

Tanssin taikaa - tanssin hyödyntäminen hoitotyössä

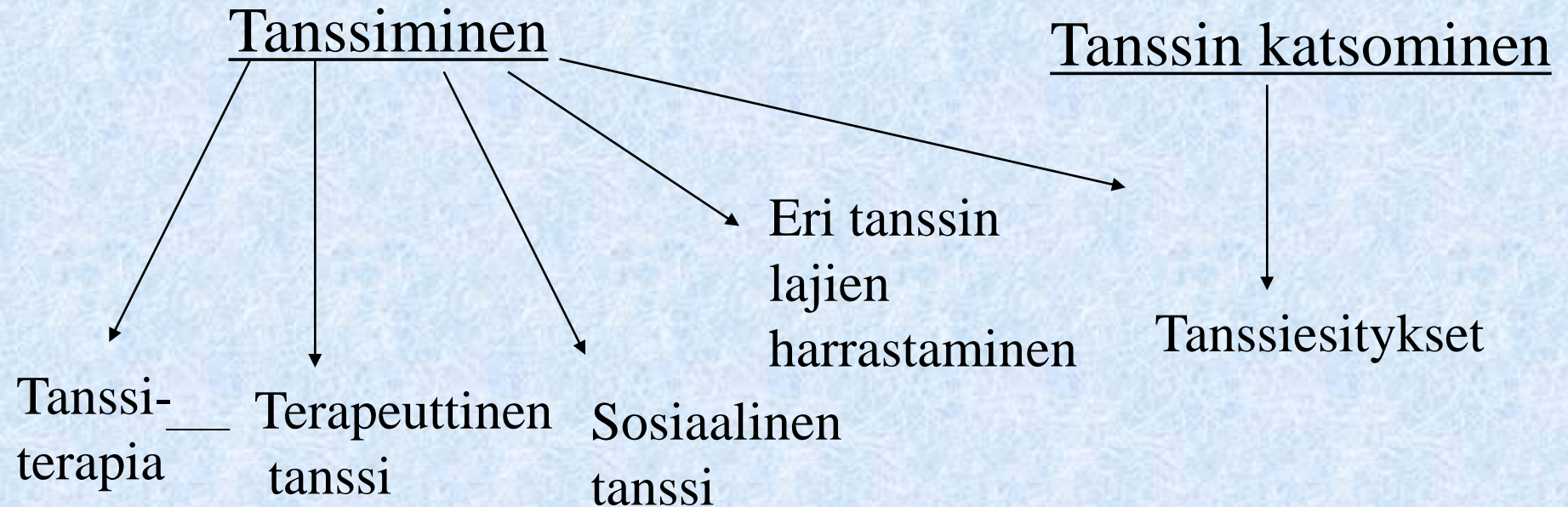


TtT, lehtori Teija Ravelin, Kajaanin
ammattikorkeakoulu. Kuvat Irja Samoil ja Jukka Sirviö

Tanssi

- Käsitteenä moniulotteinen, eri kulttuurien käsitteet osoittavat tanssin kytkeytyvän muihin kulttuuri-ilmiöihin (Hoppu 2003)
- Tanssitaiteen määritelmät
- Tanssiterapian määritelmät
- **Hoitotiede:**
 - Ihmisen **olemassaoloon kuuluva voimavara**
 - Opitaan kulttuurista
 - Kehon erilaisia liikkeitä, askeleita, **kehollista ilmaisua ja kehollista vuorovaikutusta itsen ja toisten kanssa**
 - Kokonaisvaltainen, ihmisen psyykkisen, fyysisen, sosiaalisen ja hengellisen yhteyden mahdollistava auttamismenetelmä (Ravelin, Kylmä, Korhonen 2006)

Tanssi



Tanssiesitys

- Tanssiteos elää tanssijan ja yleisön välissä
- Esitys muodostuu esityksen itsensä ja yleisön yhteisessä todellisuudessa
- On hetkeen sidottu kulttuurinen tapahtuma, jossa monet intentiot kohtaavat

Tanssiesitys

- Tanssi voidaan kokea kehollisesti
 - Tanssilla on oma kielensä
 - Katsojan kinesteettinen empatia mahdollistaa tanssin merkityksellisyyden aukenemisen kehotietoisuuden tasolla
- (Parviainen 1994, 1998, 2000, Foster 2002, Välipakka 2003, Monni 2004)



Tanssiesitys auttamismenetelmänä dementoituvien vanhusten hoitotyössä



- 4 vuodenaikateemaista muisteluryhmää vanhuksille (lähihoitajaopiskelijat)
- 4 tanssiesitystä vanhusten muistoista (tanssioppilaat)
- Tanssiesitykset esitettiin kunakin vuodenaikana hoitokodissa
- Laadullinen arviointitutkimus

Laadullinen arviointitutkimus

- Tarkoituksena oli kuvata ja arvioida tanssiesityksen käyttöä auttamismenetelmänä muistisairaiden vanhusten hoitotyössä vanhusten, omaisten, hoitajien ja lähihoitajaopiskelijoiden näkökulmasta
- Aineistonkeruu 4 tanssiesityksen yhteydessä 2006 - 2007
- Osallistujina 13 vanhusta, 4 omaista, 7 hoitajaa ja 3 lähihoitajaopiskelijaa
- Vanhukset olivat lievästi, keskivaikeasti tai vaikeasti dementoituneita
- Yksilöhaastattelut, havainnointi, sykemittaukset ja ryhmähaastattelut aineistonkeruumenetelminä

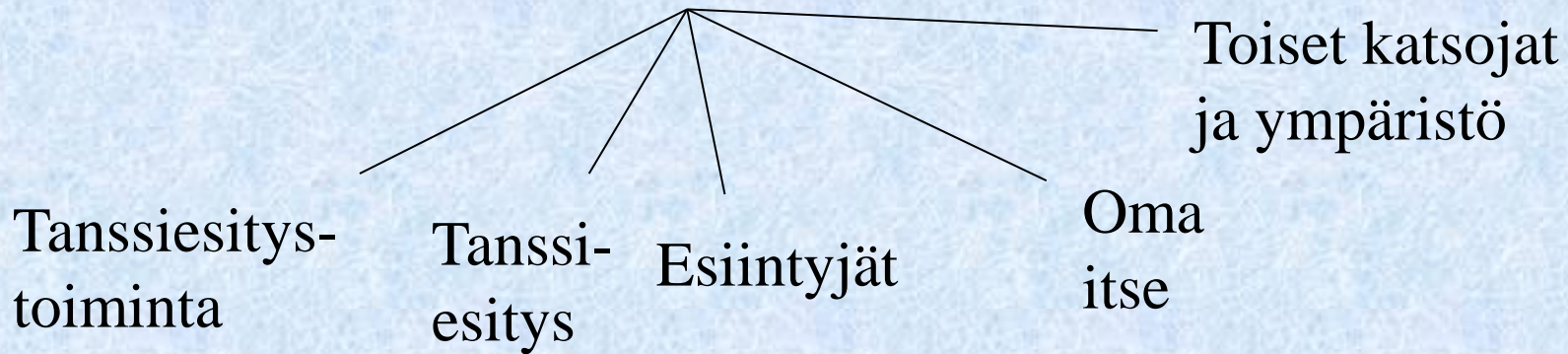
Tanssiesitykset

- Taidetanssiesitykset, joissa jazz-tanssia, balettia, nykytanssia ja kansantanssia
- Esiintyjinä lapset ja nuoret
- ”Kevät” –esityksessä mm. trullit
- ”Kesä” –esityksessä mm. kasvien istuttamista
- ”Syksy” – esityksessä mm. koulu
- ”Talvi” – esityksessä mm. luisteleminen



Keskeiset tulokset

1) Vanhusten kokemukset tanssiesityksestä



- **Vanhukset**
- Hahmottivat sekä tanssiesitystoiminnan että tanssiesitykset prosessina
- Suhtautuivat myönteisesti tanssiesityksiin, eläytyivät niihin ja nauttivat niistä oman rajallisuutensa tiedostaen
- **Esitykset** herättivät vanhuksissa erilaisia tunteita ja muistoja. Muistot liittyivät vanhusten elämään ja heihin itseensä ihmisinä.



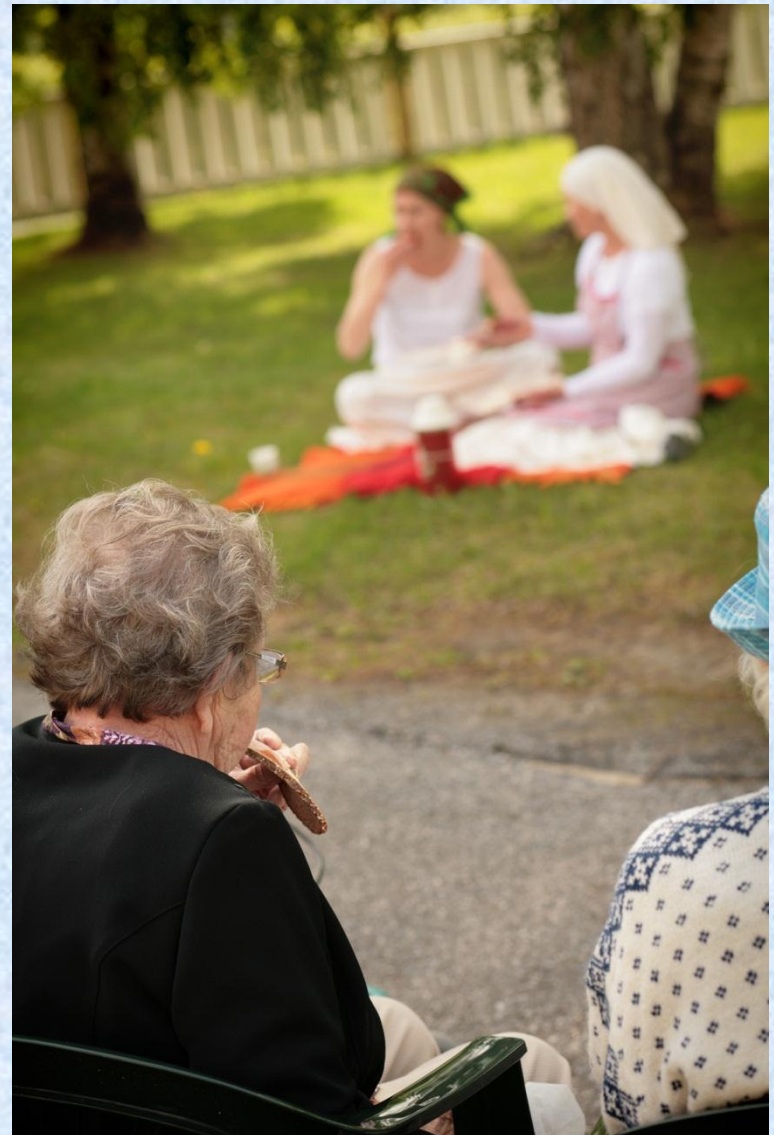
- Uskonnollisilla vanhuksilla oli myös kielteisiä kokemuksia tanssista ja tanssiesityksistä → Vanhusten arvojen kunnioittaminen on keskeinen huomioitava seikka tanssiesitystoimintaa suunniteltaessa ja toteutettaessa.
- Esitysten aikana vanhukset kokivat yhteisyyttä toisten katsojien kanssa.
- Vanhusten kokemusten perusteella **arvioin** **tanssiesityksen katsomisen olevan vanhukselle aktiivinen tapahtuma, joka käynnistää vanhuksessa hoidollisesti merkittäviä prosesseja.** Tunteet ja muistot ovat tärkeä osa ihmisen identiteetin kokemista, ja identiteetin kokeminen on muistisairaana ihmisen keskeisimpiä tarpeita.

2) Arvioinnit tanssiesityksestä auttamismenetelmänä



- **Tanssiesitys** vaikuttaa vanhuksen tunnemaailmaan mahdollistaa erilaisten tunteiden kokemisen ja niiden käsittelemisen (keskustelut)
- Voi vaikuttaa myönteisesti muistisairaahan vanhuksen erilaisiin oireisiin, koska se auttaa unohtamaan esityksen ajaksi muistisairauteen kuuluvan pelkojen ja vaivojen maailman sekä rauhoittaa, rentouttaa ja vapauttaa.

- Humoristinen **tanssiesitys** voi mahdollistaa myös asioille nauramisen
- Herättää myönteisiä ja uusia ajatuksia esityksen aikana ja jälkeen (keskustelut)
- Antaa osallistumisen kokemuksen ilman konkreettista tanssimiseen osallistumistakin



- **Muistoihin perustuva tanssiesitys** mahdollistaa muistisairaana vanhuksen itsetutkiskelun ja -tuntemuksen.

” Joo niin siinä oli paljon semmosta, niin paljon semmosta ajatusta tuli mieleen, että jos olisi nuori. Ja naita tekemässä, niin tuon tekisin tuon kohan niin ja niin ja se muuttus sillo.”

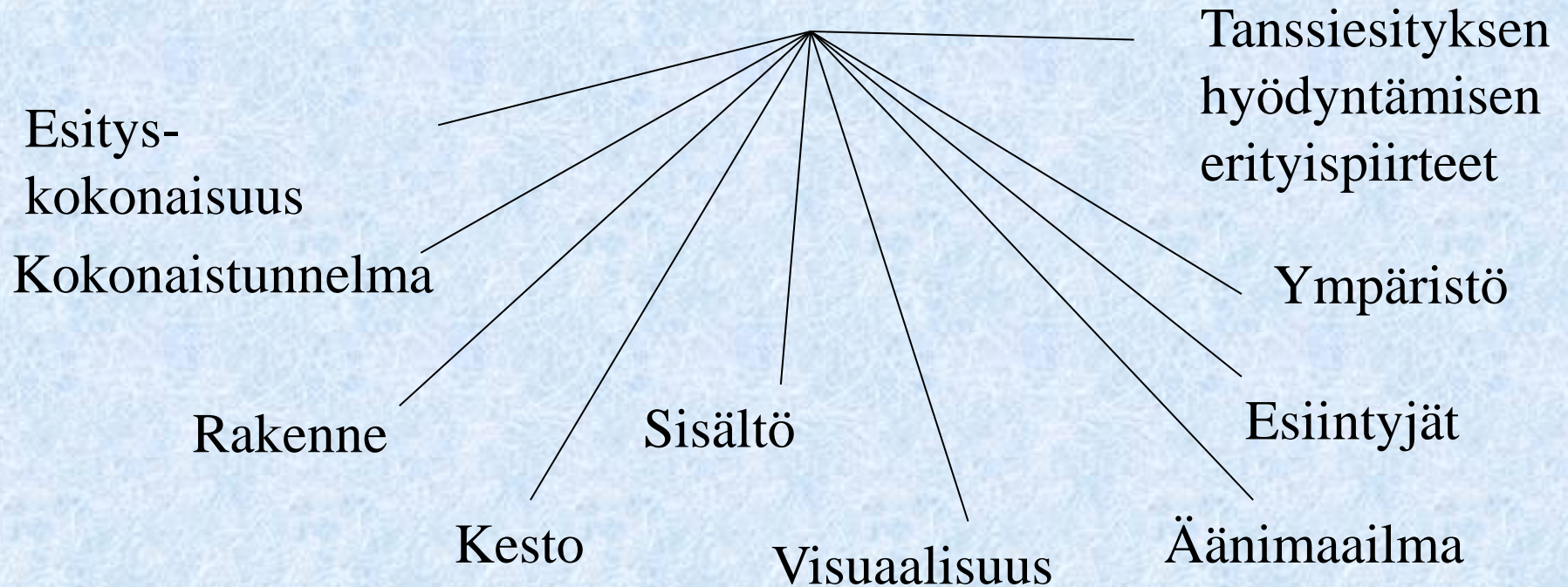


Tanssiesityksen katsominen ei vaadi erityisiä taitoja – voi kokea onnistumista etenkin prosessina toteutuvassa toiminnassa

- **Tanssiesitys** mahdollistaa myös vuorovaikutuksen
- Antaa mahdollisuuden merkitykselliseen yhdessäoloon ja tuo yhteenkuuluvuuden tunnetta
- Omaisille tanssiesitys tarjoaa mahdollisuuden nähdä vanhuksessa uusia puolia
- Tutkimuksen tulosten perusteella arvioin tanssiesityksen, etenkin muistojen pohjalta toteutettuna, **yksilölähtöiseksi ja kokonaisvaltaiseksi psykososiaaliseksi auttamismenetelmäksi**

Vanhuudessa taide voi antaa yksilölle mahdollisuuden elinvoimaiseen osallistumiseen ja innostumiseen. (Erikson, Erikson & Kivnick 1986: 318.)

3) Tanssiesitys auttamismenetelmänä dementoituvien vanhusten hoitotyössä



- Yksinkertainen, selkeä ja kiireetön kokonaisuus
- Hyvää oloa ja eri tunteita tuottava kokonaistunnelma
- Rento ja turvallinen ilmapiiri
- Selkeä rakenne
- Intensiivinen, kesto?
- Sisällölliset vaihtelut
- Muistot hyvä lähtökohta

- Huumori
- Nais- ja miesnäkökulmat
- Aistiärsykyksiä
- Kontaktin ottaminen hienovaraisesti, vanhusten ehdoilla (katsekin riittää)
- Ei paineita osallistamisessa
- Tasapuolinen huomioiminen
- Liikekieli selkeää: isot, rytmikkäät liikkeet, tuttu liikekieli
- Tutut hahmot
- Kuvaava, erottuva puvustus ja rekvisiitta



- Äänimaailma kuuluva ja esitystä tukeva
- Lapset ja nuoret sopivat esiintyjiksi
- Tanssijoiden on hyvä tutustua vanhuksiin etukäteen
- Rauhallinen, selkeä ja neutraali ympäristö
- Esitys voi tapahtua lähellä vanhuksia
- Yksilöllisyys lähtökohtana
- Hoitajien hyvä perehtyä tanssiesitykseen auttamismenetelmänä
- Kokemusten purkaminen esitysten jälkeen tärkeää

