

MUSIIKKI DIAKONIATYÖNTEKIJÄN TYÖVÄLINEENÄ

Katri Juntunen

Linda Oksanen

Opinnäytetyö, kevät 2014

Diak, Oulu

Hoitotyönkoulutusohjelma

Sairaanhoitaja-diakonissa (Amk.)

TIIVISTELMÄ

Juntunen, Katri & Oksanen, Linda. Musiikki diakoniatyöntekijän työvälineenä. Diak, Oulu, kevät 2014, 35 s, 2 liitettä.

Diakonia-ammattikorkeakoulu, hoitotyön koulutusohjelma, sairaanhoitaja-diakonissa suuntautumisvaihtoehto (AMK).

Tämän opinnäytetyön tarkoitus oli kuvata Pohjois-Pohjanmaan seurakuntien diakoniatyöntekijöiden musiikin käyttöä työvälineenä. Opinnäytetyön tehtävänä oli saada vastaus kysymyksiin, miten diakoniatyöntekijä hyödyntää musiikkia, mitä musiikkia hän käyttää työssään ja miten musiikki vaikuttaa asiakkaaseen. Opinnäytetyön tutkimusmetodi oli kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä. Aineisto koottiin teemahaastatteluin ja analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä. Opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää diakoniatyötä ja siinä käytettäviä menetelmiä.

Tulosten mukaan diakoniatyöntekijät hyödyntävät musiikkia työvälineenä yksilö- ja ryhmätyöskentelyssä, vuorovaikutuksen tukena, mielenterveyden edistämiseksi, yhteisöllisyyden luomisessa ja sosiaalisten taitojen tukemisessa päivittäin asiakastyössä. Diakoniatyöntekijät käyttävät työssään kaikenlaista musiikkia kuten hengellistä, klassista ja kevyttä musiikkia, soitettuna ja laulettuna. Diakoniatyöntekijät hyödyntävät musiikin positiivisia vaikutuksia asiakastyössään muun muassa tunteidenkäsittelyn apuna. Joidenkin erityisryhmien kohtaamistilanteissa musiikki oli lähes ainoa keino asiakaskontaktin luomiseen. Jatkossa olisi mielenkiintoista tietää, miten erityisryhmien, monikulttuuristen, vanhusten, mielenterveys- ja päihdeasiakkaiden kanssa musiikkia voi käyttää työvälineenä.

Asiasanat: diakonia, musiikki, ehkäisevä mielenterveystyö, musiikkiterapia, kvalitatiivinen tutkimus.

ABSTRACT

Juntunen, Katri & Oksanen, Linda. Music as a tool of a diaconal worker, 35p, 2 appendices. Language: Finnish. Oulu, April 2014. Diaconia University Applied of Sciences. Degree Programme in Nursing, Option in Diaconal nursing. Degree: Registered Nurse.

The purpose of the thesis was to describe the diaconal workers' use of music as a tool in the Northern Ostrobothnia parishes, Finland. The task was to answer the questions of how the diaconal workers take advantage of music, what music they use at work and how music affects the customer. The aim was to develop the diaconal work and the methods used. The research method was a qualitative. The data were collected by theme interviews and analyzed using content analysis.

The results show that the diaconal workers take advantage of music as a tool for individual and group work, interaction, support, mental health, community in creating and supporting social skills in work with clients on a daily basis. Diaconal workers can use all kinds of music such as spiritual, classical and pop music as well played and sung. Diaconal workers utilise the positive effects of music in client work, among other things in the processing of emotions. When encountering some special groups, music was almost the only means of contact with the client. It would be interesting to know how music can be used as a tool among specific groups, multi-cultural, the elderly, mental health and substance abuse clients.

Key words: diaconia, music, preventive mental health, music therapy, qualitative research.

Sisältö

TIIVISTELMÄ	1
ABSTRACT	2
1 JOHDANTO	4
2 MUSIIKKI DIAKONIATYÖSSÄ	5
2.1 Diakoniatyö	5
2.2 Diakoniatyö ja musiikki	9
2.3 Diakoniatyö ja musiikkiterapiavälineet	11
3 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TEHTÄVÄ	15
4 OPINNÄYTETYÖN KULKU	16
4.1 Aineiston keruu	16
4.2 Aineiston analyysi	17
5 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET	18
5.1 Diakoniatyöntekijä musiikin hyödyntäjänä	18
5.2 Musiikin vaikutukset asiakkaaseen	20
5.3 Diakoniatyöntekijän käyttämä musiikki	22
6 POHDINTA	24
6.1 Opinnäytetyöstä	24
6.2 Luotettavuus ja eettisyys	27
6.3 Jatkokehittämishaasteet	29
LÄHTEET	30
Liite 1: Teemahaastattelurunko	33
Liite 2: Teemahaastattelurunko	34

1 JOHDANTO

*Herraa hyvää kiittäkää, iloiten ylistäkää, luodut kaikki laulakaa,
Luojaan suurta kunniaa! (Virsi 332:1.)*

Suomen evankelis-luterilainen kirkko näkee diakoniatyön kokonaisvaltaisena auttamisena. Ihmisen henkinen, hengellinen, aineellinen, terveydellinen, sosiaalinen ja toimintakyvyn tukeminen, diakoniakasvatus ja yhteiskunnallinen vaikuttaminen ovat osa kokonaisuutta. Kirkkojärjestyksen mukaan jokaisessa seurakunnassa tulee pääasiassa olla vähintään yksi diakonian virka. Seurakunnat voivat itsenäisesti määrittellä diakoniatyöntekijän työnkuvan ja tehtävän riippuen seurakunnan rakenteesta, haasteista ja alueesta. (Kuusimäki 2012, 11–12; Jokela 2011, 23–24; Suomen evankelis-luterilainen kirkko 2010.)

Kaikissa maailman kulttuureissa musiikin väitetään olevan läsnä ja erilaiset käsitykset siitä, mikä on musiikkia, ovat kytköksissä juuri kulttuurisidonnaisuuteen ja ympäristöön, jossa eletään. Musiikki toimiikin tehokkaana ryhmähengen ja yhteisöllisyyden muodostamisen välineenä. Musiikkia hyödynnetään diakoniatyössä monipuolisesti virsien, laulujen, soiton ja työntekijän oman osaamisen ja mielenkiinnon pohjalta ja se sisältyy olennaisena osana evankelis-luterilaisen kirkon traditioon.

Tämän opinnäytetyön tarkoitus oli kuvata Pohjois-Pohjanmaan seurakuntien diakoniatyöntekijöiden musiikin käyttöä työvälineenä. Opinnäytetyön tehtävänä oli saada vastaus kysymyksiin, miten diakoniatyöntekijä hyödyntää musiikkia, mitä musiikkia hän käyttää työssään ja miten musiikki vaikuttaa asiakkaaseen. Opinnäytetyön tutkimusmetodi oli kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä. Aineisto koottiin teemahaastatteluin ja analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä. Opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää diakoniatyötä ja siinä käytettäviä menetelmiä.

2 MUSIIKKI DIAKONIATYÖSSÄ

Diakoniatyön perustehtävä perustuu kirkkolakiin: Tunnustuksessa kirkko julistaa Jumalan sanaa ja jakaa sakramentteja, toimii kristillisen sanan levittämiseksi ja lähimmäisen rakkauden toteuttamiseksi. Kirkkolaki määrittelee seurakunnan käytännön tehtävän. Seurakunta huolehtii jumalanpalvelusten, kasteen, ehtoollisen ja muiden kirkollisten toimitusten, sielunhoidon, lähetystyön, diakonian ja muiden julistus- ja palvelutehtävien järjestämisestä. Kirkkojärjestys määrittelee diakonian kristilliseen rakkauteen perustuvaksi palvelutyöksi, jossa autetaan hädänalaisia ja joita ei muulla tavoin auteta. (Kuusimäki 2012, 11–12; Jokela 2011, 23–24; Suomen evankelis-luterilainen kirkko 2010.) Diakonian viroissa toimii diakoneja ja diakonissoja. Tässä opinnäytetyössä heistä käytetään yhteisnimitystä diakoniatyöntekijä.

2.1 Diakoniatyö

Diakoniatyö koostuu useista toiminnallisista työaloista, joita ovat päihde-, mielenterveys-, vammais- ja yhteiskunnallinen työ, kansainvälinen diakonia ja monikulttuurisuus-työ. Diakoniatyöntekijän tehtävä on kutsua, kannustaa ja ohjata ihmisiä huolehtimaan toisistaan sekä toimia itse että yhdessä yhteistyöverkkojen kautta ihmisten elämäntilanteiden parantamiseksi. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko 2010.)

Diakoniatyöntekijän ydinosaaminen muodostuu hengellisen ja diakonisen asiakastyön osaamisesta, organisaatio- ja kehittämisosaamisesta, yhteisöllisen sekä yhteiskunnallisen osaamisen työnkuvista. Auttamisen keskiössä ovat ihmiset ja yhteisöt, joita ovat seurakunnan vapaaehtoistyöntekijät, avuntarvitsijat ja sen voimavaraistavat yhteistyökumppanit. Diakoniatyöntekijän arvo-osaaminen pohjautuu kykyyn pohtia ja tunnistaa eettisiä kysymyksiä, jotka koskettavat yksilöitä, ryhmiä sekä yhteisöjä että taitoon asettua lähimmäisen asemaan asiakaskohtaamisissa. (Suomen evankelis-luterilainen kirkko 2010.)

Diakoniatyöntekijän työn periaatteita ovat läsnäolo, kiireettömyys, luottamus, toisen osaan asettuminen, yhteistyö, asiakaslähtöisyys, aitous ja vaitiolovelvollisuus. Asiakas-kontaktit tapahtuvat vastaanotoilla, kotikäynneillä, leireillä, retkillä, sairaala- ja laitospvierailuilla ja erilaisissa seurakunnan järjestämässä tilaisuuksissa. Diakoniatyöntekijän työnkuvaan kuuluu asiakkaiden tarpeiden kartoitus avuntarvitsijan ehdoilla, kuten taloudellisissa asioissa, sosiaalisissa ja terveydelliseen selviytymiseen liittyvissä ongelmassa. Diakoniatyössä toimiva diakoniatyöntekijä on hengellisen työn tekijä. Ammatillinen osaaminen muodostuu ohjaamisesta, tuen antamisesta hengellisissä tarpeissa ja muuttuneessa terveydentilassa, toivon ja voimavarojen vahvistamisesta. (Rättyä 2009, 82–84.)

Diakoniatyöntekijöiden asiakkaita ovat mielenterveydenhäiriöistä kärsivät ihmiset, eläkeläiset, pitkäaikaistyöttömät, opiskelijat, sairauden tai vammansa vuoksi uudelleen koulutuksessa olevat ja toimintaansa aloittelevat yrittäjät. Työnkuvaan kuuluu kannustus, rohkaiseminen, vertaistuen järjestäminen, terveystalveluihin ohjaaminen, sairauteen liittyvien huolien kuunteleminen ja tukeminen sekä asiakkaan oikeuksien puolustaminen. Diakoniatyössä tehdään terveyttä edistävää työtä. Työntekijältä edellytetään elämänsä historian ja oman taustansa tiedostamista, koska hänen oma persoonansa on yksi tärkeimmistä työvälineistä. Omien tunteiden tunnistaminen, ilmaiseminen ja käsitteleminen ovat pohjana omalle itsetuntemukselle. (Rättyä 2009, 83–101.)

Diakoniatyössä kristillisen perinteen mukaisia hengellisen hoidon välineitä ovat virret, rukous, Raamatun lukeminen, hartaus, rippi, ehtoollinen ja öljyllä voitelu. Musiikilla on teologisia merkityksiä luterilaisuudessa. Näitä todisteita löytyy Raamatusta. Samuelin ensimmäisessä kirjassa kuvataan Saulin kamppailua paha henkeä ja ahdistusta vastaan, jolloin kuninkaan käskystä kutsuttiin harpunsoittaja paikalle. Saulin kokemassa mielen järkkymisessä harpunsoitto toi hyvän olon ja ahdistus väistyi. Ensimmäisessä Aikakirjassa Daavid ja temppeleipalveluksen johtajat määräisivät Hemanin, Jedutunin ja Asafin jälkeläiset pyhässä hurmoksessa ylistämään Jumalaa ja säestämään laulua lyyralla, harpulla ja symbaaleilla. (1 Sam. 16:14–23; 1. Aik. 25:1.)

Seurakunnan diakoniatyön tavoitteissa yhdistyvät selkeät musiikillisuuteen liittyvät tavoitteet, sekä koko seurakunnan olemukseen ja tehtävään liittyvät tavoitteet. Musiik-

kielämä on toteutukseltaan ja yksityiskohdiltaan erilaista eri seurakunnissa. Musiikkielämän voimavaroihin ja tarpeisiin vaikuttavat seurakunnan koko, ikä- ja sosiaalinen rakenne. Osa seurakunnan musiikkielämästä pohjautuu säännölliseen yhteisölliseen toimintaan kuten jumalanpalveluselämä ja kuorotoiminta seurakunnassa. (Lintunen 2003, 419- 422; Haapasalo 2003, 377; Mattila & Hannikainen 2003, 159.)

2.2 Diakoniatyö ja musiikki

Veisatkaa yhdessä psalmeja, ylistysvirsiä ja hengellisiä lauluja, soittakaa ja laulakaa täydestä sydäimestä Herralle. (Ef. 5:19).

Diakoniatyöntekijä hyödyntää virsiä ja lauluja arkityössään. Diakoniatyön asiakaskontakteissa voidaan hyödyntää, kuten musiikkiterapiassa, musiikin kuuntelemista keskittymiseen, rytmittämiseen, tunnelman vapauttamiseen, rentoutumiseen, keskustelun avaamiseen tai aiheeseen johdatteluun. (Lehikoinen 2014). Musiikki ja virret palauttavat asiakkaiden mieliin merkittäviä elämänvaiheita ja elämäntilanteita. Ne voivat herättää voimakkaita tunteita asiakkaassa. Hengelliset laulut edistävät asiakkaan muistelua ja toimivat samalla rukouksena. Ehtoollinen ja öljyllä voitelu niin ikään vahvistavat koettua Jumalan läsnäoloa ja toimivat hengellisen hoidon välineinä. Hengellinen musiikki kuuluu evankelis-luterilaisen kirkon traditioon. (Aho 2009, 50–56.)

Musiikkia hyödynnetään mielenterveyden ongelmien hoitamiseen ja vaikeiden tunteiden kanssa kamppailuun. Latvalan, Visurin ja Janhosen mukaan auttamisprosessin keskiössä on ihmisen selviytyminen, mikäli hän ei selviydy omin voimin. Psykiatrisessa hoitotyössä kohdataan psyykkistä kipua, ahdistusta, aggressiivisuutta, toivottomuutta, kaavamaisuutta, yksinäisyyttä, eristäytymistä, liiallista syyllisyydentuntoa, epäluottamusta tai riippuvuuksia ja menetyksistä kärsiviä ihmisiä. (Latvala, Visuri & Janhonen 1995, 88–123.)

Diakoniatyössä työskennellään muun muassa sururyhmissä tai vaikeasti sairaiden asiakkaiden kanssa. Työnlunne vaatii empaattista kykyä kohdata surevia omaisia tai loh-

dutusta kaipaavia. Diakoniatyössä kuljetaan tukemassa ihmistä. On tarpeen ymmärtää, mistä surutyössä on kyse, voidakseen auttaa. Surutyössä asiakas taantuu ja palaa vanhoihin tunteisiin ja muistoihinsa. Aiemmin koetut surunkokemukset yhdistyvät nykyisten surunkokemusten kanssa. Yhden kuunneltavan musiikkikappaleen aikana mieli voi vaellella lähiviikkojen tapahtumista lapsuuden muistoihin. Asiakas voi samaistua laulun henkilön kohtaloon omansa sijasta. Musiikkiin on kirjoitettu surevan sanomattomat sanat. (Erkkilä ym. 2003, 9–59.)

Luterilaisissa jumalanpalveluksissa musiikin keskeisiä elementtejä ovat vuodenkierrosta riippuvat, vaihtuvat ja ajankohtaiset teemat. Musiikin valintaa säätelee kirkkovuosi ja sen tarkoituksena on toistuvasti palauttaa seurakuntalaisten mieliin Jumalan pelastusteot. (Lintunen 2003, 419–422; Haapasalo 2003, 377; Mattila & Hannikainen 2003, 159.) Jumalan ylistäminen laulamalla on yksi kirkon tunnusmerkkejä ja kirkko onkin laulava kirkko. (Vapaavuori 2003, 65–70. Vatanen 2003, 320–321.)

Tutut virret ja laulut edistävät asiakkaan muistelua ja sävelmä tai tuttu laulu palauttavat mieleen usein elämän merkittäviä hetkiä ja tilanteita. Virsiä ja hengellisiä lauluja lauletaan yhdessä ja kuunnellaan äänitteitä asiakaskontakteissa. (Aho 2009, 50–55.) Virret ovat olleet alun perin kansankielisiä, joka on auttanut ymmärtämään, mitä kirkollisessa toimituksessa tapahtui ja mitä laulun sisältö tarkoitti. Laulujen, virsien ja laulettujen psalmien avulla on välitetty tietoa sukupolvelta toiselle. Musiikki on tapa luoda yhteisöllisyyttä, palauttaa mieleen mielensisältöjä tai vahvistaa yhteisön arvoja. Laulaminen voi olla meditoititapa, mietiskelyä ja vuorovaikutusta sanan, sisällön, sydämen ja äänen välillä. (Vapaavuori 2003, 64–69; Eerola 2010, 348; Vatanen 2003, 325.) Musiikissa kuuliija muodostaa arvion musiikin merkityksestä. Rentoutuminen musiikin avulla auttaa irrottautumaan arjesta. (Eerola & Saarikallio 2010, 265–270.)

Virret ja laulut auttavat vahvistamaan yhteisöllisyyttä ja yhteishenkeä ryhmissä. Hengelliset laulut voivat toimia myös rukouksena, jolloin ne ovat kuin puhetta Jumalalle laulun muodossa ja voimistavat yhteyttämme Jumalaan. Omaiset usein toivovat esimerkiksi sairaavuoteen äärellä lempivirren veisuuta, koska ne antavat sanojen ja melodian kautta lohdutusta sekä toivoa että luovat turvallisuuden tunnetta. (Aho 2009, 51–55; Kivikoski 2009, 126–128.)

Diakoniatyöntekijän keskeinen työväline on työntekijän oma persoona ja erilaiset luovat työskentelytavat. Musiikkiterapiassa työvälineitä ovat yksilöllisesti musiikin eri elementit (rytmi, harmonia, melodia, äänensävy, dynamiikka jne.), jotka toimivat vuorovaikutuksen keinoina. Musiikin kokemiseen vaikuttavat asiakkaan neurofysiologinen prosessi, aikaisemmat kokemukset, persoonallisuus, samanaikaiset ärsykkeet ja ennakkoodotukset. Musiikin havaitsemiseen vaikuttavat vastaanottajan mielentila, sukupuoli, ikä, terveys, tunneherkkyys, asenne musiikkiin, musiikkimaku ja tunnetila. (Ala-Ruona, Saukko, Tarkki 2007,4–5; Ahonen 2000, 32–47.)

Diakoniatyössä musiikki tarjoaa kuulijalle tai soittajalle abstrakteja sisältöjä ja muotoja, joita voi soveltaa elämäänsä omien taustojensa kautta. Musiikin avulla piilotajuiset mielikuvat, ajatukset, fantasiat, tunteet ym. vievät kohti muistoja, tuntemuksia, ajatuksia ja omia kokemuksia sysäten syvempään oivallukseen. Musiikin herättämät mielikuvat ovat jokaisen omaa kokemusta ja tulevat ihmisestä itsestään. Mielikuvat saavat henkilökohtaisen merkityksen yksilön asenteista, arvoista ja kokemusmaailmasta käsin. (Ahonen 2000, 54–57; Erkkilä & Rissanen 2008, 528.)

2.3 Diakoniatyö ja musiikkiterapiavälineet

Diakoniatyössä pyritään musiikkiterapian tavoin aktivoiviin, toiminnallisiin valmiuksia edistäviin ja ylläpitäviin, itsetuntemusta ja elämänhallintaa lisääviin menetelmiin. (Ala-Ruona ym. 2007,11–13; Ahonen 2000, 33–36.) Musiikkiterapia asiakkaalta ei edellytetä musiikillisia taitoja. Musiikkia käytetään vuorovaikutuksen välineenä. Menetelmiä ovat musiikin kuuntelu, laulaminen, soittaminen, improvisointi, liikkuminen musiikin mukaan, laulujen tekeminen, musiikkimaalaus ja fysioakustinen hoito. Musiikkiterapiaa käytetään kuntoutus- ja hoitomuotona fyysisten ja psyykkisten sairauksien hoitamisessa. Hoidettavana kohderyhmänä ovat lapset, nuoret, aikuiset, vanhukset, kehitysvammaiset, kommunikaatio- ja mielenterveydenhäiriöiset, työuupumuksesta ja neurologisista ongelmista kärsivät, päihteiden käyttäjät, vankimielisairaalan potilaat, kroonisesti kipuilevat ja varhaisen vuorovaikutuksen häiriöiset. Sitä hyödynnetään kouluissa, nuorisoko-

deissa, kehitysvammalaitoksissa ja pitkäaikaissairaiden hoidossa. (Ala-Ruona ym. 2007,4–5; Ahonen 2000, 31; Ala-Ruona 2014; Erkkilä 2012.)

Diakoniatyön asiakkaisiin kuuluu paljon ikääntyneitä ihmisiä. Musiikinkäyttö diakoniatyössä muistisairaiden kanssa voi auttaa sävelten kautta koskettamaan asiakkaan tunteita syvältä ja luoda tunnelmaa. Se auttaa kommunikointia silloin, kun sanojen ymmärtäminen on heikentynyt. Kun sanoja ei löydy, lapsuus ja nuoruusajan vanhat laulut ja virret voivat edistää muistelua ja tunnetiloihin paluuta. Musiikin tuttuus, jatkuvuus ja toistaminen lisäävät turvallisuuden tunnetta dementoituneiden elämässä. Musiikin kuuntelu, laulaminen ja liikkuminen musiikin mukana auttavat voimistamaan aistien ja tunteiden kautta uskon yhteyttä asiakkaan ja Jumalan välillä. (Kivikoski 2009, 128–130.)

Musiikki voi tarjota dementoituneelle jäsenyneen elämymahdollisuuden kaoottiseen tai jähmettyneeseen mieleen. Musiikki toimii sanallisen vuorovaikutuksen puuttuessa maailmankuvan ja tunne-elämän tulkitsijana. (Jukkola 1999, 349; Taipale 1999, 337.) Muistelu on toimintatapa, jolla voidaan tukea dementoituneen kristillistä vakaumusta. Kirkkovuoteen, vuodenaikoihin tai ryhmän teemaan liittyvät laulut tai toivelaulut tuovat asiakkaalle mieleen oman elämän muistoja ja kokemuksia. Musiikkiterapian välineitä voidaan käyttää Parkinsonin, Alzheimerin tai muita dementiasairauksia sairastavan hoitotyössä (Aho 2009, 51–55; Kivikoski 2009, 126–128.)

Muistisairaalla vaikeimmin tavoitettavissa on ilmaisumuisti, joka sisältää tapahtuma-, tieto- ja ennakoivat muistit. Ilmaisumuisti sisältää muistot, kuten tapahtumat, sanat ja merkitykset. Muistisairaalle musiikissa taitumuisti ja liikemuisti ”heräävät” toiminnassa, kuten laulamissa ja hyräilyssä ja ”aika alkaa elää” muistisairaassa. Kokemus tuntuu ”tutulta” hermostossa olevien muistijälkien vuoksi. Muisti vaikuttaa siihen, kuinka kuulija itse kokee, tuntee ja säätelee muistiaan. (Erkinjuntti & Sulkava 1993, 105; Taipale 1999, 338–339; Ahonen 2000, 53–54.)

Musiikin käytöstä terapiavälineenä on hyötyä potilaalle, joka kärsii afasiasta ja dysleksiasta. Reagointi musiikkiin johtuu aivojen mekanismien osallistumisesta musiikkitehdon havainnointiin ja prosessointiin. Dopamiinipohjaisten aivomekanismien aktivoituminen vaikuttaa, kun lempimusiikkia kuunnelleet aivohalvauspotilaat toipuivat nope-

ammin kuin muut aivohalvauspotilaat. Saatu mielihyvä yhdistyy tunneilmaisuun ja itsetuntemukseen edesauttaen yleistä toipumista ja elämänhallinnan palautumista. (Erkkilä & Tervaniemi 2012.) Skitsofreniapotilailla käytetään musiikkipsykoterapiaa hoidon osana. Musiikki antaa mahdollisuuden tunteen purkauksille ja voi myös hillitä näitä purkauksia. (Heal & Wigram 1999, 67, 117–118.)

Musiikki masentuneiden kanssa aktivoi aivojen yleisiä tunne- ja palkitsevuusmekanismeja. Masentuneilla henkilöillä on vaikeuksia säädellä negatiivisia tunteita, kuten vihaa. On todettu, että he eivät pidä energisestä, vireästä tai vihaisesta musiikista. Musiikillinen toiminta on omassa hallinnassa silloin, kun kuunneltava musiikki on itse valittua. (Aho 2009, 51–55; Kivikoski 2009, 126–128.)

Lasten kanssa lorujen, laulujen ja laululeikkien käyttö kanavoituu kehon liikkeen kautta. Musiikinkäyttö varhaisen vuorovaikutuksen välineenä kehittää lapsen kommunikointia, identiteetin ja persoonan kasvua sekä vaikuttaa myönteisesti ihmissuhdetaitoihin. Perheen ja lapsen varhainen vuorovaikutus antaa perustan lapsen psyykkiselle kehitykselle. Lasten kanssa leikkiminen, musiikin hyödyntäminen laululeikeissä, musiikkimaalaus ja käsitöiden tekeminen avaa asiakkaan sisäistä maailmaa ja avaa tunnesäätelyn prosessia ja vahvistaa asiakkaan psyykettä. (Pilvistö-Viljanen 2005, 15–17; Lunden & Silven 2011, 396.)

Monikulttuurisessa diakoniatyössä voidaan hyödyntää musiikkia vieraaseen kulttuuriin tutustumisen keinona. Esimerkiksi musiikin improvisaatio vaikuttaa ihmisen mieleen, psyykkeeseen ja toimii tunteiden tulkitsijana. Musiikki ei ole toiminnallista tunteiden säätelyä, vaan se tukee mielen sisäistä prosessointia. Musiikissa symbolinen etäisyys ja sen loukkaantumattomuus voivat helpottaa vaikeiden asioiden käsittelyä. Se antaa kuulijalle turvallisen purkautumistien käsitellä negatiivisia tunteita, vahvistaa itsetuntemusta, toimii kommunikaation välineenä, esteettisen kokemuksen ja mielihyvän luojana. Musiikin kautta voimavaraistuminen mahdollistaa tunteiden säätelyn tunneprosessin eri vaiheissa. (Louhivuori & Saarikallio 2010, 265–275; Ahonen 2000, 54–57, 178–194; Erkkilä & Rissanen 2008, 528.)

Asiakkaat kärsivät erilaisista kivuntunteista ja kokevat sen sekä henkisellä että fyysisellä tasolla. Musiikin kuuntelu tai laulaminen rentouttaa, vähentää koettua kipua ja parantaa mielialaa. On tutkittu, että musiikki käyttää samoja neuronisia ratoja kuin kipu ja ”vie tilaa” koetulta kipuinformaatiolta. On todettu, että leikkauksen toipumisvaiheessa potilaalle musiikin kuuntelun on myönteinen kokemus ja voi tukea leikkauksen jälkeistä kivun lievitystä. Itse valittu mielimusiikki voi tuntua hyvältä, auttaa nukahtamaan ja rentoutumaan ja suunnata ajatukset pois kivusta ja epämiellyttävistä asioista. (Lehikoinen 2014).

Musiikki vaikuttaa fysiologisesti keskushermostosysteemin prosessointiin, vegetatiiviseen (tahdosta riippumattomaan) hermostoon, hengitykseen, pulssiin, lihasjännitykseen, tietoisuuteen, tajunnantasoon ja luovuuteen. Musiikki vaikuttaa aivojen limbiseen systeemiin, heijastaa ja herättää kuuntelijassa tunnekokemuksia. Musiikki vähentää negatiivisten tunnereaktioiden syntyä: ahdistusta, pelkoa, stressiä ja jännitystä. Musiikki vaikuttaa immunitteettisysteemiin, stressihormonin ja adrenaliinin tuotantoon. Musiikki vapauttaa mielihyvää tuottavia endorfiineja ja saa aikaan mielihyvän tunteita. (Ahonen 2000, 47–52.)

Musiikkia käytetään pahan- ja hyvänolon säätelyyn, rentoutumiseen ja energian säätelyyn. Tutkimusten mukaan negatiiviset tunteet ovat yhteydessä stressiin, jolloin musiikki voi olla keino hyvänolon ylläpitoon ja rentoutumiseen. (Vaajoki 2012, 7; Saarikallio 2007, 37–38; Saarikallio 2014.) Musiikki voi herättää ihmisessä tunnekokemuksen, esimerkiksi surullisen musiikin kuuntelu voi parantaa surullisen ihmisen mielialaa. Laulun tai musiikin voi todeta olevan surullinen, vaikka itse ei olisi surumielinen kuunnellessaan kyseistä musiikkia. (Eerola & Saarikallio 2010, 260–261.)

3 TUTKIMUKSEN TARKOITUS JA TEHTÄVÄ

Tämän opinnäytetyön tarkoitus oli kuvata Pohjois-Pohjanmaan seurakuntien diakoniatyöntekijöiden musiikin käyttöä työvälineenä.

Opinnäytetyön tehtävänä oli saada vastaus kysymyksiin:

Miten diakoniatyöntekijä hyödyntää musiikkia työssään?

Miten musiikki vaikuttaa diakoniatyön asiakkaisiin?

Mitä musiikkia diakoniatyöntekijä käyttää työssään?

Opinnäytetyön tavoitteena oli kehittää diakoniatyötä ja siinä käytettäviä menetelmiä.

4 OPINNÄYTETYÖN KULKU

4.1 Aineiston keruu

Tämä opinnäytetyö tehtiin kvalitatiivista tutkimuksen metodia noudattaen. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa haastatellaan valittuja yksilöitä ja haastattelun perusmuotona ovat avoin kysymysaihe, teema ja tarkentavat kysymykset. Tutkija pyrkii vuorovaikutukseen kohteensa kanssa haastattelutilanteessa. Opinnäytetyön tavoite antaa hyödynnettävyyden näkökulman ja pohtii tutkimuksen mahdollisia käyttötarkoituksia käytännössä. (Tuomi & Sarajärvi 2012, 157). Tähän opinnäytetyöhön valittiin kvalitatiivinen tutkimusmenetelmä, koska haluttiin saada tietoa diakoniatyöntekijöiden kokemuksista.

Haastattelumenetelmäksi valittiin teemahaastattelu. Halusimme tehdä haastattelut kasvotusten ja pyrimme vuorovaikutukseen haastateltavan kanssa. Teemahaastattelu, puoli-strukturoitu haastattelu on syvähaastattelun metodi, jossa tietyt keskeiset valitut teemat ja tarkentavat kysymykset ovat haastattelun lähtökohtana. (Tuomi & Sarajärvi 2012, 75). Teemahaastattelussa kysymyksiä voi tarkentaa haastateltavalle ymmärrettävämmäksi. Teemahaastattelussa tarkentavat kysymykset esitetään siten, että niillä löydetään tutkimuksen tarkoituksen, ongelmanasettelun tai tehtävän kannalta merkittäviä tutkimusvastauksia. Teemojen kysymysten suhde tutkimuksen viitekehykseen vaihtelee kokemuksellisen ja intuitiivisen havainnoinnin sisällä ja sen määrittämänä ennalta suunniteltujen kysymysten asettelussa haastattelun aikana. (Tuomi & Sarajärvi 2012, 75.)

Opinnäytetyön haasteltaviksi valittiin diakoniatyöntekijät, sairaanhoitaja-diakonissat ja sosionomi-diakonit. Heidän työkuvansa seurakunnassa on moniulotteinen, vaihdellen ikäryhmistä ”vauvasta-vaariin” lukuun ottamatta erityisdiakonian palveluita. Otimme yhteyttä Oulun seurakunnan diakoniatyöntekijöihin ja heidän esimieheensä haastatteluiden sopimiseksi. Sovimme ajankohdat haastateltavien kanssa. Opinnäytetyön haastattelut nauhoitettiin kevään 2013 aikana. Haastattelut tehtiin useassa työpisteessä. Haastattelutilanteisiin luotiin rauhallinen ilmapiiri. Haastateltavien päivän kuormittavuus näkyi haastatteluiden kestossa ja ne vaihtelivat kestoltaan.

4.2 Aineiston analyysi

Tulkintavaiheessa nauhoitettua aineistoa pyritään järjestämään, ymmärtämään, tiivistämään ja yleistämään. Aiheeseen liittyvää teoriaa käytetään aineiston lukemisen, tulkinnan, ajattelun sekä lähtökohtana että perustana. Kategorioinnin ensimmäisessä vaiheessa pelkistetyt ilmaisut kerätään listoiksi. Pelkistys avaa aineistoon sisältyviä ilmaisuja ja ryhmitellessä näitä yhdistetään pelkistetyistä ilmaisuista yhteen kuuluvat asiat ja nimitään yhteinen nimi kategorioille. (Kyngäs & Vanhanen 1999, 3–7.)

Näistä edelleen muodostetaan sisällöltään samankaltaiset asiat alakategoriaan, joista edelleen analysoinnin kautta muodostetaan yläkategoriat. Kategorialle annetaan nimi, joka on aikaisemmin tuttu käsite. Abstrahoinnilla pyritään yleiskäsitteiden kautta saamaan tutkimuskohteesta kokonaiskäsitys. Analyysin lopuksi kategorioinnit, käsitteet ja niiden hierarkiat ohjaavat prosessin kulkua. Sisällönanalyysi ei ole pelkkä tutkimusaineiston luokittelu ja keruumenetelmä vaan, se kehittää ymmärrystä kommunikaatiosta ja auttaa analysoimaan dokumentteja järjestelmällisesti ja objektiivisesti. Työssämme oli tavoitteena löytää tietoa ja tarjota työhön vaihtoehtoisia toimintamalleja, jotka auttaisivat yksilöllisemmin asiakkaan auttamisessa. Haastatteluissa ilmeni haastateltavien oma motiivi musiikin hyödyntämiseen. (Kyngäs & Vanhanen 1999, 3–7.)

Tässä opinnäyteyössä haastateltavien kokemuksia analysoitiin aineistolähtöisellä sisällönanalyysillä. Tutkimusaineiston analyysissa lähdimme purkamaan nauhoitettuja haastatteluita kirjoittaen ne sanasta sanaan. Sen jälkeen alleviivasimme tutkimuksen pääkysymysten vastaukset. Nämä tutkimuskysymysten alleviivatut vastaukset, miten diakoniatyöntekijä hyödyntää musiikkia työssään, miten musiikki vaikuttaa asiakkaisiin ja mitä musiikkia diakoniatyöntekijä käyttää työssään koostimme listaksi. (Kyngäs & Vanhanen 1999, 3–7; Vilka 2005, 135–141.)

Listauksen jälkeen ryhmittelimme samansisältöiset vastaukset omiin ryhmiin muodostaen alakategoriat ja ryhmittelimme edelleen samankaltaiset alakategoriat omiin ryhmiin muodostaen näin yläkategoriat. Pääkategoria musiikki diakoniatyöntekijän työväli-

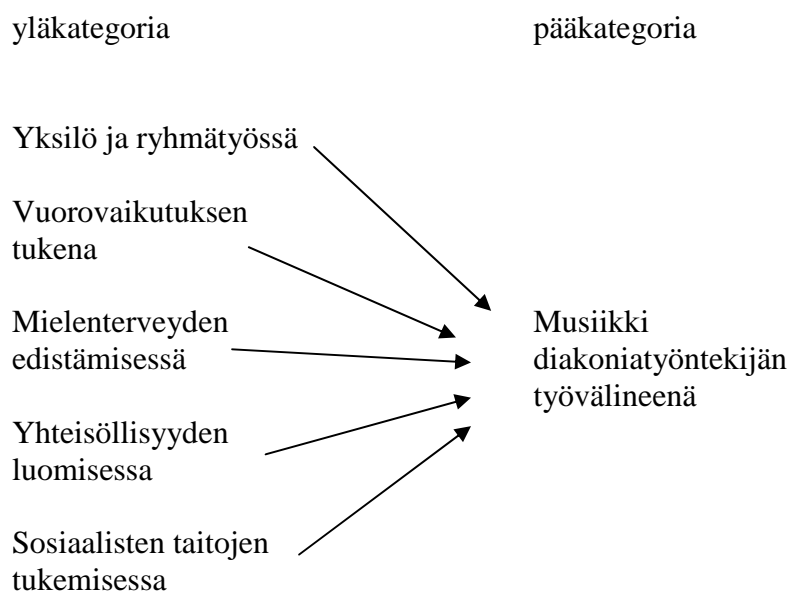
neenä muodostui kolmesta yläkategoriasta. Näin koko aineisto abstrahoitui. (Kyngäs & Vanhanen 1999, 3–7.)

Laadullisen tutkimusraportin arviointi pohjautuu tutkimustehtävän rajaukseen, sen yleiseen tarkoitukseen ja tavoitteiden asetteluun. (Tuomi & Sarajärvi 2012, 156–157).

5 OPINNÄYTETYÖN TULOKSET

5.1 Diakoniatyöntekijä musiikin hyödyntäjänä

Tulosten mukaan diakoninen asiakastyö on moniulotteinen. Keskustelun avaus vaikeista asioista voi olla hankalaa ja haastavaa. Diakoniatyöntekijät kohtaavat työssään syrjäytyviä, hengellistä ja henkistä hätää kärsiviä sekä erilaisissa elämän kriiseissä olevia asiakkaita. Näissä kohtaamisissa musiikki saattaa mahdollistaa syvemmän vuoropuhelun asiakkaan ja työntekijän välillä.



Kuvio 1. Diakoniatyöntekijä musiikin hyödyntäjänä

Haastateltavat hyödynsivät erilaisia musiikin keinoja vuorovaikutuksen välineenä. Musiikin kuuntelu johdattelee aiheeseen ja avaa keskustelun yksilötyössä tai asiakasryhmissä. Musiikki antaa keinon ”sanoittaa” vaikeitakin asioita. Keskeisiä musiikinkäytön keinoja ovat laulaminen, soittaminen ja erilaiset esiintymiset. Näitä käytettiin yksin, ryhmissä, kotikäynneillä ja muissa tilaisuuksissa. Työntekijät lauloivat, soittivat itse tai hyödynsivät asiakkaiden musiikkitaitoja.

Jos niinku leirillä on ollu vaikka niinku hartaus niin se on hyvin tyyppillistä, ainakin minulle, että ennen sitä hartautta se alotetaan aina jollaki musiikilla joko niinku laulettuna tai sit se tulee nauhalta, joku mikä johdattelee siihen aiheeseen.

Sitten se laulaminen voi olla se kontakti, millä saadaan se keskusteluyhteys.

Haastateltavat työskentelivät eri ikäryhmien, sosioekonomisen aseman omaavien, perheiden ja yksinelävien kanssa. Asiakkailla voi olla mielenterveys- ja päihdeongelmia, joihin he tarvitsevat tukea ja henkistä kannattelua. Työntekijät valitsevat sopivaa musiikkia tavoitteellisesti tilanteisiin sopiviksi ja ottavat huomioon asiakkaan taustat. Pyrkimyksenä on auttaa asiakasta ahdistavissa tilanteissa ja löytää vuorovaikutukselle uusi keino ymmärtää toista tunnetasolla.

Haastateltavat valitsivat musiikkia vuodenaikojen, kirkkovuoden kalenterin ajankohdan ja tilaisuuden ja vallitsevan tilanteen mukaan. Asiakkaan oma toive ja hengellinen näkemys vaikuttivat siihen, mitä musiikkia työntekijä valitsee. Esimerkiksi klassinen musiikki ja kevyt musiikki toimivat vaihtoehtoina, jos asiakas ei halua hengellistä musiikkia. Musiikki pohjautuu asiakkaan kokemusmaailmaan, menneisyyteen ja nykyhetkeen.

Diakoniatyössä kohdataan erilaisissa hengellisen elämän vaiheissa olevia asiakkaita. Hengellinen musiikki ei tällöin vastaa asiakkaan sen hetkiseen tarpeeseen. Asiakas kokee ehkä tarvitsevansa kannattelua vaikeiden asioiden ääressä ja lähimmäisen läsnäoloa. Musiikin tuomat mielikuvat ovat omaa kokemusmaailmaa. Musiikin kuunteleminen ja laulaminen voi olla helpompaa kuin ahdistavista ja vaikeista asioista puhuminen.

Tilanteen mukaan aina niinku mietin sen musiikin, että ei se oo ihan sama mitä musiikkia siellä on, että tokikin sururyhmässä on tietyn tyyppisiä

hengellisiä lauluja ja virsiä ja sitten tämmösissä perinteisissä joka kuukausi kokoontuvissa kerhoissa on taas vähän erityyppisiä.

Diakoniatyöntekijät käyttävät musiikkia kotikäynneillä, leireillä, retkillä, kerhoissa, ryhmissä ja erilaisissa tilaisuuksissa. Toimintaa järjestetään ikäryhmien ja työntekijän oman vastualueen mukaan. Tulosten mukaan musiikin käytöllä on suuri merkitys päivittäisissä kohtaamisissa asiakkaiden kanssa. Musiikinkäyttö työvälineenä on riippuvainen työntekijän omasta osaamisesta ja taidoista.

Kaikissa ryhmätilanteissa musiikki on läsnä. Valittava musiikki toimii yhteisöllisyyden ja arvojen vahvistajana seurakuntayhteisössä. Musiikki vahvistaa yhteisöllisyyttä, osallisuutta, sosiaalisia vuorovaikutustaitoja ja ryhmään kuulumista.

Melkeimpä missä tahansa missä työskentelen mulla on musiikki jollakin tavalla aina mukana.

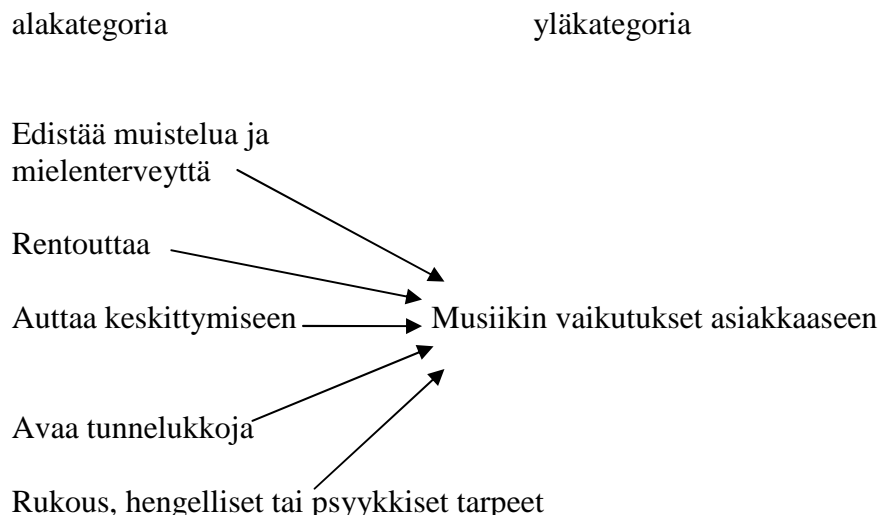
5.2 Musiikin vaikutukset asiakkaaseen

Haastateltavat hyödynsivät musiikin positiivisia vaikutuksia asiakastyössä. Musiikkia käytetään asiakkaiden tunteidenkäsittelyn apuna: avaimena asiakkaiden tunteisiin ja hoitavana työvälineenä esimerkiksi surun käsittelyssä.

Surussa, sellaisessa tunteiden käsittelyssä, se tuota herkistää ja sitten tuota nostaa mieleen sellaisia monenlaisia muistoja ja sillä tavalla voi olla myöskin tunteiden käsittelyn apuna.

Se on niin hyvä työkalu, musiikki avaa ihmisen tunne-elämää että, päästää ihmisen ajatusmaailmasta niin monesti niitä semmosia lukkoja mitä on, niitä musiikin avulla voi avata.

Musiikin avaa työntekijöille mahdollisuuden tukea asiakasta turvalliselta etäisyydeltä ilman, että asiakas menee psyykkisesti ”lukkoon” tai jumiutuu vaikeita asioita käsiteltessä. Musiikki alustaa keskustelua ja se auttaa siirtymään asiakkaalle merkityksellisten asioiden ääreen.



Kuvio 2. Musiikin vaikutukset asiakkaaseen

Tulosten mukaan musiikki lohduttaa, rauhoittaa ja antaa hyvänolontunteen. Musiikin avulla voidaan tehostaa ja syventää asiakkaan tunteiden kokemusta. Musiikki auttaa asiakkaita keskittymään ja olemaan paikoillaan, vähentää levottomuutta sekä vaeltelua. Haastateltavat jaksottavat ja jäsentävät musiikilla tilaisuuksia. Pelkkä puhe puuduttaa kuuntelijaa. Musiikkia käytetään tunnetilojen luomiseen, esimerkiksi vappujuhlassa musiikki ohjaa asiakasta positiiviseen ja iloiseen mielialaan.

Koen että, se on rauhoittavaa, siis musta se tuo semmosta hyvänolon tunnetta.

Monia jännittää tulla tämmöiseen ryhmään, missä on vieraita ihmisiä. Ja sitten joku semmoinen yhteinen laulu siinä alussa, missä myös saa olla ikään kuin äänessä, niin se yhdistää ja helpottaa puhumista toisten kanssa, kun on laulettu yhdessä.

Haastateltavat hyödynsivät musiikkia rentoutumiseen tilanteissa, joissa asiakkaat ovat stressaantuneita tai ylikuormittuneita. Rentoutumisharjoituksissa kuunneltiin rentoutusäänitteitä tai rauhoittavaa musiikkia. Asiakas voisi hyödyntää tavoitteellisesti musiikin rentouttavaa kuuntelua myös kotona itsenäisesti.

Mulla on ollut mukana musiikki Rentoutus-cd valittuna kirjastosta eli oon käyttänyt rentoutumiseen...vastapainoo sille kaikelle muulle...voisi löytää musiikin avulla löytää keinoja elämänhallintaan.

Vuorovaikutus koettiin haastavaksi muistisairaiden kanssa. Musiikkia käytettiin muistelu edistävänä työkaluna ja se jopa ainoa vuorovaikutuksen väline heidän kanssaan. Asiakkaalla voi olla puhekyky heikentynyt, jolloin tutut laulut ja virret toimivat tunnetilojen kontaktina asiakkaan ”muistojen maailmaan”. Asiakas, jolta puuttuvat kielellisen kommunikaation taidot, voi kyetä laulamaan osittain tuttuja lauluja ja virsiä. Tutut laulut edistävät muistelu ja saavat aikaan pohdiskelua ja antavat virikkeitä elämään.

Saattaa tulla jos ihminen ei puhu mittään ni yhtäkkiä laulaa jonkun suvirren, vaikka ei oo puhunu pitkään aikaan sanaakaan.

Sen oon niinku huomannut työssä sen että, jos vaikka puhekin voi olla että, ei mee jos, on joku on vähän dementoitunut, tai puhe ei mee, mutta musiikki menee. Se tavoittaa ihmisen.

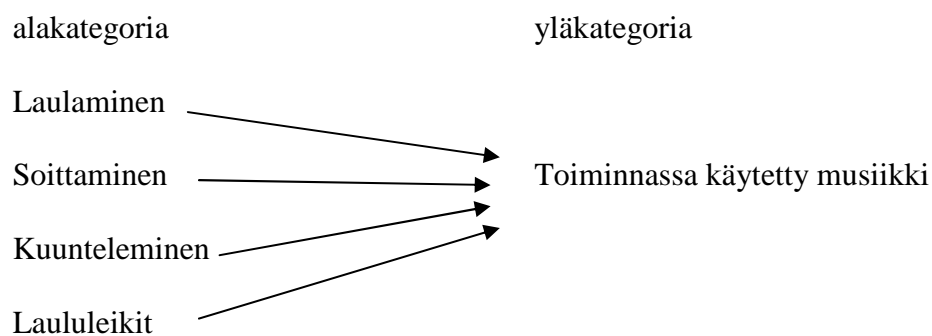
Tulosten mukaan musiikilla ja musiikin kuuntelulla on terapeuttinen vaikutus asiakkaaseen. Musiikki auttaa asiakasta työstämään mieltä painavia asioita. Laulaminen auttaa vahvistamaan äänenkäyttöä ja hengitystekniikkaa. Siitä on hyötyä ”puhetyöntekijän” ammatissa. Musiikkia käytettiin tavoitteellisesti hiljentymiseen ja hengellisyyden tunteen vahvistamiseen. Musiikki voimavaraistaa asiakasta.

5.3 Diakoniatyöntekijän käyttämä musiikki

Haastateltavat käyttivät musiikkia päivittäin. He kokivat musiikin merkityksellisenä vuorovaikutuksen tukena. Musiikinkäytön hyödyntäminen oli määrällisesti verrattavissa työntekijän omaan taitoon ja osaamiseen musiikillisesti. Musiikkia hyödynnettiin asiakastyössä tavoitteellisesti ja tietoisesti riippuen asiakasryhmästä. Musiikkia hyödynnettiin kaikkien ikäryhmien, vauva-, perhe-, vanhus-, työikäisten-, nuorten, työttömien- ja mielenterveysasiakkaiden kanssa. Musiikinkäyttöön vaikuttivat asiakkaiden ja omaisten toiveet. He lauloivat yhdessä asiakkaiden kanssa kerhoissa tai toiminnallisissa tilanteissa. Laulut antavat merkityksellisen asiakkaan elämäntilanteeseen liittyen. Laulaminen auttaa tietoisesti asioiden työstämisessä ja auttaa asiakasta jaksamaan.

Haastateltavat hyödynsivät taitojaan säästyksessä, laulamissa, soittamisessa ja esiintymisessä. Myös asiakkaiden musiikillisia taitoja hyödynnettiin eri tilaisuuksissa. Nämä

tavat osallistivat, tukivat yhteisöllisyyttä ja motivoivat asiakasta omien taitojen ylläpitämisessä musiikin avulla.



Kuvio 3. Diakoniatyöntekijän työssään käyttämä musiikki

Haastateltavat käyttivät työssään hengellisiä lauluja ja virsiä, kansanlauluja, koululauluja, kevyttä musiikkia ja leikkilauluja. Musiikki toimii työvälineenä riippuen asiakasryhmän taustatekijöistä, kuten biologisesta iästä ja elämänkaaren vaiheesta. Musiikki valittiin tilanteeseen sopivaksi, suhteutettuna sen hetkiseen vuodenaikaan tai asiakkaan sen hetkisen elämäntilanteeseen. Kuunneltava musiikki valittiin sen mukaan, halutaanko jättää asiakas tiettyyn mielentilaan tai haluttiinko musiikin avulla rauhoittaa asiakkaan mieltä. Haastateltavat valitsivat joskus kuunneltavan musiikin täysin omasta mielimusiikistaan.

Laululeikkejä käytettiin lasten kanssa työskennellessä. Laulut auttavat lasta keskittymään ja rytmittämään tilannetta sekä vahvistavat lapsen motorisia taitoja. Esiintyminen vahvistaa lapsen omanarvon tuntoa ja identiteettiä. Onnistuneista elämyksistä lapselle muodostuu positiivinen kokemus. Tämä irrottaa arjesta ja tukee iän mukaista psykososiaalista kehitystä.

Haastateltavat käyttivät työssään virsien ja hengellisen musiikin lisäksi klassista musiikkia, koulu- ja kansanlauluja, leikkilauluja ja kevyempää musiikkia. Klassisen- ja taidemusiikin käyttöä ja niiden vaikutuksia ihmisille on tutkittu vuosikymmeniä. Tutkituun tietoon perustuen käyttö on luotettava ja turvallinen keino johdatella asiakkaan ajatuksia negatiivisesta positiiviseen. Henkilökohtainen vakaumus ei ole esteenä tämän-

tyyppisen musiikin käyttämiseen. Klassisen musiikin eri aikakausien tuotoksia voidaan kuunnella kerhoissa yms. tilanteissa. Myös asiakkaan omaan henkilöhistoriaan liittyvä musiikki antaa työntekijälle keinon päästä asiakkaan mielenmaailmaan. Moninaisuus on haaste työntekijöille valita musiikkia, joka vastaisi asiakkaiden tarpeisiin.

Musiikin kuunteleminen ilman laulua koettiin tarpeellisenä toiminnan keinona. Musiikin kuunteleminen ei vaadi osaamista tai soittotaitoa. Se antaa helpon ja yksinkertaisen tavan luoda silta asiakkaan ja työntekijän välille. Musiikin kuuntelu voi vapauttaa asiakkaan emotionaalisesti. Koettu musiikki vapauttaa jännitteet ja parhaimmillaan eheyttää asiakkaan. Musiikki auttaa itseilmaisussa, vahvistaa itsetuntemusta, luo mielihyvää ja esteettisen elämyksen.

6 POHDINTA

6.1 Opinnäytetyöstä

Musiikkiterapiassa ja diakoniatyössä hyödynnettävä musiikin käyttö ei edellytä aikaisempaa musiikin harrastusta, taitoja tai osaamista. Se on luovaa heittäytymistä musiikin virran vietäväksi. Käytettävä menetelmä ja sen sovellus on riippuvainen ympäröivästä kokonaisuudesta, työntekijästä, asiakkaan taustoista ja mielenkiinnosta. Opinnäytetyön teoria osuudessa hyödynnettiin musiikkiterapian lähteitä. Käytimme diakoniatyön, psykiatrisen hoitotyön ja kirkkomusiikin teoreettista tietoa hengellisen ja diakonisen hoitotyön näkökulmasta.

Samankaltaisia menetelmiä ja metodeja on hyödynnetty pitkän aikaa musiikkiterapian tutkimuksissa ja diakoniatyössä. Diakoniatyössä ja musiikkiterapiassa työskennellään samojen kohderyhmien kanssa, joten molemmissa voidaan soveltaa edellä mainittuja menetelmiä. Esimerkiksi virsissä käsitellään vaikeita asioita, joita ihmiset kohtaavat elämässään. Samaa asiaa musiikkiterapia voi käsitellä Satumaa-tangossa sanoitusten ja melodian kautta.

Molemmissa musiikintyyeissä kuvataan vaikeita tunteita. Musiikki avaa yksilöllisen kokemuksen merkityksiä melodian ja sanoitusten kautta. Musiikki on ollut läsnä ihmisten elämässä kautta aikojen. Musiikki on osa sosiokulttuuria ja sillä on vahvat juuret ja perinteet Suomessa. Musiikki on osa ihmisen identiteettiä ja ulkoisessa statuksessa on nähtävissä sidosryhmään kuulumisen. Tähän kuluttajakäyttäytymiseen vaikutetaan myös mediassa. Juhlapäiviin, uskonnollisiin asioihin, vuodenaikoihin ja maantieteelliseen paikkaan ja sijaintiin on liitetty tiettyjä musiikillisia asioita.

Tämä opinnäytetyön tulokset vahvistavat, että haastateltavat voisivat käyttää yhä tietoisemmin musiikkia työvälineenä. Hyödyntäminen voisi olla tavoitteellisempaa ja yhteisempää. Musiikin käytöstä ja sen vaikutuksista on olemassa terveyttä edistävää tieteellistä näyttöä, kivun lievityksessä, rentoutumisessa, asiakkaan aktivoimisessa ja neurologisessa ja mielenterveyskuntoutuksessa. Musiikin avulla voidaan avata ja johdatella keskustelua vaikeiden asioiden äärelle. Musiikkia voidaan hyödyntää kuuntelemalla ja laulamalla. Näitä keinoja voi käyttää rohkeammin, vaikka työntekijä ei olisi soittotaitoinen tai kokisi olevansa erityisen musikaalinen.

Musiikkia käytettiin tarkoituksellisesti tiettyjen tunnetilojen ja tunnelmien luomiseen. Ei tarvitse olla musiikkiterapeutti tai musiikkikasvattaja hyödyntääkseen näitä menetelmiä työssään. Musiikkia voi hyödyntää voimavaraistavana, asiakkaan hengellisyyttä tukevana ja vahvistavana menetelmänä. Asiakkaiden, jotka eivät koe helpoksi puhua hengellisyydestä tai hengellisistä asioista, kanssa sopivalla laululla voisi tavoittaa hengelliset tarpeet. Virsiä ja hengellistä musiikkia voi käyttää lohduttavana, kantavana ja puhuttelevana rukouksena.

Musiikki auttaa ihmisiä jaksamaan pitkiä tilaisuuksia paremmin, kun musiikilla jaksotetaan tilaisuuksia. Musiikki voi olla ainoa kommunikaationmuoto vakavasta muistisairaudesta kärsivän asiakkaan kohdalla. Ihmisen muisti voi heiketä väliaikaisesti ja hän voi olla haavoittuvaisessa tilassa sairauden, esimerkiksi masennuksen, uupumuksen, unettomuuden tai aivoverenkiertohäiriön seurauksena. Musiikkia voi käyttää muun muassa näissä tilanteissa muistin aktivoimiseen ja terveyden edistämiseen asiakaslähtöisesti.

Musiikin käyttö mahdollistaa tunteiden purkamisen. Laulamalla voi tuoda turvallisesti esille tunteita, jotka painavat mieltä. Asiakas, jonka terveydentila on hyvä, voikin säilyttää näin toimintakykyään. Tilanteessa, jossa asiakkaalla on vaarana syrjäytyä tai jäädä yksin voi musiikki luoda yhteisöllisyyttä ja osallisuutta seurakunnan toimintaan. Yhteislaulu vapauttaa ja poistaa jännitystä uusissa kohtaamistilanteissa. Musiikilla voidaan edistää eettisiä arvoja ja diakoniatyön perusarvoja. Ihminen saa kokemuksia yhteisöön kuulumisesta ja yhdistävänä tekijänä toimii musiikki.

Musiikki voi olla kanava tulevalle keskustelulle asiakkaan menneisyydestä. Asiakas käy läpi transferenssin kautta tiedostamattomia haasteellisia ja vaikeita asioita elämästään. Työntekijä toimii vierellä kulkijana ja selviytymisen tukena asiakkaalle. Asiakkaiden toimintakyky paranee vaiheittain asiakassuhteen aikana. Asiakkaalla on omat toiveet, odotukset, pelot ja kokemukset elämästään, joten toimintakyvyn lisääntymisen myötä asiakas kokee voimavarojen kasvun. Vähitellen hän alkaa hyväksyä trauman tai menetyksen tuomat haasteet, jonka jälkeen suuntautuminen tulevaisuuteen on helpompaa.

Moni työntekijä olisi halukas hyödyntämään musiikkia tavoitteellisemmin, mutta tarvitsisi lisäkoulutusta. Musiikkia käytetään diakoniatyössä hyvän sanoman vuoksi. Musiikki on koettu hyväksi ja myönteiseksi kokemukseksi. Se auttaa hiljentymään surun keskellä kohtaamisissa asiakastyössä. Työntekijät haluaisivat myös oppia uutta musiikkia, eikä käyttää vain samoja musiikin työvälineitä.

Opinnäytetyö- ja tutkimusprosessi auttoi meitä ammatillisen kasvun kannalta merkittävästi. Työskentelyprosessi vahvisti taitoja, joita tulevaisuudessa tulemme hyödyntämään joko diakonisessa tai hoitotyön työympäristössä. Pyrimme käyttämään uutta ja tutkittua tietoa opinnäytetyön pohjana. Opimme arvioimaan lähdemateriaalia kriittisesti. Meille vahvistui tutkitun tiedon merkityksellisyys. Työprosessin aikana vahvistuivat ”tiimityöskentelyn” taidot. Prosessin aikana opimme aikataulutusta, organisointia, rajaamaan aihetta ja punnitsemaan työmäärää suhteessa käytettävään aikaan. Opimme myös tutkimusmetodin käyttöä ja sisällönanalyysin tekemistä.

Olemme pyrkineet tuomaan työssämme hoitotyön näkökulmaa teoretiedon puitteissa. Työmme on ajankohtainen, koska yhteiskunnassa resursseja on supistettu kaikilla sekto-

reilla ja autettavia on entistä enemmän. Työntekijöillä on mahdollisuus hankkia luotettavaa tietoa aiheesta. Opinnäytetyömme tarjoaa keinoja musiikin hyödyntämiseen työvälineenä.

6.2 Luotettavuus ja eettisyys

Laadullisessa tutkimusmenetelmässä luotettavuutta kuvaavia käsitteitä ovat uskottavuus, vastaavuus, siirrettävyys, luotettavuus, ja vahvistettavuus. Tutkimuksen luotettavuuden arvioinnissa ei ole olemassa yksiselitteisiä ohjeita. Sitä arvioidaan kokonaisuutena, tällöin sisäinen johdonmukaisuus painottuu. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 138–140.)

Tämän opinnäytetyön raportissa luotettavuutta kuvaa tekijöiden perusteellinen kuvaus ja se, miten opinnäytetyö on toteutettu. Opinnäytetyön vaiheet ja ratkaisut on kuvattu loogisesti ja valinnat on perusteltuja. Opinnäytetyön tarkoitus on kuvattu selkeästi. Aineiston analysoinnissa tuloksia on havainnollistettu kuvioiden ja aineistosta poimittujen alkuperäislainauksen avulla. (Tuomi & Sarajärvi 2009, 141).

Luotettavuutta lisää se, että jokaiselle haastateltavalle toistuvat samat ennakkoon suunnitellut kysymykset ja tarkentavat kysymykset. Jokaiselta haastateltavalta on pyydetty tutkimuslupa. Haastattelun sisällöstä ja tarkoituksesta on kerrottu jokaiselle haastateltavalle lyhyesti. Koimme, että haastatteluissa jo muutaman haastattelun jälkeen alkoivat toistua samat asiat. Loput vahvistivat tutkimuksen suuntaa. Haastattelun lopussa ennakkoasenne ja ymmärrys tutkimuksen sisällöstä ja tarkoituksesta oli havaittavissa myönteisenä asenteena. Tutkimuksen sisältö eteni luovasti ja muokkautui koko tutkimuksen teon ajan, esimerkiksi yksi tutkimuskysymys nousi esiin työstäessä tutkimusta.

Aineistosta analysoimme selvästi ilmaistut viestit, ajatuskokonaisuudet ja vastaukset sekä yhdistimme samankaltaiset sisällöt toisiinsa. Luimme vastauksia useaan kertaan ja loimme sen pohjalta kategoriat ja käsitteet. Tutkimuksen luotettavuudessa tärkeää on, että kategoriat muodostetaan vuoropuhelussa aineistossa olevien kategorioiden välillä ja

tutkimustulos vastaa aineistoa (Kyngäs & Vanhanen 1999, 10). Lopullinen kategorioiden yhdistäminen tapahtui, kun kaikki aineisto oli kerätty.

Opinnäytetyön luotettavuutta arvioidaan kokonaisuutena. Luotettavuutta mietittäessä huomioidaan tutkimuksen kohde ja tarkoitus eli ovatko haastateltavat oikea joukko vastaamaan luotettavasti tutkimuksen tarkoitukseen. Samoin luotettavuutta kuvaa se, että onko aineiston keruu menetelmä ollut oikeanlainen saavuttamaan haluttu todellinen tieto. (Tuomi & Sarajärvi, 2009, s 140–141.)

Eettisyyttä kuvaavat haastateltavien kunnioittaminen, tasa-arvoinen vuorovaikutus ja oikeudenmukaisuus.. Eettisyyttä on tapa, jolla opinnäytetyön tekijät suhtautuvat työhönsä, ongelmiin ja henkilöihin joiden kanssa ja joiden elämäntilanteesta tutkimusta tehdään. Eettinen asenne näkyy työn aiheen valinnassa, tiedon hankinnassa ja siinä miten prosessista ja tuloksista puhutaan ja miten tuloksia sovelletaan. (Tuomi & Sarajärvi, 2009.)

Eettisiä periaatteita ovat luottamuksellisuus, informointiin perustuva suostumus, seuraukset ja yksityisyys. Eettisyyttä tarkastellaan kaikissa opinnäytetyön vaiheissa. Tiedonantajilta tulee saada suostumus tekemiselle, mikä edellyttää että heille kerrotaan tutkimuksesta ja sen tavoitteista. Hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluvia tunnusmerkkejä ovat: rehellisyys, yleinen huolellisuus ja tarkkuus tutkimustyössä sekä tulosten tallentamisessa että esittämisessä. Tutkimuksen tuloksia julkaistaessa toteutetaan tieteellisen tiedonluonteeseen kuluva tiedeviestintää ja avoimuutta. Hyviin käytänteisiin sisältyy toisten tutkijoiden työn kunnioittaminen ja arvonto, joka merkitsee omassa työssä viittaamista muiden julkaisuihin asianmukaisella tavalla. (Diakoniammattikorkeakoulu 2010, 12; Tuomi & Sarajärvi, 2009)

Tutkimusetiikkaan liittyy tutkimushankkeiden asianmukaisuus. Eettisyyttä valvovat useat julkiset elimet kuten opetusministeriön asettama tutkimuseettinen toimikunta. Se on laatinut ohjeet tieteellisen menettelytavan noudattamiseen. Lähtökohtana eettisyyteen tulee olla ihmisarvon kunnioittaminen. Ihmisille täytyy antaa oikeus päättää osallistuvatko he tutkimukseen. Haastateltaville tulee informoida tutkimuksen kulku ja minkä-

laisia riskejä heihin voi kohdistua vastaamalla tutkimukseen. (Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohje 2012)

Tutkimusaineistossamme käytimme kahdeksaa haastattelua. Kaikki tutkimuksen diakoniatyöntekijät hyödyntävät eri tavoin musiikkia työssään. Tulosten perusteella ei voida päätellä vastaajan henkilöllisyyttä, statusta tai työpaikkaa. Tutkimuseettiseltä kannalta on merkityksellistä säilyttää vastaajien anonymiys. Emme mainitse tarkempaa aikaa, paikkaa tai tilannetta haastattelujen keräämisestä, jotta anonymiteetti ei kärsisi tästä.

6.3 Jatkokehittämishaasteet

Musiikin käyttöä diakoniatyöntekijän työvälineenä voisi tutkia tulevaisuudessa asiakkaan näkökulmasta. Musiikkia voitaisiin tutkia enemmän diakoniatyön erityisryhmien, kuten monikulttuurisen, vanhusten, mielenterveys- ja päihdeasiakkaiden kanssa. Musiikin tavoitteellista käyttöä voisi tutkia laajemmalti samoin sen yhteyttä muiden taide-
muotoisten ilmaisutapojen käyttöön.

LÄHTEET

- Aho, Matti 2009. Hengellisen hoidon välineet. Teoksessa Kirsti Aalto & Raili Gothoni (toim.) Ihmisen lähellä. Hengellisyys hoitotyössä. Helsinki: Kirjapaja.
- Ahonen, Heidi 2000. Musiikki - Sanaton kieli. Musiikkiterapian perusteet. Helsinki: Finnlectura Oy.
- Ala-Ruona, Esa; Saukko, Päivi; Tarkki Aarre 2007. Musiikkiterapiapalvelut. Hyvinkää: Suomen Musiikkiterapiayhdistys. Viitattu 10.10.2012.
http://www.musiikkiterapia.net/index.php?option=com_content&view=article&id=54&Itemid=65.
- Ala-Ruona, Esa 2014. Musiikkiterapian arviointi. Musiikkiterapian aineopinnot luennot 14.2.2014. Tampereen Kesäyliopisto, Jyväskylän yliopisto.
- Diakonia-ammattikorkeakoulu 2010. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä. Opas diakonia-ammattikorkeakoulun opinnäytetyötä. Tampere: Juvenes Print Oy.
- Eerola, Tuomas 2010. Evoluutiopsykologia ja musiikki. Teoksessa Jukka Louhivuori & Suvi Saarikallio (toim.) Musiikkipsykologia. Jyväskylä: Bookwell Oy.
- Eerola, Tuomas; Saarikallio, Suvi 2010. Musiikki ja tunteet. Teoksessa Jukka Louhivuori & Suvi Saarikallio (toim.) Musiikkipsykologia. Jyväskylä: Bookwell Oy.
- Erkkilä, Jaakko 2003. Musiikkiterapian mahdollisuudet lapsen surussa. Teoksessa Jaakko Erkkilä, Tiina Holmberg, Sirkku Niemelä & Ylönen Hilka (toim.) Survan lapsen kanssa. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy, 9–59.
- Erkkilä, Jaakko; Tervaniemi, Mari 2012. Musiikkiterapia masennuksen hoidossa. Suomen Lääkärilehti 21(67).
- Erkkilä, Jaakko; Rissanen, Paavo 2008. Kuntoutus. Taiteet ja kuntoutuminen. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 683–699.
- Haapasalo, Juhani 2003. Tekstimusiikki. Teoksessa Lasse Erkkilä, Ulla Tuovinen & Erkki Tuppurainen (toim.) Kirkkomusiikin käsikirja. Jyväskylä: Gummerus kirjapaja Oy.
- Heal, Margaret; Wigram, Tony 1999. Musiikkiterapia. Hoitotyöstä kasvatukseen. Helsinki: Oy Unipress Ab.
- Jokela, Ulla 2011. Diakoniatyön paikka ihmisten arjessa. Helsingin Yliopisto. Sosiaalityö. Akateeminen väitöskirja. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.

- Jukkola, Risto 1999. Dementia musiikkiterapian haasteena – yhteislauluun perustuvan musiikkiterapian tarkastelua. Teoksessa Jaakko Erkkilä & Kimmo Lehtonen (toim.) Musiikkiterapian monet kasvot. Jyväskylä: Kopijyvä Oy.
- Kivikoski, Tuija 2009. Muistisairaana ja dementoituneen lähellä. Teoksessa Kirsti Aalto & Raili Gothoni (toim.) Ihmisen lähellä. Hengellisyys hoitotyössä. Helsinki: Kirjapaja.
- Kuusimäki, Kalle 2012. Diakonia kirkon perustehtävänä. Teoksessa Raili Gothóni, Kalle Kuusimäki, Riitta Helosvuori & Karoliina Puuska (toim.) Kantakaa toistenne kuormia diakoniatyön perusteet ja käytäntö. Helsinki: Kirjapaja.
- Kyngäs, Helvi; Vanhanen, Liisa 1999. Sisällön analyysi. *Hoitotiede* 11(1).
- Latvala, Eila; Visuri, Tuomo; Janhonen, Sirpa 1995. Psykiatrinen hoitotyö. *Juva, WSOY*, 88–123.
- Lehikoinen, Jaana 2014. BMGIM, musiikillinen mielikuvatyöskentely. Musiikkiterapian aineopinnot 26.4.2014. Tampereen Kesäyliopisto, Jyväskylän Yliopisto: Oppimateriaali Koppa.
- Lintunen, Petri 2003. Seurakunnan musiikkielämä ja sen tavoitteet. Teoksessa Lasse Erkkilä, Ulla Tuovinen & Erkki Tuppurainen (toim.) *Kirkkomusiikin käsikirja*. Jyväskylä: Gummerrus kirjapaja Oy.
- Louhivuori, Jukka & Saarikallio, Suvi (toim.) 2010. *Musiikkipsykologia*. Jyväskylä: Atena-Kustannus.
- Lunden, Maija; Silven, Maarit 2011. Vauvan kahdenkeskinen leikki äidin ja isän kanssa – perheiden erot yhteissäätelyssä ennustavat lapsen kieli- ja kommunikointitaitojen kehitystä. *Psykologia* 46 (6), 396.
- Mattila Reijo; Hannikainen Reijo 2003. Kirkkovuosi ja kausisuunnittelu. Teoksessa Lasse Erkkilä, Ulla Tuovinen & Erkki Tuppurainen (toim.) *Kirkkomusiikin käsikirja*. Jyväskylä: Gummerrus kirjapaja Oy.
- Pilvistö-Viljanen, Marita 2005. Musiikki varhaisen vuorovaikutuksen tukijana. Vauva-perheet ja diakoniatyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. Viitattu 10.10.2012.
http://kirjastot.diak.fi/files/diak_lib/Pieksamaki2005/pilvistoviljanen.pdf.
- Raamattu. Suomen evankelis-luterilaisen kirkon kirkolliskokouksen vuonna 1992 käyttöön ottama suomennos. Pieksämäki: Kirjapaja.

- Rättyä, Lea 2009. Diakoniatyö yksilöllisenä ja yhteisöllisenä auttamisena yhteiskunnallisessa muutoksessa. Kuopio: Kuopion yliopiston julkaisuja E. Yhteiskuntatieteet 179.
- Saarikallio, Suvi 2007. Music as Mood Regulation in adolescence. Doctoral dissertation. Faculty of Humanities. Jyväskylä: University of Jyväskylä.
- Saarikallio Suvi 2014. Musiikkipsykologia. Musiikkiterapian aineopinnot luennot 25.1.2014. Tampereen Kesäyliopisto, Jyväskylän yliopisto.
- Sulkava, Raimo; Eloniemi, Timo; Erkinjuntti, Timo; Hervonen, Antti 1994. Dementia. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Suomen evankelis-luterilainen kirkko 2010. Diakonian viranhaltijan ydinosaaminen 2010. Viitattu 30.3.2014.
[http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/F69989152F5F3B0AC2257744002BF5ED/\\$FILE/diakonia_yo.pdf](http://sakasti.evl.fi/sakasti.nsf/0/F69989152F5F3B0AC2257744002BF5ED/$FILE/diakonia_yo.pdf).
- Taipale, Markku 1999. Musiikkiterapia dementian hoidossa. Teoksessa Jaakko Erkkilä & Kimmo Lehtonen (toim.) Musiikkiterapian monet kasvot. Jyväskylä: Kopijyvä Oy.
- Tutkimus eettinen neuvottelu lautakunta 2012. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Viitattu 29.3.2014.
http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_verkkoversio040413.pdf.pdf#overlay-context=fi/ohjeet-ja-julkaisut.
- Tuomi, Jouni; Sarajärvi, Anneli 2012. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Vantaa: Hansaprint Oy.
- Vaajoki, Anne 2012. Aikuisten gastroenterologisten potilaiden leikkauksen jälkeinen kipu – musiikki-interventio kivun lievittämisessä. Hoitotieteen tiedekunta. Itä-Suomen yliopisto. Väitöskirja.
- Vapaavuori, Hannu 2003. Virsi luterilaisessa perinteessä. Teoksessa Lasse Erkkilä, Ulla Tuovinen & Erkki Tuppurainen (toim.) Kirkkomusiikin käsikirja. Jyväskylä: Gummerrus kirjapaja Oy.
- Vatanen, Osmo 2003. Laulu ja soitto. Teoksessa Seppo Häyrynen, Heikki Kotila & Osmo Vatanen (toim.) Spiritualiteetin käsikirja. Helsinki: Kirjapaja Oy.
- Vilka, Hanna 2005. Tutki ja kehitä. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Liite 1: Teemahaastattelurunko

Miten hyödynnät musiikkia työsi työvälineenä:

Millaisten ryhmien kanssa käytät musiikin keinoja työsi apuna?

Miten hyödynnät musiikkia työsi työvälineenä?

Toimivatko ryhmät vertaistukena?

Miksi käytät musiikkia työssäsi?

Miten musiikki tukee mielenterveyden edistämistä työssäsi?

Oletko huomannut sen erityisesti vaikuttavan jollakin tavalla asiakkaisiin?

Onko sillä kuntouttavaa vaikutusta heihin?

Kuinka tavoitteellisena koet musiikin käytön työssäsi?

Asetatko musiikin käytölle tavoitteita tunteiden käsittelyssä?

Esimerkiksi suruntunteiden käsittelyssä?

Mitä musiikkia käytät työssäsi?

Liite 2: Teemahaastattelurunko

Pelkistys	Listaus	Alakategoria	Yläkategoria
”..Käytännössä työikäisiä, vanhuksia, lapsia, ihan kaikenikäisten kanssa”	Eri-ikäisten asiakkaiden kanssa	Yksilö ja ryhmätyössä	
”Itelle olisi niinku hankalampi monessa tilanteessa työkennellä, jos ei ois pystynyt saamaan millään lailla kontaktia musiikin avulla”	Musiikin kuuntelu vaikeiden asioiden ääressä tai keskustelun avajana, vaikeiden asioiden ”sanoitus” musiikin kautta	Vuorovaikutuksen tukena	
”Se tunne-elämän avautuminen musiikin kautta tapahtuu, niin silloin yleensä niinku se selvästi edistää mielenterveyttä”	Aiheeseen johdattelussa tai avauksessa	Mielenterveyden edistämisessä	
”lastenkin kanssa...sehän on sellanen leikki tai semmonen hyvän mielen luoja, että se luo iloa ja yhteisöllisyyttä ja siihen osallistutaan sitten..	ryhmissä, leireillä, retkillä, kerhoissa, tilaisuuksissa yhteisöllisyyden merkitys läsnä	Yhteisöllisyyden luomisessa	
”on ryhmiä joissa, on ihan se vertaistuki kaikista tärkeintä, ohjaajan rooli on vaan niinku kannatella sitä.”	Kohtaamiset asiakkaiden kanssa	Sosiaalisten taitojen tukemisessa	Musiikki diakoniatyöntekijän työvälineenä

”Kyllä niinkun kaikilla niinkun kerhoissa ja kotikäyneillä ja leireillä ja retkillä niin joka paikassahan meillä lauletaan”	laulaminen kaikessa toiminnassa	Laulaminen	
”Se kuuluu soittamalla ja laulamalla minun työrepertuaariin	soittamalla itse tai asiakas soittaa	Soittaminen	
”Käytin aika paljo semmosta niinko, enempi semmosta klassista musiikkia”	klassisen, kevyen musiikin, kansan- ja koululaulujen sekä hengellisten laulujen kuunteleminen	Musiikin kuunteleminen	
”Oon vetänyt muutamia lauluja, sellaisia laululeikkejä pienille lapsille”	leikkilaulut	Laululeikit	Toiminnassa käytetty musiikki

”itsessään jo jotkut laulut ja niitten sanotukset on semmosia, että ne itsessään jo hoitaa”	voimavaraistaminen, tutut virret toimivat tunnetilojen ja muistojen kontaktin saamisen apuna ja tavoittavat asiakkaan ”omasta maailmastaan.”	Edistää muistelua ja mielenterveyttä	
”Niin kyllä se rentouttaa ja vapauttaa heitä	rauhottuminen, rentoutus, ajatusten muualle suuntaaminen, hyvän olon tunteen vahvistaminen	Rentouttaa	
”Laulun tai sen mikä soitetaan nauhalta tai lauletaan, sen takia että se porukka saadaan hiljaseksi, että ne sitten keskittyy siihen, mitä sanotaan sen jälkehen”	keskittyminen, hiljentyminen, tilanteeseen tuo rakennetta/jäsentää	Keskittyminen	
”Surussa, sellaisessa tunteiden käsittelyssä, se tuota herkistää ja sitten tuota nostaa mieleen sel-	työvälineenä tunteiden käsittelyssä	Avaa tunnelukkoja	

laisia monenlaisia muistoja ja sillä tavalla voi olla myöskin tunteiden käsittelyn apuna”			
”Jos ei muuten tuu hengellisyydestä puhe, niin virsiä lauletaan ja hengellisiä lauluja niin, monesti sen jälkeen asiakkaat rupee puhumaan omia asioitaan ja uskon asioita ja hengellisiä.”	avauksena rukoukseen, hengellisyyteen ja uskon asioihin	Rukoileminen, hengelliset ja psyykkiset tarpeet	Musiikin vaikutukset asiakkaaseen