

Inhimillisesti kestävä hoivatyö

TEKSTI | Satu Bethell, Panu Karhinen

////////////////////////////////////

Miten saada uusia tekijöitä hoivatyöhön ja miten tukea ja innostaa työssä olevia löytämään mielekkyyttä jatkamaan ja ehkä jopa eläkkeellä olevia palaamaan hoivatyön pariin? Pula lähihoitajista ja sairaanhoitajista on kasvanut hyvin nopeasti viimeisen kahden vuoden aikana.

Julkisen alan eläkevakuuttaja Kevan teettämän kuntasektorin työvoimaennusteen mukaan lähihoitajien tarve on kasvanut vuoden 2021 700:sta nykyiseen 8 800 ja sairaanhoitajien osalta vastaavat luvut ovat 2021 8 000 ja nykyisin 16 600. Luvut kattavat koko maan tilanteen, Uudellamaalla tilanne työntekijöiden riittävydessä on vaikein. (Keva/Aula Research 2023.) Voisiko inhimillisesti kestävä hoivatyö, jossa työntekijällä on mahdollisuus toimia luovuutta hyödyntäen samalla omaa ja jaettua hyvinvointia kehittäen olla toiminnan tavoitteena sen vetovoimaisuutta lisäävänä tekijänä?



Kuva: Puwadon Sang-ngern / Pexels

Tässä tekstissä pohdimme inhimillisesti kestäväen hoivatyön tavoitteita ja luovan vuorovaikutuksen roolia hyvinvoinnin lähteenä hoivatyössä. Esitämme ajatuksia ja ratkaisuvaihtoehtoja kiireisen, resurssipulan kanssa painivan ja hoivan tarpeiden ja työn tekemisen mahdollisuuksien ristiriidasta johtuvaa kohtuutonta eettistä kuormitusta tekijöilleen aiheuttavan hoivatyön muutokseen, jossa työ on hyvinvoinnin lähde ja voimavara. Hyvinvoivat työntekijät kykenevät tekemään vaativaa kohtaamisosaamista vaativaa työtänsä paremmin tuottaen tyytyväisempää asiakaskoemusta.

Hoivatyö ei ole liian usein esillä positiivista kiinnostusta ja laajaa merkityksellisyyttä huokuvana toimintana. Enemmän esillä hoivatyöhön liittyen on kiire, vähäiset resurssit ja työn "puuduttavuus" ja eettinen kuormitus. Kuten Outi Jolanki Gerontologia- lehden pääkirjoituksessa toteaa: "Pahin seuraus toistuvasta negatiivisesta julkisuudesta voi olla hoivatyön kiinnostavuuden väheneminen. Tarkemmin sanoen kiinnostavuuden heikkeneminen vieläkin enemmän. Keväällä 2019 ilmestynyt pohjoismainen vertailu osoitti, että jo nyt Suomessa hoivatyöntekijöiden vaihtuvuus on suurta ja alanvaihtoajatukset yleisempiä kuin muissa Pohjoismaissa." (Jolanki 2019.)

Olemme eläneet hetken uudessa hyvinvointialueiden maailmassa. Hyvinvointialueiden tavoitteena on luoda toimintarakenteita ja -tapoja ihmislähtöisten palvelukokonaisuuksien aikaansaamiseksi. Hyvinvointialueiden ja kuntien yhteistyössä painopiste on hyvinvoinnin ja terveyden edistämisessä, mikä vähentää tarvetta sosiaali- ja terveydenhuollon palveluihin (Soteuudistus.fi.). Toimintaa on uudelleen organisoitu ja kehittäminen jatkuu edelleen. Uusia rakenteita on luotu tavoitteenaan myös uudistaa toimintaa paremmin vastaamaan niin palvelun käyttäjien kuin työntekijöidenkin tarpeita. Muutostilanne mahdollistaa uusien toimintatapojen kokeilemisen, uuden etsimisen ja luovemman hoivatyön tulevaisuuden polun kirkastamisen.

Inhimillisesti kestävä hoivatyön tavoitteet

Inhimillisesti kestävällä tarkoitetaan tässä sellaisia toimintatapoja ja ratkaisuja, jotka varmistavat ihmisten hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden kokemuksen sekä takaavat kestävä kehityksen pitkällä aikavälillä. Inhimillisesti kestävä hoivatyö pyrkii tasapainottamaan sosiaaliset tavoitteet osaksi taloudellisia ja ympäristöllisiä tavoitteita ja rakentamaan hoivatyöntekijöiden ja iäkkäiden palvelun käyttäjien hyvinvointia ja oikeuksia tukevaa kehitystä.

Millaisia ovat inhimillisesti kestävä hoivatyön tavoitteet ja keiden niitä tulisi määritellä? Palvelunkäyttäjien yksilöllisten tarpeiden huomiointi ja heidän autonomisuutensa ja omassa elämässä merkitykselliseen toimintaan osallistumisensa ovat tärkeitä periaatteita inhimillisesti kestävässä hoivatyössä.

Helsingin yliopiston tutkimusjohtaja Ville-Pekka Sorsa toteaa Yliopisto-lehden verkkoversiossa (2023), kuinka juuri hyvinvointialueiden alkuvaiheessa pitäisi investoida aikaa ja rahaa uusien toimintamallien rakentamiseen, jotta saataisiin rakennettua työhyvinvointia ja säästöjä pitkällä aikavälillä. Jos tutkimus- ja kehitystyö jäävät tekemättä, päädytään vain sammuttelemaan tulipaloja, Sorsa jatkaa. Näyttäisi siltä, että toiminnan virtaviivaistamisen innossa on unohdettu työntekijäkokemus, eikä se ole johtanut laadukkaaseen hoitoon eikä hyviin työoloihin. Sosiaalityön apulaisprofessori Minna Zechner toteaa samaisessa julkaisussa, että: "Jos tahdotaan muualle siirtyneet hoitajat palaamaan ja uusia opiskelemaan alaa, työolot on saatava sellaisiksi, että sinne halutaan". Vanhustyöhön hakeudutaan usein vahvalla eettisellä pohjalla pyrkimyksenä olla vuorovaikutuksessa iäkkäiden ihmisten kanssa ja tukea heitä elämään oman näköistä elämäänsä. Näiden tekijöiden toteutuessa työhön syntyy merkityksellisyyden kokemusta ja iloa. Työn ollessa liukuhinnamaista ja vailla luovuutta siitä katoaa ilo ja peruste, miksi työntekijät ovat hoiva-alalle hakeutuneet.

Hoivatyössä työajan määrällä ja kohdentumisella on merkitystä iäkkään ihmisen elämänlaadulle. Räsänen (2017) mukaan fokuksen tulee olla palvelun käyttäjälle annettur sisällössä. Hän toteaa, että juuri sisällön kehittäminen on mahdollista, silloinkin kun resurssit ovat niukat. Työntekijän ammatillisen kasvun tukeminen ja toimintakulttuurien vieminen luovuutta hyödyntävään suuntaan on yhteydessä asiakkaan kokemukseen hoivasta. Se lisää



molemmin puolista ymmärryksen rakentumista ja toiminnan muovautumista asiakkaan yksilöllisen kohtaamisen toteutumiseksi (Räsänen 2017). Luovuutta sisältävä kohtaaminen turvaa osaltaan hoivaa tarvitsevan ihmisen näkymistä arvokkaana ihmisenä tilanteessa, johon liittyy usein inhimillistä haavoittuvuutta. Pirhosen mukaan hyvän hoivan ytimessä tulisikin olla sosiaalisen näkymättömyyden vastustaminen ja ihmisen näkyväksi tuominen sellaisena kuin hän on. Hän korostaa tekojen merkitystä ja tekojen näkemistä valintoina, joilla on vaikutuksia (Pirhonen, 2017). Luovalla toiminnalla hoivatyössä voidaan saada aikaan ihmisen näkyväksi tuleminen.

Luova vuorovaikutus työhyvinvoinnin mahdollistajana

Hoivahenkilökunnan työssäjaksaminen on tällä hetkellä tapetilla enemmän kuin koskaan. Pienillä hoitajaresursseilla työskentely uuvuttaa, eikä aikaa merkityksellisiin kohtaamisiin asukkaiden kanssa ole aikaa eikä voimia. Tällä on suora vaikutus työntekijän työssäviihtymiseen ja – jaksamiseen. Se vaikuttaa myös siihen, kuinka merkityksellisenä tai houkuttelevana hoivatyö koetaan.

Moni hoiva-alalla työskentelevä valitsee hoivatyön ihmisten välisen kohtaamisen ja sosiaalisen vuorovaikutuksen vuoksi. Halu kohdata, kuunnella tai olla läsnä asukkaan arjessa jää kuitenkin usein muiden kiireiden alle. Työntekijä turhautuu, ettei pääse työssään tekemään sitä, mihin hänet on palkattu: toisen ihmisen kohtaamiseen. Asukkaalle puolestaan tulee tunne, ettei hoivakotihenkilökunnalla ole aikaa pysähtyä tai kohdata häntä erillisenä yksilönä.

Miten olla läsnä tai kohdata kiireisessä ja sirpaleisessa hoivatyössä, jos työ koostuu irrallisista palasista eikä koskaan ehdi rauhassa saattaa mitään asiaa loppuun? Miten hoivakodin kiireen tuntu vaikuttaa hoitosuhteeseen? Entä miten kiire ja kohtaamattomuus vaikuttaa työmotivaatioon tai työhön sitoutumiseen? Jos aina on tunne, ettei mikään riitä, on työntekijän vaikea siirtää myötäelävää läsnäolemisen ja turvallisuuden tunnetta asukkaalle.

Kohtaaminen on työtä ja osaamista

Hoivatyön ydin on inhimillisessä vuorovaikutuksessa. Erityisesti muistisairaiden kanssa työskenneltäessä kohtaamisen, kommunikoinnin ja läsnäolon merkitys korostuu. Tarvitaan tilaa ja aikaa pienten eleiden ja kasvojen mikroliikkeiden näkemiselle ja niiden lukemiselle.

Myötäeläminen on mukana elämistä, aitoa kohtaamista ja tunteiden jakamista. Se on yhteyttä toisiin, tekoja toisten hyväksi. Se voi näkyä halauksena, kannustavana sanana tai kuunteluna. Matkalla kohti inhimillisesti kestävästä työelämästä meidän on kiinnitettävä huomiota myötätuntoon työpaikoilla.

Myötäelävän läsnäolon kautta voimme vaikuttaa toistemme hyvinvointiin ja onnellisuuteen. Myötätuntoiset teot ja sanat rakentavat samalla omaa hyvinvointiamme ja lisäävät tunnetta

elämän merkityksellisyydestä ja pysyvyydestä.

Kohtaamattomuus hoivakodissa voi johtaa siihen, että ikäihminen kadottaa elämänilonsa tai pahimmassa tapauksessa jopa tunteen oman elämän merkityksellisyydestä. Kiinnostuksen ympäristöä tai toisia kohtaan kadotessa, ihminen vetäytyy helposti omaan maailmansa ja hänestä tulee passiivinen ja entistä hoidettavampi. Hoidettavuuden lisääntyessä hoivahenkilökunta saattaa puolestaan kokea, ettei aika perushoidon lisäksi riitä muuhun. Voimavarat luovien ryhmien ohjaamiseen tai järjestämiseen ovat vähissä tai niitä ei ole, vaikka kiinnostusta tai osaamista henkilökunnassa olisikin. Kuitenkin nimenomaan riittävien tunnevirikkeiden tarjoaminen vaikuttaa positiivisesti esim. Ikäihmisten aggressioiden vähenemiseen tai yöunien paranemiseen.

Pysähtyminen jaettujen kokemusten äärelle

Luova tekeminen ja sen myötä osallisuus ja huomion ja tarkkaavaisuuden kohdentaminen esim. käsillä tekemiseen, tarinateatteriin tai musiikin kuunteluun vievät huomion muualle ja antaa sekä ikäihmiselle että häntä hoitavalle toivotun lepo hetken tai mahdollisuuden siirtyä hetkeksi toiseen tilaan; muistoihin tai tulevaan. Mielekkään tekemisen myötä hoivakotiympäristö rauhoittuu ja hoitajien työkuormitus vähenee. Yhteisen tekemisen äärellä syntyy luontevia kohtaamisia ja keskusteluja.

Työhyvinvoinnin tukemiseen tarvitaan, erityisesti kiireen keskellä, työkaluja ja menetelmiä, joiden avulla mahdollistetaan pysähtyminen ja toisen kohtaaminen. Osallisuuteen ja kohtaamiseen rakentuva luova toiminta antaa mahdollisuuden oman elämän jakamiselle, yhteisen tekemisen ja jaetun kokemuksen äärelle pysähtymiselle.

Osallisuus ja tunne johonkin yhteisöön tai ryhmään kuulumisesta syntyy yhdessä tekemisestä ja kohdatuksi tulemisesta. Hoivakotiyhteisölle taiteen voidaan ajatella olevan luovaa, sosiaalista, kulttuurista ja taloudellista pääomaa (Taide- ja taiteilijapoliittinen toimikunta, TAO 2002, 6.)

Luovien menetelmien hyödyntäminen hoitotyössä voi lisätä hoitajien hyvinvointia parantamalla työtyytyväisyyttä ja työilmapiiriä. Hoitajien mukaan luovat toiminnot myös lisäävät heidän kiinnostustaan asiakkaita sekä heidän elämäntarinoitaan kohtaan, mikä syventää hoitosuhdetta ja luo ikääntyneelle tunteen arvostavasta ja yksilöllisestä kohtaamisesta (Broome ym. 2017; Robertson & McCall 2018).

Taidekokemuksen liittäminen osaksi asukkaan hoivaympäristöä

Taiteen ja kulttuurin juurruttaminen osaksi hoivakotien rakenteita pohjautuu eettiseen perustaan tasavertaisesta ja kaikkien ihmisarvoa kunnioittavasta elämästä. Liikasen (2010) mukaan jokaisella tulisi olla mahdollisuus osallistua kulttuuritoimintaan riippumatta elin- tai työympäristöstä, halunsa, toimintakykynsä ja luovien voimavarojensa mukaisesti, koko

elämänsä ajan. Myös muuttuvissa elämäntilanteissa ja yhteisöissä. (Liikanen 2010.)

Laurea, Haaga-Helia ja Metropolia ammattikorkeakoulujen keväällä 2021 käynnistyneen Elossa! Luovaa alaa ja hoivakoteja elvyttämässä yhteiskehittämällä-hankkeen lähtökohtana on ajatus hoivakotien ja luovan alan toimijoiden välisestä yhteistyöstä, missä vahvistetaan luovien menetelmien rakentumista osaksi hoivakotikulttuurien toimintamallia. Hankkeessa kartoitetaan Helsingin Seniorisäätiöön kuuluvien hoivakotien toiveita sille, mitä luovia menetelmiä koteihin toivotaan lisää. Toisessa vaiheessa toteutetaan kuvallisen ilmaisun, draaman ja musiikin työpajoja hoivakodeissa. Lisäksi hankkeeseen osallistuvat luovan alan ammattilaiset kehittävät ja toteuttavat taidepalvelukonsepteja hoivakotiympäristössä. Hankkeen toivotaan tarjoavan sekä hoivakotien asukkaille että henkilökunnalle hyvinvointia lisääviä luovia taukoja muuten kiireiseen arkeen ja taiteen läsnäolon kautta uusia näkökulmia asukkaiden ja hoitajien välisiin päivittäisiin kohtaamisiin.

Ajatuksia luovuudesta tulevaisuuden hoivatyössä

Tulevaisuutta emme voi ennustaa, mutta silti voimme pohtia millaista tulevaisuutta haluamme, ja sen toteutumiseen voimme vaikuttaa tämän hetken valinnoillamme.

Keskustelimme kahden Pirkanmaan hyvinvointialueella ikääntyneiden asumispalveluyksiköissä Kangasalalla työskentelevän kulttuuriohjaajan kanssa tulevaisuuden näkymistä ja kulttuurisen- ja luovan toiminnan roolista hoivatyössä. Suvi Leppäsellä ja Sini Murasella on molemmilla vahva luovan toiminnan hyödyntämisen tausta. Heidän keskeisenä työtään ohjaava arvona on palvelun piirissä olevien ihmisten kulttuuristen oikeuksien toteutuminen. Toivottavassa tulevaisuudenkuvassa he näkevät arkipäiväistä sujuvaa moniammatillista yhteistyötä, joka tapahtuu heittäytymistä mahdollistavassa, erilaisuutta arvostavassa ja kaikissa ihmisissä olevaa luovuutta hyödyntävässä toimintaympäristössä. Töihin on kiva tulla, jos luovuuden hyödyntäminen kohtaamisissa on kaikkien käytössä. Palvelun käyttäjät ovat tyytyväisiä uudesta luovuudesta ja läsnäoloa korostavasta tavasta toimia, jossa asukkaalla on valta omaan elämään ja enemmän mahdollisuuksia sen ilmaisemiseen. Asukkaille ja heidän läheisilleen on erittäin tärkeää iäkkään ihmisen näkyväksi tuleminen kokonaisena ihmisenä elämän historioineen ja yksilöllisine merkityksineen.

Toivottavassa tulevaisuudessa luovien menetelmien käyttö on arkipäiväistynyt, yhteys ihmisten välillä parantunut ja hoivatyö muuttunut inhimillisesti kestävämmäksi. Tulevaisuudessa on eletty todeksi ajatus, että elämä jo itsessään on luovaa.

Kysyimme alussa, miten voisimme saada uusia tekijöitä hoivatyöhön ja miten tukea ja innostaa jo työssä olevia löytämään mielekkyyttä jatkamaan ja ehkä jopa eläkkeellä olevia palaamaan hoivatyön pariin. Lisäksi pohdimme millaisia ovat inhimillisesti kestävä hoivatyön tavoitteet ja keiden niitä tulisi määritellä. Luovuuden ymmärtäminen merkittävänä hyvinvoinnin rakennusaineena ja sille tilan luominen arjen hoivatyössä mahdollistaa inhimillisesti kestävämmän hoivatyön. Rikkaan ja merkityksellisen elämän kokeminen

hoivakotiympäristössä vaatii kaikilla organisaation tasoilla omien ennako-oletuksien ja asenteiden uudelleenmäärittelyä ja luovuuden voimavarojen käyttöönottoa.

Luovuuden voimavarojen laaja käyttöönotto tuo hoivatyöhön uusia merkityksiä ja mielekkyyden kokemisen mahdollisuuksia työntekijöille. Tulevaisuus rakennetaan tämän hetken valinnoilla. Millaista hoivaa ja hoivatyötä sinä toivot tulevaisuudelta?

Lähteet:

- Broome, E, Denning, T, Shneider, J., & Brooker, D. 2017. Care staff and the creative arts: exploring the context of involving care personnel in arts interventions. *International Psychogeriatrics* 29 (12), 1979–1991.
- Jolanki, O. 2019. Joko Riittää. *Gerontologia* 2/2019.
- Pirhonen J. 2017. *Good Human Life in Assisted Living for Older People: What the residents are able to do and be.* Tampere University Press.
- Robertson, J.M & McCall, V. 2018. Facilitating creativity in dementia care: the co-construction of arts-based engagement. *Ageing & Society* 40, 1155–1174.
- Räsänen, R. 2017. Hoitajien työajan merkitys asiakkaiden elämänlaadulle vanhusten ympärivuorokautisessa hoidossa. *Gerontologia* 2/2017.
- Soteuudistus. [Sosiaali- ja terveyshuollon ja pelastustoimen uudistus](#). Viitattu 7.3.2023.
- Taide on mahdollisuuksia. [Ehdotus valtioneuvoston taide- ja taiteilijapoliittiseksi ohjelmaksi](#). Taide- ja taiteilijapoliittinen toimikunta TAO. Viitattu 25.4.2022.
- Vairimaa, R. 2023. Hoivajärjestelmä on vaarassa romahtaa vuosikymmenen sisällä, tutkija pelkää | Helsingin yliopisto (helsinki.fi). Viitattu 8.3.2023.
- Tulevaisuuskeskustelu 16.3.2023. Osallistujat Sini Muranen ja Suvi Leppänen. Fasilitaattori Panu Karhinen

URN <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe2023040635342>



Satu Bethell

satu.bethell(at)laurea.fi

Sosiaalialan lehtori, Elossa! -hankkeen luova asiantuntija, Laurea ammattikorkeakoulu



Panu Karhinen

panu.karhinen(at)metropolia.fi

Vanhustyön lehtori, Elossa! -hankkeen projektityöntekijä, Metropolia ammattikorkeakoulu

hoitotyö

kestävähoitotyö

luovahoiva

luovuus

vetovoima