



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

Esteettisyys hoitotyössä Lyhty ry:n asumispalveluissa

Erkkilä, Anna-Stiina
Petterson, Marika
Petäjajarvi, Hilla-Maaria



LAUREA
AMMATTIKORKEAKOULU
Yhdessä enemmän

Laurea-ammattikorkeakoulu

Esteettisyys hoitotyössä Lyhty ry:n asumispalveluissa

Erkkilä Anna-Stiina
Pettersson Marika
Petäjäjärvi Hilla-Maaria
Sairaanhoitaja AMK
Opinnäytetyö
Maaliskuu, 2017

Erkkilä Anna-Stiina

Pettersson Marika

Petäjäjärvi Hilla-Maaria

Esteettisyys hoitotyössä Lyhty ry:n asumispalveluissa

Vuosi

2017

Sivumäärä 39

Tämä opinnäytetyö sai innoituksensa kehitysvammaisille asumispalveluja ja työpajoja järjestävän Lyhdyn esteettiseen hoitotyöhön liittyvistä hankkeista, joiden päämäärinä ovat olleet esteettisyyden merkityksen luominen ja perusteleminen hoitotyössä (2015), sekä esteettisen hoitotyön mallin kehittäminen (2016 -). Tavoitteena oli perehtyä esteettisyyden historiaan hoitotyössä, tuoda esille esteettisyyden moniulotteisuus, sekä kuvailla esteettisyyttä hoitotyössä Lyhdyn asumispalveluissa.

Toiminnallisen opinnäytetyön tuotoksena luotiin tieteellisen teorian, Lyhdyn oman materiaalin ja haastattelujen pohjalta perehdytysmateriaali, Estetiikkasalkku työelämäkumppanin käyttöön. Uusia ohjeita ja työkaluja esteettisyyden lisäämiseen hoitotyössä luotiin englannin-, ruotsin- ja suomenkieliseen tutkittuun tietoon nojaten. Työtä voivat hyödyntää myös muut hoitoalan yksiköt. Opinnäytetyö on työelämälähtöinen ja Lyhty oli aktiivisesti mukana työn eri vaiheissa.

Teoreettinen viitekehys muodostui estetiikan, esteettisen hoitotyön sekä toiminnallisen opinnäytetyön määrittämisestä. Esteettisen hoitotyön merkitystä terveydelle tarkasteltiin hoitotyön ympäristön, taiteen, musiikin, liikunnan ja rentoutumisen sekä luonnon kautta. Opinnäytetyö vastaa seuraaviin kysymyksiin: Mitä on estetiikka Lyhty ry:n asumispalveluissa? Mikä on estetiikan merkitys hoitotyössä? Mikä on esteettisyyden merkitys terveydelle?

Lyhdyltä vapaamuotoisesti kerätty palaute oli positiivista ja estetiikkasalkku koettiin hyödylliseksi perehdytysmateriaaliksi uusille ja nykyisille työntekijöille. Hyödyllisenä pidettiin heidän hoitotyön filosofian ja hoitotyön paradigmojen kokoamista samoihin kansiin. Palautimme kansion salkussa, jota Lyhty voi jatkossa täydentää omien tarpeidensa mukaan. Estetiikkasalkun täydennysmahdollisuus koettiin Lyhdyssä hyödyllisenä.

Esteettistä hoitotyötä sekä sen terveystaikutuksia voisi jatkossa tutkia haastattelumenetelmällä potilaiden tai asukkaiden kokemusten kautta. Aihetta voisi tutkia esimerkiksi palliatiivisissa hoitolaitoksissa tai pitkäaikaissairaiden parissa.

Erkkilä Anna-Stiina
Pettersson Marika
Petäjäjärvi Hilla-Maaria

Aesthetics in nursing at Lyhty's housing services

Year	2017	Pages	39
------	------	-------	----

This thesis was inspired by Lyhty's projects, in which the main focus has been on creating and justifying aesthetic meaning in nursing (2015), also creating an aesthetic way of working. The main purpose was find out about the history of aesthetics in nursing, disclose the multidimensionalism in aesthetics and to describe aesthetics in nursing at Lyhty's housing services.

The aim of this thesis was to create introduction material for Lyhty, an Aesthetics portfolio based on scientific theory, Lyhty's own material and interviews with Lyhty's employees. Our aim was to create new guidelines and tools to increase aesthetics in nursing. This thesis can also be used by other nursing units. This thesis is based on the needs in working life and Lyhty was very active at all stages of this thesis. This thesis was written by using different materials. For example: interviews of Lyhty's employees, their reports and also literature and articles in Finnish, English and Swedish

The theoretical framework was formed by specifying aesthetics, aesthetical nursing and a functional thesis. In this thesis our goal was to answer the questions: What is aesthetics in Lyhty's housing services? What is the meaning of aesthetics in nursing? What is the meaning of aesthetics when it concerns health? The meaning of aesthetic nursing in viewed through the nursing environment, art, music, nature, sport and relaxation.

The received feedback from Lyhty was positive and they experienced the aesthetics portfolio to be useful as introduction material for new and old employees. It was also experienced useful, that their nursing paradigms and philosophy was summoned all together in one portfolio. We left some blank sheets in the portfolio so that Lyhty can complete it with more information if needed. This was appreciated at Lyhty.

Aesthetical nursing and its health benefits could be researched in the future by using the experiences of the residents or patients. This could be done by interviewing them. This topic could also be investigated in palliative care centers or with the long-term ill patients.

Keywords: aesthetics, aesthetics in nursing, aesthetic experience, Lyhty ry

Sisällys

1	Johdanto.....	6
2	Opinnäytetyön teoreettinen tausta	7
2.1	Estetiikka	7
2.1.1	Esteettisyys hoitotyössä	8
2.1.2	Esteettinen hoitaja.....	9
2.2	Esteettisyyden merkitys terveydelle ja hyvinvoinnille	10
2.2.1	Hoitotyön ympäristö.....	10
2.2.2	Taide.....	12
2.2.3	Musiikki.....	13
2.2.4	Liikunta ja rentoutuminen	14
2.2.5	Luonto	15
3	Työelämäkumppani	17
3.1	Lyhty ry - Helsingin lyhytaikaiskoti ja työpaja.....	17
3.1.1	Hoitotyö Lyhdyssä	17
3.1.2	Hoitotyön paradigmat Lyhdyssä	19
3.1.3	Esteettinen hoitotyö Lyhdyssä.....	20
3.1.4	Hoitotyön kehittämishankkeet Lyhdyssä	21
4	Työn tarkoitus ja tavoitteet	22
5	Toiminnallisen opinnäytetyön määritelmä	22
6	Toiminnallisen opinnäytetyön prosessikuvaus ja pohdinta	23
6.1	Teoreettinen osuus.....	23
6.2	Toiminnallinen osuus	24
6.3	Palaute Lyhdystä	25
7	Eettisyys ja luotettavuus.....	26
8	Jatkotutkimusaihe	28
9	Lähteet	29
10	Liitteet.....	32

1 Johdanto

Estetiikka on filosofinen tieteenhaara, jonka isänä voidaan pitää Aristotelesta (384-322 eaa) ja hänen estetiikkaa käsittelevää teosta ”The poetics of Aristotle” (Danius, Sjöholm & Wallenstein 2012, 259). Estetiikan tutkimusalana katsotaan saaneen alkunsa kuitenkin vasta Baumgartenin (1714-1762) myötä. Sittemmin hänen jälkeensä estetiikan tutkijoita ja teorioita on luotu useita.

Hoitotyön estetiikan eräänlaisena äitinä voidaan pitää Florence Nightingalea (1820-1910), joka teoksissaan tuo esille hoitajan, hoitoympäristön ja kohtaamisen merkitystä hoitotyössä. Ihmisellä on luontainen kauneuden kaipuu, jonka huomioiminen myös hoitotyössä ja hoitotyön toiminnoissa on ihmisen henkisyiden ja ihmisarvon tunnustamista. (Sederholm, Ruohonen & Blomqvist-Suomivuori 2001, 34.) Esteettisestä hoitotyöstä löytyy kuitenkin sellaisenaan varsin vähän tutkittua tietoa. Lyhty on viime vuosina tutkinut työntekijöidensä toimesta esteettistä hoitotyötä sekä alkanut kehittämään vuoden 2016 aikana Esteettisen hoitotyön mallia. Tässä opinnäytetyössä tutkitaan musiikkia, taidetta, hoitotyön ympäristöä, liikuntaa ja rentoutumista sekä luontoa esteettisten kokemusten mahdollistajina sekä niiden terveyttä edistäviä vaikutuksia. Näiden teemojen kautta pyritään antamaan työkaluja niin esteettisen hoitotyön toteuttamiseen kuin sen terveysvaikutusten tiedostamiseen.

Tämä opinnäytetyö on työelämälähtöinen produktio. Opinnäytetyön tarkoituksena on luoda ohjeita, käytäntöjä ja perinteitä sisältävä Estetiikkasalkku Lyhdyn työntekijöiden perehdytykseen. Työ koostuu teoreettisesta ja toiminnallisesta osuudesta. Toiminnallisena osuutena luodaan Estetiikkasalkku. Opinnäytetyössä tuodaan esille Lyhdyn perinteiden ja käytäntöjen lisäksi teoreettisen tiedon pohjalta luotuja ehdotuksia esteettisen hoitotyön toteuttamiseen ja lisäämiseen hoitotyön toiminnoissa. Tässä opinnäytetyössä tutkitaan hoitotyön ympäristöä, taidetta, musiikkia, liikuntaa ja rentoutumista sekä luontoa esteettisten kokemusten mahdollistajina sekä niiden terveyttä edistäviä vaikutuksia. Näiden teemojen kautta pyritään antamaan työkaluja niin esteettisen hoitotyön toteuttamiseen kuin sen terveysvaikutusten tiedostamiseen. Aiheen valintaan vaikutti tekijöiden kiinnostus perehtyä syvemmin esteettiseen hoitotyöhön.

Opinnäytetyössä käytämme sekä potilas että asukas ilmaisua. Lyhdyssä käytetään termiä asukas, sillä asukkaat asuvat kodinomaisessa ympäristössä, Lyhty on heidän kotinsa. Potilas ilmaisu on puolestaan yleisesti sairaalapuolella käytössä.

2 Opinnäytetyön teoreettinen tausta

2.1 Estetiikka

Estetiikka tulee sanasta *aisthesis* ”aistillinen havainto”. Se on yksi filosofian haaroista. Yleensä estetiikka mielletään taiteeseen ja kauneuteen liittyväksi filosofiseksi tutkimusalaksi. Estetiikan isänä voidaan pitää Aristotelesta (384-322 eaa). Aristoteles pohti estetiikkaa teoksessaan ”*The poetics of Aristotle*”. Aristoteles kuvaa teoksessaan sitä, miten puhuttaessa esteettiseksi mielletyistä asioista, on niillä oltava yhteisiä, vain estetiikalle tyypillisiä ominaisuuksia, joiden mukaan estetiikka niiden kohdalla voidaan tarkastella. Tällä tavalla estetiikka voidaan erottaa muista tieteenaloista. (Danus ym. 2012, 259.)

Alexander Baumgarten (1714-1762) oli ensimmäinen, joka nimesi estetiikan ja erotti sen omaksi alueekseen. Hän oli aikansa vaikutusvaltainen filosofi, jonka maineikkain ja eniten arvostusta saanut teos on *Aesthetica* (1750-1758) (Vuorinen 1996, 132.) Baumgarten seurasi edeltäjiään, eikä siis luonut omaa filosofista suuntausta. Hän ei tutkinut mikä kauneuden erottaa muista arvoista, vaan pyrki selvittämään edellytyksiä kauniille kohteelle ja sen kokijalle. Estetiikan tehtävänä oli Baumgartenin mukaan tutkia miten kauneuteen päästään esimerkiksi runoudessa, havainnoissa ja unissa. Hän ajatteli ihmisen mielen jakautuvan kahteen tiedolliseen kykyyn: aistimiseen ja ajatteluun, jotka molemmat olivat toisistaan erillään olevia, autonomisia. Aistimisen hän ajatteli sisältävän havaitsemisen, tuntemisen ja tajuamisen sekä sen kuuluvan esteettiseen tieteeseen tai estetiikkaan. Ajattelu sisälsi hänen mukaansa puolestaan älyn, ymmärtämisen ja loogisen eli käsitteellisen tiedon. Estetiikan Baumgarten määritteli olevan sensitiivistä tietoa ja esittämistä tutkiva tiede, jonka pyrkimyksenä oli selvittää miten havainnoista ja kuvauksista tulisi mahdollisimman kirkkaita. Hänen näkemyksensä oli poikkeava antiikin ja keskiajan ajattelusta, jolloin korostui käsitys aistein havaitsemattomasta kauneudesta. (Vuorinen 1996, 137-140.)

Georg Hegel (1770-1831) on yksi estetiikkaa tutkineista filosofiista. Hän ajatteli kauneuden olevan ”idean aistittava ilmentymä” ja ajatteli kauniin olevan hyvän ilmentymistä aistittavaksi. Hänen mukaansa vain taiteen kauneuden ymmärtäminen ja sen tutkiminen paljastaa kauneuden todellisen luonteen. Hegel jakoi ihmisen mielen Baumgartenin tavoin ajatteluun ja aistimiseen sijoittaen kauneuden aistimiseen kuuluvaksi (Vuorinen 1996, 237-238, 240, 272.) Hegelin mukaan vain ihminen pystyy esteettiseen ajatteluun, sillä vain ihminen pystyy arvioimaan omaa olemistaan, ajatteluaan ja toimintaansa. Hegelin ajatus estetiikasta kohdistui yksinomaan kauneuteen ja taiteeseen. Hänen mukaansa taide on tärkein estetiikan muoto, sillä vain taiteen kauneuden tutkiminen avaa oven kauneuden todelliseen luonteeseen. (Danus ym. 2012, 259; Vuorinen 2006, 237.)

Estetiikassa koettiin käänne siirryttäessä subjektiivisesta esteettisestä kokemuksesta sen alkulähteeseen, eli esteettisen tarkastelun kohteena olevaan objektiin ja sen ominaisuuksiin. Monroe Beardsley (1915-1985) esitti tyypillisen esteetiikan objektiteorian, jossa hän painottaa formaalista yhtenäisyyttä esteettisen objektin ominaisuutena. Esteettisellä objektilla Beardsley tarkoittaa havainto-objektia, joka ei ole identtinen fyysisen objektin kanssa. Beardsleyn mukaan esteettisin perustein suoritettava kritiikki ja arvottaminen vetoaa esteettisen objektin ominaisuuksiin. (Tieteen termipankki 2016.)

Nykypäivänä estetiikka tutkii asioita laajemmin. Esimerkiksi erilaiset ympäristön ja arkielämän ilmiöt, kysymykset subjektiivisesta kokemuksesta eri asioissa ja modernin maailman havaitseminen ovat nousseet tärkeiksi aiheiksi estetiikan alalla perinteisten taidetta koskevien kysymysten rinnalle. (Helsingin yliopisto 2006.) Pohjoismaisista esteetikoista tunnetuin on Yrjö Hirn. Hän tarkastelee estetiikkaa teoksissaan esteettisen suhtautumisen ja sosiaalisen estetiikan kautta. (Wikström 1997, 20.)

2.1.1 Esteettisyys hoitotyössä

”Niin syvään juurtunut ja yleinen on vakaumus, että pelkkä lääkkeen antaminen merkitsee tekemistä, jopa miltei kaikkea tekemistä, kun taas huolehtiminen raittiista ilmasta, lämmöstä, puhtaudesta ja muusta sellaisesta merkitsee, ettei tee mitään.” (Florence Nightingale 1952, 13).

Florence Nightingale jo 1800-luvulla ymmärsi ympäristön ja olosuhteiden merkityksen potilaan hoidossa lääketieteellisen hoidon lisäksi. Esteettinen hoitotyö mielletään usein pelkästään ympäristön siisteydestä huolehtimiseksi, mikä sekin on tärkeää ja hyvä lähtökohta esteettisen hoitotyön toteuttamiselle. Hoitaminen voi kuitenkin parhaimmillaan olla kauneuselämys, esteettinen ja henkinen ihmissuhde sekä hoitajalle että potilaalle (Eriksson 1987, 27). Ihmisen peruspiirteisiin on kautta aikojen kuulunut elämyksellisyys, luovuus, leikkiminen ja vapaa tahto. Kauneuden kaipuun huomioiminen hoitamisessa on siten ihmisen henkisyyden ja ihmisarvon tunnustamista (Sederholm ym. 2001, 34.)

Holistisen terveystieteiden omaava hoitaja tiedostaa ihmisen koostuvan fyysisestä, psyykkisestä, sosiaalisesta ja henkisestä ulottuvuudesta, jotka erillisyydestä huolimatta ovat yhteydessä toisiinsa (Yura & Walsh 1982, 110). Esteettisyys ulottuu hoitotyössä myös kohtaamiseen. Sokrateen mukaan ihminen ilmentää sieluaan vartalollaan ja kasvoillaan. Potilaan tarve on saada kunnioitettavaa ja aitoa kohtaamista turvallisessa hoitotyössä. Jotta turvallinen hoitosuhde on mahdollinen, sairaanhoitaja tarvitsee korkeatasoisen tiedon ja käytännön taitojen lisäksi itsetuntemusta. (Eriksson 1987, 27, 39.)

Ollakseen esteettinen elämys, hoitamisen tulee olla harmoninen ja ennen kaikkea toimiva kokonaisuus. Tarkoituksenmukaisuus tekee hoitamisesta esteettistä. Mikäli hoitaminen on teknistä suorittamista, muuttuu se sisällöttömäksi kanssakäymiseksi vailla ihmissuhteen muodostumista. On myös muistettava, että hoitajan ja potilaan välinen suhde ei ole mikä tahansa ihmissuhde, sillä hoitajan tulee huomioida ammatillisuus luodessaan suhdetta potilaaseen. On tärkeää, että sekä hoitaja että hoidettava potilas ovat tietoisia rooleistaan suhteessa toisiinsa. (Eriksson 1987, 27-30.)

Naukkarinen (2011, 31-32) korostaa arjen estetisoimiseksi huomion kiinnittämistä esteettisiin aistielämyksiin. Hoitotyön arjessa aistimellista esteettisyyttä voisi siten stimuloida muun muassa kosketuksen, tuoksujen ja äänimaailman avulla. Parantava taide - kirjassa (Sederholm ym. 2001, 22-23) kuvataan kauniin ja hyvän hoitamisen olevan hoitotaidetta, jonka esteettisessä ulottuvuudessa luodaan taidetta hoitotilanteissa. Hoitotaiteen ja esteettisen hoidon pyrkimyksenä on terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen. Esteettisten elämysten mahdollistaminen kärsivälle potilaalle antaa hänelle mielihyvää ja voi lievittää potilaan kärsimystä.

2.1.2 Esteettinen hoitaja

Hyvä ja kaunis hoitaminenkin voidaan nähdä eräänlaisena taiteen muotona. Se sisältää käsityksen ihmisen arvokkuudesta. Kauneuden luominen ja mahdollistaminen hoitotyössä edistää potilaan hyvinvointia ja terveyttä. (Sederholm ym. 2001, 22-24.) Nightingale (1960, 198-199, 201) kuvaa hoitajuuteen vaadittavaksi merkittävimäksi ominaisuudeksi kyvyn ja halukkuuden herkistyä potilaan tilan muutoksiin opettelemalla tuntemaan hänet kasvonilmeitä myöten. Aidon kutsumuksen ja kiinnostuksen omaava hoitaja erottaa potilaansa ”kellon äänen muiden kellojen äänestä”.

Esteettinen hoitaja omaa hyvän ja realistisen itsetuntemuksen niin heikkouksien kuin vahvuuksienkin osalta. Hän kohtaa potilaat arvostavasti, ennakkoluulottomasti ja kunnioittaen. Mitä intiimimpi hoitotilanne on, sitä hienotunteisempi ja kunnioittavampi hoitajan suhtautuminen potilasta kohtaan tulee olla. Olemuksensa lisäksi esteettisyyteen pyrkivä hoitaja voi ilmaista itseään puhettavallaan. Puhettavan mukauttaminen kuhunkin tilanteeseen sopivaksi ilmentää arvostusta hoidettavaa kohtaan. Hoitajan ei tarvitse näyttää tietynlaiselta ollakseen esteettinen. Hoitajan tapa koskettaa, kohdata ja olla läsnä ovat hoitotaiteen ja esteettisen hoitotyön kannalta merkittäviä ominaisuuksia. (Sederholm ym. 2001, 30-32.)

Gothi (2012, 29) pohtii kirjassaan Kosketuksia katseen voimaa. Ihmisen ollessa kokonaisvaltaisesti läsnä toiselle, ei tarvita sanoja lohduttamaan. Rakkaudenosoitus toista ihmistä kohtaan on luottaa häneen ja tehdä näkyväksi toisen lahjakkuus sekä arvo. Vaikka

esimerkki ei ole suoraan hoitotilanteesta, voi sitä soveltaa myös potilaan ja hoitajan välisessä suhteessa. Esteettisyyteen pyrkivän hoitajan on hyvä osata olla kokonaisvaltaisesti läsnä, kohdata aidosti ja kuunnella.

Kosketuksella on suuri merkitys hoitotyössä ja aiheesta on Suomessa tehtykin useita tutkimuksia. Routsalo (1997) haastatteli tutkimuksessaan 25 iäkästä vuodeosastolla olevaa potilasta tiedustellen millaisena he kokivat hoitotilanteissa hoitajan kosketuksen. Vastausten mukaan kosketus tuntui enimmäkseen hyvältä, miellyttävältä, lempeältä ja turvalliselta. Kosketustavoissa oli hoitajasta riippuen eroavaisuuksia, osa kosketti lempeästi ja huomioonottavasti, toiset kovasti ja hermostuneesti. Tutkimuksen mukaan halaaminen ja taputtaminen koettiin voimaannuttavana ja mielentilaa parantavana. Hoitajan oikeanlaisen kosketuksen haastateltavat kokivat myös yöunia helpottavana, kipua lievittävänä sekä avuttomuuden tunnetta vähentävänä. Tutkimukseen vastanneista löytyi myös niitä, jotka eivät halunneet ylimääräistä kosketusta hoitajan taholta. (Koponen 2009, 41.) Esteettinen, lempeä, arvostava ja toisen huomioonottava kosketus on tärkeää hoitotyössä. Hoitajan pyrkiessä esteettiseen hoitotyöhön, on myös oleellista tiedostaa kosketuksen merkitys, sen laatu ja määrä kunkin yksilön kohdalla erikseen.

2.2 Esteettisyyden merkitys terveydelle ja hyvinvoinnille

2.2.1 Hoitotyön ympäristö

”Ihminen on yhteydessä ympäristöönsä ja kokee todellisuuden ottamalla vastaan ja havainnoimalla aistien välittämää tietoa. Aistiensa avulla ihminen tiedostaa oman tilansa ja ympäröivän maailman.” (Yura & Walsh, 1992, 186.)

Hoitotilanteessa kauneuselämykseen lisäksi vaikuttaa myös hoitava ja miellyttävä ympäristö, joka toimii voimavarana niin potilaalle kuin hoitajallekin. Nightingalen oppien mukaan hoitotyön ympäristön keskeisimpiä asioita ovat järjestys, miellyttävyys, aistisuus sekä valo, raikas ilma, värit ja luova toiminta sekä mielekkäät virikkeet. Potilas havaitsee ympäristössään myös rumasti käyttäytyvän hoitajan, hoitoympäristön melun, epäjärjestyksen tai huonot tilaratkaisut. (Sederholm ym. 2001, 22-24.) Potilaan hyvinvoinnin, toipumisen sekä kuntoutumisen kannalta on tärkeää pohtia, tukeeko hoitoympäristö näitä asioita.

Potilas voi tuntea olonsa epämiellyttäväksi, kiusaantuneeksi, rumaksi tai tuskaiseksi erilaisten sairauksien, vaivojen, ruumiillisen tai henkisen vammaisuuden vuoksi. Ulko-

näön muutokset kuten turvotukset, hampaattomuus, hiustenlähtö, ihon värin muutokset, haavat tai leikkausten jälkeiset tilat voivat vaikuttaa hänen itsetuntoonsa ja ihmisarvon kokemukseensa. Potilas kykenee sietämään fyysisiä rajoitteitaan ja avuttomuuttaan paremmin, kun hän voi ottaa käyttöön luovuutensa ja henkiset voimavaransa. (Sederholm ym. 2001, 44-45.)

”Hälinän välttäminen” ja ”Hiljaisuus ja rauha on tärkeää kärsivälle sairaalle ihmiselle” ohjeisti Nightingale (Sederholm ym. 2001, 54). Nykyaikana hoitoympäristöt ovat muuttuneet meluisammiksi johtuen muun muassa erilaisista laitteista, jotka pitävät ääntä mm. hälyttämällä potilaan voinnin muutoksista. Myös jatkuva ihmisvilinä, ovien kolahdus sekä askelten äänet voivat häiritä potilasta ja tehdä hoitoympäristöstä epämieluisan.

Ympäristöterapiaksi kutsuttua hoitomuotoa sovellettiin jo 1930-luvulla Kellokosken mielisairaalassa ylihoitaja Anna Pakalénin (1931-1951) toimesta. Pakalénin kokemuksen mukaan viihtyisä osastoympäristö kohensi potilaiden terveyden- ja mielentilaa. Hänen mukaansa siisti ympäristö oli myös osoitus potilaan ihmisarvon tunnistamisesta. (Liippo 2011, 77.) Pakalénin viran jatkaja Lyyli Kinnunen kirjoitti sairaanhoidon oppikirjassaan ympäristöterapiasta viitaten sielullisen eli psykoterapeuttisen hoidon tarkoittavan kaikkia sairaalan sielunelämään vaikuttavia tekijöitä, jotka ovat toipumiselle edullisia. Kinnusen mukaan ympäristöterapia oli sielullisen hoidon osa-alue, jossa sairaala ympäristönä on hoidon väline, jopa psykoterapiaan rinnastettava instrumentti. Hänen mukaansa esteettiset yksityiskohdat eivät olleet vain ulkoista ja pinnallista vaan merkki hygieniasta ja terveellisyydestä. (Kinnunen 1954, 86.) Kun potilaan hoitoympäristössä kiinnitetään huomiota miellyttävään äänen käyttöön sekä melun torjumiseen, mahdollistetaan potilaalle esteettinen ja harmoninen vaikutelma sekä edistetään hänen hyvinvointiaan. (Sederholm ym. 2001, 54).

Esteettisesti viehättävä ja kaunis vaatetus on potilaalle rento ja miellyttävä kokemus. Sen sijaan vaatetus, joka on esteettisesti sopimaton, voi aiheuttaa potilaassa viihtymättömyyttä sekä vaikuttaa haitallisesti hänen mielialaansa. Ihmisen yksilölliseen olemukseen ja persoonallisuuteen kuuluu olennaisena osana vaatetus. Kauniilla vaatekappaleella on suuri merkitys esimerkiksi pyörätuolia käyttävälle, jolloin pyörätuoli ei ominaisuutena korostu. Puhtaan ja kauniin vaatekappaleen lisäksi hoidettu iho, siististi kammatut hiukset, sekä ajettu parta ovat tärkeitä asioita potilaalle. (Sederholm ym. 2001, 47.)

2.2.2 Taide

Taidekasvatus alkoi nousta voimakkaasti esille 1900-luvun alkupuolella. Aiheena ja oppiaineena se löysi paikkansa ensi alkuun kasvatus- ja sivistyslaitoksissa. Esteettisyydessään taide otettiin vastaan tunteita sisältävänä kommunikaatiomuotona, joka oli poikkeavaa tietopohjaisesta opetuksesta. Esteettisyyden ajateltiin koskettavan sielun alueita, joille ei ollut sanoja. Sen nähtiin myös tasapainottavan tunteen ja järjen suhdetta koulussa tapahtuvassa opetuksessa. Piirtämisen huomattiin taitojen karttumisen lisäksi herkistävän ihmistä esteettisille kokemuksille ja henkiselle kasvulle. (Liippo 2011, 81-82.)

Suomalaisen taidekasvatuksen voidaan katsoa saaneen alkunsa saksankielisestä filosofisesta perinteestä, jonka näkemyksen mukaan taide on vastapaino "elämästä vieraannuttavalle teoreettisuudelle ja mekanistiselle maailmankatsomukselle" (Liippo 2011, 82). Ruin (1857-1938) näki taiteen jääneen teollistumisen jalkoihin ja taidekasvatuliikkeen olevan siten vastalause yhteiskunnalliselle kehitykselle. Ruinin teesien (1902) mukaan kasvatuksen esteettinen puoli kasvattaa ihmisen sielullisuutta. Lisäksi esteettisyyden tulisi sisältyä kaikkeen kouluopetukseen. Esteettisyys tulisi myös huomioida koulun tilojen suunnittelussa. (Niekka 1986, 57-59.)

Saksalainen Wilhelm Dithley (1833-1911) oli yksi uushumanisteiksi kutsutun ajatussuunnan uranuurtajista. Hän pyrki vapauttamaan ihmistieteet luonnontieteistä niiden täsmällisyyttä ja objektiivisuutta vaativien piirteiden vuoksi. Dithley pyrki vahvistamaan humanistisen tutkimuksen asemaa muiden tieteenalojen kentällä. Dithley määritteli elämänfilosofian alaksi, joka sisältää estetiikan lisäksi pedagogiikan, etiikan ja uskonnonfilosofian. Hänen mukaansa esteettinen elämä on tietoisuuttava lisäävä ja kokemusmaailmaa syventävä. (Liippo 2011, 82-83.)

Helsingin estetiikan professori Yrjö Hirn (1870-1952) ajatteli taiteen olevan tunteen ilmaisu, siirtoa ja vastaanottamista. Lisäksi hän näki taiteen kasvattavana sekä vaikuttavan mieleen ylentävästi. Hirn ei kuitenkaan nähnyt järkeä ja emootioita toisiaan poissulkevinä tekijöinä, vaan mielsi niiden kulkevan ja vaikuttavan rinnakkain. (Liippo 2011, 83.)

"Rohkeus on luovuuden edellytys" (Eriksson 1987, 21). Taidelähtöiset menetelmät hoitotyössä auttavat rikastuttamaan arkista kanssakäymistä, saaden aistit ja mielen liikkeeseen, joiden avulla voi nousta esiin vaikeasti ilmaistavia ja havainnollistettavia kokemuksia ja tunteita. Taiteen avulla saadaan välineitä sosiaaliseen kasvuun ja oppimiseen sekä erilaisten vahvuuksien tunnistamiseen. Taiteen avulla voidaan

herkistyä uusille havainnoille. Taide on väline, mutta ei pelkästään sitä. (Känkänen 2015.)

Taide auttaa ihmistä näkemään todellisuuden muotoja, sekä asioiden keskinäisiä suhteita. Taide myös laajentaa käsitystä ihmisestä, itsestämme, sekä edistää sosiaalisen elämän laatua ja muovaa suhdettamme ympäröivään maailmaan. (Venkula 2003, 34, 42-43.) Taiteen luoma yhteys maailmaan on ennen kaikkea toiminnallinen. Sen vuoksi sekä taiteen tekeminen, että sen kokeminen vaikuttavat ihmisen ajattelemisen ja tekemisen taitoihin. Taide kehittää ihmisessä tyytyväisyyden taitoa, tarkkaavaisuutta, keskittymiskykyä sekä kärsivällisyyttä. (Venkula 2003, 45, 50.)

Paitsi taiteella, myös pelkillä väreillä on vaikutusta ihmiseen. Johann Wolfgang von Goethen mukaan värit vaikuttavat ihmiseen henkis-eettisesti. Hänen mukaansa jokaisella värillä on oma ominaislaatunsa, jonka vuoksi niitä voidaan käyttää esteettisiin, jopa terapeuttisiin tarkoituksiin. (Wetzer 2000, 89.) Kirjassa Parantava taide (2001, 17) todetaan syvällisten kauneuselämysten voivan kasvattaa ihmisen itsetuntemusta, lisätä henkistä kasvua sekä lisätä ymmärrystä elämän rajallisuudesta. Taiteen avulla ihminen voi saada monenlaisia elämyksiä, jotka saattaisivat jäädä muuten kokematta. Parhaimmillaan taide herättää ihmisessä tunteita, sekä auttaa käsittelemään niitä. Taiteen tarkoitus ei ole olla aina mieltä ylentävää ja kaunista, vaan se voi näyttäytyä myös ikävänä ja kipeääkin tekevänä. Kokemus kauneudesta voi antaa merkityksellisyyttä ihmisen elämään silloinkin, kun se tuntuu muuten merkityksettömältä.

Se että ihminen on luova ja haluaa luoda uutta, ilmentää hänen myönteistä suhtautumista itseensä sekä elämänhalua. On tärkeää, että ihminen saa vahvistusta ja hyväksyntää omalle luovuudelleen sekä itsensä ilmentämiselle eri muodoissaan. Positiivisen kannustuksen ja vahvistuksen saaminen antaa tunteen siitä, että toinen hyväksyy sinut omana itsenään ja antaa myös vahvistuksen olla sellainen kuin on. (Eriksson 1987, 57.) Luovuuden yhtenä tarkoituksena on myös auttaa ihmistä käsittelemään ja järjestämään elämän mukanaan tuomia asioita ja tapahtumia (Venkula, 2003 86). Luovan tekemisen tarkoitus ei ole pelkkä lopputulos, vaan yhdessä tekeminen, ja itse prosessi (Hurme 2011, 13-14).

2.2.3 Musiikki

Käsitys musiikin kiihoittavasta ja rauhoittavasta vaikutuksesta autonomiseen hermostoon on hyvin vanha. Ornsteinin ja Sobelin (1989) mukaan mieluinen musiikki herättää tyyneyttä, joka alentaa verenpainetta sekä auttaa hallitsemaan immuunijärjestelmään vaikuttavia hormoneja. (Scherer & Zetner 2001, 374.)

Taideharrastuksilla on monipuolinen vaikutus ihmisen toimintakykyyn. Erityinen vaikutus niillä on ihmisen tunne-elämään ja sosiaaliseen toimintakykyyn. Lisäksi taideharrastukset antavat virikkeitä ihmisen psyykelle. Musiikin kuuntelulla, laulamisa ja soittamisella voidaan käsitellä vaikeita ja ahdistavia tunteita sekä muistoja. Parhaimmillaan musiikki voi muuttaa traumaattisetkin muistot helpottavaksi suruksi ja sitä kautta helpommin työstettäväksi. Musiikin avulla myös aikaisemmat mielekkäät elämäkokemukset voivat palautua mieleen ja tuottaa siten mielihyvää kuulijalleen. (Vanhala 2010, 26.)

Musiikin harrastaminen kaikissa muodoissaan vaikuttaa ihmisen fysiologiaan mm. vähentämällä jännitystä ja alentamalla stressitasoja. Myös Hansnerin (1985) mukaan musiikilla on vaikutusta sekä keskushermostoon että autonomiseen hermostoon. Musiikin kipukokemusta lievittävä vaikutus perustuu endorfiinin runsaampaan erittymiseen ja huomion kiinnittymiseen kivusta pois. (Vanhala 2010, 27.)

Odellin (1988) tutkimuksessa ryhmä erilaisista sosiaalisten tilanteiden peloista, masentuneisuudesta, yksinäisyydestä ja epävarmuudesta kärsineitä kokoontui viikoittain yhdessä soittamaan ja improvisoimaan. Tutkimus osoitti että yhdessä soittaminen ja improvisoiminen helpottivat osallistujia toimimaan sosiaalisessa kanssakäymisessä, lisäksi heidän jännittämisenä väheni ja itsevarmuus lisääntyi. Yhteismusisointi lisäsi myös osallistujien keskinäistä kunnioitusta ja hyväksyntää. Musiikin tekeminen auttoi osallistujia myös tunteiden ja jännityksen purkamisessa. Jopa muutoksia persoonallisuudessa tapahtui hiljalleen. (Vanhala 2009, 28-29.)

Musiikki vaikuttaa molempiin aivolohkoihin niin, että oikean aivolohkon huomio kiinnittyy äänen laatuun ja sen sisältämään tunnetilaan ja vasen aivolohko huomioi puolestaan musiikin muotorakenteet. Rytmi, sanat, hyräily ja harmoniset rakenteet hahmottuvat vasemmassa aivolohkossa. Harmonisten rakenteiden hahmottaminen tapahtuu puolestaan oikeassa aivolohkossa. Musiikin avulla saadaan yhteys molempiin aivolohkoihin, vaikka toinen puoli aivoista olisikin häiriintynyt tai vaurioitunut. Ihminen, joka kärsii puhe- ja kielitoimintojen häiriöistä pystyy musiikin avulla tunnistamaan rytmin. (Vanhala 2010, 28.)

2.2.4 Liikunta ja rentoutuminen

Liikunnan terveysvaikutuksista on tehty useita tutkimuksia. Arvosen (2014, 16) mukaan yksistään liikkuminen on hyväksi terveydelle, mutta kun se sijoitetaan luontoon, terveysvaikutukset kasvavat entisestään. Parhaimmillaan liikunta tukee jäljellä olevaa ihmisen terveyttä sekä vahvistaa hänen mahdollisuuksiaan ja selviytymistään sairaanakin.

Viime vuosina on alettu ymmärtämään myös liikunnan terapeuttinen merkitys. Liikunnan avulla ihminen voi kokea vahvuutta ja tyytyväisyyttä omaan itseen. Lisäksi liikunta antaa tunteen siitä, että on tehnyt jotain. Se on myös erinomainen keino purkaa ikäviä tunteita, kuten ahdistusta tai turhautumista. Liikunnasta on apua myös stressin purkamisessa sekä masennuksen hoidossa. (Lahti 2006, 13.)

Rentoutunut tila on subjektiivinen kokemus, jossa ajatukset ja olotila rauhoittuvat. Rentoutuneessa tilassa autonominen hermosto tasapainottuu, verenpaine laskee, syke hidastuu ja lihakset rentoutuvat. Syvässä rentoutuneessa tilassa voidaan kokea onnea ja hyvänolon tunnetta. Bensonin (1976) mukaan rentoutumisen myötä saavutettu muuntuneen tietoisuuden tila voi vaikuttaa luovuuden lisääntymiseen, elämäntehtävän kirkastumiseen, rajattomuuden ja ikuisuuden tunteeseen sekä fyysisten vaivojen lieventymiseen tai häviämiseen. (Harpe 2003, 14-30.)

Toivasen (1994) mukaan rentoutuminen on sairauksia ennaltaehkäisevä toimenpide ja terapeuttinen tapahtuma. Sen on todettu vaikuttavan positiivisesti veren kolesterolin määrään, rasva-arvoihin, stressihormonipitoisuuksiin, unihäiriöihin sekä psykosomaattisiin oireisiin. Subjektiivisen tyytyväisyyden elämän moni eri alueilla on lisäksi todettu lisääntyvän rentoutumisharjoitteiden myötä. (Harpe 2003, 31.)

Ihmisen harkintakykyyn, näkemyksellisyyteen ja kokonaisuuksien hahmottamiseen vaikuttavat luovuus ja tunne-elämä. Kiireinen tahti elämässä voi johtaa siihen, että aivot eivät saa impulsseja, joita tarvitaan elämysten tuottamiseen ihmissuhteista, rakkaudesta ja luonnosta. Impulsittomuus aivoissa voi johtaa pysähtyneeseen olotilaan. Yksi tapa vapauttaa aivoenergiat on rentoutuminen. (Sederholm ym. 2001, 95.)

2.2.5 Luonto

Kaupunkiympäristö on tulvillaan erilaisia ärsykeitä, jotka kuormittavat ihmisen aisteja. Lisäksi myös niiden ennalta-arvaamattomuus väsyttää. Vastapainoksi ihminen tarvitsee luonnonrauhaa ja hiljaisuutta. ”Metsän ärsykkeet ovat ennustettavissa, eivätkä ne ole ristiriitaisia tai monimerkityksellisiä, kuten kaupunkiympäristön välkkyvät valot, mainosten symbolit tai alati muuttuva äänimaailma.” (Arvonen 2014, 18.)

Tuttu ja vähemmän ärsykeitä sisältävä luontoympäristö antaa aisteille ja aivoille mahdollisuuden palautumiseen. Luonnossa liikkuvat ihmiset ovat haastattelututkimuksissa kertoneet mm. luonnon positiivisesta vaikutuksesta mielialaan, sekä henkisesti eheyttävistä kokemuksista. Myös kokemukset rentoutumisesta, rauhoittumisesta, huolien, pelkojen ja kiireiden hellittämisestä on liitetty näihin elpymiskokemuksiin. Muutoksia on huomattu myös elimistön hormonipitoisuuksissa; niin kutsuttujen stressihormonien,

kortisolin ja adrenaliinin on havaittu vähentyvän ja puolestaan mielihyvää tuottavat hormonit oksitosiini ja serotoniini ovat lisääntyneet elimistössä luontokokemusten jälkeen. Ihminen voi myös hyötyä tiedostamattaankin luonnon positiivisista vaikutuksista. (Arvonen 2014,18-19.)

Tilaa, jossa ihmisen tarkkaavaisuus kiinnittyy luonnon yksityiskohtiin tai sen elementteihin, on nimetty lumoutumisen kokemukseksi. Parhaimmillaan tuo kokemus koskettaa ihmisen kaikkia aisteja, ja antaa myös tuntemuksen kauneudesta. (Arvonen 2014, 21.) Luonnon vaikutusta terveyteen ja hyvinvointiin on tutkittu verrattain paljon. Nykyään paljon käytössä olevat rentoutusterapiat vievät ihmiset mielikuvien kautta luontokokemusten äärelle ja siten rauhoittumaan. Sairaaloissa on lisätty luontoelementtejä esimerkiksi työ-, odotus- ja toipumistiloihin laitetuilla luontokuvilla. Tutkimusten mukaan luontokuvat ja luontonäkymä esimerkiksi sairaalan ikkunasta on todettu vähentävän jännitystä, laskevan sydämen sykettä ja verenpainetta. (Taka-aho 2005, 10-11.)

Englannissa tehdyn tutkimuksen (Milligan, Gatrell, Bingley 2004) mukaan iäkkäiden puutarhaharrastuksen on huomattu lisäävän toimintakykyä ja lisänneen henkistä sekä emotionaalista uudistumisen tunnetta puutarhaharrastajien keskuudessa. Vuorovaikutus esteettisesti kauniin, luonnonläheisen ympäristön kanssa tutkimuksen mukaan virkistää, uudistaa ja vaikuttaa positiivisesti henkiseen hyvinvointiin. Puutarhaterapia mahdollistaa moniaistista kokemuksellisuutta. Erilaisten luonnossa olevien elementtien kanssa toimiminen rauhoittaa yksilöä antaen hänelle mahdollisuuden käsitellä ja jäsentää ajatuksiaan rauhassa. Tyydyttävinä kokemuksina pidetään käsien likaamista multa ja kasvien hoitamista puutarhaterapian yhteydessä. Puutarhan hoitaminen on parhaimmillaan esteettinen ja moniaistillinen kokemus sekä avautumista luonnon elävyydelle. (Taka-aho 2005, 12.)

Luonnon vaikutusta masennuksen hoidossa on tutkittu ja sillä on todettu olevan positiivisia vaikutuksia niin mielen hyvinvointiin kuin somaattiseen terveyteenkin. Mitä paremmin yksilö on kyennyt olemaan läsnä itsensä kanssa luonnossa, sitä syvällisemmin kokemus on häneen vaikuttanut. (Saastamoinen 1999.) Erämaakokemus voi olla myös lähde hyvään oloon, kehittymiseen ja yksi itsehoidon keino. Luonnossa ihminen herkistyy ympäristölleen ja itselleen, sekä näkee itsensä helpommin osana luontoa, inhimillisenä olentona. (Taka-aho 2005, 13.)

3 Työelämäkumppani

3.1 Lyhty ry - Helsingin lyhytaikaiskoti ja työpaja

Lyhdyn perustajajäsenet työskentelivät kehitysvammaisten hoitotyön parissa Sofianlehdossa 80-luvulta 90-luvun alkupuolelle asti. Helka Liimatta toi yksilövastuiseen hoitotyön Sofianlehtoon aloittaessaan osastonhoitajana osasto Tammelassa vuoden 1989 syksynä. Muutaman vuoden yksilövastuista hoitotyötä toteutettuaan ja vastustustakin kohdattuun, Helka Liimatta, Petri Halonen, Petri Helander ja Maria-Terttu Lindfors päättivät perustaa oman yhdistyksen. Lyhty aloitti virallisesti toimintansa 1.12.1993 kymmenen kehitysvammaisen asukkaan kanssa. (Helander 2016.)

Lyhty on Helsingissä ja Espoossa toimiva yleishyödyllinen voittoa tavoittelematon yhdistys. Lyhty aloitti lyhytaikaiskotina, jossa asukkaiden oli tarkoitus harjoitella itsenäistä asumista. Kuitenkin jo yhdistyksen suunnitteluvaiheessa vakituisia asukkaita olisi ollut tarjolla. (Liimatta 2015.) Nimi Lyhty onkin lyhenne alun perin ajatellusta lyhytaikaiskodista ja työpajasta. Nimessä on myös viittaus Florence Nightingalen lamppuun, jonka on ajateltu kuvaavan uutta valoa kehitysvammaistoiminnassa (Kytöharju 2010).

Lyhdyn henkilökunta koostuu muun muassa ulkomaisista vapaaehtoistyöntekijöistä, opettajista, artenomeista, puutarhureista sekä enimmäkseen hoitoalan osaajista. Tiivis yhteistyö asukkaiden ja heidän perheidensä kanssa on ollut keskeinen osa toimintaa alusta alkaen. Jokainen pääsee halutessaan vaikuttamaan ja innovoimaan toimintaa ja sen tulevaisuutta. (Schiemer 2016.)

Lyhdyn eettisenä päämääränä on toimia kehitysvammaisen, hänen omaistensa ja koko yhteiskunnan hyvinvoinnin edistämiseksi. Lyhty ry pyrkii jatkuvasti kehittämään ja muuttamaan toimintaansa eettisten tavoitteidensa saavuttamiseksi ja olemaan innovatiivisesti ja aktiivisesti mukana yhteiskunnan kehittämisessä. Lyhty ry järjestää asuntoja asumispalveluja. Lisäksi se järjestää erilaisia tapahtumia sekä kulttuuri- ja vapaa-ajan toimintaa. (Lyhty ry 2017.)

3.1.1 Hoitotyö Lyhdyssä

Yksilövastuista hoitotyötä on toteutettu Lyhdyssä sen perustamisesta, vuodesta 1993 lähtien. Laitosmaisesta kehitysvammaisten hoitamisesta haluttiin päästä eroon huomioiden jokaisen yksilöllisyys, erilaiset tarpeet ja toiveet. (Helander 2016.) Lyhdyn Hoitotyötä ohjaavina teoreettisina malleina ovat yksilövastuinen hoitotyö, V. Hendersonin määritelmä hoitotyöstä sekä Yura & Walshin tarveteoria. Vaikutteita he ovat matkan varrella

ottaneet myös Lauri Rauhalan, Rosamarie Parsen sekä Jaana Venkulan ajatuksista. (Schiemer 2017.)

Rauhalan ihmiskäsitys on holistinen, kokonaisvaltainen, jonka mukaan ihminen tulee todeksi ainakin kehollisuuden, tajunnallisuuden ja situationalisuuden kautta (Rauhala 1995, 95-96.) Tässä kontekstissa kehollisuudella tarkoitetaan ihmisen olemassaoloa orgaanisena tapahtumana, jonka syvin ydin on elämä. Tajunnallisuus käsittää ihmisen psyykkishenkisen olemassaolon, joka koostuu ihmisen kokemisen kokonaisuudesta. Situationaalisuus puolestaan on persoonan olemassaolon suhteet kunkin elämäntilanteeseen eli tiluatioon. Elämäntilanteeseen, tiluatioon, vaikuttavat perinnölliset (esim. geenit) asiat mutta myöskin asiat, joihin ihminen voi itse vaikuttaa. (Nykänen 2006.) Rauhalan ”situationaalinen säätöpiiri” huomioi ihmisen inhimillisen olemassaolon kokonaisvaltaisuuden (Rauhala 1981, 54-58, 70). Rauhalan mukaan kokonaisvaltainen näkemys ihmisen inhimillisestä olemassaolosta ja sen omaksuminen tulisi olla lähtökohta ihmisen hyväksi tehtävään auttamistoimintaan. Ymmärrys ihmisen olemassaolon eri ulottuvuuksista ja ihmiseen vaikuttavista kanavista ovat edellytys ihanteellisen auttamistoiminnan toteutumiseksi, sillä tällöin kuhunkin ongelmaan löydetään niihin parhaiten sopivat ratkaisukeinot. (Rauhala 2002, 25.)

”The human becoming thory” (suom. ihmiseksi tulemisen teoria) on Parsen esittämä teoria ihmisestä ja siitä, mikä on osa ihmisenä olemista. Parsen mukaan ihminen on biologisten, psykologisten, sosiologisten ja henkisten tekijöiden kokonaisuus. (Parse 1999, 5 - 6.) Parsen teorialla on ollut vaikutusta nykyajan hoitotyöhön. Vanhanajan hoitotyössä tavoitteena oli vain löytää ja hoitaa yhtä oiretta. Parsen teorian mukaan asukkaaseen keskitytään kokonaisvaltaisesti ja häneen pyritään luomaan hyvä hoitosuhde, jotta hän voi muuttaa halutessaan terveystyttymistään parempaan suuntaan. (Petiprin 2016.) Parsen mukaan ollakseen ihminen, henkilön on oltava avoin, olla yhtä universumin kanssa, antaa merkitystä elämäntapahtumille sekä kantaa vastuu valinnoistaan. (Parse 1999, 12)

Henderson (1957) määritteli hoitotyön päämääräksi auttaa ihmistä tulemaan riippumattomaksi toisen ihmisen avusta, auttaa ihmistä selviytymään kaikissa toiminnoissa sekä auttaa ihmistä kuoleman lähestyessä. Perustarpeiden täyttymisen ja hoitotyön suunnitelmien pohjalla Lyhdyssä on nojattu Yuran ja Walshin (1960) tarvetoriaan, joka määrittelee mistä koostuu ihmisen avuntarve, mikäli hän ei niistä kykene suoriutumaan itsenäisesti. Yksi osa Päivittäisten toimintojen tarveluettelosta sisältää hoitotyön periaatteet, jotka ovat turvallisuus, perhekeskeisyys, kasvun ja kehityksen periaate, integriteetti, hoitotyön interventiot, ihmisen ainutkertaisuus sekä itsemääräämisoikeus. (Schiemer 2016.)

Lyhdyssä ajatellaan ihmisen ja asukkaan olevan matkalla jonnekin toisen ihmisen avustamana. Työntekijät antavat asukkaiden itse luoda ja jäsentää maailmaa sekä olemistaan mahdollistaen näin asukkaan itsenäistymisen. Lyhdyn hoitotyön pyrkimyksenä on asukkaan eheytyminen, sillä eheäksi ja kokonaiseksi ihmiseksi tuleminen mahdollistaa elämän tarkoituksen toteutumisen. Eheytymisellä saavutetaan asukkaan hyvinvointi ja terveys. Eheä, kokonainen asukas toteuttaa inhimillistä potentiaaliaan täysipainoisesti. Lyhdyn hoitotyössä pyritään kannustamaan asukkaiden riippuvuuden vähenemiseen hyvinvoinnin lisääntymiseksi. Hoitotyön lähtökohtana Lyhdyssä on pyrkimys ymmärtää kunkin asiakkaan todelliset tarpeet ja toiveet. Hoitotyössä tulisi etsiä sitä, mikä on asukkaalle merkityksellistä. Ymmärrys asukkaan arvomaailmasta vaatii aikaa ja kärsivällisyyttä. Työntekijät voivat yhdessä asukkaan kanssa häntä kannustaen etsiä uusia merkityksellisiä arvoja. (Helisten, Merkkiniemi, Suomala 1998, 9-10.)

Päämääränä Lyhdyllä on luoda kehitysvammaisten asuntoihin ja työpajoihin turvallinen ja hyväksyvä ilmapiiri. Asukkaat pääsevät vahvistamaan omia toiminnallisia valmiuksiaan olosuhteissa, joissa mahdollistetaan täysipainoisen elämän toteutuminen rajoitteista huolimatta. Riittävä ohjaus ja asioiden toistaminen mahdollistavat Liimatan mukaan myös vaikeavammaisten osallistumista erilaisiin tehtäviin. (Kytöharju 2010.) Henkilökunnan ohjauksen ja tuen avulla kehitysvammaisen omat vahvuudet kehittyvät ja vahvistuvat edelleen taidoiksi, joilla hänen on mahdollista kokea vaikuttavansa maailmaan, itseen ja muihin. Lyhdyn toimintaperiaatteisiin kuuluu etteivät vammaisuus ja epänormaalius korostu, vaan pyrkimyksenä on ymmärtää se luontevana osana kokonaisuutta. (Schiemer 2016.)

3.1.2 Hoitotyön paradigmat Lyhdyssä

Lyhdyn hoitotyön keskeiset paradigmat ovat ihminen, ympäristö, terveys, hoitotyö ja muutos. Terveysten katsotaan olevan ihmisen kokema kehittymisen prosessi, joka ilmenee ihmisen ja ympäristön vuorovaikutuksessa. Ympäristöön sisältyy luonnollista toimintaa aidoissa ympäristöissä, kehitysvamma-alan ja hoitotyön vuorovaikutus sekä ihmisoikeuksien edistäminen. Ihminen ja ihmisenä joksikin tuleminen edellyttää hoitajalta asukkaan henkilökohtaisten merkitysten luomista, etsimistä, havaitsemista ja ymmärtämistä. Mahdollistamalla valintoja ja asioiden sekä toimintatapojen toistamista, pääsee asukkaan yksilöllisyys vahvistumaan. Monipuolisten kokemusten kautta asukkaan valinnanmahdollisuudet laajenevat. Lyhdyn hoitotyö perustuu yksilövästuiiseen hoitotyöhön. Muutoksella tarkoitetaan jatkuvaa hoitotyön kehittämistä. (Schiemer & Liimatta 2016.)

3.1.3 Esteettinen hoitotyö Lyhdyssä

Lyhdyssä valittiin jo alkuaikoina yhdeksi hoitotyötä ohjaavaksi päämääräksi esteettisyys. Esteettisyydestä on muodostunut luonnollinen osa Lyhdyssä toteutettavaa hoitotyötä ja sen on huomattu lisäävän asukkaiden sekä henkilökunnan terveyttä ja hyvinvointia. Kaiken kehittämistyön ja hoitotyön taustalla Lyhdyssä on näyttöön perustuva hoitotyö. Teoreettinen tieto luo pohjan kaikille käytännön toiminnoille. (Lindfors 2015.)

Estetiikka nähdään Lyhdyssä enemmän kuin asioiden ja esineiden pintapuolisena kauneutena. Hoitotyössä estetiikka halutaan nähdä syvemmin: asioissa, teoissa ja tekemisessä ilmentyvänä puolena. Esteettistä hoitotyötä tekevä voi kokea toimivansa oikeassa paikassa, oikeaan aikaan, tiedollisesti oikein, eettisesti ja luovasti. (Lindfors 2016.)

Esteettisyys hoitotyötä ohjaavana arvona on pyritty tuomaan käytäntöön Lyhdyn toiminnassa ympäristön siisteyden, kauneuden ja puhtauden lisäksi kosketuksessa, elämysten mahdollistamisessa asukkaille, kohtaamisessa, arjen ja pyhän huomioimisessa sekä kaikissa hoitotyön toiminnoissa luoden perushoitotilanteistakin esteettisesti miellyttäviä kokemuksia. Asukkaille halutaan mahdollistaa normaali arki ja arjen elämykset. Jokaisella on oikeus kokea luonnon tuoksut, auringon lämpö, sateen tuoksu ja pisaroiden kosketus ihoa vasten. (Helander 2016.) Omakohtaisten elämysten kokemisen kautta selkeytyy tapahtumien ja tekojen oikea-aikaisuus, hyvät teot, tiedon käyttö ja aistimisen osuus (Schiemer 2017).

Lyhdyn työntekijöiltä toivotaan esteettisyyden merkityksen ymmärtämistä ja siten esteettisyyden toteuttamista jokapäiväisissä toiminnoissa. Ilmapiiri, joka on esteettisyydelle avoin, rohkaisee mielikuvien käyttöön, luovuuteen ja henkiseen työskentelyyn. Näiden kautta ymmärrys elämänsä tapahtumista lisääntyy ja merkitykset selkiintyvät. Hoitaja on esteettistä hoitotyötä toteuttaessaan taiteen välikappale, jonka tulisi pyrkiä reflektoimaan itseään, omaa olemistaan ja terveyttä edistäviä ja ylläpitäviä piirteitään. (Helisten ym 1998, 10.)

Esteettisyyden ajatus näkyy Lyhdyn kiinteistöissä, joiden rakentamisessa on ajateltu asiakaslähtöisyyttä, korkealaatuisuutta ja kestävyyttä. Jo rakennusvaiheessa kiinteistöihin on suunniteltu niihin sopivaa taidetta. Jokainen Lyhdyn työntekijä saa tuoda omia taideteollisia ja esteettisiä ominaisuuksiaan ja taipumuksiaan vapaasti esille ja toteuttaa niitä hoitotyössään. Hoitotyön toteuttaminen ja päiväjärjestyksen toteuttaminen on hoitohenkilökunnalle vapaata, kunhan se on asiakaslähtöistä. Esteettisten tapahtumien ideointi lähtee henkilökunnasta, jotka yhdessä innovoivat ja tarttuvat ilmoille heitettyihin ehdotuksiin. Toiveena henkilöstön rekrytoinnissa onkin henkilön kiinnostus esteettisen hoitotyön toteuttamiseen ja sen kehittämiseen. Asukkaat ja heidän läheisensä osallistuvat

kauneuden luomiseen yhdessä Lyhdyn henkilökunnan kanssa esimerkiksi tapahtumien somisteita yhdessä tehden. Esteettisten asioiden luomisen prosessit koetaankin Lyhdyssä vähintään yhtä tärkeiksi kuin itse lopputulos. (Lindfors 2016.)

3.1.4 Hoitotyön kehittämishankkeet Lyhdyssä

Kotikutonen on yksi Lyhdyn kuudesta asumisyksiköstä. Yksikkö sai Sairaanhoidajaliitolta apurahan hoitotyön kehittämiseen vuonna 2015. ”Esteettisyyden merkityksen luominen ja perusteleminen hoitotyössä” -hankkeeseen sisältyi tapahtuma, teoreettiset perusteet valitulle toiminnalle sekä merkityksen etsiminen ja luominen tapahtuman jälkeen kirjallisesti. Tapahtumaksi valikoitui 28.4.2015 toteutunut sunnuntai-iltaisen Candominon konsertti Leppävaaran kirkossa. Tapahtumaan osallistui n. 10 henkilöä. Kokemukset tapahtumasta kerättiin jälkepäin kirjallisena. Ohjaajien kokemuksen mukaan kovin levottomatkin asukkaat olivat konsertin ajan silmännähdn rauhallisempia. Kirjallisesti kerätyn palautteen myötä kävi ilmi, että esteettiset tilanteet vaikuttivat osallistujien kehoon virkistävästi, liikuttavasti ja koskettavasti. Osallistujat ilmaisivat halunsa kokea vastaavanlaisia tilanteita uudestaan, mikä viittaa tilanteiden merkityksellisyyteen. (Lindfors 2015.) Hoito on esteettistä kun se palvelee jotakin tarkoitusta (Eriksson 1987, 27).

Esteettisyyden merkityksen luominen ja perusteleminen hoitotyössä hankkeeseen sisältyi konsertin lisäksi Kotikutosessa järjestetty hyvinvointipäivä. Ympäristö somisteltiin tapahtumaan kukilla, tuoksuilla, kynttilöillä ja musiikilla. Asukkaille tarjottiin näin ollen esteettisiä aistimuksia lisäksi kosketuksen, makujen, tuoksujen ja äänimaailmojen avulla. Henkilökunta keskittyi tapahtumassa aitoon läsnäoloon käsi- ja kasvohoitoja sekä hierontaa toteuttaessaan. Hankkeen tiimoilta järjestettiin asukkaille myös luontoretkiä, jotka suuntautuivat useita kertoja ja eri vuodenaikoina metsiin, mökille ja meren äärelle mahdollistaen näin esteettiset luontokokemukset. Lisäksi Kotikutosen henkilöstö toteutti asukkailleen syksyisen yökattauksen puutarhassa tähtitaivaan alla. Kynttilävalaistus ja yhteislaulut loivat tunnelmaa asukkaiden toivomusten mukaan tehdyn ruokatarjoilun lomaan. (Schiemer 2015.)

Ensimmäisen hankkeen innoittamina Lyhty ry haki apurahalleen jatkoa. Sairaanhoidajaliitto myönsi rahoituksen esteettisen hoitotyön mallin kehittämiseen, jonka toteuttaminen aloitettiin vuoden 2016 aikana. Esteettisen hoitotyön mallin kehittämisen tavoitteena on luoda tietoa esteettisestä hoitotyöstä, tuoda esteettisen hoitotyön mallia laajemmin esille ja mahdollistaa sen käyttö kaikkialla hoitotyössä. (Lindfors 2015.)

4 Työn tarkoitus ja tavoitteet

Opinnäytetyön tarkoituksena on luoda teoreettisen tiedon pohjalta ohjeita, käytäntöjä ja perinteitä sisältävä Estetiikkasalkku Lyhty ry:n työntekijöiden perehdytykseen.

Opinnäytetyön tavoitteena on:

1. Tuoda teoratietoa esteettisestä hoitotyöstä sekä sen merkityksestä hyvinvoinnille
2. Estetiikkasalkun toimiminen helposti saatavana ja selkeänä tietolähteenä
3. Mahdollistaa Estetiikkasalkun avulla esteettisyyden lisäämistä hoitotyön toiminnoissa
4. Helpottaa uusien työntekijöiden perehtymistä Lyhty ry:n esteettiseen hoitotyöhön
5. Estetiikkasalkun päätyminen aktiiviseen käyttöön

Tutkimuskysymykset:

Mitä on estetiikka Lyhty ry:n asumispalveluissa?

Mikä on estetiikan merkitys hoitotyössä?

Mikä on estetiikan merkitys terveydelle?

5 Toiminnallisen opinnäytetyön määritelmä

Opinnäytetyöt jaotellaan yleensä kahteen alaluokkaan, tutkimuksellisiin ja toiminnallisiin. Toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena on ammatillisen kentän toiminnan ohjeistaminen, opastaminen, toiminnan järjestäminen tai järjeistäminen. Toiminnallisen opinnäytetyön tuloksena voi syntyä esimerkiksi ammatilliseen käytäntöön suunniteltu ohje, ohjeistus tai opastus. Se voi olla alasta riippuen myös jonkin tapahtuman toteuttaminen. (Vilka & Airaksinen 2003, 9.) Laurea 2016 opinnäytetyöohjeessa määritellään työn keskeiseksi tavoitteeksi selkeää yhteyttä työelämän kehittämiseksi mm. luomalla organisaatioille palveluita, toimintamalleja tai uusi työkuulttuuri.

Vilkan ja Airaksisen (2003, 10) mukaan opinnäytetyön täytyy olla työelämälähtöisyyden lisäksi käytännönläheinen, tutkimuksellinen ja osoittaa tekijöiden riittävä alaan liittyvä taitojen ja tietojen hallinta. Juuri tämän käytännönläheisyytensä vuoksi monet opiskelijat kokevat toiminnallisen opinnäytetyön mielekkäämmäksi tavaksi toteuttaa kuin perinteisen tutkimuksellisen opinnäytetyön. Lisäksi myös tieto siitä että omasta opinnäytetyöstä on käytännön hyötyä jollekin, lisää tekemisen mielekkyyttä. Toiminnallisessa opinnäytetyössä on myös mahdollista saada käyttää runsaasti omaa luovuuttaan ja innovatiivisuuttaan, mikä sopii monelle opiskelijalle ja useisiin eri koulutusaloihin.

On hyvä pohtia etukäteen, minkälaiselle kohderyhmälle toiminnallinen opinnäytetyö on tarkoitus tehdä, ja rajata kohderyhmä mahdollisimman selkeästi. Kohderyhmä on tärkeää määritellä tarkasti, jotta tekijät osaavat koota sisällön tiettyä ryhmää palvelevaksi (Vilka & Airaksinen 2003, 40). Juuri työelämälähtöisyytensä vuoksi olisi tärkeää, että opinnäytetyöllä olisi toimeksiantaja. Toiminnallisen opinnäytetyön toimeksiantaja voi löytyä esimerkiksi harjoitteluiden myötä, toisaalta toimeksiantaja voi olla myös oma sen hetkinen tai tuleva työnantaja.

Toiminnallinen opinnäytetyö kaipaa tietoperustaa ja teoretietoa siinä missä tutkimuksellinen opinnäytetyökin. Sen tarkoituksena ei kuitenkaan ole esitellä tutkimuskysymyksiä eikä tutkimusongelmaa, ellei toteutustapaan kuulu selvityksen tekeminen. (Vilka & Airaksinen 2003, 30.) Alaan liittyvä käsite ja sen määrittelemine riittävät toiminnallisen opinnäytetyön teoreettiseksi näkökulmaksi (Vilka & Airaksinen 2003, 43). Toiminnallinen opinnäytetyö ohjaa ammatillisuuden ja ammattiin liittyvien teorioiden yhdistämiseen, tutkimuksellisen otteen omaksumiseen sekä pitkäjänteiseen ja hyvin organisoituun kirjoittamiseen. (Vilka & Airaksinen 2003, 10.)

6 Toiminnallisen opinnäytetyön prosessikuvaus ja pohdinta

6.1 Teoreettinen osuus

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli teoretiedon pohjalta tuottaa työelämälähtöinen Estetiikkasalkku kehitysvammaisille asumis- ja työpajoja järjestävän Lyhdyn työntekijöiden perehdytykseen. Estetiikkasalkku tulee Lyhdyn käyttöön, mutta sitä voivat hyödyntää myös muut aiheesta kiinnostuneet hoitoalan yksiköt. Aiheena esteettinen hoitotyö on tärkeä, ja se soveltuu laajasti käytettäväksi erilaisiin hoitotyön ympäristöihin. (Liite 1.)

Vaikka toiminnallinen opinnäytetyö ei vaadi tutkimuskysymysten esittelyä eikä tutkimusongelmaa (Vilka & Airaksinen 2003, 30) haluttiin asettaa tutkimuskysymykset, joiden avulla työ saatiin rajattua ja joihin opinnäytetyössä pyrittiin vastaamaan. Tämä opinnäytetyö vastasi seuraaviin kysymyksiin: Mitä on estetiikka Lyhty ry:n asumispalveluissa? Mikä on estetiikan merkitys hoitotyössä? Mikä on estetiikan merkitys terveydelle?

Lyhdyssä toteutetaan esteettistä hoitotyötä ja sen on huomattu lisäävän asiakkaiden sekä henkilökunnan terveyttä sekä hyvinvointia. Opinnäytetyössä olemme tuoneet esille Lyhdyn hoitotyön teoreettiset lähtökohdat sekä heidän tapansa mahdollistaa esteettiset kokemukset asukkailleen kaikissa hoitotyön toiminnoissa. Kansion tavoitteena oli koota

Lyhdyn tähänastiset esteettisen hoitotyön teoriat tiivistetysti samoihin kansiin. Jotta työmme päätyisi aktiiviseen käyttöön, edellyttää se kansion esittelyä Lyhdyssä sekä heidän estetiikkavastaavien vakuuttumista estetiikkakansion sisällön laadusta sekä sen hyödyllisyydestä. Työssä avataan Lyhdyn luomia hoitotyön hankkeita, joista myös tämä opinnäytetyö on saanut innoituksensa. Mikäli uusia hankkeita aiheen tiimoilta Lyhdyssä tulee, olemme halunneet jättää muutaman tyhjän muovitaskun kansion loppuun merkiksi siitä, että he saavat täydentää sisältöä halutessaan.

Tutkimme esteettisyyden vaikutusta terveyteen sekä hyvinvointiin hoitotyön ympäristön, luonnon, taiteen, musiikin ja liikunnan sekä rentoutumisen kautta. Edellä mainitut teemat valikoituivat opinnäytetyöhömmä teoriatiedon pohjalta, niiden mahdollisuudesta tarjota esteettisiä ja terveyttä edistäviä elämyksiä ja kauneuden kokemisen hetkiä hoitotyön arjessa. Lisäksi taiteen, musiikin, luonnon ja liikunnan sekä rentoutumisen terveysvaikutuksista löytyy runsaasti tutkittua tietoa. Avaamalla näitä teemoja, pyrimme antamaan työkaluja ja ideoita Lyhdyn työntekijöille toteuttaa esteettistä hoitotyötä jatkossa entistä monipuolisemmin. Toivomme myös opinnäytetyössämme esiteltyjen tutkimusten motivoivan henkilökuntaa toteuttaa esteettistä työtä sekä lisätä heidän tietouttaan sen terveyttä edistävästä vaikutuksesta. Työtä tehdessä koimme paljon oivalluksia siitä, kuinka laajalle estetiikka hoitotyössä ulottuu ja kuinka monella tapaa sitä voidaan toteuttaa. Mielenkiintomme aiheeseen kasvoi edelleen työtä tehdessämme.

Saimme Lyhdyn yhteyshenkilöltä palautetta työmme eri vaiheissa, jotta pystyimme välttämään asiavirheet Lyhdyn esittelyssä ja heidän hoitotyön teoriaa kuvatessamme. Aktiivinen vuorovaikutus työelämäkumppanin kanssa mahdollisti myös meidät tekemään työstä nimenomaan heidän tarpeitaan palvelevan.

6.2 Toiminnallinen osuus

Estetiikkasalkkua lähdimme työstämään pian sen jälkeen, kun teoriaosuus opinnäytetyöstä oli valmis. Halusimme kiinnittää huomiota salkun esteettiseen ulkonäköön, jotta myös se kutsuisi sisällön pariin. Valitsimme materiaalit ja värit sen perusteella, minkä koimme sopivan Lyhdyn sisustukseen ja tyyliin. Kansion vihreää väriä löytyy muun muassa Lyhdyn Tähkätien toimipisteestä. Kansion päälliseksi halusimme laittaa harmaita sävyisen pellavakankaan, sillä mielestämme se sopi hyvin Tähkätien harmaisiin seinisiin. Harmailla seinillä on haluttu Lyhdyssä tuoda sisustukseen tilan tuntua ja neutraaliutta. Pellavakangas on lisäksi luonnonläheinen materiaali sekä miellyttävän tuntuinen koskettaessa. Tekstin päädyimme tulostamaan luonnonvalkoiselle, hieman tavallista paksummalle paperille ja välilehdiksi valitsimme eri teemoin kuvioituja koristepapereita. Välilehdille liimasimme koristepahvit, joissa oli luonnonnarut. Halusimme kirjoittaa välilehden otsikot käsin, jotta työ olisi kotikutoisempi ja siinä näkyisi tekijöiden käden jälki.

Laitoimme kaikki sivut muovitaskuihin, jotta ne kestäisivät paremmin käyttöä. Lyhty kustansi salkun materiaalit kokonaisuudessaan.

Loimme salkun sisällä olevaan kansioon tiivistetyn ja vapaamuotoisemman version opinnäytetyömme teoriaosuudesta. Joukkoon liitimme Lyhdyn antamia valokuvia, jotka sisältävät otteita heidän järjestämistään esteettisesti suunnitelluista juhlista ja perinteistä sekä esteettisistä elämyksistä, joita he ovat asukkailleen mahdollistaneet. Lisäksi tiedustelimme asukkaiden halukkuutta tuottaa muutama piirros salkkuun liitettäväksi, näin halusimme saada heidän käden jälkeään lopputulokseen sekä mahdollistaa esteettinen kokemus taiteellisen tuottamisen myötä. Tavoitteena työllemme on, että uusi Lyhdyn työntekijä saa kansiota selatessaan selkeän kuvan siitä, mitä esteettinen hoitotyö Lyhdyssä on, ja kuinka sitä voidaan toteuttaa niin arjessa kuin juhlassakin. Lähteiden avulla työntekijät voivat halutessaan lukea lisää aiheista ja tutkimuksista.

Tämä opinnäytetyö oli oppimisprosessi kaikille tekijöilleen. Emme osanneet aavistaa lopputulosta vielä työtä aloittaessamme, vaan innovoimme ja mietimme salkun muotoa ja sisältöä pitkin prosessia. Mitä syvemmin estetiikan teoriaan ja esteettiseen hoitotyöhön perehdyimme, sitä vaikuttuneemmaksi tulimme siitä, kuinka tärkeästä ja keskeisestä hoitotyön teemasta on kysymys. Esteettistä hoitotyötä voi jokainen sairaanhoitaja toteuttaa hoitotyön ympäristöstä riippumatta. Tietoisuuteen itsestämme ja asenteistamme sairaanhoitajina haastettiin tämän opinnäytetyön myötä ja koemmekin tämän opinnäytetyön valmistaneen meitä paremmin sairaanhoitajuuteen.

6.3 Palaute Lyhdystä

Valmista Estetiikkasalkkua esitellessämme työelämäkumppanille, saimme suullisen palautteen yhteyshenkilöltämme. Kansion visuaalisuus miellytti sekä sille varatun ”salkun” käytännöllisyydestä saimme positiivista palautetta. Estetiikkasalkun täydennysmahdollisuutta pidettiin hyvänä asiana ja Lyhdyssä aiotaankin jatkaa kansion aktiivista päivittämistä tulevaisuudessa meidän valitsemiamme materiaaleja mukaillen.

Kansio otettiin Lyhdyssä ilolla vastaan, sillä se koettiin tarpeelliseksi ja hyödylliseksi välineeksi perehdytykseen. Yhteyshenkilö oli esitellyt kansiomme sähköisessä muodossa osalle Lyhdyn henkilökunnasta ja hän aikoo viedä kansion aktiiviseksi osaksi työntekijöiden arkea.

Saimme positiivista palautetta työn aktiivisesta toteuttamisesta itsenäisesti, kuitenkin toimien yhteistyössä Lyhdyn kanssa. Kaiken kaikkiaan yhteyshenkilö oli hyvin tyytyväinen lopputulokseen.

7 Eettisyys ja luotettavuus

Eettisyyden toteutuminen tutkimustyössä edellyttää hyvän tieteellisen käytännön noudattamista. Opetusministeriö on asettanut tutkimuseettisen neuvottelukunnan, joka on laatinut ohjeet menettelytapojen noudattamiseen tieteellisessä tutkimuksessa. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan laatiman hyvän tieteellisen käytännön mukaan edellytyksenä eettisyyden toteutumiselle ovat rehellisten toimintatapojen noudattaminen tutkimustyössä, tutkimuksen kirjallisessa osassa, esittämisessä sekä tutkimustulosten arvioinnissa. Lisäksi tutkimusta tehdessä tulee soveltaa tieteellisen tutkimuksen kriteerien mukaisia ja eettisesti kestäviä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä. Tutkimuksen kirjoittajien on huomioitava lähteinä käytetyt tutkimukset asianmukaisella tavalla. Tutkijoiden tulee myös hankkia tarvittavat luvat tiedonhankintaan sekä tietojen hyödyntämiseen tutkimuksessa. Hyvän eettisen käytännön noudattamisesta vastaa jokainen kirjoittaja itse. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2010, 24; Tutkimustieteellinen neuvottelukunta 2014; Hallamaa, Launis, Lötjönen & Sorvali 2006, 31-32.)

Tutkimusta tehdessä eettiset kysymykset koskevat tutkimuskohteen valintaa, tutkimuksen toteuttamista, aineiston keräämistä, tutkimustulosten julkaisemista ja tiedon soveltamista sekä siihen liittyvien hyötyjen ja haittojen arvioimista (Ryynänen & Myllykangas 2000, 75-79). Jo itsessään aiheen valinta on siis eettinen kysymys. Aihetta miettiessä on hyvä selvittää itselleen kenen ehdoilla valitaan tutkimusaihe ja miksi kyseisen asian tutkimiseen haluaa ryhtyä. Jokaisella tieteenalalla on omat ihmiskäsityksensä, arvolahtokohtansa sekä toimintansa tavoitteet, jotka ohjaavat myös tutkimuskohteen valintaa. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 129-130.)

Tutkimusmenetelmää valitessa on pohdittava metodin validiteettia ja reliabiliteettia, joista validiteetilla tarkoitetaan tutkimusmenetelmän sopivuutta ja vastaamista luvattuihin ongelmiin ja reliabiliteetilla tutkimuksen toistettavuutta. Laadullisessa tutkimuksessa näihin vastaaminen ei ole aivan niin yksiselitteistä kuin määrällisessä tutkimuksessa. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 136.) Opinnäytetyötä tehdessä on tärkeää pohtia ja rajata kohderyhmä sekä pohtia ongelmaa johon lähdetään etsimään ratkaisua (Vilkkä & Airaksinen 2004, 39). Tässä opinnäytetyössä tutkimusongelmana oli Lyhdyn puutteellinen perehdytysmateriaali esteettisestä hoitotyöstä, johon Estetiikkasalkku toimi ratkaisuna.

Pyrimme työssämme ehdottomaan rehellisyyteen sekä lähteiden kriittiseen tarkasteluun. Paneudimme aineistoihin huolella, jotta asiakokonaisuudet ymmärrettiin oikein. Viittasimme lähteisiin kunnioittavasti ja johdonmukaisesti. Kun aineistoa täydennetään esimerkiksi kuvamateriaalilla, on oltava erityisen tarkka yhteistyökumppanin ja tutkivan tahon välisistä sopimuksista (Hallamaa ym. 2006, 249). Estetiikkasalkun yhteyteen liitettyihin

kuviin pyysimme Lyhdyltä luvat. Internetiin julkaistavan opinnäytetyön liiteosiossa julkaisimme vain ne kuvat, joihin meillä oli luvat.

Vaikka jokainen arvioi lähteensä ja eettisen käytännön noudattamisesta kirjoitustyössään itse, toimimme läpi työn toistemme oikolukijoina ja palautteenantajina. Luotettavuutta ja monipuolisuutta olemme pyrkineet lisäämään käyttämällä englannin-, ruotsin- ja suomenkielisiä lähteitä. Lähdeaineistojen on oltava mahdollisimman tuoreita, sillä tutkimustieto muuttuu nopeasti. Asiantuntijaksi tunnustetun ja alallaan tunnetun tekijän tuoreimmat teokset ovat varmimpia valintoja. (Vilka & Airaksinen 2004, 72-73.) Opinnäytetyömme aineistossa olemme pyrkineet käyttämään mahdollisimman tuoreita lähteitä, mutta etenkin estetiikkaa koskevat lähteemme ovat paikoin hyvinkin vanhoja, sillä estetiikka tieteenalana on itsessään hyvin vanha.

Toiminnallisessa opinnäytetyössä lopputuotoksen tulee pohjata valittuun teorian tietoon. Koulutusalan näkökulman tulee olla selkeästi havaittavissa tekstistä. (Vilka & Airaksinen 2004, 81.) Tämän opinnäytetyön otsikko rajaa viitekehukseksi hoitotyön, johon keskityimme läpi työn. Lähdeaineisto valitessa lähteen auktoriteetti, tunnettuus ja ikä kertovat jo aineiston luotettavuudesta. Opinnäytetyöstä tulisi löytyä argumentointia, joka perustuu aikaisempiin lähteisiin. Lisäksi oman ammattialan sanastoa tulisi määritellä. (Vilka & Airaksinen 2004, 81.) Asiantuntijaksi tunnustetun ja alallaan tunnetun tekijän tuoreimmat teokset ovat varmimpia valintoja. (Vilka & Airaksinen 2004, 72.)

Opinnäytetyön suunnitteluvaiheessa teimme kirjallisen sopimuksen työelämäkumppanin kanssa, jossa sitouduimme rajattuun aiheeseen sekä tiettyyn aikatauluun työn suorittamiseksi. Lyhty lupautui sopimuksessa antamaan omia kirjallisia materiaalejaan käyttöömmemme, josta saimme arvokasta ja aikaisemmin julkistamatonta tietoa Lyhdyn historiasta ja toiminnasta. Jaoimme opinnäytetyöstä kullekin opiskelijalle omat aihealueet kirjoitettavaksi. Valmiit tekstit kokosimme yhteen niin että saimme arvioitua toistemme kirjoituksia saaden niihin objektiivista tarkastelukulmaa. Loimme työelämäkumppaniimme Lyhtyyn opinnäytetyöprosessin aikana aktiivisen vuorovaikutussuhteen. Lähetimme Lyhdyn yhteys henkilölle työmme luettavaksi kesken prosessin muutamia kertoja ennen työn valmistamista, näin vältimme asiavirheiden esiintymisen. Lyhdyltä saamiimme haastatteluihin, sähköposteihin sekä artikkeleihin olemme kunnioittavasti viitanneet. Lyhdyn käyttöömmemme jakamista kuvista sopivia valitessamme huomioimme erityisesti asukkaiden näkökulman.

Olisimme voineet tarkastella asioita useammasta eri näkökulmasta. Käyttämällä useampaa eri lähdettä yhteen asiaan viitaessa, näin luotettavuus sekä kriittisyys olisivat lisääntyneet. Lähteemme olisivat voineet keskustella vielä enemmän keskenään. Olisimme voineet myös lisätä omaa argumentointia lähteisiin pohjaten.

8 Jatkotutkimusaihe

Esteettisyydestä hoitotyössä löytyy vain vähän suomenkielistä tutkimusmateriaalia. Englanninkielisiä tieteellisiä artikkeleita aiheesta löytyy sen sijaan enemmän. Esteettisten elämysten vaikutuksista terveyteen ja hyvinvointiin löytyy aineistoja, mutta kokonaisvaltaisen esteettisen hoitotyön vaikutuksista ei löydy tutkimusmateriaalia. Lyhty aloitti vuoden 2016 aikana esteettisen hoitotyön mallin luomisen, joten kyseinen näkökulma hoitotyöhön on uusi. Jatkossa esteettisestä hoitotyöstä sekä sen terveysvaikutuksista olisi hyvä tehdä suomenkielinen laajempi tutkimus, jossa tarkasteltaisiin aihetta potilaiden tai asukkaiden näkökulmasta. Tutkimuksen voisi kohdentaa esimerkiksi palliatiiviseen tai iäkkäiden hoitotyöhön.

9 Lähteet

Kirjalliset:

Arvonen, S. 2014. Metsämieli. Metsäkustannus oy: Latvia.

Danius, S., Sjöholm, C. & Wallenstein S. 2012. Aisthesis Estetikens historia del 1. Stockholm: Thales.

Eriksson. K. Caritas-idea 1987. Hämeenlinna: Karisto Oy.

Gothi, R 2012. Kosketuksia arjessa, hoidossa ja pyhässä. Helsinki: Kirjapaja.

Hallamaa, J., Launis, V., Lötjönen, S. & Sorvali, I. 2006. Etiikka ihmistieteille. Helsinki: Haka-paino Oy.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2010. Tutki ja kirjoita. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino Oy.

Hurme, V. 2011. Tehdään taidetta. Minerva kustannus oy.

Kinnunen, L. 1954. Mielisairaanhoito. Sairaanhoitajien koulutussäätiön julkaisema. Helsinki: WSOY.

Milligan C., Gatrell A. & Bingley A. Social Science & Medicine 2004:58 Cultivating health` : therapeutic landscapes and older people in northern England. Social Science & Medicine

Naukkarinen, O. 2011. Arjen estetiikka. Aalto-yliopiston taiteiden ja suunnittelun korkeakoulu.

Niekka, I. 1986. Estetiikan traditio ja taidekasvatusaate Suomessa 1900-luvun alussa. Historiallis-kriittinen tarkastelu. Pro gradu -tutkielma, Jyväskylän yliopisto.

Nightingale, F. 1952. Sairaanhoidosta. Suom. Salkoranta. Helsinki: WSOY.

Parse, R. 1999. Illuminations: The Human Becoming Theory in Practice and Research. London: Jones and Bartlett Publishers International

Rauhala, L. 1981. Ihmisen olemassaolon rakenne ja analyysi -Martin Heidegger. Espoo: Weilin+Göös, 52-79.

Rauhala, L. 1995. Tajunnan itsepuolustus. Helsinki: Yliopistopaino.

Rauhala, L. 2002. Minikurssi mentaalisten ongelmien ymmärtämiseksi. Tieteessä tapahtuu 6/2002, 21-26.

Ryynänen, O-P. & Myllykangas, M. 2000. Terveystieteiden etiikka. Arvot monimutkaisessa maailmassa. Porvoo: WSOY.

Saastamoinen, M. 1999. Luonto rauhoittaa ja tervehdyttää osana terapeuttista hoitoa. Psykologi 1999:8.

Sederholm H., Ruohonen E., Blomqvist-Suomivuori L. 2001. Parantava taide. Taideoppikirja lähi- ja perushoitajille. Raamattutalo Oy.

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Venkula, J. 2003. Taiteen välttämättömyydestä. Helsinki: Kirjapaja Oy

Vilkka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen Opinnäytetyö. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Vuorinen, J. 1996. Estetiikan klassikoita. Juva: WSOY.

Wetzer, H. 2000. Värivaaka. Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Wikström B-M. 1997. Estetik och omvårdnad. Lund: Studentlitteratur.

Yura&Walsh. 1992. Inhimilliset tarpeet ja hoitotyö 2. Juva: WSOY.

Julkaisemattomat:

Helisten M-L, Merkkiniemi T, Suomala M-T. 1998. Perehtyminen Lyhdyn toimintafilosofiaan.
Helander, P. 2016. Lyhdyn perustajajäsenen haastattelu 15.12.2016. Lyhty ry. Helsinki.

Lindfors M-T, 2015. Raportti. Esteettisyyden merkityksen luominen ja perusteleminen hoitotyössä - kuvaus hoitotyön kehittämisestä eräässä hoitotyöjohtoisen yksikön asumispalvelukodissa vuonna 2015.

Lindfors M-T, 2016. Yura&Walsh - Inhimilliset tarpeet. Esteettisyys Lyhdyssä.

Schiemer, C. 2016. Lyhdyn työntekijän sähköposti 12.12.2016. Helsinki.

Schiemer, C. & Liimatta, H. 2016. Hoitotyöjohtoinen toiminta - Nursing leadership.

Schiemer, C. 2017. Lyhdyn työntekijän sähköposti 16.3.2017. Helsinki

Sähköiset:

Estetiikka 2016. Tieteen termipankki. Viitattu 9.3.2017.
<http://tieteentermipankki.fi/wiki/Estetiikka:estetiikka>

Harpe, 2003. Pro-gradu. Ratkaisukeskeinen tavoitehaastattelu ja mielikuvaoppiminen yksilöllisessä terveyskasvatuksessa. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 23.3.2017.
<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/12228/G0000304.pdf?sequence=1>

Helsingin yliopisto 2006. Viitattu 9.3.2017.
<http://www.helsinki.fi/estetiikka/oppiaine/>

Koponen, J. 2009. Pro-gradu. Kosketuksen merkitys. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 20.3.2017.
<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/23026/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201003101311.pdf?sequence=1>

Känkänen 2015. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, taidelähtöiset menetelmät. Viitattu 20.3.2017.
https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/menetelmat/taidelahtoiset_menetelmat

Kytöharju 2010. Kirkko ja kaupunki. Viitattu 1.3.2017.
<https://www.kirkkojakaupunki.fi/-/vamma-ei-esta-oppimista>

Laurea 2016. Opinnäytetyöohjeet. Viitattu 5.3.2017. https://laureauas.sharepoint.com/sites/linkfi/Dokumentit/Laurean%20ONT-ohje_29012016.pdf

Liimatta, H. 2015. Sairaanhoidajapäivät. Viitattu 23.2.2017.
<https://vimeo.com/125769408>

Liippo Elli 2011. Pro-gradu. Kuvatoisinto kurinpidon ja hoitotyön kehyksenä. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 12.3.2017.
<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/27228/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-2011062711057.pdf?sequence=1>

Lyhty ry 2017. Helsingin lyhytaikaiskoti- ja työpaja. Viitattu 1.3.2017.
<http://www.lyhty.fi>

Nykänen, K 2006. Holistinen ihmiskäsitys. Viitattu 13.3.2017.
<http://www2.amk.fi/digma.fi/www.amk.fi/opintojak-sot/0407016/1138352400309/1157026947138/1157030182944/1157031497033.html>

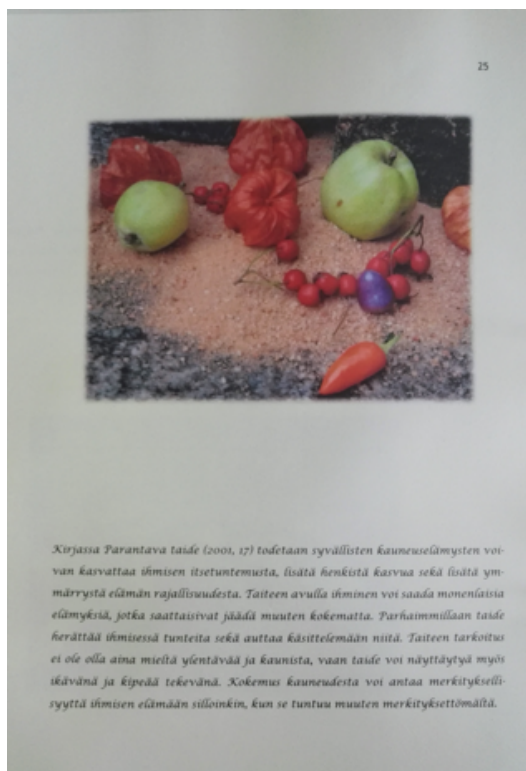
Petiprin, A. 2016. Nursing theory. Human becoming theory. Viitattu: 26.3.2017.
<http://www.nursing-theory.org/theories-and-models/parse-human-becoming-theory.php>

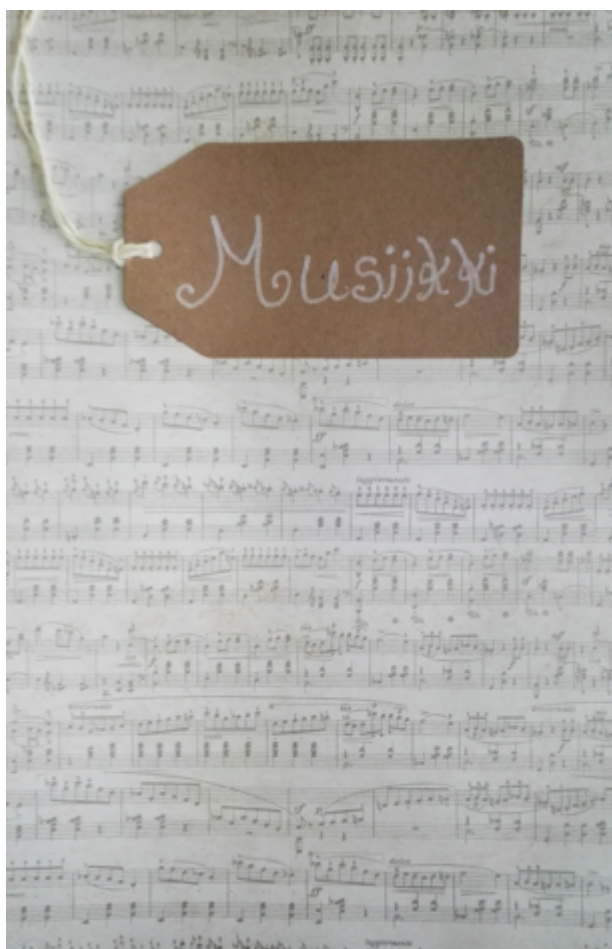
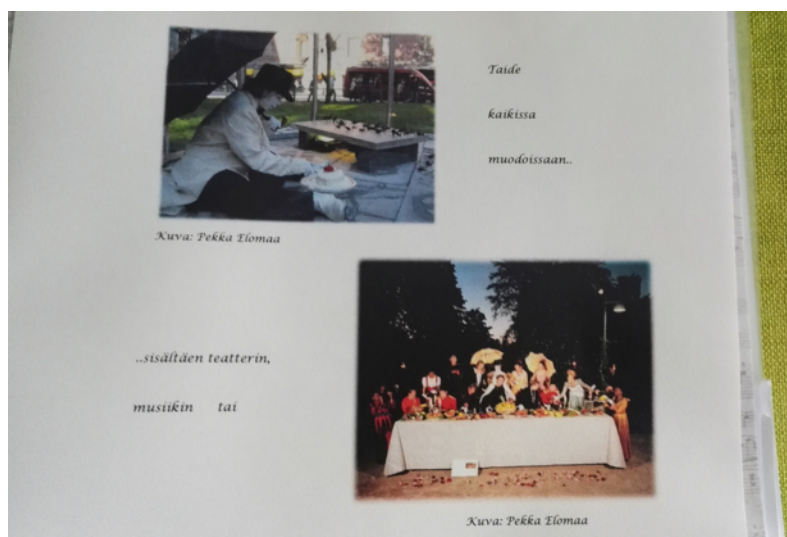
Scherer & Zentner 2001. Emotional effects of music: Production rules. Viitattu 12.3.2017.
<http://charris.ucsd.edu/SchererZentner.pdf>

Taka-aho 2005. Pro-gradu. Luontokokemus ja henkinen hyvinvointi. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 12.3.2017.
https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/12296/URN_NBN_fi_jyu-2005468.pdf?sequence=1

Tutkimustieteellinen neuvottelukunta 2014. Hyvä tieteellinen käytäntö. Viitattu 15.3.2017.
<http://www.tenk.fi/fi/htk-ohje/hyva-tieteellinen-kaytanta>

Vanhala, K. 2010. Pro-gradu. Musiikin vaikutus ikääntyneiden asukkaiden hyvinvointiin kahdessa Jyväskyläläisessä palvelutalossa. Musiikkikasvatus. Jyväskylän yliopisto. Viitattu 12.3.2017.
<https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/23182/URN%3aNBN%3afi%3ajyu-201004131511.pdf?sequence=1>



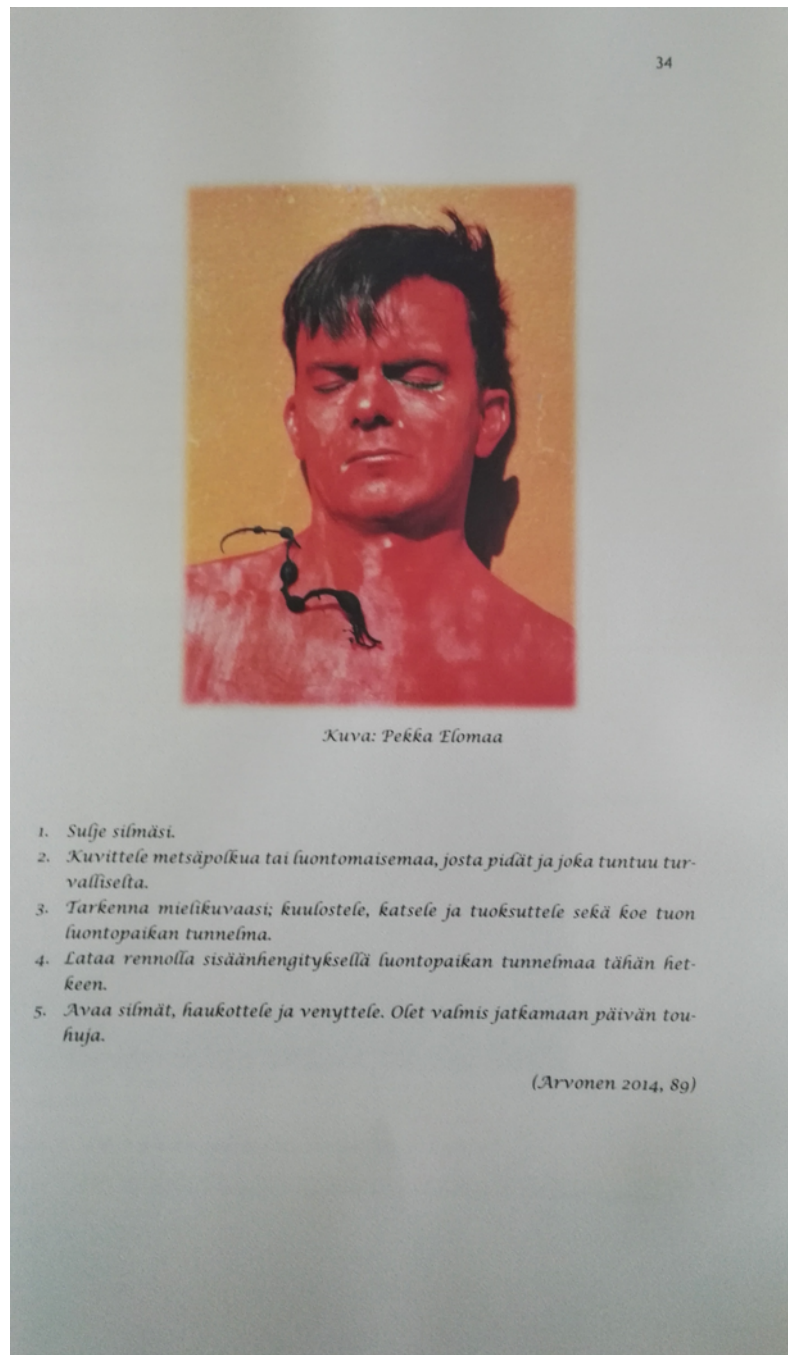


3.4 *Luonto*

*Luonnossa ihminen
herkistyy ympäristölleen
ja itselleen sekä näkee
itsensä helpommin osana
luontoa, inhimillisenä
olentona
(Taka-aho 2005, 13).*



Kuva: Pekka Elomaa



*"Arjen kauneus ja syvyys piilee hetkissä,
joina tajuamme elämän yksinkertaisuuden
ja suuruuden"*

Sederholm ym. 2001, 60.

