



MUSIIKKIMUISTELUA INNOSTAEN

Musiikkimuisteluryhmä muistihäiriöisille vanhuksille espoolaisessa palvelutalossa

Sosiaalialan koulutusohjelma
Sosionomi
Opinnäytetyö
29.10.2010

Erja Selin
Birgitta Viitamäki

Koulutusohjelma Sosiaalialan koulutusohjelma		Suuntautumisvaihtoehto Sosionomi (AMK)	
Tekijä/Tekijät Erja Selin ja Birgitta Viitamäki			
Työn nimi MUSIIKKIMUISTELUA INNOSTAEN Musiikkimuisteluryhmä muistihäiriöisille vanhuksille espoolaisessa palvelutalossa			
Työn laji Opinnäytetyö		Aika syksy 2010	Sivumäärä 37 + 4 liitettä
TIIVISTELMÄ <p>Vanhusten määrä lisääntyy seuraavien vuosikymmenten aikana merkittävästi yhteiskunnassamme. Muistihäiriöiden kuntouttavalle toiminnalle on tarvetta. Sosiaalipedagoginen musiikkimuistelu on kuntoutusmuoto, joka antaa lisäarvoa vanhusten hyvään elämään. Kuntoutusmetodi on tässä opinnäytetyössä selkeästi mallinnettu ja sen pohjalta on suhteellisen yksinkertaista toteuttaa musiikkimuisteluryhmiä seniori- ja palvelutaloissa sekä hoivakodeissa. Ryhmän ohjaajan ei ole välttämätöntä hallita minkään musiikki-instrumentin taitoa</p> <p>Tämä opinnäytetyö on toiminnallinen. Olemme toteuttaneet musiikkimuisteluryhmän espoolaisessa palvelutalossa muistihäiriöisille vanhuksille, joista jokaiselle oli diagnosoitu lievä tai keskivaikea muistihäiriö. Ryhmä kokoontui kaikkiaan viisi kertaa. Opinnäytetyömme teoreettinen viitekehys on sosiaalipedagogiikka, jonka yksi työmuoto on sosiokulttuurinen innostaminen. Olemme tehneet työn työntekijänäkökulmasta, kuinka työntekijä saisi työkaluja toimia muistihäiriöisen vanhuksen kanssa häntä innostaen. Lisäksi olemme käsitelleet työssämme niitä tietoja ja taitoja, joita työntekijä tarvitsee ohjattaessaan sosiaalipedagogista musiikkimuisteluryhmää. Työstä hyötyvät vanhustenhuollossa hoito- ja ohjaustyössä toimivat sosiaali- ja terveysalan ammattilaiset.</p> <p>Tässä opinnäytetyössä on mallinnettu sosiaalipedagogisen musiikkimuisteluryhmän prosessin kulku. Musiikkimuisteluryhmä vahvisti jäsenten yhteisöllisyyden tunnetta, ja ryhmäläisten musiikin aktivoimien muistojen jakaminen oli kollektiivista. Jokaisen viiden musiikkimuistelukerran rakenne oli samanlainen. Ajan ja paikan orientaatio tuki muistihäiriöisen vanhuksen minuuden rakentumista. Rytmikka ja äänenavaus auttoivat ryhmän jäseniä keskittymisessä ja tarkkaavaisuuden säätelyssä. Musiikkimuistelusesioiden teemana olivat kansanlaulut.</p> <p>Jo viiden musiikkimuistelukerran toteuttamamme testiryhmä antoi selviä viitteitä muistihäiriöisten vanhusten voimaantumisen. Osallisuuden ja osallistumisen kokeminen innosti heitä näkemään itsensä oman elämänsä subjektina. Yhteisesti jaetut musiikin synnyttämät tunteet vahvistivat ja antoivat toivoa sekä tyytyväisyyden tunteen oman elämän hallinnasta.</p>			
Avainsanat muistihäiriöt, musiikkimuistelu, sosiaalipedagogiikka, sosiokulttuurinen innostaminen, vanhuus			

Degree Programme in Social Services		Degree Bachelor of Social Services
Author/Authors Erja Selin and Birgitta Viitamäki		
Title Reminiscence of Music Music for a Group of Older People in a Service House in Espoo		
Type of Work Final Project	Date Autumn 2010	Pages 37 + 4 appendices
<p>ABSTRACT</p> <p>The number of older people will rise considerably in our society in the next twelve years. As a consequence, there will be a need for the rehabilitation of people who have memory disorders. Socio-pedagogical reminiscence of music is a good form of rehabilitation, and at no high costs. The method distinctly modelled in this study is relatively simple to follow in residential homes and institutions for older people. The leader of the group does not necessarily have to be able to play any instrument; the group can well work without accompaniment. In our group, the songs were not accompanied but the leader intensified the melody and rhythms of the songs by clapping hands and by varying the loudness of the singing voice.</p> <p>This study was functional. We arranged five sessions on music reminiscence for a group of older people. Each one of them had been diagnosed as having slight or semi-severe memory disorders. The frame of reference of our work was social pedagogy, one of whose working methods is socio-cultural animation. The point of view of this study was that of the worker's with the aim to find tools to work with older people with a memory disorder and stimulate them. In addition, our study dealt with knowledge and skills which the worker needed when he lead a socio-cultural reminiscence-of-music group. The target group of the study compressed the professionals who worked in nursing and counselling jobs within the social and health care field.</p> <p>Sociopedagogical reminiscence of music is a form of rehabilitation. It provides older people's good lives with added value and inspires them to be masters of their own lives. This study modelled the process in a music reminiscence group. The group strengthened the sense of community among its members and there was collective sharing of memories activated by common music. The structure of every session was similar. The orientation of time and place helped in counselling an old person. Rhythmic and voice opening made it easier for the members of the group to concentrate and to regulate their attention. The topics of the sessions were folksongs.</p> <p>After only five sessions for the older people who had memory disorders, the group showed clear indications of empowerment. The experience of being involved and of participation inspired them to see themselves as masters of their own lives. The common and shared feelings aroused by music strengthened them and gave them hope and a sense of satisfaction at controlling their own lives.</p>		
<p>Keywords memory disorders, old age, reminiscence of music, social pedagogy, socio-cultural animation</p>		

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	3
2	OPINNÄYTETYÖN NÄKÖKULMA.....	4
3	TYÖN VIITEKEHYS JA KESKEISET KÄSITTEET.....	4
3.1	Vanhuus	5
3.2	Dementia	5
3.3	Musiikki	6
3.4	Muistelutyö	7
3.5	Vanhuksen toimintakyvyn ylläpitäminen	8
4	SOSIAALIPEDAGOGINEN TYÖOTE VANHUSTYÖSSÄ.....	9
4.1	Sosiokulttuurinen innostaminen vanhustyössä	9
4.2	Sosiokulttuurinen musiikkimuistelu vanhustyössä	10
5	KONSTRUKTIIVINEN OPPIMISKÄSITYS.....	10
5.1	Muistihäiriöinen vanhus oppijana	10
5.2	Oppiminen sosiokulttuurisen musiikkimuisteluryhmän ohjaajaksi	11
6	MUSIIKKIMUISTELURYHMÄN OHJAUKSEN ERITYISPIIRTEET.....	11
7	TYÖN RAJAUS.....	13
7.1	Työn tavoitteet	13
7.2	Työn ongelmat	13
7.3	Mahdolliset hypoteesit	13
8	TYÖOHJELMA.....	13
8.1	Opinnäytetyön aikataulu ja tutkimuslupa	13
8.2	Rahoitus	14
8.3	Raportointi	14
9	ARVIOINNIN TUKENA KÄYTETYT MENETELMÄT.....	15
9.1	Musiikkimuisteluryhmän toiminnan havainnointi	15
9.2	Videointi	15
10	TAUSTATIEDOT.....	15
10.1	Palvelutalo	15
10.2	Ryhmän koostumus ja kokoontuminen	16
10.3	Toimintaympäristö	17
11	MUSIIKKIMUISTELURYHMÄN ARVIOINTIKRITEERIT.....	18
11.1	Tuokion kulku ja tunnelma eri vaiheissa	18
11.2	Keskinäinen vuorovaikutus (ohjaaja ja ryhmäläiset)	19
11.3	Ryhmän puheenaiheet	19
11.4	Ryhmäläisten sosiaaliset taidot	19
11.5	Ryhmäläisten osallistuminen ja aktiivisuus	20
11.6	Ohjaajan työskentelytapa ja hänen vaikutuksensa ryhmäläisiin	20
12	KUVAUS MUSIIKKIMUISTELURYHMÄN SISÄLLÖSTÄ JA KULUSTA.....	21
12.1	Ryhmän aloitus	22

12.2	Ajan orientaatio	22
12.3	Paikan orientaatio	23
12.4	Rytmiikka ja pöytärummutus	23
12.5	Äänenavaus	24
12.6	Musiikkimuistelusesio	24
12.7	Lopetus	24
13	MUSIIKKIMUISTELURYHMÄN TOTEUTUKSEN ARVOINTI.....	25
13.1	Tuokion kulku ja tunnelma	26
13.2	Keskinäinen vuorovaikutus ja puheenaiheet	26
13.3	Ryhmäläisten sosiaaliset taidot	28
13.4	Ryhmäläisten osallistuminen ja aktiivisuus	28
13.5	Ohjaajan työskentelytapa ja hänen vaikutuksensa ryhmäläisiin	28
14	SOSIAALIPEDAGOGISEN MUSIIKKIMUISTELURYHMÄN OHJAAJAN SYVENTÄVÄT TAIDOT	29
15	JOHTOPÄÄTÖKSET	31
16	POHDINTA.....	32
16.1	Tekijöiden työnjako	32
16.2	Yhteistyö palvelutalon kanssa	33
16.3	Työn eteneminen	33
16.4	Toteutuksen arviointi	34
16.5	Tavoitteisiin pääsyn arviointi	34
16.6	Jatkokehitys	35
LÄHTEET	36
LIITTEET	Liite 1. Tutkimuslupahakemus Liite 2. Laulukirjan sisällysluettelo Liite 3. Laulukirjan kansilehti Liite 4. Musiikkimuisteluryhmän arviointilomakkeet tiivistetyssä muodossa	

1 JOHDANTO

Olemme toteuttaneet toiminnallisen opinnäytetyön espoolaisessa palvelutalossa. Pidimme musiikkimuisteluryhmän kahdeksalle muistihäiriöisille vanhuksille, joista jokaisella oli diagnosoitu lievä tai keskivaikea muistihäiriö. Ryhmä kokoontui viisi kertaa. Jokaisen musiikkimuistelukerran rakenne oli samanlainen. Ajan ja paikan orientaatio tuki muistihäiriöisen vanhuksen ohjaamista. Rytmikka ja äänenavaus auttoivat ryhmän jäseniä keskittymisessä ja tarkkaavaisuuden säätelyssä. Musiikkimuistelun teemana olivat kansanlaulut. Toteuttamassamme ryhmässä lauluja ei säestetty, vaan ohjaaja tehosti laulujen melodisuutta ja rytmiä taputuksilla ja lauluäänen voimakkuuden vaihteluilla.

Musiikkimuistelun työprosessi ja sen arviointikriteerit suunniteltiin ennalta valmiiksi ja ne ovat helposti luettavissa tämän opinnäytetyön selostuksesta ja kuvioista. Niiden pohjalta työntekijän on helppo toteuttaa musiikkimuistelua muistihäiriöisille vanhuksille. Tavoitteenamme on ollut musiikkimuisteluryhmän ohjaajalta vaadittavien taitojen lisäksi uuden sosiaalipedagogisen kuntoutusmuodon kehittäminen muistihäiriöisille vanhuksille. Tässä opinnäytetyössä on mallinnettu sosiaalipedagogisen musiikkimuisteluryhmän prosessin kulku. Sosiaalipedagoginen musiikkimuistelu on kuntoutusmuoto, joka antaa lisäarvoa vanhusten hyvään elämään ja innostaa heitä olemaan oman elämänsä subjekteja.

Työmme teoreettinen viitekehys on sosiaalipedagogiikka, jonka teorian muodostukseen kuuluu sosiokulttuurinen innostaminen. Vanhustyössä on perinteisesti käytetty yhteislaulua päivätoiminnassa, hoivakodeissa sekä palvelutaloissa. Innostava musiikkimuistelu poikkeaa perinteisestä yhteislaulusta siten, että sosiokulttuurinen musiikkimuistelu muistihäiriöisille asiakkaille on tavoitteellista toimintaa.

Viiden musiikkimuistelukerran perusteella pystyimme toteamaan, että sosiaalipedagoginen musiikkimuisteluryhmä antoi vanhuksille lisäarvoa hyvään elämään. Vanhukset kokivat ryhmässä olon positiivisena asiana ja musiikin aktivoimien muistojen jakaminen oli kollektiivista.

2 OPINNÄYTETYÖN NÄKÖKULMA

Opinnäytetyömme on toiminnallinen. Teimme työn työntekijänäkökulmasta, kuinka työntekijä saisi työkaluja toimia muistihäiriöisen vanhuksen kanssa tätä innostaen. Lisäksi työssämme käsitellään niitä tietoja ja taitoja, joita työntekijä tarvitsee ohjattaessa sosiaalipedagogista musiikkimuisteluryhmää. Työn on tarkoitettu vanhustenhuollossa hoito- ja ohjaustyössä toimivien sosiaali- ja terveystieteiden ammattilaisten käyttöön.

Nykyistä työntekoa hoitoalalla leimaa kiire, tehokkuuden tavoittelu ja suorituskeskeisyys vaikka tärkeää olisi kohdata ihminen (Palomäki – Toikko 2007: 271–273). Pahimmassa tapauksessa sekä työntekijät että vanhus itse näkevät vanhuksen vain hoito- ja hoitomenpiteiden kohteena, ei aktiivisena toimijana. Vanhuksella taas on aikaa, mutta hän ei kykene yksin välttämättä hyödyntämään sitä. Sosiaalipedagoginen innostava musiikkimuistelu on kuntouttava vaihtoehto muistohäiriöisten vanhusten elämänlaadun kohottajana. Huolellisesti valmisteltu musiikkimuistelutuokio antaa vanhukselle tunteen, että hänen elämänsä on merkityksellistä.

Vanhusten määrä lisääntyy seuraavien vuosikymmenten aikana merkittävästi yhteiskunnassamme. Muistihäiriöiden myös lisääntyessä muistihäiriöiden kuntouttavalle toiminnalle on tarvetta. Sosiaalipedagoginen musiikkimuistelu on yksi hyvä kuntoutusmuoto, joka ei ole kustannuksiltaan korkea. Kuntoutusmetodi on tässä työssä selkeästi mallinnettu ja sen pohjalta on suhteellisen yksinkertaista toteuttaa musiikkimuisteluryhmiä seniori- ja palvelutaloissa sekä hoivakodeissa. Ryhmän ohjaajan ei ole välttämättä hallita minkään musiikki-instrumentin taitoa, vaan musiikkimuisteluryhmä voidaan toteuttaa ilman säestystä.

3 TYÖN VIITEKEHYS JA KESKEISET KÄSITTEET

Opinnäytetyömme teoreettisena viitekehysenä on sosiaalipedagogiikka, jonka teorian muodostukseen kuuluu yhtenä osana sosiokulttuurinen innostaminen. Työmme oppimiskäsityksenä on konstruktiivinen oppimisteoria. Opinnäytetyömme keskeisimmät käsitteet ovat vanhuus, muistihäiriöt, musiikki, muistelutyö ja toimintakyvyn ylläpitäminen.

3.1 Vanhuus

Vanhuus ei ole sairaus ja kaikki dementiaa sairastavat eivät ole vanhuksia. Vanheneminen on osa elämänkaarta. Elimistön eri osien vanhenemismuutokset voivat ilmetä vaihtelevalla nopeudella. Tämä tarkoittaa sitä, että ikääntyvällä ihmisellä voi joissain elintoiminnoissa näkyä selviä vanhenemisoireita, kun taas samanaikaisesti monet muut toiminnot näyttävät vielä paranevan. (Tilvis – Strandberg – Vanhanen 1997.)

Vanhenemisen nopeus on yksilöllistä. Siksi vanhuuden alkamisiän määrittely on osoittautunut vaikeaksi. Usein sosiaalipoliittisissa ratkaisuissa käytetään kalenteri-ikää. Suomessa vanhuuden katsotaan alkavan yleisessä eläkeiässä: 65 – 74 vuotiaista käytetään nimitystä ”nuoret vanhukset”, yli 75 – vuotiaista ”varsinaiset vanhukset” ja 85 – vuotiaista ”vanhat vanhukset”. (Tilvis ym. 1997.)

3.2 Dementia

Laaja-alaiset muistin ja tiedonkäsittelyn vaikeudet aiheuttavat dementian. Muistihäiriöiden lisäksi oireyhtymään kuuluu vähintään yksi tai useampi seuraavista oireista: kognitiivisen tason lasku, tunnistamisen vaikeutuminen, kielellisten kykyjen häiriö ja kätevyden heikkeneminen. (Granö 2007: 156.) Useimmiten dementian syynä on jokin etenevä muistisairaus, kuten Alzheimerin tauti, otsalohkon rappeutumissairaus, aivoverenkiertosaireus tai Lewyn kappale-tauti. (Granö 2007: 156.)

Dementoituneella ihmisellä on heikentynyt kyky jäsentää suurempia kokonaisuuksia sekä ymmärtää vertauskuvallisia ilmauksia ja suunnitella päivittäisiä toimintoja (Huttunen 2008). Muistihäiriö on dementiaassa etenevä, ei siis ohimenevä tai pysyvä (Karlsson 2009).

Dementoivan sairauden eteneminen on yksilöllistä. Ikä on dementian suurin riskitekijä ja diagnoosin saaminen tapahtuu usein vanhuuden kynnyksellä noin 80 – 85 vuoden iässä. Yleisin dementoiva sairaus on Alzheimerin tauti ja se on taustalla 70 prosentissa kaikista dementiatapauksista. (Granö 2007: 156.)

Sairastuneet eivät mielellään puhu alkuvaiheessa dementiaasta sen masentavan leiman vuoksi. Muistisairaus koetaan hyväksi termiksi kuvaamaan lievää dementiaa. Varsinaista dementia-nimitystä käytetään vasta taudin viimeisistä vaiheista. Puhekielessä demen-

tia-nimitys on yleistynyt koskemaan kaikkia muistihäiriöitä. Tässä työssä puhumme muistihäiriöistä, kun tarkoitamme lieviä ja keskivaikeita dementiaan oireita.

Dementiaan etenemistä ja lääkityksen vaikuttavuutta seurataan pääasiassa MMSE- testillä, jossa maksimipistemäärä eli virheetön tulos on 30 pistettä. Testi mittaa älyllisten toimintojen eri osa-alueita: orientaatiota, keskittymistä, muistia, kielellisiä toimintoja ja hahmotusta. Lievässä dementiaan pistemäärä on 18 – 26, keskivaikeassa 10 – 22 ja vaikeassa 0 – 12. (Karlsson 2009.) Suuri joukko dementoituvia ihmisiä pystyy tälläkin hetkellä elämään Suomessa pitkään omassa kodissaan suunnitelmallisen tuen turvin (Granö 2007: 159).

Yleisen eläkeiän ylittäneiden ihmisen fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen toimintakyky voi olla hyvin erilainen. Tässä työssä käsittelemme vanhuksia, joiden toimintakyky muistisairaudesta on heikentynyt niin, että he tarvitsevat ympärivuorokautista valvontaa.

3.3 Musiikki

Jo pieni lapsi reagoi musiikkiin (Taipale 1998: 68). Äidin laulu rauhoittaa lasta. Musiikilliseen kokemukseen liittyy miltei aina jokin tunne, emootio (Jukkola 2003:173). Ihmisen kasvaessa ja kehittyessä musiikki ja sen kokeminen on mukana eri elämänvaiheissa ja ilmiöissä. Käsitelmä omasta itsestä vahvistuu ja muuttuu, samalla muuttuu myös musiikin merkitys ihmiselle itselleen. (Taipale 1998: 69 - 70).

Eri ikäkausien aikaiset musiikkiin liittyvät tunnekokemukset kuitenkin säilyvät muistoissa, vaikka emme niitä tietoisesti tunnista. Kuultuamme jonkin tietyn, meille merkityksellisen kappaleen, mieleemme muistuu tunne, jonka se aikoinaan meissä herätti. Näitä tunteita muistelu tuo esiin myös vanhuksilla. Musiikki herättää vanhuksessa eloon vanhoja kokemuksia ja muistoja. Sen avulla voi purkaa myös sisällään olevia ahdistuksen ja surun tunteita turvallisesti. (Taipale 1998: 69 -70.)

Musiikki tavoittaa varsinkin dementoituneet joilla ei välttämättä enää ole sanoja ilmaisemaan tunteitaan. Vaikka ihmisen muut älylliset kyvyt olisivat heikentyneet, mahdollisuus kommunikoida musiikin avulla sekä musiikilliset valmiudet säilyvät lähes ennallaan. Vanhojen laulujen rytmi ja sävel ovat muistissa ja ne palauttavat vanhukselle edelleen mieleen niihin liittyvät merkitykset. (Taipale 1998:71.)

3.4 Muistelutyö

Muistelu toimii vanhuksen oman elämän uudelleen hahmottajana. Se rakentaa siltaa vanhuksen eletyn elämän ja nykyisyyden välille, sitoo yhteen menneisyyden ja nykyisyyden. (Koskinen – Aalto – Hakonen – Päivärinta 1998:187; Mäkisalo - Ropponen 2007:116.) Muistellessaan hän löytää elämästään uusia asioita ja tulkitsee mennyttä uudella tavalla. Asioille tulee uusia merkityksiä, joiden avulla vanhus voi rakentaa minuuttaan uudelleen. Vaikeat elämäntilanteet ja raskaat muistot nähdään uudessa valossa. Ne voidaan hyväksyä osana elettyä elämää. Hyvät muistot muistuttavat elämän kauneudesta ja onnistumisista, surulliset ja vaikeat muistot taas siitä, että vaikeudetkin voi voittaa. (Hohenthal - Antin 2009: 16 -17.)

Muistihäiriöiset vanhukset joutuvat rakentamaan joka päivä oman minäkuvansa uudelleen. Esimerkiksi Alzheimerin tauti, joka on muistisairauksista yleisin, edetessään vaurioittaa hyvin paljon muistikuvia menneisyydestä. Muistelun avulla vanhus löytää joka päivä oman minuutensa ja hänellä on mahdollisuus elää merkityksellisempää elämää.

Elämäntarinaansa kertoessaan vanhus luo tavoitteita elämälleen ja jäsentää uudelleen suhdettaan itsensä ja maailman välillä. Muistelu voi toimia vanhuuden kehitystehtävän tukena, se toimii eheyttäjänä ja lisää elämänhallintaa. (Koskinen ym.1998:185.) Vanhuuden edetessä ihmisen psyykkinen, sosiaalinen ja fyysinen toimintakyky heikkenee. Tutkimusten perusteella etenkin 85 ikävuoden jälkeen vanhuksen avuntarve fyysisen toimintakyvyn heiketessä lisääntyy merkittävästi. Tilalle tulevat henkiset arvot, joita muistelu tukee erinomaisesti. Työmme kohderyhmänä ovat vanhukset, joilla on keski- vaikea tai lievä muistihäiriö. Muistihäiriöt asettavat rajoituksia perinteisille vanhusten muisteluryhmien ohjaamiselle. Sosiaalipedagogisen musiikkimuisteluryhmän ohjaajan on hallittava erityisryhmien ohjaaminen.

Vanhuksen tarina nivoutuu osaksi yhteistä, kollektiivista tarinaa (Koskinen ym. 1998:185). Muistelu rakentaa myös hoivakodissa tai palvelutalossa asuvan ryhmän mehenkeä. Muistelulla on sosiaalipedagoginen funktio, koska sosiaalipedagogiikan teorian muodostuksen mukaan ihminen eheytyy oikeassa suhteessa yhteiskuntaan. Muistelu on sosiokulttuurista toimintaa, jossa muistelija on pääroolissa.

Vanha ihminen on elänyt monenlaisessa ajassa. Kertoessaan elämäntarinaansa hän samalla siirtää jälkipolville mennyttä maailmaa ja kulttuuriperintöä sekä oman perheen ja

suvun historiaa. (Hakonen 2003:131; Koskinen ym.1998:187.) Suurimmaksi osaksi tämän hetkisen vanhustenhuollon asiakkaat ovat kokeneet sodan. Evakkomatkat, sotalapivuodet, pommitukset ja pula elintarvikkeista on ollut vaativaa aikaa sota-ajan lapsille ja nuorille. Vanhukset voivat siirtää kulttuuriperintönä sota-ajan tunnelmia lapsilleen, mutta yhteisten rankkojen kokemusten paras ymmärrys löytyy samassa elämäntilanteessa eläneiden kesken. Musiikkimuisteluryhmässä jaetut erittäin rankat elämäntarinat antavat mahdollisuuden vertaistukeen.

Muistelu lähentää vanhuksen ja työntekijän suhdetta. Muistelu tuo kuuluviin vanhuksen oman äänen ja antaa hänelle tunteen tasavertaisuudesta työntekijän kanssa. Näin myös vanhus ja hänen elämänsä tulee tutummaksi työntekijälle ja ympäristölleen. (Hakonen 2003:131; Koskinen ym.1998:187.) Vanhustyössä avain muistihäiriöisen asiakkaan ymmärrykseen on saada yhteys hänen menneisyyteensä. Vanhus ei välttämättä itse pysty spontaanisti tuottamaan hoitohenkilökunnalle elämänsä tarinaa, mutta musiikin aktivoimina tunteet purkautuvat sanallisina muistoina.

3.5 Vanhuksen toimintakyvyn ylläpitäminen

Kuntoutusta ovat toimenpiteet, jotka auttavat ihmistä toimimaan joko itsenäisesti tai tuettuna niin, että hän pystyy elämään mahdollisimman normaalia elämää. Sen tavoitteena on parantaa ja ylläpitää henkilön toimintakykyä sekä lisätä hänen elämänhallintaansa ja parantaa elämänlaatua. Kuntoutustoiminnan lähtökohtana ovat muistihäiriöisen omat voimavarat. (Pirttilä 2004:12.) On tärkeää tietää missä vaiheessa dementian eteneminen on, jotta voidaan suunnata oikeanlaista toimintaa (Lundgren 2004a:14). Dementoivissa sairauksissa toimintakyky muuttuu sairauden edetessä. Lievässä muistihäiriössä on tärkeää ylläpitää nykyistä toimintakykyä sekä harjaannuttaa jäljellä olevia taitoja ja kykyjä sekä tarvittaessa kehittää vaihtoehtoisia toimintamalleja selviytymiseen. Keskvaikeassa muistihäiriössä tarvitaan jo yksilöllisempiä toimia toimintakyvyn tukemiseksi (Pirttilä 2004:12 -13).

Muistikuntoutus on dementoivia sairauksia sairastavan henkilön käytetyin terapiamuoto (Pirttilä 2004:13). Ryhmämuotoisena se tarjoaa vanhukselle mahdollisuuden olla aktiivinen, tasa-arvoinen toimija muiden ryhmäläisten kanssa (Virkola 2006:11). Myös liikunta vaikuttaa aivot toimintaan aktiivisesti (Pirttilä 2004:17). Lisäämällä muisteluun musiikin ja rakentamalla muistelusessiosta tavoitteellisen toiminnan, on muistikuntou-

tuksen vaikuttavuus vahvempi. Musiikki on emootioita ja stimuloi aivojen muistikeskuksia (Ahonen 1993: 53).

4 SOSIAALIPEDAGOGINEN TYÖOTE VANHUSTYÖSSÄ

Sosiaalipedagogiikan tavoitteena on vaikuttaa ja saada aikaan sosiaalista muutosta ihmisen jokapäiväisessä elämässä ja parantaa elämän laatua. Se tapahtuu ihmisen vapaaehtoisesta osallistumisesta kautta, mutta on kuitenkin tavoitteellista toimintaa ja sillä on pedagoginen perusta. (Hämäläinen - Kurki 1997:204,205.) Sosiaalipedagogiikalla on kaksi tehtävää. Edistää ihmistä kasvamaan osaksi yhteiskuntaa ja toisena tavoitteena tukea ihmistä hänen omassa henkilökohtaisessa kasvussaan. Vanhuksella tämä tarkoittaa sitä, että ihmistä tuetaan kohtaamaan vanhuus normaalina elämänvaiheena. Sosiaalipedagogiikka kiinnittää huomionsa erityisesti syrjäytyneisiin ja syrjäytymisuhan alla oleviin ihmisiin. Siten se sopii palvelutaloissa ja ympärivuorokautista hoivaa tarvitsevien vanhusten elämänlaadun parantamiseen. (Kurki 2007:30,31.)

4.1 Sosiokulttuurinen innostaminen vanhustyössä

Sosiokulttuurinen innostaminen on yksi sosiaalipedagogisen työn työmuodoista. Innostamisessa on aina mukana kolme ulottuvuutta: pedagoginen, sosiaalinen ja kulttuurinen. Innostamisessa on aina jokin tavoite ja päämäärä (Kurki 2007:71,72.) Työntekijä toimii työssään innostajana. Hän on herättelijä ja mahdollistaja aikaansaaden prosesseja, joissa toimijoina ovat ihmiset itse. Innostaminen kohdistuu samanaikaisesti sekä koko ryhmään, että jokaiseen ryhmän jäsenen yksilönä. Näin ihmiselle tulee mahdollisuus sekä tutustua itseensä että myös ryhmään ja ympäröivään todellisuuteen. (Hämäläinen - Kurki 1997:205.)

Vanhustyössä sosiaalipedagogisen toiminnan tavoitteena on vanhuksen elämänhallinnan tukeminen (Hämäläinen 1999:33). Innostamisessa vanhus nähdään toimijana eikä toiminnan kohteena. Konkreettisesti aktiivinen toimijuus toteutuu sosiaalipedagogisessa musiikkimuisteluryhmässä siten, että nuoruudessa opittu jonkin musiikki-instrumentin hallinta säilyy vanhuksella muistihäiriöstä huolimatta.

4.2 Sosiokulttuurinen musiikkimuistelu vanhustyössä

Olemme tässä toiminnallisessa opinnäytetyössä toteuttaneet viisi musiikkimuisteluker-
taa, joiden teoreettisena perustana oli sosiokulttuurinen innostaminen. Jokaiselle tapaa-
miskerralle asetettiin ennalta määrätyt tavoitteet, jotka arvioitiin ryhmän jälkeen. Sosio-
kulttuurisen innostamisen teoreettinen tietoperusta valittiin vanhustenhuollon kuntou-
tusmuodon teoriaksi. Innostamisen tavoitteena on aikaansaada muutosta ihmisen joka-
päiväisessä elämässä ja parantaa elämän laatua. (Hämäläinen - Kurki 1997:205.)

5 KONSTRUKTIIVINEN OPPIMISKÄSITYS

Konstruktiivinen oppimiskäsityksen mukaan ihminen valikoi tietoa jo havainnoidessaan
aiemmin oppimansa tiedon perusteella ja sulauttaa sen aikaisempaan tietoonsa. Vas-
taanotetun tiedon luonne muuttuu näin oppijasta riippuen. Tähän vaikuttavat myös oppi-
jan omat odotukset ja tavoitteet. Konstruktiivisessa oppimiskäsityksessä korostetaan
oppijan omaa aktiivisuutta oppimisessa. Siihen liittyy olennaisesti myös oppijan vuoro-
vaikutus ympäristön kanssa. Opettajan tehtävänä on järjestää sellainen ympäristö, joka
tukee oppimista ja jossa on tietoa saatavilla. (Kauppila 2007:38,39,40.) Oppijana voi
olla myös koko ryhmä, opettaja mukaan lukien ja siinä korostetaan yhteistoiminnalli-
suutta sekä osallistumista (Puolimatka 2002: 33,44).

5.1 Muistihäiriöinen vanhus oppijana

Muistihäiriöinen vanhus pystyy omaksumaan uutta tietoa, mutta hän tarvitsee oppiak-
seen uuden asian omaksumiseen useita kertoja saman asian toistoja. Sosiaalipedagogi-
sen musiikkimuisteluryhmän ohjaajan pedagogiseksi teoriaksi soveltuu hyvin konstruk-
tiivinen oppimiskäsitys, jossa ohjaaja huomioi muistisairauksien vaatimat erityispiirteet.
Dementoivat sairaudet vähentävät lähimuistin taitoja, mutta sen sijaan vanhat asiat säi-
lyvät pitkäkestoisessa muistissa. Sen vuoksi uusien taitojen omaksuminen voi viedä
muistihäiriöiseltä vanhukselta aikaa useita kuukausia.

Konstruktiivisessa oppimiskäsityksessä oppija tulkitsee maailmaa omien merkitysjärjes-
telmiensä kautta, samalla tulkiten myös itseään. Hän näkee ympäröivän todellisuuden
oman itsensä kautta. (Puolimatka 2007:42.) Samalla hän rakentaa maailmaansa uudel-
leen. Oppilas on oman oppimisensa subjekti. Muistihäiriöinen oppija joutuu rakenta-

maan joka päivä oman minuutensa. Sosiaalipedagoginen musiikkimuisteluryhmä vahvistaa oppijan minuuden rakentamista, koska musiikkimuisteluryhmään liittyy olennaisena osana kuntouttavan toiminnan lisäksi opetustapahtuma. Ilman konstruktivistista pedagogista teoriaa sosiokulttuurinen musiikkimuisteluryhmä ei ole tavoitteellista toimintaa.

5.2 Oppiminen sosiokulttuurisen musiikkimuisteluryhmän ohjaajaksi

Sosiaali- ja terveystieteiden ammattilaisilla on hyvät valmiudet oppia sosiokulttuurisen musiikkimuisteluryhmän ohjaajaksi. Konstruktivisen oppimiskäsityksen mukaan ihminen valikoi tietoa jo havainnoidessaan aiemmin oppimansa tiedon perusteella ja sulauttaa sen aikaisempaan tietoonsa (Kauppila 2007:38,39,40). Olemme viiden musiikkimuistelutestiryhmän perusteella määritelleet ohjaajalta vaadittavat syventävät taidot, jotka ovat esitelty kuviossa kahdeksan. Sosiaalipedagogista musiikkimuisteluryhmää pystyy kuitenkin ohjaamaan jo ryhmän ohjaajalta vaadittavilla perustaidoilla, jotka ovat musiikin tuntemus, dementoivien sairauksien tunteminen ja ilmaisullisten menetelmien hallinta ohjaustyössä (kuvio 1). Luovien menetelmien ohjaustyö ei ole opittavissa pelkän teoreettisen tiedon pohjalta, vaan vaatii ohjaajalta herkkyyttä ja kykyä innostamiseen.

6 MUSIIKKIMUISTELURYHMÄN OHJAUKSEN ERITYISPIIRTEET

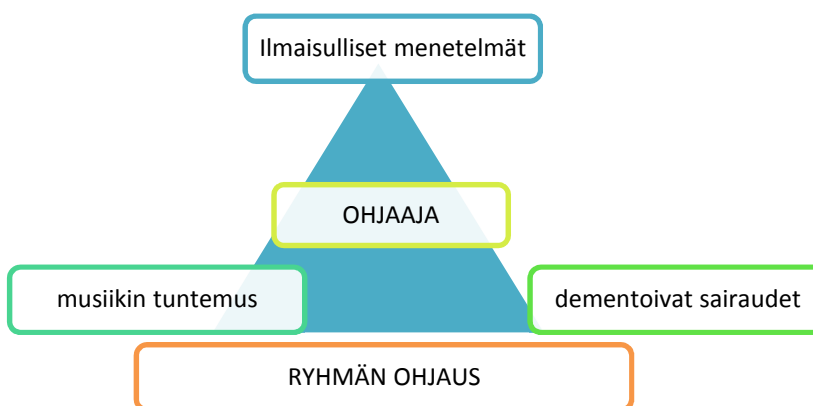
Muistisairaiden henkilöiden kommunikaatiotaidot ovat heikentyneet eivätkä he pysty normaaliin vuorovaikutukseen. Sosiaalipedagogisessa lähestymistavassa tärkeintä on kohdata ihminen kaikessa siinä mitä tehdään (Hämäläinen 1999:68). Siksi ohjaajan on kyettävä toimimaan tavoitteellisessa vuorovaikutuksessa muistihäiriöisen vanhuksen kanssa ja huomioitava juuri heidän erityistarpeensa (Mäkisalo - Ropponen 2007:132; Hämäläinen 1999:74). Ryhmän ohjaajan on konstruktivisen oppimiskäsityksen mukaisesti tunnettava ryhmäläisten oppimisprosessi sekä tiedolliset valmiudet, jotta hän pystyy tukemaan heitä siinä (Puolimatka 2007:44).

Sosiaalipedagogiseen työotteeseen kuuluu myös elämyksellisyys, siksi muisteluryhmän ohjaajalla on hyvä olla valmiudet ilmaisullisten menetelmien ohjaamiseen (Hämäläinen 1999:67). Lisäksi musiikkimuisteluryhmän ohjaajan on hyvä tuntea ryhmän vanhuksille tuttua musiikkia. Ohjaajalla on oltava kyky nähdä ryhmäläisten sanattomia viestejä, koska muistihäiriöinen ihminen ei välttämättä osaa pukea tunteitaan sanoiksi. Hänen on

osattava eläytyä sen hetkiseen tilanteeseen ja oltava aidosti läsnä. Lisäksi hänen on oltava samalla aaltopituudella ryhmäläisten kanssa (Ahvo 1999:11; Mäkisalo - Ropponen 2007:132). Muistihäiriöisen henkilön kehollinen ja kielellinen ilmaisutaito laskee sairauden edetessä, joten ohjaajan eläytymiskyky korostuu työprosessin aikana.

Ohjaajan on puhuttava selkeästi ja kiireettömästi lyhyitä lauseita, jotta muistihäiriöinen ehtii käsitellä sanotun asian. (Laine – Ruishalme – Salervo – Sivén – Välimäki 2007: 327.) Ohjaajan liian monisanainen kysely voi tehdä kohtaamistilanteen levottomaksi. Muistihäiriöiselle vanhukselle ei ole hyvä esittää suoria kysymyksiä. Hän kokee kysymykset ahdistavina ja keskustelu voi tuntua kuulustelulta, jos hän ei muista. Parempi vaihtoehto olisi tehdä johdattelevia kysymyksiä, jolloin vastaus annetaan jo puoliksi valmiina. Tärkein asia sanotaan heti lauseen alussa, käytetään henkilölle tuttuja sanoja ja kerrataan viesti usein. Vältetään kieltoja ja älä-sanoja, koska silloin muistihäiriöinen henkilö muistaa vain sen, mitä ei saa tehdä. Annetaan mieluummin positiivisia ohjeita. Puhetta voidaan tehostaa eleillä ja käyttää apuna esineitä tai valokuvia. Keskustelukumppanin nimeä toistetaan keskustelun aikana ja luodaan häneen katsekontakti.

Koska jokainen ryhmän jäsen sairastaa etenevää dementoivaa sairautta, on lisäksi muistisairauksien syvällinen tunteminen välttämätöntä. Vanhuudessa ihmisen psyykinen, fyysinen ja sosiaalinen toimintakyky laskee, joten lisäksi vanhenemisen prosessin ymmärtäminen on ryhmän ohjaajille tarpeellista. Kuviossa 1 on kuvattu sosiaalipedagogisen musiikkimuisteluryhmän ohjaajan perustaidot.



KUVIO 1. Sosiaalipedagogisen musiikkimuisteluryhmän ohjaajan perustaidot.

7 TYÖN RAJAUS

Opinnäytetyömme on toiminnallinen. Se soveltuu hyvin työmme toteutukseen, koska toiminnallisuus, ihmisten osallistuminen ja osallistaminen on ominaista sosiaaliskulttuuriselle työorientaatiolle (Kurki 2007:70). Pidimme viisi noin tunnin kestäväää musiikkimuistelutuokiota espoolaisen palvelutalon muistihäiriöisille vanhuksille. Musiikkimuisteluryhmän koko oli kahdeksan henkilöä, joista jokaisella on keskivaikea tai lievä muistihäiriö.

7.1 Työn tavoitteet

Tavoite 1. Millainen on sosiaalipedagogisesti innostava musiikkimuisteluryhmä muistihäiriöisille vanhuksille?

Tavoite 2. Miettiä mitä musiikkimuistelua ohjaavan työntekijän on hallittava, voidakseen mahdollistaa ryhmäläisille innostumisen kokemuksia?

7.2 Työn ongelmat

Toiminnallisen opinnäytetyön prosessin vaikuttavuutta on vaikea mitata. Työssämme ei ole helposti ja nopeasti mitattavissa olevia elementtejä. Siksi voimme vain kuvata toteuttamamme musiikkimuistelukerrat ja pohtia niitä teorianamme kautta.

7.3 Mahdolliset hypoteesit

Muistelua ja musiikkia on käytetty jo useita vuosia muistihäiriöisten vanhusten kuntoutuksessa. Yhdistämällä muisteluun musiikin ja rakentamalla musiikkimuistelusta tavoitteellista toimintaa, jolla on sosiokulttuurisen innostamisen elementtejä, syntyy sosiaalipedagogista toimintaa, joka soveltuu hyvin muistihäiriöisten vanhusten hoiva- ja kuntoutustyöhön.

8 TYÖOHJELMA

8.1 Opinnäytetyön aikataulu ja tutkimuslupa

Tutkimuslupa saatiin kesäkuussa 2010 espoolaisen palvelutalon toiminnanjohtajalta.

Opinnäytetyön aikataulu on kuvattu kuviossa 2.



KUVIO 2. Opinnäytetyön aikataulu.

8.2 Rahoitus

Kustannuksia työn toteuttamiselle syntyi laulukirjan kopioinnista ja materiaalikustannuksista, matkakuista sekä muista opinnäytetyöhön liittyvistä oheiskuluista. Rahoitusta haettiin Toimihenkilöunionin ja Tehyn ja ammattiliitoista sekä Vanhustyön keskusliitosta ja Muistiliitosta

8.3 Raportointi

Valmis opinnäytetyö esitellään Espoossa tutkimuksen kohteena olleen vanhusten palvelutalon henkilökunnalle joulukuussa 2010. Työ julkaistaan myös sähköisesti Metropolia Ammattikorkeakoulun opinnäytetyötietokannassa.

9 ARVIOINNIN TUKENA KÄYTETYT MENETELMÄT

9.1 Musiikkimuisteluryhmän toiminnan havainnointi

Muisteluryhmän havainnointi suoritettiin osallistuvana havaintona. Siinä havainnoitsija oli mukana ryhmässä ja osallistui myös sen toimintaan. Havainnointi voidaan kertoa tutkittaville tai jättää kertomatta. Havainnoitsija pyrkii vaikuttamaan mahdollisimman vähän tapahtumien kulkuun. (Eskola - Suoranta 2008:98,99,100.) Työssämme toinen opinnäytetyön tekijöistä, Birgitta toimi havainnoitsijana. Tämä kerrottiin ryhmäläisille jokaisella kerralla. Havainnoitsija istui pöydän ääressä osana muuta ryhmää, osallistui lauluihin mutta ei osallistunut keskusteluun.

9.2 Videointi

Videointi on hyvä tarkasteltaessa ryhmän toimintaa sekä myös ohjaajan omaa toimintaa ryhmässä (Semi 1999:7). Musiikkipedagogi Ava Numminen (2010) esitti ohjauskeskustelussa, että ryhmän kolmas ja neljäs kerta olisi hyvä videoida. Kolmannella kerralla ryhmä on yleensä jo päässyt hyvin käyntiin ja neljännellä kerralla voidaan ehkä havaita jo muutoksia ryhmäläisten käyttäytymisessä. Koska aikaa tutkimusluvan saamisesta ryhmän alkuun oli vain viikko, emmekä olisi tässä aikataulussa saaneet hankittua asianmukaisia lupia osallistujilta, palvelutalon johtaja ei antanut lupaa videoinnille ja olimme itse samaa mieltä.

10 TAUSTATIEDOT

10.1 Palvelutalo

Palvelutalossa asuu 140 vanhusta. Siellä toimii myös oma muistiongelmiin erikoistunut lähihoitaja. Talon toiminnassa on korostettu muistipulmien ennaltaehkäisyä. Muistelua on toteutettu eri keinoin, esimerkiksi järjestämällä muistijumppaa ja muistirasteja. Palvelutalossa asuu senioriasukkaita, jotka maksavat ainoastaan vuokran ja palvelutalomaksun. Hoivapalveluiden piirissä on noin kolmannes palvelutalon asukkaista. Ennen vaikean dementian astetta asukkaat pyritään siirtämään hoivakoteihin, joissa henkilökuntaresurssit on mitoitettu tehostettua asumispalvelua ja hoivaa tarvitseville asiakkaille.

Palvelutalon oma dementiayksikkö on mitoitettu ainoastaan kahdelletoista asukkaalle. Lähi-, sairaan- ja terveydenhoitajat muodostavan oman palveluyksikön palvelutalon organisaatiossa. Fysioterapeutti, sosionomi ja muistihoitaja on palkattu määräaikaisesti projektitöihin Raha-automaattiyhdistyksen avustuksilla. Lisäksi palvelutalossa on oma kotipalveluyksikkö, jonka työntekijät huolehtivat asukkaiden huoneistojen siivoukset ja pyykkipalvelun muiden yhteisten tilojen lisäksi. Hallinnollisella sektorilla palvelutalossa on toiminnanjohtajan lisäksi kolme työntekijää. Päätoimisesti kiinteistönhuollosta huolehtii yksi huoltomies. Palvelutalossa hoitohenkilökunta ei osallistu siivoukseen, pyykkipalveluun eikä keittiötyöhön, joten heillä on realistisia mahdollisuuksia toteuttaa kuntouttavia ryhmiä työpäivän aikana. Ylintä päätäntävaltaa palvelutalossa käyttää toimintaa ylläpitävä yhdistys ja sen hallitus.

10.2 Ryhmän koostumus ja kokoontuminen

Musiikkimuisteluryhmään valittiin kahdeksan henkilöä, joista jokaisella oli diagnosoitu jokin dementoiva sairaus. Mietimme ryhmän kokoa ja Ava Numminen (2010) suositteli ryhmän kooksi 8 henkilöä. Pienissä 5-8 henkilön ryhmissä syntyy helpoiten vuorovaikutusta sekä ryhmäläisten kesken että ohjaajan ja ryhmäläisten välillä (Hintsala 1997:29). Ryhmään valittiin vanhuksia, joiden muistihäiriöt eivät olleet vielä kovin laaja-alaisia ja joiden muistihäiriöiden tasot olivat melko samanlaisia. Ryhmädynamiikan kannalta se oli parempi. Siten heille oli helpompi suunnitella sosiaalipedagoginen musiikkimuisteluryhmä.

Ryhmäläisten kyky kommunikoida oli vielä melko hyvä, joten he pystyivät osallistumaan ryhmään ja myös hyötymään siitä. Vain yhdellä ryhmäläisistä muistihäiriön taso oli vaikeampi, mutta hän ilmaisi eleillään kiinnostuksensa lauluihin, joten otimme hänet mukaan. Hän oli hyvin hiljainen, omissa oloissaan oleva mies, jolla ei ollut kovin paljon päivisin kuntouttavaa toimintaa. Hän voi kuitenkin kokea musiikin kautta osallisuutta ryhmään, vaikka itse ei sitä tuottaisikaan. Vain yksi henkilöistä, joilta kysyttiin halukkuutta ryhmään, kieltäytyi. Kaikki muut suostuivat heti. Emme halunneet valita ryhmään pelkästään naisia, vaikka heitä oli halukkaista suurin osa.

Kaikki henkilöt asuivat samassa palvelutalossa. He olivat nähneet toisiaan ruokasalissa, mutta suurin osa ei ollut muuten tekemisissä keskenään. Kaksi ryhmäläistä oli erittäin läheisiä toisilleen. Ryhmään osallistuminen oli vapaaehtoista. Osallistujilta kysyttiin etukäteen haluavatko he ryhmään ja kerrottiin millainen ryhmä on kyseessä. Ketään ei

pakotettu tulemaan ryhmään ja ryhmästä oli mahdollista lähteä pois kesken. Kyseessä oli suljettu ryhmä.

Ryhmä pidettiin viitenä perättäisenä viikkona: 13.7, 20.7, 30.7, 5.8 ja 10.8.2010. Ryhmä kokoontui kerran viikossa ja se kesti noin 45 minuutista tuntiin. Kokoontuminen tapahtui aamupäivällä kello 10.00 alkaen. Ihanteellisinta olisi ollut pitää ryhmä aina samana viikonpäivänä samaan aikaan, mutta aikataulujen sopimattomuuden vuoksi se ei onnistunut. Ryhmäläisten olisi hyvä tulla tilaan vasta ohjaajien sinne saavuttua (Ahvo 1999:10). Tämä ei ollut kuitenkaan meillä mahdollista, vaan noin viisitoista minuuttia ennen ryhmän alkua keräsimme ryhmäläiset alakerran oleskelutilaan, josta veimme heidät kahtena ryhmänä hissillä kerhohuoneelle. Suurin osa ryhmäläisistä ei olisi osannut kerhotilaan omatoimisesti. Ryhmään piti osallistua tarkkailijana ryhmän ohjaajan ja havainnoitsijan lisäksi palvelutalon toiminnanjohtaja, mutta tämä ei toteutunut. Neljäntenä kertana ryhmään osallistui tarkkailijana palvelutalon oma muistihoitaja.

10.3 Toimintaympäristö

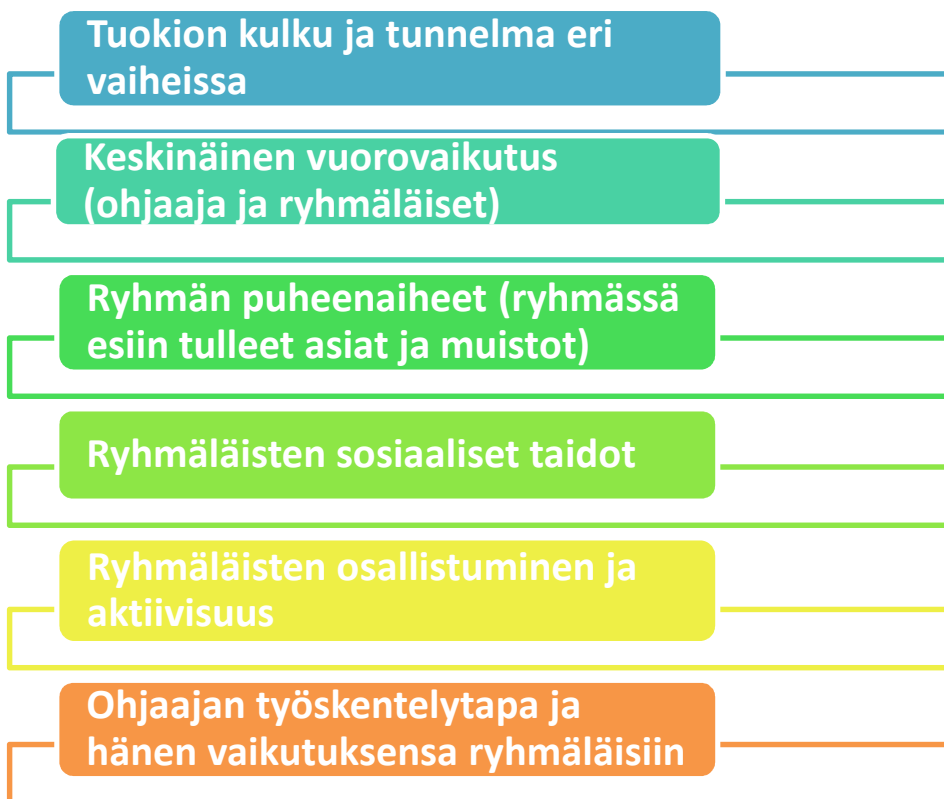
Muisteluryhmän toimintaympäristönä oli palvelutalon kerhohuone. Se oli rauhallinen tila, jossa ei ollut häiritsevää kauttakulkuliikennettä. Ryhmä pidettiin aina samassa tilassa, koska kaikki muutokset vaikuttavat muistihäiriöisen henkilön keskittymiskykyyn. Samoin tilan koko vaikuttaa ryhmäläisiin. He hahmottavat pienen tilan sekä kuulevat toistensa puheet ja näkevät toisensa paremmin. (Lundgren 1998b:129.) Ovet voitiin sulkea ryhmän ajaksi. Tilassa oli käytettävissä fläppitaulu ja mahdollisuus tarjota vettä juotavaksi. Pidimme ryhmän heinäkuussa pahimpien helteiden aikaan ja vesitarjoilu oli välttämätön. Lisäksi pidimme ikkunat ja parvekkeen oven auki sekä tuuletin viilensi ilmaa ryhmän aikana.

Valmistelimme ryhmätilan ennen ryhmäläisten saapumista, jotta ryhmä voi alkaa heti ilman odottelua. Ryhmän jäsenet istuivat pitkänomaisen pöydän ääressä, jotta ohjaustilanne olisi sujuva. Ympyrä symboloi myös yhteenkuuluvuutta ja esimerkiksi piirissä istuminen nuotiolla sekä piirileikit ovat tuttua tämä ikäkauden ihmisille. Osallistujien eteen ei jätetty rollaattoreita tai muita apuvälineitä, jotta jokaisella olisi suora kontakti toisiinsa. Pöydän keskellä oli katseenvangitsijana kukkia (Ahvo 1999:10). Harkitsimme istumista piirissä ilman pöytää, mutta osallistujien fyysisen kunnon vuoksi päädyimme istumaan pöydän ympärillä. Näin he voivat halutessaan nojata siihen sekä pitää siinä

laulukirjaa ja vesilasia. Ryhmän jäsenet olivat henkilökunnalta saamamme informaation mukaan tottuneet työskentelemään pöydän ääressä.

11 MUSIIKKIMUISTELURYHMÄN ARVIOINTIKRITEERIT

Laadimme tietyt arviointikriteerit joiden pohjalta arvioimme tuokiota. Ne olivat kirjallisessa muodossa havainnoitsijalla mukana ryhmässä ja hän teki niiden perusteella kirjalliset muistiinpanot. Jokaisen ryhmätilanteen jälkeen käytimme noin puoli tuntia aikaa arvioiden työntekijöinä yhdessä ryhmän kulkua ja onnistumista. Ryhmäläisiltä emme kysyneet palautetta. Jokaisen ryhmätilanteen runko oli samanlainen ja arvioitavat asiat samoja. Arvioimme ryhmää seuraavien kuviossa numero 3 olevien kriteereiden pohjalta:



KUVIO 3. Ryhmän alkuperäiset arviointikriteerit.

11.1 Tuokion kulku ja tunnelma eri vaiheissa

Ensimmäinen kerta on toisiinsa tutustumista, ohjaaja ryhmäläisille ja ryhmäläiset ohjaajalle, sekä ryhmäläiset keskenään. Tuokion tarkoituksena on viihtyvyys ja virkistyminen sekä vanhuksen yksinäisyyden tunteen ehkäiseminen. Ihmisille on tärkeää tuntea kuuluvansa johonkin yhteisöön (Hämäläinen 1999:63). Useimmat vanhukset kärsivät yksinäisyydestä, joten ryhmään kuulumisen ehkäisee yksinäisyyden tunnetta.

Työssä arvioidaan sosiaalipedagogisen musiikkimuisteluryhmän tuokion kulkua ja tunnelmaa. Etenikö tuokio suunnitelman mukaan? Minkälaisia tunteita toiminta herätti ryhmäläisissä? Ovatko he vapautuneita, tuntuvatko he nauttivan ryhmässä olostaan?

11.2 Keskinäinen vuorovaikutus (ohjaaja ja ryhmäläiset)

Ihmisten innostaminen vuorovaikutukseen toistensa kanssa sekä dialogisuus on yksi sosiaalipedagogisista toimintaperiaatteista (Hämäläinen 1999:62). Dialogissa korostuu tasavertainen minä – sinä -suhde ja toisen kunnioittaminen (Hämäläinen 1999:68). Vuorovaikutus keskustellen voi tapahtua ryhmäläisten kesken tai ohjaajan ja ryhmän välillä (Hämäläinen 1999:66).

Työssä arvioidaan millaista on ryhmäläisten vuorovaikutus. Tapahtuuko se vain ohjaajan kanssa vai syntyykö ryhmässä keskustelua ryhmäläisten kesken. Lisäksi työssä arvioidaan ryhmän vuorovaikutuksen laatua. Se voi olla yksipuolista tai keskustelevaa.

11.3 Ryhmän puheenaiheet

Työssä ei arvioida sitä, mitä puhutaan vaan miten asioista keskustellaan. Koskettavatko puhutut asiat vain yhtä ryhmäläistä vai löytyykö niistä kaikille yhteisiä muistoja. Ne lisäävät tunnetta samaan ryhmään kuulumisesta. (Saarenheimo 1997:121 -122.) Samojen elämänvaiheiden läpikäyneiden henkilöiden ymmärrys antaa voimavaroja, jos takana on raskaita elämänvaiheita.

11.4 Ryhmäläisten sosiaaliset taidot

Muistisairauden laadulla ja vaikeudella on selkeä yhteys henkilön sosiaalisiin taitoihin. Työssä arvioidaan sosiaalipedagogisen musiikkimuisteluryhmän vaikuttavuutta muistihäiriöisten henkilöiden sosiaalisiin taitoihin. Kykenevätkö henkilöt loogiseen keskusteluun ja ottamaan toisia ryhmän jäseniä huomioon. Vanhuksen toimintakykyä mitataan nykyisten hoitotyön suositusten mukaisesti fyysisten, psyykkisten ja sosiaalisten taitojen

kyvykkyydellä. Kokonaisvaltaisessa kuntoutustyössä myös sosiaalisilla taidoilla on merkitystä vanhuksen elämänlaadun mittarina.

11.5 Ryhmäläisten osallistuminen ja aktiivisuus

Ryhmäläisiä rohkaistaan tuomaan esille omia kokemuksiaan ja niistä kertomiselle annetaan mahdollisuus (Ahvo 1999:10). Tavoitteena on ryhmäläisten omatoimisuuden ja aloitteellisuuden lisääminen ja keskittymiskyvyn parantaminen sekä oman äänen tuottamisen vahvistaminen. (Hämäläinen 1999:70.)

län myötä vanhuksen käsitys itsestään on voinut muuttua vain vastaanottavaksi ja passiiviseksi osapuoleksi, siksi omien voimavarojen ja myönteisten puolien löytäminen on tärkeää. (Hämäläinen 1999:70.) Ohjaajan tehtävänä on rohkaista ja innostaa ryhmäläisiä, jotta he voivat ilmaista itseään vapautuneesti, ilman odotuksia siitä että jokaisen on oltava hyvä jossain. (Ahvo 1999:12.)

Työssä arvioidaan sitä, miten aktiivisesti ryhmäläiset keskustelevat musiikin herättämien tunteiden vaikutuksesta. Syntyykö heiltä muistoja ja kertomuksia, vai myötäilevätkö he muita tai kuuntelevatko hiljaa. Lisäksi työssä arvioidaan ehdottavatko ryhmäläiset uusia lauluja ja osallistuvat prosessin kulkuun. Nämä tekijät antavat arvioinnissa tutkijoille selviä viitteitä sosiaalipedagogisen musiikkimuisteluryhmän vaikuttavuudesta.

11.6 Ohjaajan työskentelytapa ja hänen vaikutuksensa ryhmäläisiin

Ohjaajan merkitys ryhmän toteutumiselle ja onnistumiselle on tärkeä. Hän pitää kaikki langat käsissään ja hallitsee tilanteen. Ensimmäisellä kerralla ryhmälle tulee tutuksi miten ryhmässä toimitaan ja mikä on ryhmän sisältö. Ohjaaja oppii tuntemaan ryhmäänsä ja sen toimintatavat. Samalla hän voi testata valitsemiensa toimintatapojen soveltuvuutta ryhmälle. Tarvittaessa ohjaajan on kyettävä muuttamaan toimintatapaansa.

Ohjaajalla on oltava herkkyyttä aistia vallitseva ilmapiiri ja ryhmän tunnelma sekä osattava vastata ryhmäläisten tarpeisiin. Hänen on toimittava improvisoiden tunnelman mukaan (Ahvo 1999:12). Ohjaajan on luotava ryhmässä turvallinen ilmapiiri. Musiikkimuistelu ei onnistu, jos ryhmäläiset aistivat kiireen tuntua.

Musiikki antaa ryhmäläisille mahdollisuuden käsitellä myös pelottavia tai ahdistavia asioita (Ahvo 1999:12). Tärkeintä turvallisuuden luomisessa on vuorovaikutus ryhmän ohjaajan ja ryhmäläisten välillä. Turvallisuutta lisää ryhmäläisten keskinäisen vuorovaikutuksen syveneminen (Aalto 2000:27). Siten ryhmään tuleminen on mukavaa ja siellä voi kokea myönteisiä asioita (Ahvo 1999:12). Työssä arvioidaan ohjaajan ja ryhmäläisten välistä vuorovaikutusta. Luottavatko ryhmäläiset ohjaajaan ja antaako ohjaaja tasa-arvoisesti kaikille mahdollisuuden ilmaista itseään.

12 KUVAUS MUSIIKKIMUISTELURYHMÄN SISÄLLÖSTÄ JA KULUSTA

Musiikkimuistelutuokion kokonaisuus rakentui luovien harjoitusten pohjalta nousevista tunnelmista ja lauluista. Luovat toiminnat ovat tyypillisiä sosiaalipedagogisessa toiminnassa. Niiden avulla ihminen tutustuu itseensä, jäsentää oma maailmaansa, rentoutuu ja itsetunto vahvistuu. (Hämäläinen 1999:67.) Laulettavat laulut ja tuokion kulku mietittiin ennakkoon valmiiksi. Toinen ohjaajista työskenteli kyseisessä palvelutalossa ja tiesi mistä lauluista vanhuksat pitivät.

Työmenetelmät valittiin siten, että ne palvelivat asettamiamme tavoitteita. Tärkeintä oli, että vanhuksat itse tuottivat tuokion sisällön, sillä vain itselle merkityksellinen tunne muisto tukee vanhuksen voimaantumista. Liian ennalta suunniteltu ryhmä ei olisi antanut mahdollisuutta vanhuksista itsestään nousevalle toiminnalle (Hämäläinen 1999:67).

Ryhmäsessio alkoi ajan ja paikan orientaatiolla ja luovuuden lämmittelytuokiolla, jonka jälkeen toteutui rytmiiikka harjoitukset ja äänenavaus. Liike tehostaa laulun sanoja, jotta myös vanhuksen keho aktivoituu muistelusessioon. (Ahvo 1999:11.) Oheismateriaalina käytimme ryhmää varten koottua laulukirjaa. Säestystä ei ollut. Se jätettiin tietoisesti pois, koska tämän kuntoutusmetodin käytön on tarkoitus soveltua menetelmiltään myös niille ohjaajille, joilla ei ole minkään instrumentin soittotaitoa.

Ryhmän osallistujista jokaisella oli diagnosoitu keskivaikea tai lievä muistihäiriö. Jokainen muistihäiriöstä kärsivä ihminen joutuu rakentamaan joka päivä oman minuutensa uudestaan. Hänen on tiedettävä kuka hän on, missä hän on ja mikä päivä tänään on. Lisäksi ongelmaa tuottaa tieto siitä, mikä vuodenaika on tällä hetkellä. Edelleen orientaatio vaikeutui, kun muistihäiriöisen henkilön pitäisi hahmottaa kuukausi, vuosi, paikkakunta, kaupunginosa ja osoite.

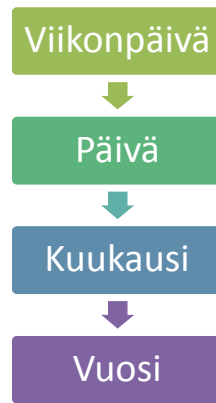
12.1 Ryhmän aloitus

Ryhmätila oli jokaisella kerralla sama palvelutalon kerhotila, jossa ei ollut läpikulkua. Pöydät järjestettiin etukäteen sopivaan sosiaalimuotoon ja istumajärjestys pyrittiin pitämään samana. Koska orientaation jälkeen käytimme aivojen toiminnan herättämisessä pöytä rummutusta (table drumming), olivat pöydät välttämättömiä. Aluksi ohjaaja toivotti jokaisen ryhmän jäsenen kättelemällä tervetulleeksi ryhmään ja korostamalla osallistujan etunimeä. Ohjaaja kiersi jokaisen jäsenen kohdalle ja otti katsekontaktin ryhmäläiseen. Jokainen lievistä tai keskivaikeasta muistihäiriöstä kärsivä tunnisti oman nimensä. Ryhmässä oli yhteensä kahdeksan osallistujaa, ohjaajaa ja havainnoitsija. Muistamisen helpottamiseksi teimme jokaiselle nimilaput isolla tekstillä rintaan kiinnitettäväksi.

Ohjaajista vain yksi henkilö sai kommunikoida suullisesti, koska muistihäiriöisten vanhusien tarkkaavaisuuden säätelyssä on ongelmia, mikäli liian moni ohjaa yhtäaikaaisesti prosessia. Keskustelussa Ava Nummisen (2010) kanssa hän piti tärkeänä, että ryhmää ohjaa aina sama henkilö. Päädyimme, että ohjaajana toimisi Erja, koska hän tunsu ryhmäläiset jo ennestään toimiessaan samalla palvelutalon työntekijänä. Tämä auttoi selkeästi asukkaiden ryhmään tuloa ja poisti jännittämistä.

12.2 Ajan orientaatio

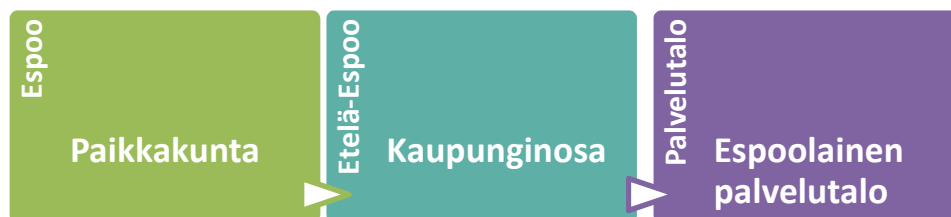
Hankimme ryhmätilaan orientaatiotaulun, joka voi olla fläppitaulu, valkotaulu tai tyhjä valkoisella pohjalla oleva lasilla tai pleksillä päällystetty kohtalaisen suuri taulunkehys. Orientaatiotauluun kirjasimme jokaisella kerralla samat asiat samassa järjestyksessä. Ryhmän ohjaaja kyseli ja johdatteli osallistujia kysymyksillä. Aloitus eteni loogisesti pienemmästä aikaorientaatiosta suurempaan käsitteeseen. Ajan hahmottamisen orientaatio on mallinnettu kuviossa 4.



KUVIO 4. Ajan hahmottamisen orientaatio.

12.3 Paikan orientaatio

Useimmat ryhmään osallistuneet henkilöt olivat kotoisin pääkaupunkiseudulta. Yksi henkilö oli kokenut Neuvostoliiton puoleisesta Karjalasta evakkomatkan Etelä-Suomeen. Espoo oli heidän lapsuutensa aikana ollut Helsingin maaseutua. Paikan orientaatio oli erittäin tärkeä, koska useimmat vastasivat: ”Olemme Helsingissä”. Samalla yhden henkilön puhekieli muuttui ruotsiksi, joka oli hänen äidinkieltensä. Kaksikielinen ryhmä ei ollut ohjaajalle ongelma, koska melkein jokainen osallistuja ymmärsi ruotsin kieltä. Ohjaaja kirjasi paikan orientaation suomeksi ja ruotsiksi orientaatiotauluun. Ohjaajan kyselyjärjestys ryhmäläisiltä esitellään kuviossa 5.



KUVIO 5. Paikan orientaatio.

12.4 Rytmiikka ja pöytärummutus

Rytmiikka toteutui pöytärummutuksena, jossa ohjaaja ensin taputti rytmin pöytään ja sanoi samalla yksi kerrallaan ryhmäläisen nimen. Sen jälkeen ryhmä toisti yhdessä saman rytmin ja henkilön nimen kaikuna. Näin mentiin läpi jokaisen ryhmän jäsenen etunimet. Sen jälkeen ohjaaja taputti rytmin pöytään ja aloitti samanlaisen kaikuharjoituk-

sen viikonpäivien tai kuukausien nimillä. Tämän harjoituksen tarkoituksena on aktivoida molemmat aivonpuoliskot.

12.5 Äänenavaus

Äänenavauksen tarkoitus oli auttaa ryhmän jäseniä keskittymään prosessin kulkuun. Jokaisessa maanosan kulttuurissa on meditaatiota tukeva m-loppuinen sana. Lauloimme äänenavaushetkessä Shalom, Amen ja Om. Emme käyttäneet äänenavauksessa vaikeita vokaaleja ja konsonantteja sisältäviä sanoja, vaan jokainen jäsen hallitsi hyvin suomen kielen vokaalit, joita lauloimme eri sävelkorkeudelta.

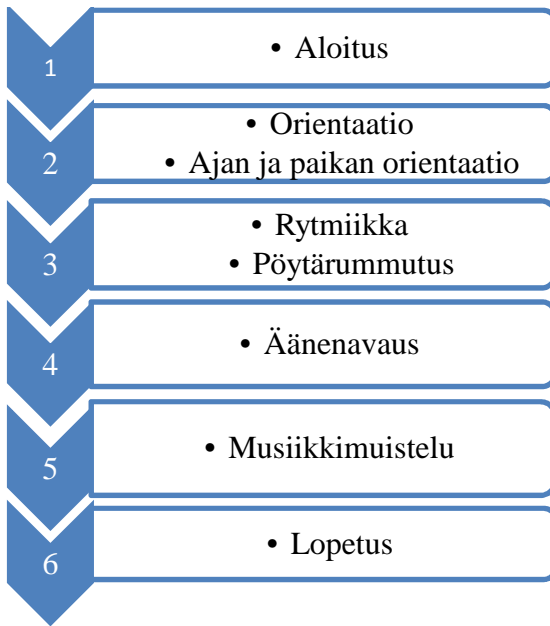
12.6 Musiikkimuistelusesio

Ryhmän jäsenille jaettiin jokaiselle oma laulukirja orientaation, rytmiiikkaharjoitusten ja äänenavauksen jälkeen. Alkuharjoitukset olisi ollut vaikea toteuttaa, jos laulukirja olisi jaettu ennakolta. Muistihäiriöisten henkilöiden keskittymiskyvyssä on vaihtelua ja ongelmia tarkkaavaisuuden säätelyssä. Ryhmän jäsenet saivat vapaasti valita lauluja jaetusta laulukirjasta. Laulun jälkeen syntyi spontaania keskustelua.

Muistelussa pitäydettiin yhdessä teemassa, joksi valitsimme kansanlaulut. Lauluja oli kymmenen ja ne olivat Saunavihdat, Taivas on sininen ja valkoinen, Karjalan kunnailta, Kukkuu, kukkuu, Niin minä, neitonen, sinulle laulan, Kullan ylistys, Jos sais kerran reissullansa, Kalliolle kukkulalle (vanhan sovituksen mukaan), Yksi ruusu on kasvanut laaksossa sekä Suojelusenkeli. Näistä Suojelusenkeli on hengellinen laulu.

12.7 Lopetus

Ryhmä valitsi itse ensimmäisellä kerralla loppulaulun, johon toiminta lopetettiin jokaisella kerralla. Ryhmä valitsi loppulauluksi laulun Jos sais kerran reissullansa. Ryhmän lopetus onnistui luontevasti, koska ryhmän jälkeen jokainen jäsen siirtyi ohjatusti palvelutalon ruokasaliin. Sosiaalipedagogisen musiikkimuistelusesion malli on luettavissa kuvioista 6.



KUVIO 6. Sosiaalipedagogisen musiikkimuisteluseSSION malli.

13 MUSIIKKIMUISTELURYHMÄN TOTEUTUKSEN ARVOINTI

Laadimme alussa kuusi arvioinnissa käytettävää kriteeriä, joiden pohjalta teimme havainnot viidessä pidettävässä ryhmässä. Ensimmäisellä kerralla havainnoitsijalla oli käytössä kahdeksan eri lomaketta, jossa jokaisella ryhmäläisellä oli oma lomake sisältäen kaikki kuusi kriteeriä. Huomasimme ryhmän jälkeen että se ei toiminut, vaan oli liian hankala käytännössä. Seuraavalla kerralla muutimme lomaketta niin, että lomakkeita oli kuusi, yksi jokaiselle kriteerille ja jokainen lomake sisälsi kaikkien ryhmäläisten nimet.

Vaikka arvoimme jokaisen ryhmäkerran erikseen, kokonaisarviointi oli yhteenveto jokaisesta tapaamiskerrasta. Päädyimme tähän, koska sosiokulttuurinen innostaminen on luova ja jatkuva prosessi. Osallistujien kokemuksta sosiaalipedagogisesta musiikkimuisteluryhmästä on vaikea mitata. Seurasimme jokaisen arvioitavan asian kohdalla ryhmässä tapahtuvaa kokonaiskehitystä ensimmäisestä viimeiseen kertaan. Konstruktiivinen oppimisteoria oli havaittavissa osallistujien keskuudessa siten, että he olivat kolmannella ryhmäkerralla virittäytyneitä hyvin jo ryhmän aloitusvaiheessa. He olivat oivaltaneet kahdella ensimmäisellä kerralla ryhmän kulun ja tiedostivat sen selkeästi.

Sosiokulttuurisen innostamisen teoreettinen tietoperusta ilmeni ryhmässä hyvin. Musiikkimuisteluryhmän ohjaajan ei ollut tarpeellista johdatella keskustelua, vaan ryhmän

jäsenet tuottivat itse muistoja sota-ajalta, rakkaudesta, osakuntajuhlista ja nuoruuden maisemista. Ryhmän selkeä struktuuri turvasi muistihäiriöisten henkilöiden turvallisuuden tunteen ja vapautti heidän luovan ilmaisunsa. Jokainen jäsen sai tarpeeksi tilaa omille muistoilleen. Puheliaammat jäsenet esittivät ryhmässä kysymyksiä hiljaisimmille jäsenille.

13.1 Tuokion kulku ja tunnelma

Ensimmäisellä tapaamiskerralla ryhmäläiset olivat odottavalla kannalla. Jokainen oli ollut aikaisemminkin jonkinlaisessa musiikkiryhmässä, mutta tämä ryhmä ja sen kokoonpano oli uusi. Haimme jäsenet henkilökohtaisesti omista kodeistaan ryhmään, samalla heille kerrottiin mihin he olivat menossa. Jokainen oli heti ensimmäisestä musiikkimuistelukerrasta lähtien mukana tuokion kulussa. Ryhmän kaksi keskivaikeasti muistihäiriöistä jäsentä olivat toisella tapaamiskerralla enemmän mukana. Heidän ymmärryksensä prosessin kulusta oli selkeästi lisääntynyt, koska he ottivat osaa ryhmän toimintaan.

Kolmas tapaamiskerta oli tunnelmaltaan ehdottomasti paras. Jokainen jäsen hahmotti selkeästi ryhmän kulun ja oli mukana. Neljännellä kerralla mukana seuraamassa oli palvelutalon oma muistihoitaja. Hän ei osallistunut ryhmän kulkuun. Kuitenkin ulkopuolisen henkilön osallistuminen heijastui hieman jännittyneenä tunnelmana ryhmäläisten kesken. Tunnelma oli hieman koulumainen. Viimeisellä viidennellä kerralla tuokion kulku onnistui hyvin, mutta ryhmäläiset olivat poissaolevan oloisia.

13.2 Keskinäinen vuorovaikutus ja puheenaiheet

Lopullisessa arvioinnissa yhdistimme kaksi kriteeriä toisiinsa eli vuorovaikutuksen ja puhutut asiat. Työn kannalta ei ole oleellista mitä puhuttiin, mutta halusimme tuoda sen esille, koska siihen nivoutui samalla myös vuorovaikutuksen laatu.

Kaksi keskivaikeasti muistihäiriöistä henkilöä eivät olleet vuorovaikutuksessa ryhmän jäsenten tai ohjaajan kanssa ensimmäisellä kerralla. Seuraavilla tapaamiskerroilla he kykenivät vuorovaikutukseen tuettuna ohjaajan avustuksella. He yhtyivät lauluun ja hymyilivät tutuille asioille. Toisella tapaamisella ryhmäläisten kesken syntyi spontaanisti keskustelupareja. Yksi henkilö kykeni vuorovaikutukseen vain ohjaajan kanssa. Keskustelu oli vuorovaikutteista. Kun joku jäsenen mieleen palautui muisto, muilla jä-

senillä oli siihen samansisältöistä lisättävää. Kolmas kerta oli selkeästi vuorovaikutteisempaa. Ryhmäläiset olivat virkeitä, keskustelua syntyi ilman, että ohjaaja sitä paljonkaan johdatteli.

Neljännellä kerralla palvelutalon muistihoidajan ollessa mukana ryhmäläiset keskustelivat vilkkaasti. Viimeisellä kerralla jäsenet olivat hiljaisia ja jotkut omissa ajatuksissaan. Keskustelua ei paljon syntynyt, joten ohjaajan rooli keskustelun eteenpäin viejänä oli merkittävä.

Meillä ei ollut erityistä teemaa musiikkimuistelulle, vaan kansanlaulujen sävelet ja rytmi aktivoivat ryhmäläiset vapaaseen muisteluhetkeen. Muistot liittyivät enimmäkseen nuoruuteen ja varhaisaikaisuuteen. Kaikki ryhmäläiset olivat syntyjään suomalaisia. Yhteinen nimittäjä oli menneisyys. Tämä yhdisti heitä ja lisäsi tunnetta samaan ryhmään kuulumisesta. Muistelu oli kollektiivista. Tilanteessa oli vahva yhteisöllisyyden tunne.

Ensimmäisellä kerralla laulu Minun kultani kaunis on johdatti keskustelun luusoppaan, jota syötiin sota-aikana. Puheenaiheet liikkuvat sota-ajan ja sen jälkeisten vuosien ruokakulttuurissa sekä osakuntajuhlissa. Toisella kerralla laulu Karjalan kunnalla herätti vahvasti sota-ajan ja evakkoretkien muistot. Vastapainoksi sota-ajan alavireisille tunnelmille valittiin laulu Niin minä, neitonen, sinulle laulan. Lauluun liittyvät muistot herättivät keskustelun rakkaudesta ja seksuaalisuudesta. Muistot saivat aikaan osallistujissa naurua ja iloisia katseita.

Kolmannella kerralla laulu Yksi ruusu on kasvanut laaksossa synnytti mielenkiintoisen muiston eräällä ryhmän jäsenellä. Hän halusi kertoa nuoruuden aikana tekemästään automatkan Helsingistä Tampereelle. Koko automatkan mieshenkilö oli laulanut hänelle juuri tämän laulun sekä paljon muita samoja lauluja, joita laulettiin ryhmässä. Tämän muiston jakaminen ryhmässä synnytti hyvin intensiivisen tunnelman ja moni syventyi omiin ajatuksiinsa hetkeksi. Neljännellä musiikkimuistelukerralla jatkettiin edellisten kertojen laulujen herättämien muistojen jakamista.

Musiikkimuisteluryhmän laulukokoelmaan oli valittu yksi hengellinen laulu, joka oli useimman suomalaisen tuntema Suojelusenkeli. Laulua kutsutaan myös nimellä Maan korvessa kulkevi lapsosen tie. Tämä laulu herätti voimakkaasti lapsuuden muistoja.

Suojelusenkelitaulu oli ollut hyvin monen ryhmäläisen kodin seinällä. Ne ryhmän jäsenet, joiden äidinkieli oli ruotsi, muistelivat omalla kielellä laulamiaan hengellisiä lauluja. Kerroimme heille suojelusenkelikuvasta, jonka jokainen saa viimeisellä musiikkimuistelukerralla lahjaksi. Enkeliteema jatkui vielä kahdella seuraavalla kerralla, koska yksi ryhmän jäsen toi lasienkelin muille näytettäväksi.

13.3 Ryhmäläisten sosiaaliset taidot

Olimme asettaneet yhdeksi arviointikriteeriksi ryhmäläisten sosiaalisten taitojen arvioimisen. Ryhmän keskivaikeasta muistihäiriöstä kärsivien henkilöiden sosiaaliset taidot olivat heikot ja he tarvitsivat ajoittain runsaasti ajoittain ohjaajan yksilöllistä tukea. Muiden ryhmän jäsenten sosiaaliset taidot olivat kohtalaiset. Jotkut olivat arempia kommunikoimaan, koska olivat luonteeltaan vetäytyviä. Vilkkaan temperamentin omaavat henkilöt kannustivat hiljaisempia mukaan keskusteluun ja esittivät kysymyksiä. Selkeästi muutamat henkilöt tiedostivat oman muistihäiriönsä ja yrittivät kompensoida ongelmaa puhumalla omaa äidinkieltään ruotsia.

Viidellä musiikkimuistelukerralla ei voitu havaita ryhmäläisten sosiaalisten taitojen kehittymistä tai muutoksia. Aika oli liian lyhyt sosiaalisten taitojen mittaamiseen. Emme pystyneet arvioimaan sosiaalisten taitojen edistymistä. Pidempään jatkuvissa ryhmissä muutokset ryhmäläisten sosiaalisissa taidoissa voidaan paremmin havaita.

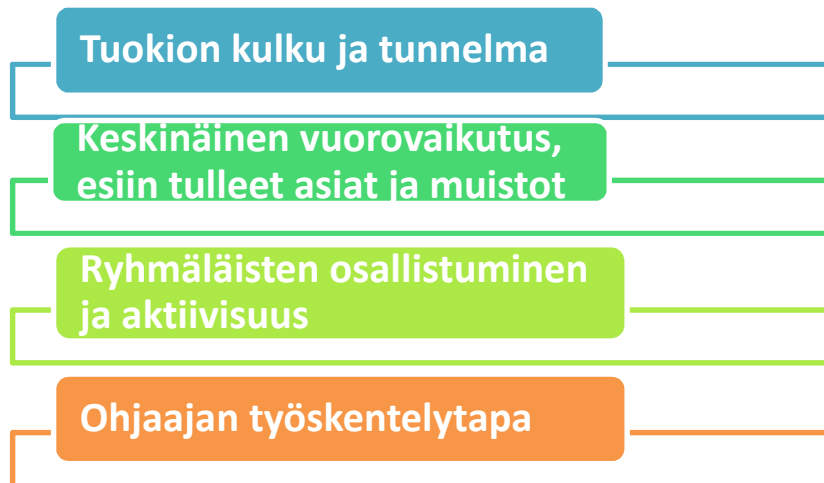
13.4 Ryhmäläisten osallistuminen ja aktiivisuus

Eräs ryhmäläisistä toi muistojaan esille muita useammin. Hän oli ollut ammatiltaan toimittaja, joten hän oli tottunut tuottamaan puhetta. Yleensä muut jatkoivat samasta aiheesta. Huomasimme muistelemisen jatkuneen hänen kohdallaan vielä ryhmän jälkeen ruokasalissa. Jokainen ryhmäläinen osallistui ryhmän kulkuun, lauluihin ja muistojen jakamiseen aktiivisesti, omalla tavallaan.

13.5 Ohjaajan työskentelytapa ja hänen vaikutuksensa ryhmäläisiin

Alusta lähtien ohjaaja onnistui vangitsemaan jokaisen ryhmäläisen mielenkiinnon. Hänen ohjaustapansa oli selkeä ja rauhallinen. Ohjaaja huomioi jokaisen ryhmäläisen yksilöllisesti. Prosessin kulku oli johdonmukainen. Ohjaaja hallitsi musiikillisen ilmaisuuden ja muistihäiriöiden aiheuttamat rajoitteet ryhmäläisten fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn.

Alkuperäisissä kriteereissä olimme asettaneet arviointikriteeriksi myös ohjaajan vaikutuksen ryhmäläisiin. On vaikeaa tietää, mikä vaikutus on ohjaajasta riippuvaa ja mikä jostain muusta. Siksi jätimme se osakriteerin arvioimatta. Lopulliset musiikkimuisteluryhmän arviointikriteerit ovat alla olevassa kuviossa 7.



KUVIO 7. Sosiaalipedagogisen musiikkimuisteluryhmän lopulliset arviointikriteerit.

14 SOSIAALIPEDAGOGISEN MUSIIKKIMUISTELURYHMÄN OHJAAJAN SYVENTÄVÄT TAIDOT

Jotta ohjaajan toiminta olisi sosiaalipedagogisesti toteutettua, hänen on ensin ajateltava sosiaalipedagogisesti (Hämäläinen 1999:65). Ryhmän ohjaajan on hyvä virittäytyä ennen ryhmän alkamista ryhmää varten. (Ahvo 1999:11.) Hänen on tärkeää keskittyä vain ryhmään, koska varsinkin luovissa menetelmissä ohjaajan oma innostava vaikutus ja tuki ryhmäläisille ovat olennainen osa ryhmän onnistumista (Andreev – Salomaa 2005:175).

Ohjaajan on vangittava ryhmäläisten huomio koko ajan, sillä muuten heidän mielenkiintonsa katoaa ja ajatukset harhailevat. Keskittymisen lisäksi ohjaajalta vaaditaan erityistä herkkyyttä havainnoida jäsenten tunnetilat, jotta ryhmän toiminta olisi koostunutta ja selkeää. Etenkin rankat teemat, kuten sota-aika voi herättää osallistujat liian paljon omiin oloihinsa ja kollektiivinen musiikkimuistelun kokemus kärsii. Muistihäiriöisten asiakkaiden kanssa toimittaessa tärkeää on toiminnan jatkuvuus ja säännöllisyys sekä

häiriöttömyys. (Laine ym. 2007:327.) Jokainen ryhmä päätetään selkeästi. (Semi 1999:8.)

Ohjaajan on hyvä tuntea ryhmäläisten taustaa ja elämäntarinaa, jotta ymmärtäisi paremmin heidän käyttäytymistään ja reagointiaan tietyissä tilanteissa (Mäkisalo - Ropponen 2007:128). Näin ohjaaja pystyy paremmin löytämään jokaista kiinnostavaa ja heidän elämäänsä ja kokemusmaailmaansa liittyvää aineistoa sekä aikaansaada osallistujille positiivisia kokemuksia ja tuttuuden tunteita. Kun ohjaaja tietää missä asioissa vanhus on ollut aikoinaan hyvä ja mitkä asiat ovat tuoneet hänelle positiivista mielihyvää, ohjaaja voi tuoda näitä asioita esille. (Mäkisalo - Ropponen 2007:136.)

Työntekijän on hyvä tutustua myös oman elämänsä tarinoihin ja omaan menneisyyteensä sekä sen herättämiin tunteisiin. (Mäkisalo - Ropponen 2007:74.) Siten hänellä on omakohtaista kokemusta ja tunnetta menneisyyden kohtaamisesta. Hyvä oman menneisyyden hahmotuskeino on kirjoittaa auki oman sukunsa tarina isovanhemmista lähtien. Tarina voi sisältää henkilöiden ammatin, asuinpaikan ja perhesuhteiden lisäksi elämän arvot, jotka ovat olleet suvulle tärkeitä. Hänen on myös hyvä tuntea yleistä historiaa, jotta hän voi liittää ryhmäläisten kokemukset oikeaan aikaan ja ympäristöön. (Mäkisalo - Ropponen 2007:105.) Mikäli yleisen historian lukeminen ei kiinnosta ryhmän ohjaajaa, hän voi vaihtoehtoisesti perehtyä länsimaisen taidemusiikin historiaan, josta nousevat samat aikakaudet kuin yleisen historian kirjoista.

Negatiivisia tunteita saattaa nousta ryhmässä esille. Ne ahdistavat herkästi muistihäiriöistä ihmistä, koska hän ei pysty ymmärtämään niitä. Toisaalta ryhmä voi elää kertojan depressiomatkan mukana, mutta ohjaajan aina pidettävä langat käsissään johdattaen osallistujat positiiviseen tunnelmaan. Huumorin avulla luodaan rento ja viihtyisä ilmapiiiri. (Laine ym. 2007:327.) Ryhmän ohjaajan on hallittava koko tunne-elämän kirjo, koska musiikki aktivoi voimakkaasti tunne-elämää.

Hengellisyys ja henkisyys ovat vanhuksille usein tärkeitä. Niistä voidaan puhua ryhmässä käsitteinä, ilman ”Jumala-sanana” käyttöä. (Mäkisalo - Ropponen 2007:119.) Myös kuolema on läsnä. Vanhus muistelee enemmän vuosien varrella poisnukkuneita läheisiään ja ystäviään ja pitää omaa kuolemaansa usein luonnollisena asiana, josta voi puhua. (Mäkisalo - Ropponen 2007:120.) Joskus hengellisiä asioita on vaikea ilmaista

sanallisesti. Kokeilimme neljännellä kerralla enkelikuvan käyttöä, joka toimi hyvin. Kuva syvensi hengellisen laulun sisältöä ja sai aikaan paljon keskustelua ja muistoja.

Musiikkimuisteluryhmän ohjaaja ei valmistu tehtävänsä koskaan valmiiksi, vaan jokaisella kerralla musiikin herättämistä tunnelmista nousee uusia asioita, joihin ei ole yksiselitteisiä valmiita vastauksia. Jotta ohjaaja kehittyisi ja kasvaisi omassa työssään ammattilaiseksi, hänen on hyvä hallita sosiaalipedagogisen innostamisen teorian lisäksi kriittinen itsensä tarkastelu. Ryhmän ohjaajan on pystyttävä myös analysoimaan ja refleктоimaan omaa työskentelyään (Ahvo 1999:12). Varsinkin suljettujen ryhmien ohjauksessa sekä toiminnan ollessa tavoitteellista tämä on tärkeää, jotta toimintaa voidaan arvioida (Blomqvist – Hovila 2005:50). Innostamisessa on aina jokin tavoite ja päämäärä. Ohjaajan on sitouduttava työhönsä ja hänen on oltava kiinnostunut työskentelemään muistisairaiden kanssa ja kehittämään omaa työtään.

Kuviossa 8 on mallinnettu sosiaalipedagogisen musiikkimuisteluryhmän ohjaajalta vaadittavat syventävät taidot, joiden hallitsemiseen on hyvä pyrkiä vahvojen perustaitojen (kuvio 1) omaksumisen jälkeen.



KUVIO 8. Sosiaalipedagogisen musiikkimuisteluryhmän ohjaajan syventävät taidot.

15 JOHTOPÄÄTÖKSET

Olemme tässä toiminnallisessa opinnäytetyössä toteuttaneet viiden sosiaalipedagogisen musiikkimuisteluryhmän espoolaisessa palvelutalossa. Teorian muodostuksena on ollut sosiaalipedagoginen sosiokulttuurisen innostamisen tietopohja. Ryhmään osallistui kahdeksan henkilöä, joista jokaisella oli diagnosoitu keskivaikea tai lievä muistihäiriö.

Työmme on tehty työntekijänäkökulmasta ja olemme mallintaneet sosiaalipedagogisen musiikkimuisteluryhmän ohjaajalta vaadittavat perus- ja syventävät taidot.

Tavoitteenamme on ollut musiikkimuisteluryhmän ohjaajalta vaadittavien taitojen lisäksi uuden sosiaalipedagogisen kuntoutusmuodon kehittäminen muistihäiriöisille vanhuksille. Musiikkimuistelun työprosessi ja sen arviointikriteerit suunniteltiin ennalta valmiiksi. Niiden pohjalta työntekijän on helppo toteuttaa musiikkimuistelua muistihäiriöisille vanhuksille. Viiden musiikkimuistelukerran perusteella pystyimme toteamaan, että sosiaalipedagoginen musiikkimuisteluryhmä antoi vanhuksille lisäarvoa hyvään elämään. Ryhmä vahvisti jäsentensä yhteisöllisyyden tunnetta ja yhteisten musiikin aktiivimien muistojen jakaminen oli kollektiivista. Sen myötä syntyi myös uusia tuttavuuksia ennestään vieraiden ryhmäläisten kesken. Ryhmässä olo virkisti ja toi heille uudenlaista ajateltavaa. Hyvä olo tarttui myös ryhmän vetäjään.

16 POHDINTA

16.1 Tekijöiden työnjako

Työnjako opinnäytetyössä muotoutui sellaiseksi, että Erjan osuus oli toiminnallisempi ja Birgitan teoreettisempi. Erja toimi viiden musiikkimuisteluseSSION vetäjänä sekä suunnitteli session sisällön ja työprosessin kuvauksen. Lisäksi hän toteutti musiikin merkityksestä kertovan osion ja laati laulukirjan. Erja toteutti myös opinnäytetyön kuviot. Hän toimi yhteyshenkilönä palvelutalon toiminnanjohtajan ja työntekijöiden sekä Ava Nummisen kanssa. Tämä järjestely oli hyvä, koska hän samalla työskenteli kyseisessä palvelutalossa. Birgitta havainnoi tuokiot ja ne purettiin yhdessä ryhmien jälkeen. Hän hankki tarvittavaa teoriaa työn muilta osin ja muokkasi sitä. Teoriaa käytiin yhdessä läpi työn edetessä. Ryhmä toteutettiin molempien opinnäytetyöntekijöiden vapaa-ajalla.

Pidimme yhden palaverin ennen muisteluryhmän alkua talon toiminnanjohtajan kanssa. Olimme aikoneet pitää opinnäytetyön ohjaajilta saamamme palautteen mukaisesti vain yhden musiikkimuistelukerran, mutta talon toiminnanjohtajan mielestä se ei ollut riittävä määrä. Konsultoimme asiaa myös Ava Nummiselta ja päädyimme viiteen muistelukertaan. Tavoitteenamme on ollut kehittää sosiaalipedagogisen musiikkimuistelun kun-

toutusmuoto. Yksi ryhmäkerta ei olisi riittänyt testaamaan kehittämäämme sosiaalipedagogista musiikkimuistelun kuntoutusmuotoa.

Ryhmän viisi toteutuskertaa pidettiin kerran viikossa ja ehdimme pitää ne kesäaikana, jolloin asukkailla ei ollut muuta kerhotoimintaa. Ne pidettiin kesän kuumimpien helteiden aikana, mutta hyvän työskentelytilan ansiosta saimme jokaisen ryhmän toteutettua aikataulussa. Viimeisenä kertana oli havaittavissa väsymystä sekä ryhmäläisissä että ohjaajissa.

16.2 Yhteistyö palvelutalon kanssa

Hyväksyntä musiikkimuistelun toteuttamiselle saatiin palvelutalon toiminnanjohtajalta. Hän oli tietoinen ryhmien toteutuspäivistä ja työprosessista. Hän ilmoitti alussa olevansa mukana sessioissa havainnoitsijana, mutta se ei toteutunut. Erja informoi henkilökuntaa palavereissa ryhmäkertojen ajankohdat ja kirjasi päivämäärät asiakastietojärjestelmään. Lisäksi palveluyksikön toimistossa oli opinnäytetyön informaatiokansio, jota täydennettiin viikoittain. Erja kirjasi jokaisen ryhmän jälkeen osallistujien sähköiseen potilastietojärjestelmään käyntikerran ja havainnot asiakkaan toimintakyvystä ryhmän aikana. Vain kerran yhden ryhmäläisen suihku sattui samalle aamulle. Työntekijät suhtautuivat myönteisesti pitämään ryhmään. Palvelutalon muistihoitaja kuuli mielellään ryhmästämmme ja kertoi omasta työstään talossa.

Palvelutalon johtaja oli ohjeistanut työntekijöitä niin, että he eivät saa puuttua toteutukseen, esimerkiksi tuomalla ryhmäläisiä ryhmätilaan. Tämä hieman hidasti ryhmän alkamista ja sekoitti ryhmäläisiä. Palvelutalo oli iso ja siinä oli kaksi eri siipeä sekä useita kerroksia. Ennen ryhmää jokainen ryhmäläinen piti noutaa ensin alakerran oleskelutilaan, josta kuljetimme heidät kahdessa ryhmässä kerhotilaan.

16.3 Työn eteneminen

Tutkimussuunnitelman teosta valmiin opinnäytetyön jättöön kului yli vuosi. Alussa tekijöitä oli kolme, mutta ensimmäisen seminaarin jälkeen yksi meistä lopetti. Työn toiminnallinen osuus toteutettiin kesällä 2010 viidessä viikossa. Ryhmän kulun suunnitteli Erja, jolla oli aikaisempaa kokemusta musiikkiryhmien vetämisestä. Meillä oli käytössä käytännön tietoa sekä ryhmien ohjaamisesta että teoreettista tietoperustaa.

Työmme teoriapohjana oli alussa voimaantuminen ja tarkoituksena havainnoida kuinka se toteutuu musiikkimuisteluryhmäläisissä. Voimaantuminen on laaja käsite sisältäen ihmisen koko elämänhallinnan. Ihminen ottaa siinä tietoisesti oman elämänsä ohjat omiin käsiinsä. Hallitsee omaa elämäänsä ja hyvinvointiaan. Voimaantuminen lähtee ihmisestä itsestään, toista ei voi voimauttaa.

Sosiokulttuurinen innostaminen pyrkii samaan, ihmisen elämänhallinnan vahvistamiseen. Sosiokulttuurisessa innostamisessa innostaja toimii alkuun saattajana muutokselle, joka saa ihmisen itsensä parantamaan elämänsä laatua. Samalla ihminen voimaantuu ja hänestä tulee oman elämänsä subjekti.

Teimme työn työntekijän näkökulmasta. Siitä, miten hän toimii musiikkimuisteluryhmässä sosiokulttuurisena innostajana. Muistihäiriöisen vanhuksen subjektiiviset tunteet ja mielipiteet eivät olleet opinnäytetyön keskeisessä roolissa. Toimimme itse työmme arvioijina ja arvioitavina.

16.4 Toteutuksen arviointi

Arviointilomakkeen käyttö tuotti lopullisessakin muodossaan hieman vaikeuksia. Ehkä siksi, että arvioitavia ryhmäläisiä oli kahdeksan ja arvioitavia asioita oli kuusi. Lisäksi arviointikriteerit eivät olleet helppoja arvioitavia.

Ryhmän koko olisi voinut olla pienempi, esimerkiksi 6 henkilöä. Palvelutalon muistihoitaja oli itse päättänyt pitämään 5-6 henkilön ryhmiä ja myös meistä se toimi paremmin. Vanhusten ryhmissä täytyy varautua poissaoloihin ja meillä oli niitä kolmella viimeisellä kerralla. Tämä automaattisesti pienensi ryhmän kokoa. Jos ryhmä alun perin olisi ollut pienempi, poissaolot olisivat tehneet ryhmästä liian pienen.

16.5 Tavoitteisiin pääsyn arviointi

Olemme työssämme pyrkineet löytämään sosiaalipedagogisen musiikkimuisteluryhmän ohjaajalta vaadittavia perus- ja syventäviä taitoja, jotta hän voi toimia vanhuksille innostajana (kuviot 1 ja 8).

Lisäksi olemme pyrkineet löytämään niitä elementtejä, jotka tekevät sosiokulttuurisesti innostavaa. Näitä arvioimme valitsemiemme kriteereiden pohjalta toteuttamissamme viidessä musiikkimuisteluryhmässä, jotka toimivat testiryhminä työllemme.

Sosiokulttuurisen innostamisen tavoitteena on saada aikaan muutosta ihmisen jokapäiväisessä elämässä ja parantaa elämän laatua. Ryhmään tulo toi vanhusten elämään vaihtelua ja hieman erilaista toimintaa, koska laulamisen lisäksi ryhmä antoi mahdollisuuden keskusteluun. Tämän viiden viikon aikana jolloin ryhmä järjestettiin, vanhukset osallistuivat mielellään ryhmään. Emme seuranneet niitä mahdollisia muutoksia mitä heissä oli työntekijöiden taholta havaittavissa muuna aikana. Jos ryhmä olisi ollut pitkäkestoisempi, työntekijöiden palaute olisi ollut tärkeää muutosta arvioitaessa. Nyt aika oli siihen liian lyhyt.

16.6 Jatkokehitys

Sosiaalipedagogisen musiikkimuisteluryhmän vaikuttavuutta voisi mielestämme tutkia osallistujien näkökulmasta. Mikäli tutkimukseen voisi käyttää enemmän aikaa, olisi videointi hyvä keino seurata osallistujien edistymistä. Tämän työn tavoitteena on ollut kehittää uusi vanhustenhuollon kuntoutusmuoto muistihäiriöisille senioreille. Pedagogisen teorian siirto olisi mielestämme havainnollisempaa, mikäli tästä metodista olisi saatavilla opetusvideo. Mielestämme opetusvideon tuottaminen olisi hyvä idea ammattikorkeakoulun opiskelijaryhmälle.

LÄHTEET

- Aalto, Mikko 2000: Ryppäästä ryhmäksi. Turvallisen ryhmän rakentaminen. Tampere: Tammer - Paino Oy.
- Ahonen, Heidi 1993: Musiikki sanaton kieli. Musiikkiterapian perusteet. Loimaa: Loimaan kirjapaino.
- Ahvo, Leea 1999: Musiikkiryhmät. Teoksessa Semi, Taina – Eloniemi – Sulkava, Ulla (toim.)1999: Taiteet dementoituneiden ihmisten elämänlaadun parantajina. Elämänlaatua dementoituneille ry. Kuopio: Kuopion Liikekirjapaino Oy. 9 – 15.
- Andreev, Taina – Salomaa, Varpu 2005: Kokemista ja kuvitusta luovat ja toiminnalliset menetelmät vanhustyössä. Teoksessa Noppari, Eija - Koistinen, Päivi(toim.): Laatia vanhustyöhön. Helsinki: Tammi.
- Blomqvist, Lisbeth – Hovila, Elina 2005: Yhdessä elämyksiä arkeen kartoitusraportti. Ituja vanhustyöhön. Vanhustyön keskusliiton raportti 1/2005. Saarijärvi: Gummerus.
- Eskola, Jari – Suoranta Juha 2008:Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Granö, Sirpa 2007: Muistisairaudet elämänkulun muokkaajina – Kuntoutuksessa mahdollisuus. Teoksessa Tulva, Taimi – Uusitalo, Ilkka – Harra, Kimmo (toim.): Vanhuuden monet kasvot. Helsinki: OKKA-säätiö.155 - 176.
- Hakonen, Sinikka 2003: Muistelutyö. Teoksessa Marin, Marjatta – Hakonen, Sinikka (toim.): Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Juva: Ps-kustannus. 130 – 137.
- Hintsala, Susanna 1997: Tuettua vuorovaikutusta. Selkoryhmän ohjaajan opas. Kehitysvammaliitto - Vanhustyön keskusliitto. Helsinki: Hakapaino.
- Hohenthal-Antin, Leonie 2009:Muistot näkyviksi. Muistelutyön menetelmiä ja merkityksiä. Juva: Ps –kustannus.
- Huttunen, Martti 2008: Dementia. Lääkärikirja Duodecim. Verkkodokumentti. Päivitetty 5.9.2008.
http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00358. Luettu 25.10.2010.
- Hämäläinen, Juha 1999: Johdatus sosiaalipedagogiikkaan. Kuopio: Kopijyvä.
- Hämäläinen, Juha – Kurki, Leena 1997: Sosiaalipedagogiikka. Porvoo: WSOY.
- Jukkola, Risto 2003:Musiikin käyttö. Teoksessa Marin, Marjatta – Hakonen, Sinikka (toim.): Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Juva: Ps-kustannus. 173 – 178.
- Karlsson, Hannele 2009: Muistisairaudet. Luento. Metropolia ammattikorkeakoulu. Helsinki. 28.9.
- Kauppila, Reijo A. 2007: Ihmisen tapa oppia. Johdatus sosiokonstruktiiviseen oppimiskäsitykseen. Jyväskylä: PS-kustannus. Opetus 2000

- Koskinen, Simo – Aalto, Leena – Hakonen, Sinikka – Päivärinta, Eeva 1998: VANHUSTYÖ. Vanhustyön keskusliitto. Jyväskylä: Gummerus.
- Kurki, Leena 2007: Innostava vanhuus. Sosiokulttuurinen innostaminen vanhempien aikuisten parissa. Helsinki: FINN LECTURA.
- Laine, Anne – Ruishalme, Outi – Salervo, Pirjo – Sivén, Tuula – Välimäki, Päivi 2007: Opi ja ohjaa sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Werner Söderström Osakeyhtiö.
- Lundgren, Jarna 1998a: Kuntouttava työote dementoituvien hoitotyössä. Teoksessa Heimonen, Sirkkaliisa – Voutilainen, Päivi (toim.): Kuntouttava työote dementoituvien hoitotyössä. Helsinki: Kirjayhtymä Oy. 13 – 46.
- Lundgren, Jarna 1998b: Ryhmätilanteet dementoituvan toimintakyvyn tukena. Teoksessa Heimonen, Sirkkaliisa – Voutilainen, Päivi (toim.): Kuntouttava työote dementoituvien hoitotyössä. Helsinki: Kirjayhtymä Oy. 123-167.
- Mäkisalo – Ropponen, Merja 2007: Tarinat työn tukena. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Numminen, Ava 2010. Läänintaiteilija. Uudenmaan lääni. Musiikin tohtori, laulaja, laulunopettaja, psykologian maisteri. Puhelinhaastattelu 9.7. 2010
- Palomäki, Sirkka-Liisa – Toikko, Timo 2007: Tekemisen ja kohtaamisen ristiriita vanhustyössä. Teoksessa Seppänen, Marjaana – Karisto, Antti – Kröger, Teppo (toim.): Vanhuus ja sosiaalityö. Sosiaalityö avuttomuuden ja toimijuuden välissä. Juva: Ps – kustannus.
- Pirttilä, Tuula 2004: Muistihäiriöisen ja dementoituvan henkilön kuntoutuksen mahdollisuudet. Teoksessa Heimonen, Sirkkaliisa - Voutilainen, Päivi: Dementoituvan ihmisen KUNTOUTUKSEN LUPAUS. Vammala: Kustannusosakeyhtiö Tammi. 11 – 21.
- Puolimatka, Tapio 2002: Opetuksen teoria. Konstruktivismista realismiin. Vammala: Vammalan Kirjapaino Oy.
- Saarenheimo, Marja 1997: Jos etsit kadonnutta aikaa. Vanhuus ja oman elämän muisteleminen. Tampere: Vastapaino.
- Semi, Taina – Eloniemi – Sulkava, Ulla (toim.) 1999: Taiteet dementoituneiden ihmisten elämänlaadun parantajina. Elämänlaatua dementoituneille ry. Kuopio: Kuopion Liikekirjapaino Oy.
- Taipale, Markku 1998: Musiikki dementoituvan ihmisen hoidon välineenä. Teoksessa Heimonen, Sirkkaliisa – Voutilainen, Päivi (toim.): Kuntouttava työote dementoituvien hoitotyössä. Tampere: Tammer – Paino Oy. 65 – 84.
- Tilvis, Reijo – Strandberg, Timo – Vanhanen, Hannu 1997: Geriatrian tietopaketti. Verkkodokumentti. Päivitetty 5.3.1997.
<http://www.gernet.fi/auto/opetus/3.html>. Luettu 20.10.2009.
- Virkola, Elisa 2006: Dementoitunut ihminen toimijana ja osallistujana. Dementia-utiset 4/2006.

Erja Selin ja Birgitta Viitamäki
Helsinki Metropolia Ammattikorkeakoulu
Hyvinvointi- ja toimintakykyklusteri
Sosiaalialan koulutusohjelma 21.6.2010

Toiminnanjohtaja

Palvelutalo

ESPOO

TUTKIMUSLUPAHAKEMUS TOIMINNALLISEEN OPINNÄYTETYÖHÖN

Haemme tutkimuslupaa Helsinki Metropolia Ammattikorkeakoulun sosiaalialan koulutusohjelman sosionomin opinnäytetyön toiminnallisen musiikkimuisteluryhmän toteutukselle.

Toiminnallisen opinnäytetyön nimi

Musiikkimuistelu vanhuksen voimaantumisen mahdollistajana.
Musiikkimuistelutuokio muistihäiriöisille vanhuksille espoolaisessa palvelutalossa.

Ryhmän toteutuksen aika 13.7.2010 – 10.8.2010

Opinnäytetyön aikataulu on kuvattu liitteenä olevassa tutkimussuunnitelmassa.

Ryhmän toteutuksen paikka

Palvelutalo Espoo

Ryhmän jäsenet 8 henkilöä, jotka valitaan yhdessä palveluyksikön hoitajien kanssa.
Ohjaajina toimivat opinnäytetyön tekijät.

Kunnioitavasti

Erja Selin
sosionomiopiskelija AMK

Birgitta Viitamäki
sosionomiopiskelija AMK

Liite tutkimussuunnitelma

Sisällysluettelo

Liite 2

TAIVAS ON SININEN JA VALKOINEN	3
KUKKUU, KUKKUU	4
SAUNAVIHDAT	5
KARJALAN KUNNAILLA	6
YKSI RUUSU ON KASVANUT LAAKSOSSA	7
KALLIOLLE KUKKULALLE	8
KULLAN YLISTYS	9
JOS SAIS KERRAN REISSULLANSA	10
NIIN MINÄ, NEITONEN, SINULLE LAULAN	11
SUOJELUSENKELI	12



VOIMAUTTAVA MUSIIKKIMUISTELU

Infokansio Palvelutalon henkilökunnalle

Sosionomin opinnäytetyö Birgitta Viitamäki ja Erja Selin

2010



<http://office.microsoft.com/fi-fi/images/ihmiset-CM079001925.aspx#pg:9|mt:2|>

<http://office.microsoft.com/fi-fi/images/ihmiset-CM079001925.aspx?qu=k%C3%A4det#pg:5|mt:2|>

Musiikkimuisteluryhmän arviointilomakkeet tiivistetyssä muodossa.

1. Tuokion kulku ja tunnelma eri vaiheissa		Pv 4.9.12
Jäsen A		
Jäsen B		
Jäsen C		
Jäsen D		
Jäsen E		
Jäsen F		
Jäsen G		
Jäsen H		

2. Keskinäinen vuorovaikutus (= ohjaaja ja muut ryhmäläiset)	
Jäsen A	
Jäsen B	
Jäsen C	
Jäsen D	
Jäsen E	
Jäsen F	
Jäsen G	
Jäsen H	

3. Ryhmässä esiin tulleet asiat ja hengellisyys	
Jäsen A	
Jäsen B	
Jäsen C	
Jäsen D	
Jäsen E	
Jäsen F	
Jäsen G	
Jäsen H	

4. Ryhmäläisten sosiaaliset taidot	
Jäsen A	
Jäsen B	
Jäsen C	
Jäsen D	
Jäsen E	
Jäsen F	
Jäsen G	
Jäsen H	

5. Ryhmäläisten osallistuminen ja aktiivisuus	
Jäsen A	
Jäsen B	
Jäsen C	
Jäsen D	
Jäsen E	
Jäsen F	
Jäsen G	
Jäsen H	

6. Ohjaajan työskentelytapa ja hänen vaikutuksensa ryhmäläisiin	
Jäsen A	
Jäsen B	
Jäsen C	
Jäsen D	
Jäsen E	
Jäsen F	
Jäsen G	
Jäsen H	