

OPPIMATERIAALEJA

PUHEENVUOROJA

RAPORTTEJA 154

TUTKIMUKSIA

Pirkko Routasalo, Heini Toivonen &
Miika Rautiainen (toim.)

HYVÄ ARKI VANHUKSELLE

Voimavarojen aktivoiminen
taidelähtöisillä menetelmillä



TURUN AMMATTIKORKEAKOULU
TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

OPPIMATERIAALEJA

PUHEENVUOROJA

RAPORTTEJA 154

TUTKIMUKSIA

Pirkko Routasalo, Heini Toivonen &
Miika Rautiainen (toim.)

HYVÄ ARKI VANHUKSELLE

Voimavarojen aktivoiminen
taidelähtöisillä menetelmillä



TURUN AMMATTIKORKEAKOULU
TURKU UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

TURUN AMMATTIKORKEAKOULUN
RAPORTTEJA 154

Turun ammattikorkeakoulu
Turku 2013

Kannen kuva: Reijo Salonen

ISBN 978-952-216-353-0 (painettu)

ISSN 1457-7925 (painettu)

Painopaikka: Suomen yliopistopaino – Juvenes Print Oy, Tampere 2013

ISBN 978-952-216-354-7 (PDF)

ISSN 1459-7764 (elektroninen)

<http://loki.turkuamk.fi>



SISÄLTÖ

ESIPUHE 5

JOHDANTO 6

Pirkko Routasalo, Heini Toivonen & Miika Rautiainen

TAIDE JA KULTTUURIVANHUKSEN HYVINVOINNIN TUKENA
ARJESSA 10

Pirkko Routasalo, Heini Toivonen & Miika Rautiainen

HYVÄ ARKIVANHUKSELLE -HANKE 18

Pirkko Routasalo, Heini Toivonen & Miika Rautiainen

ONPA KUIN KUVA ELON SAIS JA MUA HELLÄSTI KATSAHTAIS 27

Marjukka Irni

HYVÄÄ ARKEA VANHUKSILLE TUOTTAMASSA

TULE MUKAAN SOITTAMAAN 40

Tuula Ahtela & Pia Suvivuo

MUISTISAIRAIDEN VANHUSTEN MUSIIKILLINEN TYÖPAJA 47

Jaana Tiihonen & Pia Suvivuo

VOIMAANTUMISTA VANHUKSILLE VALOKUVIN 54

Satu Karjalainen & Pia Suvivuo

VANHUSTEN TAIDELÄHTÖINEN KUVA JA MAALAUUS -TYÖPAJA 61

Veronika Piontek & Pia Suvivuo

ILOA MUISTISAIRAIDEN VANHUSTEN ARKEEN KUVATAITEEN
KEINAIN 68

Marika Lindholm & Pia Suvivuo

YHTEISTYÖORGANISAATIOIDEN NÄKÖKULMA HYVÄÄ ARKEA VANHUKSILLE -HANKKEESEEN	74
<i>Pirkko Routasalo</i>	
JOHTOPÄÄTÖKSIÄ HYVÄ ARKI VANHUKSELLE -HANKKEESTA	77
<i>Pirkko Routasalo, Heini Toivonen & Miika Rautiainen</i>	
KIRJOITTAJAT	85

ESIPUHE

Vanhusten virikkeetön elämä ja sen aiheuttamat toimintakyvyn heikkenemiseen johtavat seuraukset ovat olleet paljon esillä julkisuudessa viime aikoina. Kaikki keskusteluun osallistuvat ovat yksimielisiä siitä, että ihmisen vanhetessa tulisi kaikin tavoin huolehtia siitä, että hän kokisi elämänsä monipuolisesti laadukkaaksi riippumatta siitä, millaisessa ympäristössä hän elämänsä ehtopäiviä viettää. Niin kotona kuin laitoksissa asuvat vanhuksat kokevat erilaisten selvitysten ja kartoitusten perusteella itsensä monesti yksinäisiksi ja elämänsä mahdollisesti tarkoituksettomaksi odottamiseksi. Monipuolisen ja virikerikkaan arjen järjestämisen esteenä vanhuksille esitetään yleensä resurssien niukkuus. Mahdollisuuksia on kuitenkin monenlaisia.

Käsillä olevassa julkaisussa *Hyvä arki vanhukselle – voimavarojen aktivoiminen taidelähtöisillä menetelmillä* esitellään erilaisia toimintamuotoja virikkeiden rikastamiseen. Kyseessä on samannimisen hankkeen loppuraportti. Hankkeessa Turun ammattikorkeakoulun Taideakatemia AMK-tutkinto-opiskelijat ja Terveysala-tulosalueen ylempää ammattikorkeakoulututkintoa suorittavat opiskelijat toteuttivat erilaisia taidelähtöisiä työpajoja opettajien ohjaamina kolmesta eri vanhustenhallon organisaatiosta tuleville vanhuksille. Kokeemukset olivat kauttaaltaan positiivisia ja kaikkia osapuolia voimaannuttavia.

Varsinaisten virikkeitä vanhuksille lisänneiden toimintamuotojen kehittämisen ohella tärkeä elementti hankkeessa oli sukupolvien välinen kohtaaminen. Raportissa kuvattu opiskelijoiden kokemattomuus vanhusten kanssa olemisesta ilmentää nykyajan irrallisuutta ja erillisyyttä perheissä ja suvuissa – enää ei olla luontevasti päivittäisessä yhteydessä esimerkiksi omien isovanhempien kanssa kuten aiemmin. Luonnollista arkipäivän virikkeistöä ei näin ollen ole tarjolla myöskään vanhuksille. Siksi tällaiset hankkeet ovat erityisen arvokkaita kaikille osapuolille.

Erinomaiselle hankkeelle toivoisi ehdottomasti jatkoa, mahdollisesti jopa systemaattista koulutusosiota, jossa kulttuurialan ja terveysalan opiskelijat toimisivat tavoitteellisesti yhteistyössä keskenään ja tuottaisivat virikkeitä niin kotonaan kuin laitoksissa asuville vanhuksille.

Kaija Lind

Koulutusjohtaja

Terveysala-tulosalue, Turun ammattikorkeakoulu

JOHDANTO

Pirkko Routasalo, Heini Toivonen & Miika Rautiainen

Vanhuksen hyvä arki on turvallista ja mielihyvää aikaansaavaa laadukasta elämää. Se pohjaa arjen kulttuuriin, jonka vanhus tunnistaa ja jossa hän voi onnistuneesti käyttää omia voimavarojaan ja vahvistaa niitä (Routasalo 2004). Elorannan (2009) ikääntyneiden kotona asumista tarkastelevan tutkimuksen mukaan elämänhallinnan tunne ja toimintatahdon säilyminen olivat kotona asuvien vanhusten voimavaroja. Kuulluksi tuleminen, itsemääräämisoikeus ja arjen toiminnoista selviäminen tukivat elämänhallinnan tunnetta. Toimintakyky ja halu tehdä itse sekä ympäristön asenteet ja sen tarjoamat mahdollisuudet tukivat toimintatahdon säilymistä. Tutkimukset osoittavat, että erilaisilla taidetoiminnoilla voidaan vaikuttaa vanhusten hyvinvointiin ja tukea heidän arjessa selviytymistään (Liikanen 2003, 2004).

Opetusministeriö julkaisi vuonna 2010 *Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia* -ehdotuksen toimintaohjelmaksi vuosiksi 2010–2014. Sen tavoitteena on hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen kulttuurin ja taiteen keinoin sekä osallisuuden lisääminen yksilön, yhteisön ja yhteiskunnan tasoilla. Ohjelman kolme painopistealuetta ovat: 1. kulttuuri osallisuuden, yhteisöllisyyden, arjen toimintojen ja ympäristöjen edistäjänä, 2. taide ja kulttuuri osana sosiaali- ja terveydenhuoltoa sekä 3. työhyvinvoinnin tukeminen taiteen ja kulttuurin keinoin. (OPM 2010.) Toimintaohjelman laajuus mahdollistaa monipuoliset kulttuuritoiminnot yksilön ja yhteisön hyvinvoinnin ja terveyden tukemiseksi. Myös sosiaali- ja terveysministeriö on valmisteltavan vanhuspalvelulain yhteydessä kirjannut kuntien tehtäväksi osoittaa varoja sosiaali- ja terveyspalvelujen ohella toimintoihin, jotka takaavat vanhukselle hyvinvointia, terveyttä ja toimintakykyä (STM 2012). Konkreettinen esimerkki on Turun geriatrisessa sairaalahoidossa ja ympärivuorokautisessa hoidossa käyttöön otettu vanhuksen hoitosuunnitelmaan kirjattu kulttuurisuunnitelma. Sen mukaan kulttuuri on oleellinen osa päivittäistä hoitoa, ja se virkistää sekä vanhuksia että koko hoitoyhteisöä. (Koponen 2010.)

Hyvä arki vanhukselle -hankkeen (2011–2012) taustalla oli ajatus, että taide- ja terveysalan opiskelijat voivat yhdessä tukea palvelukeskuksissa ja hoitolaitoksissa vanhuksen hyvää arkea. Toteutus tapahtui taidelähtöisillä työpajoilla. Taidealan opiskelijat toivat osaamisensa itselleen tavanomaisesta poikkeavaan toimintaympäristöön. Terveysalan ylemmän AMK-tutkinnon opiskelijat valmensivat taidealan opiskelijat kohtaamaan vanhukset ja mahdollistivat työpajojen käytännön toteutukset yhdessä organisaatioiden edustajien kanssa.

Hankkeen tavoitteena oli tukea vanhusten voimaantumista taiteen avulla. Vanhuksella on takanaan kokemusmaailma, josta hän ammentaa voimavaroja arjessa selviämiseen. Taidelähtöisillä interventioilla on mahdollista tukea elämänhallinnan tunnetta ja toimintatahdon säilymistä sekä rohkaista vanhuksia tunnistamaan omia voimavarojaan ja ottamaan niitä käyttöön. Hankkeen toinen tavoite oli tukea taidealan opiskelijoita oman osaamisensa soveltamisessa toimintaan ikääntyneiden ja jo jonkinasteista toimintakyvyn alenemista omaavien vanhusten kanssa. Kolmas tavoite kohdistettiin terveysalan ylemmän AMK-tutkinnon opiskelijoihin, joilla oli kokemusta vanhusten hoitotyöstä ja joiden koulutukseen kuului projektipäällikkönä toimimisen harjoittelua. Päämääränä oli se, että he oppisivat projektipäällikköinä suunnittelemaan ja organisoimaan taideinterventioiden toteuttamisen palvelukeskuksissa sekä valmentamaan ja tukemaan tulevia taiteilijoita toimimaan vanhusten kanssa.

Taidelähtöisinä interventioina käytettiin valokuvausta, kuvanveistoa, maalausta ja musiikkia. Interventioiden suunnittelussa kuultiin vanhuksia, ja niissä keskityttiin heille mieluisiin ja hyviin asioihin, kokemuksiin ja muistoihin. Interventioilla ei tavoiteltu terapeuttisia tuloksia, vaan ne kohdentuivat mielialan nostattamiseen ja arjen parantamiseen. Vanhuksia kannustettiin taiteen keinoin löytämään itsestään ja arkiympäristöstään hyvää oloa sekä turvallisuuden, yhteenkuuluvuuden, arvostuksen, elämän merkityksellisyyden ja osaamisen tunteita. Toimivaksi osoittautuneita vanhusten psykososiaalisen ryhmäkuntoutuksen kokemuksia ja tuloksia hyödynnettiin interventioiden suunnittelussa (esim. Pitkälä ym. 2005, 2009, Routasalo ym. 2009, myös <http://www.ystavapiiri.net/>).

Tämä julkaisu koostuu *Hyvä arki vanhukselle* -hankkeen lähtökohtien ja Terveysalan ylemmän AMK-tutkinnon opiskelijoiden organisoimien työpajojen toteutusten kuvauksista. Marjukka Irnin artikkeli puolestaan valottaa valoku-

vatyöpajan toteutusta taidealan opettajan näkökulmasta. Yhteistyökumppaneiden näkemys hankkeessa toteutetuista työpajoista tuo arvokasta tietoa moniammatillisen yhteistyön toteutukselle.

Turussa 12.12.2012

Pirkko Routasalo	Heini Toivonen	Miika Rautiainen
Yliopettaja	Hankesuunnittelija	TKI-koordinaattori
Terveysala	Terveysala	Taideakatemia

LÄHTEET

Eloranta, S. 2009. Supporting older people's independent living at home through social and health care collaboration. *Annales Universitatis Turkuensis, Ser D, Tom 869*. University of Turku.

Koponen, T. 2010. Kuva-hanke. Kulttuuri vanhuksen arkeen geriatriassa sairaalahoidossa ja ympärivuorokautisessa hoidossa 2010–2011. Gerontologisen hoitotyön päivät 29.10.2010, Turku.

Liikanen, HL. 2003. Taide kohtaa elämän – Arts in hospital ja kulttuuritoiminta itäsuomalaisen hoitoyksiköiden arjessa ja juhlassa. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava.

Liikanen, HL. 2004. Taide- ja kulttuuritoiminnan vaikutus hyvinvointiin. Teoksessa Pitkälä, K., Routasalo, P. & Blomqvist, L. (toim.) Ikääntyneiden yksinäisyys. Taide- ja virikeryhmät psykososiaalisena kuntoutuksena. Geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishanke. Tutkimusraportti 5. Vanhustyön keskusliitto ry. Helsinki. 11–22.

OPM. 2010. Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia – ehdotus toimintaohjelmaksi 2010–2014. Julkaisu 2010:1. Opetusministeriö. Helsinki.

Pitkälä, K., Routasalo, P., Kautiainen, H., Savikko, N. & Tilvis, R. 2005. Ikääntyneiden yksinäisyys. Psykososiaalisen ryhmäkuntoutuksen vaikuttavuus. Geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishanke. Tutkimusraportti 11. Vanhustyön keskusliitto ry. Helsinki.

Pitkälä, KH., Routasalo, P., Kautiainen, H. & Tilvis, RS. 2009. Effects of psychosocial group rehabilitation on health, use of health care services, and mortality of older persons suffering from loneliness: a randomized, controlled trial. *The Journals of Gerontology Series A: Biological Sciences and Medical Sciences* 64 (7), 792–800.

Routasalo, P. 2004. Arjen kulttuuri. Teoksessa Pitkälä, K., Routasalo, P. & Blomqvist, L. (toim.) Ikääntyneiden yksinäisyys. Taide- ja virikeryhmät psykososiaalisena kuntoutuksena. Geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishanke. Tutkimusraportti 5. Vanhustyön keskusliitto ry. Helsinki. 37–42.

Routasalo, PE., Tilvis, RS., Kautiainen, H. & Pitkala, KH. 2009. Effects of psychosocial group rehabilitation on social functioning, loneliness, and well-being of lonely, older people: randomized, controlled trial. *Journal of Advanced Nursing* 65 (2), 297–305.

STM. 2012. Raportteja ja muistioita 2012:6. Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta ja iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvveluista. <http://www.stm.fi>. Viitattu 28.8.2012.

TAIDE JA KULTTUURI VANHUKSEN HYVINVOINNIN TUKENA ARJESSA

Pirkko Routasalo, Heini Toivonen & Miika Rautiainen

Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia on opetusministeriön ehdotus toimintaohjelmaksi vuosiksi 2010–2014 (OPM 2010). Taide ja kulttuuri ovat käsitteinä laajoja ja vaativat täsmennyksen. ”Kulttuuri on keino selviytyä ihmiskuntana ja taide on keino selvittää ihmisenä”, kirjoittavat projektipäälliköt Malmivirta ja Taivainen Hy-mykuopat-projektin loppuraportin esipuheessa (Malmivirta & Taivainen 2012). Kulttuuri käsittää ihmisen elinympäristön, sen fyysisen, psykososiaalisen ja yhteisöllisen ilmenemisen. Se on ihmiskunnan henkisten ja aineellisten saavutusten kokonaisuus. Se on ihmisten antamia merkityksiä, toimintaa ja olemista ympäristössä, joka muovaa ihmistä. Se auttaa sopeutumaan ja vahvistumaan yhteisönä. (Pirnes 2008, Malmivirta & Taivainen 2012, Suominen 2012, Wikipedia 2012.)

Kulttuurin ja taiteen voidaan nähdä olevan laadullisesti ja toiminnallisesti erilainen tapa ymmärtää maailmaa kuin muut tavat (Pirnes 2008). Niitä voidaan tarkastella itseisarvoina, koska ne puolustavat elämää (Malmivirta & Taivainen 2012). Taiteen on sanottu olevan puhtaaksi viljeltyä kulttuuria (Opetushallitus 2012). Sillä pyritään vaikuttamaan tunteisiin ja subjektiiviseen ajatteluun. Se on myös ilmaisun ja mielihyvän tuottamisen väline. Se virittää intuition, vaistot ja aistit. (Kangasniemi 2012, Malmivirta & Taivainen 2012, Wikipedia 2012.) Onnistumisen kokeminen ja yhteinen tekeminen ovat tärkeämpiä kuin osaamiseen liittyvät paineet (Rantala 2011).

Taide voi olla kohtaamisen paikka, jossa tehdään mahdolliseksi rajojen ylittäminen ja jonkin uuden keksiminen (Haapala 2011, 7).

Hyvinvoinnin voidaan nähdä olevan ihmisen terveyden, elinolojen ja toimeentulon kokonaisuus. Toisaalta se voidaan määritellä esimerkiksi Suomen Punaisen Ristin Hyvinvointi- ja terveystyönsuunnitelman (2008) mukaisesti ihmisen henkisen, sosiaalisen ja aineellisen hyvinvoinnin toteutumiseksi, jossa myös arjen turvallisuus ja yhteisöllisyys ovat läsnä.

TAITEEN JA KULTTUURIN MYÖNTEISIÄ VAIKUTUKSIA HYVINVOINTIIN

Taide ja kulttuuri vaikuttavat ihmisen hyvinvointiin. Taide luo elämyksiä ja nautintoja. Sillä on yhteys terveyden ja elämänlaadun kokemuksiin ja se lisää ympäristön viihtyisyyttä. Taiteen harrastaminen synnyttää yhteisöllisyyttä ja luo verkostoja, jotka puolestaan vahvistavat elämönhallinnan kokemusta. (Liikanen 2003.) Esimerkiksi Turussa toteutettu Hair-musikaali¹ vaikutti myönteisesti osallistujien koettuun hyvinvointiin: mieliala kohosi ja itsetunto, rohkeus ja aktiivisuus lisääntyivät (Mäntymäki 2012). Toisaalta on vaikea mitata taiteen hyvinvointivaikutuksia sekä saada niistä yleistettävää, täsmällistä tietoa taiteen kokemisen subjektiivisuuden (Wallenius-Korkalo 2011) ja erilaisten käsitelmäärittelyjen vuoksi (Reunanen & Suominen 2012).

Erilaiset taidemuodot, kuten tanssi, laulu ja musiikki, soveltuvat hyvin muistisairauksista kärsivien henkilöiden hoitotyöhön. Taideinterventioilla voidaan parantaa kommunikointia ja liikkumista sekä rauhoittaa levotonta henkilöä. Laulaminen ja tuttuun laulun kuunteleminen vaikuttavat myönteisesti muistisairaana mielialaan ja muistitoimintoihin (Heimonen 2011, Lehikoinen 2011, Särkämö 2011). Halvauspotilailla varhain aloitettu päivittäinen musiikin kuuntelu paransi muistia, huomiokykyä ja mielialaa tutkimuksessa, jossa selvitettiin musiikin vaikutusta halvauspotilaan kognitioon ja mielialaan (Särkämö 2011).

Sosiokulttuurisen vanhuskäsityksen mukaan ihminen elää kiinteässä yhteydessä historiaansa, elämänsä kulkunsa, kulttuuriinsa ja ympäröivään yhteiskuntaan (Koskinen 2006). Näihin liittyvistä tunnistettavista elementeistä hän ammentaa voimavaroja. Pitkä elämänsä historia ja -kulku luovat vaihtoehtoja, joiden

1 Musikaali oli osa Turun sosiaali- ja terveystoimen Keski-ikäisten hiukset -hanketta, jonka tavoitteena oli toteuttaa korkeatasoinen musikaali tavallisten keski-ikäisten turkulaisten esittämänä edistäen samalla heidän hyvinvointiaan.

kautta ihminen arvioi nykyistä elämäänsä ja voimavarojaan. Hänellä on etäisyyttä katsoa ja arvioida asioita eri näkökulmista ympäröivässä yhteiskunnassa. Kulttuuri on moniulotteisuudessaan tekijä, jonka jokainen hahmottaa ja josta ammentaa voimavaroja omalla tavallaan. Arkikielessä kulttuuri herkästi ymmärretään niin sanotuksi korkeakulttuuriksi, joka on monelle kaukainen ja vieras asia. Arjen kulttuuri on tunnistettavaa. Siihen liittyvät jokapäiväisen elämän elementit, kuten koti, työ ja arjen elämä. Se on monipuolista arkea, jonka ihminen on luonut näköisekseen ja siksi tunnistettavaksi. Siinä on elementtejä, jotka ovat yhteisiä samassa kulttuurissa asuville (Routasalo 2004).

TAIDE JA KULTTUURI VANHUSTEN ARJESSA

Kun taidetta ja kulttuuria tuodaan hoitolaitoksiin, on löydettävä sellaisia taidemuotoja, joissa on tunnistettavia elementtejä, jotka innostavat luovaan toimintaan tai muisteluun ja jotka synnyttävät esteettisiä ja voimaannuttavia elämyksiä. Laitoshoidossa olevilla vanhuksilla on jo jokin rajoitus, joka estää heitä asumasta kotonaan tai toimimaan itsenäisesti. Tästä syystä he eivät itse pääse kulttuuri- ja taidetapahtumiin, eikä niihin lähteminen ole juurikaan kuulunut suomalaisten hoitolaitosten elämään. Taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutusten tutkimustiedon lisääntyessä ja asenteiden muuttuessa taiteen ja kulttuurin voidaan olettaa vähitellen näkyvän hoitotyön osana. Samoin kotona asuvien, apua tarvitsevien vanhusten hoitaminen tulee tulevaisuudessa mahdollisesti sisältämään välttämättömän avun lisäksi voimaantumista tukevaa kulttuuritarjontaa.

Kulttuuria, ennen kaikkea taideteoksia, on tuotu laitoksiin jo vuosia. Taidetta hoitolaitoksissa (Arts in Hospital) -toiminta alkoi 1990-luvun alussa YK:n ja Unescon toimesta. Suomeen se levisi lähinnä Ruotsista, jossa sairaaloihin tuotiin taideteoksia piristämään potilaiden ympäristöä. Vasta aivan viime aikoina taide ja kulttuuri on mielletty osaksi hoitoa myös Suomessa. Tästä hyvä esimerkki on Turun Kaskenlinnan sairaalan toiminta, jossa yksilöllinen kulttuuritavoite kirjataan kunkin potilaan hoitosuunnitelmaan. Suunnitelma pohjaa henkilökoh-taiseen elämänhistoriaan ja kulttuuritavoiteisiin. Tavoitteena on tuoda ja tuottaa kulttuuria oleelliseksi osaksi jokaisen vanhuksen arkea. Lisäksi tavoitteena on luoda kiinteä vuorovaikutussuhde taidealan ammattilaisten ja sairaalan henkilökunnan välille. (Koponen 2011, Malmivirta & Taivainen 2012.)

Psykososiaaliset voimavarat ovat laadukkaan elämän lähtökohta. Yksinäisyydestä kärsiville vanhuksille suunnatuilla psykososiaalisilla taide-, liikunta- ja terapeutinen kirjoittaminen -interventioilla on kyetty merkittävästi parantamaan vanhusien elämänlaatua ja kognitiivista toimintakykyä sekä ehkäisemään vanhusien enneaikaista kuolleisuutta (Pitkälä ym. 2005, 2009, Routasalo ym. 2009). Yksinäisyyden taideinterventiossa taide ymmärrettiin laajasti kaikeksi sellaiseksi tavoitteelliseksi toiminnaksi, joka tuotti mielihyvää ja elämyksiä sekä innosti vuorovaikutukseen toisten kanssa. Intervention sisältö suunniteltiin vanhuslähteisesti ja vanhusien arvoja, toiveita ja kokemuksia kunnioittaen. Se sisälsi taiteilijoiden vierailuja, taiteilijoiden luona käyntejä, taidetapahtumiin osallistumisia ja omaa taidetta. Vierailivat taiteilijat ottivat vanhuset mukaan toimintaan ja tuottivat taidetta yhdessä näiden kanssa. Esimerkkinä on kiviruno, jonka jokainen osallistuja kirjoitti löytämästään kivistä. Vanhuset innostuivat, löysivät luovuutensa ja lähtivät rohkeasti mukaan uuteen ja tuntemattomaan, kuten runon kirjoittaminen osoitti. (Pitkälä ym. 2004.)

Taiteen ja kulttuurin tuominen sairaalamaisiin ja sairaalamaista perinnettä toteuttaviin vanhusien hoitolaitoksiin hyödyntää sekä vanhusia että työntekijöitä. Vanhusien samanlaisena toistuva arki saa uusia, vanhusia aktivoivia virikkeitä, jotka vaikuttavat mielialaa kohottavasti. Kun mieliala on virkeä ja ympäristö innostava, vaivojen, masentuneisuuden ja kykenemättömyyden tunteet vähenevät ja toimintakyky paranee. Tämä tuli selkeästi esille edellä kuvatussa yksinäisille vanhusille suunnatussa psykososiaalisessa ryhmäkuntoutuksessa (Pitkälä ym. 2005, 2009, Routasalo ym. 2009). Vanhusien kunto ja mieltymykset vaikuttavat siihen, millaisesta taiteesta ja kulttuurista kukin on kiinnostunut. Yhdelle klassisen musiikin kuuntelu tuo mielihyvää, ja toinen nauttii tanssimusiikin kuuntelusta. Jollekin kulttuuri on ollut arjen työtä, ja kaikki toiminta on mitattu tuottamisella. Se on voinut olla sukan kutomista tai voiveitsien vuolemista. Tulevaisuudessa kulttuuri on oletettavasti moninaisempaa kuin nyt, sillä suomalaisten melko homogeeninen kulttuuritausta muuttuu muista kulttuureista tulevien vaikutteiden myötä samoin kuin muista kulttuureista kotoisin olevien vanhusien myötä.

TAIDE JA KULTTUURI TYÖYHTEISÖSSÄ

Taiteella on todettu olevan myönteinen vaikutus työviihtyvyyteen ja työssä jaksamiseen. Esteettinen ympäristö, joka herättää taidenautintoja, luo pohjaa jaksamiselle ja hyvinvoinnille sekä kohottaa mielialaa. Taidelähtöiset menetelmät virittävät työntekijöitä uudelleen ajatteluun heidän omassa toiminnassaan, rooleissaan ja yhteistyössään, samoin kuin ne toimivat luovan toiminnan lähtökohdina. Taiteella voidaan ilmentää myös työympäristön imagoa. (Rantala 2011, von Brandenburg 2011.)

Vanhusten hoitolaitos kulttuuriympäristönä virkistää työntekijöitä (Rantala 2011, von Brandenburg 2011). Tämä on tärkeää, sillä niukat hoitajaresurssit ja yhä enemmän apua tarvitsevat laitoshoidossa olevat vanhukset ovat raskas yhdistelmä hoitohenkilökunnan työssä jaksamisen kannalta. Hoitajat väsyvät ja vanhusten hoidon laatu heikkenee. Kulttuurin tuominen hoitolaitokseen ei muuta hoitajien perustehtävää, mutta se monipuolistaa sitä, virittää keskustelua ja onnistuessaan vapauttaa huumorin käytön hoitamisessa. Huumorin tervehdyttävä vaikutus on tunnettu jo kauan (Vesa 2009, Isola 2012). Esteettinen ympäristö sekä uudet hoitamisen virikkeet ja haasteet tuovat sisältöä arjen työskentelyyn.

KOHTI HYVÄÄ ARKEA

Oleellista voimaantumisen ja hyvinvoinnin kokemisessa on taiteen ja kulttuurin tuottaman elämyksen jakaminen. Yhdessä koettu mielihyvä yhdistää, ja erilaiset kokemukset synnyttävät tunnereaktioita, jotka innostavat oman näkökannan puolustamiseen. Musiikki, maalaukset, vanhat esineet ja monet muut taiteen ja kulttuurin elementit herättävät muistoja, jotka vielä melko yhtenäisestä kulttuurista johtuen ovat monella vanhuksella samansuuntaisia. Eri aisteja stimuloimalla voidaan elvyttää ehkä jo unohtuneissa olleita muistoja ja tuottaa vanhukselle mielihyvää silloinkin, kun aistit ovat jo heikentyneet. Esimerkiksi kosketusaisti säilyy hyvin kauan aktiivisena (Routasalo 1997). Kun muut aistit ovat heikentyneet, kosketuksen avulla vanhus tuntee musiikin värähtelyn, veistoksen muodon tai lumen kylmyyden ja villan lämpimyden.

Taide ja kulttuuri osana hoitamista luovat monia mahdollisuuksia tuottaa mielihyvää ja hyvää arkea, kun uskalletaan ylittää totuttuja rajoja ja kokeilla ennakkoluulottomasti uusia asioita. Taiteen ja kulttuurin ottaminen osaksi vanhuksen

arkea hoitolaitoksissa edellyttää näiden merkityksen ymmärtämistä ja osaamista toteuttaa näitä vanhuslähtöisesti sekä taiteen ja kulttuurin keinoja käyttämällä. Ei ainoastaan taiteen ja kulttuurin tuominen tai tuottaminen hoitolaitoksissa, vaan myös koetun elämyksen jakaminen on tärkeää mielihyvän kokemisessa.

LÄHTEET

Haapala, A. 2011. Alkusanat teokseen Taide käy työssä – taidelähtöisiä menetelmiä työyhteisössä. Rönkä, A-L., Kuhanen, I., Liski, M., Niemeläinen, S. & Rantala, P. (toim.) Lahden ammattikorkeakoulun julkaisu. Sarja A Artikkelikokoelmat, raportit ja muut ajankohtaiset julkaisut, osa 75. Lahden ammattikorkeakoulu. Lahti. 7.

Heimonen, K. 2011. Communication between a dance artist and people living with memory loss. Abstract in International Congress on Culture, Health and Well-being. 21–24 September, Turku, Finland, 76.

Isola, A. 2012. Huumoria hoitotyöhön. Terveystieteiden laitos, Oulun yliopisto. *www.muisti-liitto.fi/document*.

Kangasniemi, P. 2012. Tekeehän taide hyvää? Teoksessa Reunanen, L. (toim.) Tiedosta terveys – vuoropuhelua kulttuurisesta hyvinvoinnista. Taiteen ja kulttuurin Turku, hyvinvoiva kaupunki -hanke, Turun yliopisto. Turku. 53–61.

Koponen, T. 2011. Culture plans for senior citizens. Abstract in International Congress on Culture, Health and Well-being. 21–24 September, Turku, Finland, 105.

Koskinen, S. 2006. Ikäihmisen voimavarojen ja toimintakyvyn tukeminen. Esitelmä Vanhustyön koulutuksen kehittämisseminaarissa Tampereella 1.9.2006.

Lehikoinen, K. 2011. Unfolding practical knowledge in arts-based work with people with dementia. Abstract in International Congress on Culture, Health and Well-being. 21–24 September, Turku, Finland, 75.

Liikanen, H-L. 2003. Taide kohtaa elämän - Arts in Hospital -hanke ja kulttuuritoiminta itäsuomalaisten hoitoyksiköiden arjessa ja juhlassa. Otava, Helsinki.

Malmivirta, H. & Taivianen, A. 2012. KUVA – kulttuuria vanhuksen arkeen Turussa. Teoksessa Malmivirta, H. & Taivianen, A. (toim.) Merkittävien ihmisten yhteiskunta. Hymykuopati-hanke kunnan tarpeisiin vastaajana. Salon kaupunki: Kulttuuripalvelut, 50–53.

Malmivirta, H. & Taivainen, A. (toim.) 2012. Merkittävien ihmisten yhteiskunta. Hymykuopat-hanke kunnan tarpeisiin vastaajana. Salon kaupunki: Kulttuuripalvelut.

Mäntymäki, M. 2012. Taviksesta tähdeksi – hyvinvointia ja elämänhallintaa Hair-musikaalista. Teoksessa Reunanen, L. (toim.) Tiedosta terveys – vuoropuhelua kulttuurisesta hyvinvoinnista. Taiteen ja kulttuurin Turku, hyvinvoiva kaupunki -hanke. Turun yliopisto. Turku, 68–72.

Opetushallitus. 2012. www.edu.fi. Viitattu 30.4.2012.

OPM. 2010. www.minedu.fi. Viitattu 9.3.2010.

Pitkälä, K., Routasalo, P. & Blomqvist, L. (toim.) 2004. Ikääntyneiden yksinäisyys. Taide- ja virikeryhmät psykososiaalisena kuntoutuksena. Geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishanke. Tutkimusraportti 5. Vanhustyön keskusliitto ry. Helsinki.

Pitkälä, K., Routasalo, P., Kautiainen, H., Savikko, N. & Tilvis, R. 2005. Ikääntyneiden yksinäisyys. Psykososiaalisen ryhmäkuntoutuksen vaikuttavuus. Geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishanke. Tutkimusraportti 11. Vanhustyön keskusliitto ry. Helsinki.

Pitkälä, KH., Routasalo, P., Kautiainen, H. & Tilvis, RS. 2009. Effects of psychosocial group rehabilitation on health, use of health care services, and mortality of older persons suffering from loneliness: a randomized, controlled trial. *The Journals of Gerontology Series A: Biological Sciences and Medical Sciences* 64 (7), 792–800.

Pirnes, E. 2008. Merkityksellinen kulttuuri ja kulttuuripolitiikka: laaja kulttuurin käsite kulttuuripolitiikan perusteluna. Jyväskylä studies in education, psychology and social research, 327. Jyväskylä University. Jyväskylä.

Rantala, P. 2011. Art-based methods in workplaces. Abstract in International Congress on Culture, Health and Well-being. 21–24 September, Turku, 58.

Rantala, P. 2011. Taidelähtöisiä menetelmiä työyhteisöihin: prosessianalyysi. Teoksessa Rönkä, A-L., Kuhanen, I., Liski, M., Niemeläinen, S. & Rantala, P. (toim.) Taide käy työssä – taidelähtöisiä menetelmiä työyhteisössä. Lahden ammattikorkeakoulun julkaisu. Sarja A Artikkelikokoelmat, raportit ja muut ajankohtaiset julkaisut, osa 75. Lahti, 16–29.

Reunanen, L. & Suominen, A. 2012. Hyvinvointia kulttuurista ja taiteesta. Teoksessa Reunanen L. (toim.) Tiedosta terveys – vuoropuhelua kulttuurisesta hyvinvoinnista. Taiteen ja kulttuurin Turku, hyvinvoiva kaupunki -hanke. Turun yliopisto. Turku, 11–17.

Routasalo, P. 1997. Touch in the nursing care of elderly patients. Turun yliopiston julkaisuja/Annales Universitatis Turkuensis. Sarja - Ser. D osa - Tom. 258. Turku. Sivuja 152.

Routasalo, P. 2004. Arjen kulttuuri. Teoksessa Pitkälä, K., Routasalo, P. & Blomqvist, L. (toim.) Ikääntyneiden yksinäisyys. Taide- ja virikeryhmät psykososiaalisena kuntoutuksena. Geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishanke. Tutkimusraportti 5. Vanhustyön keskusliitto ry., Helsinki, 37–42.

Routasalo, PE., Tilvis, RS., Kautiainen, H. & Pitkala, KH. 2009. Effects of psychosocial group rehabilitation on social functioning, loneliness, and well-being of lonely, older people: randomized, controlled trial. *Journal of Advanced Nursing* 65 (2), 297–305.

Suomen Punainen Risti. 2008. Hyvinvointi- ja terveyslinjaus 2008–2014. 19.5.2008. <http://old.redcross.fi/aktiivit/osastotoimisto/strategiat/fi>. Viitattu 28.8.2012.

Suominen, S. 2012. Taiteen harrastaminen ja sen yhteys terveyteen. Teoksessa Reunanen L. (toim.) Tiedosta terveys – vuoropuhelua kulttuurisesta hyvinvoinnista. Taiteen ja kulttuurin Turku, hyvinvoiva kaupunki -hanke. Turun yliopisto. Turku, 30–32.

Särkämö, T. 2011. Musical leisure activities in stroke and dementia rehabilitation. Abstract in International Congress on Culture, Health and Well-being. 21–24 September, Turku, Finland, 87.

Vesa, P. 2009. Aineistolähtöinen teoria hyvää oloa ja työhyvinvointia edistävästä huumorista hoitajien keskinäisessä vuorovaikutuksessa. *Acta Universitatis Tamperensis*; 1471. Tampere.

von Brandenburg, C. 2011. Impact of arts on well-being at work. Abstract in International Congress on Culture, Health and Well-being. 21–24 September, Turku, Finland, 38.

Wallenius-Korkalo, S. 2011. Taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutuksia ja vaikuttavuutta. Vaikutuksia, vaikuttavuutta ja mittaamisen problematiikkaa. Teoksessa Rönkä, A-L., Kuhanen, I., Liski, M., Niemeläinen, S. & Rantala, P. (toim.) Taide käy työssä – taidelähtöisiä menetelmiä työyhteisössä. Lahden ammattikorkeakoulun julkaisu. Sarja A Artikkelikokoelmat, raportit ja muut ajankohtaiset julkaisut, osa 75. Lahti, 48–54.

Wikipedia. 2012. Viitattu 30.4.2012.

HYVÄ ARKI VANHUKSELLE -HANKE

Pirkko Routasalo, Heini Toivonen & Miika Rautiainen

LÄHTÖKOHTA

Hyvä arki vanhukseksi -hankkeen tavoitteet perustuvat arkkiaatri Risto Pelkosen esittämään huoleen vanhusten hoidon tilasta Suomessa. Pelkosen (2009) mukaan maasta puuttuu todellinen tahto parantaa vanhusten hoitoa. Tästä syystä hankkeen kunnianhimoiseksi päämääräksi asetettiin hyvän arjen tuottaminen vanhuksille innovatiivisia, helposti toteutettavia taidetyöpajoja hyödyntäen siten, että hankkeessa yhdistyisivät sekä terveys- että taidealan osaaminen ja alojen opiskelijoiden välinen yhteistyö.

Kohderyhmäksi valittiin palvelukeskuksissa asuvat vanhukset, jotka kykenivät osallistumaan ohjattuun työskentelyyn. Valinnan perusteluna oli se, että palvelukeskuksista on mahdollista koota ryhmä vanhuksia, joilla toimintakyky on parempi kuin pitkäaikaisessa laitoshoidossa olevilla vanhuksilla. Kotona asuvat sosiaali- ja terveydenhuollon palveluja käyttävät vanhukset jätettiin hankkeen ulkopuolelle siksi, että tulo kotoa ryhmätapaamisiin olisi todennäköisesti vaatinut kuljetuksen, johon hankkeella ei ollut taloudellisia resursseja.

Toimijoiksi valittiin Turun ammattikorkeakoulun Taideakatemia perustutkinto-opiskelijat ja Terveysala-tulosalueen ylempää ammattikorkeakoulututkintoa (YAMK) suorittavat opiskelijat opettajineen. Kahden täysin erilaisesta oppimisen ja opetuksen kulttuurista lähtevän ajattelun yhdistäminen yhteisessä hankkeessa oli haasteellinen tehtävä lyhyessä ajassa toteutettavaksi. Kokemuksesta tiedettiin, että yhteisen, moniammatillisen ymmärryksen löytäminen vie vähintään vuoden, minkä jälkeen vasta voidaan lähteä toimimaan tehokkaasti yhdessä. Taideakatemia ja Terveysalan opiskelijoiden konkreettiselle yhteistyölle oli varattu aikaa vain muutama kuukausi, joten hankkeessa oli tiedostettava yhteisen ymmärryksen löytymisen vaikeuteen liittyvät riskit.

Yhteistyökumppanina oli julkisen ja kolmannen sektorin palvelukeskusten henkilökunta johtajista hoitajiin. Palvelukeskusten johtajilta pyydettiin luvat toteuttaa hanke palvelukeskuksissa, tilat hankkeen käyttöön sekä mahdollinen taloudellinen tuki hankkeelle. Hoitohenkilökunnan ei edellytetty osallistuvan hankkeen toteutukseen. Heillä nähtiin kuitenkin olevan oleellinen tehtävä taidelähtöisiin työpajoihin osallistuvien vanhusten valinnassa, pajojen vaikutusten arvioinnissa ja kaikkien mukana olleiden opiskelijoiden tukemisessa hankkeen aikana.

Hankkeen välillisiksi kohderyhmiksi määriteltiin taiteen kentällä työskentelevät henkilöt, taidemuotojen kehittäjät, taiteen kuluttajat ja taideinterventioiden toteuttajat. Hankkeen interventio- eli työpajavaihe oli ajallisesti lyhyt. Hanke kesti kaksi vuotta, ja siksi hanketta voidaan arvioida pilottihankkeena. Tavoitteena oli tuottaa kokemusta ja materiaalia, jota edelleen kehittämällä voidaan tuottaa hyvää arkea vanhuksille paitsi palvelukeskuksiin myös kotiin ja pitkäaikaishoitoon. Hankeraportin kautta kokemus ja tieto on mahdollista jakaa hankkeessa mukana olijoita laajemmalle kohderyhmälle, kuten päätöksentekijöille.

Hankkeen tuotokselliseksi tavoitteeksi asetettiin erilaisia taidemuotoja hyödyntävien työpajamallien tuottaminen sosiaali- ja terveysalan, taidealan ja kolmannen sektorin ammattilaisten käyttöön. Lisäksi hankkeen haluttiin parantavan erityisesti taidealan opiskelijoiden työelämävalmiuksia ja -kontakteja. Terveysalan opiskelijoille hankkeella haluttiin tuottaa uusia interventioita vanhustyöhön. Taidealan opiskelijoiden toimenkuvaa ja toimintakenttää pyrittiin puolestaan laajentamaan mahdollistamalla taiteilijan ammatillisten valmiuksien lisääntyminen ja oman osaamisen tuotteistaminen. Viimeksi mainittu tavoite on linjassa Turun ammattikorkeakoulun strategian kanssa haettaessa uudenlaisia toimintamuotoja, jotka parantavat ennen kaikkea taidealan opiskelijoiden työllistymistä sosiaali- ja terveydenhuollon sektorille. Lisäksi hankkeessa lähdettiin toteuttamaan alueellista yhteistyötä sekä monialaista innovaatiopedagogiikkaa uudenlaisten taidelähtöisten menetelmien luomisessa ja käytäntöön soveltamisessa. Koska hankkeessa tuotetut taidetyöpajat eivät ole kulttuurisidonnaisia, niillä nähtiin olevan myös kansainvälistä ulottuvuutta. Tutkimuksista tiedetään, että taiteen ja kulttuurin tuominen työyhteisöihin lisää työssä viihtyvyyttä, ja siksi hankkeen tavoitteeksi asetettiin myös henkilöstön hyvinvointia tukevia vanhuksille suunnattuja työpajoja.

Hankkeen päätoteuttajana oli Turun ammattikorkeakoulun Terveysala-tulosalue ja osatoteuttajana Taideakatemia. Hankepäällikkö ja hankesuunnittelija nimettiin Terveysala-tulosalueelta. Hankekoordinaattori nimettiin Taideakatemiasta. Hankkeessa tehtiin yhteistyötä Varsinais-Suomen Taidetoimikunnan kanssa.

KÄYNNISTÄMINEN

Hanke käynnistyi palvelukeskusten ja opiskelijoiden rekrytoinnilla. Hankepäällikkö oli yhteydessä kolmeen organisaatioon: Turun Lähimmäispalveluyhdistys ry:n Asuinkoti Kotikunnaaseen ja Turun kaupunkilähetyksen Palvelutalo Iso-Heikkiin (molemmat Turusta) sekä Kaarinan kaupungin Kaarinakotiin. Kaikki lähtivät mukaan hankkeen toteutukseen. Hanke esiteltiin terveyden edistämisen koulutusohjelman ensimmäisen lukukauden YAMK-opiskelijoille, joista kuusi ilmoitti olevansa halukas osallistumaan. Alun perin oli suunniteltu, että hankkeeseen rekrytoidaan kolme opiskelijaa, mutta suunnitelmaa muutettiin siihen kohdistuneen suuren mielenkiinnon takia. Jokaiseen palvelukeskukseen suunniteltiin kaksi työpajaa yhden sijasta. Opettajatuutori toimi opiskelijoiden ohjaajana yhdessä hankepäällikön kanssa. Taideakatemia opiskelijoiden rekrytointi oli oletettua vaikeampaa ja vei odotettua pidemmän ajan, ja siksi lopputulos erosi hieman alkuperäisestä suunnitelmasta. Mukaan lähti 16 taidealan opiskelijaa. Kolme opettajatuutoria ohjasi heitä. Sekä Terveysalan että Taideakatemia opiskelijoiden työpanos hankkeessa oli osa heidän opintojaan.

Terveysalan opiskelijat laativat kukin omalle osuudelleen projektisuunnitelman, joka hyväksyttiin opinnäytetyön suunnitelmaseminaarissa. Heidän roolinsa oli toimia projektipäällikköinä organisoiden työpajojen toteuttamisen sekä valmentaa ja tukien taidealan opiskelijoita. Kunkin opiskelijan projektipäällikkönä toimiminen on kuvattu luvussa Hyvää arkea vanhuksille tuottamassa.

Ennen interventioiden toteuttamista pidettiin yhteinen tilaisuus, johon osallistuivat palvelutalojen edustajat, Terveysalan opiskelijat ja heidän opettajansa, hankepäällikkö, Terveysalan hankesuunnittelija ja Taideakatemia hankkekoordinaattorit. Tilaisuudessa kerrattiin hankkeen tavoitteet ja sisältö sekä sovittiin käytännön järjestelyistä. Kullekin Terveysalan opiskelijalle nimettiin työelämämentori, joka toimi opiskelijan projektipäällikkyyteen kasvun tukena ja apuna käytännön järjestelyissä, esimerkiksi vanhusten työpajoihin rekrytoinnissa. (Ks. Ahonen & Nurminen 2009.)

TAIDETYÖPAJAT JA NIIDEN TOTEUTTAMINEN

Hanke koostui kolmesta taidetyöpajasta: Voimaannuttava valokuva -työpaja, Voimaannuttava kuvanveisto ja maalaus -työpaja sekä Voimaannuttava musiikki -työpaja (kuvio 1). Kussakin työpajassa taideakatemian opiskelijat ja opettajat yhdessä projektipäälliköiden kanssa sopivat tapaamiskertojen ajankohdat ja keston. Taideakatemian opiskelijat suunnittelivat ja toteuttivat työpajat opettajansa johdolla vanhuslähtöisesti. Kukin työpaja järjestettiin kaksi kertaa samassa organisaatiossa siten, että sama, mutta aina opiskelija- että vanhusosallistujien mukaan suunniteltu työpaja toistui kussakin organisaatiossa. Asuinkoti Kotikunnaassa toteutettiin kaksi musiikkityöpajaa, joista toinen oli järjestetty muistisairaille. Palvelutalo Iso-Heikissä taideinterventiona oli valokuvaus ja Kaarinakodissa kuvanveisto ja maalaus. Terveysalan opiskelijat osallistuivat työpajoihin lähinnä seuraajina ja tarvittaessa avustajina.



KUVIO 1. *Hyvä arki vanhukselle -hankkeen vaiheet.*

Terveysalan opiskelijat koordinoivat työpajojen toteuttamisen. Ensin he valmensivat Taideakatemian opiskelijat kohtaamaan vanhukset ja toimimaan heidän kanssaan. Osalla taidealan opiskelijoista ei ollut minkäänlaista aikaisempaa kosketusta vanhusten kanssa toimimisesta, kun taas kaikilla terveysalan opiskelijoilla oli kokemusta vanhusten hoidosta. Lisäksi YAMK-opiskelijat

kertoivat työpajoihin osallistuneille vanhuksille, mistä työpajoissa oli kyse ja tarvittaessa avustivat vanhukset yhteiseen tilaan. Työpajan aikana he seurasiivat vanhusten jaksamista ja osallistumista sekä olivat valmiina auttamaan, jos tilanne vaati sitä. Työpajan jälkeen he avustivat vanhukset pois yhteisestä tilasta keskustellen samalla vanhusten kokemuksista. He toteuttivat taidealan opiskelijoiden kanssa palautekeskustelun, jossa käytiin läpi taideopiskelijoiden kokemuksia ja tuen tarvetta ennen seuraavia tapaamisia. YAMK-opiskelijat raportoivat omat kehittämisprojektinsa opinnäytteinä.

Työpajojen kokoonpano suunniteltiin niin, että kussakin työpajassa olisi 3–4 Taideakatemian opiskelijaa ja 3–4 vanhusta. Näin jokaiselle vanhukselle olisi järjestynyt henkilökohtainen ohjaaja taidemuodon toteuttamiseksi. Rekrytointi ei onnistunut aivan suunnitelman mukaan. Lisäksi joissakin ryhmissä osa vanhuksista vaihtui ensimmäisen tapaamisen jälkeen. Tämä ei kuitenkaan muuttanut työpajan toteutusta. Kaikkiin työpajoihin ei myöskään saatu rekrytoitua suunniteltua määrää taidealan opiskelijoita, jolloin työpaja toteutettiin pienemmällä joukolla. Opiskelijat saivat suunnitella osallistumiskertojen määrän yhdessä opettajansa kanssa. Epävarmuus työpajojen suunnitelmien mukaisesta toteutuksesta aiheutti Terveysalan opiskelijaprojektipäälliköille stressiä ja vaati opettelemaan joustavuutta. Ajoittaisista ongelmista huolimatta työpajat onnistuivat yli odotusten.

Tavoitteena kussakin työpajassa oli taiteen keinoin voimauttaa vanhuksia hyvän arjen luomisessa. Sitä, miten hyvin tavoite savutettiin, on vaikea arvioida, koska käytössä ei ole validia mittaria voimaantumisen osoittamiseksi. Voimaantumista voidaan arvioida ainoastaan sen kokemuksen pohjalta, mitä opiskelijat ja hoitajat havaitsivat vanhuksissa tapahtuneen. Mukana olevat vanhukset olivat innostuneita. Myös muistisairaiden ryhmässä voitiin havaita innostuneisuutta. Esimerkiksi valokuvatyöpajojen jälkeen pidetyissä valokuvanäyttelyissä työpajoihin osallistuneiden innostus, eloisuus ja hyvä mieli olivat yleisöön tarttuvia. Vanhukset esittelivät töitään kaikille kiinnostuneille. Kuvanveisto ja maalaus -työpajassa tuotetut työt asetettiin kaikkien nähtäville palvelukeskuksen seinille.

Hankkeen tavoitteeksi oli asetettu vanhuksen hyvää arkea tukeva työpajamalli kustakin interventtiosta. Konkreettisen, suoraan työelämään siirrettävän työpajamallin tuottamisen tasolle ei aivan päästy, mutta jokainen Taideakatemian opiskelija kirjoitti omasta taidetyöpajastaan raportin, jossa hän pohti tehtyä työtä ja oman osaamisen soveltamista vanhusten hoitotyön ympäristöön.

Nämä työpajat olivat opiskelijoiden ensimmäinen konkreettinen yhteistyö vanhusten kanssa, joten on realistista, että mallin tuottamisen sijaan he ovat lähteneet refleктоimaan omaa toimintaansa ja siten luomaan pohjaa jatkotyökentelylle ja sitä kautta oman toiminnan mallintamiselle.

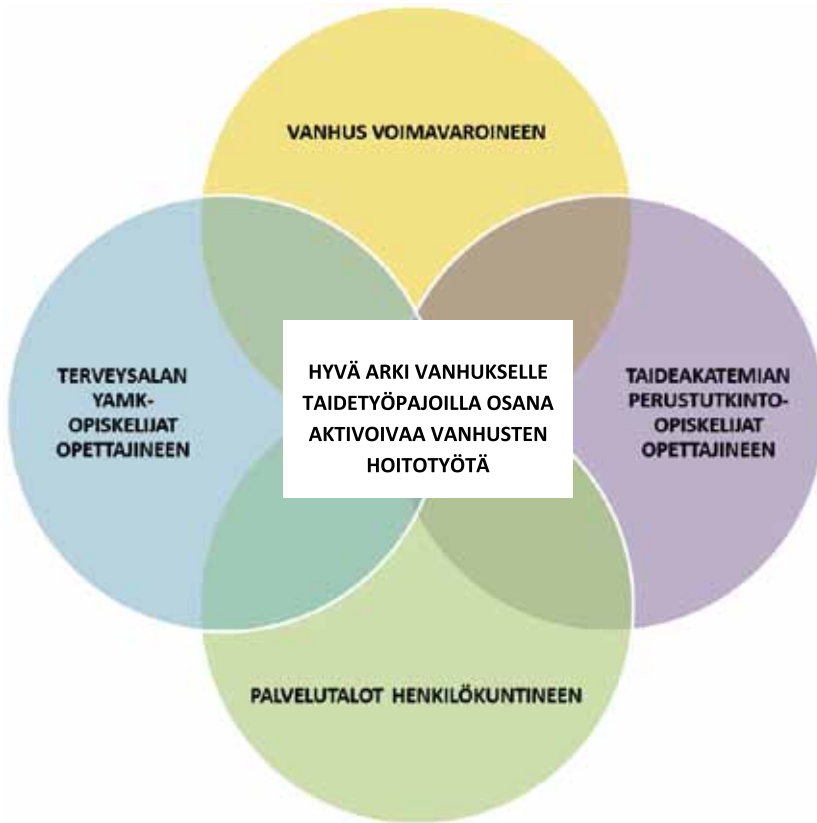
AJALLINEN ETENEMINEN

Hanke käynnistyi keväällä 2010 hankesuunnitelman teolla, yhteistyökumppaneiden kartoittamisella sekä rahoituksen hakemisella. Vuodelle 2011 saatiin Päivikki ja Sakari Sohlbergin säätiöltä apuraha, joka yhdessä Turun ammattikorkeakoulun rahoituksen kanssa mahdollisti *Hyvä arki vanhukselle* -hankkeen käytännön toteutuksen aloittamisen. Palvelutalot tarjosivat toimintaympäristön ja maksoivat työpajoista aiheutuneet kustannukset. Käytännön toteutus siirtyi alkuperäisestä suunnitelmasta, koska YAMK-opiskelijat saatiin mukaan vasta keväällä 2011. Osittain rahoituksesta johtuen opiskelijoiden projektisuunnitelmatyö käynnistyi heidän koulutuksensa aikataulua nopeammin ja suunnitelmat hyväksyttiin jo syksyllä 2011.

Taideakatemian opiskelijoiden rekrytointi alkoi samanaikaisesti. Ensimmäiset työpajat toteutettiin marraskuussa 2011. Suurin osa työpajoista toteutettiin vuoden loppuun mennessä. Terveysalan opiskelijoiden opinnäytetyöt valmistuvat syksyllä 2012.

MALLINNUS

Hyvä arki vanhukselle -hankkeen taidetyöpajat rakentuivat neljästä osatekijästä: vanhus voimavaroineen, palvelutalot henkilökuntineen, Taideakatemian perustutkinto- opiskelijat opettajineen sekä Terveysalan YAMK-opiskelijat opettajineen. Taideinterventiot nähdään oleellisena osana aktivoivaa vanhus-ten hoitotyötä (kuvio 2).



KUVIO 2. Mallinnus Hyvä arki vanhukselle -hankkeen taidetyöpajoista eri toimijoiden ja alojen yhteistyössä.

Kun tavoitteena on tuottaa hyvää arkea vanhukselle taidelähtöisillä työpajoilla, lähtökohtina ovat vanhusten omat voimavarat, toiveet ja arvostukset. Taide on subjektiivisesti koettua ja arvostettua, ja siksi toinen henkilö ei voi tehdä päätöstä toimivasta taidemuodosta toisen puolesta kuulematta tätä. Lähdeittäessä suunnittelemaan palvelutalossa asuvalle vanhukselle taidetyöpajaa vanhusten voimavarat, kuten liikkuminen, kädentaidot, näkö, kuulo ja muisti, asettavat haasteita työpajan toteutukselle. On tiedettävä, miten vanheneminen muuttaa voimavaroja ja millainen muutos on ollut kunkin osallistujan kohdalla. Hankkeessa lähdetään siitä, että Terveysalan YAMK-opiskelijat valmentavat taidealan opiskelijat tunnistamaan vanhusten voima-

varat ja kohtaamaan vanhukset, joilla on jo rajoitteita voimavaroissaan. Itse taidetyöpajoissa vanhukset ovat aktiivisia osallistujia, jotka ammattilaisten ohjaamina itse tuottavat taidetta.

Palvelutalot henkilökuntineen mahdollistavat taidetyöpajat aidoissa, vanhuksille palveluja ja hoitoa tarjoavissa ympäristöissä, joista vanhusten ei tarvitse lähteä muualle. Tällöin taidetyöpajojen toteuttajat tulevat heille vieraaseen, mutta vanhuksille tuttuun ympäristöön. Toiminnan onnistumisen kannalta on oleellista, että palvelutalon henkilökunta on ajan tasalla; mikä on työpajan tavoite, mitä siinä ollaan tekemässä ja mitä siihen osallistuminen edellyttää vanhuksilta. Työpajan toteuttamisen aikataulu on hyvä suunnitella yhdessä henkilökunnan kanssa, jotta työpajan ajankohta sopii palvelutalon ohjelmaan ja ennen kaikkea vanhusten jaksamiseen ja päiväjärjestykseen. Taidetyöpajoista aiheutuu kustannuksia, jotka palvelutalon johdon pitää tietää etukäteen ja joihin sen on lupauduttava osallistumaan.

Taideakatemia perustutkinto-opiskelijat saavat mahdollisuuden soveltaa opettajansa johdolla omaa osaamistaan vanhusten kanssa tehtävässä työpajassa. He saavat perustiedot vanhenemisesta ja sen mukaan tuomista voimavarojen muutoksista Terveysalan opiskelijoilta. Tutustuessaan vanhuksiin ja suunnitellessaan yhdessä näiden kanssa työpajojen sisällöt ja toteuttaessaan niitä heille syntyy valmiuksia toimia taiteilijoina vanhusten kanssa silloin, kun näiden voimavarat eivät ole enää samat kuin nuorempana. Opettajansa ja YAMK-opiskelijan johdolla heillä on mahdollisuus analysoida omia kokemuksiaan ja reflektoida kasvamistaan taiteilijan ammattiin vanhusten hoito- ja palvelutoiminnan kontekstissa. Lisäksi heillä on tilaisuus suunnitella omaan osaamiseensa sopiva työpaja ja pilotoita se käytännössä. Kokemuksensa pohjalta he voivat luoda itselleen työpajamallin, jota he markkinoivat valmistuttuaan Taideakatemiasta.

Terveysalan YAMK-opiskelijat harjoittelevat opettajansa johdolla projekti-päällikön roolia tilanteessa, jossa yhdistyy kaksi erilaista ajattelu- ja toimintakulttuuria kolmannessa kulttuurikontekstissa. Heillä on jo tietoa ja kokemusta vanhusten hoitamisesta, mutta projektin vetäminen ja siinä asiantuntijuuteen kasvu ovat uusia asioita. He joutuvat ottamaan vastuuta projektista kokonaisuutena, taidealan opiskelijoiden valmiuksista kohdata vanhuksia ja tunnistaa voimavarojen aktivoitua, taidetyöpajojen käytännön järjestelyistä palvelukeskuksissa ja työpajojen toteuttamisen onnistumisesta yhdessä muiden hankkeeseen osallistujien kanssa. He eivät puutu työpajojen sisältöön eivätkä taideopiskelijoiden toimintaan työpajassa. Lopuksi he kirjoittavat projektiraportin.

Hyvä arki vanhukselle -mallinnus tuottaa onnistuneen tuloksen silloin, kun eri osapuolet oppivat ymmärtämään toistensa näkemyksiä ja toimintatapoja sekä arvostamaan toistensa osaamista. Ennen kaikkea onnistuminen näkyy vanhuksen hyvänä ja rauhallisena olona, joka syntyy siitä, että häntä on kuultu, hän on saanut osallistua työpajan toteutukseen ja hän on kokenut onnistumista ja voimaantumista.

NÄKYVYYS

Hankkeesta pidettiin suullinen esitys Turussa pidetyssä kansainvälisessä konferenssissa (International Congress on Cultural, Health and Well-being, 22.9.2011). Hanke herätti kiinnostusta ja synnytti keskustelua. Yleisö oli kiinnostunut muun muassa siitä, miten helppoa tai haasteellista on yhdistää kahden eri alan näkemyksiä yhteiseksi päämääräksi ja toiminnaksi. Lisäksi hankkeessa on tehty yhteistyötä Varsinais-Suomen Taidetoimikunnan kanssa alueellisen kulttuuriseminaarin (Taiteesta tulevaisuuden hyvinvointia – verkostosta voimaa ja väyliä, 15.9.2011) toteutuksessa. Hankkeesta on julkaistu englanninkielinen artikkeli Turun ammattikorkeakoulun julkaisusarjassa (Routasalo ym. 2012). Lisäksi hanketta on esitelty uutisin Turun AMK:n sidosryhmälehti Aurinkolaivassa (2/2012), Kaarina-lehdessä (4.1.2012) sekä Turun Sanomissa (29.3.2012).

Käsillä olevan julkaisun tarkoituksena on kertoa hankkeesta ja tehdä sen tulosten monistettavuus helpoksi kaikille kiinnostuneille. Seuraavissa artikkeleissa kuvataan tarkemmin eri taidetyöpajojen toteutuksia ja tuloksia eri toimijoiden näkökulmista.

LÄHTEET

Ahonen, P. & Nurminen, R. 2009. Työelämän kehittäminen kolmikantamallin avulla – kokemuksia terveysalalta. Teoksessa Varjonen, B. & Majjala, H. (toim.) Ylempi ammattikorkeakoulu – osana innovaatioympäristöjä. Hämeenlinna: Hämeen ammattikorkeakoulu.

Routasalo, P., Toivonen, H. & Rautiainen M. 2012. Art interventions for older people in collaboration with art students and master nursing students. In von Schantz, M. & Heinola A. (eds.) Expertise in health care and medication. Reports from Turku University of Applied Sciences 128, Turku, 55–60.

ONPA KUIN KUVA ELON SAIS JA MUA HELLÄSTI KATSAHTAIS

Marjukka Irni

Mun huoneessani seinäl on, yks kuva niin halpa ja koruton, se siinä ollut on monta vuotta ja aina ihailen mä tuota, en tiedä mi siinä viehättää, lumenko peittämä harmaa pää, vai surun uurtamat vaot nuoko, vai silmäin lempeä tuike tuoko, en tiedä, mutta niin lämmin on sen läheisyys kuin auringon, ja onpa kuin hänen katsannastaan heloittais taivahan rauha vastaan. Ma tuntikausia ihailen, kuvoa tuot yhä katselen, ei sulho kultoaan punastuvaa niin tyystin katso kuin minä kuvaa. Ja kun mä katson, niin vähittäin herääpi muistoja mielessäin, niin armahaita, niin ihanoita, ja kaitvatessani niin katkeroita, mä poies mennehen polvekseen näen lapsuusmaailman riemuineen, näen kynttilöitä ja joulupuita ja ystävyksiä hymysuita, ja onpa kuin kuva elon sais ja mua hellästi katsahtais, ja onpa kuin hänen katsannastaan heloittais taivahan rauha vastaan, ja senhän vuoksi se niin lämmin on, sen läheisyys kuni auringon, mut ken se ompi se armahainen, mun oma äitini on se nainen. – Lulu

ALUKSI

Tehtävänäni oli ohjata valokuvauksen opiskelijoita työpajatyöskentelyssä Iso-Heikin palvelutalon asukkaiden kanssa *Hyvä Arki Vanhukselle* -hankkeessa. Hanke toteutettiin yhteistyönä Turun ammattikorkeakoulun Terveysalan ylempää ammattikorkeakoulututkintoa suorittavien opiskelijoiden sekä Taideakatemia valokuvauksen ja kuvataiteen opiskelijoiden kanssa. Olin ohjaavana kuvataideopettajana kahdelle eri opiskelijaryhmälle, joista keskityn tässä jälkimmäiseen. Ensimmäinen työpaja pidettiin loppuvuodesta 2011 ja toinen keväällä 2012. Työskentely oli yhteisötaiteellista ja opiskelijoiden tavoitteena oli luoda yhdessä asukkaiden kanssa heille uusia tapoja hahmottaa omaa arkeaan taiteen keinoin.

Yhteisötaiteen voi ymmärtää monella tavalla, käsitteenä se on hyvin monitulkintainen. Se viittaa monenlaiseseen taiteeseen, se voi olla muun muassa kuvataidetta, musiikkia tai draamaa. Yhteisötaiteessa ollaan kiinnostuneita erityisesti ihmisten välisistä suhteista, ja taiteilijoiden työskentelykenttänä ovatkin erilaiset yhteisöt, jotka usein tulevat täysin taiteen kentän ulkopuolelta. Voidaan puhua myös sosiaalisesta taiteesta silloin, kun työskentelykenttänä on alue, jossa halutaan kiinnittää huomiota erityisesti sosiaaliseen hyvinvointiin. Iso-Heikin palvelutalossa halusimme tuottaa palvelutalon asukkaille uusia välineitä antamaan voimavaroja ja tuomaan lisää iloa heidän arkeensa.

PROSESSI

Ylempää ammattikorkeakoulututkintoa suorittava terveysalan opiskelija toimi hankkeessa projektipäällikkönä. Oma roolini oli aluksi itselleni epäselvä, mutta se selkiintyi pian siten, että olin tasavertaisessa asemassa projektipäällikön kanssa ja sain keskittyä työhöni ohjaavana kuvataideopettajana. Suunnittelimme työpajan rungon yhdessä projektipäällikön kanssa, ja työpaja oli määritelty hänen opinto-ohjeistuksessaan mahtumaan viiteen tapaamiskertaan. Tiesin jo etukäteen ajan olevan riittämätön tämäntyyppiseen työskentelyyn, mutta työskentelimme parhaan kykymme mukaan annettujen raamien puitteissa.

Opiskelijoita tuntui olevan vaikea saada mukaan osallistumaan työpajoihin. Järjestimme syksyllä rekrytointitilaisuuden, johon tuli vain kourallinen opiskelijoita, joista pari jättäytyi pois jo alussa ajan puutteen vuoksi. Olisikin hyvä miettiä sitä, olisiko mahdollista sisällyttää tällainen yhteisötaiteellinen työpajatyöskentely kuvataiteen ja valokuvauksen opiskelijoiden perusopintoihin. Miksi opiskelijoita on vaikea saada mukaan tällaiseen hankkeeseen? Koetaanko sosiaalisen taiteen tekeminen tällaisessa ympäristössä mahdollisesti ”epämuodikkaaksi”? Yhteisötaidetta on kuitenkin mahdollista tehdä hyvin erityyppisten yhteisöjen kanssa, esimerkiksi toisten taiteilijaryhmien kanssa, lasten ja nuorten parissa tai vaikkapa työttömien aikuisten kanssa. Onko iäkkäiden ihmisten kohtaaminen nuorten taideopiskelijoiden mielestä mahdollisesti liian haasteellista tai pelottavaa? Ehkä toisentyypiset työskentelytavat ja ympäristöt ovat opiskelijoille kiinnostavampia.

Opiskelijoita oli selvästi vaikea tavoittaa. Lopulta saimme kuitenkin mukaan yhden kiinnostuneen opiskelijan kuvataiteen puolelta ja kaksi valokuvauksen opiskelijaa. Se tuntuikin sopivalta määrältä, kun mukana olivat myös opiske-

lijoiden työpareina toimivat palvelutalon asukkaat. Kävimme opiskelijoiden kanssa tutustumassa palvelutaloon ja sen asukkaisiin ennen varsinaisen työpajan aloittamista. Pyysin heitä pohtimaan mielessään ja ideoimaan kukin tahollaan, mitä palvelutalon asukkaiden kanssa yhteistyössä tehtävä taide voisi olla, mitä materiaaleja siinä käytettäisiin sekä missä muodossa teos olisi valmiina ja miten se esitettäisiin. Annoin opiskelijoille myös kirjallisuutta yhteisötaiteesta, ja osa heistä oli aikaisemmin työskennellytkin erilaisten yhteisöjen kanssa, vaikkakaan ei yhteisötaiteellisista lähtökohdista käsin. Tapasin opiskelijat myöhemmin työpajan tiimoilta. Opiskelijat olivat avoimen innostuneita, ja heillä oli ideoita runsain mitoin, enemmän kuin meidän oli mahdollista toteuttaa sovituissa lyhyessä ajassa. Keskusteltuamme yhdessä kaikista heidän ideoistaan päädyimme siihen, että opiskelijat toteuttavat ainakin yhden videotekoksen, johon jokainen opiskelija-asukas-työpari osallistuu. Lisäksi päätimme käyttää välineenä valokuvan lisäksi maalaamista, ainakin osittain joillakin työskentelykerroilla.

TYÖPAJAN KÄYTÄNNÖN TOTEUTUS

Päädyimme työskentelytapaan, jossa kolmen opiskelijan työparina työskenteli kolme palvelutalon asukasta, jotka olivat iältään kaikki yli 70-vuotiaita. Asukkaat kutsui mukaan palvelutalon toiminnanjohtaja. Osa osallistujista vaihtui työpajan alussa, ja pohdimme yhdessä opiskelijoiden kanssa, miksi näin tapahtui. Kokivatko palvelutalon asukkaat mahdollisesti työpajatyöskentelyn liian haastavaksi? Vai oliko osallistujilla liian vahvat käsitykset taiteen tekemisestä yksinomaan taiteilijoille kuuluvana? Pelottiko tämä käsitys taiteesta yhdistettynä koulun kuvaamataidon tunneilla saatuun traumaan piirtämisestä, siitä kokemusmuistosta ettei osaa piirtää, liikaa? Lähtivätkö asukkaat mahdollisesti mukaan miellyttämisenhalusta, ja kokivatko he työpajan lopulta liian rasakaksi ja halusivat siksi jättää sen kesken? Tulimme opiskelijoiden kanssa siihen tulokseen, että työpaja saattoi vaikuttaa liian vaativalta, koska annoimme ehkä ensimmäisellä kerralla liikaa uutta informaatiota ja tehtäviä. Huomasimme myös, että iäkkäille ihmisille on selitettävä asiat todella selkeästi. Muuten osallistujalle saattaa jäädä pelokas olo ja jonkinlainen arkuus osallistumiseen. Lopulta ryhmämme muotoutui kolmen opiskelijan ja neljän palvelutalon asukkaan ryhmäksi. Asukkaat valitsivat itse parinsa opiskelijoista. Näin syntyi kolme asukas-opiskelija-paria, joista yhdellä asukkaalla oli apunaan hänen omaishoitajanaan toimiva miehensä.

Aloitimme työskentelyn aina kahvitelulla: projektipäällikkö, opiskelijat ja minä leivoimme kukin vuorollamme kakun kahvitteletukseemme. Kahvitteletuksen tarkoituksena oli rentouttaa osallistujia ja vaihtaa kuulumisia, se oli olenainen osa toisiimme tutustumisprosessia. Ensimmäisellä kerralla aloitimme tutustumisen toisiimme valokuvan avulla. Olin etukäteen pyytänyt osallistujia, itseni ja projektipäällikkö mukaan lukien, valitsemaan itselleen tärkeän kuvan (joko valokuvan, maalauksen, postikortin tai vaikkapa lehdestä leikatun kuvan) ja ottamaan sen mukaan ensimmäiselle tapaamiskerralle. Olen sitä mieltä, että vastavuoroisuus, tässä tapauksessa myös työpajan ohjaajien osallistuminen omilla kuvillaan esittelyyn, synnyttää luottamusta työpajaan osallistuvien välille. Ajattelen myös, että kuvan avulla voi olla helpompi kertoa jotain itsestä entuudestaan tuntemattomille ihmisille. Tässä työpajassa myöskään palvelutalon asukkaat eivät tunteneet toisiaan entuudestaan muuten kuin ulkonäöltä. Kuvista löytyikin keskusteltavaa, ja monella oli mukana useampi kuin yksi kuva. Nämä jokaisen osallistujan omat kuvat olivatkin suuressa roolissa tässä työpajassa; niistä muodostui lähtökohta teoksille, jotka opiskelijat yhdessä asukkaiden kanssa toteuttivat.

VALOKUVA AUTTAA MUISTAMAAN

Lähdimme työstämään työpajaa muistot-teemalla, ja jokaisen osallistujan kohdalla nousi esiin oma elämäntarina erilaisin variaatioin. Erään työpajaan osallistujan puoliso oli äskettäin kuollut, ja se näkyi selvästi hänen tavassaan puhua ja halussaan tuoda tämä vahvasti mukaan näyttelykuviin. Toisen osallistujan puoliso oli kuollut jo neljäkymmentä vuotta sitten, mutta puoliso oli kuitenkin vahvasti läsnä hänen ottamissaan valokuvissa. Asukkaalla oli valokuvia monta kansiollista. Katselimme näitä kuvia yhdessä, ja ne tulivat mukaan myös videoteokseen. Myös omat ulkomaanmatkat ja työ korostuivat osallistujien erilaisissa tarinoissa.

Kolmannen osallistujan tai osallistujapariskunnan valokuvissa näkyi vahvasti heidän yhteinen työnsä, jota he olivat vuosikymmenet tehneet. Nyt muistisaira-raan vaimonsa omaishoitajana toimiva mies rakensi opiskelijan avustuksella omista vuosien varrella kuvaamistaan valokuvista hienot ja vaikuttavat koostet. Mies käsittelee heidän yhteisiä muistojaan valokuvien avulla. Videolla hän kertoo omaa lapsuustarinaansa ja vaimo esittää ajatuksiaan runon muodossa katsoessaan rakkaan äitinsä valokuvaa. Mitä jää jäljelle, kun muisti katoaa?

Valokuvien tärkeys muistojen esiintuomisessa nousee tässä tärkeään rooliin. Omaa elämää kerrotaan uudestaan katseltaessa valokuvia menneestä elämästä. Kerrottu tarina voi luoda tilaa uusille tulkinnoille ja kokemuksille, jotka nousevat esiin valokuvasta katsomiskokemuksen myötä. Kuvasta voi nousta esiin uusia muistoja jokaisella katselukerralla. Kuvaa katsoessa voi muistaa vaikka miltä jokin tuoksui tai miltä tuntui silittää kuvassa olevaa kissaa. Jostakin kuvan yksityiskohdasta voi katsoja muistaa esimerkiksi, että kuvanottohetkellä häntä paleli ja hän meni lähemmäksi takkaa seisomaan. Tai voi muistaa kuvassa pöydällä olevasta kahvikupista äidin vastaleivotun pullan tuoksun.

Oman tarinan kertomisen prosessi on tärkeä. Muistisairaalla voi olla joskus vaikeuksia keskittyä kuuntelemaan toisen tarinaa, mutta jokaiselle on kuitenkin tärkeää jakaa oma tarinansa ja tulla kuulluksi. Ihminen jäsentää sitä kuka hän on kertomalla elämäntarinaansa uudestaan ja uudestaan. Ryhmässä oli kaksi muistisairasta henkilöä. Tämä näkyi työpajatyöskentelyssä ja käy ilmi myös yhden opiskelijan oppimispäiväkirjasta:

Tiesin, etten joutuisi heidän kanssaan minkäänlaisiin ongelmiin, mutta joutuisin ehkä käymään asiat läpi moneen kertaan, sillä vaikutti ettei Saimi ymmärtänyt kaikkea. Tuntui tapaamisten aikana että Saimi ei tunnistanut minua. Mietin, pitäisikö esittäytyä uudelleen, mutta jätin tekemättä, sillä jos hän olisi muistanutkin niin olisi ollut hölmöä esittäytyä uudelleen.

TAIDEOPISELIJA KUUNTELIJAN ROOLISSA

Opiskelijat lähtivät avoimin mielin tutustumaan ja ottamaan vastaan sitä, mitä asukkailla oli sanottavana. Heidän ensimmäinen ja tärkein tehtävänsä oli kuunnella ja toimia asukkaan tarinan kannattelijana hyväksyen ja myötäillen tarinan kulkua. Vasta näillä keinoin saavutetun luottamuksen syntymisen jälkeen on mahdollista jatkaa eteenpäin kohti yhteisen taideteoksen syntymistä.

Opiskelijoiden rooli tässä työpajassa oli erilainen kuin kotona, opiskelijana ja ystävien kanssa. Myös se, millä tavalla tulisi puhua itseään reilusti vanhemmalle henkilölle, mietitytti opiskelijoita:

Puhuessani Kallen kanssa teitittelin usein ja tuntui, etten ollut oma itseni puhuessani hänelle, vaan jokin tietyn metodin omaava anonyymi henkilö. Kalle sanoikin minulle, ettei häntä tarvitse teititellä. En op-

pinut puhumaan jostain syystä Kallelle sekä Saimille kuten puhun kavereilleni, välissä aina jokin sensuroiva sanavarasto. Mielestäni minun olisi pitänyt pyrkiä tästä eroon, sillä yhteistyö ja työpajan henki oli mielestäni juuri “kontaktin ja ystävyyden” muodostaminen asukkaisiin. Täten jo puheella ja sanavalinnoilla voi pilata kontaktin muodostumisen, mikäli esittäytyy liian laitosmaisena henkilönä.

Jokaisen työpajakerran päätteeksi pidimme opiskelijoille palautetuokion, jossa sai purkaa tuntemuksiaan ja kertoa kokemuksistaan palvelutalon asukkaankanssa työskentelystä. Mietimme opiskelijoiden kanssa sitä kohtaamattomuutta, mikä voi liittyä myös hoitoalan ihmisten ja hoidettavien asiakkaiden välisiin suhteisiin. Onko hoitajilla aikaa kuunnella mitä asiakas oikeasti sanoo, ja onko heidän vaikea kuulla muuta kuin mitä he odottavat kuulevansa? Mietimme myös sitä, mahtoikohan tähänkin työpajaan osallistuvilla asukkailla olla sellainen käsitys, että heidän täytyy miellyttää. Tulivatko he mukaan työpajaan mahdollisesti vain siksi, koska heiltä odotetaan sitä? Tulimme kuitenkin siihen johtopäätökseen, että kyseiset asukkaat ovat mukana työpajassa aidosta kiinnostuksesta, sillä he olivat innostuneita ja halusivat avoimesti kertoa omat elämäntarinansa.

Albumikuvia katselemalla opiskelija ja asukas keräsivät yhdessä asukkaankanssensa menneisyyteen liittyviä tarinoita materiaaliksi taiteen tekemiseen. Opiskelijat eivät halunneet haastatella asukkaita ja luoda valmiita kysymyksiä, jotka johdattelisivat tarinaa johonkin tiettyyn suuntaan. He olivat hienovaraisia, ja antoivat tietoisesti asukkaille tilan puhua siitä, mistä asukas juuri silloin halusi puhua. Osalla asukkaista puhetta riitti; oman elämäntarinan kertominen oli tärkeää ja helppoa rauhassa ja kiireettä kuuntelevalle opiskelijalle. Yhdellä asukkaalla oli varovaisempi suhtautuminen työskentelyyn, mutta mielestäni hänen opiskelijaparinsa osasi hienosti ottaa tämän huomioon. Heille annettiin oma tila, jossa he voivat työskennellä rauhassa kahdestaan.

Tässä yksi esimerkki opiskelijan kokemuksesta yhdessä työskentelystä:

Jatkamme samojen valokuvien ja akvarellien parissa – melkein itsestään videonkin runko muodostuu. Aikaisemmin ajattelin, että se voisi jotenkin koostua maalauksista ja ehkä valokuvista, nyt selkenee että videoon tulee aina valokuva ja teksti mistä se on (muutama matka ym. oleellinen tapahtuma Senjan elämästä) ja sen perään niiden pohjalta tehtyjä maalauksia. Ainoa miinus on aika – enää ensi kerta jäljellä, joten aikaa

idean työstämiseen ei kauheasti ole. Väsymyksestä huolimatta jää sellainen filis että alun takkuamisesta ja lyhyestä aikataulusta huolimatta saamme kaikki parit videot tehtyä ja suunnitelma toteutuu. Oivallan, että vanhusten kanssa luova työskentely on haastavaa, sillä heillä ei mahdollisesti ole koskaan elämässään ole ollut samanlaista mahdollisuutta kehittää omaa luovuuttaan kuin meillä (jos meilläkään peruskoulussa) – käsitöitä ym. on tehty valmiin mallikappaleen turvin, ja se joka onnistuu jäljittelemään mallia parhaiten, saa tietenkin parhaimmat arvosanan. Siinä mielessä hyvä oivallus, että tajuan kuinka käyttökelpoista luovuus on ja kuinka paljon sille on periaatteessa kysyntää. Mietin myös omia perheenjäseniä – oman luovuuden käyttäminen on yllättävän vierasta, itsellä se vain unohtuu, kun oma elämä rakentuu taidekoulun ympärille. Mutta oli miten oli, luovuutta ja taidetta halutaan vain ihailta ja ihmetellä taiteilijan tekemänä, mutta omalle tekemiselle asetetaan yllättävän iso kynnys.

HAASTEENA AIKA JA TOISEN IHMISEN KOHTAAMINEN

Aika, kiireettömyys ja rauhallisten työskentelyolosuhteiden luominen ovat tärkeitä edellytyksiä kuvien ja tarinoiden syntymiselle. Tällaiselle työskentelylle on annettava riittävästi aikaa. Mielestäni tämän työpajan kohdalla ei ollut mahdollisuutta riittävän kiireettömälle työskentelylle, myös opiskelijoiden kokemuksen mukaan työpajan aikataulu oli aivan liian tiukka. Opiskelijat kuitenkin suoriutuivat hienosti kiireestä ja stressistä huolimatta, ja yhdeksi työpajan tavoitteeksi asetettu näyttely saatiin toteutettua.

Opiskelijoille oli myös tärkeää ymmärtää se, että tavoitteen toteutuminen on monista muistakin tekijöistä kiinni kuin opiskelijan omasta panoksesta. Koska työpajakertoja oli niin vähän, jo yksikin sellainen kerta mihin asukas ei voinutkaan osallistua, aiheutti epävarmuutta tavoitteen saavuttamisessa. Epävarmuuden sietokyky on tarpeen, mikäli aikoo taiteilijana työskennellä yhteisöjen kanssa. Mielestäni tällainen sosiaalisen taidetyön tekeminen edellyttää opiskelijalta oikeaa asennetta ja aitoa kiinnostusta erilaisiin ihmisiin. On osattava olla eräällä tavalla nöyrä, kyettävä ottamaan vastaan muiden ihmisten mielipide ja neuvottelemaan ideastaan muiden osallistujien kanssa. On myös kyettävä hylkäämään myytti yksin työskentelevästä taiteilijasta.

TAITEEN TEKEMISEN TÄRKEÄ JA VOIMAANNUTTAVA VAIKUTUS

Taiteen tekemisen prosessi yhdessä opiskelijoiden kanssa oli osallistujille tärkeää. Monet keskustelut, joita heidän elämäntarinoidensa ja kuviensa ympärillä käytiin pareittain, kuulluksi tuleminen, oli tärkeää. Valokuva voi toimia muistina menneeseen, ja taideteoksen tekeminen antaa muodon omille elämäkokemuksille. Taiteen tekemisen arvo on siinä, että sen kautta voi nähdä oman elämänsä ainutlaatuisena. Taiteen avulla myös tehdään itse näkyväksi muille.

Tässä työpajassa osallistujat kokivat voimaantumista, kun he saivat kokea itsensä arvokkaaksi jakamalla tarinansa kuvien ja maalausten sekä sanallisen tarinan kautta videolla. Taide on välineenä hyvin voimauttava, ja taiteen tekeminen sopii kaikille ihmisille iästä tai taiteellisesta lahjakkuudesta ja kokemuksesta riippumatta.

Myös näyttely itsessään oli osallistujille voimaannuttava. Omien tuotosten näkeminen näyttelytilan seinällä, lehdistötilaisuudessa haastateltavana oleminen ja muiden kiinnostus näyttelyä kohtaan nostivat oman tekemisen arvokkaaksi.

Esimerkki opiskelijan kokemuksista näyttelystä:

Näyttelyn avajaisissa koin onnistumisen tunnetta koko ryhmän puolesta, kun Heinosten lapsi oli paikalla ja näin hänen katseestaan liikuttuneisuutta sekä kiitollisuutta. Oli myös mukava nähdä kuinka monet palvelutalon asukkaista katselivat ja keskustelivat, jopa hyvin yksityiskohtaisesti, Tuulikin, Senjan, Kallen ja Saimin tekemistä taideteoksista.

Esimerkistä käy ilmi se, kuinka näyttelyn avulla yhteisyys myös palvelutalon asukkaiden välillä kasvoi. Myös ne asukkaat, jotka eivät osallistuneet työpajaan, jakoivat näyttelyyn osallistuneiden tarinat, koska he pystyivät samaistumaan niihin. Näyttely ja työpajamme saivat myös positiivista julkisuutta, kun Turun Sanomien toimittaja kävi haastattelemassa sekä opiskelijoita että työpajaan osallistuneita palvelutalon asukkaita.

Mielestäni tämä työpaja osoittaa sen, että taiteella on elämää voimaannuttava vaikutus ja tällaiselle työskentelylle olisi enemmänkin tarvetta. Ehdotankin, että jokaiseen tällaiseen laitokseen palkataan vakituiseen työsuhteeseen vähintään yksi taiteilija tekemään tällaista arvokasta työtä.

Lopuksi opiskelijan ajatuksia työpajastamme:

Jälkeenpäin ajatellen oli ravitsevaa tehdä asioita muiden hyvinolon edistämiseksi, sekä tuottamaan jotain uudenlaista kokemusta elämästä, sillä taide tuntui olevan asukkaille hieman etäinen käsite. Tarkoitan tällä siis sitä että he ajattelivat taiteen "käsiyöammattina". He mielsivät itsensä huonoiksi tai kelpaamattomiksi, koska eivät "osanneet maalata". Toivon, että videokuvaaminen olisi avannut heitä hieman lähemmäs taiteeseen ja sen monipuolisuuteen. Mielestäni näin myös kävi.

Artikkelin lähteinä on käytetty opiskelijoiden oppimispäiväkirjoja sekä omia huomioitani työskentelystä ja työpajastamme. Työpajaan osallistuneiden asukkaiden nimet muutettu.



Kuva: Marjukka Irni.



Kuva: Marjukka Irni.



Kuva: Marjukka Irni.



Kuva: Satu Karjalainen.

HYVÄÄ ARKEA VANHUKSILLE
TUOTTAMASSA

TULE MUKAAN SOITTAMAAN

Tuula Ahtela & Pia Suvivuo

Aktiivinen toiminta kuuluu hyväksi miellettyyn vanhenemiseen (Heikkinen 2002). Oma aktiivisuus, elintavat ja eletty elämä määrittävät pitkälti ihmisen toimintakykyä (Eloranta 2008). Siihen vaikuttavat muun muassa voimavarat, joiden käyttöönottoaminen on johdonmukainen seuraus oman elämän kokonaisuuden hallitsemisesta (Hyypä 2007). Voimavarat ovat myönteisiä asioita, jotka auttavat selviytymään päivittäisissä toiminnoissa (Eloranta 2008). Voimaantumisen on sisäistä voimantunnetta, joka syntyäkseen vaatii ihmisen omia oivalluksia ja kokemuksia. Se voi ilmetä tunteiden tasolla esimerkiksi siten, että ihminen nauttii elämästä. (Vilen 2008.)

Mihaly Csikszentmihalyi (1997) kehitti tutkimustensa pohjalta flow-teorian. Jotta flown voi saavuttaa, tehtävän haasteellisuuden ja omien taitojen on oltava tasapainossa. Ihminen haluaa jatkaa tekemistään pelkästä ilosta siitä, että hän saa tehdä ja unohtaa arjen huolet. (Csikszentmihalyi 1997.) Reidin (2011) tutkimuksessa flow:n kokeminen oli voimakkaampaa silloin, kun ihminen soitti instrumenttia kuin silloin, kun hän kuunteli musiikkia.

KEHITTÄMISPROJEKTI

Kehittämisprojektin toteutuspaikkana oli Turun lähimmäispalveluyhdistys ry:n Kotikunnaassa sijaitseva Päiväpaikka Villa. Se tarjoaa kuntouttavaa ja aktivoivaa päivätoimintaa muistisairaille turkulaisille. Toiminnan tavoitteena on tukea asiakkaiden toimintakykyä, luoda vaihtelua arkeen ja tarjota mukavaa yhdessäoloa sekä mielekästä tekemistä.

Kolme Turun ammattikorkeakoulun Taideakatemian musiikin opiskelijaa ohjasi viisi musiikkituokiota Päiväpaikka Villan yhdeksälle vanhukselle. Vanhukset asuivat omassa kodissaan joko yksin tai puolisonsa kanssa. Kaikilla oli lievä tai keskivaikea muistihäiriö. Ryhmä ei ollut täysin homogeeninen, mikä asetti haasteita musiikkityöpajalle.

Projektin suunnittelun alussa projektipäällikkö otti yhteyttä Kotikunnaan yhteyshenkilöön ja keskusteli yhteisestä näkökulmasta ja musiikkityöpajan viitekehystä. Tämän jälkeen hän esitteli alustavan suunnitelman Taideakatemian musiikinopiskelijoiden opettajalle. Kun opettaja oli hyväksynyt suunnitelman, projektipäällikkö tapasi musiikinopiskelijat. Tapaamisessa he saivat materiaalikansion tutustuttavakseen. Se sisälsi esitteitä, valokuvia, lehtileikkeitä ja artikkeleita, jotka liittyivät vanhusten elettyyn elämään ja mahdollisiin toiminnanrajoituksiin, kuten muistisairauteen. Musiikinopiskelijat suunnittelivat työpajan sisällöt opettajansa ohjaamina. Kokootumisia oli yhteensä viisi. Projektipäällikkö oli mukana kolmessa kokootumisessa ja hänen tehtävänä oli olla mukana vastuuhenkilönä.

Taideakatemian musiikinopiskelijat suunnittelivat ja toteuttivat musiikkityöpajan osana opintojaan. Projektipäällikkö ohjasi opiskelijoita itsenäiseen tiedonhakuun ja aktiiviseen keskusteluun projektiryhmän tapaamisissa ja tuokioiden jälkeisissä palautekeskusteluissa. Hän piti yhteyttä opiskelijoihin sähköpostitse ja puhelimitse. Yhteistyö toimi moitteettomasti. Projektipäällikkö toimi järjestelijänä ja huolehti aikataulusta, tilojen varauksesta ja tiedottamisesta Kotikunnaaseen.

Opiskelijat yhdistivät musiikin käyttöön maalausta, tanssimista, laulamista ja soittamista (taulukko 1). Jokaisella kerralla käytettiin ainakin kolmea eri menetelmää. Soittimet olivat lähinnä rytmisoittimia. Opiskelijat olivat kopioineet vanhuksille laulun sanoja. Teemat liittyivät vanhusten elämänkaareen. Lähestyvä joulukuusi toi oman teemansa.

TAULUKKO 1. *Taideakatemia*n opiskelijoiden toteuttamat teemat ja musiikin menetelmät.

Kokoontuminen	Tavoite	Aihe/teema	Menetelmät
1.	tutustuminen ryhmään, vuorovaikutuksen syntyminen, tiedon saaminen ryhmäläisistä, rohkaista vanhuksia osallistumaan ryhmänä	hengellinen musiikki	kuuntelu, soittaminen (rytmiyhmä), liikunta, yhteislaulu
2.	selkeä ohjeistus, myönteisten kokemusten saaminen omasta kehosta, keskinäisen vuorovaikutuksen ja ryhmähengen parantaminen	kansanmusiikki	tanssiminen, soittaminen (rytmiyhmä), kuuntelu
3.	itsensä ilmaiseminen kuvataiteen keinoin, tunteiden heijastaminen paperille	koululaulut	kuuntelu, tanssiminen, maalaaminen
4.	musiikin käyttö kommunikaation välineenä, vuorovaikutuksen syveneminen ohjaajien ja vanhusten välillä, muistojen herättäminen	iskelmämusiikki	kuuntelu, soittaminen (rytmiyhmä)
5.	iloisen kokemuksen ja muiston antaminen vanhuksille, joulun tunnelmaan virittäytyminen, hyvän ja lämpimän yhteishengen saavuttaminen ja vuorovaikutus ryhmäläisten kesken	joululaulut	kuuntelu, soittaminen (rytmiyhmä), tanssiminen, yhteislaulu

TULOKSET

Musiikinopiskelijat täyttivät prosessin ajan oppimispäiväkirjoja, joista tehty kooste oli projektipäällikön käytössä. Opiskelijoiden kokemuksia kuvaavat tulokset koostuivat oppimispäiväkirjojen materiaalista, projektiryhmän keskus-

teluista sekä materiaalikansioista koostuvasta palautteesta. Vanhusten ryhmähaastattelut tehtiin ensimmäisen ja viimeisen musiikkituokion päätteeksi. Ensimmäisessä ryhmähaastattelussa kysyttiin vanhusten toiveita ja jälkimmäisessä kokemuksia työpajasta.

Musiikinopiskelijat saivat uuden näkökulman musiikin käyttämiseen. He yhdistivät musiikkiin menetelmiä, joita he eivät aiemmin olleet käyttäneet.

Opiskelijoiden kommentteja:

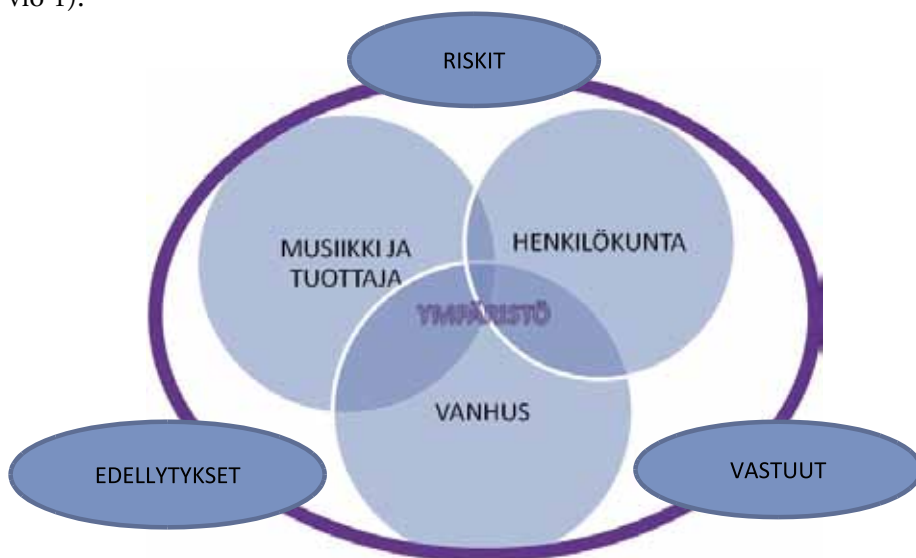
- projektiryhmä toimi hyvin
- suorituskeskeisyydestä ja virheiden pelosta päästiin pois
- tilannekohtainen improvisointi oli mahdollista
- vuorovaikutus oli mahdollista
- palaute oli tärkeää
- aikataulutus oli haasteellista
- osallistujien nauttiminen toiminnasta oli näkyvää
- vanhusryhmän koon muutos aiheutti muutoksia
- kirjallinen tieto ei ollut välttämätöntä, mutta materiaalikansio oli hyvä
- vastuukysymykset on vastaisuudessa hyvä kirjata

Vanhusten palautteissa tuli esille, että musiikkituokiot koettiin mielekkäinä ja ne toivat heille uuden tavan käyttää musiikkia ja että he saivat onnistumisen kokemuksia sitä enemmän mitä pitemmälle tuokiot etenivät ajallisesti. He olivat toimintaan tyytyväisiä; se tuotti mielihyvää ja iloa. Keskustelu ja nauraminen lisääntyivät ja yhteistyö nuorten kanssa koettiin mukavana.

Musiikkityöpajassa mahdollistui kyky tehdä jotain uutta ilman hoitohenkilökunnan panosta varsinaiseen ryhmän ohjaamiseen. Työpaja tarjosi tilaisuuden erilaiseen kokemukseen musiikin tuleville ammattilaisille.

TOIMINTAMALLI

Kehittämisprojektin tuotoksena luotiin musiikkityöpajan toimintamalli (kuvio 1).



KUVIO 1. *Musiikkityöpajan toimintamalli.*

Toimintamallissa musiikin tuottaja, henkilökunta ja vanhus toimivat samassa ympäristössä. Siihen vaikuttavat fyysinen ympäristö, kuten esteettömyys, ja sosiaalinen ympäristö, mikä tarkoittaa sitä, että osallistujat pysyvät samoina koko työpajan ajan. Riskejä on hyvä ennakoida tekemällä suunnitelma siltä varalta, että riski toteutuu. Vastuualueita ovat kokoontumistilan varaaminen ja järjestely, osallistujille tiedottaminen, aikataulutus ja materiaalien hankkiminen. Jokaiselle kokoontumiselle kirjataan tavoite, suunnitelma ja miten tavoitteen saavuttamista arvioidaan. Musiikkityöpajan toteuttaja valitsee musiikin ja sen käyttötavan. Vanhusten ryhmien valintaan kannattaa kiinnittää erityistä huomiota, sillä yhdenkin ryhmäläisen heikko sitoutuminen vaikuttaa koko ryhmän toimintaan. Taulukkoon 2 on koottu muistilista työpajan suunnitteluun.

TAULUKKO 2. Muistilista työpajan suunnitteluun.

Teoriapohja	Tavoitteet ryhmäkokoukselle Perehtyminen uuteen tietoon Uuden tiedon soveltaminen käytäntöön Tieteellisen tiedon merkityksen ymmärtäminen kehittämisessä Asiakkaan näkeminen aktiivisena osallistujana
Ryhmä- kokouksien sisältö	Musiikin valitseminen <ul style="list-style-type: none">- kumpi valitsee – asiakas vai ohjaaja- nauhoitettu musiikki: nauhurin paikka, kuulokkeiden käyttö, kaiuttimien käyttö, äänen voimakkuuden koordinointi- itse tuotettu musiikki: soittimet, muoto, menetelmät, ryhmän koko ja miten se koostuu- musiikkimateriaalin ja oheismateriaalin hankinta- resurssit- menetelmät (kuuntelu, laulujen kirjoittaminen, improvisaatio, sanojen analysointi, rytmin hyödyntäminen, muistelu, soittaminen, laulaminen)- suunnittelu ja toteutus
Aikataulu	Kokouksien määrän, keston ja tiheyden suunnittelu
Ohjaaja	Ohjaajalta vaadittava laatu ja ohjaajien määrä Koulutuksiin osallistuminen Yhteistoiminnallisen työskentelyotteen sisäistäminen Asiakaslähtöinen ajattelu- ja toimintatapa
Seuranta/arviointi	Seurannan ja arvioinnin suunnittelu ja toteutus
Ympäristö	Ryhmätilan löytäminen huomioiden yksilön oma reviiiri, esteettömyys, tuttuus ja äänentoisto
Ryhmäkoko	Kohderyhmän koko

POHDINTA

Tuloksista päätellen musiikin käyttö voimaantumista lisäävänä tekijänä toteutui hyvin ja sopi vanhusten kanssa käytettäväksi. Musiikki monipuolisena menetelmänä ja siihen yhdistetyt muut menetelmät osoittautuivat soveltuvan hyvin vanhusten kanssa toteutettaviksi. Kehittämisprojekti onnistui suunnitelman mukaan lukuun ottamatta aikataulutusta, joka oli liian tiukka.

Tulevaisuudessa hoitolaitoksissa asuu mahdollisesti vanhusten sukupolvi, joka haluaa aktiivisesti itse osallistua toiminnan suunnitteluun. Henkilökunnan kokoonpano voi muuttua niin, että vapaaehtoisia ja muita kuin hoitotyön ammattilaisia toimii vanhustyössä. Tulevaisuudessa tarvitaan myös kulttuurin alan asiantuntijoita parhaan mahdollisen laadun takaamiseksi vanhusten palveluissa.

LÄHTEET

Csikszentmihalyi, M. 1997. *Creativity: Flow and the Psychology of Discovery and Invention*. HarperCollins Publishers, Inc. NewYork.

Eloranta, T. & Punkanen, T. 2008. *Vireään vanhuuteen*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava.

Heikkinen, E. & Marin, M (toim.). 2002. *Vanhuuden voimavarat*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Hyyppä, M. 2007. Elinvoimaa kulttuurista. Teoksessa Bardy, M., Haapalainen, R., Isotalo, M. & Korhonen, P. (toim.) *Taide keskellä elämää*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava, 155–159.

Reid, D. 2011. Mindfulness and flow in occupational engagement: Presence in doing. *Canadian Journal of Occupational Therapy*, Vol 78 (1), 50–56.

Vilen, M., Leppämäki, P. & Ekström, L. 2008. *Vuorovaikutuksellinen tukeminen*. Helsinki: WSOY.

MUISTISAIRAIDEN VANHUSTEN MUSIIKILLINEN TYÖPAJA

Jaana Tiihonen & Pia Suvivuo

Väestön ikääntyessä muistisairaudet yleistyvät voimakkaasti ja myös muistisairauksista johtuvan hoivan tarve lisääntyy. Muistisairaiden vanhusten psykososiaalisessa hoidossa pyritään kehittämään erilaisia aktiivisia toimintoja, jotka ovat helposti sovellettavissa päivittäiseen hoitotyöhön ja voivat ylläpitää muistisairaana toimintakykyä. Musiikin kuuntelu ja laulaminen ovat yksinkertaisia ja mieluisia toimintamuotoja, joihin useimmat muistisairaavat kykenevät helposti ja jotka myös aktivoivat aivoja erittäin monipuolisesti ja laajasti. Musiikkia on käytetty hoidon välineenä jo pitkään, ja sen käytöstä on erittäin hyviä kokemuksia. Musiikki hoidon välineenä tarkoittaa musiikin eri ominaisuuksien vaikutusten hyödyntämistä osana hoitotyötä ja lääketieteellisiä toimenpiteitä. (Punkanen 2011.)

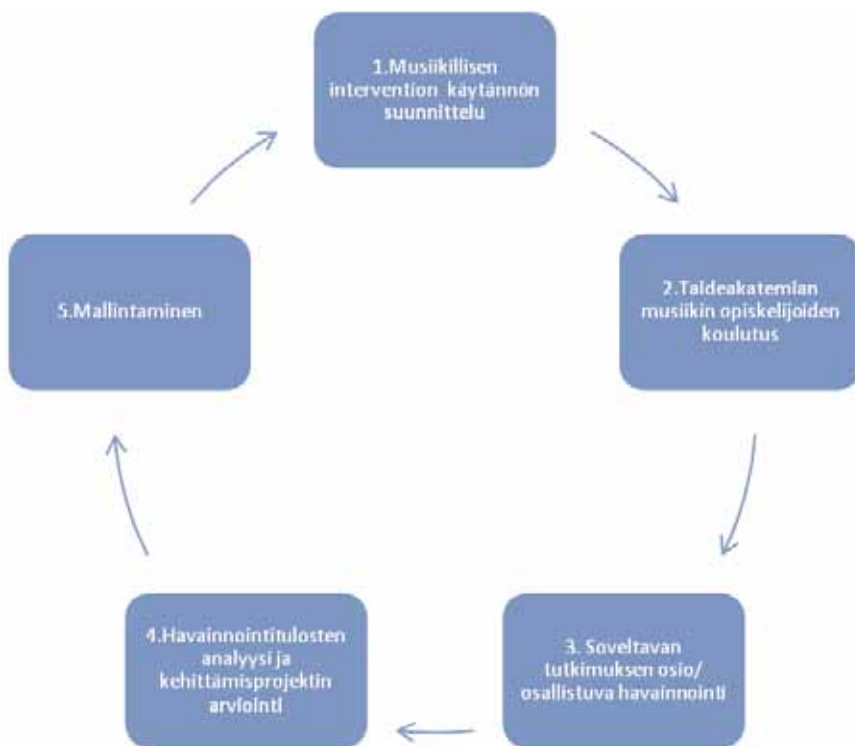
Musiikki lisää dementoituvan ihmisen kykyä hyödyntää elinvoimaisuuttaan, kognitioitaan, kieltään, kehonsa asentoja, sensorista tietoisuuttaan, kehonsa liikkeitä ja tehtävien toimeenpanoa. Myös tilan hahmottaminen, tunteet ja mieliala kohentuvat. (Götell 2003.) Muistisairaavat potilaat pystyvät esittämään musikaalisia esityksiä. He voivat esimerkiksi tunnistaa musiikkia lapsuudesta ja tuottaa lyhyitä sanoja ja melodioita. Musiikin avulla voidaan vähentää aggressiivista käytöstä. Sillä on myös muita myönteisiä psykologisia ja fysiologisia vaikutuksia. (Kerer ym. 2009.) Musiikin kuuntelun vaikutuksesta muistisairaiden masennukseen ja unen laatuun on saatu hyviä tuloksia (Chan ym. 2010). Sen on todettu sekä vähentävän muistisairaiden levottomuutta (Sung ym. 2010) että aktivoivan assosioivaa muistia (Irish 2006).

Ylemmän ammattikorkeakoulututkinnon (YAMK) opinnäytetyönä toteutetun kehittämisprojektin tarkoituksena oli kehittää musiikin käyttöä osana muistisairaiden vanhusten psykososiaalista hoitoa, ja tavoitteena oli luoda toimintamalli musiikillisen työpajan toteuttamisesta muistisairaiden vanhusten osastolla musiikin ammattilaisten toteuttamana. YAMK-opiskelija toimi projektipäällikkönä kehittämisprojektissa. Neljä Turun ammattikorkeakoulun

Taideakatemiaan musiikin opiskelijaa vastasi opettajansa johdolla työpajojen suunnittelusta ja musiikillisesta toteutuksesta. Musiikillisten työpajojen menetelminä olivat soitto, laulu ja runot. Teemoina olivat hengelliset laulut, kansanlaulut, viihdemusiikki, joulukuukausi ja Suomen itsenäisyys.

RYHMÄKOTI KEHITTÄMISPROJEKTIN TOTEUTUSPAIKKANA

Kehittämiprojektin toteuttamispaikkana oli Turun lähimmäispalveluyhdistys ry:n Kotikunnaan tiloissa toimiva Ryhmäkoti Kaisla, joka on 14-paikkainen muistisairaiden vanhusten pitkäaikaiseen hoitoon erikoistunut osasto. Neljä pitkälle edennyttä muistisairautta sairastavaa vanhusta otti osaa viiteen musiikilliseen tuokioon Ryhmäkoti Kaislassa. Ryhmäläiset olivat naisia, iältään he olivat 77–88-vuotiaita. Vanhusten muistitestin (MMSE) tulokset vaihtelivat välillä 5–13/30. Ryhmät toteutettiin viitenä perättäisenä maanantaina marras-joulukuussa vuonna 2011, ja tapaamiset kestivät noin 45 minuuttia kerrallaan (kuvio 1).



KUVIO 1. Kehittämiprojektin prosessi.

Projektipäällikön tehtävänä oli toimia yhdyshenkilönä Taideakatemian musiikin opiskelijoiden ja palvelukoti Kotikunnaan välillä. Hän koulutti musiikin opiskelijoita kohtaamaan muistisairaita vanhuksia. Koulutus käsitteli muistisairaana vanhuksen erityispiirteitä, psykososiaalista hoitoa ja vuorovaikutusta muistisairaana vanhuksen kanssa. Koulutuksen apuna käytettiin muistisairaiden kirjoittamia runoja, joiden kautta avautuivat muistot ja tunteet.

Soveltavan tutkimuksen tavoitteena oli selvittää musiikillisen ryhmän hyötyjä ja haittoja muistisairaalle vanhukselle ryhmän aikana ja ryhmän jälkeen. Projektipäällikkö toimi musiikillisessa interventiossa havainnoijan ja ryhmänohjaajan roolissa. Soveltavan tutkimuksen menetelmänä oli osallistuva havainnointi. Siinä on tyypillistä, että havainnoija osallistuu tutkittavien ehdoilla heidän toimintaansa ja pyrkii pääsemään havainnoitavan ryhmän jäseneksi (Hirsjärvi ym. 2008).

Projektipäällikkö laati lomakkeen havainnoinnin tueksi. Havainnointilomake perustui tutkimustietoon musiikin hyödyistä muistisairaiden vanhusten hoidossa (Göteell 2003, Kerer ym. 2009). Havaintojen teko kohdistui musiikillisen ryhmän hyötyihin, kuten ryhmäläisten aktiivisuuteen (puheen ja äänen tuottaminen, kuunteleminen, laulaminen ja muistelemine). Lisäksi havainnoitiin myönteisiä tunnetiloja (ilo, tyytyväisyys), muutoksia tunnetilassa ja yhteistyön sujumista. Havainnoitavia musiikillisen ryhmän aiheuttamia haittoja lomakkeessa olivat käyttäytymisen häiriöt, kielteiset tunnetilat ja yhteistyön sujumattomuus. Yksi havainnoitava asia oli ryhmäläisten vireystila. Lisäksi Kaisla-osaston henkilökunta havainnoi musiikillisten interventioiden hyötyjä ja haittoja ryhmän jälkeen ja käytti havaintojensa tukena samaa havainnointilomaketta kuin projektipäällikkö. Osaston vastaava hoitaja perehdytti osaston henkilökunnan soveltavan tutkimusosion tavoitteisiin ja havainnointilomakkeen käyttöön.

KEHITTÄMISPROJEKTIN TULOS

Yhtenä musiikillisen intervention hyötynä oli vanhusten aktiivisuuden lisääntyminen: ryhmäläiset kuuntelivat, lauloivat mukana ja toivoivat mielmusiikkiaan. Mieluisimpia olivat tutut laulut kuten esimerkiksi kansanlaulut ja virret sekä kouluun ja Karjalaan liittyvät laulut. Keskustelunaiheita ja muisteltavia asioita olivat vuodenajat, koulumuistot opettajineen, Turun tori, markkinamuistot ja lapsuuden maisemat Karjalassa. Muisteltiin säveltä-

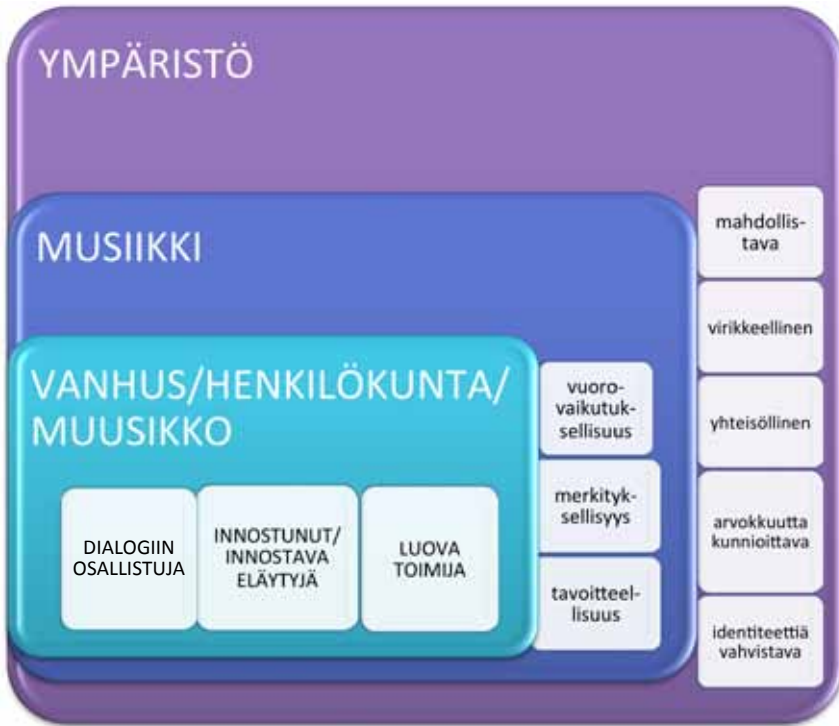
jiä Matti Jurvaa ja Jean Sibeliusta sekä laulaja Tapio Rautavaaraa. Vanhukset olivat iloisia päästessään musiikkiryhmään. Tunnetilat vaihtelivat esitettävien laulujen mukaan.

Ryhmäläisten aktiivisuus ja vuorovaikutus lisääntyivät sen myötä, kun ryhmä tuli tutuksi. Laulaminen ja keskusteleminen lisääntyivät, kun kyseessä oli tuttu laulu tai runo. Kaksi vanhusta halusi kokeilla musiikin opiskelijoiden lyömäsoitinta, ja muutaman valssin aikana vanhukset keinuivat musiikin tahdissa pitäen projektipäällikön käsistä kiinni. Ryhmäkoti Kaislan hoitajat havainnoivat yhden ryhmäläisen ottavan aktiivisesti kontaktia muihin asukkaisiin ryhmän jälkeen. Joskus vanhukset jäivät laulamaan projektipäällikön ja muusikoiden lähdettyä. Hoitajien havaintojen mukaan ryhmäläiset olivat pirteämpiä heti musiikillisen ryhmän kokoontumisen jälkeen, mutta muistisairaille tyypilliseen tapaan osallistujat unohtivat kokoontumisen päivän mittaan.

Yhteistyö muistisairaiden vanhusten kanssa sujui hyvin. Musiikillisen ryhmän tunnelma oli turvallinen ja välitön. Projektipäällikkö esitteli musiikin opiskelijat ja itsensä vanhuksille sekä auttoi vanhuksia esittelemään itsensä. Ryhmässä käytettiin vanhusten omia nimiä, mikä lisäsi turvallisuuden tunnetta. Projektipäällikkö kertoi muistisairaille vanhuksille, mitä ryhmässä tehdään eli kuunnellaan musiikkia ja runoja, lauletaan, jutellaan sekä muistellaan. Projektipäällikön tehtävänä oli luoda vuorovaikutuksellinen ilmapiiri ja rohkaista muistisairaita vanhuksia jakamaan ajatuksiaan muiden ryhmäläisten kanssa. Hän keskusteli rauhallisesti esitettävien laulujen välillä ja otti ryhmäläiset mukaan keskusteluun. Osallistujat pyrittiin ohjaamaan seuraavaan kuunneltavaan tai laulettavaan lauluun tunnetilat ja tunnelma huomioon ottaen. Musiikilliset tuokiot aloitettiin samalla runolla ja niiden lopuksi musiikin opiskelijat kätelivät kaikki ryhmäläiset. Musiikillisen työpajan haittoina havainnoitiin, että ensimmäisessä ryhmässä yksi vanhus nosti kädet korville merkiksi voimakkaasta äänestä, mutta hän tottui pian soittimien ääneen. Kysyttäessä ryhmäläiset kuitenkin sanoivat, ettei musiikki soinut liian voimakkaasti. Ryhmän viimeisessä kokoontumisessa, kun muusikot virittivät soittimia, vanhukset sanoivat: ”kamalaa ääntä”.

Kehittämiprojektin tavoitteena oli toimintamalli musiikillisen intervention toteuttamisesta muistisairaiden vanhusten osastolla musiikin ammattilaisten toteuttamana. Soveltavan tutkimuksen osion tuloksia käytettiin toimintamallin (kuvio 2) luomisessa. Laadittu toimintamalli helpottaa musiikkitoiminnan suunnittelua ja toteutusta muistisairaiden vanhusten hoitoyksiköissä sekä yhteistyötä musiikin ammattilaisten kanssa.

MUSIIKIN TYÖPAJAMALLI MUISTISAIRAIDEN VANHUSTEN PSYKOSOSIAALISESSA HOIDOSSA



KUVIO 2. *Musiikkityöpajan toimintamalli.*

Vanhus nähdään toimintamallissa vapaaehtoisena osallistujana ja luovana, innostuneena eläytyjänä. Työpajassa on mahdollista kohdata ja kuulla muistisairasta vanhusta yksilöllisesti. Ammattimuusikoiden toteuttamassa musiikkiryhmässä kuunnellaan musiikkia ja lauletaan sekä jaetaan muistoja ja kokemuksia. Mukana on soittimia ja laulaja tai laulajia. Hoitopaikassa on muusikoiden ja osaston välillä yhdyshenkilö, joka huolehtii tiedotuksesta. Hoitohenkilökunnan tai omaisten mukanaolo lisää musiikillisen työpajan jatkuvuutta, koska hoitaja, omainen ja vanhus voivat jälkeenpäin yhdessä muistella musiikillista tuokiota.

Musiikilla rohkaistaan muistisairaita vanhuksia tunnistamaan jäljellä olevia voimavaroja ja löytämään itsestään ja arkiympäristöstään hyvää oloa sekä arvostuksen ja elämän merkityksellisyyden tunteita. Ympäristöön kuuluvat sopi-

va aikataulu, tila ja varusteet. Kokoontumisajassa on otettava huomioon osaston toiminta ja vanhusten vireystila. Kokoontumistilaksi on hyvä valita rauhallinen paikka. Vanhuksella on oltava mahdollisuus poistua ryhmästä niin halutessaan. Tilan valinnassa on otettava huomioon akustiikka ja koko, jotta soittimet eivät soi liian voimakkaasti. Isoilla kirjaimilla kirjoitetut laulujen sanat tukevat ryhmäläisten osallistumista.

POHDINTA

Musiikki sopii työväliseksi muistisairaiden vanhusten psykososiaaliseen hoitoon. Musiikin ammattilaisten soittimet eli viulu ja sello syvensivät ja värittivät musiikkielämystä. Muistisairaat pystyivät osallistumaan ryhmämuotoiseen musiikkituokioon. Tärkeitä asioita musiikkiryhmässä olivat yhdessäolo, muistelu ja musiikin herättämät tunteet. Muistisairaiden vanhusten osallisuus musiikkikulttuuriin ja musiikillinen vuorovaikutus olivat kaksi tärkeää ulottuvuutta kehittämissuorituksissa.

Hoitoyksiköihin tultaessa muusikolta vaaditaan herkkyyttä ihmisen kohtaamiseen. Taiteen ja hoitotyön eettiset periaatteet ovat osittain erilaisia (Norokallio 2011). Muusikon rooli muuttuu, koska sairaala- ja hoivamusiikkityössä kuulija on pääosassa. Tulevaisuuden haasteina ovat sairaala- ja hoivamusiikkityön jatkuvuus ja moniammatillisen yhteistyön kehittäminen. Kehittämissuorituksiin osallistuneet musiikin opiskelijat kertoivat saaneensa varmuutta projektipäällikön antamasta koulutuksesta ja nauttineensa vanhusten kanssa työskentelystä. Hoitohenkilökunnan ja omaisten mukaantulo taideryhmiin avasi uusia näköaloja taide- ja kulttuurityöhön hoitoyksiköissä.

Musiikin avulla muistisairaat vanhukset aktivoituivat puhumaan ja laulamaan. Musiikki virkisti ja paransi mielialaa sekä toimi työvälisenä muistelussa. Musiikin käyttö ei ole kuitenkaan ainoastaan tie menneisyyteen, vaan se voi auttaa luomaan yhteyden toiseen tässä ja nyt. Kehittämissuoritus tuotti tietoa musiikin käytöstä lääkkeettömänä menetelmänä muistisairaiden hoitotyössä ja osoitti, että sillä on vaikutusta muistisairaiden vanhusten psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn sekä hyvään arkeen.

LÄHTEET

Chan, MF, Chan, EA. & Mok, E. 2010. Effects of music on depression and sleep quality in elderly people. *Complementary therapies in medicine*. 18(3–4), 150–159.

Götell, E. 2003. Singing, background music and music – events in the communication between persons with dementia and their caregivers. Väitöskirja. Neurotec Department, Center of Excellence in Elderly Care Research. Huddinge. Karolinska Institutet & Department of Health.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2008. Tutki ja kirjoita. 13–14. painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava.

Irish, M., Cunningham, C. J., Walsh, J. B., Coakley, D., Lawlor, B. A. & Robertson, I. H. ym. 2006. Investigating the enhancing effect of music on autobiographical memory in mild Alzheimer's disease. *Dementia and Geriatric Cognitive Disorders*. 22 (1), 108–120.

Kerer, M., Marksteiner, J., Hinterhuber, H., Mazzola, G., Steinberg, R. & Weiss, EM. 2009. Dementia and music. *Neuropsychiatry*. 23(1), 4–14.

Norokallio, H. 2011. Kotikunnaan näkökulma. Teoksessa Lilja-Viherlampi, L-M. (toim.) Iloa ja Eloa – Musiikkitoiminnasta sairaala- ja hoivakotiympäristöissä. Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja 107. Turku: Turun ammattikorkeakoulu, 47.

Punkanen, M. 2011. Musiikki, keho ja liike. Teoksessa Lilja-Viherlampi, L-M. (toim.) Iloa ja Eloa – Musiikkitoiminnasta sairaala- ja hoivakotiympäristöissä. Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja 107. Turku: Turun ammattikorkeakoulu 61.

Sung, H., Chang, AM. & Lee, W. 2010. A preferred music listening intervention to reduce anxiety in older adults with dementia in nursing homes. *Journal of Clinical Nursing*. 19 (7), 1056–1064.

VOIMAANTUMISTA VANHUKSILLE VALOKUVIN

Satu Karjalainen & Pia Suvivuo

Ihminen tarvitsee myös vanhuusiässä muita ihmisiä, jotka kiinnostuksellaan koskettavat hänen sisimpäänsä. Jokaiselle vanhukselle on tärkeää tulla kuulukuksi, nähdyksi ja huomatuksi. (Dunderfelt 2006.) Vanhusten perusoikeuksiin kuuluu heidän niin halutessaan oikeus osallistua omaan kulttuuriin taidetta tehden tai kulttuuritilaisuuksia katsellen (Liikanen 2010). Taide- ja kulttuuritoimintaa ei saisi unohtaa laitoksissakaan, vaan ihmisen tulisi voida tuntea elämänsä mielekkääksi ja merkitykselliseksi loppuun asti. Näin tuetaan psyykkistä, fyysistä ja sosiaalista hyvinvointia. (Opetusministeriö 2010.)

Taiteen moninaiset myönteiset terveysvaikutukset on todistettu monissa tutkimuksissa (Liikanen 2010). Vanhusten arjessa vanhojen valokuvien katsominen on tärkeää, sillä historiallinen tietoisuus itsestä hahmottuu muun muassa valokuvien kautta. Menneisyys saavuttaa nykyhetken, kun ihminen muistelee aktiivisesti valokuvan tapahtumia. Vanhojen valokuvien kautta voi tavoittaa uudelleen vanhoja kokemuksia, hyviä ihmissuhteita ja säilyttää muistoja. (Ul-kuniemi 2005.) Valokuvat ja valokuvaus voivat innoittaa keskusteluun, tarinointiin, kannanottoihin ja muisteluun. (Halkola 2009.)

VALOKUVATYÖPAJAN TOTEUTUS

Ylemmän ammattikorkeakoulututkinnon opinnäytetyönä toteutetun kehittämisprojektin tavoitteena oli lisätä vanhuksille hyvää arkea ja luoda joustava toimintamalli valokuvatyöpajoihin erikuntoisille vanhuksille. Toimintamallissa tavoite on valokuvien käytöllä ja valokuvaamisella voimaannuttaa vanhuk-sia. Mallia on tarkoitus käyttää erilaisissa vanhustenhoitolaitoksissa vanhusten kanssa, ja sen avulla voidaan lisätä valokuvien käyttöä ja valokuvaamista.

Valokuvaustyöpaja toteutettiin Turun kaupunkilähetyksen Palvelutalo Iso-Heikissä. Vajaa puolet talon asukkaista on lähes täysin itsenäisesti tai läheisten tuella selviytyviä henkilöitä. Palvelutalossa vanhuksia tuetaan kristillis-sosiaa-

lisesta näkökulmasta. Arvoja ovat rakkaus, kunnioitus, luottamus ja vastuullisuus. Myös vanhusten voimavarojen aktivointi, turvallisuus ja yhteisöllisyys ovat tärkeitä periaatteita palvelutalossa. Heille järjestetään talossa runsaasti erilaista ohjelmaa, mutta valokuvausta käytetään melko vähän (Palvelutalo Iso-Heikin toimintasuunnitelma 2010).

Valokuvaustyöpajaan osallistui kolme vanhusta, kolme taidealan opiskelijaa, valokuvausalan opettaja sekä projektipäällikkö. Valokuvaustyöpajojen tapauksia oli yhteensä kuusi. Koko ryhmä tutustui ensin toisiinsa tuomalla valokuvan ja kertomalla siitä. Turussa Ruissalon kasvitieteellisessä puutarhassa kuvattiin pääosin kukkasia ja Turun Logomossa näyttelyä Turun palosta. Palvelutalo Iso-Heikissä kuvattiin sisäpuutarhassa, vanhusten omissa asunnoissa ja yleisissä tiloissa sekä otettiin kuvia työpareittain ja kuvattiin itse vanhuksia. Iso-Heikissä oli joka tapaamiskerralla mahdollisuus käyttää jotakin teemaa. Työpajan jälkeen olivat taidenäyttelyn avajaiset.

Projektipäällikön tehtävä oli hyvin monipuolinen (kuvio 1). Ennen työpajan käynnistymistä pidettiin kokouksia taidealan yhteyshenkilöiden ja opettajien sekä hankepäällikön ja opettajatutorin kanssa. Projektille koottu ohjausryhmä kokoontui kolme kertaa, ja projektipäällikön tehtävä oli sen koollekutsuminen ja puheenjohtajana toimiminen. Projektipäällikölle kuuluivat myös projektiin kuuluvien kirjallisten suunnitelmien ja tutkimustiedon etsintä.

Projektipäällikkö suunnitteli ja toteutti koulutustilaisuudet Taideakatemiaan valokuvauksen opiskelijoille kirjallisuuteen ja omiin kokemuksiinsa perustuen. Koulutuksia pidettiin ennen projektin alkua ja lähes jokaisen työpajakokoontumisen jälkeen. Aiheita olivat muun muassa hygienia hoitolaitoksissa, eettiset asiat, teitittely, vanhus-sanan käyttö, aikataulujen noudattaminen, vanhuksen eletyn elämän huomioonottaminen, vanhusten kohtelu, voimaantumisen ja terapian erot ja vanhusten sairaudet. Myös opiskelijoiden omat aihe-ehdotukset otettiin koulutuksissa huomioon.

Työpajakokoontumisissa projektipäällikön tehtäviin kuuluivat vanhusten kuljettajana ja projektiryhmän taustatukena toimiminen sekä puheen pitäminen ja käytännön asioista huolehtiminen taidenäyttelyn avajaisissa. Projektipäällikkö huolehti aikataulujen sopimisesta kaikille osapuolille. Kehittämishankkeeseen kuuluvassa soveltavan tutkimuksen osiossa vanhuksia haastateltiin ryhmässä ennen kokoontumisia ja jokaisen kokoontumisen jälkeen. Haastattelun tuloksia hyödynnettiin toimintamallin luomisessa.

OPISKE- LIJOIDEN OHJAUS	Rekrytointiin osallistuminen, perehdyttäminen, koulutuksen suunnittelu, koulutus, ohjaaminen ja taustatuki.	T O I M I N T A M A L L I
TYÖPA- JOJEN JÄRJES- TELYT	Aikataulujen sovittaminen, vanhusten kuljetus, taidenäyttelyn avajaisten järjestelyt ja puheen pitäminen.	
SOVEL- TAVA TUTKI- MUS	Vanhusten haastattelut, niiden analysointi ja raportointi.	
PROJEK- TIN HALLIN- TA	Taide- ja hoitoalojen asiantuntijoiden ja yhteyshenkilöiden tapaamiset ja niiden suunnittelu. Ohjausryhmän kokoukset.	

KUVIO 1. *Prosessin kuvaus projektipäällikön roolista.*

KOKEMUKSIA JA ARVIOINTIA VALOKUVATYÖPAJASTA

Valokuvauksen opiskelijoiden löytäminen yhdessä Taideakatemia-yhteyshenkilön kanssa oli vaikeahkoa, ja opiskelijoiden löytäminen ajoittui lähelle työpajan alkua. Tämä haittasi projektia, koska tutustumiseen ja suunnitteluun jäi hyvin vähän aikaa.

Työpajoissa toimitettiin onnistuneesti vanhus-opiskelija-työparina, jolloin jokainen vanhus sai omaa aikaa nuoren valokuva-alan opiskelijan kanssa. Opiskelijat saivat näin rauhassa tutustua yhteen vanhukseen. Työparit muodostettiin tutustumiskerralla onnistuneesti niin, että vanhukset saivat valita oman parinsa.

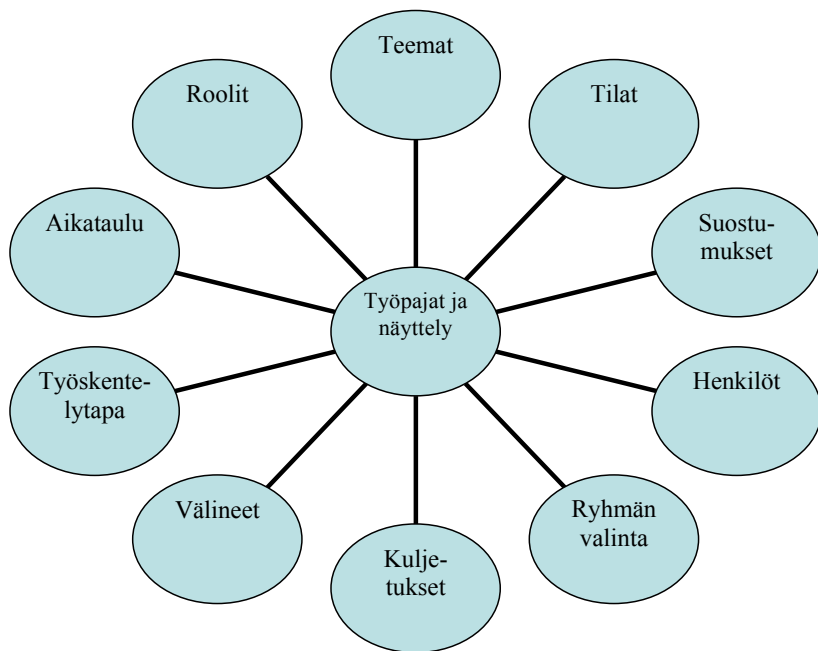
Aikataulujen sopiminen oli yksi haastavimmista asioista koko projektissa. Ulkoisista syistä johtuen aikataulu oli välillä kireä ja ajoittain projektiryhmässä esiintyi väsymystä. Työpajan sisällön suunnittelu oli projektiryhmän taidealan edustajien vastuulla. Opiskelijoiden suunnittelemaat teemat toteutuivat osittain. Esimerkiksi väriteema oli vaikea toteuttaa, koska joulun aikaan esimerkiksi sinistä ei juuri löytenyt ympäristöstä. Vanhuksista oli mieluisaa kuvata erilaisia kukkia sekä Ruissalon puutarhassa että heidän omassa palvelutalossaan. Myös omia tärkeitä esineitä ja asioita kuvattiin teeman mukaisesti. Lisäksi otettiin ystäväkuva oman työparin kanssa. Vanhukset pääsivät kokeilemaan kuvaamista järjestelmäkameralla. Opiskelijat kuvasivat vanhuksen toivomia asioita ja ottivat niin sanotut studiokuvat työpareista. Kaiken kaikkiaan monenlaista ehdittiin tehdä kuuden työpajakokouksen aikana.

Valokuvatyöpajan jälkeen pidetyissä valokuvataidenäyttelyn avajaisissa olivat mukana vanhukset, heidän läheisiään ja palvelutalon asukkaita, henkilökuntaa ja lähes kaikki *Hyvä arki vanhukselle* -hankkeeseen kuuluneet ohjaus- ja projektiryhmien jäsenet. Voimaantuminen näkyi vanhuksissa selkeästi taidenäyttelyssä. Heistä huokui myönteinen olotila, tyytyväisyys ja ylpeys. Vanhukset alkoivat näyttelyn jälkeen laittaa esimerkiksi käsityökerhossa tekemiään käsitöitä esille ja uskoa siten osaamiseensa. Vanhukset olisivat jopa olleet valmiit lähtemään projektiin uudelleen.

Valokuvatyöpajalla päästiin vanhusten kannalta siihen, mihin pyrittiin: vanhukset saivat uudenlaista sisältöä arkeensa, oppivat uusia asioita esimerkiksi kameroista ja valokuvaamisesta, saivat kahdenkeskistä aikaa nuoren valokuvaalan opiskelijan kanssa, oppivat luottamaan kykyihinsä, saivat tukea itsetunnon ja tilaisuuden muisteluun ja voimaantumiseen sekä pääsivät käymään muutamalla retkellä Turun suosittuihin kohteisiin.

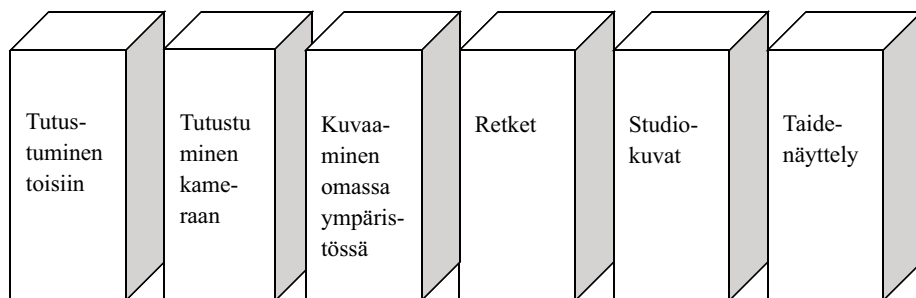
TOIMINTAMALLI

Kehittämisprojektissa tuotettu toimintamalli koostuu valokuvatyöpajan järjestämisestä (kuvio 2) ja sisällön (kuvio 3) suunnittelusta. Mallilla pyritään antamaan konkreettista apua valokuvatyöpajan suunnitteluun ja toteutukseen. Malli on viitteellinen ja se voidaan muokata sopivaksi omien tarpeiden ja tavoitteiden sekä ryhmän ja resurssien mukaan.



KUVIO 2. Valokuvatyöpajan järjestäminen.

Suunnitteluun kuuluvat muun muassa rooleista ja vastuista sopiminen, suostumusten saaminen, aikataulun laatiminen, välineiden (ainakin kameroiden ja muistikorttien) hankinta, teemojen suunnittelu ja työskentelytavasta sopiminen (työpareittain vai ryhmässä).



KUVIO 3. Valokuvatyöpajan sisällöt.

Osallistujille tärkeiden aikaisempien valokuvien avulla tutustuminen ryhmään helpottuu. Kameraan tutustuminen auttaa kameran käytössä. Kuvaaminen on turvallista aloittaa omassa, tutussa ympäristössä ja jatkaa kuvaamista retkillä. Valokuvatyöpaja huipentuu valokuvanäyttelyyn.

POHDINTA

Ulkuniemen mukaan (2005) yli 50-vuotiaiden esiintyminen perhevalokuviissa on vähäistä. Kuvia otetaan lähinnä syntymäpäivillä ja matkoilla. Vanhemmat ihmiset eivät välttämättä halua jättää itsestään kuvaa, jossa ikääntymisen merkit näkyvät jo. Työpajassa olleiden vanhusten mukaan he olivat jo antaneet tai myyneet pois omat kameransa. Näin ollen myös valokuvaaminen oli jäänyt.

Vanhojen valokuvien yhdessä katsominen oli antoisaa vanhuksille. Tässä projektissa tutustuttiin vanhojen valokuvien avulla nopeasti. Kun projektiryhmän jäsen valitsee mukaan tuotavaa kuvaa, kannattaa miettiä, että kuva on mahdollisimman neutraali. Tutustuttaessa kävi ilmi, että kaikki ryhmän vanhukset olivat lapsettomia eikä kenenkään aviopuolisokaan ollut enää elossa. Jälkeenpäin mietittiin, oliko loukkaavaa tuoda mukanaan kuva aivan vastasyntyneestä vauvasta ja synnyttäneestä äidistä tai äidistä ja tyttärestä otettu halaamiskuva, vai olisiko pitänyt valita jotain muuta.

Ulkuniemen mukaan (1999) vahva sitoutuminen on merkki vahvasta voimaantumisesta. Vanhukset sitoutuivat työpajaan hyvin, eikä poissaoloja tullut yhtään. Voimaantumiselle annettiin tilaa vanhusten toimintavapaudella. He saivat hyvin pitkälle päättää itse, mitä kuvataan, ja he pystyivät vaikuttamaan työpajan sisältöön. Valokuvauksessa tulisikin ottaa huomioon myös valtasuhde, joka valokuvaukseen liittyy. Valokuvauksessa pystyy valtasuhdetta muokkaamaan muun muassa antamalla vanhusten itse määrittää, millaisia kuvia ja mistä kuvia otetaan (Ulkuniemi 2005). Vanhukset rohkenivat opetella heille vieraan digitaalikameran sekä järjestelmäkameran käyttöä, he ottivat paljon kuvia ja yrittivät parhaansa kaikin tavoin. Nämäkin kertovat voimaantumisesta.

Valokuvatyöpajan toteutuksessa on tärkeää muodostaa vanhuksista mahdollisimman homogeeninen ryhmä. Työpajan suunnittelu kannattaa aloittaa hyvissä ajoin ennen aloitusta. Roolit ja tehtäväalueet on hyvä miettiä moniammatillisessa tiimissä erittäin tarkoin aina kameran latauksia myöten. Aikataulu on hyvä suunnitella väljäksi. Parasta olisi, jos tapaamiset olisivat aina samana

viikonpäivänä ja samaan aikaan. Väliä voisi olla viikko tai kaksi. Valokuvaamista aloittaessa kannattaa selvittää lähtötilanne ja aloittaa kuvaaminen tuossa paikassa kameraan tutustuen. Ensimmäinen valokuvauskerta vanhusten kanssa voi olla lyhyt, koska fyysisesti valokuvaaminen saattaa lihaksia eri tavalla kuin normaali arki.

Joissakin tilanteissa vanhuksen kanssa työskentely on antoisaa pelkästään valokuva-alan ihmisen kanssa, joskus se onnistuu myös pienimuotoisesti hoitoalan ihmisen vetämänä. Esimerkiksi rollaattoria käyttävällä vanhuksella voisi olla hyvä olla sekä hoitoalan ihminen tukemassa paikasta toiseen siirtymisessä että valokuvausalan ammattilainen. Nämä ovat kuitenkin karkeita linjoja, ja tilanne olisi hyvä miettiä jokaisen vanhuksen kohdalla erikseen. Taidealan edustajat voivat tuoda tiedoillaan ja taidoillaan korvaamattoman panoksen vanhusten hyvän arjen parantamiseen. Valokuvauksen ja vanhojen valokuvien avulla saadaan suunniteltua ja soviteltua hyvin monenlaisia toimintamalleja eri käyttötarkoituksiin erikuntoisille vanhuksille myös hoitolaitoksissa. Laajentuvasta yhteistyöstä hyötyisivät kaikki: vanukset, taidealan ammattilaiset ja hoitotyöntekijät.

LÄHTEET

Dunderfelt, T. 2011. Elämänkaaripsykologia. Helsinki: WSOYpro.

Halkola, U. 2009. Mitä valokuvaterapia on? Teoksessa Halkola, U., Mannermaa, L., Koffert, T. & Koulu, L. Valokuvan terapeuttinen voima. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Otava.

Liikanen, H.-L. 2010. Kulttuurin merkitystä ei pidä aliarvioida ikääntyessäkään. Gerontologia (24):27.

Opetusministeriö 2010. Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia - ehdotus toimintaohjelmaksi 2010–2014. Opetusministeriön julkaisuja 2010:1. Helsinki.

Palvelutalo Iso-Heikin vuosikertomus 2010. Turun kaupunkilähetys Palvelut Oy.

Siitonen, J. 1999. Voimaantumisteorian perusteiden hahmottelua. Acta Universitatis Ouluensis, Scientiae Rerum Socialium E 37. Oulu: Oulun yliopisto.

Ulkuniemi, S. 2005. Valotetut elämät. Perhevalokuvan lajityyppiä pohtivat tilateokset dialogissa katsojien kanssa. Acta Universitatis Lapponiensis 80. Rovaniemi: Lapin yliopisto.

VANHUSTEN TAIDELÄHTÖINEN KUVA JA MAALAUUS -TYÖPAJA

Veronika Piontek & Pia Suvivuo

Luovuus voidaan kuvailla usealla tavalla, joista yksi on kyky tuoda uusia ratkaisuja konkreettisiin tai kuvitteellisiin ongelmiin. Henkilökohtainen ja toisaalta jaettavissa oleva suhde taiteeseen ja kulttuuriin on mahdollisuus, jonka avulla ymmärrämme itseämme ja toisiamme paremmin. Taide voi antaa selviytymiskeinon sekä voimavaroja arkielämään. Luovuuteen kuuluu uusien ideoiden pohtiminen ja yhdistäminen. Taide vahvistaa luovuutta, yhteisöllisyyttä ja yksilön näkyväksi tuleamista. Kulttuurin avulla voidaan toteuttaa vuoropuhelua ja löytää ilmaisu kokemuksille. Vapaa-ajan ja elinvuosien lisääntyessä ei-aineellisten palvelujen tuottaminen on suotavaa. (Andersson 2005.) Taiteessa tiivistyy ihmisestä jotain tärkeää ainutlaatuisella ja koskettavalla tavalla. Se avaa uuden näkökulman katsoa asioita sekä auttaa ymmärtämään omia motiiveja. Liikkuminen mieliyhtymien ja mielikuvituksen parissa tukee luovuutta. (Pirkkola 2007.) Taiteesta ja kulttuurista on haastavaa löytää tieto, joka eheyttää, voimaannuttaa ja herättää etsijänsä (Pirkkola 2007).

Kuvan ja maalauksen keinoin iloa vanhuksen arkeen -työpajan tavoitteena oli tuottaa perehdytysmalli Turun ammattikorkeakoulun Taideakatemia-opiskelijoille. Tavoitteena oli selvittää, mitä tietoa tarvitaan, jotta taidealan opiskelijat pystyvät toteuttamaan kuvan ja maalauksen työpajan keinoin vanhuksille iloa arkeen. Soveltavan tutkimuksen osiossa selvitettiin, miten tehokas perehdytys tulisi toteuttaa. Lisäksi kartoitettiin, miten vanhukset kokivat työpajan ja minkä lisäpiirteen Taideakatemia-opiskelijat toivat siihen.

KEHITTÄMISPROJEKTIN PROSESSI

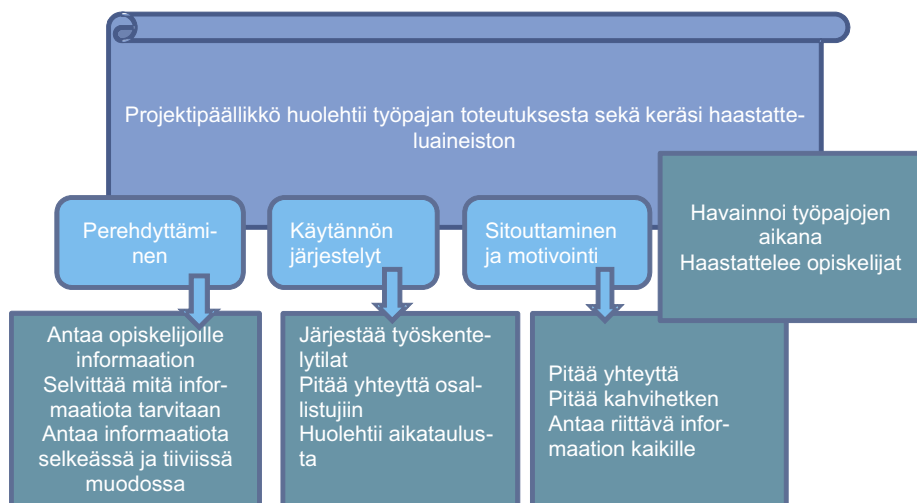
Taidelähtöinen työpaja antoi opiskelijoille mahdollisuuden työskennellä moniammatillisessa työryhmässä ja toi taiteen Palvelutalo Iso-Heikin vanhusasukkaiden saataville. Työpajan kautta osallistujille syntyi mahdollisuus koh-

taamiseen, tekemiseen ja analysoimiseen. Tämä kohtaaminen voi edistää osallistujien fyysistä, sosiaalista ja psyykkistä toimintakykyä. Työpajassa vanhukset pääsivät itse tekemään rooliin. Opiskelijat tukivat teosten tekoa teknisesti sekä antoivat ideoita ja vaihtoehtoja. Edellä kuvatun kaltainen työpajatyöskentely edistää tekijän hyvinvointia antaessaan uutta jännitettä ja stimulaatiota mielelle (Camic 2008).

Projektin toteutus käsitti viisi työpajatapaamista ja taidenäyttelyn avajaiset. Työpajassa Taideakatemian opiskelijat työskentelivät vanhuksen kanssa parina. Työskentelypari teki teokset yhdessä. Opiskelijan tehtävä oli avustaa vanhusta teoksen tekemisessä. Vanhukset valitsivat teostensa idean ja toivat materiaalia. Ennen työpajatyöskentelyä Taideakatemian opiskelijat perehdytettiin lyhyesti sähköisesti sellaiseen hoitoalaan liittyvään tietoon, josta heille oletettiin olevan hyötyä työpajoissa. Tämän tiedon tarkoituksena oli helpottaa opiskelijoita kohtaamaan vanhukset.

Kehittämiprojekti toteutettiin Turun kaupunkilähetyksen Palvelutalo Iso-Heikkissä, joka tuottaa vanhuspalveluja. Palvelutuotannon ydin muodostuu vanhus-ten kodeissa ja palvelutalon yhteisissä tiloissa tehtävästä työstä, jota tekee henkilökunta yhteistyössä vapaaehtoisten ja muiden yhteistyökumppaneiden kanssa. Osa vanhuksista on omatoimisia ja osa apua tarvitsevia. Talon omat palvelut tai ulkopuolisen tahon tuottamat palvelut tarjoavat avun vanhuksille. (Turun Kaupunginlähetyksen Palvelut Oy 2009.) Projektiin osallistuivat hyvässä kunnossa olevat vanhukset, joilla ei ollut merkittäviä terveysrajoitteita.

Projektipäällikön tehtävä oli taidealan opiskelijoiden perehdyttäminen, käytännön järjestelyt ja projektin osallistujien sitouttaminen sekä motivoiminen (kuvio 1). Projektin soveltavan tutkimuksen osion tavoitteen kannalta tärkeä tehtävä oli aineiston kerääminen havainnoimalla osallistujia työpajatyöskentelyn aikana sekä taidealan opiskelijoiden haastattelu. Perehdyttäminen sisälsi tiedon antamisen opiskelijoille sekä annetun informaation kokoamisen. Käytännön järjestelyihin kuuluivat tilojen järjestäminen, yhteydenpito kaikkiin osallistujiin sekä aikataulusta huolehtiminen. Taideakatemian opiskelijoiden sitoutumisen ja motivoinnin keinoja olivat yhteydenpito, kahvihetket sekä riittävä ja jatkuva tiedottaminen.



KUVIO 1. Projektipäällikön rooli prosessissa.

Kehittämiprojektissa selvitettiin, millaista perehdytystä taidealan opiskelijoille tulee antaa ennen tämältyyppisen projektin aloittamista. Palautteen mukaan perehdytys sairauksista sekä käytännön asioista hoitoalalla työskentelystä oli projektissa ollut riittävä. Lisäperehdytystä olisi kaivattu itse hankkeesta sekä projektista. Opiskelijoille olisi pitänyt kertoa tarkemmin projektin tavoitteista sekä heidän vastualueestaan työpajan toteutuksessa. Työpajan tavoite tuntui selviävän kaikille osallistujille vasta teosten valmistuessa. Lisäksi kaikki osallistajat olisivat kaivanneet enemmän aikaa tutustua toisiinsa ennen varsinaisen työpajatyöskentelyn aloittamista. Opiskelijoiden kokemusten ja haastattelun pohjalta konkreettisenä tuloksena laadittiin perehdytysmalli taidealan opiskelijoille.

Työpajan käytännön toteutuminen onnistui hyvin. Taideakatemia opiskelijoita ohjaavan valokuvauksen opettajan ammattimainen työote näkyi niin työskentelytavassa kuin valmiissa teoksissa. Työpajatyöskentelyt sujuivat rauhallisessa tunnelmassa, vanhusten ehdoilla. Työpajan kokoontumisten kesto oli niin pitkä kuin asukas ja työpari halusivat.

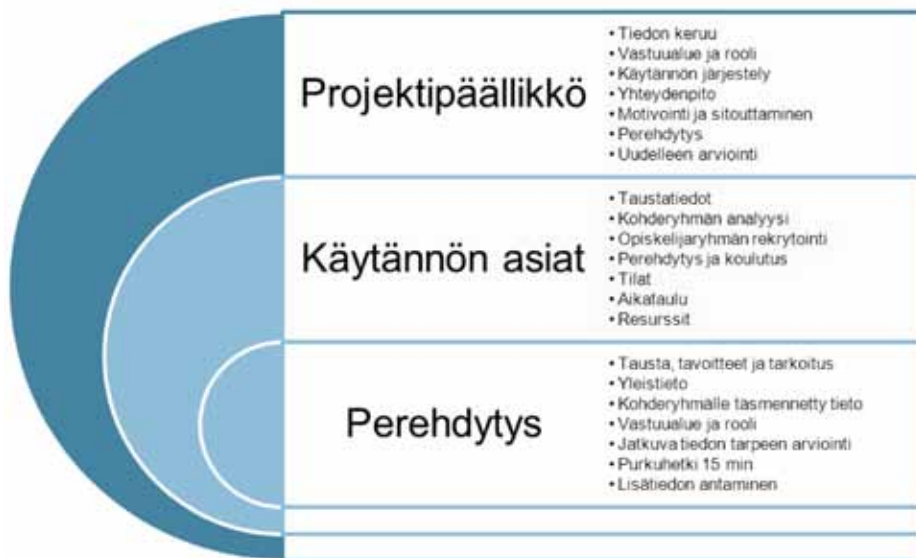
Työpajan jälkeen vanhuksat kokivat, että ryhmätapaamiseen oli mukava tulla ja että opiskelijajarin työskentelytapa oli hyvä. Vanhuksat pitivät siitä, että he saivat tehdä itse, eikä heidän tarvinnut olla vain kuunteluoppilaina. Vanhuksat kokivat myös, että lopullinen teos oli tehty yhdessä opiskelijajarin kanssa,

ei yksin. Alkuperäinen idea sekä aineisto jokaisen teokselle saatiin vanhuksetta itseltään. Opiskelija toimi vanhuksen tukena ja ohjaajana toteutuksessa sekä näytti erilaisia mahdollisia toteutustekniikoita. Työpajan jälkeen vanhusten voimaantuminen näkyi näyttelyn avajaisissa. Taideakatemia opiskelijat toivat työpajatyöskentelyyn erilaisen näkökulman kuin hoitotyön asiantuntija olisi tuonut.

Hyvän arjen luomisessa onnistuttiin, sillä omien sanojensa mukaan vanhukset odottivat innolla seuraava työpajakokoontumista ja arvioivat osallistumiskokemuksensa myönteisiksi. He olivat ylpeitä valmiista teoksistaan näyttelyavajaisissa. Avajaisissa he saivat palautetta katsojilta. Vanhukset kokivat itsensä taiteilijoiksi. Yksi vanhuksista esimerkiksi pyysi muita väistämään päästäkseen teoksensa viereen ja totesi: ”No, kun minä olen taiteilija.” Toisena esimerkkinä voidaan mainita se, että asukas oli seuraavana päivänä avajaisista itse tuonut ja ripustanut teoksensa näyttille, sillä se ei ollut esillä avajaisissa. Edellä mainitut esimerkit kertovat siitä, miten vanhusten rohkeus lopulta kasvoi ja alussa vallinnut epäluulo omista taidoista unohtui. Vanhusten voimaantuminen välittyi myös heidän halustaan jatkaa esimerkiksi maalaamista ja teosten tekoa työpajan jälkeen. Kehittämissuunnitelman tavoite saavutettiin. Projektin myötä saatiin esille Taideakatemia opiskelijoiden näkökulmia ja erityispiirteitä työpajan toteutukselle.

TOIMINTAMALLI

Kehittämissuunnitelmissa tuotettu valokuvaustyöpajan toimintamalli on tiivistettynä kolmeen osa-alueeseen: projektipäällikkö, käytännön asiat ja perehdytys (kuvio 2).



KUVIO 2. Valokuvaustyöpajan toimintamalli.

Projektipäälliköllä on avainasema onnistuneen työpajan toteutuksessa. Hänellä pitää olla selkeä tavoite tekemiselleen. Hänen tehtäviinsä kuuluvat vastuu työpajan organisoinnista, käytännön järjestelyt, yhteydenpito, motivointi ja sitouttaminen, perehdytys sekä arviointi.

Käytännön asioilla toimintamallissa tarkoitetaan niitä asioita, jotka on hoidettava ennen työpajatyöskentelyn aloittamista. Näitä ovat taustatiedot, kohderyhmän analyysi, opiskelijaryhmän rekrytointi, perehdytys ja koulutus, tilat, aikataulu ja resurssit.

Perehdytyksellä on tärkeä osa onnistuneen työpajan toteutuksessa. Perehdytys sisältää työpajan tavoitteesta ja tarkoituksesta kertomisen, yleistietoa toteutuksesta, kohderyhmälle täsmennettyä tietoa, vastuualueista ja rooleista kertomisen, jatkuvaa tiedon tarpeen arviointia ja siihen vastaamista sekä tilanteiden purkuhetkiä.

POHDINTA

Projektin moniammatillinen yhteistyö toteutettiin täysin eri ammattialojen edustajien kesken, mikä on tämääntyyppisessä työskentelyssä vain rikkaus. Yhteinen kieli eri sukupolvien, ammattialojen ja persoonien välillä löytyi helposti. Tästä on hyvä jatkaa samantyylisten interventioiden juurruttamista juuri palvelutaloihin. Projektissa laadittu konkreettinen toimintamalli on hyödynnettävissä silloin, kun vanhuksille halutaan järjestää taidelähtöisiä interventiota ja niiden toteuttamiseen tarvitaan muun kuin hoitoalan opiskelijoiden perehdytystä. Toimintamallista näkee selkeästi, mitä täytyy ottaa huomioon tällaisia työpajoja järjestettäessä. Toimintamallista on hyötyä erityisesti taidealan tai vastaavan alan opiskelijan perehdytyksessä.

Työpajassa työskentelyparien välille syntyi vuorovaikutusta. Työskentelyprosessin sekä työpajassa tehtyjen teosten ja kuvien kautta osallistujat saivat kokea osan toisen osallistujan elämäntilanteesta. Kuvataide onkin vuorovaikutuksellista kokemuksen jakamista, keskinäistä ymmärrystä sekä kykyä nähdä asiat toisen näkökulmasta. Itseymmärryksen lisääntyminen kuvan analyysin kautta on myös todennettavissa. Kuvan luomiseen pystyy jokainen omalla panoksellaan ja tyylillään. Se avaa kokemuksen uskalluksesta, yllätyksellisyydestä ja vapautumisesta suorituspainesta. (Tuisku 2010.)

Vanhukselle järjestetyssä työpajassa ohjaajien ja tilanteen järjestäjän täytyy ottaa huomioon vanhenemiseen liittyvät fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen terveyden muutokset. Taidealan opiskelijat osasivat ottaa huomioon ja kohdata vanhukset alusta lähtien yksilöinä ja jokaisen tarpeet huomioiden muun muassa teosten suunnittelussa ja toteutustavan valinnassa. Työpajan kautta vanhukset saivat mahdollisuuden oppia luottamaan itseensä ja pääsemään liiallisesta itsekritiikistä. Vanhusten luottamus omiin taitoihin lisääntyi ja itsekritiikki väheni työpajatyöskentelyn loppua kohden. Itsevarmuuden paranemiseen vaikutti muun muassa opiskelijoiden sekä toisten vanhusten antama tuki.

Katsojan näkökulmasta taide on määritelty esteettiseksi ja aistilliseksi kokemukseksi. Taide koetaan myös kieleksi, jolla taiteilija etsii tai ilmaisee tunteidensa itsensä, hengellisyytensä ja muihin ihmisiin. Taide ei ole sitä, että taiteen tekijä laskelmoidusti tekee taidetta, vaan siihen täytyy panostaa ja siinä täytyy antaa osa itsestään ja luoda jotain omaa. (Huttunen 2002.) Palvelutalo Iso-Heikissä toteutetussa työpajassa kaikki edellä mainittu tuli esille jo ensimmäisten kokoontumisten aikana. Jokainen osallistuja panosti tunteella

teokseensa. Teoksista tuli tekijänsä näköisiä ja tunteita herättäviä. Näyttelyn avajaisissa katsojien reaktiot teoksiin tukivat jo aiemmin todettua. Teokset olivat samanaikaisesti henkilökohtaisia ja jaettavia, mikä loi kaikille mahdollisuuden ymmärtää itseään sekä toisia paremmin. Vanhusten voimaantumisen näkyminen näyttelyn avajaisissa tukee selkeästi tutkimuksia, joissa todetaan kulttuuriharrastusten vaikuttavan myönteisellä tavalla terveyteen muun muassa taide-elämyksenä tai sosiaalisen verkoston kautta.

LÄHTEET

Andersson, C. 2005. Kulttuuri kannattaa! – kymmenen näkökohta kulttuurisetelin puolesta. Suomen Lääkärilehti 60 (12–13) 1435.

Camic, P.M. 2008. Playing in the Mud: Health Psychology, the Arts and Creative Approaches to Health Care. Journal of Health Psychology. Community Health 62 (13) 809-820.

Huttunen, M. O. 2002. Taiteilijan sielu. Duodecim 118 (15) 1619–1622.

Pirkkola, S. 2007. Mielen terveys, aivot ja taide. Duodecim 123 (20) 2415-6.

Tuisku, K. 2010. Taiteesta taitoa ja tasapainoa työhön. Työterveyslääkäri 28 (1) 13–18.

Turku Kaupunkilähetys Palvelu Oy. Saatavilla: <http://www.turkucitymission.fi>.

ILOA MUISTISAIRAIDEN VANHUSTEN ARKEEN KUVATAITEEN KEINAIN

Marika Lindholm & Pia Suvivuo

Kuva piirtyy mieleen ja vanhus yrittää hahmottaa maisemaa paperille siiveltimellä. Hymyilyttää, sillä kuva ei vastaa aivan mielikuvia eikä vanhus itse juuri kuvasta selvää saakaan, koska hänen näkönsä on heikentynyt. Ajatuksia ja muistoja virtaa paperille. Vanhus näkee selvästi sen, mitä hän on tekemässä; luonto, eläimet, kotitupa, virtaava vesi ja mielenmaisemat tulevat taas eläviksi. Syntyy myös runo, kaipausta, ehkä jäähyväiskirje ystävälle tai rakastetulle. Runo syntyy tekemisen kautta, se tulee jostain syvältä ja ikuisiksi arvoitukseksi jää, kenelle se kirjoitettiin.

– Ote projektipäällikön päiväkirjasta

Taide voidaan nähdä hyvän vanhuuden voimavarana. Sen avulla voidaan vaikuttaa vanhuksen elämänlaatuun ja merkityksellisyyden tunteeseen. (Hohenthal-Antin 2006.) Taidetoiminta osana hoitotyötä edistää ihmisen koettua terveyttä ja kuntoutusta. Se tarjoaa vanhukselle arvostusta ja sisältöä arkeen. Hoitolaitoksiin tarvittaisiin uudenlaista arkipäivän rutiineja rikkovaa sosiokulttuurista toimintaa. Tavoiteltavaa olisi, että yksilölliset kulttuuri- ja taidesuunnitelmat olisivat osa hoito- ja palvelusuunnitelmia. Hoitoympäristön viihtyvyys ja kodinomaisuus eivät tue pelkästään vanhusten hyvinvointia, vaan ne tukevat myös työyhteisön hyvinvointia. (Liikanen 2010.) Taiteen ja kulttuurin avulla voidaan kehittää hoitotyöhön uusia toimintatapoja ja näin saada nykyistä enemmän sisältöä hoitolaitoksessa asuvan vanhusten arkeen. Toimintakyvyn ylläpitämisen tukena voidaan käyttää muun muassa kuvataidetta ja musiikkia. Taiteen keinoin voidaan virkistää myös mieltä ja heikkenevää muistia. (Hyypä & Liikanen 2005.)

Terveysalan ylemmän ammattikorkeakoulututkinnon (YAMK) opinnäytetyönä toteutetun kehittämisprojektin tarkoituksena oli auttaa Turun ammattikorkeakoulun Taideakatemia opiskelijoita tukemaan kuvataiteen keinoin

vanhuksen voimaantumista ja toimintakykyä sekä rohkaisemaan vanhusta tunnistamaan ja ottamaan käyttöön omia voimavarojaan. Kehittämiprojektin tavoitteena oli luoda taidealan opiskelijoille edellytykset luoda kuvataiteen keinoin uudenlaista sisältöä Kaarinakodissa asuvien vanhusten arkeen ja tukea heidän elämänhallinnan tunnettaan. Projektin tuloksena luotiin vanhuksen arkea ja elämänhallintaa tukeva kuvataiteen työpajamalli. Mallin luomisessa hyödynnettiin kehittämiprojektin soveltavan tutkimuksen osiosta saatuja kokemuksia ja tuloksia.

Kehittämiprojekti toteutettiin Kaarinakodissa, joka on Kaarinan kaupungin tehostetun palveluasumisen yksikkö. Se tarjoaa ympärivuorokautista hoitoa ikääntyneille kaarinalaisille, jotka eivät enää kykene asumaan omassa kodissaan heikentyneen toimintakyvyn vuoksi. Kaarinakodissa on kaksi osastoa ja yhteensä 45 asukaspaikkaa. (Kaarinan vanhuspalveluiden laatukäsikirja 2010.) Kehittämiprojekti toteutettiin dementiaosastolla, jossa asuu muistisairautta sairastavia vanhuksia. Työpajoihin osallistui myös kaksi hoivaosaston asukasta. Kaarinakoti on ympäristönä hyvin virikkeellinen. Sisustukseen ja pieniin yksityiskohtiin on panostettu. Tunnelma on lämmin ja kodinomainen.

KEHITTÄMISPROJEKTIN PROSESSI JA PROJEKTIPÄÄLLIKÖN ROOLI

Projektipäällikön tehtävänä oli johtaa projektia. Hänen tehtäviinsä kuului vastata kehittämiprojektin aikataulusta, suunnitelmista, tiedottamisesta ja raportoinnista. Hän perehdytti Taideakatemian opiskelijat kohtaamaan vanhukset ennen työpajan alkua ja kokosi ammattikirjallisuudesta perehdytysmateriaalin opiskelijoille. Perehdytys tapahtui keskustelemalla opiskelijoiden kanssa työpajasta ja sen tarkoituksesta. Projektipäällikkö lähetti heille sähköpostitse perehdytysmateriaalin, jossa käsiteltiin muun muassa vanhenemista, vanhuutta ja muistisairautta sekä sitä, miten sairaus mahdollisesti ilmenee ja mitä olisi hyvä ottaa huomioon työskentelyssä ja vanhusten kohtaamisessa.

Taideakatemian kuvataiteen opiskelijat toteuttivat työpajan marras-joulukuussa 2011 osana omia opintojaan. Taideakatemian opettaja oli läsnä työpajassa, ja hänen vastuullaan oli työpajan sisältö, opiskelijoiden ohjeistus ja heidän tavoitteidensa määrittäminen työpajan sisältöön liittyen. Työpajan aikana projektipäällikkö havainnoi ja seurasi työskentelyä avustaen tarvittaessa. Työ-

pajaan osallistui neljä vanhusta, kolme opiskelijaa, yksi opettaja ja projektipäällikkö. Vanhus ja opiskelija muodostivat työparin. Taideakatemian opettaja työskenteli yhden vanhuksen kanssa. Työpaja järjestettiin viitenä peräkkäisenä viikkona kerran viikossa, ja kuudennella kerralla pidettiin näyttelyn avajaiset ja leivottiin pipareita.

Kaikilla ryhmään osallistuneilla vanhuksilla oli muistisairaus. Muistisairaudesta huolimatta vanhukset selviytyivät työpajojen tehtävistä hyvin. Tärkeää oli luoda rauhallinen ja kodikas tunnelma, jonka vallitessa pystytään turvallisin mielin työskentelemään ja keskittymään omaan tekemiseen. Opiskelijat kohtasivat vanhukset hyvin luontevasti, vaikka heillä ei ollut juurikaan kokemusta vanhusten kanssa työskentelemisestä. Muistisairaus näyttäytyi lähinnä vaikeutena tehdä valintoja ja päästä työskentelyssä alkuun.

Kuvataidetta lähestyttiin monelta suunnalta. Rajana oli vain mielikuvitus ja käytössä oleva materiaali. Työpajan aikana kukin työpari löysi oman yksilöllisen tavansa lähestyä aihetta. Ideat syntyivät spontaanisti tekemisen kautta. Opiskelijat ottivat hyvin huomioon vanhusten yksilöllisyyden. Oli tärkeää antaa vanhuksen toteuttaa itseään ja hänen ajatuksilleen tilaa virrata vapaasti. Lisäksi vanhusta tuli kuunnella ja olla aidosti läsnä sekä kannustaa, ohjata ja auttaa tarvittaessa.

Kehittämiprojektiin kuului myös soveltavan tutkimuksen osuus. Sen tavoitteena oli kuvata kuvataidetyöpajojen kokemuksia osallistujien, toteuttajien ja henkilökunnan näkökulmasta. Saatujen kokemusten ja havaintojen pohjalta syntyi toimintamalli kuvataiteen käytöstä vanhusten hoitotyössä. Toimintamalli on hyödynnettävissä, kun suunnitellaan kuvataidetyöpajaa muistisairaille vanhuksille. Sitä voidaan hyvin soveltaa erilaisiin toimintaympäristöihin kuten hoitolaitoksiin ja vanhusten päivä- ja ryhmätoimintaan.

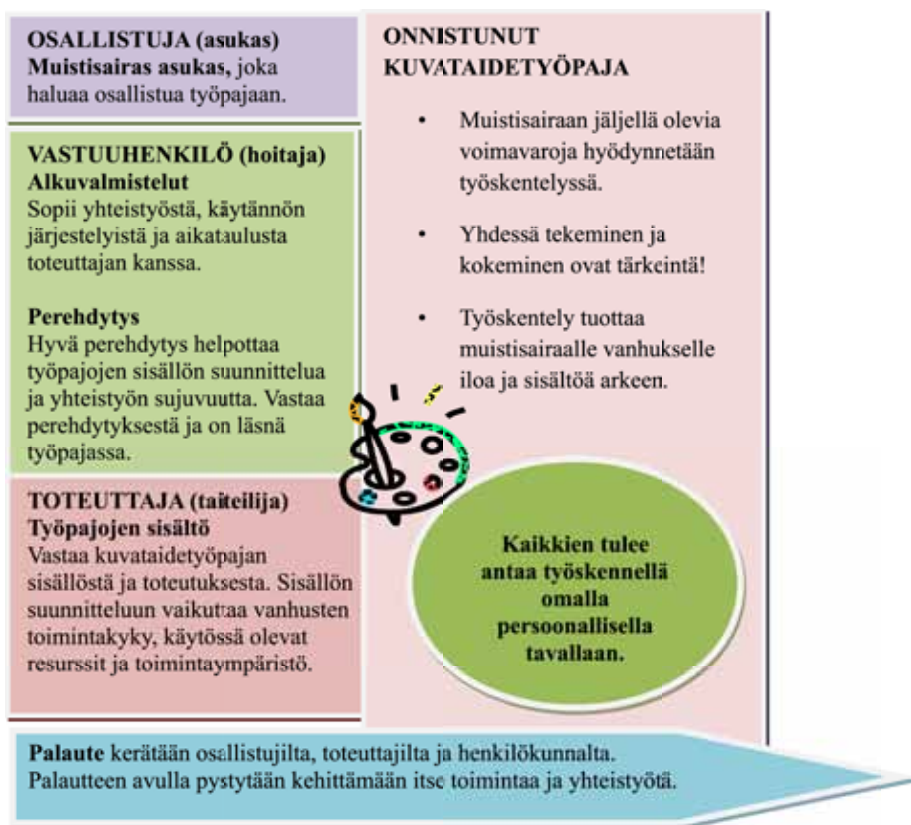
VANHUSTEN KOKEMUKSET TYÖPAJOISTA

Kehittämiprojektin lopputulos oli onnistunut. Vanhukset saivat iloa ja sisältöä arkeensa. He nauttivat työpajasta ja etenkin opiskelijoiden jakamattomasta huomiosta. Työpajan merkitys näytti korostuvan etenkin niillä vanhuksilla, jotka kykenivät vielä muistamaan, kenen kanssa he olivat edellisellä kerralla työskennelleet. Työpajassa tuli esiin erilaisia tunnetiloja, ja voimaantumista oli nähtävissä. Vanhukset saivat tekemisen kautta lisää itseluottamusta ja varmuutta omaan tekemiseensä. Yhdessä tekeminen toi vanhuksille iloa ja hyvää

mieltä. Ilmassa oli työpajan aikana odotusta, naurua, hilpeyttä, itsensä voittamista, tyytyväisyyttä ja onnistumisen kokemuksia. Ajoittain ilmassa oli myös epävarmuutta. Työpajan loppupuolella osa näytti väsyvän. Tunnin intensiivinen työskentely vei voimavaroja. Oli tärkeää ottaa huomioon kunkin vanhuksen vireystila ja käytössä olevat voimavarat.

TOIMINTAMALLI

Kuvataidetyöpajan toimintamallissa (kuvio 1) on kuvattu toimijat ja avuttu heidän tehtäviään. Resursseja on katsottu talouden, ajankäytön ja ympäristön näkökulmista. Kuvataidetyöpajan järjestelyt on kuvattu prosessina, jossa on pyritty ottamaan huomioon keskeiset asiat.



KUVIO 1. Kuvataidetyöpajan toimintamalli.

Hoitolaitoksessa asuvat muistisairautta sairastavat vanhuksat tarvitsevat ohjausta ja tukea, joten yhdellä toteuttajalla tulisi olla ohjattavanaan korkeintaan neljä vanhusta. Vanhuksen toimintakyky ja toteuttajan kokemus vaikuttavat työskentelyyn. Hoitoyksiköstä tulee valita henkilö, joka vastaa käytännön järjestelyistä. Vastuuhenkilö on toteuttajan tukena, antaa palautetta ja ottaa sitä vastaan. Hän vastaa perehdyttämisestä ja järjestää tutustumiskäynnin. Hän on paikalla työpajojen aikana tai delegoi tehtävän toiselle henkilölle.

Toteuttaja eli taiteilija osaa lähestyä kuvataidetta monella tavalla. Tärkeintä työpajoissa ei ole aikaansaaminen vaan yhdessä tekeminen ja kokeminen. Palautetta kerätään työpajan aikana ja sen jälkeen.

POHDINTA

Tulokset ja kokemukset työpajasta olivat hyvin samansuuntaisia kuin aikaisemmissa tutkimuksissa. Taiteella on kyky panna aistit, tunteet ja mieli liikkeelle sellaisilla tavoilla, joihin muilla keinoin on vaikea päästä. (Brady 2007.) Taiteen ja kulttuurin avulla pystytään tuomaan iloa ja sisältöä vanhuksen arkeen ja tukemaan vanhuksen elämänhallinnan tunnetta. Kuvataide on yksi väline muiden joukossa. Sen avulla vanhus pystyy ilmaisemaan itseään ja näin saamaan oman äänensä kuuluviin ja ajatukset näkyviin. Vanhuksella on mahdollisuus ilmaista itseään tekemisen kautta.

Kehittämissuunnitelma eteni suunnitelmien mukaisesti ja onnistui hyvin. Palaset loksahelivat paikoilleen, vaikka matkan varrella oli haasteitakin. Kahden eri koulutusohjelman yhteissuunnitelma oli todella antoisa ja opettavainen. Yhdessä työskentely oli hieno kokemus, ja tällaisessa työskentelyssä oli paljon mahdollisuuksia. Rikkaus oli siinä, että näki, miten eri koulutusalan opiskelijat pystyivät työskentelemään vanhusten kanssa hyödyntäen omaa osaamistaan. Taideakatemia opiskelijat saivat kokemusta vanhusten kanssa työskentelystä ja soveltavan taiteen tekemisestä. Pidempi prosessi mahdollistaisi oman osaamisen monipuolisen hyödyntämisen. Projektipäällikön näkemyksen mukaan myös osallistujat nauttivat pitkäkestoisesta toiminnasta.

Taideakatemia opiskelijat kohtasivat vanhuksat ihmisinä, eivätkä vanhusten toimintakykyä rajoittaneet sairaudet saaneet juurikaan huomiota. Opiskelijat näkivät vanhuksissa paljon luovuutta ja voimavaroja. Vanhustyössä ei pitäisi antaa sairauksille ja rajoitteille liikaa huomiota, vaan tulisi pyrkiä etsimään uu-

sia keinoja, joilla vanhuksille saataisiin sisältöä arkeen ja siten lisää elämänlaatua ja elämän makuista elämää. Ehkä juuri taiteen ja kulttuurin keinoin päästään tähän tavoitteeseen.

LÄHTEET

Brady, M. 2007. Taiteen paluu arkeen. Teoksessa Brady, M., Haapalainen, R., Isotalo, M. & Korhonen, P. (toim.) Taide keskellä elämää Keuruu: Like.

Hohenthal-Antin, L. 2006. Kutkuttavaa taidetta. Helsinki: WSOY.

Hyypä, M. & Liikanen, H-L. 2005. Kulttuuri ja terveys. 1. painos. Helsinki: Edita.

Liikanen, H-L. 2010. Kulttuurin merkitystä ei pidä aliarvioida ikääntyessäkään. Gerontologia 1, 27–32.

Kaarinan vanhuspalveluiden laatukäsikirja. 2010. Kaarinan kaupunki.

YHTEISTYÖORGANISAATIOIDEN NÄKÖKULMA HYVÄÄ ARKEA VANHUKSILLE -HANKKEESEEN

Pirkko Routasalo

Valokuva-, musiikki- sekä kuvanveisto ja maalaus -työpajojen jälkeen yhteistyöorganisaatioiden edustajilta pyydettiin sähköpostitse palautetta sekä työpajoista että yhteistyöstä. Asuinkoti Kotikunnaasta palautteen antoi projekti-koordinaattori, Palvelukeskus Kaarinakodista yksikön johtaja ja Palvelutalo Iso-Heikistä toimitusjohtaja.

Hankkeen tavoitteena oli vanhusten toimintakyvyn ylläpitäminen ja edistäminen aktivoivan vanhustenhoidon periaattein vanhusta kuunnellen ja kunnioittaen sekä heidän voimaantumisensa tukeminen. Näiden tavoitteiden saavuttamista vastaajien oli vaikea arvioida, sillä interventiot kestivät lyhyen aikaa ja vaikutuksia voidaan arvioida vasta ajan kuluessa. Vastaajat olivat kokeneet työpajojen tuottaneen ainakin hetkellistä iloa ja mielihyvää asukkaille. Työpajojen aikainen ja niiden jälkeinen tunnelma oli koettu hyväksi. Asukkaat olivat toivoneet tämän kaltaisen toiminnan jatkumista ja osoittaneet työpajojen jälkeen aiempaa enemmän rohkeutta osallistua erilaisiin aktiviteetteihin. Palautteissa painotettiin vanhusten kunnioittamisen ja arvostamisen näkymistä opiskelijoiden toiminnassa sekä asukaslähtöisyyttä. Kummatkin koettiin erittäin tärkeinä asioina vanhusten kanssa toimittaessa.

Yhteistyö oman organisaation, Turun ammattikorkeakoulun Taideakatemian ja Terveysala-tulosalueen opiskelijoiden ja opettajien sekä vanhusten kanssa sujui hyvin alkuhankaluuksien jälkeen. Hankaluudet liittyivät siihen, ettei kaikkien rooli ollut tullut alussa selväksi. Hankkeella oli tavoite, mutta se miten tavoitteeseen pyrittiin, jäi terveysalan opiskelijoiden projektisuunnitelmien varaan. Koska he joutuivat tekemään suunnitelmat hyvin lyhyessä aikataulussa ja työpajojen aloittaminen oli hektistä, interventioihin liittyi monia epävarmuus- ja epäselvyystekijöitä. Projektityöskentelyssä pitäisi olla aikaa suunnitella projekti huolellisesti, sitouttaa osapuolet selkeään tavoitteeseen, sekä ennakoita

riskitekijät. Hankkeessa ei myöskään ollut riittävästi aikaa tutustua taide- ja terveystalon erilaisiin ajattelutapoihin, vaan osapuolet joutuivat nopeasti sopeuttamaan oman näkemyksensä vallitsevaan tilanteeseen. Nämä heikkoudet heijastuivat vastaajien kommentissa. Projektien ohjausryhmä- sekä mentori-aktori -toiminta olisivat vaatineet käytettävissä olevaa enemmän aikaa niiden täysipainoisen hyödyntämisen omaksumiseen. Vastaajien kommentteista saatiin kuitenkin arvokasta palautetta jatkoa ajatellen.

Pääasiassa hoitohenkilökunta rekrytoi vanhuksat työpajoihin. Tuttuun työpaja-aiheeseen, kuten musiikkiin, oli helppo saada vanhuksia mukaan. Valokuvaus oli sen sijaan työpajan aiheena vieras. Olisi tarvittu selkeä kuvaus siitä, mitä valokuvatyöpajassa tehdään ja mitä siihen osallistuminen vanhukselta edellyttää. Epäselvyys vaikeutti rekrytointia, sillä vanhuksat eivät lähteneet mukaan tuntemattomaan kovin helposti. Rekrytoijan innovatiivisuudella työpajaryhmät saatiin kuitenkin kokoon.

Työpajojen lopputulokset tuotiin esille eri tavoin eri paikoissa sen mukaan, miten opiskelijat olivat suunnitelleet. Musiikkityöpajassa ei syntynyt varsinaista tuotosta kuten kahdessa muussa työpajassa. Siinä kaikki kokoontumiset olivat tuotoksia. Opiskelijan kirjoitus interventiosta organisaation kotisivulla toi myönteistä näkyvyyttä hankkeelle. Näyttelyn järjestäminen työpajan tuotoksista koettiin tärkeänä vanhuksille, heidän omaisilleen sekä henkilökunnalle. Yhteen näyttelyyn saatiin paikalle lehdistöä ja aiheesta tehtiin juttu paikallislehteen. Toisen työpajan tuotoksista ja toiminnasta tehtiin haastatteluihin perustuva juttu laajalevikkiseen lehteen. Valokuvatyöpajojen näyttelyjen avajaiset olivat erään vastaajan mukaan kuin ”piste ii:n päälle”. Avajaisilla oli kannustava merkitys sekä tuotokset tuottaneille vanhuksille että muille talon asukkaille. Vanhuksat olivat voineet kutsua omaisiansa avajaisiin. Kutsut oli tehty työpajoissa yhdessä opiskelijoiden kanssa. Monta omaista oli läsnä, ja heiltä tuli hyvää palautetta toiminnasta. Toisessa tilaisuudessa projektipäällikkö piti puheen, jossa hän kertoi interventiosta ja työpajasta. Näin omaiset ja asukkaat saivat kuvan näyttelyn lähtökohdista. Näyttelyjen avajaisissa vanhusten voimaantuminen oli silmin nähtävissä ja tilaisuuksien tunnelmassa aistittavissa. Ennen avajaisia työpajoihin osallistuneilla vanhuksilla ja opiskelijoilla oli talon tarjoama kahvitilaisuus, jonka avasi toiminnanjohtaja. Kahvitilaisuus oli kokoava ja onnistunut päätös yhteistyölle.

Intervention koettiin antaneen uusia ideoita vanhusten viriketoimintaan. Heikkoutena oli ehkä se, että henkilökunta jäi toiminnan ulkopuolelle, koska toiminta keskittyi vanhusten, Terveystalon ja Taideakatemia opiskelijoiden ja opetta-

jan väliseen vuorovaikutukseen. Jatkossa henkilökunnan rooli tämänkaltaisissa hankkeissa tulee määritellä jo hankkeen alussa, jotta hankkeen aikana ei tule epäselvyyttä siitä, mikä kunkin rooli on. Toisaalta henkilökunnan kiireiseen työpäivään olisi ollut lähes mahdotonta löytää ajankohtaa, joka olisi sopinut kaikille osapuolille. Jos organisaatio oli jo aikaisemmin tehnyt tiivistä yhteistyötä ammattikorkeakoulun kanssa, tämä hanke vahvisti yhteistyötä. Hankkeen saaman julkisuuden pohjalta yhteen organisaatioon saatiin vapaaehtoinen taidetuokioiden vetäjä. Tätä voidaan pitää merkittävänä seurauksena hankkeesta.

Ammattikorkeakoulun ja työelämän yhteisiin hankkeisiin edellytetään rahoitusta kummaltakin osapuolelta. Tästä asiasta ei keskusteltu riittävästi ennen hankkeen aloittamista. Hankepääällikön huolena oli saada yhteistyökumppanit hankkeeseen. Tietäen vanhusten palvelutalojen ja hoito-organisaatioiden tiukan rahatilanteen hän ei asettanut yhteistyön edellytykseksi organisaation myöntämää rahoitusta hankkeen toteuttamiseksi. Tämä osoittautui ongelmalliseksi hankkeen lopussa, sillä Sohlbergin säätiöltä saatu apuraha oli myönnetty ainoastaan palkkakuluihin. Työpajoista syntyi materiaalikuluja, joihin ei ollut budjetoitu riittävästi. Tilanne saatiin ratkaistua, kun organisaatiot pysyivät osallistumaan materiaalikuluihin. Organisaatioiden tiloissa toteutetuista työpajoista ei tullut tilakuluja hankkeelle. Vastaajat toivoivat selkeää budjettia, josta käy ilmi, mihin rahaa tarkalleen ottaen tarvitaan ja kuinka paljon.

Vastaajat toivoivat, että jatkossakin voitaisiin suunnitella yhdessä vastaavia hankkeita. Tällöin he pystyisivät kertomaan, mitä hankkeita heillä on jo menossa ja millaisia odotuksia heillä on. Nyt musiikki-interventiot toteutettiin organisaatiossa, jossa musiikkitoimintaa vanhusten kanssa on ollut jo pitkään. Myös aikataulujen sopiminen yhdessä helpottaisi järjestelyjä. Yhteenvetona toiveista voi todeta, että pitkäjänteinen suunnittelu ja valmistelu yhdessä ovat välttämätön lähtökohta tämän tyyppiselle projekti- ja taidetoiminnalle. Nyt toimintaan liittyi paljon yllätyksellisiä tekijöitä, joista kuitenkin selvittiin hyvin. Vastaajat olivat tyytyväisiä hankkeesta saatuaan kokemukseen ja lopputulokseen, ja he toivoivat yhteistyön jatkuvan.

JOHTOPÄÄTÖKSIÄ HYVÄ ARKI VANHUKSELLE -HANKKEESTA

Pirkko Routasalo, Heini Toivonen & Miika Rautiainen

Hyvä arki vanhukselle -hankkeen idea lähti arkkiatri Pelkosen huolesta, ettei meillä Suomessa ole todellista tahtoa parantaa vanhusten hoitoa (Pelkonen 2009). Toinen ideaan vaikuttanut tekijä oli *Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia* -toimintaohjelma, jossa painotetaan hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä taiteen ja kulttuurin keinoin (OPM 2010). Liikkeelle paneva tekijä oli myös Turun ammattikorkeakoulun strategiassa esille tuotu uudenlaisten toimintamuotojen haaste, joka tässä tapauksessa kytkeytyi tavoitteeseen parantaa taidealan opiskelijoiden työllistymistä sosiaali- ja terveydenhuollon sektorille. Hankkeella haluttiin lisäksi tehdä vanhustenhoito työnä houkuttelevammaksi.

2,5-vuotinen hankesuunnitelma kirjoitettiin alun perin kevään 2010 kuluessa Taideakatemian hankekoordinaattorin, Terveysalan hankesuunnittelijan sekä hankepääällikkönä toimineen Terveysalan vanhustenhoitoon erikoistuneen asiantuntijayliopettajan muodostamassa pienryhmässä. Tuolloin hanke piti jo suunnitella vuoden 2012 loppuun kestäväksi kokonaisuudeksi, jotta voitiin hakea sille rahoitusta ja rekrytoida tekijät niin Terveysalan ylemmän ammattikorkeakoulututkinnon (YAMK) opiskelijoista kuin Taideakatemian opettajista ja perustutkinto-opiskelijoista. Samalla suunniteltiin myös budjetti. Työpajakohtaisten YAMK-johtoisten projektien toimintasuunnitelmat kevään 2011 aikana konkretisoivat hankkeen toteutumista.

Hankesuunnitelma tarjosi raamin toteutukselle, mutta se olisi pitänyt kyetä pilkkomaan selvemmin vuosikohtaisiin osakokonaisuuksiin. Nämä kokonaisuudet olisivat tukeneet toisiaan, mutta eivät olisi niin riippuvaisia toisistaan. Hankaluudeksi toteuttamisvaiheessa muodostui se, että vuodeksi Sohlbergin säätiöstä rahoituksen saanut *Hyvä arki vanhukselle* -hanke käynnistettiin koko laajuudessaan, vaikka sillä ei ollut rahoitusta loppuun saakka.

Toteutuksessa Terveysala-tulosalue ja Taideakatemia sekä kolme vanhuksille palveluja tarjoavaa organisaatiota kolmannelta sektorilta tekivät yhteistyötä. Terveysalalta mukana oli aikuiskoulutuksen ylemmän ammattikorkeakoulutuksen opiskelijoita ja Taideakatemiasta peruskoulutuksen opiskelijoita. Näin pystyttiin yhdistämään paitsi eri koulutusalojen myös eri koulutustasojen toimintaa kolmannelta sektorilla toteutettuna.

Turun ammattikorkeakoulussa ylemmän ammattikorkeakoulun opiskelijoiden opinnäytetyö eli kehittämisprojekti ajoittuu kahdelle vuodelle. Se on aikataulutettu opiskelijoiden lukujärjestykseen viiteen eri seminaariin: ideavaihe (1. lukukausi), esiselvitys (2. lukukausi), suunnitelma (2. lukukausi), väliraportti (3. lukukausi) ja raportti (4. lukukausi). Opinnäytetyössä toteutetaan työelämää palveleva kehittämisprojekti, johon liittyy soveltavan tutkimuksen osio. Projektipäällikkönä toimiva opiskelija vastaa projektinsa suunnittelusta, toteutuksesta ja raportoinnista. Hänen tukenaan ovat työelämää edustava mentori ja opettajatuutori. Projektia varten opiskelijan kokoama ohjausryhmä hyväksyy projektisuunnitelman ja projektiryhmä toimii projektipäällikön kanssa projektin käytännön toteutuksessa. Opiskeluun liittyvä tiimityömalli tarjoaa opinnäytetyötä samasta aihepiiristä tekevien opiskelijoiden tiiviin yhteistyön kehittämisprojektin prosessin ajan. Kehittämisprojektin aikana opiskelija saa valmiuksia toimia projektipäällikkönä, johtajana ja asiantuntijana.

Hyvä arki vanhukselle -hankkeessa ei voitu noudattaa opiskelijoiden normaalia etenemisaikataulua. Ensimmäisessä rekrytoinnissa ei saatu tarpeeksi opiskelijoita, joten projektien aloitus siirtyi puolella vuodella. Tällöin mukaan ilmoittautui kuusi opiskelijaa. Opiskelijoiden kiinnostuksesta johtuen kolmen työpajan sijasta käynnistyi kuusi työpajaa. Koska hankkeelle saatiin rahoitus vain yhdeksi kalenterivuodeksi, piti toteutuksen pääpaino sovittaa kyseiselle vuodelle.

Opiskelijat joutuivat nopeuttamaan kehittämisprojektinsa kolmea ensimmäistä vaihetta. Heidän piti lyhyessä ajassa paneutua aikaisempaan tutkimukseen ja kirjallisuuteen kulttuurin ja taiteen vaikutuksesta hyvinvointiin ja elämänlaatuun sekä hyödyistä vanhusten hoitamisessa. Lisäksi heidän piti paneutua taidealan opiskelijoiden perehdyttämiseen kohtaamaan apua tarvitsevia vanhuksia, kuten muistisairautta sairastavia vanhuksia. Samaan aikaan he aloittivat projektin käytännön toteutuksen suunnittelun. Koska taidealan opiskelijat toteuttivat työpajat osana opintojaan, projektin toteutus piti sovittaa myös heidän aikatauluunsa. Toteutuksen suunnitteluun toi epävarmuutta se, ettei taidealan opiskelijoiden rekrytointi hankkeeseen ollut niin helppoa kuin oli ajateltu. Taidealan opiske-

lijoita kuitenkin saatiin mukaan riittävästi, mutta osa opiskelijoita ilmoittautui vasta juuri ennen työpajan alkamista. Tällöin heidän valmentamisensa vanhus-ten kohtaamiseen tapahtui osittain työpajan toteutuksen aikana, toisin kuin oli suunniteltu. Tämä hektisyys vaati projektipäälliköiltä epävarmuuden sietämistä ja sopeutumista muuttuviin tilanteisiin. Toinen opiskelijoiden esille tuoma opet-tavainen kokemus oli kahden eri ammattialan näkemysten erilaisuus esimerkiksi aikatauluista ja niiden noudattamisesta.

Hyvä arki vanhukselle -hankkeeseen rekrytoitiin yhteensä 16 alempaa korkea-koulututkintoa suorittavaa taideopiskelijaa. Alkuperäisen suunnitelman kol- men työpajan määrän kasvattaminen kuuteen työpajaan asetti haasteita opis- kelijoiden rekrytoinnille. Suunnitteluvaiheen yrityksistä huolimatta hanketta ei onnistuttu integroimaan taidealojen opintosuunnitelmiin. Tämä vaikeut- ti entisestään opiskelijoiden rekrytointia, sillä normaalin lukujärjestyksen ul- kokuoliselle kurssille on vaikea saada mukaan suurta joukkoa opiskelijoita. Terveystalon YAMK-opiskelijat pitivät hankkeesta esittelytilaisuuden kuvatai- teen opiskelijoille, mutta opiskelijoita tarvittiin enemmän kuin tilaisuudes- sa saatiin rekrytoitua. Taideakatemian hankekoordinaattori otti tämän jälkeen päävastuun rekrytoinnista ja keräsi osallistujat sähköposteilla, printtimainok- silla ja henkilökohtaisilla tapaamisilla. Henkilökohtaisten tapaamisten vuoksi YAMK-opiskelijoiden ei ollut mahdollista osallistua jatkorekrytointiin.

Hankkeen käytännön toteutus eli ylemmän ammattikorkeakoulutuksen opis- kelijoiden kehittämisprojektit ja niissä taidealan opiskelijoiden toteuttamat työpajat lähtivät hyvin nopeasti käyntiin, mikä aiheutti ajoittain stressiä. So- peutuminen hektisiin tilanteisiin ja toisen erilaisen näkemyksen hyväksymi- nen vaativat paljon kummankin koulutusalan opiskelijoilta. Myöskään ohjaa- vat opettajat eivät tunteneet toisiaan ennestään. Lisäksi mukana olleet kol- mannen sektorin organisaatiot olivat kaikille vieraita.

Hanke eteni koko ajan työpajakohtaisine projekteineen suunnitelman mu- kaisesti, mutta kärsi kokonaisuutena viimeisen toimintavuotensa 2012 talo- usvaikeuksista. Vuoden 2011 aikana, kun hanke oli puolivälissä, uudet rahoit- tushakemukset hankkeelle eivät tuoneet helpotusta asiaan. Resurssien puut- teellisuuden takia hankkeen muuta kuin työpajoihin liittyvää toimintaa piti ajoittain karsia. Kaikki työpajat saatiin onneksi toteutettua ja viisi kuudesta YAMK-opinnäytetyöstä valmistumaan ajoissa, mutta hankkeen kokonaisuus- den raportointiin ei jäänyt riittävästi aikaa.

Arviointivaiheessa hankkeella olisi ollut hyvä olla yksi kokonaisuutta ohjaava ohjausryhmä. Nyt hanke eteni projektien ja niiden ohjausryhmien luotsaamana, jolloin kokonaiskuvaa oli hetkittäin vaikea hahmottaa. Toisaalta työpajakohtaiset projektit muodostivat hankkeen toiminnallisen ytimen. Myös vanhukset olisi voitu ottaa mukaan jo hankkeen suunnitteluvaiheeseen. Toisaalta he olivat tyytyväisiä hankkeeseen ja innostuneita hankkeen toiminnasta jo tällaisenaankin. Toteutetuissa työpajoissa edettiin heidän ehdoillaan, ja toimintaan osallistuminen oli vapaaehtoista. Niin ikään yhteistyötä palvelutalojen kanssa olisi voinut alussa tiivistää nyt tehtyä enemmän. Tämä olisi kenties mahdollistanut hoitohenkilöstön aktiivisemmän mukana olon, oppimisen ja kokonaisuuden arvioimisen työpajojen toteutumisen myötä. Toisaalta yhteistyön ja käytännön järjestelyjen mahdollistaminen, vanhusten tavoittaminen, tuki Terveysalan YAMK-opiskelijoiden projektipäällikkyyksille ja työpajakohtaisiin ohjausryhmiin osallistuminen kytkivät palvelutalojen henkilöstöä mukaan hankkeeseen ja nämä yhdessä toivottavasti juurruttivat toimintaa arkeen. Itseoikeutetusti tähtinä loistivat vanhukset, joiden kanssa tehdystä työstä idut tulevaisuuteen on nyt kylvetty opiskelijoiden ja heitä ohjanneiden opettajien osaamisena. Hyvät kokemukset kannustavat jatkohankkeiden suunnitteluun niin hankkeessa tiiviissä yhteistyössä mukana olleiden kuin muidenkin palvelutalojen ja vanhustenhoidon tahojen kanssa.

Hanke oli esillä kansainvälissä konferenssissa, jossa se herätti monia kysymyksiä, kuten kahden eri ammattikorkeakoulutuksen yhteen sovittamisen. Konferenssissa ei esitelty muita vastaavanlaisia hankkeita. Hanke ylitti uutiskynnyksen paikallisessa, laajalevikkisessä sanomalehdessä, jossa esiteltiin valokuvatyöpajaa yhtenä tapana tuoda vaihtelua vanhusten arkeen. Hankkeesta on julkaistu artikkeli (Routasalo ym. 2012) aiemmin Turun ammattikorkeakoulun julkaisusarjassa, jossa käsitellään asiantuntijuutta terveydenhoidossa ja lääkityksessä. Lisäksi hankkeesta on kirjoitettu tähän mennessä kahdessa lehdessä. Kaksi hankkeen YAMK-projektipäällikköä järjesti Salossa seminaarin, jossa he esittelivät omia kehittämisprojektejaan. Tämä hankkeen saama näkyvyys osoittaa, että hankkeen viesti tuoda taiteilijoiden osaamista osaksi vanhusten arkea on ajankohtainen ja kiinnostusta herättävä alue. Hankkeesta tehty yhteistyö Varsinais-Suomen Taidetoimikunnan kanssa synnytti uuden yhteistyön, johon on jo rekrytoitu kaksi Terveysalan ylempää ammattikorkeakoulututkintoa suorittavaa opiskelijaa.

Turun ammattikorkeakoulun Taideakatemia tutkimus-, kehitys- ja innovaatiotoiminta on viime vuosina painottunut opiskelijoiden soveltavan taiteen valmiuksien lisäämiseen. Tätä teemaa ohjaamaan Taideakatemiaan perustet-

tiin ohjelma, joka kantaa nimeä *Taidealan työelämälähtöinen osaaminen – Innoartem – Innovaatio-osaamisesta luovien alojen liiketoimintaan*. Ohjelman pääteeman mukaisesti *Hyvä arki vanhukselle* -hankkeessa haluttiin tuoda opiskelijoita ulos luokista ja koulusta soveltamaan omaa taideo osaamistaan vanhusten kanssa työskentelyyn. Tavoitteena oli päästä työpajojen kanssa niin pitkälle, että ne olisi voitu paketoita valmiiksi tuotteeksi, jota opiskelijat olisivat voineet myydä hoito- ja hoivapalveluja tuottaviin organisaatioihin. Tässä ei kuitenkaan onnistuttu. Työpajojen koostaminen myyntivalmiiksi tuotteeksi olisi vaatinut erillisen kurssiosion kaikille osallistuneille taideopiskelijoille. Tätä ei voitu järjestää, koska hankkeella ei aiemmin mainituista syistä ollut resursseja toteuttaa kurssia ja koska hanketta ei saatu integroitua mukana olevien opiskelijoiden opintosuunnitelmiin. Työpajojen aikataulujen yhteensovittaminen jo muutaman opiskelijan kesken oli niin haastavaa, että tuotteistamiskurssin lähiopetuksen järjestäminen kaikille kuuden työpajan taideopiskelijoille olisi ollut lähes mahdotonta.

Opiskelijat saivat kuitenkin hyvää kokemusta monialaisesta työskentelystä palveluorganisaatioissa ja nimenomaan vanhusten parissa. Vastuupettajilta saadun palautteen mukaan opiskelijat olivat pääsääntöisesti pitäneet työpajoista ja mahdollisuuksista, joita hankkeessa toteutetun kaltainen yhteisötaiteellinen toiminta avaa taiteen sisällön kannalta. Kaikille opiskelijoille vanhusten kanssa työskentely ei kuitenkaan ollut luontaista heti alusta saakka. Myös yhdestä palvelutalosta saadun suullisen palautteen mukaan opiskelijoiden ja vanhusten välinen vuorovaikutus oli työpajojen alussa haasteellista, mutta parani selvästi työpajan myöhemmissä tapaamisissa. YAMK-opiskelijat toteuttivat taideopiskelijoille vanhustyöhön ohjaavaa perehdytystä, ja kenties sen myötä kohtaaminen ja vuorovaikutus vapautuivat.

Kun nykyinen työikäinen väestö, joka on tottunut kuluttamaan aineettomia palveluita, siirtyy palvelutaloihin, se tulee todennäköisesti valitsemaan sellaisen laitoksen, jossa kulttuuritarjontaan on kiinnitetty huomiota. Kenties tulevaisuudessa nähdään hoito- ja hoivalaitoksia, jotka profiloituvat nimenomaan kulttuuri- ja taidesisältöjen tarjontaan. Onkin hyvä, että opiskelijat saavat kokemuksia vanhusten kanssa työskentelystä, sillä se voi kenties tuoda heille tulevaisuudessa toimeentulon.

Monista haasteista huolimatta Terveysalan ylemmän ammattikorkeakoulututkinnon opiskelijat ovat painottaneet henkilökohtaisissa keskusteluissaan, seminaareissa ja opinnäytetyöraporteissaan sitä, että vaikka kehittämissuunnitelmaan

liittyi monia epävarmuustekijöitä ja stressiä, ne onnistuivat hyvin. Kaikki kuusi opiskelijaa sitoutuivat hankkeeseen. He oppivat taidealan opiskelijoilta paitisi uudenlaisia näkemyksiä vanhusten kohtaamiseen myös taiteen ja kulttuurin moninaisuudesta. He oppivat arvostamaan taidealan opiskelijoiden vanhuslähtöistä ja vanhusta kunnioittavaa vuorovaikutusta. He saivat kokemusta siitä, mitä on sovittaa yhteen kahta erilaista ajattelutapaa yhteisen päämäärän saavuttamiseksi. Tämä vaati toisen kuulemista ja oman ajattelun ja näkemyksen reflektointia. He saivat valmiuksia suunnitella ja lähteä toteuttamaan kehittämishanketta heille ennestään vieraaseen ympäristöön. He oppivat, miten luodaan luottamuksellinen ja toimiva yhteistyöverkosto. He oppivat projektipäällikkyyttä, johtamista ja asiantuntijana toimimista.

Oman roolin löytäminen ja asiantuntijana toimiminen eivät aina olleet ongelmattomia. Terveystieteiden opiskelijoille oli painotettu sitä, että he eivät ota kantaa työpajojen sisältöön eivätkä toteutukseen, koska niissä vaadittava osaaminen kuului taidealan opiskelijoille. Ehkä taiteen ja kulttuurin mukaansa tempaava voima aiheutti sen, että välillä projektipäälliköt unohtivat oman roolinsa ja lähtivät liian aktiivisesti ohjaamaan taidealan opiskelijoiden päätöksiä. Keskustelu ja jarruttelu palauttivat roolit kohdalleen. Kireästä aikataulutuksesta, monista epävarmuustekijöistä ja erilaisen ajattelutavan ymmärtämisen haasteista huolimatta kehittämissuunnitelma oli kasvattava ja opettavainen kokemus ylemmän ammattikorkeakoulututkinnon opiskelijoille. He saavuttivat hankkeessa heille asetetut ja heidän itsensä asettamat tavoitteet. Kun he näkivät, miten työpajat voimaannuttivat vanhuksia, he kokivat itsekin voimaantumista onnistuessaan toteuttamaan kehittämissuunnitelmat. Myös palvelukeskusten edustajien palautteissa tuli esille työpajojen voimaannuttava vaikutus.

Hyvä arki vanhukselle -hankkeen johtopäätökset voidaan kiteyttää seuraavasti:

1. Hyvinkin suunniteltu ammattikorkeakoulutukseen liittyvä hanke sisältää monia epävarmuustekijöitä, joiden pohjalta on syytä tehdä varasuunnitelma jo hankkeen suunnitteluvaiheessa. Tässä hankkeessa epävarmuustekijöitä olivat opiskelijoiden rekrytointi ja sitouttaminen sekä rahoitus.
2. Kahden eri koulutusalan yhteinen hanke vaatii suunnitteluajankaa erilaisten ajattelutapojen ymmärtämiseksi, jotta hankkeen toteutusvaiheessa ei tulisi esille hanketta hidastavia tai vaikeuttavia näkemyseroja.

3. Hankkeen avainhenkilöiden on syytä perehdyttää kaikki hakkeeseen osallistujat huolellisesti hakkeen tavoitteisiin ja toteutukseen, jotta toteutuksen aikana ei syntyisi epävarmuutta siitä, mikä on kenenkin rooli ja tehtävä hankkeessa.
4. Selkeä ja hyvin näytöllä perusteltu hanke motivoi opiskelijoita lähtemään mukaan hankkeen toteutukseen, mutta opiskelijat tarvitsevat tukea ja rohkaisua erityisesti siinä vaiheessa, kun eteen tulee vastoinkäymisiä tai epävarmuustekijöitä.
5. Onnistunut ja tavoitteet saavuttanut hanke voimaannuttaa kaikkia hankkeeseen osallistujia ja rohkaisee uusiin hankkeisiin.

Hankkeen päättyessä voidaan huomata, että vaikka valtakunnallista vanhuspalvelulakia ei ole vielä toimeenpantu, valtioneuvosto on marraskuussa 2012 jo hyväksynyt lakiesityksen, ja se on lähtenyt eduskunnan käsiteltäväksi ja säädettäväksi. Vanhustenhoidosta on lähivuosina käyty ajoittain kiivasta keskustelua, joka toivottavasti voi toimenpiteiksi laajamittaisesti todellistuessaan keventää arkkiatrinkin vuonna 2009 julkilausumaa huolta vanhustenhoidon tilasta. Niin peruspalveluministeri Maria Guzenina-Richardson, sosiaali- ja terveysministeri Paula Risikko kuin kulttuuri- ja urheiluministeri Paavo Arhinmäki ovat toistuvasti vuonna 2012 tuoneet esiin vanhuspalvelulaista sekä kunta- ja peruspalvelu-uudistuksista keskusteltaessa sen, että jokaisella ihmisellä tulee olla oikeus hyvään elämään vanhanakin. Vanhuksella on oltava oikeus itse hankittuun sisältöön elämässään, ja hänestä huolta pitävien ammattihenkilöiden on edistettävä ja ylläpidettävä tätä oikeutta. *Hyvä arki vanhukselle* -hanke tuotti osallistujilleen kulttuurin hyvää tekevistä vaikutuksesta merkityksellisen kokemuksen, jota tällä julkaisulla pyritään levittämään kaikkien kiinnostuneiden käyttöön.

LÄHTEET

Arhinmäki, P. 27.9.2012. OKM: Kinapori-vanhustenkeskus, juhlapuhe. Luettavissa osoitteesta http://www.minedu.fi/OPM/Puheet/2012/09/Kinapori_vanhusten_keskus_.html?lang=fi (viitattu 25.11.2012).

Guzenina-Richarson, M. Blogi. Luettavissa osoitteesta <http://www.mariaguzenina.net/blogi/?k=vanhuspalvelulaki> (viitattu 25.11.2012).

OPM. 2010. taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia – ehdotus toimintaohjelmaksi 2010–2014. Julkaisut 2010:1. Opetus- ja kulttuuriministeriö. Helsinki.

Pelkonen, R. 2009. Arkkiatri: Tahto parantaa vanhustenhoitoa puuttuu. STT:n uutinen Helsingin Sanomissa 16.9.2009. Saatavilla www-muodossa osoitteesta: <http://www.hs.fi/kotimaa/artikkeli/Arkkiatri+Tahto+parantaa+vanhustenhoitoa+puuttuu/1135249354900> (viitattu 15.12.2009).

Risikko, P. Turnauskestävä-blogi. Luettavissa osoitteesta <http://www.paularisikko.fi/> (viitattu 25.11.2012).

Routasalo, P., Toivonen, H. & Rautiainen M. 2012. Art interventions for older people in collaboration with art students and master nursing students. In von Schantz, M. & Heinola A. (eds.) Expertise in health care and medication. Reports from Turku University of Applied Sciences 128, Turku, 55–60).

KIRJOITTAJAT

Tuula Ahtela, toimintaterapeutti (AMK), YAMK-opiskelija

Marjukka Irni, kuvataiteilija

Satu Karjalainen, tutkimushoitaja, YAMK-opiskelija

Marika Lindholm, geronomi (AMK), YAMK-opiskelija

Veronika Piontek, sairaanhoitaja, YAMK-opiskelija

Pirkko Routasalo, THT, yliopettaja, Terveysala, Turun ammattikorkeakoulu

Miika Rautiainen, TKI-koordinaattori, Taideakatemia, Turun ammattikorkeakoulu

Pia Suvivuo, TtT, pt. tuntiopettaja, Terveysala, Turun ammattikorkeakoulu

Jaana Tiihonen, sairaanhoitaja, YAMK-opiskelija

Heini Toivonen, KM, hankesuunnittelija, Terveysala, Turun ammattikorkeakoulu