

Digitaalinen yhteislaulukirjasto

Esittely: Digitaalinen yhteislaulukirjasto syntyi musiikinopiskelijoiden ja ympärivuorokautisen asumisen ryhmäkodin vastuuhjaajan sekä toimeksiantajan asiantuntijan (MUS&TE-hanke) moniammatillisena yhteistyönä. Yksi muusikoista oli mukana koko projektin ajan etäyhteydellä Norjasta. Muusikot tuottivat laadukkaan yhteislaulukirjaston asukkailta keräämiensä toivelaulujen pohjalta.

Tavoitteet: Intervention tavoitteena oli tuottaa digitaalinen ja laadukas yhteislaulukirjasto ryhmäkodin asukkaiden lempilauluista, jotka selvitettiin moniammatillisena yhteistyönä (hoitaja/ ohjaaja- muusikko työpari).

Kohderyhmä: Kohderyhmänä oli psykogeriatrisen ryhmäkodin työntekijät, välillisenä kohderyhmänä yksikön asukkaat. Muusikot haastattelivat ryhmäkodin asukkaita ja henkilökuntaa. Haastatteluissa muusikot kartoittivat asukkaiden musiikkimakua, musiikkimuistoja sekä lempikappaleita. Vastuuhjaaja ja hoitohenkilökunta olivat miettineet asukkaita, jotka nauttisivat ja pystyisivät osallistumaan ryhmämuotoiseen haastattelutilanteeseen musiikkimuistojen ja lempikappaleiden äärellä.

Haastattelujen kesto ja prosessi: Ryhmähaastattelujen kesto, jossa haastateltiin noin kahdeksan asukasta kerrallaan, oli 1–1,5 tuntia. Haastattelussa on hyvä käyttää rauhallista tai jopa suljettua tilaa missä ei ole ylimääräisiä häiriötekijöitä. Haastattelujen aikana voi kuunnella asukkaiden nuoruuden ja lapsuuden aikaista musiikkia, joiden avulla voidaan päästä lähemmäksi asukkaan musiikkihistoriaa ja lempilauluja. Hyvät haastattelukysymykset voivat auttaa, jos asukkaan on vaikea kertoa toiveistaan tai keskustelu ei ota lähteäkseen. Tällöin voi myös harkita yksilöhaastattelua, jos ryhmämuotoinen ei toimi. (Katso Soitava.fi sivuilta löytyvä Annika Tammelan: "Laulamalla muistoihin". Opas musiikkipohjaisen muisteluryhmätyöskentelyyn senioreiden parissa. Oppaasta löytyy selkeät ohjeet ryhmän ohjaamiseen ja keskustelun virittämiseen.) Tärkeää on kohdata osallistujat aidosti ja rohkaista heitä muistelemaan. Valmistelu - kohderyhmän huomioiminen käytännön toteutuksessa:

Haastattelukysymykset: Alkuun esittäytyminen. Tämän jälkeen muusikot haastattelivat asukkaita seuraavanlaisia kysymyksiä apuna käyttäen:

- Oliko teillä lapsuuden kodissa radio tai muistatko milloin sellainen tuli kotinne? Millaisia muistoja teillä on kouluajan lauluista? Musiikin kuuntelu automaatioilla? Hienoin konsertti, jonka olet nähnyt? Oma häävalsä?
- Lavatanssibravuuri? Mitä olet laulanut lasten tai lastenlasten kanssa?
- Onko joukossa musikantteja?
- Kuorotaustaa?
- Karaokebravuuri?
- TV:n musiikkiohjelmat?
- Kuunteletko uutta musiikkia?
- Suosikki radiokanavat (nyt tai nuoruudessa?)

Miten yhteistyö tapahtui: Alkuun ryhmäkodin vastuuhjaaja kävi esittelemässä ryhmäkodin toimintaa muusikoille. Tämän jälkeen muusikot tutustuivat ryhmäkotiin yhden muusikon osallistuessa etäyhteydellä tapaamiseen. Lopuksi muusikot käyttivät kaksi iltapäivää asukkaiden haastatteluun ja kiireettömään kohtaamiseen. Viimeisellä kerralla muusikot luovuttivat digitaalisen yhteislaulukirjaston muistitikulla ryhmäkodin henkilöstölle ja testasivat käytännössä laulukirjaston toimivuuden yhdessä ryhmäkodin asukkaiden ja henkilökunnan kanssa.

Valmistelu -kohderyhmän huomioiminen käytännön toteutuksessa:

Välineet: Etäpalavereissa käytimme Teams ja Zoom alustoja. Muusikot työskentelivät koti- ja koulustudioissa, joissa oli tarvittava välineistö. Yhteislaulut ovat muistitikulla ja näiden esittämiseen tarvittiin tietokone, ulkoiset kaiuttimet ja videotykki, jolta laulun sanat näkyivät.

Toimintaohjeistus: Vastuuhjaaja oli perehdyttänyt muusikot ja myös sopinut ryhmäkodin muun henkilökunnan kanssa käytännön järjestelyistä. Haastattelutilanteessa yksi muusikoista oli valmistanut kohderyhmää ajatellen ohjelmiston, joka koostui tutuista kansanlauluista ja ikivihreistä kappaleista. Muusikko säesti pianolla ja laului, samalla mahdollistaen yhteislauluhetken. Toisessa huoneessa kaksi muusikkoa haastatteli ryhmäkodin asukkaita heidän musiikkimieltymyksistään ja historiasta, joiden pohjalta yhteislaulukirjaston kappaleet valittiin.

Muusikko- hoitaja työparimallin kuvausta:

Mitä muusikko mahdollisti: Muusikot toteuttivat laadukkaan yhdeksän kappaleen (Emma, Rentun ruusu, Minä rakastan sua, Suklaasydän, Maaailma on kaunis, suvirirsi, Sininen ja valkoinen ja Aleksin ja Elinan häävalssi) digitaalisen yhteislaulukirjaston. He huomioivat ryhmäkodin asukkaita keräämällä heidän lempikappaleitaan ja samalla he huomioivat koko yhteisöä, jonka käyttöön digitaalinen yhteislaulukirjasto muistitikulla jäi. Muusikot olivat suunnitelleet ennen haastatteluja tukikysymykset, jotka ryhmäkodin vastuuhjaaja oli, nähnyt ennen haastattelua. Nämä tukikysymykset helpottivat pääsemään käsiksi asukkaiden toivelauluihin. Tämän lisäksi ryhmähaastattelutilanteessa oli hoitaja paikalla, joilta sai apua tarvittaessa. Muusikot mahdollistivat osallistavan yhteislauluhetken hoitajien ja asukkaiden kesken.

Mitä ohjaaja mahdollisti: Käytännön järjestelyt ryhmäkodissa, asukkaiden valintaan liittyvät järjestelyt, muusikoiden ja hoitohenkilökunnan, toisin sanoen moniammatillisen yhteistyön mahdollistuminen koko prosessin ajan. Ohjaajat pystyivät viemään asukkaiden lempilauluja koskevan tiedon asukkaiden hoitopapereihin sekä omahoitajan ja omaisten tietoon. Ryhmäkodin hoitajat ja ohjaajat pystyivät välittämään muusikoille informaatiota heille tutuista asukkaista. Joskus reaktiot ovat luettavissa eleistä ja tämä vaatii asukkaan tuntemista mitä muusikoilla ei ollut. Jos asukkaalla oli vaikeuksia kertoa lempimusiikistaan, hän saattoi kysyä apua omaisilta tai miettiä yhdessä muusikkojen kanssa millä muilla keinoin päästään käsiksi asukkaan toiveeseen. Katso kohta; henkilökunnan perehdytys.

Dokumentointi: Ryhmäkodin asukkaiden mielimusiikkitoiveet ja elämänkerralliset muistot olisi hyvä kirjata asukkaan potilastietoihin. Vrt. Musiikkitestamentti/ musiikkitahto: <https://minunaaneni.fi/musiikkitahto/>

Suunnittelu-, valmistelu- ja toteutusvaiheet kirjattiin ylös ja talletettiin.

Toteutuksen arviointi yhdessä ohjaajan ja muusikoiden kanssa: Vastuuohjaajan havainto yhteislaulukirjaston esittelytilaisuudessa oli, että myös levottomasti käyttäytyneet asukkaat rauhoittuivat tutujen laulujen äärelle. Muusikoiden näkökulmasta oli tärkeää muistaa, että tarkoitus ei ollut tuottaa levyä kohderyhmälle vaan saada kohderyhmä yhdessä laulamaan matalalla kynnyksellä. Muusikot olivat huomioineet kohderyhmää erityistarpeet: sovittaneet ja tuottaneet kappaleet huomioiden sopivan sävellajin, tempon sekä artikulaation ja fraseerauksen. Muusikko- hoitajatyöparimalli toimi niin lähi- kuin etäkontaktilla.

Tärkeää oli, että muusikot olivat tutustuneet ennen varsinaista haastattelutilannetta ryhmäkotiin, sen asukkaisiin ja henkilöstöön. Tämä helpotti varsinaista haastattelutilannetta ja loi molemmille osapuolille turvallisuuden tunnetta. Muusikot pystyivät kohtaamaan haastavastikin käyttäytyviä asukkaita hoitajan ja vastuuohjaajan ollessa läsnä. Tämä mahdollisti vuorovaikutuksen myös etäyhteyden päästä, jossa yksi muusikoista työskenteli koko prosessin ajan.

Yleiset havainnot etäinterventiosta

Tekniikka

Muusikot vastasivat studiotyöskentelystä myös etänä. He valmistivat kotistudioissaan ja musiikkikampuksen studiossa ääniraitapohjia; rumpu-, basso-, piano- ja lauluraitoja. Näiden raitojen päälle muusikot kävivät äänittämässä lisäkerroksia mm. klarinetilla ja viululla. Muusikot masteroivat yhteislaulupohjat ja tuottivat yhteislaulunauhat lopulliseen kuntoon.

Henkilökunnan perehdytys: Mitä hoitajan tulee huomioida, kun kerää asukkaiden toivelauluja: Jos asukkaan on vaikea kertoa omasta lempimusiikistaan apuna voi käyttää kuvia (Kerää A 4:lle esimerkiksi 5:n artistin kuva ja kysy onko joku näistä artisteista sinulle mieleen tai muusikon ollessa etänä hyödyntäen digitaalisuutta), voitte kuunnella asukkaan kanssa tämän lapsuuteen ja nuoruuteen sijoittuvaa musiikkia tai kysyä omaisilta asukkaan musiikkimausta. Haastatteluun on hyvä käyttää tarpeeksi aikaa, että asukkaalle jää tunne, että asialla on oikeasti merkitystä. Yhdessä muusikon kanssa voi myös sopia, jos haastattelutilanteessa halutaan käyttää livemusiikkia. Jos tähän on mahdollisuutta voi muusikko esimerkiksi säestää, hyräillä tai laulaa jotakin ikivihreää tai tunnetumpia kansakoulu tai kansanlauluja.

Muut huomiot / Loppupäätelmä

Laadukkaasti toteutettu digitaalinen yhteislaulukirjasto, tutut laulut ja yhdessä laulaminen mahdollistivat kohderyhmälle nähdyksi ja kuulluksi tulemisen kokemuksia, mikä on tärkeää ikääntyneille. Tutut laulut ja yhdessä laulaminen on myös tärkeä voimavara ikääntyneille. Hoitohenkilökunnan on hyvä huomioida, että lempimusiikin kerääminen, jota monessa paikassa jo hyödynnetäänkin, on yksinkertainen ja konkreettinen tapa päästä vuorovaikutukseen muistisairaana kanssa. Musiikin herättämällä tunteilla ja muistoilla on myös kuntoutuksellinen hyöty. Innostunut hoitaja mahdollistaa asukkaalle hyvää oloa lempimusiikin avulla ja muusikko palvelee musiikilla tuoden iloa samalla koko yhteisölle.