

Elämä on elä

– logoterapeuttinen ajattelutapa muistisairaanhoidossa



Jokaisessa kohtaamisessa muistisairaanhoidon kanssa hoitaja tekee valintoja, joilla hän voi vahvistaa muistisairaanhoidon ihmisarvoa. Hoitajalla on valinnanvapauden lisäksi vastuu valintojensa vaikutuksista muistisairaaseen ihmiseen ja hänen läheisiinsä, työyhteisöön sekä omaan itseensä.

Logoterapeuttista ajattelua työssään soveltaneet hoitajat ovat kokeneet, että hoitajan uudenlainen ajattelutapa on edistänyt muistisairaanhoidon hyvinvointia, lisännyt hoitoyhteisön keskustelua hyvästä hoidosta ja vahvistanut hoitajan omia voimavaroja. Hoitajan ja muistisairaanhoidon yhteisestä arjesta on tullut rikkaampaa ja merkityksellisempää.

– Onko siellä vieraita vai voinko tulla yöpuvussa, kysyy Mäntykodin asukas oven raosta. Hän on iloinen saamastaan vastauksesta, jonka mukaan paikalla on vain tuttuja ihmisiä. Tuttujen kesken voi olla oma itsensä. Ruovedellä Mäntykodissa arkea eletään tuttujen ihmisten kanssa.

– Asukas kohdataan ihmisenä, ei potilaana tai hoidettavana. Ihmisen arvoa vahvistava hoito näkyy meillä erityisesti halussa tutustua muisti-

sairaaseen ihmiseen ihmisenä sekä hänen eletyn elämänsä ja tapojensa arvostamisessa, perushoitaja **Marttunen Nevala** kertoo.

Monista kankeista hoitaja- ja organisaatiolähtöisistä rutiineista on Mäntykodissa luovuttu. Keskeistä on ollut oppia tunnistamaan, mikä kulloinkin on muistisairaanhoidon hyvinvoinnin kannalta olennaista ja toimia sen mukaan.

Logoterapeuttisesta ajattelusta vahvistusta hyvään hoitoon

Mäntykodissa on etsitty logoterapeuttisesta ajattelutavasta uudenlaista näkökulmaa muistisairaiden ihmisten hyvän hoidon edistämiseen. Mäntykoti oli mukana Oriveden hoivapalveluyhdistyksen Logos-projektissa (RAY 2008–2010), jossa sovellettiin logoterapeuttista ajattelutapaa muistisairaiden ihmisten hoitoon viidessä hoitoyhteisössä Juupajoella, Jämsässä, Orivedellä ja Ruovedellä.

Logoterapia on voimavarasuuntautunut ja tarkoituskeskeinen lähestymistapa muistisairaiden ihmisten hoidossa. Sen ydinteemat, ihmisarvo ja elämän tarkoituksellisuus, ohjaavat hoitajaa pohtimaan hyvän hoidon lähtökohdita omassa työssään. Elämän tarkoituksellisuus on yhteydessä koettuun elämänlaatuun. Siksi mielekkyyttä tuottavat ja merkitykselliseksi koetut arjen asiat ovat ihmisen hyvinvoinnille olennaisia. Ne saavat elämän tuntumaan elämisen arvoiselta.

Logos-projekti osoitti, että logoterapeuttinen ajattelutapa sopii hyvin muistisairaiden ihmisten hoitoon ja laajemminkin vanhustyöhön. Kehittämistyössä mukana olleiden hoitajien kokemuksen mukaan hoitajan logoterapeuttinen ajattelutapa paitsi lisäsi muistisairaanhoidon hyvinvointia myös vahvisti hoitajan omia voimavaroja.

– Armeliaisuus itseä ja muita kohtaan on lisääntynyt, lähihoitaja **Leena Papinaho** pohtii itsessään ja työyhteisössään tapahtunutta muutosta.

Hän kertoo, miten työssä saa käyttää kaikkea osaamistaan ja jokaisen yksilöllistä osaamista arvostetaan. Nöyryyttäkin oppii. Aina ratkaisuja ei löydy itse, mutta silloin työtoveri

mistä varten

voi nähdä asian toisin silmin.

Vaikka Mäntykodin henkilöstössä on projektin jälkeen ollut vaihtuvuutta, uusi ajattelutapa elää kehittämistyöhön osallistuneiden hoitajien työssä.

– Logoterapia antoi meille hoitomallin. Nyt, kun se on jo sisäistetty, sitä ei enää mieti. Ajattelutapa vaikuttaa kaikessa toiminnassa taustalla, Leena Papinaho kertoo.

– Olen samaa mieltä Leenan kanssa. Jos joku kysyy, mitä se logoterapia on, sitä on vaikea selittää. Kyse on laajasta työtä ohjaavasta ajattelu- ja asennoitumistavasta. Pitkään muistisairaiden ihmisten hoitotyönä tehneenä projektiin liittyvä koulutus syvensi osaamistani ja antoi voimia työhön, Marjut Nevala kuvailee projektin antia itselleen.

Tekojen tärkeys

Logoterapeuttinen ajattelu korostaa tekojen tärkeyttä. Ei riitä, että teoriasa tietää, millaista hyvä hoito on. Ellei tieto muutu eläväksi teoksi, se on merkityksetöntä. Muistisairaita ihmisiä työssään kohtaavan ammattihenkilöstön ajattelu- ja asennoitumistavalla on suuri merkitys sille, miten ymmärrys ja tieto hyvästä hoidosta elävät kohtaamisen tasolla.

– Tärkeintä on olla läsnä ja saatavil-

la. Ne pienetkin kohtaamisen hetket ja onnistuminen hyvän tunnelman luomisessa tekevät tästä vanhustyöstä mielenkiintoisen maailman, Leena Papinaho kuvailee työtään.

Logoterapeuttisen ajattelutavan voima on siinä, että se rohkaisee hoitajaa tarkastelemaan omaa suhtautumistapaansa ja tunnistamaan omien valintojensa merkityksen. Se, miten hoitaja kohtaa muistisairaana ihmisen on aina valinta, joka pitäisi tehdä eettisesti valppaana.

Työn mielen löytäminen

Logoterapeuttinen ajattelutapa koskettaa hoitajaa henkilökohtaisella tasolla. Ihmisenä olemisen ja mielekkään elämän kysymykset ovat kaikille ihmisille yhteisiä. Hoitajan työssä on eri asia suorittaa mekaanisesti hoitotoimia kuin kohdata muistisairas ihminen ihmisenä, jonka elämäkokonaisuuteen tämäkin hetki ja päivä kuuluvat. Työn mieltä kirkastaa se, että työssäoloaika on myös osa hoitajan ainutkertaista elämää. Ei siis ole yhdentekevää, miten hoitajan arvot elävät tekoina, millaisten tunteiden antaa johtaa työpäiväänsä ja millaisen henkilökohtaisen panoksen hän työhönsä antaa. Niistä rakentuu työn mieli, työn mielekkäisyys ja merkityksellisyys.

Logoterapia

Logoterapeuttinen elämänfilosofia on laaja ymmärrys ihmisenä olemisesta ja tarkoituksellisesta elämästä. Logoterapian on kehittänyt itävaltalainen neurologi ja psykiatri **Viktor E. Frankl** (1905-1997). Franklin teoria sai erityistä painoarvoa hänen omista kokemuksistaan juutalaisena keskitysleirivankina. Nykyisin logoterapian filosofiset ja psykologiset ajatukset ovat levinneet ympäri maailman ja Franklin oppeja sovelletaan uusille alueille ja aloille ihmisten auttamiseen ja kohtaamiseen. Logoterapiasta on apua erilaisissa elämänvaiheissa ja -tilanteissa tapahtuvissa elämän tarkoituksen pohdintoissa sekä ihmisenä ja ammattilaisena kasvun prosessien tukena.

Lisätietoja: www.logoterapia.fi ja www.logoterapiayhdistys.fi

Vanhuuden Mieli – logoterapeuttista ajattelua vanhustyöhön

Logoterapeuttinen ajattelu on nyt leviämässä ja juurtumassa niin muistisairaiden ihmisten hoitoon kuin laajemminkin vanhustyöhön Ikäinstituutin Vanhuuden Mieli -projektin kautta (RAY 2011–2014). Projektin päämääränä on vahvistaa ikääntyneiden mielen hyvinvointia. Päämäärään pyritään kuulemalla ikääntyneiden



Logoterapeuttinen elämänfilosofia on laaja ymmärrys ihmisenä olemisesta ja tarkoituksellisesta elämästä.

ajatuksia mielen hyvinvoinnista ja siihen liittyvistä asioista. Projekti tuottaa tietoa ja välineitä mielen hyvinvoinnin tukemiseen. Hankkeessa kehitetään vertaisryhmätoimintaa ja koulutetaan ryhmänohjaajia. Lisäksi Vanhuuden Mieli -projektissa juurrutetaan logoterapeuttista ajattelua muistisairaiden ihmisten hoitoon. Se tapahtuu kehittämällä koulutusmalli ja toteuttamalla kaksi pilottikoulutusta. Ensimmäinen 15 op:n laajuinen Mahdollisuuksien Matka -koulutus käynnistyi Ikäinstituutissa tammi-kuussa 2012.

Lisätietoja Vanhuuden Mieli -projektista www.ikainstituutti.fi
minna.laine@ikainstituutti.fi

*Teksti: Minna Laine,
sosiaalihoaja,
logoterapeutti LTI, suunnittelija
Ikäinstituutti
Kuva: iStockphoto.com*