduksissakin olleista, kokemuksista. Sen avulla tuotetaan narratiivisesti, kerronnallisesti, omaa elämäntarinaa, jossa tulkitaan menneiden tapahtumia ja luodaan niille merkityksiä. Oman elämäntarinan tuottaminen tuo hyvin esille muistelun luovan rakennusprosessin eli rekonstruktion. Tässä rakennusprosessissa tarina muokkautuu tuottamistilanteen ehdoilla sekä sen mukaan, kenelle tarinaa kerrotaan. Muistelun avulla pystytään myös luomaan kuvitelmia tulevaisuuden tapahtumista. Muistelu on kognitiivinen prosessi; sen avulla voi ylläpitää muistin toimimista, vaikka muistaminen ei tapahtuisikaan oikein muistamisena. Muistelun yhteydessä voi puhua myös muistelun kumulatiivisuuden ilmenemisestä; hyvin usein yksi muistuma johtaa uusiin muistumiin. (Gibson 2006, 6; Vallejo Medina, Vehviläinen, Haukka, Pyykkö & Kivelä 2006, 82.)

Samankaltaiseen muistelun määritelmään on päätynyt myös Ukkonen ja Korkiakangas. Ukkosen mukaan (2000) muistelu ja muistelupuhe ovat menneiden mieleenpalauttamis-, jäsentämis-, yhdistämis- ja tulkintaprosessi, jossa tapahtumia ja kokemuksia arvioidaan ja tulkitaan sen hetkisestä tilanteesta käsin. Korkiakangas (1999, 174) puolestaan jakaa (psykologi Ulric Neisserin mallin mukaisesti) muisteluprosessin neljään vaiheeseen, missä todellisen tapahtuman kautta, kuljetaan tapahtuman kokemisen ja muistamisen vaiheista aina muistettuun versioon tapahtumasta (Kuvio 1).

Korkiakangas (1999, 174–175) painottaa, että muisteleminen liittyy aina johonkin tilanteeseen tai se palvelee jotakin tiettyä tarkoitusta. Muistelu voidaan nähdä myös elettyinä ja kerrottuna elämänhistoriana, jossa kaikkea elettyä ja koettua ei kuitenkaan kerrota vaan tarina ikään kuin muokkautuu aina kerrontatilanteen mukaan.



Kuvio 1. Muisteluprosessin eteneminen (Korkiakangas 1999, 174, soveltaen).

Tarinan muokkaaminen puolestaan mahdollistaa kertojalleen sen, että hän pystyy halutessaan kertomaan tarinansa niin, että se saisi esimerkiksi kuulijoiltaan hyväksyntää.

Marja Saarenheimo tutki väitöskirjassaan iäkkäiden elämäkerrallista muistelua, jossa hän tarkasteli muun muassa muistojen kertomisen tapoja, ehtoja ja seurauksia (Saarenheimo 1997, 30–31). Tutkimustuloksissaan hän korostaa, että ihmisillä on ikään kuin omat käsityksensä siitä, mitä muistellessa tapahtuu ja että ihmiset myös toimivat näiden käsitysten mukaisesti. Sama koskee toisten muistojakin; niitä kuunnellaan ja tulkitaan aina jossain tietyssä kehyksessä. Saarenheimo toteaa tutkimustuloksissaan, että muistoista keskustelu ei ole vain tarinankerrontaa tai assosiaatioiden ohjaamaa mieleen palauttamista vaan monipuolista keskustelua, jossa vuorottelevat tarinat, poeettiset sekä draamalliset elementit. (Saarenheimo 1997, 207–210).

Hyvin helposti ajatellaan, että muistelua ilmenee vain ikääntyneillä. Tosiasia kuitenkin on, että muisteleminen kuuluu elämän kaikkiin ikävaiheisiin ja että se on osa jokaisen ihmisen arkiajattelua. Muistojen pohjautuminen yksilön elämäkokemuksiin tuo esille sen, että kaikenikäisillä on muistoja, joita voidaan jakaa. Ja vaikka yksittäisen ihmisen tarinat ovat ainutlaatuisia, henkilökohtaisia, niistä löytää myös ajattomuutta - jotain, minkä tunnistaa toisen tarinassa myös omaan tarinaansa kuuluvaksi. (Hohenthal-Antin 2009, 23, 27).

1960-luvulla muistelua käytettiin lähes yksinomaan psykoterapeuttisena hoitomenetelmänä, jolloin korostettiin, että muistelu kuuluu vain erityisasiantuntijoiden käyttämäksi työmenetelmäksi. Sittemmin on kuitenkin pystytty toteamaan, että muistelu on tapahtuma, joka saattaa näyttäytyä täysin arkisissa tilanteissa, jopa ilman erityisiä järjestelyjä. (Vallejo Medina ym. 2006, 82–83.)

Muistelu voidaan siis nähdä spontaanina, arkisissa tilanteissa syntyvänä tapahtumana tai se voidaan nähdä ammatillisena työmuotona. Työmenetelmänä muistelu nimenomaan stimuloi osallistujia muistelemaan kiinnostavia aiheita. (Marin 2003,130). Kuuntelijalle tai katselijalle muistot puolestaan herättävät ymmärrystä kertojaa ja hänen maailmaansa kohtaan. Muistot tarjoavat kuuntelijalleen ikään kuin mahdollisuuden lähteä löytöretkelle tarinankertojan maailmaan. (Hohenthal-Antin 2009, 32).

Muisteleminen ei kuitenkaan noudata mitään tiettyä kaavaa. Muistella voi jokainen joko yksin tai esimerkiksi ryhmässä. Voisi jopa sanoa, että yhtä monta kuin on muisteliijaakin, yhtä monta tapaa on muistella. Joillekin luontevaa on keskustella muistoistaan, toisille muistoistaan kirjoittaminen toimii hyvänä menetelmänä. Poisuljettua ei myöskään ole esimerkiksi muistojen esiin tuominen liikunnan, musiikin tai maalaamisen kautta.

2.1.1 Muistelun merkityksiä

Muistelu luo merkityksiä niin kertojalle itselleen kuin kuulijallekin. Olen seuraavassa eritellyt, mitä merkityksiä muistelu tuo itse vanhukselle ja mitä esimerkiksi hoitohenkilökunnalle.

Muistelun merkitys iäkkäälle. Muistelu kuuluu tärkeänä osana vanhuuden integraatioprosessia. Muistelun avulla vanhus pystyy tuottamaan narratiivisesti omaa elämäntarinaa ja antamaan merkityksiä omille elämänvaiheilleen. (Vallejo Medina ym. 2006, 82–83.) Menneisyyden kokemusten ja tapahtumien tuoman ymmärryksen toi väitöskirjassaan esille myös Sirkka-Liisa Palomäki. Palomäki tutki väitöskir-

jassaan vanhuutta ja vanhenemista iäkkäiden naisten kerronnan kautta. Elämänkerronnassa nähtiin oman elämän jäsentävä ja eheyttävä vaikutus. (Palomäki 2004, 102).

Usein muistelemisen koetaan positiivisena; muistot voivat toimia lohdutuksen, turvallisuuden tunteen ja toivon luojina. Muistot saattavat kuitenkin myös ahdistaa. Negatiivisten muistojen merkitys nousee kuitenkin keskeisemmäksi tekijäksi esimerkiksi moraalisen identiteetin tuottamisessa. Menneistä kärsimyksistä ja koettelemuksista kertomisella haetaan usein hyväksyntää eletyn elämän tapahtumille sekä samalla pyritään saamaan niille sosiaalista vahvistusta. Muistelemisen terapeutin käytön ydin täytyy mahdollisuudessa hyvinkin radikaaleihin menneisyyden tulkintojen muuttumisiin. (Marin & Hakonen 2003, 51–53.)

Myös vaikeiden ja surullisten muistojen merkitykset ovat huomionarvoisia; näitä ikävä muistoja ei kannata torjua, vaan niille voi yrittää löytää uusia merkityksiä. Vaikeiden muistojen kautta voi oppia ymmärtämään itseään paremmin ja jopa saada elämälleen uutta suuntaa. Vaikeat muistot ja raskaat elämäkokemukset voivat loppujen lopuksi toimia myös vahvistavina tekijöinä; voi todeta itselleen, että näinkin vaikeista elämäkokemuksista voi selvitä. (Hohenthal-Antin 2009, 16–17).

Muistelu antaa myös loistavat mahdollisuudet sukupolvityöhön, jonka tarkoituksena on saattaa eri sukupolvia yhteen lähentäen sukupolvien välistä kuilua. On tärkeää, että ikääntyneet saavat jakaa nuoremmilleen elämäkokemuksiaan, jolloin he saavat kokea tarpeellisuutensa lisäksi myös asiantuntijan roolin, joka heille on elämäkokemusten myötä syntynyt. Muistelleessaan he siirtävät muille kokemuksiaan ja näin siirtyy samalla myös kulttuurinen perintö ja niin sanottu hiljainen tieto sukupolvelta toiselle, jolloin voidaan puhua kulttuurisesti merkittävästä vanhuudesta. (Hohenthal-Antin 2009, 102–103).

Muistelun merkitys hoitotyössä. Muistelun merkityksiä pohdittaessa ei sovi myöskään unohtaa muistelun tuomaa ymmärrystä. Muistelun avulla muun muassa hoitohenkilökunta pystyy ymmärtämään paljon paremmin vanhuksia ja sekä heidän maailmaansa, kaikkea sitä mitä he ovat elämässään kokeneet. Muistelun on

myös todettu antavan eväitä työssä jaksamiseen sekä toimivan hyvänä apuvälineenä niin luopumis- kuin suruprosesseissakin. (Hohenthal-Antin 2009, 115, 128).

2.1.2 Keinoja muistojen herättämiseksi

Muistelua ja muistoja voidaan herätellä esiin monin eri keinoin. Muistelutapaa valittaessa voi huomiota kiinnittää muun muassa siihen, minkä keinon muistelija tai muisteluryhmä kokee parhaiten omaksi tavakseen ”tutustua” muistelua herättävään materiaaliin. Osalle maailma hahmottuu parhaiten näköaistin kautta, jolloin esimerkiksi esineet, valokuvat ja elokuvat tai näytelmät nostavat helposti muistoja esiin. Toisille taas kuuloaistin kautta muistoihin reagoiminen voi olla voimakkaampaa. (Mäki & Stenberg 1998, 51.) Tällöin musiikilla voi olla vahva vaikutus muistojen herättäjänä.

Fyysisellä liikkeellä voi olla myös muistoja herättävä vaikutus. Esimerkiksi leipomisen yhteydessä vanhuksella saattaa syntyä muistoja menneiltä ajoilta, kuinka ennen kotona aina leivottiin. Mäki ja Stenberg (1998, 51) muistuttavat myös hajujen ja makujen tuovan muistoja esiin. Erilaisten tuoksujen avulla, kuten mausteet, saunavihta ja terva, vanhus saattaa uppoutua muistoihinsa ja kertoa omaa tarinaansa, johon tuoksut hänet herättivät.

Hohenthal-Antin tuo esille muistelutyön menetelminä muisto- ja teemarasiatyökentelyn. Muistorasia, memory box, on muisteluprosessin tuloksena syntynyt konkreettinen rasia, jossa tiivistyy yksilön henkilöhistoria tai jokin osa yksilön elämänhistoriasta. Teemarasia, reminiscence box, puolestaan on tietyn teeman pohjalta koottu muistolaatikko. Kumpaakin rasiaa voidaan koota joko yksilö- tai ryhmätyönä. Oman henkilökohtaisen rasian tekemisessä korostuu työn kautta tapahtuva identiteettityö, kun taas ryhmätyö mahdollistaa laajemman vuorovaikutuksen muiden kanssa. (Hohenthal-Antin 2009, 39.) Muisto- ja teemarasiatyökentely on oivallinen työväline vanhustyöhön. Itse rasian tekemisen aikana voidaan vahvistaa vanhuksen yhteenkuuluvuuden ja osallisuuden tunnetta esimerkiksi muiden asukkaiden ja hoitohenkilökunnan kesken. Samalla kuitenkin ollaan tekemässä iäkkään

oman elämän pohjalta syntyvää muistojen rasiaa, missä korostuu hänen oma identiteetti, yksilöllisyys ja ainutlaatuisuus. Rasian tekeminen on näin iäkkäälle itselleen, mutta myös hoitohenkilökunnalle hyvin vaikuttava kokemus. Ja taas muisto- tai teemarasian valmistuttua, tärkeät ja merkitykselliset asiat kulkeutuvat rasian ”näyttämön” kautta muillekin jaettavaksi.

Erilaisen, hieman vaativamman, muistelumenetelmän luo elämänkaarikirjoitus, jonka on kehittänyt Pepi Reinikainen. Elämänkaarikirjoituksen ajatuksena on auttaa kirjoittajaansa tuottamaan ”tähänastisen elämän tarina”, joka on tämänhetkinen tulkinta menneestä. Kirjoittaminen auttaa löytämään elettyyn elämään uusia näkökulmia, jotka kuitenkin edelleen muuttuvat ja saavat uusia tulkintoja iän ja uusien kokemusten myötä. Elämänkaarikirjoitus luo kuitenkin loistavat mahdollisuudet tulkita oman elämän ainutkertaisuutta ja siitä kertynyttä kokemustietoa, minkä haluaisi jättää jäljelle jäävän sukupolvenkin tietoon. (Reinikainen 2007, 17–20.) Elämänkaarikirjoitus tarjoaa siis myös hyvän tien sukupolvityöhön.

2.2 Elämäntarkastelu

Gustaf Molander tutki yli 80 -vuotiaiden kotona asuvien suhtautumista elettyyn elämään ja kuolemaan tutkimuksessaan *Askel lyhenee*, maa kutsuu. Tutkimustuloksia verratessani, löysin yhtäläisyyksiä oman tutkimukseni kanssa, niistä tarkemmin luvussa 6 Tutkimustulokset. Molanderin tutkimuksen keskeisenä tuloksena oli eletyn elämän ja lähestyvän kuoleman yhteen kietoutuminen. Tutkimukseen osallistuneet pyrkivät löytämään myönteisiä näkökulmia elettyyn elämäänsä juuri muistoja kertaamalla ja kertomalla. (Molander 1999).

Tieto elämän loppumisesta nostaa esiin ne asiat, mitkä elämässä ovat arvokkaita ja säilyttämisen arvoisia. Vastausten hakeminen auttaa jäsentämään elettyä, nykyistä ja tulevaa elämää. Epätietoisuus ja hämmennys valtaa mielen, jolloin usein kysytään miksi? Miksi juuri minä? Miksi juuri minun elämäni päättyy? Miksi -kysymykset nousevat vahvoina esiin juuri siitä syystä, että elämän rajallisuus alkaa tulla todeksi ja tämän seurauksena oivalletaan myös jotain elämän arvokkuu-

desta ja merkityksestä. (Hänninen & Pajunen 2006, 81, 84–85.)

Butlerin (1963) mukaan elämäntarkastelu, life review, on prosessi, mikä kuuluu olennaisena osana onnistuneeseen vanhenemiseen ja mikä aktivoituu etenkin elämän loppuvaiheessa. Elämäntarkastelun prosessissa menneitä kokemuksia tarkastellaan uudelleen, jolloin eletyn elämän mahdolliset konfliktit saavat uudenlaisen ratkaisun. (Marin & Hakonen 2003, 50.) Elämäkokemusten ja -tapahtumien tarkastelu voidaan nähdä ihmisten spontaanina pyrkimyksenä jäsentää omaa todellisuussuhdettaan sekä tuottaa vastauksia kysymykseen ”Kuka minä olen?”. Elämäkokemusten ja -tapahtumien jäsentäminen on myös hyvin lähellä elämänmerkityksen etsinnän ydintä. (Marin & Hakonen 2003, 49.)

Elämän merkityksestä puhuminen saattaa tuntua vieraalta, jopa filosofiselta keskustelunaiheelta, johon ei uskalleta ottaa kantaa. Kuitenkin, elämässämme kohdatut tapahtumat pyrkivät saamaan mielissämme aina jonkin tarkoituksen. Elämäkokemusten ja -tapahtumien jäsentäminen, elämänmerkityksen etsiminen ja löytäminen, on monimuotoinen ilmiö, jotka konkreettisesti kuitenkin ilmenee meille hyvin tutuissa ympäristöissä. Elämäkerrat kirjastonhyllyssä, valokuva-albumit ulakolla, muisteluhetket vanhuksien kanssa, jopa kahvipöydän keskustelut, joissa elämää eritellään ja siitä kerrotaan - kaikki tämä jäsentää elämäkokemuksiamme ja -tapahtumiamme.

3 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TUTKIMUSTEHTÄVÄT

Opinnäytetyöni tarkoituksena oli kehittää muistelumenetelmän käyttöä vanhuustyössä sekä kokeilla kerrontaa virittävien kehyskertomusten soveltuvuutta iäkkäiden muistelun aktivoimiseksi.

Opinnäytetyön tavoitteena oli saada vastauksia seuraaviin kysymyksiin:

- 1) Miten virittävät tarinat kehyskertomuksissa toimivat iäkkäiden muistelun aktivoimiseksi?

- 2) Minkälaiset asiat nousivat tärkeiksi ja merkityksellisiksi muistelussa, jossa käytettiin virittäviä kehyskertomuksia?

4 TUTKIMUKSEN TOTEUTTAMINEN

4.1 Laadullinen ja narratiivinen tutkimusote

Tutkimusmenetelmäni oli laadullinen eli kvalitatiivinen. Kvalitatiivisen tutkimusmenetelmän lähtökohta on kuvata todellista elämää ja henkilöiden omakohtaisia kokemuksia sekä tuoda näitä totuudenmukaisesti esiin (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 1997, 161). Tämä lähtökohta tuki päätöstäni tutkimusmenetelmän valinnasta.

Sovelsin narratiivista lähestymistapaa sekä eläytymismenetelmää omaan tutkimukseeni sopiviksi, jotka molemmat siis kuuluvat laadullisen tutkimuksen menetelmiin. Narratiivinen lähestymistapa sopii juuri sen takia, että siinä tutkimukseen osallistuva saa vapaasti kertoa omista, henkilökohtaisista kokemuksistaan. Kertominen, mikä on narratiiviselle lähestymistavalle hyvin ominaista, toimii myös tärkeänä keinona selviytyä erilaisista elämään liittyvistä vaikeista tilanteista. Lisäksi se mahdollistaa asiantuntijan ja potilaan läheisemmän kohtaamisen ja auttaa potilasta luomaan järjestystä omiin yksilöllisiin kokemuksiinsa (Janhonen & Nikkonen 2001, 81–82.) Narratiivisessa lähestymistavassa korostuu myös parhaiten ihmisten maailman perustuminen tarinoiden kertomiseen ja niiden kuuntelemiseen (Eskola & Suoranta 1999, 23).

Eläytymismenetelmä, the method of empathy-based stories, on ehkä vielä hieman vieras - vaikkakaan ei uusi tutkimusmenetelmä. Suomessa ensimmäisiä eläytymismenetelmäkokeiluja tehtiin jo vuonna 1982. Eläytymismenetelmä on tutkimusaineiston keräämisen keino, jossa pieniä esseitä tai lyhyitä tarinoita kirjoitetaan tutkijan antamien ohjeiden mukaisesti. (Eskola 1998, 10–11.) Tämä mahdollistaa vastaajille täydellisen vapauden tuottaa oman käsityksensä tutkittavasta asiasta, jolloin vastauksista kuvastuu nimenomaan se, mitä he tietävät asiasta (Eskola 1998, 12, Eskola & Suoranta 1999, 117). Eläytymismenetelmällä pystytään viritämään ihmisten mielikuvitusta kertomaan tarinoita, jolloin todentuu Hännisen (-94, 170-172 kirjassa Eskola -98) kuvastama tarinankerronta. Hännisen mukaan ihminen elää tarinaa, kertoo tarinoita ja myös muovaa elämänsä tarinoiden kautta.

(Eskola 1998, 13) Tutkimusmenetelmän tarjoama mahdollisuus omien vastausten vapaaseen tuottamiseen, ajatusten ja mielikuvituksen käytön mahdollistaminen, tarkoittaa sitä, että menetelmä ei niinkään tuota faktoja vaan pikemminkin erilaisia merkkejä ja vihjeitä rajatun tutkimusaiheen merkityksistä. Eläytymismenetelmän avulla voidaan tuottaa aineistoa, joka nousee esimerkiksi jostain yhteisesti jaetusta kulttuurisesta tapahtumasta. (Eskola & Suoranta 1999, 116.)

4.2 Kehyskertomukset

Keskeistä eläytymismenetelmän käytössä on variointi eli kehyskertomusten muuntelu. Tällöin yhtä tekijää muuttamalla saadaan aikaan erilaisia kertomuksia ja voidaan tarkastella muuttuneiden tekijöiden aiheuttamia vaikutuksia tarinoihin (Eskola 1998, 69).

Kehyskertomusten variointia vielä selventääkseni muotoilin tähän esimerkinomaisesti tilanteen, jossa havainnollistuu, miten variointi näkyy kehyskertomuksissa.

Syksy tuo mukanaan pimeät illat, taloyhtiön järjestämät pihatalkoot ja saippuasarjojen uudet jaksot. Syksyistä sateen ropinaa kuunnellakseni, sytytän usein kynttilän valaisemaan iltojeni ja tunnen itseni hyvin iloiseksi. Mitä kaikkea muuta syksyiset pimeät illat mahtovat pitää sisällään, kun ne kerran saivat niin iloiseksi? Mitä tapahtui pihatalkoissa ja miltä illat kynttilänvalossa tuntuivat? Kirjoita tapahtumista pieni kertomus tai kuvaus.

Saman kertomuksen variointi kuuluu seuraavasti:

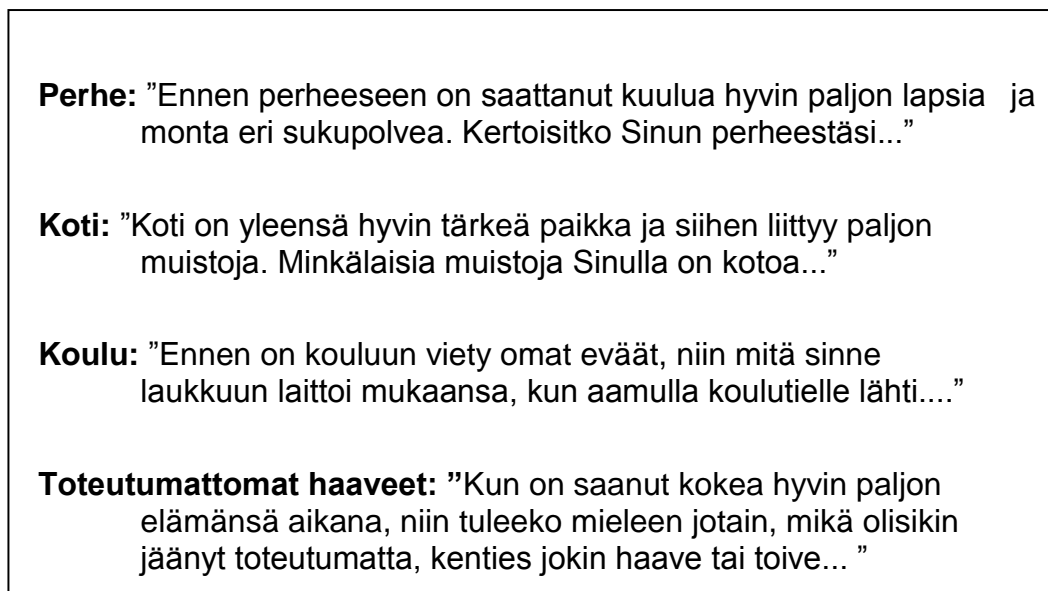
Syksy tuo mukanaan pimeät illat, taloyhtiön järjestämät pihatalkoot ja saippuasarjojen uudet jaksot. Syksyistä sateen ropinaa kuunnellakseni, sytytän usein kynttilän valaisemaan iltojeni ja tunnen itseni hyvin surulliseksi. Mitä kaikkea muuta syksyiset pimeät illat mahtovat pitää sisällään, kun ne kerran saivat niin surulliseksi? Mitä tapahtui pihatal-

koissa ja miltä illat kynttilänvalossa tuntuivat? Kirjoita tapahtumista pieni kertomus tai kuvaus.

Eläytymismenetelmän käyttö edellyttää siis vähintään kahden kehyskertomuksen käyttöä. Kehyskertomuksia laadittaessa olennaista puolestaan on, että tarinat olisivat mahdollisimman samanlaisia, jolloin niissä vaihtuisi yleensä vain yksi asia (Eskola 1998, 70).

Opinnäytetyössä käyttämäni tutkimusmenetelmä muistutti eläytymismenetelmää. En eläytymismenetelmän idean mukaisesti käyttänytkään kahta tai useampaa kehyskertomusta vaan sovelsin eläytymismenetelmän metodia täysin oman tutkimukseni tarkoitukseen ja käyttöön sopivaksi. Vain yhden kehyskertomuksen käyttö pois sulki variaation mahdollisuuden tutkimuksessani eikä näin ollen voida puhua varsinaisesta eläytymismenetelmän käytöstä vaan sen soveltamisesta tutkimukseeni. Laatimani kehyskertomukset esittelen Kuviossa 2.

Eläytymismenetelmän muokkaaminen tutkimukseeni soveltuvaksi oli perusteltua siksi, koska tutkimukseeni osallistujat olivat jo hyvin iäkkäitä, 83–99 -vuotiaita. Koin, että aineiston kerääminen keskustelemalla on jo käytännön syistä huomattavasti luontevampaa. Keskustellen kerätty aineisto mahdollisti mielestäni myös paremmin sen, että pystyin välittömästi kommentoimaan tai tekemään tarkentavia kysymyksiä osallistujalle. Käytän aineiston keräämisen yhteydessä sanaa keskustelu, koska haastattelu tuo mielestäni liikaa esille tilannetta, jossa esitetään kysymys ja siihen saadaan vastaus. Kohtaamiset tutkimukseen osallistujien kesken olivat kuitenkin huomattavasti keskustelunomaisempia kuin mitä haastattelutilanteet yleensä; eli tilanteet kulkivat hyvin pitkälti eteenpäin omalla painollaan, jolloin myös ”kipinä” seuraavaan kehyskertomukseen tuli helposti osallistujalta itseltään eikä minun kysymykseni tai esittämäni kehyskertomukseni kautta.



Kuvio 2. Virittävät kehyskertomukset tutkimuksessa.

Kuviosta kaksi havainnollistuu tutkimukseen lähtiessäni laatimani virittävät kehyskertomukset. Kehyskertomukset kuitenkin muokkautuivat tilanteiden mukaan. Keskustelut perheestä johdattivat kertojansa hyvin usein kotiaiheeseen, jolloin en erikseen esittänyt kehyskertomusta, kun taas kouluun ja toteutumattomien haaveiden aiheeseen liittyviä kehyskertomuksia käytin kaikissa tapaamisissa.

4.3 Aineiston kerääminen Pienkoti Kultalangassa

Tein yhteistyösopimuksen Pienkoti Kultalangan kanssa. Pienkoti Kultalanka Oy on Alajärvellä toimiva asumispalveluyksikkö. Anita Sillanpää ja Heljä Selkee perustivat Pienkoti Kultalangan syksyllä 1992 ja se on aloittanut toimintansa 3.1.1993. Kultalanka tarjoaa ikääntyville ympärivuorokautista hoivaa ja noudattaa toiminnassaan hyvän hoivan ja hoidon periaatteita, joita ovat muun muassa kodinomaisuus,

omatoimisuus, turvallisuus ja yksilöllisyys. Kultalankaan voi muuttaa asukkaaksi omasta kodista, vanhainkodista, terveyskeskuksesta tai sairaalasta. Vakituista henkilökuntaa on 9, minkä lisäksi pienkodissa on talonmiehen lisäksi 2 työllistettyä, jotka ovat tällä hetkellä monialakoulutuksessa hoitoalalle. Kultalanka on myös suosittu harjoittelupaikka opiskelijoilla. (Sillanpää 2009.)

Valitsin tutkimukseeni osallistujat pienkodin perustajan, Anita Sillanpään, kanssa yhteistyössä. Hän tunsi asukkaat paremmin sekä osasi etukäteen aavistella, kuka olisi halukas osallistumaan tutkimukseeni. Pienkodin asukkaista valikoitui tutkimukseeni kolme naisasukasta, iältään 83-, 97- ja 99 vuotta. Kävin henkilökohtaisesti tapaamassa jokaista tutkimukseeni osallistuvaa varsinaista tapaamista edeltävänä päivänä. Koin, että pieni tutustuminen helpottaisi tulevaa kohtaamista, kun kummallakin oli jo käsitys siitä, kuka tulee käymään ja mitä tekemään. Tutkimuksen edellyttämät muodollisuudet, haastatteluluvat, allekirjoitettiin myös ensitapaamisen yhteydessä, jolloin varsinaisella tutkimushetkellä niistä ei tarvinnut enää huolehtia.

Aineiston tallentamiseksi nauhoitin keskustelut, jotta pystyin todella keskittymään, kuuntelemaan ja ennen kaikkea olemaan mukana siinä, mitä vanhus kertoo. Keskustelutilanteissa tarkoituksena oli, eläytymismenetelmää mukaillen, että vanhukset saavat vapaasti kertoa kokemuksistaan ilman varsinaista kysymyspatteristoa. Keskustelut kestivät 45 minuutista 2,30 tuntiin, joista kerääntyi yhteensä 55 sivua tekstiä.

Olin etukäteen valinnut tarinoiden aiheiksi perheen, kodin, koulun ja toteutumattomat haaveet. Aiheiden valintaa tehdessä kiinnitin huomiota siihen, että aihe koskettaisi kaikkia tutkimukseen osallistujia ajallisesti ja että heillä kaikilla olisi kokemusta kyseisestä aiheesta sekä näin ollen myös jotain kerrottavaa. Muotoilin jokaista aihetta varten kehyskertomuksen valmiiksi, joita ajattelin mahdollisesti keskustelutilanteissa käyttäväni.

4.4 Aineiston analyysi

Aloitin tutkimusaineiston käsittelyn litteroinnilla. Puhtaaksikirjoitin keskustelut sanasta sanaan word -ohjelmalla sekä lisäsin teksteihin myös kohdat, joissa naurettiin. Litteroinnin jälkeen, tulostin keskustelut omiksi nipuikseksi ja aloin tarkastelemaan niiden sisältöjä. Käsittelin saamaani aineistoa sisällönanalyysitekniikalla, jossa tarkastelin aineistoa ikään kuin pieninä tarinoina, jotka olivat keskustelujen pohjalta muodostuneet. Pyrin tarkastelemaan esiin tulleiden asioiden merkityksiä sekä yhteyksiä toisiinsa. Lisäksi, sisällönanalyysille tunnusomaisesti, pyrin erottamaan tutkimusaineistosta samanlaisuudet (Janhonen & Nikkonen 2001, 23).

Ensimmäisellä lukukerralla tein sivujen marginaaleihin merkintöjä asioista, jotka selvästi nousivat keskusteluissa esille. Litterointivaiheessa keskittyminen kohdentui hyvin paljon itse kirjoitusprosessiin ja oikeinkuulemiseen, joten ensimmäinen lukukerta toimi myös kokonaiskuvan antajana siitä, mistä keskusteluissa puhuttiin ja kuinka paljon. Toisella lukukerralla, käytin värejä alleviivatessani kehyskertoimusten esiintymiset keskusteluissa. Perhettä koskevat tarinat saivat vihreän, kotia koskevat tummansinisen ja koulua koskevat tarinat punaisen värin. Toteutumattomat haaveet alleviivasin vaaleansinisellä. Myöhemmin, kun havainnollistin tutkimukseni tuloksia suorilla lainauksilla, käytin vielä oranssia väriä. Värien käyttö helpotti huomattavasti oikean tutkimusaineiston löytymistä tekstistä sekä helpotti myös siihen palaamista.

5 TUTKIMUSTULOKSET

5.1 Ajassa muuttuva perhe

En näe tarpeellisena varsinaisesti määritellä käsitettä *perhe*, mutta käydessäni perhettä koskevia tutkimustuloksia läpi, huomasin, että perhe voitiin tässä nimenomaisessa tutkimuksessa ikään kuin ymmärtää kolmessa eri yhteydessä.

Perhe muodostui ensinnäkin *lapsuuden ajan perheestä*, johon kuuluivat siis omat vanhemmat, sisarukset ja usein myös isovanhemmat. Seuraavaksi muodostuivat se *perhe, jonka on itse perustanut* -mies ja omat lapset. Kolmas perhe syntyi aineiston keruun aikana käytyjen keskustelujen kautta, joissa huomasin *lastenlapsien* erittäin tärkeän merkityksen tutkimukseen osallistuvilla vanhuksilla.

Perheen monimuotoisuuden jaotteluni mukaan tarkastelin perhetarinoita tutkimustuloksissani. Jaotteluni saa varmasti paljon kritiikkiä aikaan - entä ne, joilla ei ole sisaruksia tai lapsenlapsia tai joille esimerkiksi perheen muodostavat muut yksikön asukkaat tai kenties kolmas sektori, esimerkiksi seurakunta? Mutta huomattavaa onkin, että tämä kyseinen perheen jaottelu sopii nimenomaan tämän tutkimuksen sisältöön!

5.1.1 Lapsuuden kultaiset muistot

Lapsuuden aika tuotti hyvin paljon tarinoita, joissa muisteltiin omia vanhempia, sisaruksia ja sitä, minkälaista elämä oli silloin lapsuudessa. Pihapiirissä sisarusten kanssa leikityt leikit, käpylehmät ja pallopelit, laittoivat vanhukset vertaamaan leikkejä nykypäivän huvituksiin. Ennen ei menty niin vain muualle leikkimään ja muita tapaamaan, vaan itse oli keksittävä omat leikkinsä. Lapsuusajan perhetarinoissa näkyi myös karu (kova) todellisuus; minkälaista oli perhe-elämä, kun oli paljon sisaruksia ja pulaa vaatteista ja tavaroista. Lapsuutta kuitenkin muisteltiin erittäin hyvänä aikana. Edes sodan tuoma puute/kurjuus ei lannistanut lapsuusperheessä

vietettyä aikaa eikä vienyt siellä saatuja hyviä muistoja.

”...mukavat muistot sieltä on. Siellä minä olin nuorimmasta päästä ja ne vanhemmat sitten holhos mua aika tavalla (nauraa). Vähän kovakourasestikin (nauraa)...”

*”... Minä en oikein siskoni kanssa sopinu... Se oli niin omavalta-
nen...veli, sen kanssa aina leikittiin. Se aina mulle oli niinku kaverina
(nauraa). Sitä muistaa monta kertaa... Paljon on sellaista, että muis-
taa niin hyvällä.”*

lökkäiden naisten tarinoissa oli myös ikään kuin ylpeyttä ja ihailua isiensä uuras-
tuksista, ahkeruudesta ja selviytymistarinoista.

*” ... isä oli sellainen, että piti kovasti tehdä työtä, ettei kenenkään
vaivana ollu...Kovasti yritteliäs ja isä osti sellaisen kutomakoneen...”*

*” ... Isä meni Amerikkaa sillo aikanaan... lähti tienamaan itelleen ta-
loa. No se oli kans kova aika... Oli kyllä työtä siellä koko aijan...”*

Isän Amerikan reissun tarinaan liittyi myös isän rohkea karkumatka kaivostyömaal-
ta pois, jäämättä vartioilta kiinni ja saaden paremman työpaikan rautatieltä.

5.1.2 Perhe-elämää sodan jaloissa

Oman perhetarinan kertominen johdatti niin kertojansa kuin kuulijansakin erittäin
syvälle kertojan henkilökohtaiseen, omaan maailmaan. Kertojat olivat tarinoissaan
vahvasti mukana. He eläytyivät ja ikään kuin elivät nuo hetket uudelleen. Toisi-
naan tuntui, että tarinoissa uppouduttiin niin syvälle oman perhe-elämän iloihin ja
suruihin, että tarinankertoja hetkellisesti unohti tutkijan olemassaolon. Tarinat
omasta perheestä kuljettivat kertojansa ja kuulijansa elämysmatkalle, jossa naimi-
siinmeno ja varsinkin omat lapset näyttelivät suurta roolia.

"... Sitten minä jouduin naimisiin... Jouduin (nauraa)! No, niin nyt aatteloo (nauraa). Että olis saanu olla pitempään ja hommata ommaa elämää... Me vaan käytiin toristajien kans pappilassa...ja sen muistaa paremmin kuin ne hulinahäät. Ja ne oli ennen Pohjanmaalla, jos oli oikein kovat häät, niin ne miehet joi ja tappeli ja sehän oli ihan kauheaa. Mutta, onneks mulla ei ollu sellasta."

" ... mies kaatu sodassa sitten ja jäi se yks laps vaan ja sen kans oli mukava sitten. Kulu aika ku sai hoitaa sitä."

" ... Se on ihmeellistä...oma laps se on kaikista paras. Sitä helposti aatteloo ettei nuo toiset oo mitään (nauraa). Oma laps vaan ja sitä aina pitää tuua esille. Ei mitään tuua muuten, mutta kuitenkin. Kiitollinen sitte siitä lahjasta minkä olin saanu."

Perhe-elämä sodan jaloissa, suuren lapsikatraan ympäröimänä ja harteilla vastuu karjanhoidosta, maanviljelyksestä ja muusta toimeentulosta ei tehnyt elämästä aina helppoa. Tutkimukseen osallistuneet iäkkäät vanhukset eivät kuitenkaan kantaneet kaunaa menneille ajoille, päinvastoin! Kerrotuista tarinoista huokui ilo ja ylpeys omasta pärjäämisestä, selviytymisestä sekä kekseliäisyydestä, joiden avulla arjessa selvitettiin.

" ... Neljä poikaa ja neljä tyttöä. Tasamäärä (nauraa). Se oli mukavaa, kun sai niiden kans huseerata. Siinä mittään vaikeuksia ollu, ku oli terve ja nuori. Ja siinä olis menny vielä pari lissää. Semmoosta hommaa se oli. Ja kun se järvi oli siinä niin, ni se kesä oli niin mukava. Lapset ui ja ei niitä tarvinnu peseskellä."

" Kyllä se oli raskasta, ku sillo oli sitten sota... Ei tahtonu saada vaatteita eikä kenkiä. Ruokaa kyllä meillä oli, ettei meillä ollu ruuanpuute. Minä olin kova hantraamaan (nauraa). Joo, että meillä ei mittään ruuasta puutetta ollu."

" Se oli mukavaa elämää. Menin navettatöihin, niin mulla siellä kauaa viipynyt, niin keittiön ikkuna oli navettaan päin justiin, niin minä kävin kurkistamassa tupaan ja taas menin...siitä ikkunasta kävin aina

kattomassa, ni laps istu pöydällä. Mukavaa elämää se.”

Oman pärjäämisen lisäksi kertojat halusivat tuoda esille lastensa menestystä niin koulussa, harrastuksissa kuin myös työelämässä. Menestyksen lisäksi iäkkäät kertojat saattoivat murehtia muun muassa jälkipolven terveydentilasta ja verrata tätä omaansa.

” Kaikki on maailmalla ja töissä. Niin ne on leipänsä löytäny. ”

” ... toiset on jo eläkkeelle päässy. Ne on kaikki menny, saanu mun kiinni (nauraa). Joo, ja ko lastenlapsetkin on jo viidenkymmenen (nauraa). Niitä on jo niin vanhoja. Ja minusta ko nekin tahtoo olla jo niin sairaita...”

Aviomiehen kanssa kohdattuja myötä- ja vastamäkiä pohdittiin tarinoissa myös hyvin tiiviisti ja näiden tarinoiden pohjalta myös allekirjoittanut sai elämänvarrelleen ohjeistusta.

5.1.3 Lastenlapsien muodostama perhe

On ehkä hieman poikkeuksellista muodostaa lastenlapsen ja isovanhemman yhtäloista perhe. Päätöstäni kuitenkin tuki vahva näkemys isovanhemman ja lastenlapsen suhteen merkityksellisyydestä ja ainutlaatuisuudesta, mikä nousi tarinoiden kautta esiin. Lastenlapset olivat toivottuja vieraita, he toivat arkeen *”hyvää hulinaa”* ja heidän kanssaan vietettyä aikaa muisteltiin lämmöllä. Ilon ja riemun lisäksi lastenlapset toivat kuitenkin mukanaan myös huolta, mikä näkyi tarinoissa.

”... Ne (lastenlapset) on aina hulisemassa... Synttärit on semmosia, että ne vietetään sitten ja nehän käsköö sitten niitä omia parhaita tuttujaan ja minoon sitten päävieras (nauraa).”

”... jollakin lailla pelottaa tämä maailma ni kovasti että, mitä tästä tulee? Ja minkälaista se elämä rupeaa olemaa jälkipolvella... Toiset on vielä ihan pieniä...”

Eräs haastateltavista oli, ehkä tietämättään, hienosti oivaltanut sukupolvien välillä tapahtuvan muistelutyön merkityksellisyyden:

”...mukavaa, kun vanhat ihmiset puhuu niitä vanhoja asioita, ni lapset istuu ympärillä ihan hiljaa...Sillä tavalla se tietokin siirtyy toiselta toiselle, sukupolvelle...Ja jos ei oikein tahtois kuunnella sitä mitä isä ja äiti sanoo, mutta mitä mummu sanoo, niin se on sitten jo tärkeää (nauraa)!”

Eli juuri näin mahdollistuu vanhuksen elämäkokemusten jakaminen nuoremmille sukupolville sekä kulttuurisen perinnön ja hiljaisen tiedon jakaminen, minkä merkitystä Leonie Hohenthal-Antinkin (Hohenthal-Antin 2009, 102–103) peräänkuuluttaa sukupolvityötä tehdessä. Ja nimenomaan muistojen kautta vanhus pystyykin luomaan yhteyksiä ja merkityksiä menneisyyden ja nykyisyyden välille.

5.2 Kodin perintö

Perhetarinat johdattivat kertojansa suoraan kotiin liittyviin tarinoihin, jolloin varsinaista kehyskertomusta ei aina edes tarvinnut käyttää. Tämä on ymmärrettävää, koska perhe ja koti liittyvät niin läheisesti toisiinsa. Kotiin liittyvissä tarinoissa nousi hyvin selvästi esille kolme eri ”teemaa”: työnteko, pärjääminen sekä itse tekeminen. Työtä tehtiin jo hyvin pienestä pitäen - ellei voimat vielä riittäneet esimerkiksi raskaimpiin peltotöihin, jäätiin kotiin *tupapiiksi*, mutta jouten ei oltu koskaan. Pärjääminen nousi vahvasti esille, kun iäkkäät vanhukset muistelivat aikaa, jolloin oli sotaa, puutetta, iso lapsikatras hoidettavana sekä kotityöt tehtävänä - ja silti kaikki työt tuli tehtyä ja elämä kulki eteenpäin omalla painollaan. Tarinoissa pärjääminen ilmeni myös oman kekseliäisyyden kautta; miten itse oli löytänyt ratkaisuja, joilla pystyi arkea helpottamaan.

Itse tekemisen teema tuntuu hyvin ymmärrettävältä tämän sukupolven kohdalla;

eivät he ole tottuneet, eikä heidän lapsuus- ja nuoruusvuotensa muutenkaan ole ollut sellaista, että kaupasta saa sitä mitä haluaa vaan lähinnä niin, että sitä on saanut, mitä itse on tehnyt. Oman tulkintani mukaan, itse tekeminen oli myös jotain, mikä oli jo kotona opittu omilta vanhemmilta; kun jo pienestä oppi tekemään itse, oli tämä tapa säilynyt koko elämän. Tarinoiden kautta pystyi näkemään myös, että vanhukset olivat oivaltaneet, että ilman sitä tarvetta tehdä kaikkea itse, heistä ei välttämättä olisikaan koskaan tullut näin hyviä ompelijoita ja ruuanlaittajia.

”...Ja sitä tehtiin sitte, oltiin hyvin ahkeria kaiken iltaa, tehtiin puhdetöitä; miehet nikkaroi ja naiset kehräs ja karstas ja tuota, sitte keväällä kudottiin kankaita. Ite omasta kankaasta tehtiin kaikki vaatteet, ite kudotusta. Ei se ollu niinko nyt, ostetaan mitä hienompaa tuolta kaupasta...”

”Vanhemmatki ollu jo kovia tekemään itte... Se rukki pyöri ain, ja karstat heiluu (nauraa)! Kudottiin kankaita ja sellaasta. Ja lakanakankaat ja pyyheliinat ja kaikki sellanen kudottiin...”

Vaikka koti edusti paikkaa, jossa tehtiin pienestä asti töitä, siihen liittyi myös muistoja, jotka lämmittivät vielä tänäkin päivänä. Sen, minkä itsekin laitoin merkille näitä muistoja kuunnellessani, oli se, että ne olivat kaikki hyvin arkipäiväisiä tapahtumia, joista on jäänyt pysyvä, lämmin muisto. Muistot liittyivät perheen yhteisiin saunapäiviin, joita vietettiin aina lauantaisin; kuinka kannettiin pesuedet ja polttopuut ja sitten saunan jälkeen pulikoitiin järvessä.

Muistellessa istuttiin myös hetki pellon laidalla; ja voi, kuinka hyvältä kahvi ja voileivät maistuikaan siellä peltotöiden lomassa! Tämä muisto jäi tarinoista erityisellä tavalla mieleeni. Erityistä siitä teki jo se, että samaisen muiston kertoi kaksi tutkimukseen osallistujista ja vieläpä hyvin samankaltaisin kuvauksin! Koin myös, että tuota muistoa kertoessa molemmat, sekä osallistuja että tutkija, todella istuivat sen pienen hetken siellä pellon laidassa ja melkein tunsivat kahvin ihanan aromin. Jokin siinä hetkessä kosketti aivan erityisellä tavalla ja tuntui kuin vanhukset huomautessaan minunkin tietävän tuon kyseisen tilanteen tuoman tunteen, heittäytyivät vielä enemmän siihen mukaan.

5.3 Kourallinen koulumuistoja

Kouluaiheeseen virittävää kehyskertomusta luodessani, sain todeta kouluaiheen pitävän varsin paljon eri aihealueita sisällään. Mahdollisia kehyskertomuksiaihan olisi voinut tehdä koulumatkaan, oppilaisiin, opettajiin tai vaikkapa oppiaineisiin liittyen ja kaiken kaikkiaan myös näitä aihealueita muisteltiin kaikissa keskusteluissa. Tarinoissa muisteltiin, miten koulumatkaa oli taitettu; talvella hiihtäen ja kesällä juosten, minkälaisia olivat opettajat ja mitkä olivat olleet lempiaineita koulussa.

”...kotoa evästä mukaan... Sitä sitte koitti saada niihin eväisiin parasta mitä oli... Voi, eihän sitä ollu ku voileipää ja jos oli jotain, mutta ei sitä aina ollu, lihaa tai sellasta...”

Tarinoissa eräs vanhus muisteli, kuinka paljon oli koulussa sellaisiakin lapsia, joilla ei ollut kotoa ottaa minkäänlaista evästä mukaan. Hän muisteli, kuinka itse oli usein antanut erälle tytölle osan omista eväistään, ettei toisen tarvinnut olla nälissä.

Kouluun pääsemistä ei myöskään pidetty itsestään selvyytenä; kouluun lähteminen saattoi estyä välimatkojen, taloudellisten syiden tai suurten luokkakokojen takia. Muistot opettajista olivat myönteisiä, vaikkakin opettajat tunnettiin tiukasta kurinpitämisestä.

”Kun oli niin paljon oppilaita, ku eivät päässeet kouluun...oli paikat täynnä ettei sinne sopinu. Ja yks opettaja opetti neljää luokkaa.”

”...Opettaja oli tiukka...piti osata läksyt ja kun piti olla tiptop, ei siellä hulikoitu (nauraa). Kyllä se koulu siinä vaan meni ja kaikki meni ihan hyvin. Opin sen mitä ossaan; lukea ja laskea vähän (nauraa).”

Tutkimukseen osallistujat kokivat koulunkäynnin olleen kaiken kaikkiaan varsin mukavaa. Lasten ja lastenlastensa koulumaailmaa seurattessaan, he pystyivät hyvin paljon tarinoissaan vertaamaan koulunkäynnin muuttumista heidän kouluajoiltaan nykypäivän tilanteeseen. Heillä oli myös vankat näkemykset siitä, mitä kouluaineita pitäisi tällä hetkellä kouluissa lisätä, jotta nuoret saisivat elämälleen tukevan kivijalan.

5.4 Toteutumattomat haaveet

Toteutumattomista haaveista puhumista pohjusti kaikkien vanhusten kohdalla keskustelut vanhuudesta, eletystä elämästä, ohjeista, joita he saattoivat jättää minulle ja muille matkan varrelle. Näiden keskustelujen kautta tuntui jotenkin luontevalta pysähtyä hetkeksi tarinoin, joissa pohdittiin eletyn elämän kulkua ja muistoja niistä asioista, joista kenties joskus oli haaveillut. Vanhusten kertomat tarinat toteutumattomista haaveista yllättivät minut täysin; ikään kuin jokaisen tarina olisi odottanut nimenomaan tätä hetkeä, että sen saa kertoa jollekin.

Toteutumattomat haaveet liittyivät siihen, mitä juuri minusta (vanhus) olisi pitänyt tai voinut tulla isona. Haaveena oli tulla puutarhuriksi ja toisen haaveena oli ollut perustaa oma vanhainkoti. Kolmas osallistujista kuitenkin koki, että varsinaisia haaveita ei ehtinyt edes juurikaan syntyä elämän ja arjen ollessa niin työntäyteistä.

” ... Se meni vissiin siinä se haave, ko joka päivä piti mennä... Kiire oli aina... Meni siinä haaveet sitten toimeentulossa...”

” Minä aattelin aina, että minä laitan vanhainkodin. Minä tykkäsin niin vanhoista ihmisistä... Siel oli sitte oikein kaunis pelto. Meni kalliit kahen puolen ja se oli kivinen pelto, ni minä sanoin, että laitan sinne vanhainkodin tuonne pellolle... Minä aattelin, että minä laitan niille ja panen maata, pidän ne puhtaana ja passaan niitä sitte (nauraa). Mää tälläisiä hupsutuksia...En tiä viljeleekö ne sitä peltoa siellä vielä...Se oli niin kauniin mettän keskellä ja kun minä aina haaveilin sitä.”

Toteutumattomista haaveista puhuminen, erityisesti heidän kohdalla, joilla selkeästi oli jokin toteutumaton haave, jätti tunteen, että siitä kertominen koettiin merkitykselliseksi. Vanhukset eivät olleet katkeria siitä, että suunnitelma tai toive jostakin oli jäänyt haaveiden tasolle vaan he hyvin myönteisellä tavalla kertoivat tarinaansa haaveesta. Kenties juuri tuo haave on toiminut heille arjen keskellä voimia tuovana tekijänä!

6 TULOSTEN TARKASTELU

Tutkimuksen tarkoituksena oli kehittää ja kokeilla kerrontaa virittävien kehyskertomusten soveltuvuutta muistelun aktivoimiseksi. Mielestäni kehyskertomukset toimivat varsin hyvin muistelun aktivoijina. Kehyskertomukset johdattivat tarinankertojansa tietyn aiheen pariin, jonka kautta he kertoivat elämästään ja kokemuksistaan. Pidän virittävien kehyskertomusten aihevalintoja myös onnistuneena. Kaikkiin aihealueisiin löytyi ainutlaatuiset tarinat, toisiin enemmän, toisiin vähemmän. Tarinoissa käsiteltiin esimerkiksi perhetarinoita hyvin laajasti ja syvällisesti, mikä puolestaan nostaa perheen hyvin tärkeäksi ja merkitykselliseksi iäkkäille tarinankertojille.

6.1 Virittävien kehystarinoiden toimivuus

Kerrontaa virittävät kehyskertomukset toimivat hyvin muistelun aktivoimisessa, mutta niiden käyttö ei kuitenkaan ole itsestäänselvyys. Tutkimus osoitti, että aina ei edes tarvita kehyskertomusta johdattamaan kertojaansa muistoihin ja joskus kehyskertomus voi syntyä ikään kuin tarinoiden edetessä. Tässä tutkimuksessa perhetarinat kuljettivat tarinankertojansa usein kotitarinoihin, jolloin varsinaista kehyskertomusta ei aina edes tarvinnut käyttää. Näin muistot saivat aikaan muistojen ketjun; yksi muisto herätti toisen, mikä puolestaan herätti muiston jostain muusta (muistojen kumulatiivisuus). Muistojen ohjatessa tutkimuksessa tarinankertojaansa aiheesta toiseen ei aina välttämättä liikuttu varsinaisen kehystarinan aiheessa vaan muistojen ketjun, muistojen jatkumon, kautta saattoi myös syntyä ikään kuin uusia kehystarinoita. Voimakkaimmin iäkkäiden oman tarinankerronnan kautta syntyneet kehyskertomukset liittyivät sota-aikoihin. Sotien esille tuleminen tarinoissa oli kuitenkin ymmärrettävää, koska sota oli ollut vaikuttamassa tarinankertojiansa sekä perhe- että kotielämään. Sotatarinoiden runsaan esiintyvyyden takia, olisi voinut olettaa, että aihe oli nimenomaan valittu kehystarinaksi, vaikkei näin siis ollut. Virittävien kehystarinoiden kokeilu siis osoitti, että aiheita, kehystarinoita,

saattaa kummuta tarinoista itsekseen tai että niistä löytyy kenties seuraaville muistelukerroille hyviä aiheita kehystarinoihin!

6.2 Kehystarinoiden kertomaa

Se, mistä puhutaan, on tärkeää ja merkityksellistä. Tähän päätelmään tulin, kun tarkastelin tutkimusaineistosta nousevia tärkeitä ja merkityksellisiä asioita. Tähän tutkimukseen osallistuneet iäkkäät naiset kokivat perheen hyvin tärkeäksi. Se, että perhetarinoista muodostui tutkimuksen laajin alue, mutta myös se, että perhe liitettiin jokaiseen kehystarinaan jollakin tavalla, osoitti perheen tärkeyden. Perhetarinoissa näkyi osallistujien rooli perheessä; he olivat tyttäriä, äitejä, vaimoja, isovanhempia. He siis olivat, ja ovat, niitä, joita on tarvittu. Tarvittuna olemisen tärkeys on noussut aikaisemmissakin tutkimuksissa esille. Gustaf Molander nosti tutkimuksessaan esille tarvittuna olemisen tärkeyden ja sen tuoman tyydytyksentunteen (Molander 1999, 204.) Tutkimukseeni osallistuneet iäkkäät naiset saavat vielä etenkin isovanhemmuuden kautta tuntea olevansa tarvittuja ja tärkeitä saadesaan olla osallisena lastenlapsiensa elämässä. Huomattavaa kuitenkin on, että isovanhemmuus ei ole heille ainoa tarvittuna olemisen kohde tänä päivänä, vaan he voivat juuri muistojensa kautta edelleen kokea tyydytystä tarvittuna olemisesta.

Perhetarinoiden kautta iäkkäät pystyivät myös parhaiten seuraamaan ”maailmantapahtumia”. Tapahtumien kautta heille mahdollistui ikään kuin tunne siitä, että ovat vielä mukana elämänmenossa. Hyvin usein maailmantapahtumia seurattiin lastenlasten kautta, mikä puolestaan nostaa isovanhemmuuden roolin jälleen näkyväksi. Marjatta Marin toteaa (2002, 112), että isovanhemmuuden kautta, iäkäs saa kokea jatkuvuutta suvun uusiutumisen ja näin ollen myös elämän jatkumisen kautta. Kertoessaan muistoja ja elämäkokemuksia lastenlapsilleen iäkäs voi kokea jonkin hänestä siirtyvän jälkeläisille ja näin jäävän ikään kuin elämään.

lääkäiden muistoissa näkyi vahvasti työnteko, oma ahkeruus ja pärjääminen. Omasta ahkeruudesta ja työteliäisyydestä oltiin ylpeitä ja omista aikaansaannoksista kerrottiin tarkasti ja niitä esiteltiin myös minulle. Ahkeruus ja aikaansaannok-

set näkyivät myös Molanderin tutkimuksessa, jossa nimenomaan naisille tärkeitä aikaansaannoksia olivat huolella tehdyt käsityöt (Molander 1999, 194.) Koin, että aikaansaannoksista kertominen lisäsi iäkkäille tunnetta omasta kyvykkyydestä sekä arvosta. He aikaansaannoksistaan kertomalla ikään kuin hakivat kuulijaltaan hyväksyntää ja arvostusta; vaikka he eivät enää pystyisi samoihin suorituksiin, he olivat siihen joskus pystyneet.

Tutkimukseen osallistuneiden tarinoissa näkyi myös, kuinka kohtalo oli aikoinaan vaikuttanut heidän elämäänsä. Kohtalon olemassaolo tuli esille aineistoa tarkastellessani kohdissa, joihin liittyi jokin kielteinen tapahtuma. Aviomiehen kaatuminen sodassa ja oman lapsen kuolema olivat kohtalon sanelemia tapahtumia, joihin ei itse olisikaan voinut vaikuttaa.

Iäkkäiden tarinat sisälsivät paljon elämänohjeita, joita he halusivat kuulijalleen jättää. Omien muistojen, muistoista nousevien kokemusten ja saamansa elämänviisauden kautta he halusivat antaa ohjeita kuulijalleen. Tutkimukseen osallistuneet iäkkäät naiset kertoivat muistojaan myös verraten niitä hyvin paljon tähänpäivään. Tarinoissa verrattiin, välillä hieman paheksuvaankin sävyyn, maailman muuttumista sellaiseksi kuin se on nyt. Entisajan pitkien avioliittojen tilalle tulleet avoliitot, tavaroiden ylenmääräinen hankkiminen kaupoista sekä uskonnon opetuksen vähentäminen koulumaailmassa saivat osakseen hyvinkin kiivasta vertaailua.

6.3 Vuorovaikutus

Tahdoin tutkimustuloksia tarkastellessani nostaa esille myös vuorovaikutuksellisuuden. Vuorovaikutuksen merkitys tutkimuksessa, jossa liikutaan toisen ihmisen henkilökohtaisella alueella, on hyvin merkittävä. Koin, että onnistuin, ikäerosta ja ”vieraan” roolista huolimatta, tutkimusaineistoa kerätessäni luomaan jokaisen osallistujan kanssa avoimen ja luottamuksellisen suhteen. Tulkintani on, että avoimuudella ja luottamuksellisuudella on ollut vaikutusta tutkimustuloksiin, tulosten monipuolisuuteen sekä kokonaisuudessaan tutkimuksen luotettavuuteen.

Hyvä vuorovaikutussuhde iäkkään tarinankertojan ja minun välille syntyi kuitenkin yksinkertaisista tekijöistä. Minulla oli ennen kaikkea aikaa. Aikaa pysähtyä kuuntelemaan toisen ihmisen ainutlaatuista tarinaa, jonka hän halusi kanssani jakaa. Kii-reettömyys, läsnäolo ja aito kiinnostus toisen kokemuksiin sekä elettyyn elämään, mahdollistivat dialogisen vuorovaikutussuhteen syntymisen. Lipponen (2006, 25-26) avasi näkökulmaa dialogisuuteen väitöskirjassaan. Ihmisen ajatellaan aina suhtautuvan toiseen ihmiseen joko minä - sinä tai minä - se -suhteessa. Dialogi- sessa suhteessa korostuu molemminpuolisuus, vastavuoroisuus sekä ennen kaik- kea se, että ollaan kiinnostuneita toisesta juuri hänen itsensä vuoksi sellaisena kuin hän on.

7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Tutkimukseni tarkoitus oli kehittää muistelumenetelmän käyttöä vanhustyössä sekä kokeilla kerrontaa virittävien kehystomusten soveltuvuutta muistelun aktivoimisessa. Lisäksi tarkastelin tutkimustuloksia löytääkseni sieltä vastausta siihen, minkälaiset asiat nousevat tärkeiksi ja merkityksellisiksi muistelussa, jossa käytettiin virittäviä kehystomuksia. Tutkimusaineiston analyysiin pohjautuen, esiin nousivat seuraavat johtopäätökset:

1. Muistoja kertomalla iäkäs pystyy tuottamaan tarinaa, jossa hän uudelleearvioi ja tulkitsee elämäntapahtumiaan ja merkityksiään.
2. Muistojaan ja elämäntarinaansa kertomalla iäkäs kokee saavansa kunnioitusta ja arvostusta eletylle elämälleen sekä itselleen.
3. Kerrotut muistot lisäävät ymmärrystä niin iäkkäälle itselleen kuin hoitohenkilökunnallekin.
4. Tärkeiden ja merkityksellisten muistojen olemassaolo iäkkään arjessa tukee hänen identiteettiään ja itsetuntemusta.
5. Virittävien kehystarinoiden käyttö luo hyvät mahdollisuudet muistelun aktivoimiseen ja soveltuu hyvin vanhustyössä käytettäviin muistelumenetelmiin.

8 TUTKIMUKSEN EETTISYYS JA LUOTETTAVUUS

8.1 Eettisyys

Tutkimukseeni osallistuminen oli täysin vapaaehtoista. Kysyin henkilökohtaisesti halukkuutta osallistua keskusteluihin sekä suullisesti että kirjallisesti. Kirjallisessa sopimuksessa, jonka jokainen tutkimukseen osallistuja hyväksyi ja allekirjoitti, painotin osallistumisen vapaaehtoisuutta sekä sitä, että käyttäisin keskusteluissa ja tapaamisissa saamaani aineistoa erittäin huolellisesti, niin ettei aineisto joudu väärin käsiin eikä kenenkään henkilöllisyys tule paljastumaan missään tutkimuksen vaiheessa. Sekä kirjallisen sopimuksen yhteydessä että varsinaisen tapaamisen alussa, kysyin myös lupaa keskustelujen nauhoittamiseen, jotta voisin kirjoittamisen sijaan, keskittyä täysipainoisesti kuuntelemaan, ja eläytymään, heidän tarinaansa. Kävin myös tutkimuksen tarkoituksen läpi huolellisesti osallistujien kanssa molemmilla tapaamiskerroilla. Tietoisien suostumuksen, informed consent, kautta tutkimukseen osallistuva vahvistaa halukkuutensa tutkimukseen (Kvale 1996, 112–114).

Koen, että tutkimukseni eettistä arvoa nosti se, että olin tuonut osallistujien tietoon mahdollisuuden keskeyttää tai lopettaa kokonaan keskustelutilanne ja että heillä oli myös täysi vapaus itse valita mitä haluavat minulle kertoa. Tarinat toivatkin osalle iäkkäistä mieliin muistoja, joita he eivät halunneet mainitsevan tämän tutkimuksen yhteydessä. Nämä tarinat olen karsinut kokonaan pois tästä tutkimusaineistosta.

8.2 Luotettavuus

Tutkimukseni luotettavuutta tukee se, että suoritin kaiken aineiston keräämiseen,

litterointiin, analyysiin sekä raportointiin liittyvät tehtävät itse. Paunonen ja Vehviläinen-Julkunen (1997, 216) korostavat luotettavuudessa myös osallistujien omaa halukkuutta tutkimukseen, jota itsekin painotin aineistoa kerätessäni.

Koen, että tekemälläni ensikäynnillä, jolloin siis esittelin itseni, työni sekä kysyin mahdollista halukkuutta osallistua tutkimukseen, oli myönteinen vaikutus varsinaiseen aineistonkeruutilanteeseen. Erityisesti koin onnistuneeni luomaan jokaisen osallistujan kanssa lämpimän ja luotettavan suhteen, jolla puolestaan oli merkitystä esimerkiksi siinä, että osallistujat kertoivat tarinoitaan hyvin vilpittömästi ja avoimesti. Tutkimuksen luotettavuutta lisäsi myös se, että nauhoitin kaikki keskustelut, jolloin aineistonkeruu ei jäänyt pelkän ulkomuistini varaan vaan pystyin kokonaan keskittymään iäkkäiden kertomiin tarinoihin. Litterointivaiheessa sain todeta nauhoituksen olleen erittäin hyvä keino aineiston tallentamiseksi, koska tekemieni tallenteiden kautta pystyin litteroinnin lisäksi, palaamaan uudestaan ja uudestaan keskustelutilanteisiin ja näin ikään kuin elämään sen hetken uudestaan. Koin, että nauhoitusten kautta tekemilläni havainnoilla äänenpainoista ja tunteista, joita kerrotut tarinat toivat esiin, oli myös ratkaisevaa merkitystä analyysia tehdessä ja tahdoin sen myös näkyvän suorissa lainauksissa, jotka osaltaan tukevat tutkimukseni luotettavuutta.

Mielestäni tutkimuksen luotettavuutta nostaa lisäksi se, että tutkijalla itsellään on oma mielipide tutkittavan asian tärkeydestä ja että hän haluaa tuoda sen myös mahdollisimman hyvin muille esille. Oma käsitykseni muistelun tärkeydestä on erityisesti tutkimuksen loppuvaiheessa kirkastunut minulle ja koenkin, että alan nyt vasta löytämään, ja kunnolla ymmärtämään, muistelun tärkeyden iäkkäiden arjessa ja elämässä.

9 POHDINTA

Muistelua koskevia tutkimuksia on paljon ja erottuakseen muista, tulisi löytää jotain uutta, erilaista näkökulmaa tutkimusotteeseen. Olen virittävien kehystarinoiden kokeilun kautta pyrkinyt ottamaan uutta askelta vanhustyön muistelumenetelmiin, jonka voisi ottaa käytännön hoitotyöhön mukaan. Kokeilu osoitti selvästi, että tarinankerronnan ja omien muistojensa kautta iäkäs voi kokea olevansa ainutlaatuinen ja että hänen elämäkokemukset ovat arvokkaita. Kokeilun kautta todentui myös se, että muistoja kertomalla muistoista oppii niin iäkäs itse kuin kuulijakin. Tämän koen arvokkaaksi tiedoksi, koska työyhteisössä hyvin usein tarvitsee osata perustella, miksi kannattaa ja tarvitsee tehdä jotakin. Tutkimuksen aikana minulle kirkastui erittäin hyvin se tosiasia, että muistelu ei ole pelkkää viriketoimintaa! Mielestäni aivan liian herkästi ajatellaan sen olevan kuin mitä tahansa ”näpertelyä”. Tokihan muistelu voi olla myös ajankulua, toisten, miksei itsensäkin, viihdyttämistä, mutta ennen kaikkea tulisi hoitoyhteisössä ymmärtää muistelun tuomat todelliset vaikutukset ja mahdollisuudet! Iäkkäiden kertomien muistojen kuunteleminen ja niiden kertaaminen yhdessä iäkkään kanssa tulisi nähdä osana hoitotyötä. Tutkimus osoitti myös, kuinka muistelua voidaan käyttää keinona luoda hyvä hoitosuhde. Muistojen ja elämähistorian ja -kokemusten kautta henkilökunta ymmärtäisi, arvostaisi ja kunnioittaisi iäkästä ja hänen elettyä elämäänsä enemmän.

Olemme jokainen oman elämämme tarinankertojia. Toisilla tarina on vielä kovin lyhyt, kun taas toisilla eletyt vuodet ja kokemukset ovat rikastuttaneet tarinoita jatkopainoksin. Yhteistä kummallekin kuitenkin on, että me toivomme kohtaavamme ihmisen, jolla olisi aikaa ja kiinnostusta kuunnella tätä tarinaa. Koska jokaisella meistä on tarina. Jokainen meistä on tarina. Minkälainen on Sinun tarinasi?

LÄHTEET

- Aaltola, J. & Valli, R. (toim.) 2001. Ikkunoita tutkimusmetodeihin. 1, Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Eskola, J. 1998. Eläytymismenetelmä sosiaalitutkimuksen tiedonhankintamenetelmänä. Väitöskirja: Kuopion yliopisto. Tampere: Tampereen yliopiston julkaisujen myynti.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 1999. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Gibson, F. 2006. Reminiscence and recall : a practical guide to reminiscence work. London : Age Concer.
- Heikkinen, E. & Marin, M. 2002. Vanhuuden voimavarat. Helsinki: Tammi.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 1997. Tutki ja kirjoita. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Hohenthal-Antin, L. 2009. Muistot näkyviksi : muistelutyön menetelmiä ja merkityksiä. Jyväskylä. PS-kustannus.
- Hänninen, J. & Pajunen, T. 2006. Kuoleman kaari. Sairastumisesta, luopumisesta, elämästä. Hämeenlinna: Kirjapaja Oy.
- Janhonen, S. & Nikkonen, M. 2001. Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. Juva: WSOY.
- Korkiakangas, P. 1999. Muisti, muistelu, perinne. Teoksessa: Lönnqvist, B., Kiuru, E. & Uusitalo, E. (toim.) Kulttuurin muuttuvat kasvot : johdatusta etnologiatieteisiin. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.
- Kvale, S. 1996. InterViews. An Introduction to Qualitative Research Interviewing. Thousand Oaks: Sage.
- Lipponen, V. 2006. Läheisyyttä ja etäisyyttä kuoleman lähestyessä. Kuolevan potilaan ja omahoitajan hoitosuhde dialogisen filosofian näkökulmasta tarkasteltuna. Akateeminen väitöskirja. Tampereen yliopisto, hoitotieteen laitos. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy, Juvenes Print.
- Marin, M. & Hakonen, S. (toim.) 2003. Seniori- ja vanhustyö arjen kult-

tuurissa. Jyväskylä: PS-kustannus.

Molander, G. 1999. Askel lyhenee, maa kutsuu : yli 80-vuotiaiden kuolema eletyn elämän valossa. Helsinki : SMS-julkaisut.

Mäki, O. & Stenberg, M. 1997. Meidän kodin muisteluhetki: periaatteita ja ideoita. Vanhustyön keskusliitto: Alzheimer-keskusliitto. Sopi-musvuorisäätiö. Tampere.

Palomäki, S-L. 2004. Suhde vanhenemiseen : iäkkäät naiset elämän-sä kertojina ja rakentajina. Väitöskirja. Jyväskylän yliopisto.

Paunonen, M. & Vehviläinen-Julkunen, K. 1998. Hoitotieteen tutki-musmetodiikka. Porvoo: WSOY.

Reinikainen, P. 2007. Elämänkaarikirjoitus ja ihmisen vuodenajat. Helsinki: Kirjapaja. Saarenheimo, M. 1997. Jos etsit kadonnutta ai-kaa. Tampereen yliopiston väitöskirja. Tampere: Vastapaino.

Sand, H. 2003. Sateenkaaren päästä löytyy kultaa : tutkimus suoma-laisesta saattohoidosta. Tampere : Tampere University Press.

Sillanpää, A. <xxx.xxx@xxx.fi> 6.8.2009. Kommentteja tekstiin. [Hen-kilökohtainen sähköpostiviesti]. Vastaanottaja: Marianne Männistö. [Viitattu 6.8.2009].

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

LIITE 1: Sopimus opinnäytetyöstä

Opiskelijan nimi ja yhteystiedot (puhelin ja sähköposti): Marianne Männistö marianne.mannisto@seamk.fi puh. Xxxx

Koulutusohjelma: Vanhustyön koulutusohjelma

Opinnäytetyön ohjaajan nimi ja yhteystiedot (osoite ja sähköposti):

Sirkka-Liisa Palomäki sirkka-liisa.palomaki@seamk.fi

Yhteistyöorganisaation edustaja:

Pienkoti Kultalanka, Alajärvi/Anita Sillanpää

Opinnäytetyön (15 op) alustava nimi/aihe: Virittävien tarinoiden käyttö iäkkäiden muistelun aktivoimiseksi

Arvioitu aika opinnäytetyön tekemiseen: 6/2009 – 10/2009

Päiväys 5.6.2009

Allekirjoittaneet sitoutuvat siihen, että opinnäytetyön raportti on julkinen asiakirja

Opiskelijan allekirjoitus: _____ xxxx _____

Ohjaajan allekirjoitus: _____ xxxx _____

Yhteistyötahon edustajan allekirjoitus: _____ xxxx _____

HUOM! Sopimukseen mahdollisesti liittyvistä tekijänoikeuksista ja muista erityisehdoista on sovittava erikseen kirjallisesti.