

Uusia näkökulmia vanhustyöhön logoterapeuttisen ajattelun valossa

Kirjoituksessa esitellään, mitä logoterapiaan perustuva lähestymistapa merkitsee vanhustyössä.

Vanhustyössä tarvitaan tietoa, taitoa ja tunteita. Se pohjautuu arvoihin ja eettisiin periaatteisiin. Eettisesti hyvälle vanhustyölle on ominaista ihmisarvon, itsemääräämisoikeuden ja yksityisyyden kunnioittaminen inhimillisessä hoitosuhteessa (Sarvimäki 2009). Tässä kirjoituksessa vanhustyötä tarkastellaan logoterapeuttisen ajattelun valossa, joka ohjaa pohtimaan elämän tarkoituksellisuutta ja eettisesti hyvää hoitoa.

Logoterapeuttinen ajattelu korostaa ainutkertaisen ihmisen arvoa ja elämän tarkoituksellisuutta sekä hoitajan omien valintojen vaikutusta siihen, miten arvot ja eettisesti hyvän hoidon periaatteet toteutuvat hoitamisen arjessa. Logoterapeuttisen ajattelun soveltaminen vanhustyöhön pohjautuu itävaltalaisen neurologin, psykiatrin ja filosofin Viktor E. Franklin (1905–1997) luomaan logoterapiaan (Frankl 1985, 2002, 2005). Franklin kehittämää logoterapiaa on sovellettu Suomessa muun muassa kasvatusta-, nuoriso-, sosiaali- ja mielenterveystyöhön sekä johtamiseen ja työnohjaukseen (Pykäläinen 2004, Purjo 2011, Möller 2012).

Logoterapeuttista ajattelua on sovellettu myös muistisairaiden ihmisten hoitoon, Oriveden hoivapalveluyhdistyksen Logos-projektissa (RAY 2008–2010). Projektin kokemukset osoittivat, että logoterapeuttinen ajattelu sopii hyvin muistisairaiden ihmisten hoitotyöhön. Projektissa havaittiin muun muassa myönteisiä muutoksia hoitajien toimintatavoissa, jotka muuttivat hoitoyhteisön arkea tukien muistisairaana ihmisen hyvinvointia. Logoterapeuttinen ajattelu auttoi hoitajia näkemään työssään vaihtoehtoisia tapoja toimia. Toimintatapojen muutoksella oli muistisairaana ihmisen voimavaroja vahvistava vaikutus ja hoitoyhteisön elämään tuli enemmän sisältöä. Kun hoitaja



Kirjoittajat vasemmalta oikealle; Sirkkaliisa Heimonen, Sini Eloranta ja Minna Laine.

koki tekevänsä tarkoituksellista työtä, jonka sisältöön hän pystyi valinnoillaan vaikuttamaan, hänen voimavarojensa vahvistuivat. (Laine 2012.) Parhailtaan logoterapeuttinen ajattelu on leviämässä ja juurtumassa laajemmin vanhustyöhön Ikäinstituutin Vanhuuden Mieli -projektissa (RAY 2011–2014) (www.ikainstituutti.fi).

Logoterapeuttisen ajattelun soveltamisen mahdollisuudet muistisairaiden ihmisten hoitoon ja vanhustyöhön on herättänyt kiinnostusta. Ikäinstituutti on aloittanut vuonna 2012 sosiaali- ja hoivapalveluita tuottavan Mainio Vire Oy:n kanssa yhteistyössä koulutus- ja kehittämishankkeen, jonka tavoitteena on tukea ja edistää hoiva- ja mielenterveysasiakkaiden hyvinvointia logoterapeuttisen ajattelun valossa.

Tässä yhteistyössä Ikäinstituutti kouluttaa yrityksen henkilöstölle logoterapeuttista ajattelua hoiva- ja mielenterveystyössä, jonka jälkeen he soveltavat ja juurruttavat sitä omassa yksikössään.

Logoterapeuttisen ajattelun soveltamisen mahdollisuudet

Vanhustyön viitekehyksenä logoterapeuttinen ajattelu ohjaa hoitajaa pohtimaan ihmisen ja hänen elämänsä ainutlaatuisuutta, elämän

tarkoituksellisuuden kysymyksiä sekä tunnistamaan hoitajan omien valintojen merkityksen hyvän hoidon turvaamisessa (Laine & Heimonen 2010, Laine 2012).

Ihminen ja hänen elämänsä ainutlaatuisuus

Logoterapeuttisen ajattelun lähtökohtana on ihmisen ja hänen ainutlaatuisen elämänsä kunnioittaminen. Kohtaamistilanteissa keskeistä on pohtia, millaisena näemme vanhan ihmisen. Näemmekö hänet arvokkaana ja ainutlaatuisena? Vanhuus tuo mukanaan muutoksia. Kohdatesamme vanhan ihmisen, meidän tulisi kuitenkin nähdä hänet ihmisenä, joka on paljon enemmän kuin vanhenemisen mukanaan tuomat muutokset ja mahdolliset sairaudet. Liian usein katsomme vain sen hetkistä kokonaisuutta, mutta se ei ole koko totuus kohtaamastamme ihmisestä ja hänen arvostaan. (Frankl 2002, Möller 2012.) Vanha ihminen omaa valtavan määrän erilaista osaamista ja elämänkulun tuomaa kokemusta ja viisautta sekä voimavaroja ja elämänvoimaa. Hänen olisi tärkeää saada kokea, että hänen osaamiselleen ja taidoilleen on vielä yhteisöissä tarvetta. Elämän tarkoituksellisuuden kokemus syntyy esimerkiksi tunteesta, että voi kokea olevansa hyödyksi ja avuksi muille. Kysymys on perimältään siitä, että onko vanhalla ihmisellä

mahdollisuus jatkaa elämää edelleen ihmisenä, ei pelkästään potilaan tai sairastuneen roolin omaavana henkilönä.

Kysymys on perimältään siitä, että onko vanhalla ihmisellä mahdollisuus jatkaa elämää edelleen ihmisenä, ei pelkästään potilaan tai sairastuneen roolin omaavana henkilönä.

Vanhan ihmisen identiteetti voi kadota hoitoyhteisöön, jos kukaan ei esimerkiksi tunne hänen menneisyyttään eikä hän itse kykene siitä kertomaan. Tieto vanhan ihmisen elämäntarinasta ja nykyisen elämäntilanteen hyvä tunteminen muodostavat yhdessä sen kivijalan, jonka varaan eettisesti hyvää hoitoa rakennetaan. Hoitaminen on ammatillista toimintaa, aina johonkin tarkoitukseen tähtäävää. Vaikka hoitaja ja vanha ihminen ovat hoidollisissa tilanteissa erilaisissa rooleissa, niin ihmisenä heillä on sama tie kuljettavanaan. Kun hoitaja oivaltaa tämän, hän pystyy olemaan ihmisenä toisen ihmisen elämässä ja näkemään hänet arvokkaana ja ainutlaatuisena. (Sarvimäki 2009.)

Elämän tarkoituksellisuuden kysymykset

Vanhustyön keskeinen tavoite on turvata vanhoille ihmisille edellytykset hyvään elämään, jossa keskeistä on elämän tarkoituksellisuuden tunne. Elämän tarkoituksellisuuden pohdinta liitetäänkin usein ikääntymiseen ja vanhuuteen. Elämän tarkoituksellisuuden kokemus on havaittu melko pysyväksi vanhuudessa, joskin muutoksia tapahtuu. Vanhuudessa monet tekijät, kuten menetykset ja luopumiset saattavat heikentää elämän tarkoituksellisuuden kokemusta. (Koskinen 2006, Read & Suutama 2008.) Logoterapeuttisessa ajattelussa elämän tarkoitus nähdään elämää ylläpitävänä voimana. Kaikissa elämäntilanteissa ja olosuhteissa on mahdollisuus löytää jotain tarkoituksellista ja tuntea, että elämä on mielekästä ja elämisen arvoista. (Frankl 2002.)

Franklin teoriaa sovellettaessa vanhustyöhön voidaan ajatella, että ihmisen elämän tarkoituksellisuuden kokemus voi löytyä kolmen reitin kautta: 1) tekemällä ja toimimalla, 2) kokemalla ja 3) asennoitumalla. Tekeminen ja muille avuksi oleminen tai toimintaan osallistuminen ja esimerkiksi mielekkäät harrastukset vahvistavat ihmisen tarkoituksellisuuden tunnetta. Kokemukset, kuten rakkauden ja läheisyyden

kokemus tai luonnon, taiteen ja kulttuuri luomien elämysten kokeminen vahvistavat myös ihmisen elämän tarkoituksellisuuden tunnetta. Elämän tarkoituksellisuuden kokemusta vahvistaa sellainen asennoituminen elämää kohtaan, joka auttaa ihmistä näkemään elämässään ja tilanteessaan myönteisiä asioita, voimavaroja ja vahvuuksia menetysten sijaan ja niiden rinnalla. (Laine & Heimonen 2010.)

Omien valintojen merkitys

Logoterapeuttisessa ajattelussa keskeisellä sijalla on ihmisen tekemät valinnat ja valintojen tuoma vastuu, mitkä ovat eksistentiaalismin perustavia ajatuksia (Frankl 1985, Read & Suutama 2008). Franklin (1985, 2002, 2005) mukaan valinnoillaan ihminen voi muuttaa maailmaa paremmaksi. Ajattelua soveltaen vanhustyöhön, valinnanmahdollisuuden myötä jokainen hoitaja voi muuttaa hoitoa pienillä arjen teoilla inhimillisemmäksi. Kysymys on siitä, että hoitaja tunnistaisi ne valinnanteon mahdollisuudet, joita hoitoyhteisön arjessa on runsaasti. Saatamme usein nähdä tilanteet vaihtoehtoja vailla olevana tai odotamme tilanteiden muuttuvan ilman omaa panostustamme. Hoitoyhteisössä kehitystä voi tapahtua silloin, kun hoitaja on itse valmis käyttämään vapautta ja vastuuta tilanteen parantamiseksi. (Möller 2012.)

Logoterapeuttisen ajattelun valossa hoitajalla on omalta osaltaan vastuu siitä, että vanhustyön arvot ja eettisesti hyvän hoidon periaatteet eletään todeksi arjessa. Vanhustyö ei ole suorittamista, vaan se on välittämistä, olemista, toimimista ja asioiden yhdessä tekemistä. Hoitajan toiminnalla on keskeinen merkitys sille, millaiseksi vanhan ihmisen elämä ja arki hoitoyhteisössä muodostuu. Hoitaja on vastuullinen miettimään, kuinka vanhan ihmisen itsemääräämisoikeus ja yksityisyys hoitoyhteisöissä turvataan, mikä on hyvää, arvokasta ja samalla vanhan ihmisen terveyttä ja hyvinvointia edistävää elämää. Logoterapeuttinen ajattelu auttaa hoitajaa näkemään, että hän voi itse omilla vastuullisilla valinnoillaan vaikuttaa vanhan ihmisen hyvän elämän rakentumiseen, elämänvoimaisen vanhuuden turvaamiseen ja eettisesti hyvän hoidon toteutumiseen.

KIRJALLISUUS

Frankl V. 2005. Logoterapia – avain mielekkäeseen elämään. Helsinki: Lyhytterapiainstituutti.

Frankl V. 2002. Ihmisyyden rajalla. Helsinki: Otava.

Logoterapeuttinen ajattelu korostaa

- Ihmisen ja hänen elämänsä ainutlaatuisuutta
- Elämän tarkoituksellisuutta
- Omien valintojen merkitystä



- Ohjaa pohtimaan ihmisenä olemisen kysymyksiä – olennaista ihmisarvoisen vanhuuden ja yksilöllisyyden turvaamisessa.
- Ohjaa pohtimaan mielekkään elämän kysymyksiä – olennaista ihmisen terveyden, hyvinvoinnin ja elämänlaadun edistämässä.
- Ohjaa tunnistamaan hoitajan omien valintojen merkityksen periaatteiden ja suositusten näkyväksi tekemisessä – olennaista hyvän hoidon turvaamisessa.

Frankl V. 1985. Tahdonvoimalla terveeksi. Viktor E. Franklin logoterapia. Helsinki: Kirjayhtymä.

Koskinen S. 2006. Kohtaaminen sosiaaligerontologisen tutkimuksen valossa elämän tarkoituksellisuuden kokemuksen merkitys vanhuudessa. Luento Validaatiosta TunteVaana -juhlaseminaarissa Tampereella, Pirkanhoviassa 27.10.2006. Saatavissa: http://www.tampereenkaupunkilähetys.net/filearc/7_Koskinen.pdf

Laine M. 2012. Elämä on elämistä varten – logoterapeuttinen ajattelutapa muistisairaana ihmisen hoidossa. Vanhustenhuollon uudet tuulet 2, 16–17.

Laine M, Heimonen S. 2010. Mahdollisuuksien matka. Logoterapeuttinen ajattelu muistisairaana ihmisen hoidossa. Oriveden hoivapalveluyhdistys ry, Jyväskylän yliopistopaino.

Möller P. 2012. Logoterapiaa ajassamme. Teoksessa: Möller P & Åman I. (toim.) Logoterapia. Peruskäsitteitä, filosofiaa, käytäntöjä. Suomen logoterapiainstituutti Oy, Vammalan kirjapaino Oy, Sastamala, 69–80.

Purjo T. 2011. Väkivaltaisesta nuoruudesta vastuulliseen ihmisyteen. Eksistentiaalis-fenomenologinen ihmiskäsitys elämäntaidollis-eettisen nuorisokasvatuksen perustana. Acta Akateeminen väitöskirja. Tampereen yliopiston kasvatustieteiden tiedekunta.

Pykäläinen L. 2004. Ihmiskäsitys, arvot ja kasvatusta Franklin ja Böschemeyerin logoterapioissa. Akateeminen väitöskirja. Oulun yliopiston kasvatustieteiden tiedekunta.

Read S & Suutama T. 2008. Elämän tarkoituksellisuuden muutokset iäkkäillä ihmisillä 16 vuoden pitkäaikaisstudiossa. Gerontologia 3, 130–139.

Sarvimäki A. 2009. Gerontologisen hoitotyön arvot ja periaatteet. Teoksessa: Voutilainen P & Tiikkainen P. (toim.) Gerontologinen hoitotyö. Helsinki: WSOY.

Sini Eloranta
Tt, sh, erikoissuunnittelija
Ikäinstituutti

Minna Laine
So, logoterapeutti (LTI), suunnittelija
Ikäinstituutti

Sirkkaliisa Heimonen
PsT, sh, toimialapäällikkö
Ikäinstituutti