

MUSIIKIN MERKITYS VUOROVAIKUTUKSEN MUODOSTAMISESSA IKÄÄNTYVIEN PALVE- LUISSA

Tervo Julia

Opinnäytetyö

Hoitotyön koulutusohjelma
Sairaanhoitaja (AMK)

2026

Hyvinvointipalveluiden koulutusala
Sairaanhoitaja

Tekijä	Julia Tervo	Vuosi	2026
Ohjaaja(t)	Kaisa Tarkiainen		
Toimeksiantaja	Sentina		
Työn nimi	Musiikin merkitys vuorovaikutuksen muodostamisessa ikääntyvien palveluissa		
Sivumäärä	19		

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön aiheena oli musiikin merkitys vuorovaikutuksen muodostamisessa ikääntyvien palveluissa. Opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää käytännönläheinen opas hoitohenkilökunnalle musiikin hyödyntämisestä vuorovaikutuksen tukena ja ikääntyneiden hyvinvoinnin edistämiseksi hoivaympäristössä. Tavoitteena oli lisätä hoitohenkilöstön ymmärrystä musiikin merkityksestä sekä tarjota konkreettisia ja helposti sovellettavia keinoja musiikin käyttöön arjen hoitotyössä.

Opinnäytetyön tietoperusta käsitteli musiikin merkitystä vuorovaikutuksen tukena erityisesti muistisairaiden hoidossa. Työssä tarkasteltiin musiikkiterapian keskeisiä periaatteita sekä musiikin käyttöä hoitotyössä. Opinnäytetyö toteutettiin toiminnallisena työnä, jonka teoriaperusta muodostettiin kotimaisiin ja kansainvälisiin tutkimuksiin sekä asiantuntijalähteisiin perustuen.

Tulokset osoittivat, että musiikilla on merkittävä vaikutus vuorovaikutukseen ja hyvinvointiin hoivaympäristössä. Musiikki voi tukea tunteiden ilmaisua, lisätä yhteenkuuluvuuden tunnetta sekä mahdollistaa vuorovaikutuksen myös tilanteissa, joissa sanallinen viestintä on heikentynyt. Lisäksi musiikki on helposti saavutettava ja kustannustehokas menetelmä, jonka vaikuttavuus perustuu sen yksilölliseen ja asiakaslähtöiseen käyttöön.

Opinnäytetyön tuotoksena syntyi käytännönläheinen opas, joka tarjoaa hoitohenkilökunnalle selkeitä ohjeita musiikin hyödyntämiseen erilaisissa hoitotilanteissa. Opasta voidaan käyttää vuorovaikutuksen tukemiseen, hyvinvoinnin lisäämiseen sekä hoitotyön inhimillisyyden kehittämiseen. Tuloksia voidaan hyödyntää hoivaympäristöissä osana päivittäistä hoitotyötä ja henkilökunnan osaamisen kehittämistä.

Avainsanat musiikki, vuorovaikutus, ikääntyneet, hoitotyö, hyvinvointi

Northern well-being and services
Degree Programme in Nursing and Health Care
Bachelor of Health Care

Author	Julia Tervo	Year	2026
Supervisor(s)	Kaisa Tarkiainen		
Commissioned by	Sentina		
Title	The role of music in facilitating interaction in services for older adults		
Number of pages	19		

The topic of this practice-based thesis was the role of music in facilitating interaction in services for older adults. The purpose of the thesis was to develop a practical guide for healthcare professionals on how to utilize music to support interaction and promote the well-being of older adults in care environments. The aim was to increase healthcare staff's understanding of the significance of music and to provide concrete and easily applicable methods for using music in everyday nursing practice.

The theoretical framework of the thesis focused on the role of music in supporting interaction, particularly in the care of people with memory disorders. The key principles of music therapy and the use of music in nursing care were also examined. The thesis was carried out as a practice-based project, and its theoretical foundation was developed using both national and international research as well as expert sources.

The results of the thesis indicated that music has a significant impact on interaction and well-being in care environments. Music can support emotional expression, increase a sense of belonging, and enable interaction even when verbal communication is impaired. In addition, music is an easily accessible and cost-effective method, whose effectiveness is based on its individualized and client-centered use.

The outcome of the thesis was a practical guide that provides healthcare professionals with clear instructions for using music in different care situations. The guide can be used to support interaction, enhance well-being, and promote the human-centered nature of care. The results can be utilized in care environments as part of daily nursing practice and staff competence development.

Keywords: music, interaction, older adults, nursing care, well-being

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	5
2 MUSIIKKI HOITOTYÖSSÄ JA MUSIIKKITERAPIA	7
3 MUSIIKKI VUOROVAIKUTUKSEN JA HYVINVOINNIN TUKENA HOIVATYÖSSÄ	9
3.1 Musiikki vuorovaikutuksen tukena	9
3.2 Musiikin käytön periaatteet muistisairaiden hoidossa	10
4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET	12
5 MENETELMÄLLINEN TOTEUTUS	13
5.1 Toimeksiantajan kuvaus	13
5.2 Toiminnallisen opinnäytetyön lähestymistapa	13
5.3 Opinnäytetyön eteneminen vaiheittain	14
6 OPINNÄYTETYÖN TUOTOS	15
7 POHDINTA	16
7.1 Tulosten tarkastelu	16
7.2 Eettisyyden ja luotettavuuden tarkastelu	16
7.3 Jatkokehittämisaiheet	17
LÄHTEET	18

1 JOHDANTO

Muistisairaudet ja niiden hoito muodostavat merkittävän haasteen sekä yksilöille että yhteiskunnalle. Suomessa muistisairauksia sairastaa noin 200 000 henkilöä, ja määrä kasvaa väestön ikääntyessä. Muistisairaudet heikentävät merkittävästi iäkkäiden toimintakykyä ja vaikuttavat heidän arjessa selviytymiseen. Lisäksi muistisairaudet vaikuttavat laajasti myös sairastuneiden läheisiin, kuten puolisoihin, lapsiin, sukulaisiin ja ystäviin. (Muistiliitto 2023b.)

Muistisairaus on sairaus, joka heikentää muistia ja muita tiedonkäsittelyn osa-alueita, kuten kielellisiä taitoja, näönvaraista hahmottamista ja toiminnanohjausta. Etenevät muistisairaudet heikentävät ajan myötä muistia ja ajattelua niin, että ne voivat johtaa dementiaan. Sairauden varhainen tunnistaminen ja tutkimuksiin hakeutuminen auttavat säilyttämään muistisairaahan toimintakyvyn ja elämänhallinnan mahdollisimman pitkään. Hyvä muistisairauden hoito on kokonaisvaltaista ja toimintakykyä tukevaa, ja se perustuu muistisairaahan arvostavaan kohtaamiseen ja ohjaukseen. (Käypä hoito -suositus 2020.)

Vuorovaikutus hoitohenkilökunnan ja ikääntyneiden välillä on keskeisessä roolissa heidän hyvinvointinsa ja elämänlaatunsa kannalta. Ikääntyneet kohtaavat kuitenkin usein kognitiivisia muutoksia, emotionaalista epävakautta, yksinäisyyttä ja sosiaalista eristäytymistä, mikä voi vaikeuttaa vuorovaikutusta ja kommunikatiota. (THL 2022.)

Musiikki voi toimia keinona tukea vuorovaikutusta tällaisissa tilanteissa, sillä se on universaali ilmaisun ja kommunikaation väline, joka voi herättää tunteita, stimuloida muistia ja edistää sosiaalista aktiivisuutta (Erkkilä & Rankanen 2020, 2062–2063). Tutkimusten mukaan musiikin ja musiikkiterapian käytöllä ikääntyneiden hoidossa voi olla myönteisiä vaikutuksia kognitiivisiin toimintoihin (Kivinen, Keränen & Ruuti 2010) sekä emotionaaliseen hyvinvointiin (Saarikallio 2007). Musiikkiin perustuvat menetelmät voivat tukea tunteiden ilmaisua ja vuorovaikutusta sekä mahdollistaa myönteisiä kokemuksia hoivaympäristössä (Aho-nen 2018).

Käytännössä hoivayksiköiden henkilöstöllä ei aina ole riittävästi tietoa siitä, miten musiikkia voidaan hyödyntää vuorovaikutuksen tukemisessa (Muistiliitto 2023c). Tämä tarve on tullut esiin käytännön hoitotyössä sekä opinnäytetyön toimeksiantajan kanssa käydyissä keskusteluissa.

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena on kehittää käytännönläheinen opas, jonka avulla hoitohenkilökunta voi hyödyntää musiikkia vuorovaikutuksen vahvistamiseksi ja ikääntyneiden hyvinvoinnin tukemiseksi. Työn tilaajana toimii Sentina, joka tarjoaa ikääntyvien palveluja ja haluaa kehittää henkilökunnan osaamista musiikin käytössä hoivatyön arjessa.

Tavoitteena on lisätä ymmärrystä musiikin vaikutuksista vuorovaikutuksen laadun parantamiseen ikääntyvien palveluissa sekä edistää musiikin laajempaa hyödyntämistä hoitotyössä.

Työssä tarkastellaan musiikin merkitystä sekä teoreettisesta että käytännöllisestä näkökulmasta. Teoreettinen viitekehys perustuu aiempiin tutkimuksiin musiikin merkityksestä vuorovaikutuksen tukena erityisesti muistisairaiden hoidossa, kun taas käytännön osuus keskittyy musiikin soveltamiseen hoito- ja palvelutyössä.

Tutkimuksen lopputuloksena syntyy opas hoitohenkilöstölle, joka toimii käytännöllisenä työkaluna lisäten tietoisuutta musiikin mahdollisuuksista, vahvistaen vuorovaikutusta ikääntyneiden kanssa ja tukien heidän kokonaisvaltaista hyvinvointiaan.

2 MUSIIKKI HOITOTYÖSSÄ JA MUSIIKKITERAPIA

Musiikkiterapia on laaja-alainen kuntoutus- ja hoitomenetelmä, joka soveltuu eri-ikäisille ihmisille, kuten lapsista ja nuorista aikuisille ja ikäihmisille, joilla on psyykkisiä tai neurologisia häiriöitä tai muita toimintakykyä heikentäviä haasteita (Suomen musiikkiterapiayhdistys ry 2026). Musiikkiterapia perustuu tieteelliseen näyttöön eikä edellytä osallistujalta musiikillista osaamista, ja terapiaprosessi suunnitellaan aina yksilöllisesti asiakkaan tarpeiden ja tavoitteiden mukaisesti (Käypä hoito -suositus 2020).

Musiikkiterapiassa hyödynnetään monipuolisia menetelmiä, kuten musiikin kuuntelua, äänenkäyttöä, soittamista, improvisointia, musiikin luomista, musiikin ja liikkeen yhdistämistä sekä matalataajuisen äänivärähtelyn aistimista. Terapian tarkoituksena ei ole opettaa soittamaan tai laulamaan, vaan käyttää musiikkia välineenä asiakkaan hyvinvoinnin ja kuntoutumisen tukemiseen. (Käypä hoito -suositus 2020.)

Ikääntyneet hakeutuvat musiikkiterapiaan esimerkiksi muistisairauksien, masennuksen, toiminnanohjauksen haasteiden tai puheen tuottamiseen liittyvien vaikeuksien vuoksi (Silmuke 2023). Musiikkiterapia koetaan usein mielekkäänä ja innostavana kuntoutusmuotona, sillä se tarjoaa vuorovaikutteisen ja elämyksellisen ympäristön (Erkkilä & Rankanen 2020, 2062), joka tukee motivaatiota harjoitteluun sekä mahdollistaa myönteisiä ja onnistumisen kokemuksia (Ala-Ruona, Saukko & Tarkki 2007, 15–17).

Musiikkiterapian tavoitteena on kokonaisvaltainen toimintakyvyn tukeminen ja edistäminen. Sen avulla voidaan parantaa keskittymiskykyä, vahvistaa yläraajojen käyttöä, helpottaa puheen tuottamista sekä aktivoida muistitoimintoja. Lisäksi musiikki tuottaa iloa ja virkistystä arkeen sekä tukee sosiaalisten taitojen kehittymistä erityisesti ryhmätilanteissa (Erkkilä & Rankanen 2020, 2063–2064).

Musiikki toimii vuorovaikutuksen välineenä ja tuottaa myönteisiä kokemuksia (Saarikallio 2007). Lisäksi musiikilla on vaikutusta kehon toimintoihin, ja sitä voidaan hyödyntää esimerkiksi rentoutumisen edistämisessä ja kivun lievittämisessä (Soinila & Peltomaa 2024).

Ikäihmisten hoidossa musiikki tarjoaa ei-lääkkeellisen ja helposti saavutettavan keinon tukea hyvinvointia, lisätä mielihyvää, vahvistaa turvallisuuden tunnetta ja tukea tunteiden säätelyä (Saarikallio 2007). Erityisesti muistisairaiden henkilöiden kohdalla musiikki voi säilyä merkityksellisenä pitkään ja mahdollistaa vuorovaikutuksen myös silloin, kun sanallinen kommunikaatio on heikentynyt (Muisti-liitto 2023c).

Musiikkia voidaan käyttää hoitotyössä monin eri tavoin, kuten yksilöllisenä kuunteluna, yhteislauluna, muistelun tukena tai osana päivittäisiä hoitotilanteita. Tutkimusten mukaan musiikilla on myönteisiä vaikutuksia muun muassa kognitiivisiin toimintoihin, mielialaan ja hyvinvointiin, mikä tekee siitä käyttökelpoisen välineen hoitotyössä. Musiikin vaikuttavuus perustuu erityisesti sen yksilölliseen ja tarkoituksenmukaiseen käyttöön sekä asiakkaan tarpeiden ja mieltymysten huomioimiseen. (Sihvonen ym. 2014.)

3 MUSIIKKI VUOROVAIKUTUKSEN JA HYVINVOINNIN TUKENA HOIVATYÖSSÄ

3.1 Musiikki vuorovaikutuksen tukena

Kun sanallinen kommunikaatio on heikentynyt esimerkiksi muistisairauden tai muiden neurologisten haasteiden seurauksena, musiikki on tehokas väline vuorovaikutuksen tukemiseen ja vahvistamiseen. Musiikki toimii yhteisenä kielenä, joka ylittää kognitiiviset, kielelliset ja jopa kulttuuriset rajat. Se voi tarjota turvallisen tavan ilmaista tunteita, ajatuksia ja muistoja varsinkin silloin, kun sanat eivät enää riitä (Erkkilä & Rankanen 2020, 2063).

Yhteinen musiikillinen toiminta voi lisätä vuorovaikutusta ja hyvinvointia sekä vahvistaa sosiaalista yhteyttä (Ruokonen & Ruismäki 2011). Musiikki voi toimia siltena asiakkaan ja hoitajan välillä ja myös hoivakodin asukkaiden kesken esimerkiksi ryhmätilanteissa. Musiikin avulla voidaan rakentaa luottamusta, lisätä tunnetta kuulluksi tulemisesta ja vahvistaa osallisuutta (Muistiliitto 2023a). Osallisuuden vahvistaminen liittyy myös sosiaaliseen kuntoutukseen ja yksilön voimavaristamiseen (Raivio 2018, 98–100).

Erityisesti ikäihmisten kanssa musiikki voi herättää tuttuuden tunnetta ja aktivoida muistojen kautta positiivisia vuorovaikutustilanteita. Myös sanattoman ilmaisun muodot, kuten katseet, eleet, ilmeet ja ääntely, saavat usein musiikin myötä enemmän merkitystä ja sisältöä, kun ne liittyvät yhteiseen musiikilliseen kokemukseen (Sihvonen ym. 2014, 1854-1856).

Jokaisella ihmisellä on oma tapa olla vuorovaikutuksessa. Vuorovaikutus ei ole niinkään sitä, mitä teemme tai sanomme, vaan asenne, jolla kohtaamme toisen ihmisen. Hoitoalalla on tärkeää ymmärtää, että vuorovaikutus ei rajoitu vain tiedon välittämiseen, siihen sisältyy myös asiakkaan tunne- ja sosiaalisen tilan huomioiminen (Mönkkönen 2018, 17–18).

Jokaisella on oikeus kommunikointiin ja vuorovaikutukseen. Tämä oikeus perustuu lakeihin, sopimuksiin ja ohjeisiin. YK:n ihmisoikeuksien julistuksen 19. artik-

lassa sekä vammaisten henkilöiden oikeuksia koskevassa yleissopimuksessa todetaan, että jokaisella on oikeus sanan- ja ilmaisunvapauteen käyttämistään viestintävälineistä riippumatta (Mönkkönen, Kekoni & Pehkonen 2019, 141).

Musiikin merkitys vuorovaikutuksessa ulottuu koko elämänkaareen. Jo sikiöaikana lasta ympäröi monimuotoinen ääniympäristö, johon kuuluvat esimerkiksi äidin sydämen syke, kehon sisäiset äänet, puhe ja hyräily. Sikiö kykenee havaitsemaan äänten värähtelyä varhaisessa vaiheessa ja reagoi myös kohdun ulkopuolelta tuleviin ääniin (Hongisto-Åberg ym. 1998, 52).

3.2 Musiikin käytön periaatteet muistisairaiden hoidossa

Musiikkia voidaan hyödyntää hoitotyössä vuorovaikutuksen tukena, tunteiden käsittelyn välineenä sekä hyvinvoinnin edistämisessä. Sen käyttö perustuu asiakaslähtöiseen ja yksilölliseen lähestymistapaan, jossa huomioidaan asiakkaan tarpeet, kokemukset ja elämäntilanne. Musiikin merkitys ei rajoitu pelkästään sen kuuntelemiseen, vaan sen vaikuttavuus syntyy tavasta, jolla sitä käytetään osana vuorovaikutusta ja hoitotilanteita. (Erkkilä & Rankanen 2020, 2063.)

Musiikin kuuntelussa on tärkeää huomioida kuuloaistin mukavuusalue. Liian voimakas tai pitkäkestoinen ääni voi aiheuttaa väsymystä ja heikentää kuuntelukokemusta. Musiikin voimakkuus tulisi asettaa hieman puhekuulokynnyksen yläpuolelle, mutta selvästi alle epämiellyttäväksi koetun tason. Mikäli kuuntelija osoittaa merkkejä ärtyneisyydestä tai epämukavuudesta, äänenvoimakkuutta tulee säätää tai musiikkia vaihtaa. (Jauhiainen 2008, 120–122.)

Musiikin valinnassa on tärkeää huomioida yksilöllisyys ja kuulijan henkilökohtainen suhde musiikkiin. Tuttu ja merkityksellinen musiikki voi herättää voimakkaita tunteita sekä aktivoida muistoja, mikä tukee vuorovaikutusta ja kokemuksellista yhteyttä. Erityisesti elämän varhaisvaiheisiin liittyvä musiikki voi olla merkityksellistä ja vahvistaa identiteetin kokemusta. Sen sijaan liian nopea tai voimakkaasti vaihteleva musiikki voi kuormittaa ja lisätä levottomuutta. (Kalso 2014.)

Musiikkia voidaan käyttää hoitotyössä monin eri tavoin. Se voi olla osa päivittäisiä rutiineja, kuten aamutoimia, ruokailutilanteita tai iltarutiineja. Musiikkia voidaan

hyödyntää myös ryhmätilanteissa yhteislaulun, liikkeen tai muistelun tukena. Yhteinen musiikillinen toiminta voi lisätä osallisuuden tunnetta, vahvistaa sosiaalista vuorovaikutusta ja tuoda arkeen mielekkyyttä. (Muistiliitto 2023c.)

Musiikin käyttö ei edellytä erityistä musiikillista osaamista, mutta sen vaikuttavuus perustuu hoitajan kykyyn havainnoida ja tulkita asiakkaan reaktioita. Hoitajan rooli on keskeinen musiikin käytössä: hänen tehtävänä on valita tilanteeseen sopiva musiikki, seurata asiakkaan vointia ja tarvittaessa muokata toimintaa tilanteen mukaan. Musiikin käyttö voi vahvistaa hoitotyön inhimillisyyttä ja parantaa hoidon laatua. (Käypä hoito -suositus 2020.)

Musiikin hyödyntämiseen hoivatyössä liittyy kuitenkin myös erilaisia haasteita. Yksi keskeisimmistä haasteista on musiikin kokemisen yksilöllisyys. Sama musiikki voi herättää toisessa ihmisessä positiivisia tunteita, mutta toisessa epämiellyttäviä muistoja tai ahdistusta. Tämän vuoksi musiikin valinnassa on tärkeää huomioida asiakkaan elämäntarina ja henkilökohtaiset mieltymykset. (Erkkilä & Rankanen 2020, 2063–2064.)

Myös kognitiiviset ja aistilliset muutokset voivat vaikuttaa musiikin kokemiseen. Ikääntymiseen liittyvä kuulon heikkeneminen voi vaikeuttaa musiikin kuuntelemista, ja väärin säädetty äänenvoimakkuus voi aiheuttaa epämukavuutta tai väsymystä (Jauhiainen 2008, 120–122). Muistisairauksien yhteydessä musiikin tulkinta voi muuttua, jolloin musiikki ei aina tuota mielihyvää, vaan voi tuntua sekavalta tai kuormittavalta (Sihvonen ym. 2014).

Haasteita voi liittyä myös hoivaympäristön organisatorisiin tekijöihin. Hoivakohteissa ja muissa hoitolaitoksissa henkilökunnalla on usein paljon työtehtäviä, eikä musiikin käyttöä aina ehditä sisällyttää osaksi päivittäistä hoitotyötä. Lisäksi musiikin hyödyntäminen edellyttää tietoa ja osaamista, joita ei aina ole riittävästi saatavilla.

Näistä haasteista huolimatta musiikki on merkittävä ja helposti saavutettava keino tukea ikäihmisten hyvinvointia ja vuorovaikutusta. Kun musiikin käyttö perustuu yksilöllisiin tarpeisiin, tilanteen huomioimiseen ja hoitajan aktiiviseen läsnäoloon, se voi toimia tehokkaana työvälineenä hoivatyössä.

4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena on kehittää käytännönläheinen opas hoitohenkilökunnalle musiikin hyödyntämisestä vuorovaikutuksen tukena ja ikääntyneiden hyvinvoinnin edistämisessä hoivaympäristössä. Työn tavoitteena on lisätä hoitohenkilöstön ymmärrystä musiikin merkityksestä osana hoitotyötä sekä tarjota konkreettisia ja helposti sovellettavia keinoja musiikin käyttämiseen arjen hoitotilanteissa.

Opinnäytetyön tavoitteena on myös tukea asiakaslähtöisen ja inhimillisen hoitotyön toteutumista sekä vahvistaa vuorovaikutusta hoitajan ja asukkaan välillä erityisesti tilanteissa, joissa sanallinen viestintä on heikentynyt. Musiikin avulla pyritään edistämään asukkaiden osallisuuden kokemusta, emotionaalista hyvinvointia sekä elämänlaadun parantumista.

Lisäksi tavoitteena on kehittää Sentinan palveluiden sisältöä tarjoamalla yhtenäinen ja perusteltu lähestymistapa musiikin suunnitelmalliseen käyttöön hoivatyössä. Opas toimii työvälineenä, joka tukee henkilökunnan ammatillista osaamista ja rohkaisee hyödyntämään musiikkia osana päivittäistä hoitotyötä. Opinnäytetyön tuotoksena syntynyt opas tukee musiikin tavoitteellista ja turvallista käyttöä hoivaympäristössä.

5 MENETELMÄLLINEN TOTEUTUS

5.1 Toimeksiantajan kuvaus

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimii Sentina, joka kehittää hoidon laatua ja työn sujuvuutta parantavia digitaalisia palveluja ikääntyvien palveluihin, kuten ympärivuorokautiseen hoitoon, päivätoimintaan ja kotihoitoon. Sen toiminnan tavoitteena on edistää ikääntyneiden hyvinvointia, osallisuutta ja mielekästä arkea tarjoamalla monipuolisia sisältöjä, kuten musiikkiin, liikuntaan ja muisteluun perustuvia toimintamalleja. (Sentina 2026.)

Sentina on kiinnostunut kehittämään musiikin käyttöä osana hoivatyötä ja arjen vuorovaikutusta. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on vastata tähän tarpeeseen tuottamalla käytännönläheinen opas, joka tukee henkilökunnan osaamista musiikin hyödyntämisessä.

5.2 Toiminnallisen opinnäytetyön lähestymistapa

Tämä opinnäytetyö on toiminnallinen opinnäytetyö, jonka tavoitteena on tuottaa konkreettinen tuotos työelämän tarpeisiin. Toiminnallisessa opinnäytetyössä yhdistyvät teoreettinen tieto ja käytännön kehittämistyö (Salonen 2013, 5–6), ja sen keskeisenä tavoitteena on kehittää ammatillista toimintaa sekä tuottaa käytännössä hyödynnettävä materiaali (Kananen 2015, 13).

Työn keskeisenä tuotoksena on opas hoitohenkilökunnalle musiikin käytöstä vuorovaikutuksen ja hyvinvoinnin tukena. Toiminnallisessa opinnäytetyössä korostuvat käytännönläheisyys, sovellettavuus sekä työelämälähtöisyys. Tuotoksen suunnittelussa huomioidaan kohderyhmä, käyttöympäristö sekä työn tilaajan tarpeet (Salonen 2013, 6).

Tämän työn teoriaperusta toimii oppaan sisällön pohjana ja tukee sen luotettavuutta ja käytettävyyttä. Teoreettinen tieto ohjaa tuotoksen suunnittelua ja varmistaa sen näyttöön perustuvan sisällön (Salonen 2013, 5–6).

5.3 Opinnäytetyön eteneminen vaiheittain

Opinnäytetyö toteutettiin kehittämistyönä Salosen (2013) kuvaaman suoraviivaisen kehittämistyön mallin mukaisesti. Malli koostuu suunnittelu-, toteutus-, arviointi- ja viimeistelyvaiheista, jotka etenevät loogisesti kohti valmista tuotosta (Salonen 2013, 15–17).

Ensimmäisessä vaiheessa määriteltiin työn aihe, tavoitteet ja kohderyhmä yhteistyössä toimeksiantajan kanssa. Toimeksiantajana toimiva Sentina toivoi käytännönläheistä ja selkeää opasta, joka tukee hoitohenkilökunnan osaamista musiikin hyödyntämisessä osana hoivatyötä ja arjen vuorovaikutusta.

Seuraavassa vaiheessa kerättiin ja analysoitiin aiheeseen liittyvää tutkimustietoa, joka muodosti työn teoreettisen viitekehyksen. Teoriatiedon pohjalta suunniteltiin oppaan sisältö ja rakenne. Oppaan tavoitteena oli tarjota selkeitä, helposti sovellettavia ohjeita hoitohenkilökunnalle erityisesti musiikin käytöstä vuorovaikutuksen tukena sekä muistisairaiden henkilöiden hoidossa.

Tämän jälkeen suunniteltiin oppaan visuaalinen ilme, rakenne ja käytettävyys siten, että se olisi helposti luettava ja houkutteleva käyttää. Työn edetessä opasta muokattiin saadun palautteen perusteella, ja sitä kehitettiin vastaamaan paremmin toimeksiantajan tarpeita.

Lopuksi opas viimeisteltiin yhteistyössä toimeksiantajan kanssa siten, että sen sisältö ja visuaalinen ilme vastasivat mahdollisimman hyvin Sentinan tarpeita ja vaatimuksia. Valmis opas luovutettiin toimeksiantajalle osana opinnäytetyön tuotosta.

6 OPINNÄYTETYÖN TUOTOS

Opinnäytetyön tuotoksena syntyi käytännönläheinen opas hoitohenkilökunnalle musiikin hyödyntämisestä vuorovaikutuksen ja hyvinvoinnin tukena hoivakodissa. Opas on suunnattu Sentinan henkilökunnalle, ja sen tavoitteena on tarjota selkeitä, helposti ymmärrettäviä ja käytännössä sovellettavia ohjeita musiikin käyttöön osana päivittäistä hoitotyötä.

Oppaassa käsitellään musiikin merkitystä hoitotyössä sekä sen vaikutuksia vuorovaikutukseen, tunteisiin ja hyvinvointiin. Lisäksi opas sisältää konkreettisia esimerkkejä ja käytännön vinkkejä siitä, miten musiikkia voidaan hyödyntää erilaisissa hoitotilanteissa, kuten arjen toiminnoissa, ryhmätilanteissa sekä muistisairaiden henkilöiden hoidossa.

Oppaan keskeisiä teemoja ovat musiikin käyttö vuorovaikutuksen välineenä, yksilöllisen musiikin valinta, hoitajan rooli sekä musiikin integrointi osaksi hoitotyön arkea. Sisällössä korostuu asiakaslähtöisyys, yksilöllisyys sekä hoitajan sensitiivisyys asukkaan reaktioiden havainnoinnissa.

Oppaan rakenne on suunniteltu selkeäksi ja loogiseksi, jotta sen käyttö olisi mahdollisimman helppoa kiireisessä hoivatyön arjessa. Visuaalisessa toteutuksessa on kiinnitetty huomiota luettavuuteen, yhtenäiseen ilmeeseen sekä informatiivisuuteen. Tuotos tukee hoitohenkilökunnan ammatillista osaamista ja rohkaisee hyödyntämään musiikkia osana vuorovaikutteista ja inhimillistä hoitotyötä.

Opas koostuu useista luvuista, joissa käsitellään musiikin merkitystä hoitotyössä ja musiikin soveltamista hoivakodin arjessa. Oppaassa esitellään musiikin vaikutukset vuorovaikutukseen sekä annetaan käytännön vinkkejä musiikin hyödyntämiseen hoitotilanteissa ja musiikin valintaan eri tilanteisiin. Musiikki voi avata keskustelua erilaisissa hoitotilanteissa, ja sen käytännön soveltaminen voi tuoda rauhaa hoivakodin arkeen. Lisäksi oppaassa käsitellään musiikin käyttöä muistisairaiden henkilöiden hoidossa sekä hoitajan roolia musiikin hyödyntämisessä vuorovaikutuksen tukena. Oppaan tavoitteena on tarjota käytännöllinen työkalu, jonka avulla hoitohenkilökunta voi hyödyntää musiikkia osana päivittäistä hoitotyötä.

7 POHDINTA

7.1 Tulosten tarkastelu

Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli kehittää käytännönläheinen opas hoitohenkilökunnalle musiikin hyödyntämisestä vuorovaikutuksen tukena ja ikääntyneiden hyvinvoinnin edistämisessä hoivaympäristössä. Opinnäytetyön tuloksena syntynyt opas vastaa asetettuja tavoitteita tarjoamalla selkeitä ja helposti sovellettavia ohjeita musiikin käyttöön hoitotyössä.

Työn tietoperusta osoitti, että musiikilla on merkittävä vaikutus vuorovaikutukseen, tunteiden ilmaisuun sekä kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Näin ollen opas perustuu tutkittuun tietoon ja tukee näyttöön perustuvaa hoitotyötä. Tuotoksen voidaan katsoa vastaavan työelämän tarpeisiin, sillä se tarjoaa konkreettisen työvälineen hoitohenkilökunnalle.

Opas laadittiin yhteistyössä toimeksiantajan kanssa, ja sitä kehitettiin saadun palutteen perusteella vastaamaan Sentinan tarpeita. Toimeksiantajan osallistuminen vahvisti työn työelämälähtöisyyttä ja lisäsi tuotoksen käytännön merkitystä. Toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa työelämää palveleva konkreettinen tuotos, mikä toteutui tässä työssä (Salonen 2013).

7.2 Eettisyyden ja luotettavuuden tarkastelu

Hyvään tieteelliseen käytäntöön kuuluu rehellisyys, huolellisuus ja tarkkuus tutkimusprosessin kaikissa vaiheissa. Lisäksi lähteiden asianmukainen käyttö ja tekijänoikeuksien kunnioittaminen ovat keskeisiä eettisiä periaatteita (Arene 2018; TENK 2023). Näitä periaatteita korostetaan myös ammattikorkeakoulujen omissa tutkimuseettisissä ohjeissa (Lapin ammattikorkeakoulu 2026).

Tässä opinnäytetyössä noudatettiin hyvää tieteellistä käytäntöä koko prosessin ajan. Lähteet valittiin kriittisesti, ja niihin viitattiin asianmukaisesti tekijänoikeuksia kunnioittaen. Työ toteutettiin huolellisesti ja rehellisesti opinnäytetyöprosessin kaikissa vaiheissa.

Työn luotettavuutta vahvistaa ajantasaisten ja tieteellisesti perusteltujen lähteiden käyttö sekä teoreettisen tiedon ja käytännön tuotoksen välinen

johdonmukaisuus. Lisäksi yhteistyö toimeksiantajan kanssa lisäsi työn relevanssia ja käytännön hyödynnettävyyttä. Toiminnallisen opinnäytetyön luotettavuutta tukee myös se, että tuotoksen kehittämisprosessi on kuvattu selkeästi ja vaiheittain (Salonen 2013).

Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöissä tulee noudattaa eettisiä suosituksia, kuten rehellisyyttä, huolellisuutta ja asianmukaista viittaamista (Arene 2018). Tässä opinnäytetyössä eettisyys huomioitiin koko prosessin ajan.

Tekoälyä hyödynnettiin opinnäytetyöprosessin tukena esimerkiksi kielenhuollossa, tekstin jäsentelyssä ja visuaalisten materiaalien ideoinnissa. Kaikki sisältö arvioitiin kriittisesti ja muokattiin vastaamaan opinnäytetyön vaatimuksia. Tekoälyn käyttö ei korvannut itsenäistä ajattelua, tiedonhakua eikä lähdekritiikkiä.

7.3 Jatkokehittämisasiheet

Jatkossa olisi hyödyllistä tutkia oppaan vaikuttavuutta hoitohenkilökunnan työssä ja arvioida, miten sen käyttö edistää vuorovaikutusta ja ikääntyneiden hyvinvointia. Lisäksi voitaisiin selvittää, miten musiikin käyttö vaikuttaa muistisairaiden henkilöiden elämänlaatuun ja hoitotyön laatuun.

Toinen jatkokehittämisasihe olisi oppaan laajentaminen digitaaliseen muotoon, jolloin sen saavutettavuus ja käytettävyys paranisivat. Oppaan sisältöä voitaisiin hyödyntää myös hoitohenkilökunnan koulutuksessa ja perehdytyksessä.

Lisäksi jatkotutkimus voisi tarkastella hoitohenkilökunnan kokemuksia musiikin käytöstä sekä tunnistaa mahdollisia esteitä sen hyödyntämiselle hoivatyössä. Tällainen tutkimus edistäisi kulttuurihyvinvoinnin menetelmien laajempaa käyttöönottoa sosiaali- ja terveydenhuollossa.

LÄHTEET

- Ahonen, H. 2018. 'Self as instrument' – Safe and effective use of self in music psychotherapy: Canadian music therapists' perceptions. *Approaches: An Interdisciplinary Journal of Music Therapy, First View*, s. 1–21. Viitattu 28.4.2026. https://scholars.wlu.ca/musi_faculty/32/.
- Ala-Ruona, E., Saukko, P. & Tarkki, A. 2007. Musiikkiterapiapalvelut. Hyvinkää: Suomen musiikkiterapiayhdistys ry.
- Arene ry 2018. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. Viitattu 28.4.2026 <https://arene.fi/julkaisut/opinnaytetoiden-eettiset-suositukset/>.
- Erkkilä, J. & Rankanen, M. 2020. Kun sanat eivät riitä - luovat terapiat. *Duodecim* 136(20), s. 2062–2067. Viitattu 8.10.2025 <https://www.duodecim-lehti.fi/duo15795>.
- Hongisto-Åberg, M., Lindeberg-Piironen, A. & Mäkinen, L. 1998. Musiikki varhaiskasvatuksessa. 3. painos. Tampere: Tammer-Paino Oy.
- Jauhiainen, T. 2008. *Audiologia*. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Kalso, E. 2014. Musiikin voima. *Potilaan Lääkärilehti*, verkkartikkeli 17.10.2014 Viitattu 9.3.2026 <https://www.potilaanlaakarilehti.fi/kommentit/musiikin-voima/>.
- Kananen, J. 2015. Opinnäytetyön kirjoittajan opas. Näin kirjoitan opinnäytetyön tai pro gradun alusta loppuun. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.
- Kivinen, R., Keränen, K. & Ruuti, M. 2010. *Parasta aivoillesi - ohjeita aivojen hyvinvointiin*. Helsinki: Otava.
- Käypä hoito -suositus. Musiikkiterapia. 2020. Viitattu 3.3.2026 <https://www.kaypahoito.fi/nix03414>.
- Lapin ammattikorkeakoulu 2026. Tutkimusetiikka. Viitattu 14.4.2026 <https://lapinamk.fi/tutkimusetiikka/>.
- Mönkkönen, K. 2018. Vuorovaikutus asiakastyössä – Asiakkaan kohtaaminen sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Gaudeamus.
- Mönkkönen, K., Kekoni, T. & Pehkonen, A. 2019. Moniammatillinen yhteistyö - Vaikuttava vuorovaikutus sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Gaudeamus.
- Muistiliitto 2023a. Arjen osallisuutta pienillä teoilla. Viitattu 15.9.2025 <https://muistiliitto.fi/arjen-osallisuutta-pienilla-teoilla/>.
- Muistiliitto 2023b. Muistisairaudet Suomessa. Viitattu 15.1.2026 <https://muistiliitto.fi/muistisairaudet/>.
- Muistiliitto 2023c. Musiikki muistisairaana arjessa. Viitattu 15.9.2025 <https://muistiliitto.fi/muistisairaus-ja-musiikki/>.

Raivio, H. 2018. Sosiaalinen kuntoutus voimavaraistamisena – toivon ja muutoksen näkökulma. Teoksessa: Hannele Kostilainen & Anne Nieminen (toim.) Sosiaalisen kuntoutuksen näkökulmia ja mahdollisuuksia. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja. Diak työelämä 13. Helsinki: Diakonia-ammattikorkeakoulu, 97–118. Viitattu 8.10.2025 <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-493-307-0>.

Ruokonen, I. & Ruismäki, H. 2011. Lifelong Learning and Musical Interaction – Integrated Musical Activity Increases the Well-being of the Older People. *Procedia: Social and Behavioral Sciences* 12, s. 340–345. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.02.043>.

Saarikallio, S. 2007. Music as mood regulation in adolescence. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. Viitattu 10.4.2026 <https://jyx.jyu.fi/handle/123456789/13403>.

Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Turku: Turun ammattikorkeakoulu. Viitattu 14.4.2026 <https://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163738.pdf>.

Sentina. 2026. Meistä. Viitattu 14.4.2026 <https://sentina.fi/meista/>.

Sihvonen, A. J., Leo, V., Särkämö, T. & Soinila, S. 2014. Musiikin vaikuttavuus aivojen kuntoutuksessa. *Duodecim* 130(18), s. 1852–1860. Viitattu 10.4.2026. <https://www.duodecimlehti.fi/duo11845>.

Silmuke 2023. Musiikkiterapia. Viitattu 8.10.2025 <https://www.silmuke.fi/musiikkiterapia>.

Soinila, S. & Peltomaa, M. 2024. Miksi musiikki on ihmiselle hyväksi? *Suomen lääkärilehti* 79(47–48), 1912–1915. Viitattu 22.10.2025 <https://www.laakari-lehti.fi/pdf/2024/SLL47-48-2024-1912.pdf>.

Suomen musiikkiterapiayhdistys ry 2026. Mitä musiikkiterapia on? Viitattu 3.3.2026. <https://www.musiikkiterapia.fi/musiikkiterapia/mita-musiikkiterapia-on/>.

Särkämö, T., Tervaniemi, M., Laitinen, S., Forsblom, A., Soinila, S., Mikkonen, M., Autti, T., Silvennoinen, H. M., Erkkilä, J., Laine, M., Peretz, I. & Hietanen, M. 2008. Music listening enhances cognitive recovery and mood after middle cerebral artery stroke. *Brain* 131(3), 866–876. <https://doi.org/10.1093/brain/awn013>.

TENK 2023. Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. Viitattu 14.4.2026 https://tenk.fi/sites/default/files/2023-02/HTK-ohje_2023.pdf.

THL 2022. Muistisairauksien diagnostiikka ja hoito. Viitattu 8.10.2025 <https://thl.fi/aiheet/kansantaudit/muistisairaudet>.