

Tuija Vastamäki

”Me ollaan kyllä yksiä taiteilijoita kaikki”

Havaintoja ja kokemuksia TTAP-menetelmästä iäkkäiden kehitysvammaisten henkilöiden ryhmätoiminnassa

Opinnäytetyö

Syksy 2015

SeAMK Sosiaali- ja terveysala

Geronomi (AMK)

SeAMK 

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Sosiaali- ja terveysala

Tutkinto-ohjelma: Vanhustyön tutkinto-ohjelma

Suuntautumisvaihtoehto: Geronomi (AMK)

Tekijä: Tuija Vastamäki

Työn nimi: ”Me ollaan kyllä yksiä taiteilijoita kaikki” Havaintoja ja kokemuksia TTAP-menetelmästä iäkkäiden kehitysvammaisten henkilöiden ryhmätoiminnassa

Ohjaaja: Anssi-Pekka Udd

Vuosi: 2015

Sivumäärä: 95

Liitteiden lukumäärä: 4

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, miten ikääntyneitä muistisairaita varten kehitetty taiteita hyödyntävä teemallinen kuntoutusmenetelmä soveltuu käytettäväksi ikääntyneiden kehitysvammaisten henkilöiden ryhmätoiminnassa. The Therapeutic Thematic Arts Programming -menetelmässä ryhmä valitsee yhteisen teeman, jota käsitellään monipuolisesti luovien menetelmien avulla yhdeksän eri vaiheen aikana. Menetelmällä on useita eri tavoitteita, mutta tässä työssä keskityttiin tarkastelemaan osallistujien itsetuntoa ja sisäistä motivaatiota, itseilmaisun kehittymistä, ryhmätoimintakokemuksia, flow-kokemuksia sekä heidän osallistumistaan luoviin taidetoimintoihin.

Opinnäytetyö toteutettiin Ylöjärvellä toimivassa kehitysvammaisten päivätoimintayksikkö Huiskeessa, ja kohdejoukkoon valittiin neljä iäkästä asukasta kehitysvammaisten autetun asumisen yksikkö Nummikodista. Ryhmä valitsi tapaamisten teemaksi eläimet, ja eläinteemaan tutustuttiin ryhmätuokioiden aikana erilaisten taidemenetelmien avulla. Opinnäytetyössä käytettiin kvalitatiivista eli laadullista tutkimusotetta. Tutkimusaineisto kerättiin havainnoimalla, haastattelemalla ja valokuvaamalla TTAP-prosessiin osallistunutta ryhmää. Aineisto analysoitiin teoriaohjaavalla sisällönanalyysillä.

Tutkimustuloksista ilmenee, että ryhmä osallistui TTAP-menetelmän mukaisiin taidokokemuksiin mielellään ja prosessi vaikutti positiivisella tavalla heidän itsetuntoonsa. Tehtävissä onnistuminen, ryhmältä saatu tuki ja myönteinen palaute paransivat jokaisen osallistujan sisäisen osallistumismotivaation vahvistumista, mikä seurauksena heidän itseilmaisunsa kehittyi huomattavasti. Myös tavoitteeksi asetetut flow-kokemukset tulivat tutuiksi mieleisiksi koettujen tehtävien myötä.

Johtopäätöksenä voidaan todeta, että TTAP-menetelmä soveltuu monipuolisuutensa ansiosta mainiosti osaksi iäkkäiden kehitysvammaisten henkilöiden ryhmätoimintaa ja se tarjoaa myös ryhmänohjaajalle mahdollisuuden kehittää vaihtelevaa luovaa ohjelmaa.

Avainsanat: TTAP-menetelmä, kehitysvammaisuus, ikääntyminen

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Thesis abstract

Faculty: School of Health Care and Social Work

Degree programme: Elderly care

Specialisation: Bachelor of Elderly Care

Author: Tuija Vastamäki

Title of thesis: "We are all one set of artists" Observations and Experiences of the TTAP-method in Group Activities for Elderly People with Intellectual Disabilities

Supervisor: Anssi-Pekka Udd

Year: 2015 Number of pages: 95 Number of appendices: 4

The purpose of this thesis was to find out how the themed rehabilitation method for senior citizens with Alzheimer's disease is suitable for older people with intellectual disabilities. In The Therapeutic Thematic Arts Programming the group will choose one common theme and they will deal it with the wide range of creative art activities during nine different phases. The method has many different goals but this thesis focused on the participants' self-esteem and inner motivation, the development of their self-expression, group work experiences, flow-experiences as well as their participation to the creative art activities.

This thesis was carried out in Ylöjärvi at the daytime unit for the people with intellectual disabilities. The group was selected among four elderly residents from the nursing home called Nummikoti. The group chose animals for the theme of the meetings and they explored the theme during the group sessions with various art techniques. This thesis used a qualitative research approach. The data were collected by observing, interviewing and photographing the group. The data were analysed with theoretical content analysis.

The results show that the group participated happily in the art experiences and the process affected positively their self-esteem. The success in the tasks, support from the group and positive feedback confirmed their motivation and participation. Their self-expression developed significantly. When the tasks were meaningful, the group reached also flow-experiences a few times.

The conclusion is that the TTAP-method is suitable also for the older people with intellectual disabilities because it is so versatile. The method offers also the group leader great possibilities to develop many creative activities.

Keywords: TTAP-method, intellectual disability, the aging

SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä.....	2
Thesis abstract.....	3
SISÄLTÖ.....	4
Kuva- ja kuvioluettelo	6
1 JOHDANTO	7
2 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT	9
2.1 Yhdenvertaisuus, itsenäinen suoriutuminen ja arvokas ikääntyminen	9
2.2 Aiempia tutkimuksia	10
2.3 Tavoite ja tarkoitus sekä tutkimustehtävä	13
3 KEHITYSVAMMAISUUS.....	15
3.1 Yleistä vammaisuudesta	15
3.2 Kehitysvammaisuuden määritelmä	16
3.2.1 Kehitysvammaisuus älykkyyden näkökulmasta	16
3.2.2 Kehitysvammaisuus toimintakyvyn näkökulmasta	18
3.2.3 Kehitysvammaisuus sosiaalisuuden näkökulmasta	19
3.3 Kehitysvammaisuus ja ikääntyminen	20
4 TTAP – TAITEITA HYÖDYNTÄVÄ TEEMALLINEN KUNTOUTUSMENETELMÄ.....	24
4.1 TTAP-menetelmä.....	24
4.1.1 TTAP-menetelmän tavoitteet	25
4.1.2 TTAP-menetelmän tarjoamat hyödyt	26
4.2 TTAP-menetelmän yhdeksän vaihetta	26
4.3 Teoriaosan yhteenveto	29
5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	32
5.1 Laadullinen tutkimus ja toiminnallinen tutkimusote	32
5.2 Kohdejoukko	33
5.3 Kokoonumispaikka, ajankohta ja avustava ohjaaja.....	34
5.4 Aineistonkeruumenetelmät	36

5.4.1	Havainnointi	36
5.4.2	Haastattelu.....	38
5.4.3	Muut menetelmät	39
5.5	Analyysimenetelmä.....	40
6	TTAP-MENETELMÄN MUKAISET RYHMÄTUOKIOT	44
6.1	Yksilöllisestä ajattelusta ryhmän ideoihin.....	44
6.2	Kirjatuista ideoista musiikkiin	46
6.3	Mielensisäisestä musiikista kuvaksi	49
6.4	Kuvasta veistokseksi.....	52
6.5	Veistoksesta liikunnaksi	55
6.6	Liikunnasta sanoiksi/runoksi ja tarinoiksi	57
6.7	Sanoista mielen ruokaan	60
6.8	Ajatuksista teematapahtumaksi	62
6.9	Tapahtumasta valokuvaukseksi.....	65
7	TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET	69
7.1	Tulokset	69
7.1.1	Itsetunnon kehittyminen	69
7.1.2	Itseilmaisun kehittyminen.....	71
7.1.3	Kokemuksia ryhmätoiminnasta	73
7.1.4	Kokemuksia luovista taidetoiminnoista	74
7.1.5	Flow-kokemukset.....	76
7.2	Johtopäätökset.....	77
7.3	Tutkimuksen merkitys ja ajatuksia jatkotutkimuksista	82
8	POHDINTA	84
8.1	Luotettavuus ja eettisyys.....	84
8.2	Oma oppimisprosessini.....	89
	LÄHTEET	91
	LIITTEET	95

Kuva- ja kuvioluettelo

Kuva 1. Teema ja siihen liittyvä taulu 46

Kuva 2. Toisella kerralla kuunneltiin musiikkia 48

Kuva 3. Piirtäminen on mukavaa puuhaa 51

Kuva 4. Askartelumassasta tehtyjä hahmoja 54

Kuva 5. Liikuntatuokion loppupiiri 56

Kuva 6. Mandariinilohkojen avulla tehtiin erilaisia tehtäviä 61

Kuva 7. Taidenäyttelyssä olivat kaikki teokset esillä 63

Kuva 8. Viimeisellä kerralla katseltiin valokuvia 67

Kuvio 1. TTAP-menetelmä	29
Kuvio 2. Teoriaosan yhteenveto.....	31
Kuvio 3. Redusointi ja klusterointi	43
Kuvio 4. Itsetuntoon vaikuttavia tekijöitä	70
Kuvio 5. Itseilmaisun kehittyminen	72
Kuvio 6. Kokemuksia ryhmätoiminnasta	73
Kuvio 7. Kokemuksia luovista taidetoiminnoista.....	75
Kuvio 8. Flow-kokemukset	76
Kuvio 9. TTAP-menetelmän tavoitteet ja opinnäytetyön tulokset	78

1 JOHDANTO

Suomi ikääntyy nopeasti ja tämä tarkoittaa sitä, että maassamme on ja tulee tulevaisuudessa olemaan sosiaali- ja terveystalouden käyttäjiä huomattavasti enemmän kuin esimerkiksi vielä vuosituhatvaihteessa. Myös kehitysvammaisten ihmisten eliniän odote on noussut viime vuosien ja vuosikymmenten aikana muun väestön ennusteen mukaisesti, joten iäkkäiden kehitysvammaisten määrä on kasvanut maassamme tasaisesti. Ikääntyneet kehitysvammaiset ovat kasvava ja tärkeä ryhmä, joka jää helposti taka-alalle erilaisine palvelutarpeineen.

Kehitysvammaisten ikääntymistä on tutkittu Suomessa vielä melko vähän, mutta on kuitenkin huomattu, että ikääntyneiden kehitysvammaisten ihmisten toimintakyky säilyy ja erilaisten palveluiden tarve vähenee, kun heidän fyysiseen terveyteensä kiinnitetään erityistä huomiota ja ulkoisiin vanhenemismuutoksiin liittyviä kuorimitustekijöitä karsitaan. Jo tiedossa olevien tutkimustulosten valossa pitäisi kehitysvamma-alan koulutukseen ja resursseihin kiinnittää erityistä huomiota, jotta riittävä ja tarkoituksenmukainen hoito, hoiva ja ohjaus voidaan turvata myös tulevaisuudessa. Lisäämällä kehitysvammaisten henkilöiden ikääntymismuutosten tutkimusta saataisiin lisää hyödyllistä tietoa, jonka avulla voitaisiin varmistaa oikeanlaisen asenteen muokkaaminen sekä räätälöidä yksilöllisiä palvelukokonaisuuksia niitä tarvitseville. Tutkimuksen mukaan ikääntyminen vaikuttaa kehitysvammaisen henkilön toimintakykyyn, joten olemassa olevien taitojen säilyttämiseen ja ylläpitämiseen tulisi kiinnittää erityistä huomiota siinä vaiheessa, kun ikääntymismuutokset alkavat. (Nummela, Vesala, Ainali & Järveläinen 2005, 11–14.)

Yhdysvaltalainen professori Linda Levine Madori on kehittänyt taiteita hyödyntävän terapeutin kuntoutusmenetelmän The Therapeutic Thematic Arts Programming for Older Adults, josta käytetään usein lyhennettä TTAP-menetelmä. Levine Madorin kehittämää kuntoutusmenetelmää on käytetty pääsääntöisesti ikääntyneiden muistisairaiden hoidossa ja kuntoutuksessa, mutta menetelmä soveltuu myös erilaisille erityisryhmille. TTAP-menetelmä on Suomen kehitysvammahuollossa vielä suhteellisen vieras metodi, joten oman työhistoriani ja kehitysvamma-

alan tulevaisuuden haasteiden vuoksi kiinnostuin kyseisen menetelmän kokeilemisesta oman työyksikköni iäkkäimpien asukkaiden kanssa.

Olen aikaisemmalta ammatiltani kehitysvammaisten ohjaaja ja olen työskennellyt eri-ikäisten kehitysvammaisten kanssa yli 20 vuoden ajan. Viimeiset kymmenen vuotta olen toiminut ohjaajana pienessä kehitysvammaisten autetun asumisen yksikössä Ylöjärvellä ja olen vuosien varrella havainnut myös työpaikkani asukkaissa ikääntymisen tuomia muutoksia ja haasteita. Tärkein syy geronomiopintoihin haikutumiselleni oli halu yhdistää kehitysvammaisten ohjaajan ja geronomin ammatit saadakseni ajantasaista tietoa ikääntymisestä ja voidakseni vastata paremmin ikääntyneiden kehitysvammaisten henkilöiden muuttuviin palvelutarpeisiin.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on toteuttaa ikääntyneistä kehitysvammaisista koostuvan ryhmän valitseman teeman ympärille nivoutuva TTAP-menetelmän mukainen yhdeksästä eri vaiheesta muodostuva kokonaisuus. Jokaisen kokoontumiskerran aikana ja niiden jälkeen tehdään havaintoja osallistujien toiminnasta niin yksilöinä kuin ryhmänäkin ja havaintoja vertaillaan Levine Madorin luomaan teoriaan. Ryhmätuokioiden aikana otetaan valokuvia, joiden avulla TTAP-prosessista on helppo keskustella osallistujien kanssa ja projektin lopussa valokuvista koostetaan jokaiselle osallistujalle oma muistoalbumi.

Opinnäytetyön tavoitteena on saada myös ryhmään osallistuvien hoitokodin iäkkäitten kehitysvammaisten asukkaiden ääni kuuluviin, joten heidän tuntemuksiaan ja kokemuksiaan kysellään sekä ryhmätuokioiden aikana että niiden lopuksi ja ne kirjataan huolellisesti muistiin. Ryhmään osallistujien antama palaute toimii ohjaajalle hyödyllisenä ohjenuorana, jonka mukaan on helppo suunnitella seuraavien kertojen ohjelmaa ja tarvittaessa muuttaa huonoiksi koettuja käytäntöjä. Myös ryhmätuokioiden aikana tuotettu materiaali toimii omalta osaltaan eräänlaisena tutkimusaineistona. Ohjaajan tekemien havaintojen ja ryhmäläisten mielipiteiden perusteella voidaan päätellä soveltuuko tällainen taiteita hyödyntävä teemallinen kuntoutusmenetelmä käytettäväksi osana iäkkäiden kehitysvammaisten henkilöiden ryhmätoimintaa.

2 OPINNÄYTETYÖN LÄHTÖKOHDAT

2.1 Yhdenvertaisuus, itsenäinen suoriutuminen ja arvokas ikääntyminen

Suomen perustuslain mukaan kaikki maamme kansalaiset ovat yhdenvertaisia, eikä ketään saa ilman hyväksyttävää perustetta asettaa eri asemaan esimerkiksi terveydentilaan tai vammaisuuteen liittyvän syyn perusteella (L 11.6.1999/731). Vuoden 2014 lopussa voimaan astuneen sosiaalihuoltolain tarkoituksena on edistää ja ylläpitää kansalaisten hyvinvointia sekä vähentää eriarvoisuutta ja lisätä osallisuutta. Lain 4§:n mukaan on asiakkaan mahdollisimman itsenäinen suoriutuminen turvattava erilaisin toimenpitein ja tukitoimin, ja vahvistettava samalla hänen omatoimisuuttaan. Sosiaalihuoltolakia toteutettaessa on kiinnitettävä erityistä huomiota erityistä tukea tarvitsevien asiakkaiden edun toteutumiseen. (L 30.12.2014/1301.)

Vammaispalvelulain tarkoituksena on edistää vammaisen henkilön edellytyksiä elää ja toimia muiden kanssa yhdenvertaisena yhteiskunnan jäsenenä sekä ehkäistä ja poistaa vammaisuuden aiheuttamia haittoja ja esteitä (L 3.4.1987/380). Suomen vammaispoliittinen ohjelma VAMPO 2010–2015 pyrkii omalta osaltaan tukemaan kaikkien ihmisten yhdenvertaisuutta, koska yhteiskunnallisista suuntauksista huolimatta rakenteelliset esteet ja yhteiskunnalliset asenteet rajoittavat edelleen vammaisten ihmisten itsemääräämisoikeutta, itsenäistä suoriutumista ja yhteiskunnallista osallisuutta. Vammaispoliittinen ohjelma on julkistettu elokuussa 2010 ja sen myötä Hallitus haluaa turvata vammaisten henkilöiden oikeudenmukaisen aseman yhteiskunnassa puuttamalla epäkohtiin erilaisten kehittämis- ja korjaustoimenpiteiden avulla. (VAMPO 2010–2015, 3–4.) Tässä opinnäytetyössä pyrittiin tukemaan kehitysvammaisten henkilöiden yhdenvertaisuutta toteuttamalla iäkkäille muistisairaille kehitettyä taiteita hyödyntävää teemallista kuntoutusmenetelmää ikääntyneiden kehitysvammaisten henkilöiden ryhmätoiminnassa. Taiteita hyödyntävän ja yhden teeman ympärille koostetun ohjelmakokonaisuuden avulla haluttiin vahvistaa ryhmään osallistujien itsemääräämisoikeutta ja antaa heille mahdollisuus suoriutua ryhmätuokioiden aikaisista tehtävistä mahdollisimman omatoimisesti.

Me Itse ry on kehitysvammaisten henkilöiden vuonna 1999 perustama vaikuttamisyhdistys, joka puolustaa kehitysvammaisten henkilöiden ihmisoikeuksia ja tukee vammaisten osallistumista yhteiskunnan toimintaan yhdenvertaisina kaikkien kanssa. Yhdistyksen keskeisimpiä tavoitteita ovat omien oikeuksien tunnistaminen ja niiden puolesta toimiminen, siirtyminen vajaavaltaisuudesta itsemääräämiseen sekä kokonaisvaltainen hyvä elämä. Yhdistyksen näkemyksen mukaan kehitysvammaisten arvokas ikääntyminen on turvattava ja ikääntymiseen liittyvää erikoisosaamista on lisättävä. (Kehitysvammaisten tukiliitto, 2015.)

Me Itse ry:n laatimat tavoitteet näyttelevät tärkeää roolia myös tässä opinnäytetyössä, koska laajemmasta perspektiivistä tarkasteltuna työn tarkoituksena on tuoda vähän tunnettu kuntoutusmenetelmä kehitysvamma-alalla työskentelevien ammattiryhmien tietoisuuteen, ja sen myötä luoda mahdollisuuksia hyvän elämän kokemuksiin myös ikääntyville kehitysvammaisille henkilöille. Yhdistys on huomionnut, että kehitysvammaisten ikääntymisestä ei Suomessa ole vielä tarpeeksi tietoa ja osaamista, joten tämä opinnäytetyö haluaa omalta osaltaan kertoa, että kiinnittämällä huomiota seniori-ikään ennättäneiden kehitysvammaisten henkilöiden toimintakykyyn, annetaan myös heille mahdollisuus arvokkaaseen ikääntymiseen.

2.2 Aiempia tutkimuksia

TTAP-menetelmästä on tehty tutkimuksia melko paljon lähinnä ikääntyneiden muistisairaiden kanssa, mutta kehitysvammaisten henkilöiden kanssa sitä on käytetty todella vähän. Koska menetelmä on melko uusi ja kehitetty alun perin iäkkäiden muistisairaiden kuntoutusmenetelmäksi, oli aiheeseen liittyviä tutkimuksia kohtalaisen helppo löytää. Elina Häivälä ja Tuulia Jaskari (2010) ovat tehneet ylemmän AMK-tutkinnon opinnäytetyön *Tuntuu rinnassa ja saa päässä raksuttamaan* Tampereen ammattikorkeakoululle. Opinnäytetyö on tehty terveyden edistämisen koulutusohjelmaan ja siinä tutkittiin TTAP-menetelmän vaikutuksia dementoituneiden sosiaaliseen toimintakykyyn. Tuloksissa todetaan, että TTAP-menetelmä tukee yksilön sosiaalista toimintakykyä ja vahvistaa sitä samalla myös

yhteisön sisäisissä toiminnoissa, joten menetelmällä on positiivinen vaikutus muistisairaana ikäihmisen sosiaaliseen toimintakykyyn.

Seinäjoen ammattikorkeakoulun sosiaalialan opiskelijat Eija Peltokangas ja Marjaana Rantala (2009) ovat tehneet opinnäytetyönään kehittämisprosessin nimeltä *Arjen rikastaminen dementoituneiden asumisyksikössä*. Prosessin tarkoituksena oli kehittää toimintaa Demke-hankkeeseen osallistuneen hoitokodin asukkaiden elämänlaadun ja hyvinvoinnin edistämiseksi. Opinnäytetyössä tutkittiin, kuinka tällainen kehittämistyö onnistuu ja millaisia vaikutuksia sillä on asukkaisiin ja työyhteisöön. Keskeisenä tuloksena esitettiin, että TTAP-menetelmästä sovellettu ohjelma onnistui rikastuttamaan asukkaiden arkea ja lisäsi heidän hyvinvointiaan, koska toimintakyky, vireystila sekä osallisuus vahvistuivat ja paranivat.

Pitkien etsintöjen jälkeen löytyi vielä Hämeen ammattikorkeakoulussa opiskelleen Kirsi Kangas-Kallion (2008) julkaisematon opinnäytetyö *TTAP – temaattinen taiteita hyödyntävä ohjelma: kokemuksia kehitysvammaisten ryhmätoiminnassa*. Opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia TTAP-menetelmän soveltuvuutta Eskoon palvelukeskuksessa asuvien kehitysvammaisten ryhmätoiminnassa. Menetelmän mukaista ohjelmaa testattiin kahden teemapäivän aikana ja aineistonkeruumenetelminä käytettiin osallistuvaa havainnointia sekä mielipidekyselyitä. Havainnointia tekivät tutkijan lisäksi myös toiminnassa mukana olleet työntekijät, jotka avustivat myös mielipidekyselyiden täyttämässä. Tuloksissa Kangas-Kallio esittää, että TTAP-menetelmä soveltuu helpotettuna ja muunneltuna käytettäväksi kehitysvammaisista henkilöistä koostuvan erityisryhmän kanssa, koska niin muistisairaiden ikäihmisten kuin kehitysvammaistenkin toimintakyky on syystä tai toisesta heikentynyt ja soveltamalla ohjelma voidaan muokata ryhmän tarpeisiin nähden sopivalle tasolle.

Koska TTAP-menetelmästä ja valitsemastani erityisryhmästä löytyi niin niukasti materiaalia, päädyin ottamaan sähköpostitse yhteyttä myös TTAP-menetelmän luojaan, Linda Levine Madoriin. Sähköpostissani kerroin lyhyesti kuka olin ja kuinka olin ajatellut soveltaa hänen kehittämänsä menetelmää opinnäytetyössäni. Vastauksessaan Levine Madori kiitti mielenkiinnosta menetelmää kohtaan ja lähetti muutamia hyödyllisiä linkkejä, joiden kautta pääsin syventämään tietämystäni aiheesta. Hänen www-sivustonsa kautta löytyi muutamia PowerPoint-esityksiä,

joissa kerrottiin lyhyesti, kuinka TTAP-menetelmää on käytetty esimerkiksi kehitysvammaisten ja asperger-autistien kanssa. Kehitysvammaisten ryhmätoiminnassa erääksi tärkeäksi tekijäksi oli noussut mahdollisuudet henkilökohtaisiin valintoihin, koska usein päätöksiä tekee joku muu heidän puolestaan. Pääsääntöisesti voitiin todeta, että prosessiin osallistuminen oli ollut kaikille positiivinen kokemus, ja ryhmätoimintoihin osallistuneet olivat erittäin motivoituneita ja keskittyivät tekemisiinsä tavanomaista intensiivisemmin. Ohjaajan näkökulmasta tarkasteltuna prosessi lähensi kaikkia osallistujia ja toi uusia tuulia oman työn toteuttamiseen. (Levine Madori – internetsivusto, 2015.)

Kehitysvammaliitto toteutti vuosina 2004–2006 Kehitysvammaisten ikääntyminen-tukiprojektin, jonka eräänä tavoitteena oli mm. ikääntyneiden kehitysvammaisten henkilöiden toimintakyvyn ja elämänlaadun parantaminen sekä heidän palveluntarpeidensa vähentäminen. Projektin avulla haluttiin myös kehittää erilaisia palveluita siten, että ne toimisivat aiempaa enemmän ennaltaehkäisevästi sekä asiakkaiden toimintakykyä ylläpitävästi. Projektin myötä saadut kokemukset osoittivat, että palveluorganisaatiot ovat kyllä tietoisia esimerkiksi ikääntyneen kehitysvammaisen ihmisen toimintakyvyn ylläpitämiseen liittyvistä haasteista, mutta uutta tietoa ja osaamista vaativia ratkaisumalleja ollaan vasta luomassa. (Vesala, Numminen & Matikka 2008, 2–9.)

Marja-Liisa Kontio (2000) on tutkinut väitöskirjassaan laitoksessa asuvan kehitysvammaisen vanhuksen haastavaa käyttäytymistä ja hoitajan käyttämiä vaikuttamiskeinoja. Kontion työn taustalla on kaksi vuotta kestänyt kehittämiskokeilu, jonka aikana henkilökuntaa koulutettiin ja siitä saatuja tietoja sovellettiin käytäntöön. Hoitajat kokeilivat haastavasti käyttäytyvien asukkaiden kanssa esimerkiksi miljöö- ja musiikkiterapiaa fyysisten rajoitteiden sijaan. Kokeilun aikana haastava käyttäytyminen väheni huomattavasti ja asukkaiden itsenäisen elämän taidot paranivat. Ikääntyneet nauttivat heille järjestetystä toiminnasta ja osallistuivat siihen mielellään. Tutkimuksen aikana havaittiin, että kun haastavasti käyttäytyville ikääntyneille kehitysvammaisille henkilöille järjestettiin tarpeeksi mielekäästä tekemistä, kohdistui heidän mielenkiintonsa siihen häiriökäyttäytymisen sijaan.

Kaikki lukemani tutkimukset vahvistivat ajatuksiani siitä, että tällainen taiteita hyödyntävä saman teeman ympärille rakennettu kokonaisuus voisi tuoda uusia koke-

muksia ja elämyksiä ryhmätoimintaan osallistujille. Mielekkäiksi koettujen asioiden tekeminen yhdessä tutun ja turvallisen ryhmän kanssa johdonmukaisesti etenevän ohjelman mukaisesti laajentaisi kokemusmaailmaa uudella tavalla ja antaisi mahdollisuuden kehittyä vielä myöhemmälläkin iällä.

2.3 Tavoite ja tarkoitus sekä tutkimustehtävä

Tämän opinnäytetyön johtajatuksena toimii Linda Levine Madorin kehittämän taiteita hyödyntävän teemallisen kuntoutusmenetelmän soveltaminen käytäntöön ryhmässä, jonka osallistujat ovat iäkkäitä kehitysvammaisia. Selvityksieni mukaan TTAP-menetelmää on käytetty Suomessa kehitysvammaisten ryhmätoiminnassa niin vähän, että aihe tarjoaa hyödyllisen mahdollisuuden testata mielenkiintoista menetelmää opinnäytetyön puitteissa. Vilkka ja Airaksinen (2003, 24) pohtivat teoksessaan Toiminnallinen opinnäytetyö, että yleensä opiskelija valitsee työhönsä aiheen, josta olisi jollekin jotain hyötyä.

Yhtenä tavoitteena tällä opinnäytetyönä on toimia eräänlaisena pelinavaajana, joka tuo uuden ja vähän tunnetun menetelmän kehitysvammaisten kanssa työskentelevien ammattiryhmien tietoisuuteen. Levine Madorin mielestä hänen luomastaan kuntoutusmenetelmästä on hyötyä sekä ryhmänohjaajalle että osallistujille, koska tällainen yhden teeman ympärille rakennettu taiteita hyödyntävä ohjelmakokonaisuus on järjestelmällisyydestään huolimatta joustava. Jokaisen tuokion ohjelma sovelletaan kunkin asiakkaan yksilöllisten oppimistarpeiden mukaiseksi ja luovia menetelmiä hyödyntävät taiteilutuokiot vaikuttavat positiivisesti myös osallistujien muuhun elämään. (Levine Madori 2010, 66.) Mietittäessä kehitysvammahuollon tulevaisuuden haasteita ikääntyneiden kehitysvammaisten yksilöllisten ja toimintakykyä ylläpitävien palveluiden järjestämiseksi, saattaisi TTAP-menetelmä tarjota omalta osaltaan ratkaisun tilanteeseen.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kerätä kokemuksia ja havaintoja siitä, miten TTAP-kuntoutusmenetelmää voi käyttää ja soveltaa toimittaessa iäkkäiden kehitysvammaisten kanssa. Tarkoituksena on käydä läpi kaikki kuntoutusmenetelmään kuuluvat yhdeksän vaihetta ja kerätä jokaisesta ryhmätuokiosta mahdollisimman paljon hyödyllistä materiaalia, jota voidaan käyttää opinnäytetyön tutki-

musaineistona. Jokaista tapaamiskertaa varten suunnitellaan TTAP-menetelmän mukaista ohjelmaa, mutta virallisen ohjelman lisäksi jokaista kertaa varten tehdään myös varasuunnitelmia, koska kehitysvammaisten kanssa toimittaessa suunnitelmat eivät aina välttämättä toteudu halutulla tavalla. Osallistujien mieliala ja vireystila saattavat vaihdella, joten on tärkeää, että jokainen ryhmätuokio toisi osallistujille hyvän mielen ja onnistumisen iloa.

Opinnäytetyön tarkoituksena on myös yhdistellä ryhmänohjaajan tekemiä havain-
toja sekä ryhmään osallistujien mielipiteitä ja kokemuksia Levine Madorin teorian
pohjalta kerättyyn tietoon TTAP-menetelmän eri vaiheista. Havainnoinnin tukena
toimii Levine Madorin luoman kuntoutusmenetelmän tavoitteista koostettu lomake
(Liite 1), jonka avulla haetaan vastauksia tutkimustehtävään. Iäkkäitä muistisairaita
varten kehitetyllä TTAP-menetelmällä on useita eri tavoitteita, mutta tutkimusteh-
tävän rajaamisen kannalta merkittävimmiksi nousivat osallistujien itsetunto ja si-
säinen motivaatio, itseilmaisun kehittyminen, heidän omat kokemuksensa ryhmä-
toiminnasta, flow-kokemukset sekä heidän osallistumisensa TTAP-menetelmän
mukaisiin luoviin taidetoimintoihin.

Tutkimustehtäväksi muotoutui:

Miten TTAP-kuntoutusmenetelmää voidaan hyödyntää iäkkäiden kehitysvammais-
ten henkilöiden ryhmätoiminnassa?

Tarkentavina kysymyksinä toimivat:

1. Minkälaisia TTAP-menetelmän tavoitteisiin liittyviä havaintoja ryhmänohjaaja
tekee ryhmätuokioiden aikana?
2. Minkälaisia kokemuksia osallistujat saavat ryhmätuokioista?

3 KEHITYSVAMMAISUUS

3.1 Yleistä vammaisuudesta

Vammaisuus koskettaa jollain tavalla kaikkia ihmisiä, vaikka samalla se mielletään kuitenkin hyvin vieraaksi ilmiöksi. Suurimmalle osalle ihmisistä vammaisuus merkitsee jotain kapea-alaista, itselle hyvin vierasta tilannetta, jonka ei uskota koskaan osuvan omalle kohdalle. Nykyään vammaisuudesta on tullut kuitenkin aiempaa näkyvämpää ja ns. normaaliuden rajat ovat kapeammat kuin ennen. Kehitysvammaisia ihmisiä on ollut Suomessa aina, vaikka itse kehitysvammahuollon historia ulottuu vain noin sadan vuoden taakse. Kehitysvammaisuuden määrittely on kulkenut historian saatossa samansuuntaisen kehityskulun kuin esimerkiksi alkoholismien tai mielisairausten määritelmät. Historian saatossa erilaisia poikkeavuuksia on tulkittu ensin moraalisenä, sitten laillisenä ja lopulta lääketieteellisenä ongelmana, joten ne on määritelty synnin ja rikoksen kautta lopulta sairaudeksi. Vammaisuuden merkitys ja sisältö ovat vaihdelleet yhteisöjen mukaan, mutta yhteistä kaikille määritelmille on ollut se, että ne ovat syntyneet kuulematta vammaisten henkilöiden ja heidän läheistensä mielipiteitä. (Vehmas 2005, 11–12, 57.)

Ajan myötä kehitysvammaisten henkilöiden asema on muuttunut Suomessa huomattavasti. 1800-luvun lopulla tylsämieliseksi määritellyt ihmiset olivat vielä kunnallisen köyhäinhoidon varassa, mutta 1900-luvun alusta lähtien heille alettiin rakentaa erityisiä hoitolaitoksia, koska jälkeenjääneiden ei uskottu integroituvan teollistuvaan yhteiskuntaan. Vajaamielislaki tuli voimaan 1958 ja sen myötä maa jaettiin vajaamielisiin. Laitoshoito nähtiin tuolloin parhaaksi mahdolliseksi vaihtoehdoksi. Vähitellen eristävä ja kaikkia osapuolia suojeleva ajattelutapa alkoi kuitenkin muuttua ja vuonna 1978 voimaan tulleen kehitysvammalain mukaan alettiin avohuoltoa korostaa ensisijaisena hoitomuotona. Normalisaatiota ja integraatiota tukevan ajattelutavan myötä alettiin laitoshoidon ajaa alas, ja nykyään kehitysvammaiset henkilöt asuvat pääsääntöisesti omissa kotikunnissaan pienissä tuetun, ohjatun sekä autetun asumisen yksiköissä. (Kaski, Manninen & Pihko 2012, 260–264.)

Myös asenteessa ja puhuttelutavassa on tapahtunut vuosien saatossa muutoksia. Laitoshoidon aikakaudella kehitysvammaisia henkilöitä tarkasteltiin lähinnä lääketieteellisesti sairauden tai vamman näkökulmasta, joten heitä puhuteltiin potilaina. Myöhemmin potilaasta on tullut asiakas, koska asiakaslähtöisyyden myötä on haluttu korostaa henkilökohtaisia voimavaroja ja elämänhallinnan taitoja. Kehitysvammaiset mielletään sosiaalihuollon asiakkaisiksi, joiden elämää koordinoivat eri alojen asiantuntijat. Tällä hetkellä kehitysvammaiset henkilöt halutaan nähdä itsenäisinä omasta elämästään päättävinä kansalaisina. (Vernerin – Kehitysvamma-alan verkkopalvelu, 2015.)

3.2 Kehitysvammaisuuden määritelmä

Kehitysvammaisuudesta on olemassa lukuisia erilaisia määritelmiä. Suomessa voimassa olevan kehitysvammalain mukaan kehitysvammaisella tarkoitetaan henkilöä, jonka kehitys tai henkinen toiminta on estynyt tai häiriintynyt synnynnäisen tai kehitysiässä saadun sairauden, vian tai vamman vuoksi ja joka ei muun lain nojalla voi saada tarvitsemiaan palveluja. (L 23.6.1977/519.) Iivonaisen käyttämän määritelmän mukaan kehitysvammaisuudella tarkoitetaan kehitysiässä, alle 18-vuotiaana, alkanutta pysyvää henkisen kehityksen jälkeenyäisyyttä, jonka vuoksi kyseinen henkilö ei kykene huolehtimaan asioistaan vammattomien ihmisten tavoin. (Erkinjuntti, Rinne & Soininen 2010, 296.)

Kehitysvamma-alan verkkopalvelu verneri.net määrittelee kehitysvammaisuuden tarkoittavan vaikeutta ymmärtää sekä oppia uutta, ja yleensä kehitysvamma rajoittaa vain osaa ihmisen toiminnoista. Kehitysvammaisuutta voidaan tarkastella ja määritellä usealla eri tavalla, kuten esimerkiksi lääketieteen ja älykkyyden, toimintakyvyn tai sosiaalisuuden näkökulmasta. (Vernerin – Kehitysvamma-alan verkkopalvelu, 2015.)

3.2.1 Kehitysvammaisuus älykkyyden näkökulmasta

Maailman terveysjärjestön WHO:n tautiluokituksen ICD-10:n mukaan älyllinen kehitysvammaisuus on tila, jolloin henkisen suorituskyvyn kehitys on estynyt tai epä-

täydellinen. Puutteita esiintyy yleensä kehitysiässä ilmaantuvissa taidoissa, joita ovat yleiseen henkiseen suorituskykyyn vaikuttavat älylliset, kielelliset, motoriset ja sosiaaliset taidot. Tautiluokituksen mukaan älyllinen kehitysvammaisuus voi esiintyä yksinään tai yhdessä jonkin psyykkisen tai fyysisen tilan kanssa. WHO:n kehitysvammaisuuden määritelmä perustuu älykkyyssosamäärään, jonka perusteella ihminen määritellään kehitysvammaiseksi, jos hänen älykkyyssosamääränsä jää alle 70. Luokituksen perusteena käytetty normaali älykkyyssosamäärä on 100. WHO jakaa älyllisen kehitysvammaisuuden älykkyyssosamäärän perusteella neljään vaikeusasteeseen ja älykkyyssosamäärä määritellään psykologisten testien avulla. Älykkyyssosamäärän rinnalla käytetään usein myös käsitettä älykkyyssikä. (Kaski ym. 2012, 16–17.)

Lievä älyllinen kehitysvammaisuus (retardatio mentalis levis) tarkoittaa, että henkilön älykkyyssosamäärä on 50–69 ja hänen älykkyyssikänsä vaihtelee 9–10 välillä. Lievästi älyllisesti kehitysvammainen henkilö on useilla elämän osa-alueilla omatoiminen ja kykenee melko itsenäiseen elämään, mutta tarvitsee apua ja ohjausta esimerkiksi asioinnissa ja tarvitsemiensa palveluiden hankkimisessa. (Kaski ym. 2012, 19.)

Keskiasteinen älyllinen kehitysvammaisuus (retardatio mentalis moderata) aiheuttaa olennaisia viiveitä lapsen kehityksessä. Keskiasteisesti kehitysvammaisen henkilön älykkyyssosamäärä on 35–49 ja älykkyyssikä 6–8. Hän selviytyy melko itsenäisesti päivittäisistä toiminnoistaan, mutta tarvitsee aikuisiässä eriasteisesti tukea kyetäkseen toimimaan yhteiskunnassa. Asumisessa keskiasteisesti kehitysvammaiset henkilöt tarvitsevat enemmän tukea ja ohjausta kuin he, joilla on lievä älyllinen kehitysvamma. (Kaski ym. 2012, 19–20.)

Vaikea älyllinen kehitysvamma (retardatio mentalis gravis) aiheuttaa henkilölle suuren hoivan ja ohjauksen tarpeen. Älykkyyssosamäärä on tuolloin 20–34 ja älykkyyssikä 3–5. Vaikean älyllisen kehitysvamman omaava ihminen on hyvin riippuvainen toisista ihmisistä, mutta pitkäjänteisen kuntoutuksen avulla hän voi oppia melko omatoimiseksi päivittäisissä toiminnoissaan. (Kaski ym. 2012, 20–21.)

Syvä älyllinen kehitysvamma (retardatio mentalis profunda) aiheuttaa henkilölle jatkuvan hoivan ja hoidon tarpeen. Hän on täysin riippuvainen muista ihmisistä,

hänen älykkyydosamääränsä on alle 20 ja älykkyydikä 0–2. Syvästi kehitysvammaisella ihmisellä on huomattavia puutteita esimerkiksi kommunikatioissa, motorikassa ja kyvyssä huolehtia päivittäisistä toimistaan, joten hänen kuntouttamisesaan keskitytään pääsääntöisesti harjaannuttamaan edellä mainittuja taitoja. (Kas-ki ym. 2012, 21.)

3.2.2 Kehitysvammaisuus toimintakyvyn näkökulmasta

Toimintakyvyn käsite liittyy ihmisen kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin ja sitä voidaan tarkastella joko voimavaralähtöisesti, jäljellä olevan toimintakyvyn tasolla tai todettuina toiminnan vajeina. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen julkaiseman Vammaispalvelujen käsikirjan käyttämän määritelmän mukaan toimintakyvyllä tarkoitetaan sitä, että henkilö selviytyy itselleen merkityksellisistä ja välttämättömistä jokapäiväisistä toiminnoista siinä ympäristössä, missä hän elää. Henkilön oma arvio toimintakyvystä on yhteydessä hänen terveyteensä ja sairauksiinsa, toiveisiinsa, asenteisiinsa sekä niihin tekijöihin, jotka haittaavat selviytymistä jokapäiväiseen elämään liittyvissä asioissa. Toimintakykyyn kuuluu neljä eri ulottuvuutta, joita tarkastelemalla voidaan muodostaa kattava kuva henkilön toimintakyvystä. **Fyysinen toimintakyky** sisältää kyvyn suoriutua fyysisesti mm. päivittäisistä perustoiminnoista, arjen askareista, työstä ja opiskelusta sekä vapaa-ajan vietosta. **Kognitiivinen toimintakyky** käsittää mm. muistiin, oppimiseen, keskittymiseen, hahmottamiseen, orientaatioon ja kielellisiin toimintoihin liittyviä asioita. Elämänhallintaan ja psyykkiseen hyvinvointiin liittyy ihmisen **psyykkinen toimintakyky**, johon kuuluvat itsearvostus, mieliala, voimavarat ja haasteista selviytyminen. **Sosiaalinen toimintakyky** sisältää kyvyn olla sosiaalisessa vuorovaikutuksessa muiden kanssa ja sitä tarkastellaan elämän mielekkyyden, osallistumisen ja ihmisuhteiden näkökulmasta. (THL /Vammaispalvelujen käsikirja, 2015.)

The American Association of Intellectual and Developmental Disabilities (AAIDD) on maailman vanhin kehitysvamma-alan järjestö, joka määrittelee älyllisen kehitysvammaisuuden toiminnallisuuden näkökulmasta. AAIDD:n määritelmän mukaan henkilön kehitysvamma ilmenee ennen 18:aa ikävuotta ja hänen toimintakyvysään on huomattavia rajoitteita. Tilaan liittyy keskimääräistä heikompi älyllinen

suorituskyky ja siihen liittyy samanaikaisesti rajoituksia vähintään kahdessa adaptiivisten taitojen yksilöllisesti sovellettavista osa-alueista. Näitä itsenäisen elämän osa-alueita ovat: kommunikaatio, itsestä huolehtiminen, kotona asuminen, sosiaaliset taidot, yhteisössä toiminta, itsehallinta, terveys ja turvallisuus, oppimiskyky, vapaa-aika sekä työ. (Kaski ym. 2012, 16.; Vernerinen – Kehitysvamma-alan verkkopalvelu, 2015.)

Maailman terveysjärjestö WHO julkisti vuonna 2001 Toimintakyvyn, toimintarajoitteiden ja terveyden kansainvälisen luokituksen ICF:n (International Classification of Functioning, Disability and Health), joka on ollut saatavana suomenkielisenä vuodesta 2004. ICF:n mukaan toimintakyky jaetaan neljään eri osa-alueeseen, joita ovat kehon toiminnot, ruumiin rakenne, suoritukset ja osallistuminen sekä ympäristötekijät. Nämä osa-alueet on pilkottu useisiin pääluokkiin, jotka koostuvat useista alaluokista, joten ICF:n avulla saadaan tarkka ja monipuolinen kokonaiskuva henkilön toimintakyvystä. (Kaski ym. 2012, 15.; THL/ Vammaispalvelujen käsikirja, 2015.)

3.2.3 Kehitysvammaisuus sosiaalisuuden näkökulmasta

Kehitysvammaisuutta on tarkasteltu perinteisesti lääketieteen näkökulmasta, jolloin kuva jää helposti hieman yksipuoliseksi. Lääketieteen rinnalla on pitkään kulkenut myös toimintakykyyn liittyvä näkökulma, jolloin tärkeää roolia näyttelee henkilön kyky selviytyä erilaisissa ympäristöissä. Vähitellen jalansijaa on saanut myös sosiaalisuuden näkökulma, missä huomioidaan, että vamman sijaan henkilön mahdollisuuksia rajoittavat myös riippuvuus muista ihmisistä sekä yleiset ennakkoluulot ja syrjintä. Vammaisuutta ei nähdä ihmisen ominaisuutena, vaan se on pikemminkin ympäristön ja elinolosuhteiden muovaama tila. (Kaski ym. 2012, 219; Vernerinen – Kehitysvamma-alan verkkopalvelu, 2015.)

Heikki Seppälän mielestä kehitysvammaisuus näkyy sosiaalisesta näkökulmasta tarkasteltuna yhteisön suhteena yksilöön, ja tähän suhteeseen pyritään vaikuttamaan esimerkiksi vammaispolitiikan keinoin. Kehitysvammaisuus ja vammaisuus ilmenevät eri kulttuureissa eri tavoin, joten niihin suhtaudutaan myös hyvin vaihtelevasti. Oman painoarvonsa tuo myös henkilön oma kokemus tilanteesta, eli kuin-

ka hän itse kokee oman kehitysvammaisuutensa. Sosiaalinen näkökulma hyväksyy lääketieteellisen kannan vamman laadusta, mutta samalla halutaan korostaa, ettei vamman haitta aiheudu itse vammasta, vaan ympäröivästä yhteiskunnasta. (Seppälä 2010, 180–182.)

Sosiaalinen näkökulma haluaa korostaa, että vammastaan huolimatta kehitysvammaisen henkilö on pohjimmiltaan samanlainen ihminen kuin kaikki muutkin. Näkökulma tuo esiin vammaisen henkilön riippuvuuden toisista ihmisistä ja painottaa, että riippuvuutta lisäävät entisestään mm. asenteet, ennakkoluulot, syrjäytetty asema ja rakenteelliset esteet. Nämä puolestaan johtuvat usein siitä, että yhteiskuntaa ei aina muokata sen kaikille jäsenille sopivaksi. Sosiaalisesta näkökulmasta tarkasteltuna kehitysvammaisuus on tiukasti sidoksissa yhteiskunnan asenteisiin ja esteisiin, jolloin jostain ihmisen tietyistä ominaisuuksista saattaa tulla vammaisuutta juuri niiden vuoksi. Esimerkiksi liikuntavammasta johtuviin rajoitteisiin vaikuttaa se, miten eri apuvälineillä pääsee kulkemaan julkisiin rakennuksiin ja miten apuvälineiden käyttäjiin suhtaudutaan yleisesti. Vammaisuutta määrittelee se kulttuurinen ja sosiaalinen ympäristö, missä vammaiseksi määritelty ihminen elää. (Vernerinen – Kehitysvamma-alan verkkopalvelu, 2015.)

3.3 Kehitysvammaisuus ja ikääntyminen

Kehitysvammaisten ikääntymistä on tutkittu maassamme suhteellisen vähän ja eri lähteiden mukaan käsitteen ”ikäntynyt kehitysvammaisen” määrittelemisen on osoittautunut yllättävän hankalaksi tehtäväksi. Vernerinen verkkopalvelun mukaan kehitysvammaisten ihmisten kohdalla ikääntyminen on edelleen vaihtelevaa. Ikääntymisen alkamisesta ei ole yksimielisyyttä edes kalenteri-ikäen mukaan määriteltynä. Kansainvälisessä kirjallisuudessa raja vaihtelee 40 ikävuodesta 75 ikävuoteen. Yleisimmin käytetään 55 ikävuotta, vaikka ikääntymiseen liittyviä muutoksia alkaa ilmetä yleisesti jo 40 ikävuoden jälkeen. (Vernerinen – Kehitysvamma-alan verkkopalvelu, 2015.)

Kehitysvammaisten tutkimusyksikkö Kotun raportissa kehitysvammaisten ikääntymisestä kerrotaan, että pelkkä älyllinen kehitysvammaisuus ei vaikuta vanhenemisprosessiin. Kehitysvammaisuus sinällään ei aiheuta varhaisempaa tai no-

peampaa vanhenemistä, mutta altistamalla erilaisille sairauksille se vaikuttaa sekundaarisesti sekä vanhenemiseen että elinikään. Kehitysvammaisten joukossa on lisäksi ryhmiä, joilla ikääntyminen alkaa aiemmin ja etenee nopeammin kuin muissa kehitysvammaisryhmissä tai valtaväestössä. (Numminen ym. 2005, 7.) Esimerkiksi Downin oireyhtymään ja useisiin eteneviin muistisairauksiin liittyy lähes aina dementiaa (Erkinjuntti ym. 2010, 296.; Kaski ym. 2012, 213.)

Kehitysvammaisten elinajoissa on suurta vaihtelua, joten se vaikeuttaa omalta osaltaan tämän erityisryhmän ikääntymisen määrittelyä. On myös huomattu, että sekä ikääntyminen että kehitysvamma vaikuttavat yksilöllisesti ihmisen toimintakykyyn ja onkin lähes mahdotonta eritellä niiden osuutta toimintakyvyn heikkenemiseen. (Numminen ym. 2005, 11.)

Kehitysvamma rajoittaa määritelmällisesti henkilön toimintakykyä. Sen lisäksi vanhenemiseen liittyvät lisärasitteet tuovat haasteita toimintakyvylle ja arjesta selviytymiselle. On myös huomattu, että kehitysvammaisten ikääntymisen keskeinen haaste on ns. kaksoisdiagnoosin ongelma, jolloin ikääntymisen myötä toimintakyvyssä tapahtuvat muutokset saatetaan lukea kuuluviksi luonnostaan kehitysvammaisuuteen. Siitä saattaa seurata myös monien hoidettavien syiden alidiagnosointi ja tarvittavan hoidon puute. (Raitanen ym. toim. 2004, 247.)

Ikääntyneiden kehitysvammaisten kasvanut määrä on havahduttanut maamme kehitysvammahuollon miettimään ja kehittämään uudenlaisia palvelukokonaisuuksia, koska varsinkin ikääntymiseen liittyvät toimintakykymuutokset vaikuttavat tarvittavien ja käytettävien palveluiden sisältöön. Ikäihmisten hoitoa ja palveluja koskevan laatusuosituksen mukaan ikääntyvän henkilön hyvän hoidon perustana on kuntouttava työote. Tämä tarkoittaa yksilöllisten voimavarojen ylläpitämistä ja tukemista. (Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2003:3.)

Kotun tekemän tutkimuksen mukaan ikääntyminen uhkaa kehitysvammaisen ihmisen toimintakykyä, joten tulevaisuudessa toimintakyvyn ylläpitämiseen on kiinnitettävä erityistä huomiota räätälöimällä heille yksilöllistä, toimintakykyä ylläpitävää toimintaa. Tutkimuksen mukaan vain joka neljäs ikääntynyt kehitysvammaainen liikkuu tarpeeksi pysyäkseen terveenä. Tutkimuksesta selviää myös, että tulevaisuudessa palveluiden kehittämiseksi tarvitaan tietoa ja koulutusta kehitysvam-

maisten ikääntymisestä sekä valtakunnallisia arviointimenetelmiä toimintakykymuutosten ja muistisairauksien tunnistamiseen. (Numminen ym. 2005, 26–27.)

Kehitysvamma-alan julkaisu Ketjuun haastateltu yleislääketieteen emeritaprofessori Sirkka-Liisa Kivelä pohtii artikkelissa ”Sallitaan elämä” kehitysvammaisten ikääntymistä ja ikääntymisen myötä ilmeneviä muistisairauksia. Kivelän mielestä ikääntyvien kehitysvammaisten henkilöiden muistisairauksien tutkiminen ja diagnosoiminen on vaikeampaa kuin vammattomien ikääntyvien ihmisten, joten niiden yleisyydestä ei ole olemassa tarkkoja tietoja. On kuitenkin esitetty arvioita, että erilaiset muistisairaudet ovat ikääntyvillä kehitysvammaisilla jopa 2–3 kertaa yleisempiä kuin vammattomilla ikäihmisillä. Kehitysvammaisilla ihmisillä muistisairauden aiheuttamat muutokset saattavat alkaa huomattavasti nuorempana kuin vammattomilla ihmisillä, ja eräs huomionarvoinen merkki on Kivelän mukaan hymyn katoaminen kasvoilta. Muita muistisairauteen liittyviä oireita saattavat olla jo opittujen taitojen katoaminen sekä muistin ja kognitiivisten taitojen heikkeneminen. Myös omatoimisuus saattaa vähentyä ja itseilmaisu rajoittua kielellisten taitojen hiipuesssa. (Grönstrand 2014, 16–18.)

Kivelän (2014, 16–18) sekä Iivanaisen (2010, 297) mukaan muistisairaudet alkavat kehittyä kehitysvammaisilla huomattavasti aiemmin kuin muulla väestöllä ja ne lisääntyvät ikääntymisen myötä. Erilaisia muistisairauteen viittaavia oireita saataan havaita kuitenkin jo alle 40-vuotiailla kehitysvammaisilla. Vahtera (2002, 7) kokee dementoituvan kehitysvammaisen elämänlaadun varmistamisen erääksi kehitysvammahuollon suurimmista haasteista. Alalla työskentelevillä ei ole hänen mukaansa vielä tarpeeksi tietoa muistisairauksista ja ikääntymisen myötä ilmenevistä erityispiirteistä. Muistisairauksien alkamisikä on kehitysvammaisilla henkilöillä alhaisempi kuin muulla väestöllä ja Vahteran mukaan diagnosoinnissa ei juuri voida käyttää yleisiä arviointimenetelmiä toimintakykyyn liittyvien rajoitusten vuoksi.

Kivelä painottaa, että toimettomuus on muistisairaalle kehitysvammaiselle huono vaihtoehto, koska jokaisen ihmisen pitäisi päästä toteuttamaan itseään kykyjensä mukaan. Arkielämän askareissa kohdatut haasteet johtuvat usein alentuneesta toimintakyvystä, joten vaikeuksien ja epäonnistumisten vastapainoksi ihmiselle olisi annettava mahdollisuus positiivisiin onnistumisen elämyksiin, koska ne tuke-

vat itsetunnon säilyttämistä. On tärkeää keskittyä vielä jäljellä oleviin taitoihin, eikä huomautella asioista, joita hän ei enää muista tai osaa. (Grönstrand 2014, 16–18.)

4 TTAP – TAITEITA HYÖDYNTÄVÄ TEEMALLINEN KUNTOUTUSMENETELMÄ

4.1 TTAP-menetelmä

Amerikkalainen professori Linda Levine Madori on työskennellyt yli 25 vuoden ajan ikääntyneiden ihmisten kanssa. Pitkän uransa aikana hän on kehittänyt kuntoutusmenetelmän The Therapeutic Thematic Arts Programming for Older Adults, joka on käännetty suomeksi sanoilla: Taiteita hyödyntävä teemallinen kuntoutusmenetelmä. Pitkästä englanninkielisestä nimestä käytetään usein lyhennettä TTAP-menetelmä, ja samaa lyhennettä käytetään myös tässä opinnäytetyössä.

Levine Madorin luoma menetelmä perustuu uusimpiin aivotutkimuksiin, joista saatujen tulosten perusteella voidaan todeta, että stimuloimalla aivojen kaikkia osalualueita erilaisten terapiaharjoitusten muodossa, voidaan aivojen toimintaa kehittää ja parantaa. TTAP on jäsenelty ohjelma, joka muodostuu tarkoin suunnitellusta tiettyyn teemaan liittyvistä terapeuttisista etuja aikaan saavista luovista toiminnoista. Tavoiteltuja etuja saavutetaan, kun monipuolisen luovan taidetoiminnan avulla pyritään antamaan monenlaisia ärsykeitä aivojen eri alueille. (Levine Madori 2010, 19–20, 55.)

TTAP-menetelmän teorian taustalla vaikuttavat sekä ikääntymisen teorian, jotka korostavat koko eliniän jatkuvaa aktiivista toimintaa että terapeuttisen virkistystoiminnan perustan muodostava teoreettinen viitekehys. Tämän kokonaisuuden hahmottaminen luo ohjaajalle edellytykset muokata jokaiselle osallistujalle hänen hyvinvointiaan tukevaa taidepainotteista ohjelmaa. Ryhmätoimintaan osallistujien vapaaehtoisuuteen perustuvalla osallistumisella sekä heidän henkilökohtaisilla valinnoillaan on positiivinen vaikutus yksilön kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. (Levine Madori 2010, 37, 45.)

TTAP-menetelmä yhdistää monipuolisesti erilaisia taideterapian muotoja yhden teeman ympärille rakennettuun ohjelmakokonaisuuteen. Menetelmän keskeisenä tavoitteena on tarjota osallistujille kaikenlaisia luovia taidekokemuksia ja samalla se tarjoaa luontevan tavan oppia asioita toiminnan avulla. Toiminta tapahtuu ryh-

mässä, mutta ohjaaja muokkaa tekemisen jokaisen osallistujan taitotasoon soveltuvaan, koska tavoitteena on sisäisen motivaation herättely mielekkäiksi koettujen tehtävien avulla. (Levine Madori 2010, 45, 71.)

4.1.1 TTAP-menetelmän tavoitteet

Levine Madorin kehittämällä kuntoutusmenetelmällä on yhteensä viisi päätavoitetta. Ensinnäkin on havaittu, että aivojen kaikkien alueiden stimulointi parantaa ihmisen kognitiivista, emotionaalista, fyysistä sekä sosiaalista toimintakykyä. Voidaan siis sanoa, että aivoja on käytettävä niiden toiminnan ylläpitämiseksi. Toiseksi TTAP-menetelmä antaa osallistujalle mahdollisuuden yhdistää aiemmat elämäkokemuksensa uusiin ryhmätoimintakokemuksiin taiteen luomisen lomassa. Kolmanneksi osallistujalle tarjoutuu mahdollisuus päästä osaksi ryhmää, mikä lisää sosiaalista kanssakäymistä ja tuo omalta osaltaan turvallisuuden tunnetta. Neljänneksi ryhmäläiset saavat osallistua erilaisiin luoviin taidetoimintoihin, joita ovat esimerkiksi musiikki, maalaaminen, kuvanveisto, liikkuminen, runous ja teematapahtumat. Viimeiseksi menetelmä tarjoaa ohjelmaa, jossa osallistuja pääsee nauttimaan ns. flow-kokemuksesta. (Levine Madori 2010, 13.)

Flow on alun perin unkarilaissyntyisen, nykyään Yhdysvalloissa asuvan psykologin, Mihály Csíkszentmihályin nimeämä käsite henkilökohtaiselle kokemukselle, jonka aikana toiminta tapahtuu optimaalisen kokemuksen tilassa. Flow-tilassa henkilö uppoutuu tehtäväänsä unohtaen sekä itsensä että ympäristönsä ja työskentely tuottaa hänelle suurta mielihyvää. TTAP-menetelmän myötä saman teeman työstäminen erilaisten luovien menetelmien avulla voi tehdä taidekokemuksista erittäin palkitsevia ja tukea flow-tilan muodostumista. (Levine Madori 2010, 46.; Csíkszentmihályi, M. 2005, 72.)

Eräs TTAP-menetelmän keskeisimmistä tavoitteista on siis antaa osallistujalle erilaisia taidekokemuksia yhdeksän eri vaiheen aikana. Lisäksi menetelmällä on vielä kolme tavoitetta, joista ensimmäinen on osallistujan itsetunnon ja sisäisen motivaation välisen yhdyssiteen löytäminen ja tämän prosessin edistäminen ryhmätoiminnan aikana. Toiseksi hyödynnetään osallistujan aiempia kokemuksia, harrastuksia sekä mielenkiinnon kohteita ja hänen itseilmaisunsa nousee ryhmätoimin-

nan aikana keskeiseen rooliin. Kolmanneksi kehitetään osallistujan tietoja ja taitoja hänen itseilmaisuaan tukevalla tavalla. Jokaisen osallistujan yksilöllisiä työskentelytapoja tuetaan, mutta samalla heitä kannustetaan myös toimimaan ryhmässä ja löytämään yhdessä uusia näkökulmia. (Levine Madori 2010, 15.)

4.1.2 TTAP-menetelmän tarjoamat hyödyt

Temaattinen ohjelmointi on prosessi, joka edistää luovaa ajattelua, sitä seuraavaa aivoriihiyöskentelyä ja lopuksi toteuttamista. Osallistujan antama palaute on tärkeässä roolissa, koska se mahdollistaa omien mielipiteiden kertomisen sekä lisää vuorovaikutusta muun ryhmän kanssa. Menetelmä antaa mahdollisuuden yksilölliselle työskentelylle, lisää osallistumista ja nostaa osallistujien itsetuntoa. (Levine Madori 2010, 64.)

TTAP-menetelmästä on hyötyä sekä ohjaajalle että osallistujalle, koska molemmat tuovat ryhmätoimintaan omia kokemuksiaan, mikä antaa taiteisiin liittyvän ohjelman kehittämiseen paljon mahdollisuuksia. Menetelmä antaa teeman avulla mahdollisuuden oppia ja käsitellä uutta toiminnan kautta ja se antaa osallistujille mahdollisuuden perehtyä yhdessä valittuun teemaan perusteellisesti. Eri vaiheiden mukainen ohjelma on järjestelmällistä, mutta joustavaa, koska se sovitetaan jokaisen osallistujan yksilöllisten oppimistarpeiden ja mielenkiinnon kohteiden mukaisesti. Menetelmässä yhdistyvät kaikki luovan taideterapian muodot niin, että ne täydentävät terapeutista prosessia ja luovat jatkuvuutta eri toimintojen välille. (Levine Madori 2010, 14–15, 66.)

4.2 TTAP-menetelmän yhdeksän vaihetta

TTAP-menetelmää sovellettaessa ryhmäläisten yhteisesti valitsemaa teemaa käsitellään erilaisten luovien menetelmien avulla yhdeksän eri vaiheen aikana. Muistoja palautetaan mieliin, mielikuvia luodaan ja aiheesta keskustellaan esimerkiksi maalaamisen, musiikin, kuvanveiston, liikkeen ja erilaisten tapahtumien avulla. Samaa teemaa käsiteltäessä otetaan yhdeksän askelta, joista jokainen nivoutuu edelliseen, mutta Levine Madorin (2010, 71) mukaan tiettyä järjestystä ei tarvitse

noudattaa ja eri vaiheita voidaan toistaa osallistujien toiveiden mukaisesti. Ryhmätuokioiden kesto ja kokoontumiskertojen tiheys voidaan sovittaa osallistujien omiin aikatauluihin.

Ohjaajalla on ryhmätuokioissa tärkeä rooli, koska hänen on huomioitava jokaisen osallistujan yksilölliset tarpeet varmistamalla, että jokaisella on taitatasoonsa nähden tarpeeksi haastavaa tekemistä. Ohjaajan on varmistettava ryhmäläisten turvallisuus oikeanlaisten työskentelyvälineiden ja -materiaalien avulla eikä hän jätä ryhmäänsä koskaan yksin. Levine Madorin (2010, 80) mukaan ohjaajan tulee olla läsnä sekä fyysisesti että emotionaalisesti. Onnistumisen iloa koetaan eniten silloin, kun ohjaaja on saanut luotua ryhmään niin luottamuksellisen ilmapiirin, että jokainen osallistuja uskaltaa kertoa mielipiteistään ja tuntemuksistaan toisille.

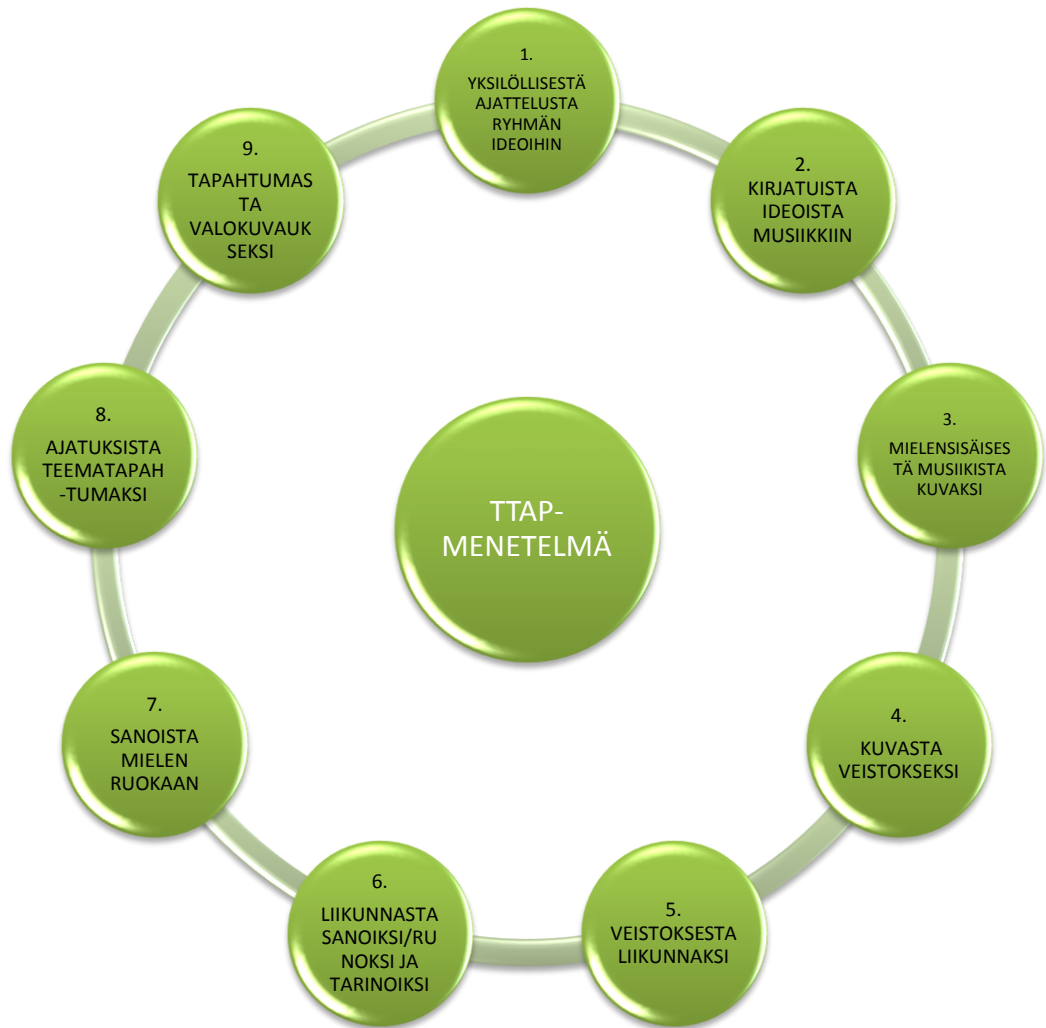
TTAP-menetelmän ensimmäisessä vaiheessa valitaan yksi yhteinen teema, josta heränneitä ajatuksia ja ideoita kootaan yhteen joko kirjoittamalla tai kuvallisesti esittäen. Pahville tai taululle kootut tiedot auttavat selkiyttämään keskustelun kulua ja samalla stimuloidaan osallistujien visuaalisia ja verbaalisia kykyjä, jotka usein heikkenevät ikääntymisen myötä. Toisessa vaiheessa teemaa käsitellään musiikin avulla ja tuolloin ohjaaja voi käyttää esimerkiksi teemaan liittyviä ääniä, lauluja tai levyjä. Musiikin herättämistä mielikuvista ja ajatuksista keskustellaan, ja menetelmän kolmannessa vaiheessa näistä mielikuvista luodaan kuva maalaamalla, piirtämällä tai vaihtoehtoisesti liimaamalla leikattuja kuvia paperille. Levine Madorin (2010, 71–81) mukaan ei tarvitse olla taiteilija maalatakseen tai piirtääkseen kuvia. Taiteen tekemisessä tärkeintä on yksilöllinen kokemus ja luomisprosessi, ei niinkään sen lopputulos. Edellisestä vaiheesta tuttu musiikki voi soida taustalla, koska se voi auttaa osallistujia löytämään inspiraation ja keskittymään työskentelyyn. Taideteoksista keskustellaan lopuksi yhdessä.

Menetelmän neljännessä vaiheessa valmistetaan veistos, joka voidaan tehdä esimerkiksi savesta tai paperimassasta. Näin musiikin herättämät muistot tai mielikuvat saavat kolmiulotteisen muodon. Viidennessä vaiheessa teemaa käsitellään musiikin, tanssin tai liikkeen kautta. On ensisijaisen tärkeää käsitellä teemaa mahdollisimman laaja-alaisesti, koska näin aivojen eri osa-alueita voidaan aktivoida tehokkaasti. Kuudennessa vaiheessa tehdään runoja tai sepitetään tarinoita. Tuol-

loin sanoja käytetään satujen, laulujen tai vaikka ristikoiden muodossa, jolloin ne saavat syvemmän merkityksen. (Levine Madori 2010, 81–90.)

Seitsemäs vaihe on nimeltään ”sanoista mielen ruokaan”. Ruoka herättää useissa ihmisissä muistoja erilaisista tilanteista, ja sen avulla voidaan kehittää monenlaista luovaa toimintaa, joka vaikuttaa kaikkiin aisteihin. Tässä vaiheessa voidaan esimerkiksi leipoa, valmistaa ruokaa, tutkia hedelmiä tai järjestellä niitä erilaisiin ryhmiin. Osallistujat saavat maistella ja haistella eri ruoka-aineita sekä kertoa omista ruokaan liittyvistä muistoistaan ja kokemuksistaan. Menetelmän kahdeksannessa vaiheessa järjestetään teemaan liittyvä tapahtuma tai juhla, johon voidaan kutsua myös vieraita kuten esimerkiksi osallistujien läheisiä. Ryhmä voi osallistua tapahtuman valmisteluun ja asettaa esille toimintatuokioiden aikana tehtyjä taideteoksia. Näin ryhmäläisten yhteisö saadaan liitettyä luontevasti mukaan ohjelmaan ja he saavat kokea, kuinka luova taide vaikuttaa osallistujien elämänlaatuun. (Levine Madori 2010, 90–92.)

Viimeiseen vaiheeseen liittyvät valokuvaus, muistot ja prosessin aikana otetut valokuvat. Valokuvien avulla voidaan tehokkaasti stimuloida aivoja muistojen mieleen palauttamiseksi, joten tässä menetelmän yhdeksännessä vaiheessa voidaan katsella kuvia ja keskustella niistä yhdessä. (Levine Madori 2010, 92–94.)



Kuvio 1. TTAP-menetelmä

4.3 Teoriaosan yhteenveto

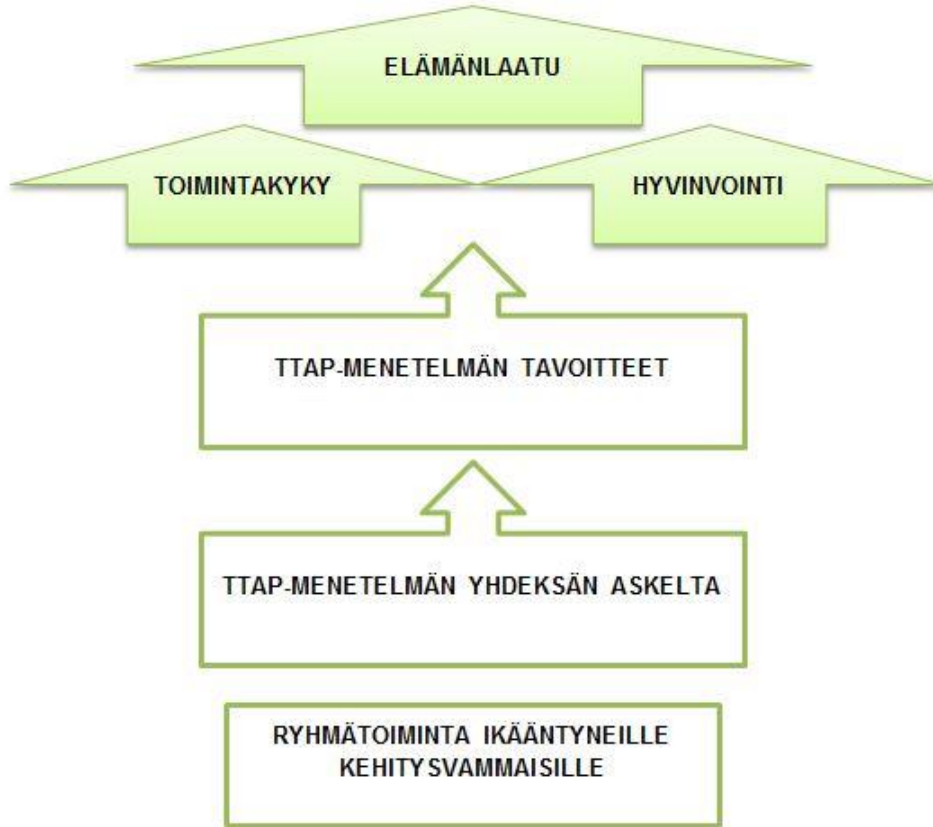
Tässä opinnäytetyössä on aiemmin kerrottu, että sekä kehitysvamma että ikäänntyminen vaikuttavat yksilöllisesti ihmisen toimintakykyyn ja muutokset toimintakyvyn eri osa-alueissa vaikeuttavat päivittäisistä toiminnoista ja arjen haasteista selviytymistä. Tutkimusten mukaan muistisairaudet ovat kehitysvammaisilla yleisempiä kuin vammattomilla ihmisillä ja muistisairauksien oireita ilmenee heillä selkeästi muuta väestöä varhaisemmassa vaiheessa. On siis tärkeää huomioida asumismuotoa ja työtoimintoja suunniteltaessa, että kehitysvamma, ikäänntyminen ja sen myötä ilmenevä muistisairaus vaikuttavat merkittävästi ihmisen toimintakykyyn ja kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Kuntouttavalla ja toimintakykyä ylläpitävällä työ-

otteella on Suomen kehitysvammahuollossa pitkät perinteet ja kehitysvammaisten henkilöiden eliniän noustessa, on huomattu, että räätälöimällä ikääntyneille kehitysvammaisille henkilöille yksilöllistä ja toimintakykyä ylläpitävää toimintaa, voidaan ikääntymisen mukanaan tuomia haasteita lieventää. Kaski ym. (2012, 218) määrittelevät kuntoutuksen sellaiseksi toiminnaksi, jonka avulla kuntoutujan toimintakyky sekä henkilökohtainen tyytyväisyys elämää kohtaan paranevat. Kohentuneiden voimavarojen myötä myös päivittäisistä toiminnoista selviytyminen sujuu helpommin.

Linda Levine Madori on luonut ikääntyneille muistisairaille taiteita hyödyntävän teemallisen kuntoutusmenetelmän havaittuaan uusien aivotutkimusten tulosten myötä, että aivojen kaikkien alueiden stimulointi parantaa ihmisen toimintakyvyn kaikkia osa-alueita. Fyysiseen toimintakykyyn vaikuttavat menetelmän mukaiset liikunnalliset ja hienomotoriset harjoitukset, jotka vaikuttavat esimerkiksi osallistujien tasapainoon, liikkumiseen ja arjen askareista selviytymiseen. Kognitiivinen toimintakyky saa prosessin aikana paljon harjoitusta, koska taidetuokioiden aikana harjoitetaan paljon mm. hahmotuskykyä, muistia, keskittymiskykyä ja kielellisiä taitoja. Psykkistä toimintakykyä parannetaan TTAP-prosessin aikana vahvistamalla jokaisen osallistujan itsearvostusta sekä auttamalla heitä löytämään ja käyttämään omia voimavarojaan sen sijaan, että keskitytään kehitysvammasta johtuviin puutteisiin ja ongelmiin. Sosiaaliseen toimintakykyyn pyritään vaikuttamaan kannustamalla osallistujia sosiaaliseen kanssakäymiseen muiden ryhmäläisten kanssa ja kehittämällä heidän vuorovaikutustaitojaan.

TTAP-menetelmää on käytetty muistisairaiden lisäksi myös muiden erityisryhmien kanssa ja muista tutkimuksista saadut tulokset ovat herättäneet ajatuksen, että menetelmän mukainen ohjelmakokonaisuus saattaisi toimia osana myös iäkkäiden kehitysvammaisten kuntoutusta ja ryhmätoimintaa. Toimettomuus ja puolesta tekeminen heikentävät jo opittuja ja olemassa olevia taitoja, mikä saattaa passivoida vielä enemmän ja arki täyttyy vaikeista tehtävistä sekä epäonnistumisista. TTAP-menetelmän mukainen, jokaisen osallistujan taitotasoon mukautettu ohjelma saattaisi omalta osaltaan tarjota mahdollisuuden ylläpitää opittuja taitoja ja harjoitella uusia asioita yhdessä tutun ja turvallisen ryhmän kanssa. Ryhmän tuki, kannustava ilmapiiri ja onnistumisen ilo vaikuttavat positiivisesti osallistujien itsetuntoon,

mikä saa heidät ilmaisemaan itseään aiempaa rohkeammin. Hyvä toimintakyky lisää hyvinvointia ja tekee arjesta sujuvaa, mikä on eräs ihmisen elämän perusedellytyksistä.



Kuvio 2. Teoriaosan yhteenveto

5 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

5.1 Laadullinen tutkimus ja toiminnallinen tutkimusote

Tämän opinnäytetyön tutkimusmenetelmä on laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä. Laadullinen tutkimus kuvaa todellista elämää ja se on luonteeltaan kokonaisvaltaista tiedonhankintaa, jolloin tutkimusaineisto kerätään luonnollisissa tilanteissa ja aineiston hankinnassa käytetään laadullisia metodeja, joita ovat esimerkiksi osallistuva havainnointi ja erilaiset haastattelut. Kohdejoukko valitaan tutkimukseen tarkoituksenmukaisesti ja lähtökohtana on aineiston perusteellinen tarkastelu. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2007, 157–160.)

Laadullinen tutkimusmenetelmä valikoitui tähän opinnäytetyöhön luontevasti, koska havainnoinnin ja haastatteluiden perusteella haluttiin selvittää, kuinka ikääntyneille muistisairaille kehitetty taiteita hyödyntävä teemallinen kuntoutusmenetelmä soveltuu käytettäväksi ikääntyneiden kehitysvammaisten henkilöiden ryhmätoiminnassa. Kohdejoukkoa ei valittu satunnaisesti, vaan se koottiin tietoisesti ikääntyneistä kehitysvammaisista ihmisistä, joiden arveltiin hyötyvän ohjatusta taiteisiin liittyvästä ryhmätoiminnasta.

Kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä auttaa ymmärtämään ilmiöiden kokonaisvaltaisen luonteen, kun halutaan saada kirjoittamatonta faktatietoa tai halutaan selvittää ihmisen toiminnan taustalla vaikuttavia tekijöitä (Vilkka & Airaksinen 2003, 63). Laadullisen tutkimuksen avulla haetaan teoreettisesti mielekästä tulkintaa jollekin ilmiölle, joten kohdejoukon valinta saa tutkimuksessa tärkeän merkityksen (Tuomi & Sarajärvi 2009, 85).

Toiminnallisessa opinnäytetyössä teoria ja käytäntö yhdistyvät luontevalla tavalla, koska toteutus on hyvin käytännönläheinen ja työelämälähtöinen, mutta raportointi tapahtuu kuitenkin tutkimusviestinnän keinoin. Toiminnallisen opinnäytetyön raportti on yksityiskohtainen selonteko siitä, kuinka työ on toteutettu. Siinä kuvaillaan tarkasti prosessin eri vaiheet, se sisältää itsearviointia, ja raportin tarkoitus on antaa lukijalle kokonaiskuva opinnäytetyön tekijän ammatillisesta osaamisesta. Tällaisen toiminnallisen opinnäytetyön avulla toteutuu eräs ammattikorkeakouluopin-

tojen perusajatuksista, jonka mukaan opiskelija osaa yhdistää koulutuksen myötä saamansa ammatillisen teorian tiedon ammatilliseen käytäntöön. Saamansa teoriapohjan turvin opiskelija osaa tarkastella kriittisesti erilaisia työelämän haasteita ja esimerkiksi toiminnallisen opinnäytetyön avulla herättää uusia ajatuksia ja kehittää kokonaan uudenlaisia toimintatapoja. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 9–15, 42, 65.)

Tämä työ on toiminnallinen opinnäytetyö, jossa näkyvät sekä tutkimuksellinen asenne että vahva yhteys käytännön työelämään. Kimmokkeen tähän opinnäytetyöhön antoi työelämässä tehty havainto ikääntyneiden kehitysvammaisten henkilöiden kasvavasta määrästä ja tieto siitä, että kiinnittämällä huomiota heidän toimintakykyään ylläpitäviin ja parantaviin tekijöihin, parannetaan myös heidän elämänlaatuaan ja mahdollisuuksiaan elää mahdollisimman täysipainoista elämää ikääntymisen tuomista haasteista huolimatta. Opintojen myötä saatu tieto Levine Madorin luomasta teoriasta ja TTAP-kuntoutusmenetelmän avulla saaduista hyödyistä innosti soveltamaan teoriaa käytäntöön, koska kyseisen menetelmän avulla saatettaisiin luoda uusia työskentelytapoja myös kehitysvammahuollon arkeen. Heikkisen mukaan toimintatutkimuksen myötä saadaan uutta tietoa, jonka avulla voidaan kehittää käytäntöä. Se on yleensä ajallisesti rajattu tutkimusprojekti, jossa suunnitellaan ja kokeillaan uusia toimintatapoja. (Heikkinen, Rovio & Syrjälä 2006, 16–17.)

5.2 Kohdejoukko

Opinnäytetyöni yhteistyökumppaniksi valikoitui luontevasti kehitysvammaisten autetun asumisen yksikkö Nummikoti, jossa olen työskennellyt ohjaajana hoitokodin koko kymmenvuotisen olemassaolon ajan. Yksikkö on perustettu vuonna 2005 ja vuoden 2009 alussa se siirtyi Pirkanmaan sosiaalipalvelujen kuntayhtymältä Ylöjärven kaupungin perusturvan alaisuuteen. Nummikoti tarjoaa ympärivuorokautista kuntoutumiseen tähtäävää hoitoa 13 aikuiselle vakitukselle asukkaalleen. Lisäksi talossa on tilapäispaikka, joka on tarkoitettu ensisijaisesti ylöjärveläisille aikuisille kehitysvammaisille. Henkilökuntaan kuuluu kymmenen vakituista työntekijää, jotka tarjoavat talon asukkaille tukea, ohjausta ja apua heidän moninaisissa tarpeissaan. Nummikodin toimintaperiaatteita ovat muun muassa asiakaslähtöisyys, yh-

teisöllisyys sekä vuorovaikutuksen tukeminen. Yhteistyö asukkaiden läheisten kanssa on tärkeä osa toiminnan arvoja.

Hoitokodin esimiehen suostumuksella ryhmään valittiin neljä iäkstä asukasta Nummikodista. Jokaiselta ryhmään valitulta kysyttiin halusivatko he osallistua opinnäytetyöni toiminnalliseen osioon ja heidän suostumuksensa jälkeen pyydettiin lupa vielä heidän edunvalvojina toimivilta läheisiltään. Lähetin jokaiselle edunvalvojalle kirjeen (liite 4), missä kerroin lyhyesti opinnäytetyöni aiheesta sekä TTAP-kuntoutusmenetelmästä. Edunvalvojille lähetetyssä tiedotteessa kysyttiin myös lupa valokuvaukseen. Yhdellä osallistujalla ei ollut virallista edunvalvojaa, joten hänen oma suostumuksensa oli riittävä. Osallistujat olivat iältään 56–67 –vuotiaita, ja ryhmään kuului kaksi naista sekä kaksi miestä.

Aluksi tarkoituksena oli toteuttaa TTAP-menetelmän mukaista ryhmätoimintaa kahden eri yksikön asukkaille, mutta lopulta päädyttiin siihen, että on kaikkien etu, jos ryhmä ja ohjaaja ovat tuttuja toisilleen. Näin uudessa tilanteessa ryhmäytyminen sujui vaivattomammin ja havainnoitsijan roolissa ohjaajan olisi helpompi seurata ryhmäläisten toimintaa, kun he ja heidän toimintatapansa olisivat tuttuja jo vuosien takaa. Kaikki ryhmätoimintaan osallistuneet hoitokodin asukkaat olivat verbaalisesti lahjakkaita, joten ennako-odotusten mukaan heidän kanssaan olisi helppo keskustella aiheesta kuin aiheesta ja tutussa ryhmässä he uskaltaisivat kertoa mielipiteensä aidon rehellisesti.

5.3 Kokoontumispaikka, ajankohta ja avustava ohjaaja

Ryhmän kokoontumispaikaksi valittiin Nummikodin yhteydessä sijaitseva päivätoimintakeskus Huiske, joka tarjoaa asiakkailleen toimintakyvyn mukaan suunniteltua kuntoutuksellista ja virikkeellistä toimintaa, jolla tuetaan aikuisen elämän taitoja. Eräänä vaihtoehtona oli toteuttaa ryhmätuokiot niin ohjaajalle kuin osallistujillekin vieraassa tilassa, mutta käytännön syistä päädyttiin kaikille tuttuun tilaratkaisuun. Kun kokoonnuttiin kodin lähellä sijaitsevassa paikassa, ryhmäläisten ei tarvinnut varata erikseen aikaa tai rahaa ryhmätoimintaan siirtymistä varten. Myös keskittyminen saattaisi olla helpompaa, kun ympärillä ei olisi uusia, tutustumista vaativia ärsykeitä. Huiske sijaitsee samassa rakennuksessa kuin asukkaiden ko-

tina toimiva Nummikoti, mutta on täysin omana tilanaan erillisessä siivessä. Näin hoitokodin normaali arki ei häiriintyisi ryhmätoiminnasta ja TTAP-ryhmä saisi keskittyä kaikessa rauhassa omaan toimintaansa. Päivätoimintatilaan siirrytään oman eteisen kautta ja varsinaisena työskentelytilana toimii suuri huone, jonka toiseen päähän on sijoitettu pöytäryhmä askartelutehtäviä sekä ruokailua varten ja toisessa päässä on oleskelutila televisionurkkauksineen. Päivätoimintatiloissa on oma keittiö sekä lisäksi vielä kaksi muuta huonetta. Niistä toisessa on vuoteet päivittäisiä lepo- tai fysioterapiahetkiä varten ja toiseen on sijoitettu ohjaajien toimisto sekä erillinen tila pienryhmätyöskentelyä varten. TTAP-ryhmän toiminta suunniteltiin tapahtuvaksi pääsääntöisesti Huiskeen suurimmassa huoneessa. Askartelutoiminnot voitaisiin toteuttaa yhdessä pöydän ääressä, mutta tarvittaessa koko ryhmä tai muutama osallistuja voisi siirtyä joko sohvalle tai säkkituoleihin hiljentymistä ja rauhoittumista vaativia tehtäviä varten. Pienempi erillinen huone mahdollistaisi yksilötyöskentelyn niissä tilanteissa, jos työskentely yhdessä ryhmän kanssa ei jostain syystä onnistuisi.

Alkuperäisen suunnitelman mukaan ryhmän oli tarkoitus kokoontua kerran viikossa yhdeksän viikon ajan, mutta joulun ja uuden vuoden aikaan toimintaan tuli kolmen viikon tauko. Ryhmän tapaamispäiväksi valikoitui torstai-ilta, koska tuolloin osallistujilla ei ollut mitään muuta toimintaa. Ryhmätapaamiset suunniteltiin alkavaksi klo 17.00, koska päivällisen ja iltapalan väliin jäävä aika soveltui hoitokodin puolesta hyvin toimintatuokion järjestämiseen. Yhden toimintatuokion kestoksi ajateltiin 1½–2 tuntia, mutta osallistujien kärsivällisyydestä ja innokkuudesta riippuen aikataulu pidettiin joustavana.

Tarkoituksena oli, että ryhmään osallistujat saisivat toimia mahdollisimman itsenäisesti tuokioiden aikana, mutta jo suunnitteluvaiheessa huomioitiin, että muutamat ryhmäläisistä saattaisivat tarvita apua hienomotorisia taitoja vaativissa tehtävissä. Asiasta neuvoteltiin hoitokodin esimiehen kanssa ja hän lupasi, että tarvittaessa ryhmätuokioihin saataisiin toinen ohjaaja avustajaksi. Lopulta päädyttiin siihen, että sama kaikille tuttu ohjaaja osallistuu kaikkiin ryhmätuokioihin ja hänen roolikseen muotoutui muun muassa valokuvaaminen ja ylimääräisenä käsiparina toimiminen. Avustava ohjaaja ei tehnyt havaintoja ryhmätuokioista.

5.4 Aineistonkeruumenetelmät

Laadullisella tutkimusmenetelmällä toteutetussa tutkimuksessa tutkimusaineistoa voidaan kerätä monella eri tavalla, koska kaikki ihmisen tuottama materiaali kertoo siitä, mitä hän on elämänsä aikana kokenut (Vilka 2005, 100). Sekä laadullisen että määrällisen tutkimuksen pätevyyttä voidaan varmistaa käyttämällä tutkimuksessa useita eri menetelmiä. Tällaisesta monimetodisesta lähestymistavasta käytetään termiä triangulaatio. (Hirsjärvi ym. 2007, 228.) Tässä opinnäytetyössä tutkimusaineistoa kerättiin havainnoimalla ja haastattelemalla, mutta myös toimintatuokioiden aikana otetut valokuvat ja osallistujien tekemät taideteokset rikastuttivat omalta osaltaan sitä.

5.4.1 Havainnointi

Havainnointi on eräs tieteellisen tutkimuksen perusaineistonkeruumenetelmistä ja usein siitä käytetään myös sanaa observointi. Tällöin tarkoitetaan sitä, että tutkija tekee huolellista ja tarkkaa sekä hyväksytyjen metodien mukaista havainnointia tutkimuskohteestaan. Tieteellinen havainnointi on kriittisempää ja järjestelmällisempää kuin tavallinen arkipäivän havainnointi ja pelkän katsomisen lisäksi siihen sisältyy myös muiden aistien käyttäminen eli kuunteleminen, tunteminen, haistaminen ja maistaminen. (Grönfors 1985, 182; Silverman 2006, 86; Vilka 2006, 5.) Havainnointi soveltuu hyvin laadullisen tutkimuksen menetelmäksi, koska se tapahtuu yleensä kohderyhmän luonnollisessa ympäristössä ja sen avulla saadaan todenmukaista tietoa yksilöiden ja ryhmien käyttäytymisestä sekä toimintatavoista. Havainnoinnin avulla voidaan kerätä hyvin monipuolista ja mielenkiintoista aineistoa, mutta toisaalta se on työläs toteuttaa ja siihen on varattava aikaa, mikä toisinaan ohjaa käyttämään jotain toista menetelmää. (Hirsjärvi ym. 2007, 208–209.)

On olemassa erilaisia havainnoinnin muotoja kuten esimerkiksi piilohavainnointi, tarkkaileva havainnointi ja osallistuva havainnointi. Piilohavainnoinnin kerrotaan olevan eettisesti kyseenalainen aineistonkeruumenetelmä, koska siinä tutkija osallistuu kohteiden elämään, mutta tutkittavat eivät ole tietoisia tutkimuksesta ja tutkijan roolista. Tarkkailevassa havainnoinnissa tutkija ei osallistu tutkimuskohteen toimintaan vaan tekee havaintonsa ulkopuolisena toimijana. Menetelmä soveltuu

hyvin kvantitatiiviseen tutkimusmenetelmään, koska havainnointi on siinä hyvin systemaattista ja jäseneltyä. Osallistuva havainnointi soveltuu laadullisella menetelmällä toteutettuun tutkimukseen, koska siinä tutkija osallistuu tutkittavien ehdoilla tutkimuskohteen toimintaan ja usein tutkija pyrkii pääsemään tutkimansa ryhmän jäseneksi. Osallistuminen voi olla luonteeltaan joko täydellistä, jolloin tutkija pyrkii täydelliseksi ryhmän jäseneksi tai havainnoimista osallistujana, jolloin tutkittavat ovat tietoisia havaintojen tekijän roolista. Tällaisessa tilanteessa havainnoija osallistuu ryhmän elämään, mutta esittää tutkittavilleen samalla myös kysymyksiä. (Hirsjärvi ym. 2007, 210–212; Tuomi & Sarajarvi, 2009, 81–82; Vilka 2006, 43.)

Tässä opinnäytetyössä havainnoinnin muodoksi valittiin osallistuva havainnointi ja TTAP-ryhmän jäsenille kerrottiin heti alussa, että ohjaaja tekee toimintatuokioiden aikana kysymyksiä ja havaintoja, jotka kirjataan muistiin. Havainnointia helpottamaan ja muistin tueksi laadittiin erillinen lomake (Liite 1), jotta ryhmän ohjaaja osaisi kiinnittää toiminnan aikana huomiota aina samoihin ja tarkoituksenmukaisiin asioihin. Jokaisen ryhmätuokion aikana ohjaajan ulottuvilla oli myös vihko, johon hän saattoi muutamalla sanalla kirjata huomioitaan jo toiminnan aikana. Näiden muutamien ydinasioiden avulla oli helppo kirjoittaa opinnäytetyöpäiväkirjaa, johon havaintojen lisäksi kirjoitettiin myös muita tuokion aikana tapahtuneita asioita. Vilkan ja Airaksisen (2003, 19) mukaan opinnäytetyöpäiväkirja on henkilökohtainen opinnäytetyön prosessin dokumentti, joka toimii opiskelijan muistin tukena.

Havainnoinnissa kieli ja sen merkitykset ovat tärkeitä tutkimuskohteen ymmärtämisen välineitä, mutta tutkijan on yhteisen kielen lisäksi perehdyttävä myös tutkimuskohteensa käytäntöihin ja toimintatapoihin. Myös tutkittavien elämänhistorian tunteminen ja kokonaisuuden ymmärtäminen auttavat varmistamaan tehtyjen havaintojen todenperäisyyttä. Epäselvissä tilanteissa tutkijan on aina varmistettava, että hän ymmärtää eri ilmiöt ja asiat tutkittavan kanssa samalla tavalla. (Grönfors 1985, 95; Vilka 2006, 13.)

Tässä opinnäytetyössä osallistujien kanssa oli helppo toimia, koska heidän elämäkokonaisuutensa, puhetyylinsä ja käyttämänsä ilmaisut olivat havainnoitsijalle jo ennestään tuttuja pitkän yhteisen historian myötä. Tähän oli kuitenkin kiinnitettävä erityistä huomiota havaintoja tehtäessä, koska Grönforsin (1985, 182) ja Hirsjärven (2007, 212) mukaan havainnoija tuo havainnointitilanteeseen aina omat

tuntemuksensa ja omien tulkintojen tekeminen olisi osattava pitää havainnoista erillään.

5.4.2 Haastattelu

Haastattelu toimii usein laadullisen tutkimuksen tärkeimpänä tiedonkeruumenetelmänä. Haastattelun aikana tutkija ja tutkittava ovat suorassa kielellisessä vuorovaikutustilanteessa ja tavoitteena on saada halutusta asiasta mahdollisimman paljon tietoa. Haastattelun etuna pidetään usein sen joustavuutta, koska haastattelija voi esittää kysymykset haluamassaan järjestyksessä ja tarvittaessa hän voi toistaa sanomisiaan sekä selventää käyttämiään ilmaisuja. Haastattelun eduksi luetaan myös se, että haastattelija voi toimia samanaikaisesti sekä haastattelijana että havainnoitsijana, jolloin hän voi kirjata muistiin vastausten lisäksi myös muita tilanteeseen liittyviä asioita. (Hirsjärvi ym. 2007, 199–201; Tuomi & Sarajärvi 2009, 72–74.)

Tutkimushaastattelut jaetaan yleensä kolmeen ryhmään, joita ovat lomakehaastattelu, teemahaastattelu ja avoin haastattelu, josta käytetään yleisesti myös nimityksiä syvähaastattelu ja vapaa haastattelu. Lomakehaastattelu eli strukturoitu haastattelu on yleensä määrällisen tutkimusmenetelmän aineistonkeruumenetelmä. Siinä apuna käytetään lomaketta, johon on koottu tutkimuksen tarkoituksen ja tutkimusongelman kannalta oleellisia kysymyksiä. Teemahaastattelu asettuu lomakehaastattelun ja avoimen haastattelun välimaastoon, jolloin haastattelun aihepiirit ovat tiedossa, mutta tarkempi strukturi puuttuu. Teemahaastattelussa käytettävät kysymykset nousevat tutkimuksen teoreettisesta viitekehyksestä ja sitä voidaan käyttää sekä laadullisessa että määrällisessä tutkimuksessa. Syvähaastattelussa tilanne etenee keskustelunomaisesti siinä järjestyksessä, kun haastattelija esittää ilmiöön liittyviä avoimia kysymyksiä. Tässä haastattelumuodossa haastattelijalla on muita muotoja haastavampi rooli, koska struktuurin puutteen vuoksi hänen tulee ohjata keskustelua haluamaansa suuntaan. Haastattelu voidaan toteuttaa joko yksilö-, pari- tai ryhmähaastatteluina ja niitä voidaan käyttää myös toisiaan täydentävinä. Tutkijan on löydettävä oman tutkimuksensa kannalta sopivin tapa saada

mahdollisimman käyttökelpoista tutkimusaineistoa. (Hirsjärvi ym. 2007, 203–205; Tuomi & Sarajärvi 2009, 74–76.)

Tämän työn tarkoituksena oli tuoda myös ryhmään osallistujien mielipiteet ja tunteukset näkyviin, joten heitä haastateltiin aina jokaisen toimintatuokion lopussa. Haastattelut toteutettiin teemahaastattelun periaatteella, koska etukäteen mietityn kysymysrunгон avulla ryhmäläisiä autettiin pysymään halutussa teemassa eikä keskustelu rönsyillyt niin helposti muihin aiheisiin. Haastattelun runkona toimivat kysymykset olivat vain suuntaa antavia, koska osallistujille annettiin mahdollisuus kertoa jokaisen tapaamiskerran tapahtumista myös omin sanoin. Etukäteen tultiin siihen tulokseen, että ohjaavia kysymyksiä ei voi olla paljon, koska kukaan ryhmäläisistä ei osannut kirjoittaa, joten ohjaajan oli kyettävä poimimaan oleelliset asiat puheesta nopeasti. (Liite2) Ensimmäisellä kerralla haastattelu toteutettiin ryhmähaastatteluna, mutta se todettiin epäsopivaksi menetelmäksi, joten muilla kerroilla haastattelut päädyttiin toteuttamaan yksilöhaastatteluina.

5.4.3 Muut menetelmät

Kaikki ihmisen tuottama teksti- ja kuvamateriaali soveltuvat hyvin havainnoinnin kohteeksi, koska niihin sisältyy paljon merkityksiä, käsityksiä ja kokemuksia (Vilkkä 2005, 122). Tämä yhdeksänvaiheinen TTAP-kokonaisuus sisälsi paljon taiteilua ja esimerkiksi osallistujien tekemät maalaukset, piirustukset ja askartelumassatyöt kuvasivat hyvin heidän senhetkisiä tunnelmiaan, joten taideteoksien lähempi tarkastelu antoi ohjaajalle mahdollisuuden päästä lähelle myös niitä ryhmäläisiä, jotka eivät aina osanneet pukea kokemuksiaan sanoiksi.

Ryhmätuokioiden aikana otettiin myös paljon valokuvia, koska viimeisen tapaamiskerran ohjelmana oli matkan varrella otettujen valokuvien katselu ja koko prosessin muistelu niiden avulla. Projektin alussa jokaiselle osallistujalle luvattiin koostaa otetuista valokuvista henkilökohtainen muistoalbumi, joten aineistoa hankittiin runsaasti myös sitä silmällä pitäen. Levine Madori (2010, 63, 92–93) perustelee valokuvien käyttöä menetelmässään sillä, että ikääntyessä ihmisen kognitiiviset kyvyt rapistuvat ja muistin tueksi saatetaan kaivata apukeinoja. Valokuvien avulla voidaan melko vaivattomasti helpottaa asioiden, tärkeiden ihmisten ja ta-

pahtumien mieleen palauttamista. Valokuvat voivat luoda ihmisten välille myös erilaisia sanallisia tai sanattomia siteitä.

Valokuvat ja valokuvaaminen ovat nykyajan ihmisille itsestäänselvyys, koska tekniikan kehittyessä ja erilaisten laitteiden yleistymisen vuoksi valokuvat ovat jo lähes kaikkien ulottuvilla. Valokuvien terapeuttisia vaikutuksia on tutkittu ja tutkimustulosten mukaan eräs niiden tärkeimmistä terapeuttisista vaikutuksista on niiden arvo merkittävänä muistona ja erilaisten yksityiskohtien dokumentoijana. Sen lisäksi, että valokuvat tarjoavat mahdollisuuden sosiaaliseen kanssakäymiseen, antavat ne samalla mahdollisuuden myös itsestä kertomiseen ja tärkeiksi koetuista asioista puhumiseen. (Harju 2005)

Tässä opinnäytetyössä valokuvat toimivat myös ohjaajan muistin ja havainnoinnin tukena, koska usein toimintatuokioiden aikana tilanteet ja toiminnot vaihtuivat niin nopeasti, että osa tapahtumista jäi huomioimatta. Avustava ohjaaja otti jokaisen tuokion aikana niin paljon kuvia, että näkemättä jääneet hetket konkretisoituivat ohjaajalle myöhemmin kuvien kautta. Rungas kuva-aineisto oli eduksi myös siinä vaiheessa, kun valittiin opinnäytetyön raporttiin soveltuvia kuvia ja etsittiin viimeistä tapaamiskertaa varten kuvia, joissa jokainen osallistuja esiintyisi edukseen.

5.5 Analyysimenetelmä

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa aineiston analyysin tarkoituksena on luoda aineistoon selkeyttä ja siten tuottaa uutta tietoa tutkittavasta asiasta. Analyysin avulla aineisto tiivistetään ja samalla sen informaatioarvo kasvaa, kun hajanaisesta aineistosta muokataan selkeä ja johdonmukainen kokonaisuus. (Eskola & Suoranta 2003, 137.) Aineiston analysointi voidaan suorittaa monella eri tavalla ja yleensä analyysitavaksi valitaan se, jonka avulla löydetään vastaus tutkimustehtävään tai tutkimusongelmiin. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa aineiston analyysi saatetaan toisinaan kokea hieman hankalaksi useiden etenemistapojen ja eräänlaisen vapauden vuoksi. (Hirsjärvi ym. 2007, 219.)

Sisällönanalyysi on tutkimusaineiston analyysimenetelmä, jota voidaan soveltaa eri tavoin ja sen päämääränä on kuvailla tutkittua ilmiötä tiivistetyssä ja yleisessä

muodossa. Sisällönanalyysi voidaan toteuttaa teoriaohjaavasti, aineisto- tai teorialähtöisesti. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 103.) Teorialähtöisessä eli deduktiivisessa sisällönanalyysissä aineiston analyysin luokittelu perustuu aikaisempaan viitekehukseen, joka voi olla esimerkiksi teoria tai käsitejärjestelmä. Aineistolähtöinen eli induktiivinen sisällönanalyysi etenee aina tutkimusaineiston ehdoilla ja kolmivaiheisen prosessin avulla erilaisia käsitteitä yhdistelemällä saadaan vastaus tutkimustehtävään. Teoriaohjaava sisällönanalyysi etenee lähtökohtaisesti saman kaavan mukaisesti kuin induktiivinenkin analyysi, mutta ne eroavat toisistaan teoreettisten käsitteiden luomisvaiheessa. Aineistolähtöisessä analyysissä teoreettiset käsitteet luodaan aineistosta, mutta teoriaohjaavassa analyysissä ne ovat olemassa jo valmiina. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 108–117.) Tässä opinnäytetyössä aineiston analysointimenetelmäksi olisi voitu valita mikä tahansa edellä mainituista vaihtoehtoista, mutta lopulta päädyttiin käyttämään teoriaohjaavaa sisällönanalyysiä, koska juuri se auttaisi täyttämään tutkimukselle asetetut tavoitteet. Näin havainnoinnin, valokuvien ja haastatteluiden perusteella saatua aineistoa analysoitiin sekä tutkimustehtävän että Levine Madorin teoriasta nousseiden käsitteiden ohjaamana.

Teoriaohjaava sisällönanalyysi koostuu eri vaiheista, joita ovat aineiston redusointi eli pelkistäminen, klusterointi eli ryhmittely ja abstrahointi, joka tarkoittaa teoreettisten käsitteiden luomista sekä kvantifiointi, joka tarkoittaa samojen asioiden esiintymisen laskemista aineistossa. Aineiston analyysiprosessin ensimmäisessä vaiheessa laaditaan jo olemassa olevaan tietoon perustuva analyysirunko, joka voi olla joko väljä tai tiukasti jäsenneily. Tämän analyysirungon sisälle aineistosta muodostetaan sisällönanalyysin periaatteiden mukaisia luokituksia. Aluksi aineisto redusoidaan, jolloin eri tavoin hankitusta tutkimusaineistosta karsitaan pois kaikki tutkimukselle epäolennainen informaatio. Tutkimusaineisto tiivistetään tai pilkotaan pieniin osiin, jolloin jäljelle jää vain tutkimustehtävän ja analyysirungon määrittelemä tieto. Seuraavassa vaiheessa jäljelle jäänyt aineisto ryhmitellään eli klusteroidaan. Tuolloin aineistosta etsitään erilaisia käsitteitä, jotka yhdistetään omiksi luokiksi ja nämä luokat nimetään niiden sisältöä kuvaavalla käsitteellä, joka voi olla esimerkiksi jokin yhteinen tunnusmerkki tai termi. Tässä vaiheessa aineisto tiivistyy entisestään, koska pelkistetyistä ilmauksista muodostetaan alaluokkia, joista ryhmitellään yläluokkia, jotka yhdistellään lopulta pääluokiksi. Klusteroinnin jälkeen

luodaan vielä teoreettiset käsitteet eli suoritetaan abstrahointi ja teoriaohjaavassa sisällönanalyysissä ne ovat jo tiedossa käytetyn teorian perusteella. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 108–120.)

Tässä opinnäytetyössä aineiston analysointi alkoi perusteellisella havainnointi- ja haastatteluaineistoon tutustumisella. Luettavana oli yhteensä 35 sivua A4-kokoiseen ruutuvihkoon käsinkirjoitettua tekstiä, 23 A4-kokoista liuskaa tietokoneella kirjoitettua havainnointipäiväkirjaa sekä 36 erillistä haastattelulomaketta. Analysointivaiheessa muistin tukena käytettiin myös toimintatuokioiden aikana otettuja valokuvia, joita kertyi kaiken kaikkiaan 365. Valokuvista oli helppo tarkastella esimerkiksi osallistujien ilmeitä ja työskentelytapoja, joihin ei välttämättä ennähtänyt kiinnittää huomiota toiminnan aikana. Teoriaohjaavan sisällönanalyysin periaatteiden mukaisesti prosessin aluksi muodostettiin strukturoitu analyysirunko, jonka **tukipilareina toimivat tämän opinnäytetyön tutkimustehtävä** sekä Levine Madorin luomaan kuntoutusmenetelmään liittyvän **teorian tavoitteista nousseet käsitteet**. Näitä käsitteitä olivat **itsetunto ja sisäinen motivaatio, itseilmaisun kehittyminen, ryhmätoimintakokemukset, flow-kokemukset sekä osallistuminen luoviin taidetoimintoihin**, ja analyysissä ne toimivat teoriasta nousseina yhdistävinä luokkina. Aineistoa tarkasteltiin koko ajan Levine Madorin luomaan teoriaan peilaten, mutta ala-, ylä- ja pääluokat muodostuivat aineistosta nousseiden yhdistävien tekijöiden perusteella.

Tämän työn pelkistämisvaiheessa aineisto luettiin useita kertoja läpi, että se tulisi kunnolla tutuksi ja toimintatuokioiden tapahtumat muistuisivat taas mieleen. Tutkimustehtävä ja kuntoutusmenetelmän tavoitteet oli kirjoitettu muistin tueksi erilliselle paperille ja ne toimivat eräänlaisena ohjenuorana, jonka perusteella tekstistä alleviivattiin analyysirungon kannalta oleelliset ilmaisut, havainnot sekä asiat ja näiden viereen kirjoitettiin samalla aihetta kuvaava pelkistetty ilmaisu. Seuraavassa vaiheessa samaan aihepiiriin liittyvät pelkistetyt ilmaisut kerättiin omiksi alaluokikseen, jotka nimettiin luokan sisältöä kuvaavalla käsitteellä. Ryhmittely jatkui edelleen siten, että alaluokkia yhdistelemällä muodostui yläluokkia. Abstrahointivaiheessa analyysirungon perustana toimineista käsitteistä muodostettiin tekstinkäsittelyohjelmalla viisi eri asiakirjaa, joiden alle muodostuneet ala- ja yläluokat koottiin leikkaa-liitä – toiminnon avulla.

ALKUPERÄINEN ILMAUS	PELKISTETTY ILMAUS	ALALUOKKA	YLÄLUOKKA
Xxx tapaili myös laulun sanoja ja naputteli sekä käsin että jaloin laukan tahtiin. Tuttu musiikkikappale antoi kimokkeen pitkään ja vuolaaseen tarinaan, jota muut kuuntelivat kiinnostuneina.	TUTTU MUSIIKKIKAPPALE ANTOI VAUHTIA TARINOIMISEEN.	MUSIIKIN MERKITYS	MUISTELUN JA MUISTOJEN MERKITYS
Itselläni oli kaulassa riipus, josta Xxx oli erittäin kiinnostunut. Hän katsoi korua, silitti sitä ja kertoi tarinoita äidistä.	TUTUNNÄKÖINEN ESINE TOI MIELEEN MUISTOJA TÄRKEÄSTÄ IHMISESTÄ.		
Xxx sanoi heti, kun sai limsalasin nenänsä eteen, että äitikin juo samanlaisesta lasista. Hän kertoi valokuvasta, missä äidillä on juhlamekko päällä ja hieno lasi kädessä. Tiesin heti mistä kuvasta on kyse, joten saatoinkin keskustella hänen kanssaan tilanteen aiheuttamista tunteista.	VALOKUVASTA TUTTU TILANNE TOI MIELEEN TÄRKEÄN IHMISEN.	ESINEIDEN MERKITYS	
Hieman aiemmin Xxx:lle oli noussut mieleen lapsuudenkodissa ollut koira. Hän antautui muistojensa valtaan niin, että kertoili eloisaan tyylinsä, kuinka koira oli ollut aina äkäinen eikä sitä voinut ottaa sisälle taloon ja kuinka koira oli lopulta karannut.	ELÄIMISTÄ KESKUSTELEMISEN JOHDATTI AJATUKSET LAPSUUDENKOTIIN JA SIELLÄ ASUNEeseen KOIRAA.	ELÄINTEN MERKITYS	
Toimintatuokion loppuvaiheessa Xxx alkoi kertoa asioita vanhasta asuinpaikastaan ja siellä olleista ihmisistä. Yhtäkkiä hänen puheestaan sai myös selvää.	TUOKION LOPUSSA AJATUKSET KIRKASTUIVAT, PUHE SELKIINTYI JA MUISTOT NOUSIVAT MIELEEN.	IHMISTEN MERKITYS	

Kuvio 3. Redusointi ja klusterointi

6 TTAP-MENETELMÄN MUKAISET RYHMÄTUOKIOT

6.1 Yksilöllisestä ajattelusta ryhmän ideoihin

Raportin kuudennessa luvussa käydään läpi kaikki TTAP-menetelmän yhdeksän toimintatuokiota. Jokaisen alaluvun alussa kerrotaan ensin suunnitteluvaiheesta, minkä jälkeen kuvaillaan jokaisen tuokion tapahtumat. Tekstistä on tummennettu ne asiat, jotka liittyvät tutkimustehtävän kannalta olennaisiin TTAP-menetelmän mukaisiin tavoitteisiin, joita ovat osallistujien itsetunnon sekä itseilmaisun kehittyminen, osallistujien kokemukset luovista taidetoiminnoista ja ryhmään osallistumisesta sekä ryhmätuokioiden aikaiset flow-kokemukset. Alalukujen loppuun on koottu muutamia keskeisimpiä huomioita jokaisesta toimintatuokiosta.

Ryhmämme kokoontui ensimmäisen kerran 20.11.2014. Menin paikalle hyvissä ajoin, että ennättäisin valmistella päivätoimintayksikön tilat valmiiksi ennen ryhmäläisten saapumista. Olin suunnitellut, että aluksi kokoontuisimme pöydän ääreen keskustelemaan ryhmätoiminnan ideasta ja koko toiminnan tarkoituksesta. Kertoisin heille lyhyesti yhdeksän viikkoa kestävästä TTAP- kokonaisuudesta, mutta tarkoituksena oli kuitenkin keskittyä vain yhteen tapaamiskertaan kerrallaan. Osallistujien keskittymiskyky saattaisi herpaantua, jos ensimmäisellä kerralla mietittäisiin kauas tulevaisuuteen liittyviä asioita. Tämän jälkeen ohjelmassa olisi pieni rentoutushetki ohjatun mielikuvaharjoituksen mukaan, minkä jälkeen kuunneltaisiin hie- man klassista musiikkia. Tämän tunnelmaan virittäytymisen jälkeen ryhmäläiset saisivat alkaa miettiä yhteistä teemaa, jonka ympärillä ryhmätapaamisemme tulisi- vat pyörimään. Koska kukaan ryhmäläisistä ei osaa kirjoittaa, varasin toiminta- tuokiotamme varten ison keltaisen pahvin, johon kirjaisin ryhmäläisiltä tulleita ide- oita ja ajatuksia ylös. **Tarkoituksena oli kannustaa ryhmäläisiä kertomaan omia ajatuksiaan, kuuntelemaan toisten puheenvuoroja ja keskustelemaan esiinnousseista asioista.** Levine Madori korostaa ajatusmallia, jonka mukaan ihmisen itseymmärrys paranee, kun hän saa ryhmätoiminnan aikana kertoa omista ajatuksistaan ja tuntemuksistaan (Levine Madori 2010, 102). Ryhmätuokion lop- puun **varasin runsaasti aikaa** yhteiselle keskustelulle, koska oli tärkeää, että sai-

sin jo heti aluksi kuulla mitä mieltä osallistujat olivat ryhmätoiminnasta ja antaisivatko he joitakin hyödyllisiä vinkkejä tulevia tapaamiskertoja varten.

Saatuani paikat valmiiksi, menin hakemaan ryhmäläisiä hoitokodin puolelta päivätoimintatiloihin. He olivat kaikki tietoisia siitä, että nyt alkaisi uusi kerho, jonka ohjaajana toimisi heille kaikille tuttu ihminen. **Kaikki olivat halukkaita lähtemään mukaani** ja löysivät itselleen mieleisen paikan pöydän äärestä. Ryhmäläiset olivat tilanteesta hieman hämmentyneitä, joten tuokio käynnistettiin suunnitellusti keskustelemalla siitä, mikä näiden tapaamistemme idea tulisi olemaan. Kerroin heille, miksi olen valinnut ryhmääni juuri heidät ja että myös heidän edunvalvojinaan toimivat läheiset olivat tietoisia toiminnastamme. Tuohon aloituskeskusteluun meni yllättävän paljon aikaa, koska ryhmäläiset olivat tottuneet minuun hieman toislaisessa roolissa ja asian sisäistäminen vaati selkeästi aikaa. **En kuitenkaan halunnut hoputtaa heitä**, koska kokemuksestani tiesin, että **jos asioita ei käsitellä kerralla loppuun asti, niin ne jäävät vaivaamaan ja muuhun työskentelyyn keskittyminen kärsii**.

Rentoutusta varten ryhmäläiset eivät halunneet siirtyä säkkituoleihin tai sohvalle vaan halusivat edelleen istua pöydän ympärillä, missä **oli heidän kertomansa mukaan mukava keskustella tärkeistä asioista**. Ohjattuun mielikuvaharjoitukseen keskittyminen oli selkeästi hankalaa, mutta musiikiksi valittua Antonio Vivaldin Neljää vuodenaikaa kaikki jaksoivat kuunnella.

Tämän jälkeen kerroin ryhmäläisille, että heidän pitäisi yhdessä miettiä jokin kaikkia kiinnostava aihe, joka tulisi samalla olemaan kaikkien tulevien ryhmätuokioittemme teema. Tiesin jo etukäteen sen melko haasteelliseksi tehtäväksi, koska minun olisi osattava esittää asia selkokielellä siten, että osallistujat ymmärtäisivät tehtävänannon mahdollisimman käytännönläheisesti. Papunetin Selkokeskuksen mukaan selkokieli on sisällöltään, sanastoltaan ja rakenteeltaan yleiskieltä helpommin ymmärrettävää ja se on tarkoitettu mm. heille, joilla on vaikeuksia ymmärtämisen kanssa. (Papunet, 2015.) **Aloittaminen oli odotetun hankalaa, mutta vähitellen keskustelu pääsi vauhtiin ja ryhmäläiset oikein innostuivat keksimään aihetta**. Vuodenajan ja ajankohdan vuoksi olisin odottanut ryhmän valitsevan teemakseen joko talven tai joulun, mutta molemmat aiheet hylättiin, vaikka ne nousivat keskustelun aikana esiin muutamia kertoja. **Lopulta ryhmä valitsi tee-**

makseen eläimet, minkä jälkeen he miettivät eri eläimiä ja mitä ajatuksia niistä nousi mieleen. Kuvassa 1 on taulu, johon koottiin kaikki mieleen muistuneet eläinlajit. **Ryhmäläiset jaksoivat istua yllättävän kauan aloillaan keskustelemassa** ja lopuksi käytyjen loppukeskusteluiden myötä selvisi, että **ryhmäläiset pitivät itseään selkeästi etuoikeutettuina verrattuna hoitokodin muihin asukkaisiin**. Uusi ryhmä ja ankara miettiminen veivät voimia, joten vähitellen ryhmäläisten keskittyminen heikkeni ja he alkoivat keskustella teeman ulkopuolisista aiheista.



Kuva 1. Teema ja siihen liittyvä taulu

Ensimmäisen tapaamiskerran keskeisimmiksi huomioiksi nousivat ryhmäläisten hyvä keskittymiskyky ja halu keskustella tärkeiksi koetuista asioista. Intensiivinen miettiminen ja omien ajatusten kertominen toisille nosti mieleen muistoja menneisyydestä. Kiireetön, rauhallinen keskustelutuokio auttoi osallistujia rentoutumaan ja rohkaisi heitä puhumaan ääneen.

6.2 Kirjatuista ideoista musiikkiin

Toisen kerran tapasimme 27.11.2014 ja tuolloin aiheena oli teemaan liittyvä musiikki, joka on kaikille ryhmään osallistujille yksi elämän tärkeistä osa-alueista. Ahonen kertoo, että ihminen voi kommunikoida ympäristönsä kanssa musiikin avulla älykkyydosamäärästään huolimatta ja se antaa rajattomat mahdollisuudet luovuuteen. Luovuus on jokaiselle ihmiselle hänen henkilökohtaista omaisuuttaan ja kehitysvammaisella se saattaa olla lähes ainoa alue, joka hänen kehossaan ei ole vaurioitunut. Musiikin tekemiseen ja siitä nauttimiseen ei tarvita sanoja. (Aho-

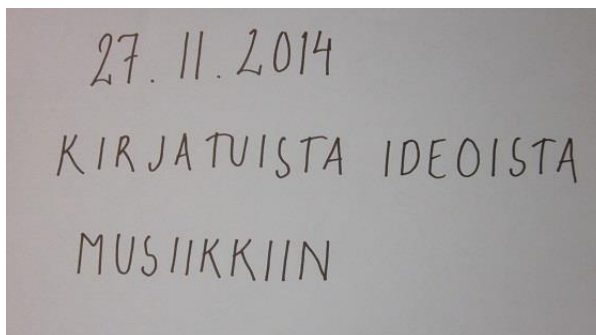
nen 1997, 258–265.) Olin varannut musiikkituokiotamme varten kappaleita, joihin liittyi jokin eläin. Lastenlaulut rajasin tarkoituksella tämän musiikkivalikoiman ulkopuolelle, koska halusin valitun musiikin kautta tukea osallistujien aikuisuutta. Tiesin myös, että ryhmäläisillä on vankka tietämys vanhasta suomalaisesta iskelmämusiikista, joten kappaleiksi valikoitui luontevasti sellaista musiikkia, mitä he ovat jo nuoresta saakka kuulleet ja kuunnelleet.

Menin taas ajoissa paikalle, että ennätin rauhassa valmistella tilat päivän ohjelmaa varten ja käydä tervehtimässä jokaista ryhmäläistä jo etukäteen hoitokodin puolella. Edelliskerralla muutamia ryhmäläisiä kiinnosti talon ulkopuolinen liikenne niin, että ohiajavat autot varastivat välillä heidän huomionsa, joten tällä kerralla laitoin sälekaihtimet kiinni minimoidakseni ulkopuoliset häiriötekijät. Päivä oli tarkoitus aloittaa samalla kaavalla kuin edelliselläkin kerralla. Yleisen rupattelutuokion jälkeen siirryttäisiin vähitellen ryhmän aiheeseen miettimällä, muistaisiko joku mitä edelliskerran ryhmätapaamisessa tapahtui ja mikä oli ryhmän yhdessä valitsema teema. Tunnelmaan virittäydettäisiin taas saman ohjatun mielikuvaharjoituksen ja klassisen musiikin avulla. Sitten aloitettaisiin musiikin kuuntelu ja kappaleista heränneiden ajatusten vaihtaminen. Tarkoituksena oli, että kuunnellaan aina yksi musiikkikappale kerrallaan ja sen jälkeen jokainen saa vuorollaan kertoa omat tunteuksensa ja kokemuksensa. **Vaikka musiikki olisi tärkeässä roolissa, niin myös keskustelulle varataan riittävästi aikaa, koska jo edellisellä kerralla kävi ilmi, että ryhmään osallistujat arvostavat yhdessäoloa ja rauhallista keskustelua.**

Tällä kerralla ryhmäläiset tulivat paikalle suoraan päivällispöydästä ja kuulin, kuinka eräs osallistujista kertoi hoitajille lähtevänsä ”*Tuijan torstai-kerhoon, joka on aina joka torstaina*”. Suljetut sälekaihtimet aiheuttivat aluksi ihmetystä, mutta kuuluaan selityksen, asiaan ei kiinnitetty enää huomiota. Tuokio aloitettiin taas kuulumisten vaihtamisella. **Ryhmätilanteissa oman vuoron odottaminen saattaa olla toisinaan hieman hankalaa, joten sitä harjoiteltiin keskustelun lomassa.** Vähitellen johdattelin keskustelua edelliskerran tapahtumiin, mutta kukaan ei muistanut siinä vaiheessa edellisviikon ohjelmaa tai yhdessä valittua teemaa. Muutamien vihjeiden avulla eräs osallistujista muisti aiheen ja kaikki muut olivat heti juonessa mukana. Muistin virkistykseksi esiin nostettiin edelliskerralla tehty pahvitaulu ja

tuossa vaiheessa kaikilla osallistujilla tuntui jo olevan jonkinlainen muistikuva edellisestä tapaamisestamme. Kaikki olivat edelleen sitä mieltä, että ”eläimet” on sopiva teema näille tapaamisillemme.

Kaikki ryhmäläiset halusivat osallistua rentoutukseen taas pöydän äärellä, mutta tällä kerralla kukaan ei jaksanut keskittyä tarinaan tai ohjeisiin ollenkaan. Osallistujat olivat kyllä hiljaa, mutta tavanomaista levottomampia, ja kaikilla tuntui olevan jotain muuta mielessä, joten rentoutuminen jäi klassisen musiikin varaan. **Aloituskeskustelun aikana oli käyty läpi illan ohjelmaa, joten ilmeisesti kaikilla oli jo mielessä tuleva musiikkituokio eikä keskittymiskyky riittänyt enää siinä vaiheessa rentoutukseen.**



Kuva 2. Toisella kerralla kuunneltiin musiikkia

Kuuntelimme musiikkituokion aikana kaiken kaikkiaan kuusi kappaletta, joista syntyi yllättävän paljon keskustelua ja mieleen nousi monenlaisia muistoja ja tarinoita. Ahonen toteaa, että musiikin avulla voidaan luoda erilaisia mielikuvia ja annetaan mielikuvitukselle vauhtia. Kokonaisvaltainen eläytyminen helpottaa asioiden sisäistämistä ja musiikki toimii myös tunne-elämän tulkkina. (Ahonen 1997, 264.)

Vaikka kaikki kappaleet olivat osallistujille tuttuja ja he lauloivat antaumuksella musiikin mukana, niin laulussa mainittu eläin oli toisinaan hieman hankala hahmottaa. Esimerkiksi Juokse sinä humma ja Perhonen olivat helppoja tunnistamisen suhteen, mutta Albatrossi ja Tiikerihai aiheuttivat kappaleiden tuttuudesta huolimatta hienoista hämmennystä. **Erytisen yllättynyt olin siitä, että eräs osallistujista tunnisti melkein kaikki kappaleet jo ensitahdista ja muisti uskomattoman hyvin niiden sanat ulkoa. Yllätyin myös osallistujien hyvästä keskitty-**

miskyvystä ja läsnäolosta, vaikka alun rentoutuksen aikainen levottomuus enteili hieman rauhattomampaa musiikkituokiota.

Kuuntelu, keskittyminen ja keskustelu veivät ilmiselvästi ryhmäläisten voimavaroja, koska lopun **yksilökeskusteluiden anti jäi kovin vaisuksi. Kaikki toivat esiin sen, että yhdessäolo ja keskusteleminen ovat torstai-kerhon parasta antia, mutta muuten omiin tuntemuksiin oli vaikea palata ja ajatukset karkailivat jo muihin asioihin.** Eräs osallistuja oli ollut tavanomaista hiljaisempi ja keskittynyt toimintaan niin, että hänen poskensa hehkuivat illan päätteeksi punaisina. Hän kuvaili omia tunnelmiaan lopuksi: ***”Hyvä oli istua pöydän ääressä. Puhuttiin tärkeitä juttuja.”***

Toisen tapaamiskerran tärkeimmät havainnot liittyivät osallistujien hyvään keskittymiskykyyn, keskustelun merkityksellisyyteen sekä erään osallistujan hyvään musiikintuntemukseen. Tuokion aikana vahvistui ajatus siitä, että musiikki näyttelee tärkeää roolia jokaisen osallistujan elämässä, koska sen avulla he rohkaistuvat taas kertomaan ajatuksiaan ja muistojaan toisille. Myös oman ryhmän merkitys vaikutti jo tässä vaiheessa tärkeältä.

6.3 Mielensisäisestä musiikista kuvaksi

Kolmas tapaamiskertamme oli 4.12.2014 ja illan aiheena olivat piirtäminen sekä vesivärimaalaukset. Edellisellä kerralla kukaan ei jaksanut keskittyä yhteiseen rentoutushetkeen, johon liittyi ohjattu mielikuvaharjoitus, joten tälle kerralle olin varannut hieman toisenlaisen aloitusohjelman. Tiesin, että ryhmäläisillä on hyvä mielikuvitus ja eläytymiskyky, mutta ilmiselvästi mielikuvaharjoitusta oli niin vaikea hahmottaa, että epävarmuus ja epäonnistumisen pelko loivat paineita ja vaikeuttivat keskittymistä. Klassinen musiikki oli toiminut edellisillä kerroilla, joten sitä kuuntelisimme tänäänkin alkukeskustelun jälkeen. Mielikuvaharjoituksen sijaan olin päättänyt lukea Heikki Willamon Käpytalvi-kirjasta pienen tarinan ja katsoa miten ryhmäläiset suhtautuisivat siihen. Luonnolla ja linnuilla on kirjassa tärkeä rooli, joten se liittyy läheisesti ryhmän teemaan ja yksittäiset tarinat ovat niin lyhyitä, että todennäköisesti ryhmä jaksaisi keskittyä niiden kuuntelemiseen.

Tunnelmaan virittäytymisen jälkeen aloitettaisiin vesivärimaalaus ja piirtäminen. Olin ostanut taiteiluun soveltuvaa paperia, mutta muita tarvikkeita saisimme lainata päivätoimintayksiköstä. Olin varannut tätä kertaa varten mukaani myös erilaisia lehdistä leikattuja eläinkuvia, jos joku haluaisi elävöittää omia luomuksiaan valmiiden kuvien avulla tai keskittyä pelkästään kuvien liimaamiseen. Olin leikannut kuvat jo valmiiksi, koska toimintatuokion aikana sopivien kuvien löytäminen olisi vienyt paljon aikaa ja saksien kanssa työskentely saattaisi aiheuttaa vaaratilanteita. Työskentelyn taustamusiikiksi olin varannut joko klassista musiikkia tai metsän ääniä sekä linnunlaulua sisältävän levyn. **Ryhmään osallistujat saivat itse päättää mitä haluaisivat kuunnella.** Halutessaan he saivat työskennellä myös hiljaisuudessa. Koska ryhmäläiset olivat olleet kovin niukkasanaisia edelliskerran loppuhaastatteluiden aikana, tällä kerralla tarkoitukseni oli jututtaa heitä kuvien teon lomassa. Mutta olin ajatellut keskustella jokaisen kanssa lopuksi myös yksitellen, koska havaitsin jo edellisellä kerralla, että henkilökohtainen keskustelutuokio oli osallistujille erityislaatuinen ja tärkeä hetki.

Tällä kerralla huomasin, että ryhmäläiset selkeästi odottivat ”Torstai-kerhon” alkamista ja näiden tapaamistemme jatkumista. Yksi osallistujista ilmestyi paikalle jo siinä vaiheessa, kun olin vasta valmistelemassa tiloja illan ohjelmaa varten ja jo ennen toiminnan aloittamista muutama ryhmäläinen varmisteli seuraavan viikon tapaamiskertaa. Aluksi vaihdettiin taas kuulumiset ja lähestyvän joulun aiheuttama jännitys kuului selkeästi ryhmänjäsenten puheissa. Muisteltaessa edelliskerran ohjelmaa, eräs osallistujista ilmoitti saman tien yhteisen teeman ja **sai sen kunniaksi muulta ryhmältä kehuja sekä aplodit.** Muisteltiin hetken aikaa edelliskerran musiikkituokiota ja yllättävän moni asia sieltä muistui mieleen. Tämän keskustelun jälkeen oli luontevaa kuunnella hieman rauhoittavaa musiikkia ja johdatella osallistujat päivän aiheeseen lukemalla heille. Tarinan nimi oli Ensilumi, joten se soveltui vuodenaikaan ja ajankohtaan mainiosti. Nyt kaikki keskittyivät tarinan kuuntelemiseen todella rauhallisina, joten mielikuvaharjoittelun vaihto luontokirjan tarinaan osoittautui hyväksi vaihtoehdoksi.

Ryhmän motivoimisen kanssa ei ollut ongelmia, joten yleisön pyynnöstä juuri luettu tarina luettiin vielä uudestaan, koska kaikki halusivat tehdä kuvia sen herättämistä ajatuksista. Jokainen halusi tehdä kaksi taulua, toisen vesiväreillä ja toisen

joko puu- tai liituväreillä. Pöytä ja vaatteet suojattiin, joten kaikki saivat luoda kuvia parhaaksi näkemällään tavalla. Kuvantekijöinä kehitysvammaiset ovat Itkosen mielestä hyvin vapaita vallitsevista säännöksistä ja kuvataiteilu toimii usein itseilmaisuuden keinona. (Itkonen 2008, 13.) Valmiille töille annettiin myös nimet, koska tarkoituksena oli myöhemmässä vaiheessa järjestää taidenäyttely ryhmäläisten tekemistä teoksista. Ryhmä valitsi taustamusiikiksi linnunlaululevyn ja kieltämättä se sopikin hyvin tunnelmaan. **Kaikki työskentelivät hyvin määrätietoisesti ja nopeasti** (Kuva 3), joten piirtämisinnostuksen laannuttua otin esille lehdistä leikkaamani kuvat. **Tunnelma oikein sähköistyi**, kun kaikki alkoivat touhukkaina etsiä itselleen mieleisiä eläinkuvia liimatakseen niitä tyhjälle paperille. **Yllätyin taas ryhmäläisten jaksamisesta ja keskittymiskyvystä**. Kaikessa rauhassa he etsivät, sommittelivat ja liimailivat kuvia. **Samalla keskusteltiin** kuvien esittämistä eläimistä ja niiden herättämistä ajatuksista. Eräs ryhmäläinen kertoi pelkäävänsä niin paljon koiria, että ei halunnut edes koskea koirien kuviin. Toinen **osallistuja yllätti hahmotuskyvyllään ja tilantajullaan**, koska omassa taulussaan hän liimasi linnut liitelemään taivaalle ja muut eläimet paperin alareunaan. **Lopulta työskentely oli niin intensiivistä, että tavallisesti puhelias ryhmä hiljeni täysin ja jokainen keskittyi vain omaan työhönsä. Tällä kerralla jokainen ryhmäläinen saavutti flow-tilan.**



Kuva 3. Piirtäminen on mukavaa puuhaa

Ryhmätoiminnan loppuun katseltiin osallistujien tekemiä eläintauluja ja halutessaan he saivat kertoa toisille niistä. Ryhmäläiset innostuivat myös kyselemään toisiltaan kuvista ja **oli mielenkiintoista seurata, kuinka hienosti he osasivat toimia ilman ulkopuolista ohjausta**. Ahkeroinnin jälkeen ryhmäläiset olivat uupuneita, joten **yksilökeskusteluiden aiheet liikkuvat jälleen hyvin yleisellä tasolla**.

Huomasin, että he selkeästi odottivat ”haastatteluun” pääsyä, mutta lopulta tilanne koettiin niin jännittäväksi, että **he eivät osanneet kertoa illan ohjelmasta muuta kuin, että oli mukava maalata ja liimata**. Huomasin myös sen, että ryhmäläiset olivat minua kohtaan erittäin hienotunteisia, koska he eivät halunneet antaa toimintatuokiosta minkäänlaista negatiivista palautetta. Yleensä he antavat hyvin rohkeasti jyrkkääkin palautetta, jos siihen heidän mielestään on aihetta.

TTAP-menetelmän tavoitteiden kannalta **kolmannen tapaamiskerran tärkeimmiksi huomioiksi** nousivat torstaitapaamisten jatkuvuuden merkitys, nopeasti tapahtunut ryhmäytyminen sekä ryhmän ensimmäinen flow-kokemus. Rentoutuksen muuttaminen helpommaksi osoittautui järkeväksi vaihtoehdoksi. Myös osallistumisinnostus, keskittyminen ja korkea motivaatio tulivat illan aikana hienosti esiin.

6.4 Kuvasta veistokseksi

Neljännän kerran kokoonnuimme 11.12.2014 ja illan aiheena oli veistoksen tekeminen. Olin hankkinut tätä kertaa varten huoneilmassa kuivuvaa askartelumassaa, koska meidän ei ollut mahdollista askarrella savesta tai sellaisesta askartelumasasta, jotka vaatisivat kuivuakseen polttamisen. Etukäteen oli vaikea arvioida, kuinka paljon ryhmäläisillä menisi aikaa askartelumassan muovailuun, joten olin varannut mukaani myös erilaisia eläinkortteja, joiden avulla voisimme jatkaa teemaamme liittyvää keskustelua. Totuttuun tapaan olin varautunut myös yksilöhaastatteluihin toiminnan loppuksi, vaikka tarkoitus oli kysellä osallistujien tunnelmia koko toimintatuokion ajan.

Tälläkin kerralla ryhmäläiset saapuivat paikalle jo hyvissä ajoin ja heti tullessaan kaksi osallistujaa varmisteli, että onhan ”Torstai-kerho” myös seuraavalla viikolla. Myös muutama muu hoitokodin asukas ilmaisi halukkuutensa osallistua ryhmän toimintaan, mutta osallistujat ilmoittivat välittömästi, ettei se onnistu, koska tämä on heidän ”Torstai-kerhonsa”. **Osallistujat siis tiedostivat oman ryhmänsä jäsenet** ja eräs heistä luetteli heti monta kertaa tähän ryhmään kuuluvien asuintovereidensa nimet. Ryhmäläiset ohjasivat toisiaan samoille paikoille kuin kahdella edelliselläkin kerralla ja ihmetellessäni tätä eräs ryhmäläisistä tokai-

si: *"Nämä on tämän kerhon paikat"*. **Yleensä kuuntelijan roolissa pysyttelevä hiljainen ryhmänjäsen halusi aloittaa kuulumistensa kertomisen** ja kertoili selkeästi pitkän ja rönsyilevän tarinan, jota muut osallistujat kuuntelivat tarkkaavaisina. Kenelläkään ei ollut minkäänlaista muistikuvaa, kun kysyin heiltä edelliskerran ohjelmasta tai yhteisestä teemasta, eikä antamani vihjeetkään auttaneet heitä oikeille jäljille. Lopulta kerroin ryhmälle teeman sekä edelliskerran tapahtumat ja vasta siinä vaiheessa pääsimme keskustelemaan aiheesta. **Yllättävää huomata, kuinka vaikea heidän on välillä muistaa sellaisia asioita, joiden olisin oletta-
nut jääneen jo heidän mieliinsä.**

Alkurutiinien jälkeen virisi keskustelu linnuista ja kun osallistujille selvisi illan ohjelma, niin he halusivat tehdä omat muovailutyöt, jotka liittyisivät lintuihin. **Innos-
tus levisi osallistujien joukossa** ja hyvässä yhteistyössä levittelimme suojaliinat pöydille ja osallistujat suojasivat vaatteensa esiliinoin. Jokainen sai kimpaleen askartelumassaa ja **tällä kerralla työskentelyn aloittamisessa oli eroja. Yksi
ryhmäläisistä aloitti määrätietoisesti muovaamisen välittömästi**, mutta muut olivat selkeästi hieman hämillään pöydällä olevasta askartelumassakasasta. Huomasin kuitenkin, että **kaikki seurasivat ihastuneina jo työskentelevän ryhmä-
läisen puuhia** ja vähitellen toisetkin uskaltautuivat muovailemaan massasta erilaisia hahmoja. **Työskentelyn lomassa oli luontevaa keskustella tekeillä olevista
töistä, ryhmästä ja kerhosta. Tällä kerralla huomasin ryhmäläisten seuraavan
aiempaa tarkemmin toistensa tekemisiä ja he myös kommentoivat sekä omia
että toistensa töitä rohkeammin.** Aiemmilla kerroilla he olivat keskittyneet tiukasti omiin töihinsä, mutta **nyt huomasin heidän myös matkivan toistensa tekemi-
siä.** Ilmeisesti tämänkaltainen muovailu oli sen verran vieraampaa toimintaa, että alkuun pääsyä vauhditti samanlaisten hahmojen pyörittely kuin vierustoverillakin oli.



Kuva 4. Askartelumassasta tehtyjä hahmoja

Kuten olin jo aavistellut, niin työskentelyyn kului odotettua vähemmän aikaa. Yhdessä puuhastelu näytti luonnistuvan hienosti eikä kukaan halunnut lähteä vielä pois, vaikka muovailutehtävä oli saatu jo valmiiksi. Pyysin ryhmäläiset takaisin pöydän ääreen ja laitoin mukanani olleet eläinpostikortit väärin päin pöydälle. Aloitimme pelin, jossa jokainen saa vuorollaan nostaa yhden kortin ja kertoa toisille, mikä eläin kortissa on. Vaikka korttipeli oli tarkoitettu vain ylimääräiseksi ohjelmanumeroksi, saavutti se osallistujien keskuudessa huiman suosion. **Pelin lomassa harjoiteltiin luontevasti oman vuoron odottamista, kuvasta kertomista ja toisten kuuntelemista.**

Tällä kerralla oli alusta asti havaittavissa osallistujien välistä ryhmäytymistä ja yhteen hiileen puhaltamista, mutta mieluisan korttipelin aikana se korostui entisestään. Tunnelma kohosi korkealle ja kaikki kannustivat seuraavan kortin nostajaa. Jos joku ei tunnistanut kortissa esiintyvää eläintä, niin he kyselivät rohkeasti toisiltaan ja yrittivät lopulta lukea yhteisvoimin oikeaa vastausta kortin toiselta puolelta. Tunnistamisesta sai osakseen kannustushuutoja ja aplodeja. Vapautunut ja hieman riehakaskin tunnelma sai erään osallistujan keksimään ryhmälle uuden nimen ja näin ”Tuijan Torstai-kerhosta” tuli ”Keskusteluklubi**”.**

Neljännän tapaamiskerran merkittävimpiä havaintoja olivat jo edelliskerralla havaitun ryhmähengen tiivistyminen sekä tärkeäksi muodostuneen viikkotapaamisen jatkuvuuden merkitys. Tällä kerralla osallistujien toimintatavoissa oli aiempaa

enemmän hajontaa ja muovaamisesta innostunut osallistuja sai osakseen toisten ihailua. Hän koki selkeästi muita enemmän onnistumisen iloa, mikä vaikutti positiivisesti hänen olemukseensa.

6.5 Veistoksesta liikunnaksi

Viidennen kerran tapasimme 18.12.2014 ja illan ohjelmassa olisi tuolijumppaa ja muuta liikuntaa. Levine Madorin teoksessa kerrottiin tanssillisesta liikuntatuokiosta, jossa voitaisiin soittaa myös erilaisia soittimia (Levine Madori 2010, 85–88). Päädyin kuitenkin jättämään musiikin ja tanssin tämän toimintatuokion ulkopuolelle, koska hoitokodin asukkailla on sekä oma bändi että tanssiryhmä, joiden toimintaan myös ryhmäläiset osallistuvat. Halusin, että heille jäisi mielikuva, että Keskusteluklubin kanssa tehtiin erilaisia asioita kuin hoitokodin muiden asukkaiden ja ohjaajien kanssa. Olin tulostanut Ikäinstituutin ja Talkooreenkaan internet-sivuilta tuolijumppaohjeita, mutta olin myös miettinyt valmiiksi erilaisia kaikille osallistujille soveltuvia liikkeitä, joita olen jo aiemmin käyttänyt työssäni. Olin ottanut mukaani myös ilmapalloja, koska Levine Madorin mukaan erilaisen rekvisiitan avulla liikuntaan motivoiminen saattaa onnistua hieman helpommin (Levine Madori 2010, 86). Ajattelin jo etukäteen, että muutamien osallistujien motivoiminen ryhmäliikuntaan saattaisi olla hieman haasteellista, joten käytin ohjelman valmistelemiseen ja varaohjelmien miettimiseen melko paljon aikaa. Edellisellä kerralla osallistujat pitivät eläinkorttipelistä, joten olin varannut samat kortit tälläkin kerralla mukaani, jos illan liikuntaosio loppuisi lyhyeen.

Eräs ryhmäläinen saapui seurakseni jo siinä vaiheessa, kun olin vasta järjestelmässä paikkoja iltaa varten. **Hän halusi auttaa, joten laitoimme yhdessä tarvikkeet valmiiksi ja lähdimme hakemaan muita ryhmäläisiä paikalle.** Yksi osallistujista piti huolen, että kaikki osasivat samoille paikoille kuin aiemminkin ja **vaikutti hieman siltä, että hän olisi halunnut toimia myös puheenjohtajana, koska hän kyseli toisten kuulumisia ja jakoi puheenvuoroja.** Annoin hänen tehdä niin, koska muut hyväksyivät hänen toimintansa ja **huomasin, kuinka hänen ryhtinsä koheni ja ulosantinsa parani tämän uuden roolin myötä.** Lähestyvä jouluku

oli päällimmäisenä puheenaiheena, mutta myös tulevien tapaamistemme aikataulu mietitytti tulevan joulutauon vuoksi.

Alkurutiinien jälkeen kerroin, että tämän illan virallisena ohjelmana olisi liikunta, jolloin **yksi osallistujista ilmoitti heti, ettei aikoisi osallistua**. Kerroin, että olin suunnitellut sellaista ohjelmaa, johon kaikki voisivat osallistua ja että jokainen voisi liikkua omien voimavarojensa mukaan, koska liikkuminen tekee hyvää ikääntyneen ihmisen lihaksille, luille ja nivelille. **Muut innostuivat aiheesta** ja alkoivat reippaasti raivata tilaa tuolijumppapaperille. Ohjelmasta kieltäytynyt ryhmäläinen tuli kuitenkin pyytämättä toisten seuraan ja osallistui toimintaan vaikka esitti koko tuokion ajan erilaisia verukkeita ja vastalauseita, miksi ei voisi jumpata. **Olin ajatellut, että ilmapallot saattaisivat toimia aluksi eräänlaisena tunnelman keventäjänä, mutta sainkin kuulla vain vastalauseita:** *”Eihän jouluna ole ilmapalloja, vaan vappuna”* ja *”Ilmapalloja käytetään toukokuun ensimmäisenä eikä joulukuussa”*.

En alkanut väitellä ryhmän kanssa, vaan siirryimme suoraan voimisteluliikkeisiin. **Olin itse mukana näyttämässä mallia, koska sanallisten ohjeiden noudattaminen ja oman kehon hahmottaminen osoittautuivat yllättävän vaikeiksi asioiksi.** Jos liikkeen tekeminen ei onnistunut mallistakaan katsomalla, niin menin neuvomaan ihan kädestä tai jalasta pitäen. **Tarkoituksena ei ollut kuitenkaan tehdä täydellisiä suorituksia, vaan tärkeintä oli iloinen mieli ja osallistuminen omien kykyjen mukaan.** Eläinteema liittyi lähes kaikkiin liikkeisiin, joten mm. siputtelimme kuin muurahaiset, tömistelimme kuin norsulauma ja uimme sekä kisa-aa että koira vettä pärskytellen. **Myös ryhmäläiset innostuivat kehittelemään eri liikkeitä ja pikkuhiljaa tunnelma kävi niin hilpeäksi, että lopulta ilmapal-
lotkin kelpuutettiin mukaan toimintaan ja niistä tuli illan vetonaula.**



Kuva 5. Liikuntatuokion loppupiiri

Vauhdikkaan ja osin riehakkaankin liikuntatuokion aikana ryhmä oli saanut purkaa energiaansa, joten **illan päätteeksi kaikki olivat todella hyväntuulisia ja rauhallisia**. Tunnelma oli seesteinen, joten **loppuhaastatteluiden aikana sain tällä kertalla melko rehellistä palautetta illan ohjelmasta**. Liikunnasta aluksi kieltäytynyt ryhmäläinen kertoi pitkän alustuksen jälkeen, että: *”Aikuinen ihminen ei voi leikkiä kuin pieni lapsi”*, ja kävimme aiheesta pitkän keskustelun hänen kanssaan. Kerroin hänelle, että olin todella otettu siitä, että miellyttämisen halustaan huolimatta hän uskalsi sanoa, mitä mieltä asiasta oikeasti oli. **Muut olivat illan ohjelmasta eri mieltä**: *”Oli mukavaa heilua”* ja *”Minä rikoin ilmapallon ja se oli kivaa!”*. **Myös omista taidoista oltiin kovin vakuuttuneita**, koska eräs osallistujista totesi illan lopuksi: *”Minä olin parempi kuin muut”*.

Viidennellä tapaamiskerralla ilmeni ensimmäisen kerran ristiriitoja, joista neuvottelemisen rohkaisi osallistujia rehellisen palautteen antamiseen. Eräs osallistujista sai aimo annoksen itseluottamusta ja ryhtiä olemukseensa jakaessaan puheenvuoroja aloituspiirin aikana. Ryhmän merkitys ja luottamus sen jäseniin tulivat hyvin esiin.

6.6 Liikunnasta sanoiksi/runoksi ja tarinoiksi

Seuraavan kerran kokoonnuimme vasta kolmen viikon kuluttua tammikuussa 2015, koska sekä joulukuun että uuden vuoden osuivat torstaiksi. Arvelin jo etukäteen, että niin pitkä tauko saattaisi vaikuttaa haitallisesti ryhmän mainiosti käynnistyneeseen TTAP-kokonaisuuteen. Aloituskeskustelun jälkeen olin varautunut näyttämään muistin virkistykseksi tietokoneeltani valokuvia aiemmilta tapaamiskerroiltamme. Illan ohjelma olisi pitkän tauon lisäksi muutenkin haasteellisempi kuin aiemmilla kerroilla, koska Levine Madorin mielestä tässä osiossa osallistujien pitäisi kirjoittaa muistiin erilaisia teemaan liittyviä sanoja, joista sitten yhdessä koottaisiin esimerkiksi runo tai tarina. Ryhmään osallistujista kukaan ei kuitenkaan osannut kirjoittaa muuta kuin oman nimensä, joten **minun oli sovellettava ohjelma ryhmän taitoihin sopivaksi**. Tiesin ryhmän omaavan mielikuvitusta ja taitoja tarinankertomista varten, joten päädyin käyttämään **sadutusmenetelmää**, jonka on luonut suomalainen psykologi Monika Riihelä, ja jota Liisa Karlsson on edelleen kehittä-

nyt. Karlssonin mukaan (2005, 9–10) sadutushetkessä ihmistä pyydetään kertomaan tarina, jota toinen kuuntelee ja joka kirjataan sanatarkasti muistiin. Tarinan kirjaaaja ei tee kuulemastaan minkäänlaisia tulkintoja.

Sadutusta käytetään yleisesti kehitysvammaisten kanssa ja tutkimusten mukaan **menetelmä soveltuu tarkoitukseen hyvin, koska se antaa tarpeeksi aikaa kehitysvammaisten itseilmaisuuksiin**, ja tarvittaessa menetelmää voidaan muunnella yksilön tarpeiden mukaan. (Grönroos & Harju 2003, 10, 49; Turtiainen 2007, 43.) Ryhmäsadutustilanteessa jokaisella on oma kertojan roolinsa. Samalla kehittyvät myös **ryhmätyötaidot** sekä **kuuntelutaidot** ja yhteisen tarinan rakentaminen lisää myös **yhteenkuuluvuuden tunnetta**. (Grönroos & Harju 2003, 43; Turtiainen 2007, 45–46.) Sadutuksen avulla myös meidän pieni ryhmämme voisi luoda oman tarinansa ilman kirjoittamisen taitoa. Osallistumisen hurmaa – projektin internetsivustolta löysin informaatiota, jonka mukaan kerronnan tukena voi käyttää esimerkiksi esineitä, kortteja tai valokuvia ja ryhmässä etenevä sadutus voi edetä osallistujien kesken esimerkiksi lause kerrallaan. (Osallistumisen hurmaa, materiaali-pankki, 2015.) Päätin ottaa avuksi **tutut eläinkortit**, joiden avulla ryhmä voisi rakentaa oman tarinansa.

Kaikki ryhmäläiset saapuivat paikalle oma-aloitteisesti ja olivat silminnähden innostuneita siitä, että palasimme taas takaisin arkeen ja aloitimme jokaviikkoiset toimintatuokiomme. Kaksi osallistujaa varmisteli heti, että toiminta jatkuisi taas torstaisin, joten **aloitetun toiminnan pysyvyys ja jatkuvuus ovat ilmeisen merkittäviä tekijöitä heidän elämässään**. Ryhmäläiset suuntasivat totutusti tutuille paikoilleen ja jokainen kertoili joulun ajan kuulumisia. **Pitkä tauko vaikutti selkeästi ryhmäläisten keskittymiskykyyn**, koska pari osallistujaa ei olisi aluksi malttanut istua paikallaan kuuntelemassa toisten kertomuksia ja rauhattomuus tarttui myös muihin. Kolmen viikon tauko oli tehnyt tehtävänsä, koska ryhmäläiset olivat myös unohtaneet lähes kaiken, mitä ryhmätapaamistemme aikana oli ennen joulutaukoa keskusteltu ja tehty. Edelliskertojen tapahtumat palautettiin mieliin tietokoneelle lataamieni valokuvien avulla ja vähitellen kaikki saivat taas juonesta kiinni. Keskustelu vilkastui ja he kommentoivat iloisina kuvissa näkyviä tapahtumia ja ihmisiä.

Luku- ja musiikkihetken jälkeen aloin vähitellen johdatella ryhmää tämänpäiväisen ohjelman pariin. He innostuivat ajatuksesta, mutta **aluksi kaikkien oli erittäin hankala hahmottaa, kuinka heidän tarinansa saataisiin kirjoitettuun muotoon**. Ensin ryhmä sai valita eläinkorteista yhden yhteisen eläimen, joka saisi kunnian toimia heidän tarinansa päähahmona. Tehtävä osoittautui vaikeaksi, koska jokainen olisi halunnut valita oman kortin ja sinnikkäästi he pysyttelivät omien valintojensa kannalla. Kaikki halusivat kuitenkin, että Keskusteluklubi kertoo yhden yhteisen tarinan, joten useiden äänestyskierrosten jälkeen he saivat lopulta valittua kortin, missä oli jäniksen kuva. Kerroin ryhmäläisille sadutuksen ohjeen:

Kerro satu. Kirjoitan sen muistiin juuri niin kuin sen kerrot mitään muuttamatta. Lopuksi luen kertomuksen sinulle, ja voit muuttaa tai korjata sitä mikäli haluat.

(Karlsson 2005, 10.)

Jokainen sai sanoa omalla vuorollaan lauseen tai kaksi ja vuorossa oleva kertoja sai aina jäniskortin käteensä, mikä selkeästi auttoi hahmottamaan tarinaa ja sen kulkua. Edellisen kertojan sanomisia ei juuri jaksettu kuunnella, koska keskittyminen omaan tulevaan puheenvuoroon vei kaiken huomion. **Alkukangerteluiden ja pienen hapuilun jälkeen ryhmä pääsi vauhtiin** ja loi ihan omannäköisensä tarinan Pupujussista.

PUPUJUSSI

”Pupu loikkii lumessa. Se syö kesällä porkkanaa. Tämä syö porkkanaa ja talvella pomppii. Pupujussi syö saunavihtoja ja punaisia lehtiä. Isoilla korvilla kuuntelee. Se kuuntelee, kun linnut laulaa. Kuuntelee metsän ääniä. Pupu nukkuu välillä puun juurella, oksien alla. Se loikkii karkuun, kun näkee koiran. Se haistelee ilmaa. Ensin se juoksee ja sitten se juoksee järveen. Joku ihminen pelastaa pupun. Sitten se hakee kiviä paikkaa. Sitten se istuu ja kuuntelee koiraa.

Pupu kävelee lumeen ja ottaa sieltä käpyjä. Pupu katselee ihmisiä metsässä. Korkealla kiven nokalla nähtiin kerran jänis. Se kuuntelee taas koiraa. Pupu menee koiraa pakoon. Pupu lähti juoksemaan kotia päin. Koti on kantojen juurella. Pupulla on isot jalat ja hyvä jänis se on. Pupu etsii kärpäsiä, muurahaisia, ampiaisia ja kottaraisia. Nyt pupu on mennyt kotiin nukkumaan.”

Lopuksi luin tarinan muutaman kerran ääneen ryhmäläisille ja heidän mielestään se oli niin hyvä, ettei vaatinut mitään muutoksia. **Keskittymistä ja miettimistä vaativa toiminta verotti selkeästi osallistujien voimia**, koska loppuhaastatteluiden anti jäi jälleen melko vaisuksi. Kaikki olivat onnellisia siitä, että Keskusteluklubin toiminta oli taas alkanut, mutta muuten liikuttiin hyvin yleisellä tasolla. Erään osallistujan posket hehkuivat taas tutun punaisina ja hän totesi poskiaan silittellen: *”Ajattelin kovasti”*.

Kuudennen tapaamiskerran tärkein huomio oli pitkän joulutauon negatiivinen vaikutus osallistujien muistiin ja ryhmätyöskentelytaitoihin. Vauhtiin pääseminen vei aikaa ja keskittyminen verotti voimia, joten loppukeskusteluiden merkitys jäi jälleen vaisuksi. Ryhmänohjaajan näkökulmasta haasteellisimmaksi tehtäväksi osoittautui sadutus -menetelmän opettaminen kirjoitus- ja lukutaidottomalle ryhmälle.

6.7 Sanoista mielen ruokaan

15.1.2015 tapaamiskertamme aiheena oli ruoka sekä siihen liittyvät toiminnot ja ajatukset. Levine Madorin (2010, 90) mukaan ruoalla on tärkeä merkitys jokaisessa kulttuurissa ja siitä voi kehittää monenlaista kaikkiin aisteihin vaikuttavaa ohjelmaa erilaisiin luoviin toimintoihin.

Toimintatuokiomme alkaisi jälleen tutulla kaavalla. Lukutuokion ja musiikinkuuntelun jälkeen ohjaisin keskustelua ruokateeman suuntaan ja sopivassa vaiheessa ryhtyisimme tunnustelemaan, haistelemaan ja maistelemaan muutamia valitsemiani ruoka-aineita. Ryhmän jäsenillä oli erilaisia rajoitteita ruokailun suhteen ja osalla oli myös vaikeuksia hallita ruokahaluaan ja sen myötä taipumusta ahmimiseen, joten päädyin rajaamaan maistelun vain muutamiin eri makuihin. Vaikka ryhmässä oli vain neljä jäsentä, niin niinkin pienen joukon hallitseminen saattaisi olla hankalaa, jos tarjolla olisi pöydän täydeltä erilaisia maistiaisista. Puuhastelun lomassa keskustelisimme erilaisista ruokamuistoista, lempiruoista ja löytyisikö mahdollisesti sellaisia ruokia, joista ryhmäläiset eivät pidä. Eläinteeman liittäisimme aiheeseemme miettimällä mitä eläimet syövät ja mitä eläimiä me itse voimme syödä.

Tällä kerralla eräs ryhmän taitavimmista keskustelijoista oli tavanomaista väsyneempi, hiljaisempi ja jopa hieman poissaoleva, mikä selkeästi vaikutti toisiin osallistujiin ja samalla koko illan tunnelmaan. Hän kuitenkin halusi osallistua ohjelmaan, vaikka hänelle tarjottiin myös mahdollisuutta lähteä lepäämään. **Hän myös ilmoitti tarjottavat nähtyään, ettei aio syödä hedelmiä, mutta halusi edelleen jäädä toisten seuraan. Kieltäytyminen hämmästytti selkeästi muuta ryhmää ja he liittoutuivat heti keskenään omaksi ryhmäkseen, joka**

halusi maistaa kaikkea mitä tarjolla oli. Eräs osallistujista kuvaili tunnelmiaan: *”Mulle kelpaa kaikki. En ole turhan ronkeli.”* **Oli mielenkiintoista seurata, kuinka yhden ryhmäläisen tavanomaisesta poikkeava käytös ja matala vireystila vaikuttivat niin voimakkaasti muiden ryhmäläisten rooleihin. Yleensä keskustelija hallitsevan ryhmäläisen hiljaisuus rohkaisi selkeästi toisia tuomaan omia ajatuksiaan enemmän esiin.**

Ensimmäisenä otimme tarkasteluun pussilliset mandariineja ja banaaneja. Ryhmä ei tunnistanut mandariinia ja arvauksia esitettiin tomaatista appelsiiniin, joten siinä vaiheessa havahduin ajatukseen, että yleensä he näkevät hedelmänsä valmiiksi kuorittuina ja pilkottuina lautasillaan. Myös sanana mandariini oli vaikea, joten sen lausumista harjoiteltiin yhdessä ja erikseen. Olin varannut tarkoituksella reilusti hedelmiä, koska halusin jokaisen harjoittelevan niiden kuorimista ennen syömistä. Kuoriminen sujui vaihtelevalla menestyksellä ja osa ryhmäläisistä ennätti jo syödä ensimmäiset mandariininsa ennen kuin ennätin ohjeistaa heitä tulevista tehtävistä. Seuraavaksi mietittiin värejä, laskettiin siivuja (kuva 6), haisteltiin ja lopuksi tietenkin maisteltiin omin käsin kuorittuja hedelmiä. **Itsenäinen työskentely ja onnistumisen ilo vaikuttivat selkeästi osallistujien olemukseen ja mielialaan. Yllätyin kuinka niinkin arkinen puuha kuin hedelmän kuoriminen voi tuoda niin paljon iloa päivään.**



Kuva 6. Mandariinilohkojen avulla tehtiin erilaisia tehtäviä

Tiesin ryhmäläisten olevan persoja makealle, joten tarjolla oli myös valkosuklaata ja vaahtomakeisia. Kukaan ei kieltäytynyt suklaan maistelusta ja syvä hiljaisuus

laskeutui huoneeseen, kun kaikki maistelivat herkkua ja yrittivät kuvailla sanallisesti sen makua. Eräs osallistujista tarvitsi apua suklaapalansa pienimisessä ja **yllätyin suunnattomasti, kun hänen vieressään istunut ryhmäläinen tarttui spontaanisti veitseen ja auttoi vierustoveriaan.** Yleensä hän itse tarvitsee paljon apua toimissaan ja keskittyminen herpaantuu helposti, mutta **tällä kerralla hän oli erittäin oma-aloitteinen ja orientoitunut koko illan ajan.**

Keskittyminen ja miettiminen verottivat taas ryhmäläisten voimavaroja, mutta kaikki tuntuivat kuitenkin odottavan loppuhaastatteluun pääsyä. Syömisestä kieltäytyneen ryhmäläisen käytös mietitytti edelleen, ja eräs ryhmäläisistä kiteytti ajatuksensa seuraavasti: *”Tulee kipeäksi, kun ei syö.”* Itse kieltäytyjä ei halunnut keskustella koko aiheesta vaan puisteli tuhtuneena päätään ja sanoi vain: *”Ei se sitä ollut. Ei puhuta siitä.”* Hänen loppukomentistaan kuitenkin kuuli, ettei hän halunnut pahoittaa mieltäni, koska hän halusi ja sanoi: *”Ei muistella pahalla. Tuun taas ens torstaina tänne”*

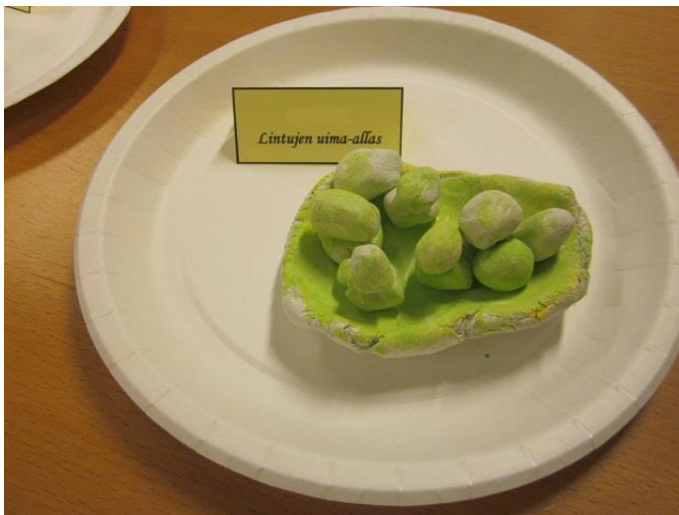
Seitsemännen tapaamiskerran olennaisin huomio oli, kuinka paljon erään osallistujan tavanomaisesta poikkeava käytös vaikutti muuhun ryhmään. Eräs toinen osallistuja hyötyi tilanteesta, koska hänen oma-aloitteisuutensa lisääntyi ja hän toimi tällä kerralla täysin uudessa roolissa.

6.8 Ajatuksista teematapahtumaksi

Kahdeksannen kerran kokoonnuimme 22.1.2015 ja illan ohjelmaan kuuluisivat taidenäyttely ja sen juhlistaminen pienen tarjoilun merkeissä. Olimme keskustelleet ryhmän kanssa asiasta jo edellisellä kerralla ja he halusivat kutsua paikalle hoitokodin muut asukkaat ja vuorossa olevat hoitajat. Levine Madori kertookin teoksessaan, että juhlien avulla voidaan yhdistää myös osallistujien yhteisö TTAP-ohjelmaan (Levine Madori 2010, 92). Rajasin tietoisesti ryhmäläisten läheiset juhlien ulkopuolelle, koska joidenkin saattaisi olla vaikea saapua paikalle arki-iltana. Tiesin jo kokemuksesta, että ne ryhmäläiset, joiden omaiset eivät pääsisi paikalle, olisivat kateellisia heille, joiden läheinen osallistuisi juhlaan. **Halusin, että taidenäyttelystä jäisi kaikille iloinen ja tasapuolinen kokemus.** Tarkoituksena oli laittaa kaikki ryhmäläisten siihen mennessä tekemät teokset (kuva 7) esille päivä-

toimintayksikön tiloihin, ihastella niitä itse ja esitellä ne myös talon muulle väelle. Juhlistaaksemme taidenäyttelyä, valmistaisimme ryhmäläisten kanssa leivokset ja nauttisimme ne kuohuviinilaseista nautitun limsan kera. Tuokion aluksi ja lopuksi toimittaisiin jo tutuksi tulleen ohjelman mukaisesti, mutta juhlallisuuksia varten varattaisiin tarpeeksi aikaa.

Rajallisen aikataulun vuoksi olin tehnyt taidenäyttelyä varten jonkin verran etukäteisvalmisteluita jo kotona. Olin kehystänyt aiemmin tehdyt maalaukset ja tulostanut niihin erilliset kyltit, joihin oli kirjoitettu teoksen ja sen tekijän nimet. Olin valmistanut samanlaiset nimilaput myös askartelumassahahmoja varten. Olin aina työskentelyn lomassa tiedustellut ryhmäläisiltä heidän valmistamiensa teosten nimet ja kirjannut ne tuolloin ylös, joten kenenkään ei tarvinnut enää siinä vaiheessa yrittää muistella niitä.



Kuva 7. Taidenäyttelyssä olivat kaikki teokset esillä

Menin paikalle hyvissä ajoin, koska tarkoitukseni oli laittaa taulut ja muut työt valmiiksi esille ennen kuin ryhmä saapuisi paikalle. Kaikki kuitenkin muistivat, että nyt oli tarkoitus järjestää juhlat, koska yksi toisensa jälkeen he ilmestyivät paikalle tavanomaista aiemmin. **En antanut sen häiritä, vaan otin heidät mukaan valmisteluihin.** He kertoivat mihin kohtiin haluaisivat omia töitään esille, auttoivat huonekalujen siirtelyssä ja **olivat hieman hermostuneita siitä, että muutkin näkisivät vihdoinkin heidän kättensä tuloksia.** ”Mitähän ne oikein sanoo?”, mietti eräs ryhmäläinen ihastellessaan omaa askartelumassatyötään. Pieni jännitys vaikutti ilmeisesti siihen, etteivät ryhmäläiset oikein malttaneet keskittyä tavanomaisiin

ryhmätuokion aloituskuvioihin. Se oli tietenkin aivan ymmärrettävää, koska hyvin harvoin he ovat itse suunnittelemassa ja järjestämässä tällaista tilaisuutta. Istuimme kuitenkin tuokion pöydän ääressä keskustelemassa, kuinka illan ohjelma tulisi etenemään ja miltä tilanne heistä tuntui. **Innostus tarttui pian kaikkiin ja Keskusteluklubin ryhmähenki oli korkealla.**

Ensin menimme keittiöön valmistelemaan tarjottavat ja **kaikkiin työvaiheisiin löytyi helposti vapaaehtoisia.** Yhteisenä tehtävänä oli koristella valmiit leivokset ja koristeiden ripottelun aikana huomasin, että vaikka **jokainen keskittyi kieli keskellä suuta omaan suoritukseensa, niin myös yhteisen tärkeäksi koetun tehtävän äärellä ryhmän tuki koettiin tärkeäksi.** Keittiötyöskentelyn aikana kuului usein kehotus ottaa toiminnasta valokuvia, joten vaikutti siltä, että **ryhmäläiset halusivat mielekkästä puuhasta myös pysyviä muistoja.** Eräs ryhmäläisistä totesi hieman haikeana, että: *”Olisi pitänyt valita kerhon aiheeksi leipominen eikä eläimet.”* Iloinen nauru täytti keittiön, kun ryhmäläiset alkoivat suunnitella, että seuraavaksi järjestetään yhdessä kokkauskerho ja: *”Tehdään ainakin mokkapaloja.”* Tarjoilut jätettiin odottamaan iltaa ja eräs ryhmäläisistä ilmoitti, että hän voisi käydä kutsumassa hoitokodin väen taidenäyttelyyn. **TTAP-kokonaisuuden edetessä osallistujat olivat selkeästi saaneet aimo annoksen itseluottamusta ja heidän oma-aloitteisuutensa oli lisääntynyt ensimmäisistä ryhmätapaamisistamme.**

Vieraiden saapuessa eräs ryhmäläisistä otti seremoniamestarin roolin, jota hän veti luontevasti koko tilaisuuden ajan. Hän piti aloituspuheen ja esitteli taideteokset ihastuneelle mutta myös hieman hämmentyneelle vierasjoukolle. Olimme sopineet, että nauttisimme virvokkeita vasta siinä vaiheessa, kun vieraat olisivat poistuneet, joten tilaisuuden johtaja piti huolen myös siitä, että vieraat osasivat poistua ajallaan. **Muut ryhmäläiset tuntuivat olevan tyytyväisiä johtohahmon organisointikykyyn, joten en puuttunut siihen millään tavoin.** Lopuksi kokoonnuimme ryhmän kanssa pöydän ääreen, mihin laskeutui lähes harras hiljaisuus. **Kaikki ihailivat itse tehtyjä leivoksia ja kuohuviinilasit tekivät tilanteesta juhlallisen.** Kohotimme maljan ja illan vetovastuussa hääräillyt ryhmäläinen piti pienen puheen. **Taas sain ihaila kuinka maltillisesti kaikki nauttivat tarjoilusta ja tunnelmasta, vaikka olin olettanut heidän hätäilevän ja kiirehtivän herkkujen äärellä.**

Juhla ja siihen liittyvät asiat olivat pinnalla loppuhaastatteluiden aikana. **Osallistujat olivat hyväntuulisia ja kokivat, että ilta oli kaikilta osin onnistunut.** Eräs ryhmäläisistä oli sisäistänyt rauhallisen työskentelyn merkityksen, koska muistutti myös minua: *”Ei saa hosua liikaa. Mieltä pitää.”* **Eräs toinen mielti jo tulevaa viikkoa ja seuraavaa tapaamistamme:** *”Ens torstaina on taas klubipäivä.”*

Kahdeksannella kerralla kaikki osallistujat nauttivat illan ohjelmasta ja yhdessä suunnitellun taidenäyttelyn järjestäminen toi kaikille flow-kokemuksen. Mielekäs tekeminen ja yhdessä puuhastelu sai kaikki yrittämään parastaan ja itsenäisistä tehtävistä suoriutuminen onnistui jopa paremmin kuin aiemmilla kerroilla. Taideteosten esittely hoitokodin muille asukkaille ja henkilökunnalle muodostui todella merkitykselliseksi hetkeksi.

6.9 Tapahtumasta valokuvaukseksi

TTAP-kokonaisuuden viimeinen tapaamiskerta oli 29.1.2015 ja tuolloin aiheena olisi valokuvaus. Olin varautunut siihen, että viimeisen yhteisen tuokiomme tunnelma saattaisi olla hieman haikea, koska moni kehitysvammainen hahmottaa elämänsä kulkua tiettyjen tuttujen rutiinien avulla. Jos yhdessä on kokoonnuttu jo usean viikon ajan tiettyinä päivinä ja tiettyinä kellonaikana, saattaa tuleva ohjelmanmuutos aiheuttaa joillekin ryhmäläisille päänvaivaa. Olin varannut tapaamisemme alkuun keskusteluaikaa, jolloin voisimme käydä rauhassa läpi koko TTAP-prosessin eri vaiheet. Keskustelutuokion aikana ryhmäläisiä kannustettaisiin kertomaan tunteista, joita yhteisen toimintamme loppuminen herättäisi. Heikki Willamon kirjassa olisi vuorossa luku ”Lähdön aika”, joka soveltuisi mainiosti hetkeen.

Tämän jälkeen siirtyisimme valokuvauksen pariin ja tarkoituksena oli, että ottaisimme ryhmästä muutamia yhteiskuvia ja muistelisivimme yhteistä taivaltamme valokuvien avulla. Levine Madorin mielestä valokuvien avulla voidaan helpottaa muistojen mieleen palauttamista, jos henkilön kognitiiviset kyvyt ovat heikentyneet (Levine Madori 2010, 92). Tähän asti valokuvia oli otettu enimmäkseen toiminnan aikana ilman virallisia poseerauksia, joten voisimme päättää yhteisen taipaleemme muutamiin suunniteltuihin ryhmäkuviin. Tätä kertaa varten olin myös tulostanut jokaiselle osallistujalle matkan varrella otettuja valokuvia ja tarkoitus oli, että valo-

kuvien katselun ja niistä keskustelemisen jälkeen ryhmäläiset saivat tehdä niistä itselleen taulut huoneidensa seinille. Olin myös luvannut tehdä jokaiselle ryhmäläiselle oman valokuvakirjan Keskusteluklubin vaiheista, mutta ne tekisin valmiiksi vasta viimeisen tapaamiskertamme jälkeen. Lopuksi viettäisin vielä jokaisen ryhmäläisen kanssa tuokion, jos he haluaisivat kertoa minulle jotain tämänkertaiseen tai aiempiin tapaamiskertoihin liittyvää.

Kaikki ryhmäläiset saapuivat taas ajoissa paikalle ja he olivat jo tullessaan tietoisia siitä, että tämä tulisi olemaan viimeinen tapaamiskertamme. Asiasta oli keskusteltu jo hoitokodin puolella ja se askarrutti ryhmäläisiä koko illan ajan. Heti keskustelutuokiomme aluksi eräs ryhmäläisistä piteli kaksin käsin päätään ja tokaisi katse alas luotuna: *”Ikävä tulee kerhoa. Muistoja, muistoja.”* Joku toinen mietti, että emmekö voisi aloittaa uuden kerhon tulevana syksynä. Tilanteesta johtuen **keskittyminen muuhun keskusteluun oli ryhmäläisille hankalaa ja muistelun sijaan kaikkien ajatukset askartelivat tulevaisuudessa.** Eräs osallistujista johdatteli ryhmän sattumalta illan aiheeseen tuumaillessaan, että *”olis mukava katsella valokuvia”*. Pyysin ryhmäläisiä ensin yhteiseen valokuvaan ja ehdotukseni sai osallistujat **innostumaan asiasta niin, että haikea tunnelma vaihtui hetkessä iloiseen puheensorinaan.** Ryhmä halusi asettua sohvalle istumaan ja kaikki suhtautuivat tilanteeseen tavanomaista arvokkaammin, vaikka eräs ryhmäläisistä oli edelleen hieman pettynyt ryhmätapaamistemme loppumisesta ja sanoi: *”Mä jumpittelen Tuijalle, enkä halua istua sohvalla.”* **Hän kuitenkin unohti aikeensa siinä vaiheessa, kun muut asettautuivat riviin ja pyysivät häntä mukaan kuviin.**



Kuva 8. Viimeisellä kerralla katseltiin valokuvia

Aiemmillä kerroilla eläinpostikorteilla pelattu arvailupeli oli saanut niin suuren suosion, että tällä kerralla asettelin tulostamiani valokuvia väärinpäin pöydälle ja jokainen sai taas vuorollaan nostaa yhden kuvan ja kertoa toisille, mitä kuvassa näki. Ryhmä luuli, että pöydällä olisi taas tuttuja eläinkuvia ja yllätys oli melkoinen, kun sieltä paljastuikin tapaamistemme aikana otettuja valokuvia. **Nauru raikui ja aikaisempien tapaamiskertojemme muistelu sujui luontevasti kuvien avulla herättäen paljon ajatuksia ja keskustelua.** Keskustelun hiipuesssa kerroin, että jokainen ryhmäläinen saisi muistoksi oman valokuvanipun ja halutessaan niistä voisi tehdä itselleen taulun. Tunnelma kohosi hetkessä ja eräs ryhmäläisistä ilahtui kuvistaan niin, että purskahti nauruun. **Hän nauroi nauramistaan niin, että riemu tarttui vähitellen myös muuhun joukkoon** ja lopulta nauroimme kaikki niin hervottomina, ettei työskentelystä tullut pitkään aikaan mitään. **Tämän erikoisen tunnekuohun jälkeen tilanne oli todella rauhallinen ja jopa harras.** Ryhmäläiset katselivat lumoutuneina valokuviaan (kuva 8) ja sommittelivat niitä pahville hiljaisina. **Kaikista huomasi, että tehtävä koettiin erityisen tärkeäksi. Itselleni tuli tunne, että matkan varrella otettujen valokuvien avulla yhteiset kokemuksemme ja eri kertojen muodostama kokonaisuus konkretisoituivat osallistujille.** Eräs heistä piti tavoilleen uskollisena arvokkaan puheen ryhmätapaamistemme kunniaksi ja hän kiteytti kokemuksensa loppulauseeseen. **”Me ollaan kyllä yksiä taiteilijoita kaikki.”** Paatoksella pidetty puhe sai ansaitseman aplodit. Tämän jälkeen oli luontevaa kiittää kaikkia osallistumisesta ja siirtyä kuuntelemaan vielä hetkeksi jokaisen henkilökohtaisia ajatuksia.

Kaikki toivat esiin sen, että olisivat halunneet näiden tapaamistemme jatkuvan edelleen. Syytä kysyttäessä eräs ryhmäläinen sanoi: ” ***Ollaan saatu olla ihan rauhassa. Ei ole ollut meteliä.***” Toinen ehdotti pitkään mietittyään, että: ”*Pitäis keksiä joku toinen juttu.*” Illan lopuksi menin vielä jokaisen ryhmäläisen mukana heidän huoneisiinsa ja laitoimme yhdessä valokuvataulut seinälle. **Oli mielenkiintoista huomata, että myös muilla kerroilla tehdyt taideteokset olivat huoneissa näkyvästi esillä.** Tehdessäni lähtöä eräs ryhmäläisistä tuli vielä halaamaan ja toivottamaan hyvää talven jatkoa. Lopuksi hän vielä kuiskasi: ”*Koitahan pärjätä.*”

Viimeisen tapaamiskerran keskeisimmiksi huomioiksi nousivat torstaitapaamisten jatkuvuuden merkityksellisyys sekä se, kuinka helposti nykyaikana voidaan valokuvien avulla tuoda muistot näkyviksi. Kiireetön keskustelu koettiin edelleen tärkeäksi osaksi torstaitapaamisia.

7 TULOKSET JA JOHTOPÄÄTÖKSET

7.1 Tulokset

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kerätä kokemuksia ja havaintoja Levine Madorin kehittämästä TTAP-kuntoutusmenetelmästä ryhmässä, jonka osallistujat olivat iäkkäitä kehitysvammaisia henkilöitä. Levine Madori on määritellyt kuntoutusmenetelmäprosessilleen tavoitteita, joiden toteutumista haluttiin selvittää tässä erityisryhmässä ryhmänohjaajan havaintojen ja osallistujien kokemusten perusteella. Opinnäytetyön tuloksia tarkastellaan vertailemalla havaintoja Levine Madorin kuntoutusmenetelmän tavoitteisiin, koska niiden perusteella voidaan päätellä, onko menetelmää käyttökelpoinen iäkkäiden kehitysvammaisten ryhmätoiminnassa.

7.1.1 Itsetunnon kehittyminen

Ensinnäkin prosessin aikana haluttiin selvittää löytyisikö osallistujilta erilaisia taidokokemuksia tarjoavien ryhmätuokioiden aikana heidän itsetuntonsa ja sisäisen motivaationsa välinen oleellinen yhdysside. Levine Madori kuvailee sisäisen motivaation käsitteen erääksi ihmisen kokemusmaailman tärkeimmistä tekijöistä. Hänen mielestään ihmistä motivoi sisäisesti henkilökohtainen kokemus siitä, miten hän jonkin asian tuntee. Esimerkiksi nautinto, onnellisuus ja mielihyvä kuuluvat näihin tunteisiin. (Levine Madori 2010, 45.) Hanna-Liisa Liikanen (2010) on kirjoittanut Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia -toimintaohjelman vuosille 2010–2014, ja ohjelman tavoitteena on terveyden ja hyvinvoinnin lisääminen sekä osallisuuden lisääminen. Liikasen havaintojen mukaan taide- ja kulttuuritoimintaan osallistaminen saavuttaa ainakin yhden tavoitteistaan, kun osallistujien itsevarmuus paranee ja itsenäisten valintojen tekeminen lisääntyy. (Liikanen 2010, 25.)

Tässä opinnäytetyössä ryhmään kuuluvien iäkkäiden kehitysvammaisten henkilöiden sisäistä osallistumismotivaatiota vahvistettiin **räätälöimällä jokaiselle osallistujalle yksilöllistä ohjelmaa**, joka vastasi hänen henkilökohtaista suorituskykyään. Jokainen sai mahdollisuuden osallistua ryhmän toimintaan **omien voimavarojensa** sekä **mieltymystensä mukaisesti**. Esimerkiksi kaikki halusivat olla mu-

kana liikuntatuokiassa, vaikka eräs osallistujista oli aluksi sitä mieltä, ettei voi osallistua fyysisten rajoitteidensa vuoksi. Hänen kanssaan keskusteltiin asiasta ja liikkeitä muokattiin hänelle sopiviksi, joten lopulta hän osallistui hyväntuulisena toimintaan yhdessä muiden kanssa.

Mahdollisuus valintoihin ja itsenäisiin päätöksiin laajensi ryhmäläisten kokemusmaailmaa ja lisäsi mielihyvän tunnetta. Levine Madori korostaa juuri itsenäisten valintojen ja niistä seuraavan vastuunkannon tärkeää roolia, koska niiden kautta henkilö kokee hallitsevansa tilanteita ja kokee toiminnan merkitykselliseksi. (Levine Madori 2010, 45.) Tämä tuli hyvin esiin valmistettaessa taidenäyttelyn tarjoilua. Osallistujat saivat valita tehtävälustasta **itselleen mieluisan tehtävän** ja suorittaa sen parhaakseen näkemällä tavalla **mahdollisimman omatoimisesti. Oma-aloitteisuus ja aktiivisuus lisääntyivät** sitä mukaa, kun osallistujat huomasivat selviytyvänsä myös sellaisista asioista, mitä eivät olleet aiemmin tehneet.

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA	YHDISTÄVÄ TEKIJÄ
JAKAMISEN MERKITYS ON TÄRKEÄ	KOKEMUSTEN JAKAMINEN TÄRKEIDEN IHMISTEN KANSSA	ITSETUNTOON VAIKUTTAVIA TEKIJÖITÄ
HENKILÖKOHTAINEN KOKEMUS OMASTA OSAAMISESTA		
ONNISTUMINEN VAIKUTTAAN MOTIVAATIOON	ITSENÄINEN TYÖSKENTELY JA ONNISTUMISEN ILO	
ONNISTUMINEN PALKITSEE		
ONNISTUMINEN VAIKUTTAAN MIELIALAAN		
UUDET KOKEMUKSET TUOVAT HYVÄN MIELEN	KEHUJEN JA KANNUSTUKSEN MERKITYS	
RYHMÄN TUKEA VAIKUTTAAN AKTIIVISUUTEEN		

Kuvio 4. Itsetuntoon vaikuttavia tekijöitä

Itsenäisistä tehtävistä suoriutuminen antoi onnistumisen iloa ja madalsi kynnystä tarttua haasteellisiksi miellettyihin tehtäviin seuraavilla kerroilla. Ero ensimmäisen ja muutaman viimeisen tapaamiskerran välillä oli huomattava, koska jokaisen osallistujan varmuus omista kyvyistä kohosi tämän yhdeksänvaiheisen prosessin aikana. He saapuivat aina mielellään paikalle ja siinä vaiheessa, kun olivat sisäistäneet kunkin ryhmätuokion idean, osoittautuivat he todella aktiivisiksi ja oma-aloitteisiksi toimijoiksi. Tämä oli havaittavissa esimerkiksi niissä tilanteissa, kun joku ryhmäläisistä tarjoutui oma-aloitteisesti auttamaan vieruskaveria, joka ei

selviytynyt tehtävästään itsenäisesti. Muulta ryhmältä ja ohjaajalta saatu **tuki**, ke-
hut sekä **kannustus** kantoivat vaikeiksi koetuissa tilanteissa ja lievensivät epäon-
nistumisen pelkoa. **Kokemusten jakaminen** muun ryhmän kanssa koettiin tärke-
äksi ja jakamisen tärkeys korostui erityisesti kahdeksannella tapaamiskerralla, kun
ryhmäläisten tekemistä teoksista järjestettiin taidenäyttely hoitokodin muille asuk-
kaille ja henkilökunnalle. Ryhmäläiset olivat ylpeitä aikaansaannoksistaan ja esitte-
livät niitä asiaankuuluvan arvokkaina näyttelyvieraille. Omien taideteosten esitte-
leminen oli kaikille selkeästi nautinnollinen kokemus.

Vaikka ryhmäläiset olivat toisilleen tuttuja jo ennestään, tutustuivat he tämän pro-
sessin aikana toisiinsa aivan uudella tavalla ja löysivät yhteisen sävelen jo ensim-
mäisellä tapaamiskerrallamme. Ryhmähenki tiivistyi matkan varrella ja he selkeästi
nauttivat toistensa seurasta ja yhdessä tekemisestä. Tehtävissä onnistuminen sai
aikaan sen, että ryhmäläiset lähtivät tapaamisistamme aina hyväntuulisina ja itse-
varmoina rientäen kertomaan hoitokodin henkilökunnalle ja muille asukkaille illan
tapahtumista.

7.1.2 Itseilmaisun kehittyminen

Ryhmään osallistujien itseilmaisuus on keskeisessä roolissa aina TTAP-prosessin
aikana ja heidän aikaisempia kokemuksiaan hyödynnetään jokaisen ryhmätuokion
aikana (Levine Madori 2010, 15). Jo aivan ensimmäisellä tapaamiskerrallamme
kaikki ryhmäläiset toivat esiin sen, että yhteisen pöydän ääressä istuminen ja kii-
reetön keskustelu ovat heille eräs ryhmätuokioiden tärkeimmistä tekijöistä. Heille
tarjottiin usein mahdollisuutta rennompaan jutustelutuokioon mukavammilla is-
tuimilla, mutta jokaisella kerralla ryhmä valitsi yksimielisesti paikat pöydän ääres-
sä. Illan ohjelmasta ja vireystilasta riippuen osallistujat pääsivät toisinaan vauhtiin
vasta toimintatuokion loppupuolella, jolloin joustava aikataulu mahdollisti sen, ettei
merkittäväksi koettuja puuhia tarvinnut keskeyttää, vaan toiminnot saatiin suorittaa
rauhassa loppuun. Analysoidun havaintomateriaalin perusteella saatiin siis selville,
että **keskustelu** oli osallistujille erittäin tärkeä kokemus, mutta **vauhtiin pääsemi-
nen vaati aikaa**.

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA	YHDISTÄVÄ TEKIJÄ
TUTUT ESINEET JA ASIAT AUTTAVAT AJATUSTEN JÄSENTÄMISESSÄ	MUISTELUN JA MUISTOJEN MERKITYS	ITSEILMAISUN KEHITTYMINEN
ESINEIDEN MYÖTÄ MUISTOIHIN		
MUSIIKIN AVULLA MUISTOIHIN		
ROHKEUS PUHUMISEEN VIE AIKAA	AJAN MERKITYS	
KESKUSTELU KÄYNNISTYY HITAASTI		
TARINAN KERTOMINEN ROHKAISEE OTTAMAAN OSAA KESKUSTELUUN	KESKUSTELUN MERKITYS	
TÄRKEÄKSI KOETTU KERTOMUS VAIKUTTAA KÄYTTÄYTYMISEEN		

Kuvio 5. Itseilmaisun kehittyminen

Jokaiselle osallistujalle annettiin tarpeeksi aikaa omien tuntemusten ja kokemusten kertomiseen ja yhteisesti sovitusta teemasta huolimatta he saivat välillä mahdollisuuden keskustella myös aiheen ulkopuolisista asioista. Esimerkiksi tutut musiikkikappaleet ja esineet saattoivat nostaa mieleen tarinoita ja arvokkaita muistoja, joita ryhmäläiset halusivat jakaa toisilleen. Erään ryhmäläisen puhe oli muutama tapaamiskerran alussa niin epäselvää, että sekä ohjaajan että avustavan ohjaajan oli vaikea saada siitä selvää. Mutta lähes aina tapaamisten loppuksi hänen olemuksensa muuttui ryhdikkäämmäksi ja puhe selkiintyi. Itselleni jäi vaikutelma, että toimintatuokioiden aikana hänen ajatuksensa usein kirkastuivat ja tärkeät muistot nousivat mieleen.

Muistot ja muistelu nousivatkin matkan varrella tärkeän rooliin, koska itselle tapahtuneiden asioiden avulla oli helpompi kertoa niistä johdonmukaisesti ja loogisesti. Mitä paremmin ryhmä oppi tuntemaan toisiaan, sitä helpompi heidän oli osallistua keskusteluihin ja keskittyä myös kuuntelemaan toisten puheenvuoroja. Levine Madori (2010, 81) kuvailee, että tunteiden ilmaiseminen erilaisten taidetoimintojen avulla saa liikkeelle muistoja, jotka saattavat olla luonteeltaan sekä negatiivisia että positiivisia. Ryhmänohjaajan on osattava varautua jo ohjelmaa suunnitellessaan muistojen herättämien tunteiden käsittelemiseen.

7.1.3 Kokemuksia ryhmätoiminnasta

TTAP-prosessin aikana osallistujat pääsevät osaksi tukea ja turvallisuutta tarjoavaa sosiaalista ryhmää, joten yhteisten toimintatuokioiden aikana myös heidän oma sosiaalinen kanssakäymisensä lisääntyy (Levine Madori 2010, 13). Tähän TTAP-prosessiin osallistuneet iäkkäät kehitysvammaiset ihmiset eivät olleet aiemmin osallistuneet ohjattuun toimintaan juuri tällä kokoonpanolla. Ensimmäisellä tapaamiskerralla he olivat tilanteesta hieman hämillään, mutta jo heti seuraavalla kerralla he tiedostivat ryhmänsä jäsenet ja kokivat olevansa hoitokodin muihin asukkaisiin nähden etuoikeutettuja saadessaan kuulua tähän ryhmään. Aluksi osallistujat käyttivät ryhmästään nimeä Torstai-kerho, mutta matkan varrella nimeksi vakiintui **Keskusteluklubi, mikä omalta osaltaan kertoo myös siitä, mikä koettiin erääksi ryhmätapaamisten tärkeimmistä kokemuksista.**

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA	YHDISTÄVÄ TEKIJÄ
RYHMÄITYMINEN	TUTUN RYHMÄN MERKITYS	KOKEMUKSIA RYHMÄTOIMINNASTA
TUTUT RUTIINIT		
LUOTTAMUS LISÄÄ TURVALLISUUDEN TUNNETTA	LUOTTAMUS	
MIELEKKÄÄN TEKEMISEN VAIKUTUS TOIMINTATAPOIHIN	JATKUVUUDEN MERKITYS	
TULEVIEN TAPAAMISTEN MERKITYS		

Kuvio 6. Kokemuksia ryhmätoiminnasta

Luottamus ryhmään, sen jäseniin ja ohjaajaan kasvoi selkeästi matkan varrella, koska kenenkään ei tarvinnut esittää mitään roolia. Luottamuksen myötä ryhmäläiset kokivat olonsa turvalliseksi, mikä rohkaisi heitä avoimeen ja rehelliseen kanssakäymiseen. Pienessä ryhmässä kaikki saivat äänensä kuuluviin ja ohjaajan oli helppo huomioida kaikki tasapuolisesti. Levine Madori (2010, 82) perustelee luottamuksen syntymistä ryhmän ja ohjaajan sekä ryhmän yksilöiden välille jatkuvan myönteisen palautteen kautta.

Erilaisten taiteilutuokioiden aikana osallistujat päästivät luovuutensa rohkeasti valloilleen ja heidän itseilmaisunsa kohosi aivan uusiin ulottuvuuksiin. Tutun ja turval-

liseksi koetun ryhmän merkitys näkyi myös niissä tilanteissa, kun ohjaaja saattoi jättäytyä hieman taka-alalle seuraamaan, kuinka ryhmä puhalsi yhteen hiileen ja suoriutui tehtävistään omin voimin, toinen toistaan tukien. Esimerkiksi suosikiksi nousseen eläinkorttipelin aikana he kannustivat toisiaan ja onnistumisista oltiin aidosti iloisia spontaanien aplodien muodossa. Myös **Keskusteluklubi-tapaamisten jatkuvuus koettiin tärkeäksi**, koska jo heti ensimmäisen tapaamiskerran lopussa muutama osallistuja varmisteli tulevien viikkojen ohjelmaa. Sama tulevien torstaitapaamisten varmistelu jatkui jokaisen toimintatuokion aikana. Viimeisellä tapaamiskerralla tunnelma oli haikea ja jokainen osallistuja toi esiin sen, että he olisivat halunneet näiden taitelutuokioiden jatkuvan. He ovat kyselleet myös muissa yhteyksissä, voisiko Keskusteluklubin toiminta käynnistyä uudelleen. Osallistujien oman kokemuksen mukaan yhteisen pöydän ääreen kokoontuminen ja yhdessä tekeminen oli ryhmätapaamisten parasta antia, mikä näyttäytyi ohjaajan silmiin **motivoituneena ja todella rauhallisena työskentelynä**.

7.1.4 Kokemuksia luovista taidetoiminnoista

Taide lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta ja antaa mahdollisuuden osallisuuteen sekä onnistumisen kokemuksiin. Luovuuden avulla on helpompi ymmärtää itseään ja tulla ymmärretyksi myös toisten taholta. (Kauppinen 2007, 12.) TTAP-menetelmä tarjoaa osallistujille mahdollisuuden osallistua monenlaiseen luovaan taidetoimintaan, joita ovat esimerkiksi maalaaminen, musiikki, liikunta, kuvanveisto ja teemaan liittyvä juhlatapahtuma (Levine Madori 2010, 13). Tässä opinnäytetyössä käytiin läpi kaikki kuntoutusmenetelmään kuuluvat yhdeksän osa-aluetta, joiden aikana ryhmäläiset saivat paljon erilaisia taidekokemuksia. Ohjaajan aiempi ammatti ja pitkä työkokemus mahdollistivat sen, että ohjelma voitiin suunnitella ja muokata jokaisen osallistujan yksilöllisten tarpeiden ja mielenkiinnon kohteiden mukaiseksi. Kaikki ryhmäläiset olivat jokaisessa toimintatuokiossa paikalla, joten he kokivat nämä Keskusteluklubin ryhmätapaamiset tärkeäksi osaksi viikko-ohjelmaansa. Pääsääntöisesti he osallistuivat innokkaasti suunniteltuun ohjelmaan ja muutamista ristiriitatilanteista selvittiin keskustelemalla, neuvottelemalla ja vaihtoehtoisen ohjelman turvin.

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA	YHDISTÄVÄ TEKIJÄ
TOIMINTATUOKION TUNNELMALLA ON TÄRKEÄ MERKITYS	POSITIIVINEN TUNNELMA	KOKEMUKSIA LUOVISTA TAIDETOIMINNOISTA
ELÄYTYMISEN TAITO		
MIELEKKÄÄN TEKEMISEN MERKITYS	MIELEKÄS TEKEMINEN	
AKTIIVISUUS KASVAA MIELEISEN TEKEMISEN MYÖTÄ		
KORKEA MOTIVAATIO	YHTEINEN PÄÄMÄÄRÄ KANNUSTAA ETEENPÄIN	
YHTEINEN PÄÄMÄÄRÄ KANNUSTAA ETEENPÄIN		

Kuvio 7. Kokemuksia luovista taidetoiminnoista

Toimintatuokioiden ilmapiirillä on tärkeä merkitys siihen, että osallistujat saadaan motivoitua mukaan kunkin toimintatuokion ohjelmaan. Tapaamiskerroille on suunniteltava **monipuolista ohjelmaa**, joka vastaa osallistujien toimintakykyä ja **kannustaa heitä suoriutumaan tehtävistä mahdollisimman omatoimisesti**, koska onnistumisen ilo vaikuttaa positiivisesti ilmapiiriin. **Tekemisen on oltava tarpeeksi mielekästä**, jotta ryhmän jäsenet tarttuisivat toimeen oma-aloitteisesti ja suorittaisivat tehtävän loppuun aktiivisesti. Mielenkiinnon säilyttäminen osoittautui toisinaan hieman haasteelliseksi tehtäväksi, mutta ohjaajan oma esimerkki ja positiivinen mieliala toimivat niillä kerroilla tehokkaina motivoijina. Myös ryhmähengen luomisen eteen on työskenneltävä jokaisen toimintatuokion aikana, koska yhteisen selkeän päämäärän myötä he jaksoivat työskennellä pitkäjänteisesti ja oma innostus tarttui samalla myös toisiin.

Ajan kulua oli vaikea ennustaa ryhmätuokioita suunniteltaessa, koska työn tuntuun pääseminen vaihteli lähes jokaisella kerralla. Tuttujen ja mielekkäiden toimintojen kanssa motivoimisen ja käynnistymisen kanssa ei ollut minkäänlaisia ongelmia, vaan osallistujat alkoivat työskennellä heti ohjeistuksen kuultuaan. Välillä he innostuivat toteuttamaan omia visioitaan niin innokkaasti, että ohjaajan neuvot jäivät täysin huomioimatta ja työt valmistuivat nopeasti. Hieman vieraammat tai osallistujan mielestä epämiellyttävät toiminnot vaativat hieman enemmän aikaa ja niillä kerroilla ei välttämättä ennätetty toteuttaa kaikkia suunniteltuja tehtäviä.

7.1.5 Flow-kokemukset

TTAP-menetelmän on tarkoitus tarjota osallistujille sellaista taiteita hyödyntävää ohjelmaa, joka antaa heille mahdollisuuden flow-kokemuksiin. Levine Madori lähestyy teoriassaan flow-kokemusta Csíkszentmihályin kehittämän määritelmän kautta. Flow on prosessi, missä ihminen kokee samanaikaisesti **iloa, luovuutta ja kokonaisvaltaista tekemiseen uppoutumista**. Flow-elämyksen liittyviä osatekijöitä ovat esimerkiksi **täydellinen keskittyminen** tehtävään, **ajantajun katoaminen** ja **oman itsen arvioinnin väheneminen**. Flow-kokemukseen johtavalla tehtävällä on **selkeä päämäärä**, ja sen **vaatimustaso on ihmisen tieto-taitoon nähden sopivasti haasteellinen**. (Levine Madori 2010, 13, 104; Csíkszentmihályi 2005, 15–42.) Ensimmäinen taide-elämyksestä syntynyt flow-hetki koettiin kolmannella tapaamiskerralla, kun osallistujat saivat mielekkään maalaustehtävän päätteeksi sommitella ja liimata valmiiksi leikatuista eläinten kuvista tauluja. Kaikki olivat siinä vaiheessa hyväntuulisia ja rentoutuneita, joten viimeisestä ohjelmanumerosta muodostui illan kohokohta. Aluksi he kertoilivat iloisina kuvista ja eläimiin liittyvistä muistoista, mutta lopulta työskentely oli niin intensiivistä, että tavallisesti puhelias joukko keskittyi hiirenhiljaa töittensä ääreen. **Voidaan todeta, että he saavuttivat täydellisen uppoutumisen tilan, jolloin ajantaju katoaa tehtävään keskittymisen myötä.**

ALALUOKKA	YLÄLUOKKA	YHDISTÄVÄ TEKIJÄ
KESKITTÄMINEN OMAAN TEHTÄVÄÄN RYHMÄN SISÄLLÄ	TÄYDELLINEN UPPOUTUMINEN	FLOW-KOKEMUKSET
KESKITTÄMINEN OLENNaiseen		
PALKITSEVA TEHTÄVÄ	MIELIHYVÄN KOKEMUKSET	
TEHTÄVÄN VAATIMUSTASO ON MITOITETTU SOPIVAKSI	AJANTAJUN KATOAMINEN	
YHTEINEN PÄÄMÄÄRÄ KANNUSTAA ETEENPÄIN		

Kuvio 8. Flow-kokemukset

Neljännellä kerralla flow-kokemuksen saavutti osallistuja, joka koki askartelumasalla muovailun niin **mielekkääksi**, että uppoutui pyörittelemään pieniä matosia niin, että muu toiminta menetti täysin merkityksensä. Hän ei edes huomannut, että muut osallistujat seurasivat hieman kateellisina hänen työskentelyään ja yrittivät

vaivihkaa muovilla samanlaisia hahmoja hänen kanssaan. Sama ryhmäläinen keskittyi myös hahmojen maalaamiseen niin intensiivisesti, että tavallisesti riipeäliikkeisin tekijä maalasi kaikessa rauhassa vielä siinä vaiheessa, kun muut olivat jo lopettaneet työskentelynsä.

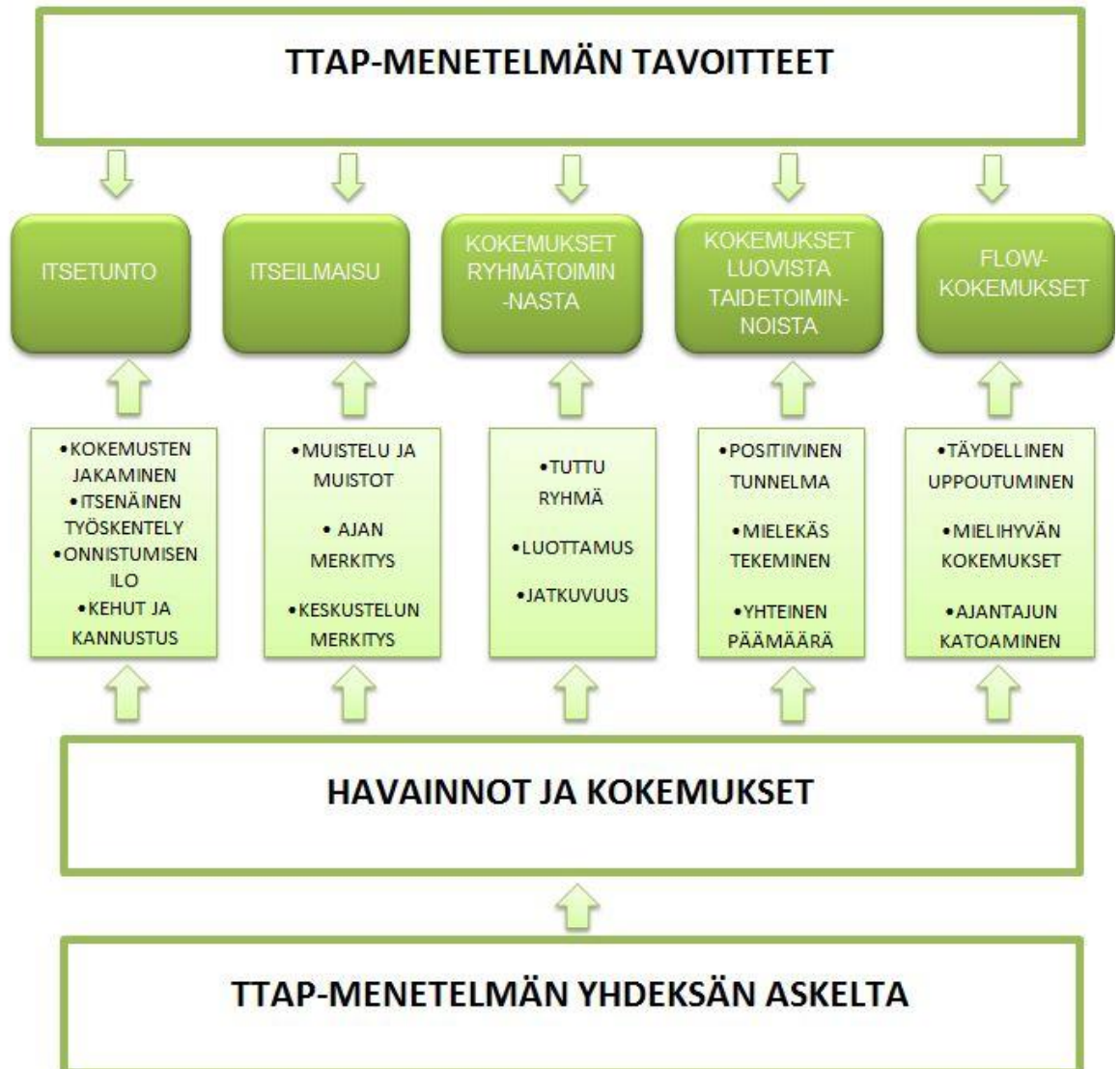
Seuraavan kerran osallistujat saivat todella voimakkaan flow-kokemuksen taidenäyttelyn juhlatarjottavien tekovaiheessa. Taidenäyttelyn ja juhlan järjestäminen jännitti osallistujia, joten he olivat alusta alkaen hieman riehakkaalla tuulella. He tarttuivat annettuihin tehtäviin todella innokkaina ja yllättävästi leivosten koristelusta muodostui jännittävin ja mielenkiintoisin tehtävä, johon jokainen keskittyi tilanteen vaatimalla arvokkuudella. Muutama ryhmäläinen ylitti itsensä niin, että jopa ohjaaja jäi hämmästyneenä seuraamaan tilanteen kehittymistä. Tilanteessa vallitsi lähes harras hiljaisuus ja vaikutti siltä, että ryhmäläiset eivät edes muistaneet missä he sillä hetkellä olivat. **Tehtävän vaatimustaso oli mitoitettu optimaaliseksi**, koska se ei ollut liian helppo, mutta ei myöskään liian vaikea.

Viimeisen tapaamiskerran flow-kokemus liittyi valokuvaan ja ehkä myös tietoon siitä, että yhteiset tapaamiset päättyisivät siihen. Jokaiselle osallistujalle oli varattu nippu valokuvia, jotka he saivat omakseen. Eräs osallistujista ilahtui kuvista niin, että hän purskahti nauramaan ääneen. Hän nauroi nauramistaan niin kauan, että lopulta ilo ja riemu tarttuivat myös kaikkiin muihin läsnäolijoihin. Tämän riehakkaan naurutuokion jälkeen tunnelma oli todella rauhallinen ja seesteinen. Kaikki katselivat lumoutuneina kuviaan ja olivat täysin uppoutuneita omiin ajatuksiinsa.

7.2 Johtopäätökset

Tämän TTAP-kokeilun perusteella voidaan todeta, että Levine Madorin muistisairaille ikäihmisille luoma kuntoutusmenetelmä tarjoaa huikean mahdollisuuden myös iäkkäiden kehitysvammaisten henkilöiden ryhmätoimintaan. TTAP:n myötä maamme kehitysvammahuolto saisi täysin uuden toimintatavan voidessaan yhdistää taiteita hyödyntävät luovat menetelmät strukturoiduksi ohjaussuunnitelmaksi. Kehitysvammaisten työ- ja päivätoiminnassa käytetään paljon erilaisia luovia menetelmiä, mutta kokemukseni mukaan niitä yhdistetään saman teeman ympärille muovautuvaksi kokonaisuudeksi hyvin harvoin. Parhaimmillaan TTAP-menetelmä

antaisi mahdollisuuden tavoitteelliseen ja kuntoutuksen päämääriä tukevaan ohjelmaan, joka etenee joustavasti tietyn rungon mukaan, kuitenkin huomioiden ryhmään osallistujien yksilölliset voimavarat ja tarpeet.



Kuvio 9. TTAP-menetelmän tavoitteet ja opinnäytetyön tulokset

Kuviossa 9 esitetään toimintatuokioiden aikana tehtyjen havaintojen ja prosessin aikana kerättyjen huomioiden perusteella saadut tulokset, jotka ovat johtaneet Levine Madorin teorian tavoitteisiin. Saatujen tulosten perusteella voidaan nyt todeta, että **antamalla tarpeeksi aikaa kiireettömään keskusteluun ja tärkeiden muistojen jakamiseen luodaan edellytyksiä iäkkään kehitysvammaisen henkilön itseilmaisun kehittymiselle**. Onnistumisen ilo, kokemusten jakaminen tärkeäksi koettujen ihmisten kanssa sekä ryhmältä saatu tuki ja kannustus rohkaisevat ai-

empaa enemmän itsenäisiin valintoihin, ja auttavat hahmottamaan itsetunnon ja sisäisen motivaation välistä tärkeää yhdyssidettä. **Säännöllinen ryhmätoimintaan osallistuminen lisää sosiaalista kanssakäymistä** ja luottamuksen kasvaessa ryhmästä muodostuu tärkeä osa elämää. **Erilaiset luovat taidetoiminnot antavat mahdollisuuden monenlaisiin uusiin kokemuksiin ja mielekkääksi koettu työskentely tarjoaa mahdollisuuden myös flow-tilan saavuttamiseen.**

TTAP-prosessia tarkasteltaessa voidaan tulosten perusteella todeta, että kaikki tutkimuksen kohteena olleet menetelmän tavoitteet liittyvät hyvin läheisesti toisiinsa. Aineiston analyysin perusteella voidaan nyt esittää, että tavoitteiden saavuttamiseen tarvitaan tiettyjä yhteisiä elementtejä, jotka ovat luonteeltaan samankaltaisia ja edellyttävät osallistujilta pitkäjänteistä ja motivoitunutta työskentelyä. Esimerkiksi **itseilmaisun kehittyminen vaatii tarpeeksi aikaa keskusteluun**, mikä johtaa siihen, että **tuttu ryhmä luo turvalliset puitteet toiminnalle ja samalla luottamus ryhmän keskuudessa lisääntyy**. Näin erääksi TTAP-menetelmän tavoitteeksi asetettu **sosiaalinen kanssakäyminen lisääntyy ja ryhmän yhteinen päämäärä kannustaa eteenpäin tehtävien suorittamisessa**. Mielekkäät ja vaatimustasoltaan kohtuulliset tehtävät pitävät ryhmätapaamisten ilmapiirin positiivisena, mikä tuo ryhmän jäsenille mielihyvän kokemuksia ja antaa mahdollisuuden ajantajun katoamiseen ja täydelliseen uppoutumiseen, eli flow-kokemukseen.

Saatujen tulosten valossa voidaan myös todeta, että tutkimuksen tarkastelun kohteena olleet TTAP-menetelmän tavoitteet tukevat toisiaan. Esimerkiksi **itsetunnon parantuminen ja hyvät kokemukset luovista taidetoiminnoista tärkeäksi koetun ryhmän kanssa rohkaisevat osallistujia kertomaan avoimesti omista kokemuksistaan ja mielipiteistään**. Samoin voidaan päätellä, että **itseilmaisun kehittyminen johtaa itsetunnon kohoamiseen, koska esimerkiksi ryhmältä saatu kannustus tuo hyvän mielen ja saa uskomaan omiin kykyihin**.

Toimintatuokioiden aikana selvisi myös, että tapaamiskertoja varten suunniteltu ohjelma tarjoaa mahdollisuuksia myös monien perustaitojen harjoitteluun. Oman vuoron odottamista ja toisten kuuntelemista saatettiin harjoitella luontevasti ohjelman lomassa ja osallistujat saattoivat kertoa tuntemuksistaan heti tuoreeltaan. Toimintatuokioiden aikana korostui myös hyvän suunnittelun ja erilaisten varaohjelmien merkitys. Esimerkiksi Levine Madorin käyttämä rentoutustuokio osoit-

tautui ryhmäläisille liian vaikeaksi, joten rentoutus oli vaihdettava toisenlaiseksi jo projektin alkuvaiheessa. Myös ryhmäläisten osallistumisinnostusta ja työskentelyn nopeutta oli hyvin vaikea ennustaa, joten varaohjelmien ja neuvottelutaitojen tärkeyttä voi korostaa nyt, kun toiminnallinen osio on jo ohi. Ohjaajan kannattaa myös miettiä tarkoin missä vaiheessa tuokiota kertoo illan ohjelmasta ryhmäläisille. Tämä tuli ilmi esimerkiksi toisella tapaamiskerralla, kun ohjelmassa oli aiheeseen liittyvää musiikkia. Kerroin ryhmäläisille musiikinkuuntelusta heti aluksi, joten he innostuivat aiheesta niin, etteivät enää jaksaneet keskittyä aloitusohjelmaan.

Alun perin tarkoitukseni oli muodostaa prosessiin osallistuva ryhmä kahden eri hoitokodin asukkaista, mutta näin jälkempäin voin todeta, että kannatti valita tutuista ihmisistä koostuva ryhmä. Koin eduksi sen, että tunsin ryhmäläiset ja heidän toimintatapansa jo ennestään. Näin meillä ei mennyt aikaa tutustumiseen ja yhteisten toimintatapojen luomiseen, vaan saatoimme aloittaa TTAP-menettelyn mukaisen toiminnan heti ensimmäisestä kerrasta lähtien. Ryhmän tunteminen helpotti tehtävääni, koska tiesin kuinka kenenkin kanssa kannattaa toimia esimerkiksi ohjeistaessa heitä uuden tehtävän pariin. Näin jälkikäteen voi kuitenkin miettiä, minkälainen prosessista olisi muotoutunut, jos osallistujia olisikin ollut kahdesta eri yksiköstä tai kaikki olisivat olleet toisilleen vieraita.

Jokaisen osallistujan työskentelytahti oli hyvin erilainen ja oli huomioitava jo suunnitteluvaiheessa, että kaikilla on koko ajan mielekästä tekemistä. Eräs ryhmäläisistä nautti siitä, että sai välillä olla mukana pelkän tarkkailijan roolissa, mutta eräs toinen oli pidettävä koko ajan aktiivisena pitkästyemisestä seuraavan turhautumisen estämiseksi. Kokemukseni myötä saatoin olla aina muutaman askeleen edellä, että pystyin kiertämään vaaran paikat ja tunnistamaan tietyt ennusmerkit, joiden perusteella oli syytä vaihtaa puheenaihetta tai toimintaa. Näin säästyimme haastavilta tilanteilta, jotka olisivat voineet joko keskeyttää ryhmätuokion tai tilanne olisi päätynyt muunlaiseen sekasortoon.

Mielestäni onnistuin koostamaan ryhmän taitotasoon peilaten hyvin monipuolisen ja tasapainoisen kokonaisuuden, johon sisällytettiin kaikki TTAP-menettelmään kuuluvat yhdeksän askelta. Yllättävää oli tiettyjen osallistujien jaksaminen ja intensiivinen keskittyminen erilaisiin tehtäviin. Yhteisen pitkän historian perusteella minulla oli joitakin ennako-oletuksia osallistujien ja ryhmätuokioiden kulun suhteen,

mutta sain korjata ajatusmaailmaani useita kertoja yhteisen taipaleemme aikana. Kerta toisensa jälkeen sain huomata, kuinka huolehtivaisia, yhteistyöhaluisia, rauhallisia ja hyväntuulisia osallistujat jaksoivat olla, vaikka tapaamisemme sijoittuivat iltaan ja he saattoivat olla jo väsyneitä päivän askareiden jälkeen. Kiireetön keskustelu nousi erääksi ryhmätapaamistemme tärkeimmäksi asiaksi, joten varasin siihen tietoisesti paljon aikaa. Keskustelutuokioiden aikana ryhmäläiset kertoivat minulle asioita, joita en vielä kymmenvuotisen historiamme aikana ollut aiemmin kuullut. Huomasin myös sen, että usein ryhmätuokioiden loppupuolella muistot alkoivat nousta osallistujien mieliin ja niissä tilanteissa koin eduksi sen, että tunsin osallistujien menneisyyteen kuuluvia asioita ja ihmisiä.

Ryhmä toi jokaisella tapaamiskerrallamme esiin toimintatuokioidemme säännöllisyyden ja jatkuvuuden tärkeyden, joten matkan varrelle osunut joulun ja uuden vuoden aiheuttama kolmen viikon tauko toi selkeän särön jokaviikkoiseen rutiiniimme, ja jouduimme aloittamaan tauon jälkeen lähestulkoon alusta. Kokonaisuutta ajatellen olisi ollut viisasta aikatauluttaa koko prosessi niin, ettei yli viikon pituisia taukoja olisi päässyt muodostumaan. Olisi mielenkiintoista tietää, millaisia tuloksia olisin saanut, jos pitkää taukoa ei olisi ollut. Huomasin myös sen, että ryhmänohjaajan ei kannata lannistua kovin helposti, koska keskustelemalla ja neuvottelemalla päästiin lähes aina kaikkia miellyttävään lopputulokseen. Myös muun ryhmän kannustus ja tuki auttoivat niissä tilanteissa, kun osallistujan ymmärrys ei riittänyt tai omat taidot koettiin puutteellisiksi. Ryhmä oli myös erittäin huumorintajuinen, joten yhteisen vitsailun myötä tunnelmaa saatiin kevennettyä niissä tilanteissa, kun puheenaiheet jäivät junnaamaan paikalleen ja osa ryhmäläisistä turhautui.

Olin pyrkinyt minimoimaan etukäteen sellaiset häiriötekijät, jotka saattaisivat vaikuttaa haitallisesti ryhmätuokioiden kulkuun, mutta muutamia yllätyksiäkin tuli huolellisesta valmistautumisesta huolimatta. Ensimmäisellä kerralla oli pimeä talvi-ilta, ja ohikulkeva autoliikenne kiinnosti muutamaa ryhmäläistä niin, etteivät he jaksaneet aluksi keskittyä mihinkään muuhun. Seuraavalla kerralla verhot olivat kiinni ja keskittyminen oli selkeästi helpompaa. Asia, johon en voinut vaikuttaa, oli hoitokodin ovikello, jonka soitto kuului myös päivätoimintayksikön tilassa. Ovikello soi iltaisin melko tiuhaan, joten joidenkin osallistujien mielenkiinto suuntautui aina tuo-

kioksi muualle, kun he jäivät miettimään, kuka oven takana mahtaisi sillä kerralla olla. Muutaman kerran työskentelymme keskeytyi, kun hoitokodin henkilökunta kävi kysymässä avustavalta ohjaajalta asioita, joihin piti saada vastaus pikaisesti. Niinä kertoina sekä ryhmäläisten että itseni keskittyminen herpaantui ja myöhemmin oli hieman vaikea saada taas juonen päästä kiinni.

7.3 Tutkimuksen merkitys ja ajatuksia jatkotutkimuksista

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kerätä havaintoja ja kokemuksia taiteita hyödyntävästä teemallisesta kuntoutusmenetelmästä iäkkäiden kehitysvammaisten henkilöiden ryhmätoiminnassa sekä selvittää soveltuuko TTAP-menetelmä käytettäväksi tämänkaltaisen erityisryhmän kanssa. Saatujen tulosten valossa voidaan esittää, että Levine Madorin iäkkäille muistisairaille kehittämää menetelmää voidaan käyttää myös kehitysvammaisten ihmisten ryhmätoiminnassa koostamalla yksilöllinen ohjelmakokonaisuus jokaisen ryhmään osallistujan tieto- ja taitotasoon sopivaksi. Eräs tämän prosessin tärkeimmistä tehtävistä oli antaa uusia kokemuksia ja elämyksiä neljälle ikääntyneelle, mutta toistaiseksi hyvin aktiiviselle kehitysvammaiselle ihmiselle.

Kehitysvammaisille henkilöille tarjottu työ- ja päivätoiminta päättyy yleensä siinä vaiheessa, kun ihminen täyttää 65 vuotta ja toisinaan jopa aiemminkin. Säännöllisen työrutiinin loppuminen tuo mukanaan suuria muutoksia kehitysvammaisen henkilön elämään. Jos kuntien vanhus- ja kehitysvamma palvelut eivät voi tarjota heille siinä vaiheessa mielekästä virike- tai harrastustoimintaa, sosiaaliset kontaktit hiipuvat ja toimintakyky laskee, mistä saattaa seurata sekä fyysisiä että psyykkisiä ongelmia. Laajasta perspektiivistä tarkasteltuna olisi ensiarvoisen tärkeää tuoda kehitysvammahuollon henkilöstön tietoisuuteen, kuinka hyvin tällainen taidelähtöinen prosessi voisi tuoda sisältöä ikääntyneiden kehitysvammaisten elämään, ja samalla strukturoidun sekä yksilöllisen ohjelman myötä vaikuttaa positiivisella tavalla heidän toimintakykyynsä ja sen myötä arjessa selviytymiseen. Tämä tarkoittaisi kuitenkin muutoksia henkilöstöresursseihin, mikä saattaa olla hieman haasteellista maamme tämänhetkisessä taloudellisessa tilanteessa.

Positiivisten kokemusten ja onnistuneen prosessin myötä mieleeni nousi ajatus, että olisi mielenkiintoista testata menetelmää uudestaan joko saman tai samankaltaisen ryhmän kanssa. Levine Madorin teorian mukaan osallistujien toimintakykyä testataan esimerkiksi kellotaulutestillä prosessin alussa ja lopussa, mutta koska tarkoituksena oli vain testata menetelmän soveltuvuutta erityisryhmän käyttöön, ei osallistuneille tehty mitään toimintakykyyn tai muihin osaamisalueisiin liittyviä testauksia. Uuden prosessin alussa heille tehtäisiin toimintakykytesti, joka pitäisi muokata jokaiselle osallistujalle yksilöllisesti, koska kellon hahmottaminen on kehitysvammaisille usein haastava tehtävä. Uudessa tutkimuksessa voitaisiin pureutua syvemmälle aivojen toiminnan ja TTAP-menetelmän mukaisen ohjelman väliseen yhteyteen sekä siihen, kuinka erilaiset oppijatyytit tulevat esiin ryhmätoiminnan aikana.

8 POHDINTA

8.1 Luotettavuus ja eettisyys

Tuomen ja Sarajärven mukaan tutkimusmenetelmien luotettavuutta arvioidaan usein metodikirjallisuudessa myös validiteetin ja reliabiliteetin käsitteiden kautta. Validius eli pätevyys tarkoittaa, että tutkimuksessa on tutkittu sitä mitä on luvattu ja reliabiliteetti tarkoittaa saatujen tutkimustulosten toistettavuutta. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 136.) Laadullisessa tutkimuksessa näitä termejä on kuitenkin pyritty yleensä välttämään niiden saamien erilaisten tulkintojen vuoksi. Kuitenkin kaiken tutkimuksen luotettavuutta ja pätevyyttä tulisi arvioida jollain tavoin. (Hirsjärvi ym. 2007, 226–227.)

Validius tarkoittaa mittarin tai tutkimusmenetelmän kykyä mitata juuri sitä, mitä on tarkoitus mitata, mutta nämä menetelmät eivät kuitenkaan aina vastaa sitä todellisuutta, mitä tutkija uskoo tutkivansa. Esimerkiksi jos tutkittavat ovat käsittäneet tutkimuskysymykset väärin ja tutkija käsittelee saatuja tuloksia oman ajattelumallinsa mukaisesti, ei tuloksia voida pitää pätevinä. (Hirsjärvi ym. 2007, 226–227.) Tämä tuli esiin omassa työssäni ryhmään osallistujien haastattelua varten laatimassani kysymyslomakkeessa, minkä avulla ajattelin saavani osallistujien ajatukset ja mielipiteet selville. He eivät kuitenkaan halunneet tai osanneet vastata kysymyksiini, joten tutkimuskysymyksiini sain vastaukset pääsääntöisesti havaintojeni perusteella kirjoittamastani opinnäytetyöpäiväkirjasta.

Opinnäytetyöni luotettavuutta lisää oma aikaisempi koulutukseni ja pitkä alan työkokemus, jotka auttoivat suunnittelemaan, soveltamaan ja toteuttamaan TTAP-menetelmän mukaiset toimintatuokit Levine Madorin luoman menetelmän mukaisiksi. Levine Madorin kanssa käyty sähköpostikeskustelu ja saadut tulokset loivat uskoa siihen, että menetelmää voidaan käyttää onnistuneesti myös valitsemani erityisryhmän kanssa. TTAP-menetelmästä on tehty useita opinnäytetöitä esimerkiksi ikäihmisten, mielenterveyskuntoutujien ja maahanmuuttajien ryhmätoiminnassa, mutta kehitysvammaisten kanssa toteutetusta prosessista löysin vain yhden opinnäytetyön siinä vaiheessa, kun olin oman toiminnallisen osuuteni jo toteuttanut, joten plagioinnin mahdollisuutta ei tässä työssä ole.

Olen pyrkinyt hakemaan toistettavuutta opinnäytetyölleni vertailemalla tutkimuksen kulkua ja saatuja tuloksia muihin TTAP-menetelmään liittyviin tutkimuksiin. Täysin siirrettävänä tätä työtä ei kuitenkaan voitane pitää, koska täysin samanlaisia tutkimuksia ei ole toteutettu ja tarkoituksena oli kerätä kokemuksia uuden kuntoutusmenetelmän käytöstä iäkkäistä kehitysvammaisista henkilöistä koostuvan erityisryhmän kanssa. Toki tulokset ovat joiltain osin siirrettävissä vastaavanlaiseen ryhmään opinnäytetyöhön osallistuneen kohdejoukon ansiosta.

Mahdollisimman tarkka kuvaus tutkimuksen kaikista eri vaiheista lisää laadullisen tutkimuksen luotettavuutta. Havainnoimalla ja haastatteleamalla kerätyn aineiston tuottamisolosuhteet tulisi kertoa selkeästi ja totuudenmukaisesti. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 227.) Tässä opinnäytetyössä tutkimusaineisto kerättiin havainnoimalla, haastatteleamalla ja valokuvaamalla neljää kehitysvammaista ikäihmistä, jotka osallistuivat taiteita hyödyntävän teemallisen kuntoutusmenetelmän yhdeksään toimintatuokioon. Jokaiselle ryhmätuokiolle oli varattu aikaa noin kaksi tuntia, mutta niiden kesto vaihteli osallistujien osallistumisinnostuksesta ja vireystilasta riippuen. Joustava aikataulu mahdollisti kiireettömän ja ryhmäläisten yksilöllisten toiveiden mukaisen työskentelyn. Yhteenlaskettuna ryhmän kanssa vietetty aika oli kaiken kaikkiaan 18.5 tuntia, mutta kaikkine valmisteluineen itseltäni aikaa kului huomattavasti enemmän. Suunnittelin jokaisen toimintatuokion huolellisesti ja varasin tarpeeksi aikaa etukäteisvalmisteluihin ja loppusiivoukseen myös paikan päällä, joten valmistelin kutakin tuokiota kotona 1–2 tuntia ja torstai-iltaisina aikaa Nummikodissa ja Huiskeessa kului 4–5 tuntia.

Tein jokaisen toimintatuokion aikana havaintoja, joita kirjasin ylös muutamina päivinä jo toiminnan aikana, mutta varsinainen kirjaaminen tapahtui heti tuokion jälkeen. Useimmilla kerroilla jäin kirjoittamaan havaintojani heti tuoreeltaan hiljaisen ja rauhallisen Huiskeen tiloihin, mutta muutaman kerran aikataulujen venähdettyä ajoin kotiin kirjoittamaan. Kirjoitin havaintoni ensin käsin ruutuvihkoon, mistä siirsin tekstin myöhemmin tietokoneelle. Havainnoistani tein erilliset taulukot, joihin keräsin tekstistäni aineiston analysointivaiheessa asiaan kuuluvat tiedot. Digikameralla otetut valokuvat toimivat oivana muistin tukena kirjoittamisessa, koska niistä saatiin tarkastaa jokaisen toimintatuokion tapahtumat ja tunnelmat. Yhdeksästä toimintatuokiosta kertyi yhteensä 23 sivua opinnäytetyöpäiväkirjaa ja valokuvia koko

prosessista kertyi 365. Tutkimusaineistoa säilytin asiaankuuluvasti niin kauan kuin sille oli käyttöä ja opinnäytetyön valmistuttua se tuhottiin polttamalla. Valokuvat siirsin aina jokaisen tuokion jälkeen erilliseen tiedostoon tietokoneelleni, johon ei ole muilla pääsyä.

Tarkoitukseni oli saada myös ryhmään osallistujien ääni kuuluviin erikseen tapahtuvien haastatteluiden myötä, mutta todellisuudessa näiden haastatteluiden anti jäi varsin vaisuksi. Aina toimintatuokion loppuun vietin jokaisen ryhmäläisen kanssa pienen hetken Huiskeen toimistossa, missä saimme keskustella rauhassa illan tapahtumista ja mieleen nousevista tuntemuksista. Avustava ohjaaja oli näiden haastatteluiden aikana muun ryhmän kanssa, joten saatoinkin keskittyä kaikessa rauhassa kunkin osallistujan henkilökohtaisiin kertomuksiin. Jokainen ryhmän jäsen piti kahdenkeskistä keskustelutuokiota tärkeänä tapahtumana ja he tulivat niihin aina mielellään, vaikka olivat usein siinä vaiheessa jo melko väsyneitä. Keskustelu pysytteli useimmiten hyvin yleisellä tasolla, vaikka yritin johdatella sitä erilaisten tarkentavien kysymysten avulla hieman syvemmälle. Vaikka ryhmäläisillä on kanssani pitkä yhteinen historia, niin huomasin heidän selkeästi jännittävän tällaista uutta ja virallisenoloista haastattelutilannetta. Yleensä en edes käyttänyt sanaa ”haastattelu”, vaan pyysin heitä juttelemaan kanssani, koska huomasin keskustelun olevan heille yksi ryhmätuokioidemme tärkeimmistä asioista.

Huomasin, että ryhmäläisten oli hyvin vaikea palata illan tapahtumiin ja tunnelmiin, kun toiminta oli jo lopetettu. Luin tätä opinnäytetyötäni varten erästä kuvataideterapiasta kertovaa teosta ja löysin siitä kehitysvammaisten kuvataidekerhoa luotsanneiden ohjaajien havainnon, jonka mukaan kehitysvammaisten on helppo kertoa omista töistään ja tunnetiloistaan varsinaisen työskentelyn aikana, mutta toiminnan loputtua heidän on enää vaikea palata takaisin senhetkisiin tunnelmiin. (Hautala & Honkanen 2012, 75–77.) Huomasin, että tämän kuvataideterapiaan liittyvän havainnon voi yleistää lähes kaikkiin ryhmätoimintatuokioihimme. Osallistujat keskustelivat aina innokkaasti ja kertoivat hyvin spontaanisti tuntemuksistaan työskentelyn aikana, mutta loppuhaastatteluiden aikana he eivät enää osanneet tai halunneet muistella juuri lopetettua toimintaa. He halusivat kyllä istua keskustelussa kanssani, mutta lähinnä itse valitsemistaan aiheista, jotka liittyivät toisinaan myös Keskusteluklubin ulkopuolisiin asioihin. Lopulta päädyin siihen, että säilytin

loppuhaastattelut paikallaan pienenä mukavana jutustelutuokiona, mutta varsinaisesti keräsin tietoa omien havaintojeni kautta ja ryhmäläisten puheista toimintatuokioiden aikana.

Kokoontumistilaksi valittu hoitokodin yhteydessä sijaitseva päivätoimintayksikkö oli mainio valinta toimintatuokioiden järjestämistä varten, koska tuttu ja turvallinen toimintaympäristö helpotti osallistujien liikkumista, keskittymistä ja ryhmäytymistä. Pääsääntöisesti saimme olla rauhassa, mutta kolmella eri kerralla toimintatuokiomme keskeytettiin hoitokodin henkilökunnan toimesta, jolloin ryhmäläisten keskittyminen häiriintyi ja ennen keskeytystä vallinnutta tunnelmaa ei enää saavutettu. Myös ovikellon ääni sai toisinaan muutaman osallistujan kiinnostumaan ryhmätöinnin ulkopuolisista tapahtumista.

Aineiston analysointivaihe toteutettiin teoriaohjaavan sisällönanalyysin vaiheiden avulla ja redusointi, klusterointi sekä abstrahointi suoritettiin perusteellisesti ja huolellisesti. Alkuun pääseminen oli vaikeaa ja aluksi tehtävä tuntui lähes ylivoimaiselta. Vähitellen punainen lanka alkoi kuitenkin hahmottua ja lopulta tutkimustehtävään löytyi vastauksia. Raportointi on suoritettu mahdollisimman tarkasti ja johdonmukaisesti, koska Sarajärvi ja Tuomi (2009, 141) korostavat, että tutkijan on annettava tarpeeksi tietoa tutkimuksen eri vaiheista, jotta lukija voi muodostaa oman näkemyksensä tutkimuksen kulusta ja tuloksista.

Eettisyys ja siihen liittyvät asiat kulkivat matkassa koko opinnäytetyöprosessini ajan, koska Kuulan (2011, 147) mukaan lapset ja psyykkisesti vajaakuntoiset kuuluvat lainsäädännöllisesti suojeltaviin erityisryhmiin, joilla ei ole täysivaltaista itsemääräämisoikeutta päättää osallistumisestaan tutkimukseen. Psyykkisesti vajaa-kykyinen voi osallistua tutkimukseen vain siinä tapauksessa, jos siitä on olemassa hänen laillisen edustajansa kirjallinen suostumus.

Toimin toteutuksen suhteen eettisten ohjeiden mukaisesti hakemalla ensin opinnäytetyölleni lupaa Ylöjärven kaupungin perusturvalautakunnalta (Liite 3) ja luvan saatuani lähetin ryhmään valittujen osallistujien edunvalvojina toimiville läheisille kirjeen (Liite 4), missä kerroin opinnäytetyöstäni sekä lyhyesti TTAP-menetelmästä ja kysyin lupaa tutkimukseen osallistumiseen sekä valokuvaukseen. Toiminnan käynnistin vasta siinä vaiheessa, kun kaikki lupa-asiat olivat kunnossa.

Sain Nummikodin esimieheltä luvan käyttää tutkimusraportissani kehitysvammaisten autetun asumisen yksikön sekä päivätoimintayksikkö Huiskeen nimeä, mutta lupasin kunnioittaa ryhmään osallistuneiden yksityisyyttä käyttämällä raportissani sellaisia valokuvia ja kirjoitusasua, joista osallistujia ei voi tunnistaa. Kuulan (2011, 204) mukaan tutkijalla on vastuu siitä, että tutkittavien yksityisyys säilyy ja hänen on osattava ratkaista, mitkä asiat ovat niin arkaluontoisia, että ne täytyy raportoida tunnistamisriskin vuoksi erityisen hienotunteisesti.

Eettisiin seikkoihin liittyvät asiat saivat kaiken kaikkiaan melko suuren roolin tämän prosessin aikana. Aluksi pelkkä ajatus opinnäytetyöstä omalla työpaikalla tuntui vieraalta ja jopa poissuljetulta vaihtoehdolta. TTAP-menetelmä ja sen soveltaminen erityisryhmän kanssa kiinnosti kuitenkin niin paljon, että lopulta päädyin toimimaan valitsemaani tavalla. Opinnäytetyön toteuttaminen tutussa työyhteisössä helpotti prosessin käynnistämistä, koska yhteistyö oman esimiehen kanssa toimi hyvin, yhteydenotto edunvalvojiin sujui luontevasti ja lupa-asiat järjestivät nopeasti.

Prosessi sai kuitenkin pohtimaan omaa objektiivisuutta toimittaessa tuttujen ihmisten kanssa tutussa työskentely-ympäristössä. Huomasin usein miettiväni omaa rooliani ryhmään osallistujien eleiden, ilmeiden ja puheiden tulkitsijana. Osasinko tehdä tulkinnat oikein vai kirjasinko ylös jotain, mitä halusin nähdä tai kuvittelin nähneeni? Ryhmään osallistujat painottivat aina kiireettömän keskustelun merkitystä ja samaan johtopäätökseen tulin prosessin edetessä itsekkin. Keskustelun lomassa pystyin kysymään osallistujilta samoja asioita hieman eri tavoin, joten oman tulkinnan mahdollisuus pieneni osallistujien johdonmukaisten vastausten myötä. Myös tavanomaisesta poikkeava roolini helpotti pitäytymään havainnoitsijan roolissa ja korostin tätä rooliani esimerkiksi pukeutumalla toisin kuin työssäni yleensä.

Näin jälkeenpäin mietittäessä, huomaan tarkastelevani koko opinnäytetyöprosessia hyvin kriittiseen sävyyn. Vuosien saatossa minulle on varmasti muodostunut pinttyneitä tapoja työskennellä ja välillä toimintatuokioiden aikana huomasin miettiväni, voivatko aiempi ammattini ja työkokemukseni toimia jonkinlaisina jarruttavina tekijöinä TTAP-prosessin aikana. Osasinko kuitenkaan seurata tilanteita ulkopuoli-

sen tarkkailijan herkkyydellä vai toiminko tiedostamattani itselleni ominaisella tavalla?

8.2 Oma oppimisprosessini

Yhdeksänvaiheisen menetelmän toteuttaminen oli mielenkiintoinen prosessi, joka osoittautui kuitenkin yllättävän haasteelliseksi ja aikaa vieväksi kokonaisuudeksi. Jokaista tapaamiskertaa varten oli suunniteltava melko tarkka ohjelmarunko, johon piti sisällyttää myös useita vaihtoehtoisia toimintoja sen varalle, että osallistujia olisi ollut vaikea motivoida ja saada mukaan ohjattuun toimintaan. Opintojen ja työharjoittelun lomassa mielenkiintoisen ja innostavan taideohjelman suunnittelu tuntui toisinaan hieman työläältä, mutta tarkka suunnittelu ja ennakointi mahdollistivat sen, että suuntaa oli helppo muuttaa sen mukaan, minkälainen tunnelma ryhmässä kulloinkin vallitsi.

Syksyllä 2014 laaditun aikataulun mukaan tämän opinnäytetyön olisi pitänyt valmistua jo keväällä 2015. Tutkimussuunnitelman esittämisen jälkeen työskentely käynnistyi vauhdikkaasti, lupa-asiat sujuivat jouhevasti ja toimintatuokiot saatiin toteutettua suunnitellusti. Raportin kirjoittaminen alkoi heti toiminnallisen osuuden jälkeen helmikuussa 2015 ja eteni järjestelmällisesti tehokkaan ohjaajan johdolla. Huomasin kuitenkin pian, että raportin kirjoittaminen osoittautui työlääksi ja aikaa vieväksi prosessiksi. Halusin kuvata mahdollisimman tarkasti suunnittelemani ja toteuttamani TTAP-kokonaisuuden eri vaiheet, koska ajatuksenani oli tehdä pohjatyö niin perusteellisesti, että joku aiheesta kiinnostunut rohkaistuisi toteuttamaan esimerkiksi oman opinnäytetyönsä samankaltaisen ryhmän kanssa. Pitkittynyt kirjoitusprosessi on tuonut omat ongelmansa myös rajaamiseen ja tekstin tiivistämiseen, koska kaikki vaiheet ovat tuntuneet niin merkityksellisiltä, että olen halunnut kirjoittaa ne kaikkien nähtäviksi. Perusteellinen kirjoitustyö on vaatinut veronsa ja opinnäytetyö valmistuu nyt muutamia kuukausia myöhemmin kuin olin ajatellut. Näin jälkikäteen mietittynä voin kuitenkin todeta, että viivästys on tuonut syvyyttä omaan ajatteluuni, auttanut sisäistämään tutkimusprosessin eri vaiheet ja antanut aikaa aineiston huolelliselle analysoinnille.

Henkilökohtaisella tasolla tämä opinnäytetyö toimi viimeisen opiskeluvuoteni aikana merkittävänä suunnannäyttäjänä, vaikka en sitä vielä vuosi sitten tiedostanut. Aiempi koulutus ja työkokemus auttoivat tietenkin ammatillisesti haasteellisen TTAP-kokonaisuuden luomisessa, mutta geronomikoulutuksen myötä saadut valmiudet laajensivat omaa katsantokantaani ja auttoivat ymmärtämään kehitysvammaisten ihmisten ikääntymistä ja sen mukanaan tuomia ilmiöitä aiempaa paremmin. Jo opintoja aloittaessani olin päättänyt jollain tavoin yhdistää uuden ja vanhan toisiaan tukevat ammattini, ja näin opintojen loppusuoralla voin todeta tehneeni oikean valinnan. TTAP-menetelmään tutustuminen ja sen toteuttaminen toi jo olemassa olevaan kokoelmaani suuren määrän uusia työkaluja, joiden avulla voin kehittää omia työskentelytapojani samalla, kun voin viedä tietoa hyödylliseksi koetusta taiteita hyödyntävästä menetelmästä mukaanani työyhteisöni. Voin hyödyntää työtehtävissäni TTAP-menetelmän mukanaan tuomia oppeja, mutta myös tuloksista esiin nousseet asiat antanevat ajattelemisen aihetta tulevaisuuden työtehtävissä.

LÄHTEET

- Ahonen, H. 1997. Musiikki, sanaton kieli. Musiikkiterapian perusteet. 2. korj. p. Helsinki: Oy Finn Lectura Ab.
- Csikszentmihályi, M. 2005. Flow – elämän virta. Tutkimuksia onnesta, siitä kun kaikki sujuu. Suomentaja Ritva Hellsten. Helsinki: Rasalas.
- Eskola, J. & Suoranta, J. 2003. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. 6. p. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.
- Grönfors, M. 1985. Kvalitatiiviset kenttätömenetelmät. 2. p. Hki:WSOY
- Grönroos, U-M. & Harju, L. 2003. Saduttaminen erityisen tuen tarpeessa olevien lasten interventiona. [Verkkojulkaisu]. Helsingin yliopisto. Kasvatustieteellinen tiedekunta, erityispedagogiikan laitos. Proseminarityö. [Viitattu 23.3.2015]. Saatavana: http://www.edu.helsinki.fi/lapsetkertovat/lapset/Tutkimus/Saduttaminen_erityispedagogiikka.pdf.pdf
- Grönstrand, E. 2014. Sallitaan elämä. Ketju (6), 16–18.
- Harju, V. 2005. Valokuvan merkityksestä. CuRec kulttuurisen virkistystoiminnan verkkolehti. [verkkojulkaisu]. [viitattu 15.8.2015]. Saatavana: http://www.curec.net/old/artikkelit/metelmät/1_2005_kaden_valokuvaterapia.htm
- Heikkinen, H.L.T., Rovio, E. & Syrjälä, L. (toim.) 2006. Toiminnasta tietoon. Toimintatutkimuksen menetelmät ja lähestymistavat. 1.p. Helsinki: Kansanvalistusseura.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2007. Tutki ja kirjoita. 13. osin uud. p. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.
- Häivälä, E. & Jaskari, T. 2010. ”Tuntuu rinnassa ja saa päässä raksuttamaan”. TTAP-menetelmän vaikutukset dementoituneiden sosiaaliseen toimintakykyyn. [Verkkojulkaisu]. Tampereen ammattikorkeakoulu. YAMK. Terveystieteiden koulutusohjelma, ikääntyvien ja pitkäaikaissairaiden hoito. Opinnäytetyö. [Viitattu 25.5.2015]. Saatavana: https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/23169/Haivala_Elina_Jaskari_Tuulia.pdf?sequence=2
- Iivanainen, M. Kehitysvammaisuus ja muistisairaudet. 2010. Teoksessa: T. Erkinjuntti, Rinne, J. & H. Soininen (toim.) Muistisairaudet. Helsinki: Duodecim. 296–303.

- Ikäinstituutti. Kotivoimisteluohjelma. [Verkkajulkaisu]. Helsinki: Ikäinstituutti. [Viitattu 18.12.2014]. Saatavana: <http://www.ikainstituutti.fi/binary/file/-/id/3/fid/94>
- Itkonen, S. 2008. Mikä mahtava mörkö! Poimintoja kehitysvammaisten taiteesta. Kehitysvammaisten taiteilijoiden tuki ry. Helsinki: Kettuki.
- Kangas-Kallio, K. 2008. TTAP – temaattinen taiteita hyödyntävä ohjelma, kokemuksia kehitysvammaisten ryhmätoiminnasta. Hämeen ammattikorkeakoulu, ohjaustoiminnan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. Julkaisematon.
- Karlsson, L. 2005. Sadutus. Avain osallistavaan toimintakulttuuriin. Opetus 2000. 2. korj. ja täydennetty p. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Kaski, M., Manninen, A. & Pihko, H. (toim.) 2012. Kehitysvammaisuus. 5. uud. p. Helsinki: Sanoma Pro Oy.
- Kauppinen, L. 2007. Oman elämänsä ihminen – voimavarana taide. Helsinki: Maahenki.
- Kehitysvammaisten tukiliitto. Me Itse ry. [Verkkosivu]. Tampere: Kehitysvammaisten Tukiliitto ry. [Viitattu 27.8.2015]. Saatavana: <http://www.kvtl.fi/fi/me-itse/etusivu>
- Kivilähde, J., Lindeberg, M. & Penttilä, M. ”Mä oikein venyn, kun mä maalaan” – kehitysvammaisen oppilas kuvataideterapeuttisessa toiminnassa. 2012. Teoksessa: P-M. Hautala & E. Honkanen (toim.) Kuva kantaa. Kuvataideterapia kasvatuksen, opetuksen, hoidon ja kuntoutuksen tukena. Pori: Satakunnan ammattikorkeakoulu. Sarja D. 69–80.
- Kontio, M-L. 2000. Laitoksessa asuvan kehitysvammaisen vanhuksen haastava käyttäytyminen ja hoitajan käyttämiä vaikuttamiskeinoja. [Verkkajulkaisu]. Jyväskylän yliopisto. Kasvatustieteellinen tiedekunta, erityispedagogiikan laitos. Väitöskirja. [Viitattu 11.9.2015]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-39-5332-4>
- Kuula, A. 2011. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Osuuskunta Vastapaino.
- L 23.6.1977/519. Laki kehitysvammaisten erityishuollosta.
- L 3.4.1987/380. Laki vammaisuuden perusteella järjestettävistä palveluista ja tukitoimista.
- L 30.12.2014/1301. Sosiaalihuoltolaki.
- L 11.6.1999. Suomen perustuslaki.

- Levine Madori, L. Ph.D. 2.2.2015. Vastauksia kysymyksiin. [Henkilökohtainen sähköpostiviesti]. Vastaanottaja: Tuija Vastamäki. [Viitattu 8.3.2015].
- Levine Madori, L. 2010. Therapeutic Thematic Arts Programming – menetelmä ikääntyneiden aikuisten hoidossa ja kuntoutuksessa. Hämeenlinna: Hämeenlinnan ammattikorkeakoulu. HAMKin julkaisuja 3/2010.
- Liikanen, H-L. 2010. Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia – ehdotus toimintaohjelmaksi 2010–2014. [Verkojulkaisu]. Opetusministeriön julkaisuja 2010:1. [Viitattu 14.7.2015]. Saatavana: <http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2010/liitteet/OPM1.pdf?lang=fi>
- Linda Levine Madori Ph.D. [Verkkosivu]. [Viitattu 28.7.2015]. Saatavana: <http://www.levinemadoriphd.com/index.php>
- Numminen, H., Vesala, H.T., Ainali, I. & Järveläinen, I. 2005. Ikääntyminen haasteena kehitysvammapalveluille. Helsinki: Kehitysvammaliiton tutkimusyksikkö Kotu. Kotu-raportteja 6•2005.
- Numminen, H. 2004. Ikääntyminen ja kehitysvammaisuus. Teoksessa: T. Raitanen, T. Hänninen, H. Pajunen & T. Suutama (toim.) Geropsykologia. Vanhemmen ja vanhuuden psykologia. Helsinki: WSOY, 242–253.
- Osallistumisen hurmaa. Materiaalipankki. Sadutus. [Verkkosivu]. Kotka: Palvelutalo Koskenrinne ry. [Viitattu 8.1.2015]. Saatavana: <http://osallistumisenhurmaa.fi/?p=32>
- Papunet. Selkokeskus. [Verkojulkaisu]. [Viitattu 3.2.2015]. Saatavana: <http://papunet.net/selkokeskus/teoriaa/maaritelma/>
- Peltokangas, E. & Rantala, M. 2009. Arjen rikastaminen dementoituneiden asumisyksikössä. Juhlakeskiviikko ja Levine Madorin teoriaan pohjautuva varaohjelma. [Verkojulkaisu]. Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Sosiaali- ja terveysalan yksikkö, sosiaalialan koulutusohjelma. Opinnäytetyö. [Viitattu 25.5.2015]. Saatavana: <https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/4845/PELTOKANGAS.pdf?sequence=2>
- Seppälä, H. 2010. Hoivan ja asumisen välimaastossa. Pohdintoja kehitysvammaisuuden kaksista kasvoista. Teoksessa: A. Teittinen (toim.) Pois laitoksista. Vammaiset ja hoivan politiikka. Helsinki: Palmenia.
- Silverman, D. 2006. Interpreting Qualitative Data. Methods for analysing Talk Text and Interaction. 3.p. Lontoo: Sage Publications.

- Sosiaali- ja terveysministeriö (STM). 17.7.2013. Ikäihmisten palvelujen laatusuositus. [Verkkajulkaisu]. STM:n julkaisu 2013:11. [Viitattu 18.3.2015]. Saatavana: <http://www.stm.fi/julkaisut/nayta/-/julkaisu/1063089>
- Sosiaali- ja terveysministeriö (STM). Elokuu 2010. Vahva pohja osallisuudelle ja yhdenvertaisuudelle. Suomen vammaispoliittinen ohjelma 2010–2015. [Verkkajulkaisu]. STM julkaisu 2010:4. [Viitattu 7.8.2015]. Saatavana: http://stm.fi/documents/1271139/1452310/Jul_04+10_Vampo_verkko.pdf/f2a3e08f-314a-46e3-b6a5-b9754106747c
- Talkoorengas. Nostalgiajumppa. Ei päiväystä. [Verkkosivu]. Kerava: Vapaaehtoisen hyvinvointityön keskus. [Viitattu 18.12.2014]. Saatavana: http://www.talkoorengas.fi/muu_toiminta/nostalgia/jumppa.html
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL). 2015. Vammaispalvelujen käsikirja. [Verkkosivu]. [Viitattu 9.8.2015]. Saatavana: <https://www.thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja>
- Turtiainen, L. 2007. Sadutus ja kuvankertominen kehitysvammaisen opiskelijan puheilmassa ja oppimisessa. [Verkkajulkaisu]. Tampereen ammattikorkeakoulu. Opettajakoulutus. Opinnäytetyö. [Viitattu 16.3.2015]. Saatavana: https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/8301/TMP_objres.995.pdf?sequence=2
- Vahtera, M. 2002. Kehitysvammaisten dementia. Helsinki: Kehitysvammaliitto.
- Vehmas, S. 2005. Vammaisuus. Johdatus historiaan, teoriaan ja etiikkaan. Helsinki: Gaudeamus Kirja.
- Vernerit – Kehitysvamma-alan verkkopalvelu. [Verkkosivu]. Helsinki: Kehitysvammaliitto. [Viitattu 27.1.2015]. Saatavana: <http://verneri.net/yleis/>
- Vesala, H.T., Numminen, H. & Matikka, L.M. 2008. Ikääntyvien kehitysvammaisten tukiprojekti. Projektin loppuraportti. Helsinki: Kehitysvammaliitto. Kehitysvammaliiton selvityksiä 1/2008.
- Vilka, H. 2006. Tutki ja havainnoi. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Vilka, H. 2009. Tutki ja kehitä. 1.–3. p. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.
- Willamo, H. 1990. Käpytalvi. Tuohimetsän tarinoita. Forssa: Forssan Kirjapaino Oy.

LIITTEET

Liite 1. Lomake havainnoinnin tueksi

Liite 2. Haastattelulomake

Liite 3. Opinnäytetyölupa

Liite 4. Tiedote edunvalvojille

LIITE 1 Lomake havainnoinnin tueksi

PÄIVÄMÄÄRÄ	
LÄSNÄOLIJAT	
PÄIVÄN OHJELMA	
RYHMÄN OSALLISTUMINEN TOIMINTAAN	
AKTIIVISUUS	
OMA-ALOITTEISUUS	
ITSETUNTO JA MOTIVAATIO	
FLOW-KOKEMUKSET	
ITSEILMAISU	
MERKITYS TOSIELÄMÄN KANNALTA	
YLEINEN TUNNELMA	
HUOMIOITA SEURAAVAA KERTAA VARTEN	
MUUTA	

Liite 2. Haastattelulomake

TTAP-RYHMÄLÄISTEN HAASTATTELULOMAKE

PÄIVÄMÄÄRÄ:

OSALLISTUJA:

- ✓ MILTÄ TUNTUI OSALLISTUA TÄMÄN PÄIVÄN OHJELMAAN?

- ✓ SAITKO OMASTA MIELESTÄSI TARPEEKSI AIKAA OHJAAJALTA?

- ✓ MIKÄ OLI MUKAVAA?

- ✓ MISTÄ ET PITÄNYT?

- ✓ MITÄ ODOTAT SEURAAVALTA KERRALTA?

- ✓ MITÄ HALUAISIT VIELÄ SANOA?

Liite 3. Opinnäytetyölupa


YLÖJÄRVEN KAUPUNKI

VIRANHALTIJAPÄÄTÖS

Terveys- ja sosiaalijohtaja

13.10.2014

11 §

Vireillepanija	Vastamäki Tuija
Asia	Tutkimuslupa / Vastamäki Tuija
Selostus asiasta	<p>Seinäjoen ammattikorkeakoulun geronomiopiskelija Tuija Vastamäki hakee tutkimuslupaa opinnäytetyötä varten.</p> <p>Tutkimuksen tarkoituksena on soveltaa Linda Levine Madorin kehittämää taiteita hyödyntävää teemallista kuntoutusmenetelmää ryhmässä, jonka jäsenet ovat iäkkäitä kehitysvammaisia. Tavoitteena on kerätä ryhmänohjaajan havaintoja ja ryhmäläisten kokemuksia miten TTAP-kuntoutusmenetelmää voi soveltaa ja käyttää kehitysvammaisten kanssa.</p> <p>Kyseessä on toiminnallinen opinnäytetyö. Kehitysvammaisten autetun asumisen yksikkö Nummikodista valitaan neljä iäkästä asukasta. Kokoontumisia on yhdeksän ja ne tapahtuvat kerran viikossa, yksi kerta kestää noin kaksi tuntia. Ryhmätuokioissa otetaan myös valokuvia mutta opinnäytetyössä käytettävistä valokuvista ei voi tunnistaa osallistujia. Osallistujien kokemuksia ja tuntemuksia kirjataan ylös mutta ne kootaan nimettöminä ja kaikki opinnäytetyössä käytetty aineisto hävitetään heti, kun se on käynyt tarpeettomiksi.</p> <p>Tavoitteena on saada opinnäytetyö valmiiksi keväällä 2015.</p>
Perustelut	Perusturvaosaston johtoryhmä on käsitellyt hakemuksen kokouksessaan 1.10.2014 ja puoltaa tutkimusluvan myöntämistä edellyttäen, että tutkimuksen tulos annetaan perusturvaosaston käyttöön.
Päätös	Myönnän tutkimusluvan.
Päiväys ja allekirjoitus	<p>Ylöjärvi 13.10.2014</p>  <p>Anne Santalahti Terveys- ja sosiaalijohtaja</p>
Julkisesti nähtävänä	21.10.2014

Lähetetty postitse 14.10.14
Lähetetty sisäisessä postissa 14.10.14

Liite 4. Tiedote edunvalvojille

Hyvä _____:n Edunvalvoja

Olen kolmannen vuoden opiskelija Seinäjoen ja Tampereen ammattikorkeakoulujen yhteistyössä järjestämästä geronomikoulutuksesta. Olen myös työskennellyt ohjaajana Nummikodissa hoitokodin käynnistämispäivästä saakka. Tällä hetkellä teen opinnäytetyötäni ja tarkoitukseni on soveltaa taitteita hyödyntävää teemallista kuntoutusmenetelmää Nummikodin iäkkäitten kehitysvammaisten ryhmätoiminnassa. Ryhmään kuuluu neljä iäkästä asukasta ja kokoonnumme talven 2014–2015 aikana kerran viikossa noin kahden tunnin ajaksi päivätoimintakeskus Huiskeen tiloissa. Tarkoituksena on käydä läpi asukkaiden valitseman teeman ympärille nivoutuva TTAP-menetelmän mukainen yhdeksästä eri vaiheesta muodostuva kokonaisuus. Tämän kirjeen mukana on hieman lisätietoa menetelmästä.

Tarkoitukseni on ottaa valokuvia ryhmätuokioiden aikana ja haastatella osallistujia ryhmätuokioiden jälkeen. Opinnäytetyöhöni valitsen sellaisia valokuvia, joista läheistäsi ei voi tunnistaa. Muista valokuvista jokainen osallistuja saa muistoksi oman valokuva-albumin. Läheisesi nimeä ei käytetä opinnäytetyössä ja haastatteluiden materiaalit tuhotaan heti, kun niitä ei enää tarvita. Käytän saamaani materiaalia ja aineistoa havainnollistamaan opinnäytetyöni tuloksia. Tällä lomakkeella pyydän lupaa aineiston keräämiseen.

Annan suostumukseni läheiseni valokuvaamiseen: Kyllä___ Ei___

Annan suostumukseni läheiseni haastattelemiseen: Kyllä___ Ei___

Edunvalvojan allekirjoitus:_____

Palautathan täytetyn ja allekirjoitetun lomakkeen mahdollisimman pian oheisessa kuorossa, niin pääsemme aloittamaan ryhmän toiminnan vielä tämän syksyn aikana! Vastataan mielelläni mieltä askarruttaviin kysymyksiisi joko puhelimitse tai sähköpostilla.

Ystävällisin terveisin Tuija Vastamäki

Linda Levine Madorin TTAP-kuntoutusmetodi

Amerikkalainen Linda Levine Madori on kehittänyt kuntoutusmenetelmän The Therapeutic Thematic Arts Programming (TTAP), joka on suomeksi käännetty sanoilla: Taiteita hyödyntävä teemallinen kuntoutusmenetelmä. TTAP-metodi perustuu uusimpiin aivotutkimuksiin, joiden avulla on todistettu, että aiemmista uskomuksista poiketen aivot pystyvät kasvattamaan uusia soluja myös silloin, kun ihminen on jo iäkäs.

TTAP- menetelmällä on viisi tavoitetta. Ensinnäkin metodilla pyritään näin stimuloimaan koko aivoja, jolloin vahvistetaan niin kognitiivisia, emotionaalisia, fyysisiä kuin sosiaalisia kykyjä. Taiteen terapeuttiseen ja kuntouttavaan voimaan perustuva menetelmä kehittää luovuutta ja kannustaa ottamaan käyttöön jäljellä olevat voimat ja resurssit. Ihminen voi vielä iäkkäänäkin löytää uusia asioita, jotka tuottavat hänelle iloa. Toiseksi asiakkaalle annetaan mahdollisuus laajentaa omia elämäkokemuksiaan ryhmäkokemuksiksi erilaisen taiteellisten luomusten prosessoinnin avulla. Kolmanneksi menetelmän avulla halutaan tarjota toimintaa, jossa asiakas saa osallistua sosiaaliseen tukiryhmään. Ryhmän avulla pyritään lisäämään turvallisuuden tunnetta, mikä omalta osaltaan tukee sosiaalista osallistumista. Lisäksi menetelmällä pyritään sitouttamaan osallistujat erilaisiin luoviin taidekokemuksiin. Viimeinen tavoite on huolehtia siitä, että menetelmän avulla osallistuja voi uppoutua työskentelynsä keskittyneesti ja aikaansaavasti.

TTAP-prosessi vahvistaa osallistujan itsetuntoa ja itsearvostusta, nostaa osallistujan ilmaisutaitoja sekä yhdistää kaikkien osallistujien kyvyt ja taidot yhteisprosessissa. Vaikka toiminta suoritetaan ryhmissä, on se hyvin yksilökeskeinen. Lähtökohtana ovat jokaisen asiakkaan henkilökohtaiset ajatukset, kokemukset ja muistot. Tutut asiat kiinnostavat, motivoivat osallistumaan ja samalla pystytään nostamaan keskustelun aiheiksi asioita, joista ei normaalisti keskusteltaisi. Menetelmän eri vaiheet takaavat jokaiselle ominaisimman oppimismenetelmän, joten esimerkiksi henkilö, joka ei koe olevansa verbaalisesti lahjakas, voi ilmaista itseään esimerkiksi piirustusten tai liikunnan avulla.

Metodia sovellettaessa erilaisia teemoja käsitellään monenlaisin luovin kokemuksin. Muistoja palautetaan mieliin ja mielikuvia tuotetaan mm. musiikin, piirtämisen, kuvanveiston, liikkeen, runouden ja tapahtumien avulla. Teemoja käsiteltäessä otetaan yhdeksän askelta, joista jokainen nivoutuu edelliseen. Kaikkia yhdeksää vaihetta yhdistää yhdessä valittu sama teema. Ensimmäisessä vaiheessa valitaan aihe ja kootaan sen tiimoilta nousseita asioita yhteen joko kirjallisesti tai kuvallisesti. Toisessa vaiheessa teemaa mietitään musiikin avulla. Kolmannessa vaiheessa musiikin herättämä ajatus muutetaan kuvaksi. Neljännessä vaiheessa tehdään veistos. Viidennessä vaiheessa teemaa käsitellään liikunnan avulla. Kuudennessa vaiheessa sepitellään tarinoita tai runoja. Seitsemännessä vaiheessa teemaa käsitellään ruoan, makujen ja tuoksujen kautta. Kahdeksannessa vaiheessa järjestetään teemaan liittyvä juhla, johon kutsutaan myös vieraita. Yhdeksännessä vaiheessa teemaa ja koko prosessia käsitellään ja muistellaan matkan varrella otettujen valokuvien avulla.