

Musikointi muistisairaiden ihmisten arjen tukena

Kandidaatintutkielma
04.05.2026
Aada Tinell
Musiikkikasvatuksen
koulutusohjelma
Taideyliopiston
Sibelius-Akatemia

Tutkielman nimi	Sivumäärä
Musikointi muistisairaiden ihmisten arjen tukena	18
Tekijän nimi	Lukukausi
Aada Tinell	Kevät 2026
Aineryhmän nimi	
Musiikkikasvatuksen koulutusohjelma	
Tiivistelmä	
Vanhenevassa väestössä muistisairaudet koskettavat suurta osaa ihmisistä. Muistisairaus heikentää vähitellen kielellisiä taitoja ja arjen toimintakykyä, mutta suhde musiikkiin säilyy usein pitkälle sairauden kulkuun. Tässä tutkielmassa tarkastelen musiikillisen vuorovaikutuksen vaikutusta muistisairaiden ihmisten arkeen ja hyvinvointiin musikoinnin käsitteen valossa. Lisäksi selvitän, millaista työtä muusikot ja musiikkikasvattajat tekevät muistisairaiden ihmisten kanssa ja hoiva-alalla laajemmin. Tutkimuskysymykseni ovat: 1) Miten musiikillinen vuorovaikutus voi mahdollistaa merkityksellisiä kokemuksia muistisairaille ihmisille? 2) Mitä muusikon ja musiikkikasvattajan hoiva-alalle laajeneva työnkuva voi tarkoittaa? Tutkielma on toteutettu kirjallisuuskatsauksena, joka mukailee systemaattisen kirjallisuuskatsauksen periaatteita. Tutkimustulokseni osoittavat, että musiikillisen vuorovaikutuksen hyvinvointivaikutukset muistisairaille ovat ilmeiset ja monitasoiset. Kulttuurinen vanhustyö edistää hyvinvointia laaja-alaisesti sekä fyysisellä että psyykkisellä tasolla ja muusikon työ hoiva-alalla näyttäytyy lupaavana ja kasvavana mahdollisuutena. Muusikot voivat hyödyntää omaa osaamistaan hoiva-alalla kokonaisvaltaisesti niin yksilön kuin yhteisön tasolla. Tämä laajeneva työnkuva nostaa toisaalta esiin tärkeitä eettisiä kysymyksiä musiikin ammatillisuudesta.	
Hakusanat	
Muistisairaudet, kulttuurinen vanhustyö, hoivamusiikki, musikointi	
Tutkielma syötetty Turnitin-plagiaatintunnistusjärjestelmään	
04.05.2026	

Sisällys

1	Johdanto	3
2	Keskeiset käsitteet.....	5
2.1	Muistisairaudet.....	6
2.2	Kulttuurihyvinvointi, kulttuurinen vanhustyö ja hoivamusiikki.....	6
2.3	Musikointi	7
3	Tutkimusasetelma	8
3.1	Tutkimuskysymykset	9
3.2	Tutkimusmenetelmä.....	9
3.3	Tutkimusprosessi	9
3.4	Tutkimuseettisiä näkökohtia	10
4	Tulokset.....	10
4.1	Musikointi muistisairaiden ihmisten arjessa	11
4.1.1	Hyvinvoiva yksilö	11
4.1.2	Sosiaaliset suhteet	12
4.2	Muusikon työ hoiva-alalla	13
5	Pohdinta	15
5.1	Johtopäätökset.....	16
5.2	Luotettavuustarkastelu	17
5.3	Tulevia tutkimusaiheita.....	17
	Lähteet.....	18

1 Johdanto

Isoisäni istuu pianon ääreen ja pyydän häntä soittamaan Beethovenin Kuutamოსonaattia. Edessään hänellä on nuotti, mutta tiedän, etteivät hänen silmänsä näe enää säveliä. Ryppyiset sormet löytävät koskettimille, soitto alkaa ja se on virheetöntä. Olemme käyneet saman keskustelun illan aikana kolmesti, enkä ole varma tunnistaako hän minua. Laulamme hetken yhdessä ja kappaleen sanat muistuvat mieleen virheettömästi. Mikä on tuo musiikin maagiseltakin tuntuva voima, joka tuntuu läpäisevän muistisairauden?

Yllä olevan kuvauksen henkilö on oma isoisäni, joka on innoittanut minut perehtymään muistisairauksiin ja musiikin merkitykseen muistisairaiden ihmisten elämässä. Tässä tutkielmassa tarkastelen musiikillisen vuorovaikutuksen seurauksia muistisairaiden ihmisten arjessa ja tarkastelen musiikin ammattilaisten laajenevaa työnkuvaa hoiva-alalla.

Vuonna 2021 Suomessa oli yhteensä noin 150 000 muistisairautta sairastavaa henkilöä (THL 2024). Muistisairaus heikentää vähitellen kielellisiä taitoja ja arjen toimintakykyä, mutta musiikki säilyy usein ihmisen mielessä pitkälle sairauden kulkuun. Hoitotyössä on kuvattu lukuisia tilanteita, joissa passiiviseksi vetäytynyt ihminen alkaa yhtäkkiä hyräillä tuttua melodiaa tai liittyä mukaan yhteiseen lauluun. Nämä hetket koskettavat usein syvästi ja muistuttavat siitä, että vaikka muisti rapistuu, jotkin ihmisyyden kerrostumat säilyvät ja voivat tulla esiin musiikin kautta (Muistiliitto 2026). Musiikilla tiedetään olevan erityisiä ominaisuuksia muistisairaana elämää ajatellen ja musiikki tarjoaa myös läheisille mahdollisuuden nähdä jotain, mikä muuten tuntuu kadotetulta. Läheiset ovat todenneet, että musiikkitoiminta parantaa muistisairaana mielialaa, edistää kommunikointia, stimuloi muistelua ja piristää (Mellanen 2025, s.18.)

Muusikoiden yhteistyö sosiaali- ja terveysalan kanssa on lisääntynyt viime vuosina ja keskustelu kulttuuripalveluista hyvinvoinnin edistämisessä on luonut uusia ammattinimikkeitä myös muusikoille (Koskinen 2013, s. 33). Alalla on käytössä käsite kulttuurinen vanhustyö. Sillä viitataan kulttuuri-, musiikki- ja taidetoimintaan, jota toteutetaan vanhuspalveluiden yhteydessä (Tähti 2022, s. 1). Kulttuurisen vanhustyön päätavoitteena on edistää ikääntyneiden kokonaisvaltaista hyvinvointia tarjoamalla

mahdollisuuksia aktiivisuuteen, luovuuteen ja toimijuuden ylläpitoon. Lisäksi se voi osaltaan vastata ikääntyvän yhteiskunnan mukanaan tuomiin haasteisiin.

Keskityn tutkimuksessani kulttuurisen vanhustyön kentällä erityisesti hoiva-alaan. Musiikin käyttöä hoivan ja hoidon tukena sanotaan hoivamusiikiksi ja tässä erityiskohderyhmänä ovat muistisairauksista kärsivät ihmiset (Numminen 2010). Hoivamusiikki tarkoittaa esimerkiksi päivän toimia rytmittävää musiikkia, kuten aamumusiikkihetkeä.

Seuraavassa luvussa määrittelen tutkielmani keskeiset käsitteet. Tarkastelen muistisairauksia ja niiden ominaispiirteitä. Luvussa kolme esittelen tutkimuskysymykseni, kuvailen tutkimusprosessin kulkua ja pohdin tutkimuseettisiä seikkoja. Neljännessä luvussa esittelen tutkimustulokset. Lopuksi pohdin tulosten merkitystä musiikkikasvatuksen alalle ja ehdotan jatkotutkimusaiheita.

2 Keskeiset käsitteet

2.1 Muistisairaudet

Muistisairaus on yleisnimitys sairauksille, jotka vaikuttavat muistiin ja muihin ajattelun osa-alueisiin. Ne eivät rajoitu pelkästään muistin heikkenemiseen, vaan voivat muuttaa laajasti ihmisen tiedonkäsittelyä ja toimintakykyä. Dementialla tarkoitetaan tilannetta, jossa nämä muutokset ovat niin selviä ja suuria, että ne vaikeuttavat arjessa selviytymistä. Muistisairauksista johtuva dementia etenee ajan myötä, kun taas esimerkiksi aivovamman aiheuttamat vastaavat oireet eivät välttämättä pahene samalla tavalla (Kulmala ym. 2023.)

Yleisin muistisairaus on Alzheimerin tauti ja se aiheuttaa jopa noin 70 % tapauksista. Alkuvaiheessa tyypillisiä merkkejä ovat lähimuistin heikentyminen ja uuden oppimisen vaikeutuminen. Henkilö saattaa toistaa samoja asioita tai kysymyksiä, koska ne eivät jää mieleen. Taudin edetessä tuttujen ihmisten nimet unohtuvat ja puheen tuottaminen muuttuu hankalaksi, kun oikeita sanoja ei löydy (Muistiliitto 2026.)

Kognitiivisten taitojen heikentyessä arjen askareista selviytyminen onnistuu yhä vähemmän ilman tukea. Tämä johtaa lopulta liikkumis- ja toimintakyvyn menetykseen ja sairaus on aina kuolemaan johtava. Myös persoonallisuus ja käyttäytyminen voivat muuttua, esimerkiksi epäluuloisuus, ärtyisyys, aggressiivisuus, harhaluulot ja erilaiset mielialanvaihtelut ovat mahdollisia (Kulmala ym. 2023.) Alzheimer potilaiden arkea ovat tutkineet esimerkiksi (Zerr 2013), (Boyd 2011), sekä (Perry 2018).

2.2 Kulttuurihyvinvointi, kulttuurinen vanhustyö ja hoivamusiikki

Hyvinvoinnilla tarkoitetaan yksilön kykyä vaikuttaa maailmaan merkitysten ja tarkoitusten avulla ja hyvinvointiin liittyvät taloudelliset, sosiaaliset ja ympäristöolosuhteet. Hyvinvointi on yksilön kokema positiivinen tila, joka terveyden tavoin on elämän voimavara (WHO 2021.)

Useissa tutkimuksissa on todettu, että musiikilla voidaan saavuttaa ihmisissä erilaisia hyvinvointivaikutuksia niin psyykkisen, sosiaalisen kuin fyysisen hyvinvoinnin kannalta

(Vanhala 2010, 63). Kun ihminen kokee itse, että taide ja kulttuuri lisäävät hänen hyvinvointiaan tai liittyvät siihen, puhutaan kulttuurihyvinvoinnista (Lilja-Viherlampi & Rosenlöf 2019, s. 21). Kulttuurihyvinvointia voidaan myös tarkastella ilmiönä, jossa kulttuuri ja taide kantavat erilaisia hyvinvointiin liittyviä merkityksiä ja seurauksia niin yksilölle kuin yhteisöllekin (Tähti 2022, s. 30).

Kulttuurinen vanhustyö voidaan ymmärtää ensisijaisesti ajattelutapana, joka korostaa kulttuurin ja luovuuden merkitystä vanhustyössä. Se ei ole erillinen kulttuuripalvelu, malli tai menetelmä, vaan tavoitteena on vaikuttaa ihmisten asenteisiin siten, että kulttuuri voidaan nähdä arvokkaana ja oleellisena osana elämää (Huhtinen-Hilden ym. 2017, s. 21-22.)

Kulttuurisella vanhustyöllä on sekä yksilöön että yhteisöön kohdistuvia yhteiskunnallisia tavoitteita. Kulttuurisen vanhustyön tavoitteena on vakiinnuttaa kulttuuritoiminta pysyväksi osaksi sosiaali- ja terveysalan käytäntöjä. Tämä tarkoittaa sitä, että kulttuuri ja taide integroituvat organisaatioiden, työyhteisön ja erilaisten rakenteiden toimintamalleihin (Huhtinen-Hilden 2017, s. 21.)

Hoivakäytöksen myötä muusikon, musiikkipedagogin ja musiikkiterapeutin nimikkeiden rinnalle on tullut ainakin yhteisömusiikkipedagogi, yhteisömuusikko, sairaalamuusikko ja hoivamuusikko (Tähti 2022, s. 32).

Hoivamusiikki on elävää musiikkia, jota käytetään hoivaympäristössä hyvinvoinnin tukemiseen ja potilaiden yksilöllisen kohtaamisen vahvistamiseen.

Tavoitteena hoivamuusikoilla on hyödyntää musiikin tutkitusti myönteisiä vaikutuksia terveyteen ja hyvinvointiin suunnitelmallisesti osana arkea. Kyseessä ei kuitenkaan ole varsinaisesti musiikkiterapia, vaan musiikin terapeuttinen hyödyntäminen (Mellanen 2025, s. 7.)

2.3 Musikointi

Musiikki voidaan nähdä ennen kaikkea sosiaalisena käytäntönä, eikä vain objektina tai teoksena. Christopher Small käyttää tästä toiminnasta käsitettä musikointi (musicking), jolla viitataan kaikkeen musiikilliseen osallistumiseen (Small 1998, s. 20). Musikointi kattaa esimerkiksi säveltämisen, harjoittelun, esittämisen ja kuuntelemisen, jotka eivät ole toisistaan erillisiä prosesseja, vaan osa samaa inhimillistä toimintaa. Tässä

näkökulmassa musiikki ei ole objekti, vaan jotakin, mitä ihmiset tekevät yhdessä ja suhteessa toisiinsa (Small 1998, s. 11.) Tämä näkökulma korostuu, kun luodaan yhteys muis-tisairaaseen ihmiseen musiikin välityksellä.

Musikointi pohjautuu siis ajatukseen, että musiikin merkitys ei sijaitse musiikillisissa teoksissa, vaan toiminnassa ja vuorovaikutuksessa, joka syntyy ihmisten osallistuessa musiikillisiin tilanteisiin. Osallistuminen voi olla sekä aktiivista että passiivista, ja se kuuluu kaikille ihmisille. Small korostaa, että osallistuminen musiikilliseen toimintaan on keskeinen osa ihmisyyttä, samankaltainen perusinhimillinen kyky kuin puhuminen. Tämän näkemyksen mukaan jokaisella ihmisellä on synnynnäinen valmius osallistua musiikilliseen toimintaan, eikä musiikki kuulu vain erityisen lahjakkaalle vähemmistölle (Small 1998, s. 17.)

Myös Tähti korostaa, että jokainen ihminen on luova, kulttuurinen, ilmaisullinen ja esteettinen toimija (Tähti 2022, s. 16). Ihmisyyteen liittyvät olennaisesti kyky kuvitella, ilmaista itseään, kaivata kauneutta sekä toimia luovasti arjen tilanteissa. Nämä ominaisuudet eivät riipu yksilön taustakulttuurista, toimintakyvystä, elämäntilanteesta tai asemasta yhteisössä (Tähti 2022, s. 16).

3 Tutkimusasetelma

Tässä luvussa esittelen tutkielmani tutkimuskysymykset ja kuvaan myös kirjallisuuskatsausta tutkimusmenetelmänä. Lisäksi avaan tutkimusprosessin vaihteita ja tarkastelen tutkimukseeni liittyviä eettisiä näkökulmia.

3.1 Tutkimuskysymykset

- 1) Miten musiikillinen vuorovaikutus voi mahdollistaa merkityksellisiä kokemuksia muistisairaille ihmisille?
- 2) Mitä muusikon ja musiikkikasvattajan hoiva-alalle laajeneva työnkuva voi tarkoittaa?

3.2 Tutkimusmenetelmä

Olen toteuttanut kandidaatintutkielmani systemaattisen kirjallisuuskatsauksen periaatteita mukaillen. Systemaattinen kirjallisuuskatsaus on tutkimusmenetelmä, jossa tarkastellaan aikaisemmin tehtyjen tutkimusten keskeistä sisältöä ja kootaan yhteen aiheeseen liittyvää kirjallisuutta. Kriittisyys ja arviointi ovat myös tärkeitä näkökulmia. Systemaattisessa kirjallisuuskatsauksessa on tärkeää tarkastella aineistoa sekä historiallisesta että oman tieteenalan viitekehityksessä. (Salminen 2011, s. 9.) Tutkija pyrkii löytämään valitusta aiheesta keskeiset tutkimustulokset, arvioimaan niitä kriittisesti ja kokoamaan ne johdonmukaiseksi kokonaisuudeksi (Petticrew & Roberts 2006, s. 19). Systemaattisen kirjallisuuskatsauksen avulla voidaan tarkastella aiemmin luotuja teorioita ja nostaa esiin uusia tutkimusaiheita (Salminen 2011, s. 9).

Olen käyttänyt Salmisen (2011, s. 10) esittämää Finkin mallia tutkimusprosessissani, joka jäsentää systemaattisen kirjallisuuskatsauksen osat tutkimuskysymyksen määrittelystä aineiston keruuseen ja tulosten analysointiin. Kirjallisuuskatsaus edustaa laadullista, analyysiin perustuvaa tutkimusta, jossa keskeistä on kootun aineiston pohdiskeleva ja tulkitseva tarkastelu.

3.3 Tutkimusprosessi

Tutkimuskirjallisuuden kokoamiseen olen hyödyntänyt sähköisiä hakupalveluita ja kirjastojen tietokantoja, kuten Taideyliopiston Arsca-hakupalvelua ja Finna-tietokantaa. Lisäksi olen löytänyt lähdeaineistoa Sibelius-Akatemian kirjastosta ja Helsingin yliopiston kirjastosta. Kirjallisuuskatsauksen tavoitteena on vahvistaa jo olemassa olevia teorioita ja mahdollisesti luoda uusia niiden pohjalta. Löytää uutta tutkimustietoa jo tehtyjen tutkimusten perusteella.

Hauissa olen käyttänyt esimerkiksi seuraavia hakusanoja ja niiden yhdistelmiä: music education, music education and dementia, music education and memory loss, sekä life-long learning.

Valitsin aineistooni sekä teoreettisia että empiirisiä tutkimuksia sisältäviä artikkeleita ja maisterintutkielmia, joissa tutkimus tapahtui esimerkiksi hoitokodissa tai joissa käsiteltiin muuten muistisairaiden arkea. Tehtyäni päätöksen siitä, että keskityn tutkielmassani muusikon työllisyysmahdollisuuksiin hoiva-alalla, suljin pois musiikkiterapian tutkimukset, jotka olisivat johdatelleet aihetta toiseen suuntaan.

3.4 Tutkimuseettisiä näkökohtia

Tieteellisen tutkimuksen on seurattava hyvän tieteellisen käytännön periaatteita ollakseen luotettava, eettisesti hyväksyttävä ja uskottava. Tässä tutkimuksessa noudatetaan Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (TENK 2019) hyvän tieteellisen käytännön periaatteita, sekä Taideyliopiston eettisiä tutkimusohjeistuksia.

Osallistumisen vapaaehtoisuudesta on huolehdittava erityisen tarkasti silloin, kun päätöksen osallistumisesta tekee joku muu kuin tutkittava itse. Lisäksi osallistumisen voi keskeyttää milloin tahansa, eikä siihen tarvita erityistä syytä (TENK 2019).

Muistisairaiden tutkittavien hahmotuskykyä omaan osallisuuteensa tutkimuksissa on haastavaa ja miltei mahdotonta arvioida. Tästä syystä tutkimuksia on toteutettu mahdollisimman avoimesti kommunikoiden niin esimerkiksi palvelutalojen henkilökunnan kuin tutkimushenkilöiden omaisten kanssa (Mellanen 2025, s. 31)

4 Tulokset

4.1 Musikointi muistisairaiden ihmisten arjessa

Tässä luvussa esittelen tuloksia musikoinnin merkityksestä muistisairaiden ihmisten arjessa, sekä avaan muusikoiden työnkuvaa hoiva-alalla vanhustyössä. Tarkastelen näiden välistä yhteyttä ja merkitystä osana hoivaympäristöä ja musiikillisen vuorovaikutuksen hyvinvointivaikutuksia niin yksilötasolla kuin sosiaalisissa suhteissa. Lopuksi pohdin, miltä muusikon työ muistisairaiden parissa voisi näyttää aineistoni valossa.

4.1.1 Hyvinvoiva yksilö

Hyvinvoiva yksilö vaikuttaa positiivisesti myös ympärillään olevien hyvinvointiin. Musiikilla on myönteisiä vaikutuksia ihmisen yleiseen hyvinvointiin kasvavan tieteellisen näytön perusteella (Fancourt & Finn 2019). Musiikki voi vähentää dementiapotilaiden käytöshäiriöitä ja sen avulla kyetään nostamaan mielialaa ja lisäämään keskittymiskykyä. Musiikki vaikuttaa positiivisesti ahdistuksen ja sekavuuden vähenemiseen ja muisti tehostuu tutkitusti, kun musiikki ja kuntoutus yhdistetään (Mellanen 2025, s. 18.)

Muistisairas voi kokea suurta iloa muistaessaan esimerkiksi tutun laulun sanat vuosien takaa ja tämän myötä myös itsetunto ja usko omiin taitoihin vahvistuvat. Yksilöille itselleen merkityksellinen musiikki voi palauttaa mieleen tärkeitä yksityiskohtia, jotka muuten olisivat unohduksissa (Mellanen 2025, 20.) On myös tutkittu, että iäkkäämmillä ihmisillä tunnereaktiot ovat korkeampia kuin nuorilla ihmisillä heidän kuullessaan itselleen merkityksellistä musiikkia (Salakka ym. 2021, s. 12-13).

Käytännön tasolla musikointi voi tarkoittaa muistisairaille esimerkiksi musiikin jokapäiväistä kuuntelua. Se voi tarkoittaa myös esimerkiksi laulamista tai jonkin instrumentin soittamista. Kaikilla edellä mainituilla toimilla on todettu olevan nähtäviä vaikutuksia ihmisen hyvinvointiin. (Särkämö 2018, 3–5.) Kuullessaan itselle tärkeää musiikkia, todennäköisyys vahvojen positiivisten tunteiden syntyyn, sekä mielihyvään on suuri (Salakka ym. 2021, s. 12-13).

Mellasen tutkielmassa muusikot vietiin hoivaympäristöön tarjoamaan ikääntyneille muistisairaille henkilökohtaisia taidekokemuksia, sekä kahdenkeskisiä hetkiä nuorten ammattimuusikoiden kanssa. Tutkimukseen osallistuvilla henkilöillä oli diagnosoitu muistisairaus, ja he asuivat tehostetun palveluasumisen piirissä. Muusikot vierailivat asukkaiden omissa huoneissa instrumenttinsa kanssa ja esittivät musiikkia, kohdaten heidät parhaansa mukaan yksilöinä. Samalla muusikot tekivät havaintoja asukkaiden reaktioista eri kappaleisiin ja musiikin piirteisiin, kuten tempoon, sävelkorkeuteen ja melodiaan (Mellanen 2025, s. 5)

Mellanen toteaa, että tutkimuksen perusteella yksilöllisesti toteutetun hoivamusiikin vaikutukset ja siitä syntyneet reaktiot ovat selvästi havaittavissa. Musiikki osoittautui tehokkaaksi keinoksi tunteiden ilmaisussa, sekä muistojen herättämisessä (Mellanen 2025, s. 123.)

Tutkimuksessa myös sellaiset asukkaat, jotka kommunikoivat muuten vähän, saattoivat musiikkihetken myötä alkaa laulaa tuttujen laulujen mukana tai jakaa muistojaan. Useat eri aivoalueet osallistuvat musiikin käsittelyyn, joista osa pysyy toimintakykyisenä vielä silloinkin, kun muut kognitiiviset toiminnot heikentyvät. Musiikki vaikuttaa monissa eri tasoissa aivojamme ja esimerkiksi laulaminen, sekä puhuminen tapahtuvat eri aivoalueilla. Tämä selittää, miksi esimerkiksi laulun sanat muistuvat mieleen, vaikka sairaus olisi edennyt pitkälle (Särkämö ym. 2011, s.7.)

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL) toteutti keväällä 2022 vanhuspalvelujen pitkäaikaisille ja säännöllisille asiakkaille suunnatun ”Kerro palvelustasi” asiakastyytyväisyyskyselyn, johon vastasi noin 42 000 henkilöä. Monelle asiakkaalle vanhuspalvelut ovat merkittävä osa päivittäistä elämää ja siksi on tärkeää, että he kokevat saavansa tarvitsemansa palveluita. Kyselyn tulokset osoittivat, että yksinäisyys on vanhuspalveluissa yleinen haaste: noin viidennes vastaajista koki yksinäisyyttä usein tai jatkuvasti. Osa asiakkaista koki yksinäisyyttä ajoittain ja jotkut kokivat tuntevansa hyvin syvää yksinäisyyttä (Kehusmaa ym. 2022).

Monet asukkaista toivoivat enemmän läsnäoloa hoitajilta ja mahdollisuuksia keskustella heidän kanssaan. Hoitajien kiire ja henkilöstön vaihtuvuus kuitenkin vaikeuttivat tämän toteutumista. Asiakkaiden arki näyttäytyi usein virikkeettömänä ja noin viidesosa vastaajista koki, ettei heille mielekästä virkistystoimintaa ole tarjolla. Vastaajien mukaan toimintaa tulisi lisätä ja sen tulisi vastata paremmin yksilöllisiä tarpeita (Kehusmaa ym. 2022).

4.1.2 Sosiaaliset suhteet

Myönteiset ihmissuhteet, sekä vuorovaikutus ovat ihmisille iästä huolimatta tärkeitä hyvinvoinnin lähteitä (Haybron 2013, s.127). Merkityksellisimpiä ihmissuhteita ovat läheisimmät ihmissuhteet, mutta päivittäinen vuorovaikutus tapahtuu usein myös niiden ulkopuolella. Ollakseen onnellinen ihminen kaipaa myös aktiivista toimintaa, joka hänen mielestään on merkityksellistä, sekä mielekästä. (Haybron 2013 s. 54–76.)

Ihmiset ovat suhteessa toisiinsa niin musiikkia tehdessään kuin kuunnellessaan (Small 1998, s. 62). Musikoinnin merkitys on juurikin sosiaalisissa yhteyksissä, joita muodostamme syntymästämme saakka aina viimeisiin vuosiin asti. (Small 1998, s. 154). Musiikointi osana muistisairaiden ihmisten arkea esimerkiksi hoivakodeissa yhdistää asukkaita ja sen voidaan nähdä vähentävän yksinäisyyttä. Musikoinnilla on tutkitusti palvelutaloissa asuvien asukkaiden hyvinvointia lisäävä vaikutus niin psyykkisellä, fyysisellä kuin sosiaalisellakin tasolla (Vanhala 2010, s. 63; Korhonen 2017, s. 28).

Musiikilliset kokemukset voivat tuoda mieleemme suhteita, joita kaipaamme kokea ja muistisairaille tämä voi tarkoittaa esimerkiksi suhteita menneisyydestä, jotka muistuttavat itsestään musiikillisissa hetkissä. Musikoidessa toivotut suhteet voidaan tuoda ikään kuin olemassa oleviksi (Small 1998, s. 211).

Musiikillinen toiminta voi tukea ikääntyneiden hyvinvointia henkisesti monella tapaa. On tutkittu, että musiikkiharrastus tuo osallistujille onnellisuutta ja nautintoa (Joseph & Southcott 2018, s. 287). Musiikilliset hetket, kuten ryhmässä laulaminen, voivat luoda tunteiden laantumista ja toisaalta mahdollisuuksia niiden ilmaisuun (Joseph & Southcott 2018, s. 289), sekä arjen murheiden unohtamiseen (Joseph & Southcott 2018, s. 184) Juuri ryhmässä laulaminen parantaa tutkitusti dementiaa sairastavien kokemusta elämän laadusta lisäten samalla positiivisten tunteiden kokemista (Tähti 2022, s. 35).

4.2 Muusikon työ hoiva-alalla

Hoiva on laaja ja vaikeasti määriteltävä käsite, eikä sille löydy yhtä selkeää, kaikille yhteistä määritelmää. Tedre toteaa väitöskirjassaan, että hoivasta puhutaan niin lasten, apua tarvitsevien aikuisten kuin ikääntyneiden yhteydessä (Tedre 1999, s. 42-44.)

Hoivamuusikkous työllistymismahdollisuutena tarjoaa muusikoille väylän syventää oma ammattitaitoaan ja kehittää monipuolisuutta, kuten soittamista, laulamista sekä niiden yhdistämistä (Mellanen 2025, s. 36). Säännöllisen musiikkitoiminnan on koettu muusikoiden keskuudessa vähentävän esiintymisjännitystä ja muistuttavan musiikin syvällisestä vaikutuksesta ihmisiin (Mellanen 2025, s. 36).

Hoivatyössä ja kulttuurisen vanhustyön alalla toimiva muusikko tai musiikkikasvattaja sopeuttaa musikoinnin muotoa tilanteen mukaan. Musiikilliseen toimintaan voi osallistua soittaen, säveltäen, laulaen, tanssien, kuunnellen tai esimerkiksi organisoiden. Tähti toteaa, että musiikillinen toimija on ihminen tai yhteisö, joka toimii musiikillisesti, tekee musiikkitoimintaan liittyviä valintoja, vaikuttaa toiminnallaan ja valinnoillaan, sekä vaikuttaa toiminnasta ja valinnoista siten, että jokin asia tai tilanne muuttuu toimijan kannalta mielekkääseen suuntaan (Tähti 2022, s. 44).

Musiikillinen toiminta voi muuttaa tilanteita ja kokemuksia toimijan näkökulmasta mielekkäämpään suuntaan (Tähti 2022, s. 17.) Tämä näkökulma korostaa musiikin merkitystä myös erilaisissa yhteisöllisissä ympäristöissä. Esimerkiksi musiikkiesitykset ja osallistava musiikkitoiminta voivat tuottaa iloa, mielihyvää ja merkityksellisiä kokemuksia sekä tukea elämänlaatua ja lisätä osallisuuden tunnetta hoivakodeissa (Kontu-Korhonen 2017, s. 28).

Hoivakodeissa tapahtuvan kulttuurisen vanhustyön tavoitteet liittyvät siis yksilön ja yhteisön hyvinvointiin. Tavoitteena kulttuurisessa vanhustyössä on vakiinnuttaa kulttuuri-toiminta pysyväksi osaksi sosiaali- ja terveysalan käytäntöjä (Huhtinen-Hilden 2017, s. 21). Hoivakodissa tapahtuvan musiikillisen toiminnan tarkoituksena on tuottaa iloa ja mielihyvää, osallisuutta ja elämyksiä, sekä parantaa asukkaiden elämän laatua musiikkiesityksillä ja osallistavalla musiikkitoiminnalla (Kontu-Korhonen 2017, s. 28). Hoivan parissa toimivan muusikon työssä on olennaista kokonaisvaltainen työskentely ja ihmisen kohtaaminen tasavertaisena, ei ainoastaan hoivattavina (Koivisto & Lilja-Viherlampi 2019, s. 17–18).

Muistisairaiden palvelukodissa ikäjakauma voi olla suuri. Tämä näkyy esimerkiksi populaarikulttuurin aikakausissa suhteessa omaan nuoruuteen tai muuhun ikäkauteen. Paras hyvinvoinnin tase saadaan ottamalla selvää ihmisen suosikkimusiikista, sillä erilainen musiikki vaikuttaa meihin eri tavoin (Ukkola-Vuoti 2019, s. 2). Myös eriävät kulttuuritaustat ja mahdolliset muut äidinkielet olisi syytä huomioida (Mellanen 2025, s. 48.)

Kulttuurin ja hoivan yhdistämistä käsittelevissä tutkimuksissa korostuu usein, kuinka laitoksissa kaikki tapahtuu tarkkaan kelloaikaan ja kuinka vaikea tuohon rutinoituneeseen aikatauluun on tehdä hetkellisiäkään muutoksia (Tähti 2017, s. 13). Rutiinien ja turvallisuuden tunteen luomiseksi, toistuvuus on tärkeää asukkaille, mutta myös musiikkihetkien tuttu sisältö on todettu merkittäväksi asiaksi (Mellanen 2025, s.56). Tähtien mukaan olisi merkittävää, että musiikki ja muut taiteen muodot mahtuisivat osaksi hoitotoimenpiteitä (Tähti 2017, s. 14).

Musiikkia tuodaan vanhushuoneisiin pääsääntöisesti asukkaita varten, mutta hoivan alalla työskentelevät muusikot voivat saada musiikkitoiminnassa kokonaisvaltaisesti käyttöön myös omaa osaamistaan ja luovuuttaan (Tähti 2017, s. 13). Yksi hoivamuusikko on kertonut, että kaikista palkitsevinta työssään on nähdä asukkaiden heräävän kuin eloon laulaessa. Tämä voi näkyä innostumisena, keskustelevaisuutena ja esimerkiksi muistojen jakamisena (Tähti 2017, s. 19.)

Hoiva-alalla toimiville taiteilijoille läsnä olemisen taito, sekä kyky muuttaa suunnitelmia asiakkaan tarpeen mukaan lyhyessäkin ajassa ovat tärkeitä. Ihminen on kohdattava siinä tilassa, missä tämä on (Lehikoinen 2019, s. 7). Hoivan parissa työskentelevien muusikoiden tulee huomata, että asukkaat on nähtävä aktiivisina toimijoina, jotka osallistuvat toiminnan tuottamiseen. (Mellanen 2025, s. 7).

Muusikoille, joilla ei erityisesti ole hoiva-alan koulutusta tulee mukauttaa työtään monin tavoin ja he saattavat kokea kehittää osaamistaan ja ymmärrystään. Tämä voi tarkoittaa esimerkiksi tapaa käyttää taiteellisia materiaaleja, sekä vuorovaikutuksen luonnetta (Lehikoinen, Pässilä, Owens 2021, s. 103).

5 Pohdinta

5.1 Johtopäätökset

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on selvittää musiikillisen vuorovaikutuksen vaikutuksia muistisairaiden arkeen. Toisena päämääränä on tuoda esille muusikoiden laajenevaa työnkuvaa hoiva-alalla. Tulokset asettuvat hyvin yhteen musikoinnin käsitteen kanssa, jossa musiikki ymmärretään ensisijaisesti toimintana ja vuorovaikutuksena (Small 1998).

Muistisairaiden kohdalla itseisarvona ei nähdä musiikillista lopputulosta, vaan kokemusta osallisuudesta ja yhteydestä. Merkityksellisyys syntyy ensisijaisesti siitä suhteesta, joka ihmisellä on musiikkiin (Small 1998, s. 17.) Musikoidessaan muistisairas ei ole hoivan kohde, vaan aktiivinen osallistuja, joka omista lähtökohdistaan on mukana tilanteen muodostumisessa.

Musiikilla on tulosten mukaan suora yhteys ihmisen psyykkiseen sekä fyysiseen olemiseen musiikin aivoja laajasti aktivoivien ominaisuuksien seurauksena. Musiikin avulla ihmisen elimistössä tapahtuu myös lääketieteellisesti mitattavia asioita esimerkiksi hormonien tuotannossa (Ukkola-Vuoti 2019, s. 5.)

Yksilötasolla tarkasteltuna musiikin vaikutukset näyttäytyvät aineiston valossa niin mielialan kohentumisena, muistojen aktivoitumisena kuin lisääntyneenä keskittymiskykenä. Samalla musiikilla on voima vahvistaa omaa pystyvyyden kokemusta. Musiikillisen toiminnan merkityksellisyys on sidoksissa yksilön omaan historiaan ja tämä korostaa sen huomiosta musiikkihetkiä suunnitellessa.

Sosiaalisesta näkökulmasta katsottuna musikointi näyttäytyy keinona vahvistaa yhteisöllisyyttä ja näin ollen vähentää yksinäisyyttä, josta merkittävä osa ikääntyneistä kärsii (Kehusmaa ym. 2022). Vuorovaikutus musiikillisissa hetkissä on välitöntä, eikä se vaadi kielellisiä vaatimuksia. Musiikki voi toimia myös ajallisena siltana muistoihin ja näin nostaa ajatuksiin suhteita jo eletystä elämästä.

Muusikon työ hoiva-alalla vaikuttaa tulosten mukaan potentiaaliselta ja kasvavalta työmahdollisuudelta. Aktiivisen kulttuurisen vanhustyön tavoitteena onkin vakiinnuttaa kulttuuritoiminta pysyväksi osaksi sosiaali- ja terveysalan käytäntöjä (Huhtinen-Hilden 2017, s. 21). Tämä toisaalta nostaa esiin eettisiä kysymyksiä muusikon työn rajoista, vastuusta ja alalle saatavasta koulutuksesta.

Muusikoilla on mahdollisuus tuoda omaa ammattitaitoaan kulttuuriseen vanhustyöhön parantaen samalla kokonaisvaltaisesti ikäihmisten hyvinvointia niin yksilön kuin yhteisön näkökulmasta. Tutkimukset myös osoittavat ikääntyneiden kokevan yksinäisyyttä, mutta musiikkituokiot ovat saaneet aikaan sukeutuneiden ja masentuneiden asukkaiden avautumista ja muuttumista sosiaalisemmaksi (Mellanen 2025, s. 42).

Tutkimukseni aihe on hyvin ajankohtainen, sillä yhteiskunnan ikärakenne on jyrkästi vanhenevaa. Väestön vanheneminen yhteiskunnassa näkyy monin tavoin, ja esimerkiksi yli 65-vuotiaiden määrä väestössä kasvaa jatkuvasti (Koskinen 2007, s. 19). Seurauksena edellä mainitusta, myös muistisairaudet lisääntyvät ja yleistyvät. Tämän voidaan nähdä asettavan merkittävät haasteet terveydenhuollolle sekä yhteiskunnalle ja siksi onkin tärkeää löytää muita hyvinvoinnin tukemisen muotoja (Särkämö & Laitinen & Numminen & Tervaniemi & Kurki & Rantanen 2011, s. 13.)

5.2 Luotettavuustarkastelu

Tutkimukseni aineisto on pääsääntöisesti vertaisarvioitua, mikä luo tutkimukselleni luotettavan pohjan. Tutkimusprosessiani kuvaillessa olen pyrkinyt olemaan mahdollisimman yksityiskohtainen ja avoin, enkä koe jättäneeni mitään oleellista pois. Eri vaiheissa tutkimusprosessiani olen myös konsultoinut muun muassa ohjaajaani, joka on auttanut esimerkiksi luotettavan materiaalin löytämisessä. Olen merkinnyt lähteet muistiin sitä mukaa, kun niitä on löytynyt ja tämän seurauksena niiden tarkistaminen aineistosta on läpinäkyvää ja helppoa. Viitauksilla olen pyrkinyt antamaan ansaitun tunnustuksen myös alkuperäisille tutkijoille. Olen myös pyrkinyt tarkastelemaan tutkimustuloksia avoimesti jättäen omat oletukseni sivuun, vaikka omakohtainen kiinnostukseni on ohjannut aiheeni valintaan. Englanninkielisiä lähteitä käsitellessäni olen tavoitellut mahdollisimman tarkkaa kääntämistä hyödyntämällä sanakirjoja, kuten MOT-sanakirjaa.

5.3 Tulevia tutkimusaiheita

Samalla kun hoivamusikkous tarjoaa uusia työllisyysmahdollisuuksia muusikoille, se nostaa esiin myös kysymyksiä koulutuksesta ja ammatillisesta identiteetistä. Millaista osaamista muusikoilta tulee edellyttää hoiva-alalla ja missä kulkee raja verraten esimerkiksi musiikkiterapiaan? Edellä mainittuja aiheita olisi mielestäni kiinnostavaa tutkia tulevaisuudessa.

Hoiva-alalla ja esimerkiksi sairaaloissa toimivia muusikoita on jo jonkin verran, mutta musiikki ei sisälly hoitohenkilökunnan koulutukseen juuri millään tavoin. Musiikin hyödyntäminen ei kuitenkaan edellytä erityistä osaamista ja sitä voi toteuttaa esimerkiksi kuuntelun avulla. Kohdennetumpaa ja yksityiskohtaisempaa tutkimusta musiikin lisäämiseen hoitohenkilökunnan puolella olisi myös mielenkiintoista saada.

Lähteet

Boyd, M. R. (2011) Alzheimer's disease diagnosis and treatments. Nova Science Publishers

Fancourt, D. & Finn, S. (2019). What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review (Health Evidence Network (HEN) synthesis report 67). WHO Regional Office for Europe.

Joseph, D. & Southcott, J. 2018. Music participation for older people: Five choirs in Victoria, Australia. *Research Studies in Music Education*, 40, 2, 176-190.

Kehusmaa, S., Leppäaho, S., Havakka, P., Karttunen, T. (2022). Vanhuspalvelujen asiakastyty- väisyyskyselyn tulokset – Kerro palvelustasi -kysely 2022. (Tutkimuksesta tiiviisti 57/2022). Terveiden ja hyvinvoinnin laitos, Helsinki.

Koskinen, S. 2007. Ikäihmisten asema Suomessa ja ikääntymisen käsityksiä, Teoksessa T. Tulva & I. Uusitalo & K. Harra (toim.) Vanhuuden monet kasvot, OKKA, Opetus-, kasvatus- ja koulutusalojen säätiö, 18–50

Koskinen, T. (2013) Tutkimuskohteena yhteisö- ja hoivamuusikot. Uuden ammattikunnan synty? (Pro gradu -tutkielma Tampereen Yliopisto).

Kulmala J., Jämsen E., Ngandu T. (2023). Aivojen vanheneminen ja muistisairauksien ehkäisy. Teoksessa T. Rantanen, K. Kokko, S. Sipilä, & A. Viljanen (toim.), Gerontologia. (s.180–189). Duodecim

Lilja-Viherlampi, L.-M. & Rosenlöf, A.-M. (2019). Moninäkökulmainen kulttuurihyvinvointi. Teoksessa I. Tanskanen (toim.) Taide töissä. Näkökulmia taiteen opetukseen sekä taiteilijan rooliin yhteisöissä (s. 20–39). Turun ammattikorkeakoulu

Lehikoinen, K. (2019). Dance in Elderly Care: Professional Knowledge. *Journal of Dance Education*, 19(3), 108–116.

Lehikoinen, K., Pässilä, A., & Owens, A. (2021). Conflicting professional identities for artists in hybrid contexts: Insights from a pilot programme initiating artistic interventions in professional identities in organisations. In Westerlund, H., & Gaunt, H. (Eds.), *Expanding Professionalism in Music, Performing Arts and Higher Arts Education: A Changing Game*, (pp. 74–88). Routledge, SEMPRESS.

Lääkäriliitto. (n.d.). Musiikkilääketiede <https://www.laakariliitto.fi/palvelut/koulutukset/erityispatevyydet/musiikkilaaaketiede/> Luettu 12.4.2025

Mellanen, A. (2025). Musiikkikasvattajat hoivamusikkoina: Yksilöllisesti toteutetun hoivamusiikin vaikutuksia muistisairaisiin hoitohenkilöstön ja musiikkikasvattajien näkökulmasta. (Pro gradu –tutkielma. Taideyliopiston Sibelius-Akatemia).

Muistiliitto. (n.d.). Muistisairaus ja musiikki <https://muistiliitto.fi/muistisairaus-ja-musiikki/> Luettu 2.3.2026

Numminen, A. (2010). Hoivamusiikki. <https://sovellataidetta.fi/material/46> Luettu 17.4.2026

Perry, G. (2018) *Alzheimer's disease: New beginnings*. SAGE Publications.

Petticrew, M., & Roberts, H. (2006). *Systematic Reviews in the social sciences: A Practical Guide*. Blackwell.

Salakka, I. & Pitkäniemi, A. & Pentikäinen, E. & Mikkonen, K. & Saari, P. & Toiviainen, P. & Särkämö, T. 2021. What makes music memorable? Relationships between acoustic musical feature and music-evoked emotions and memories in older adults. Saatavilla <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0251692>.

Small, C. (1998). *Musicking: The meanings of performing and listening*. Wesleyan University Press.

Särkämö, T. 2018. *Music for the ageing brain: Cognitive, emotional, social and neural benefits of musical leisure activities in store and dementia*. Helsingin yliopisto.

Särkämö, T & Tervaniemi, M & Laitinen, S & Numminen, A & Kurki, J.K & Rantanen, P. 2011. Muistaakseni laulan: Musiikin käyttö muistisairaiden mielialan, elämänlaadun ja kognitiivisen toimintakyvyn tukemisessa. Miina Sillanpään säätiö

Tedre, S. (1999). Hoivan sanattomat sopimukset: Tutkimus vanhusten kotipalvelun työntekijöiden työstä. Joensuun yliopisto.

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. (2024). Muistisairauksien yleisyys. <https://thl.fi/ai-heet/kansantaudit/muistisairaudet/muistisairauksien-yleisyys> Luettu 17.4.2026

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. (2012). Tutkimuseettisen neuvottelukunnan hyvän tieteellisen käytännön ohjeet. Saatavilla: <https://tenk.fi/fi/tiedetilppi/hyva-tieteellinen-kaytanto-htk>, luettu 23.2.2026

Tähti, T. (2017). Vanhustyön esimies musiikillisena toimijana Etnomusikologian vuosikirja, 29, 1–29.

Tähti, T. (2022). Pienet teot, suuri hurma - toimijuus kulttuurisessa vanhustyössä. Taideyliopiston Sibelius-Akatemia.

Ukkola-Vuoti, L. 2019. Miten musiikki vaikuttaa terveyteen. Suomen lääkäri-lehti 74(21) 1348–1353.

Zerr, I. 2013. Understanding Alzheimer's Disease, Rijeka, Croatia. IntechOpen

Vanhalu, K. 2010. Musiikin vaikutus ikääntyneiden asukkaiden hyvinvointiin kahdessa jyvaskyläläisessä palvelutalossa. Pro Gradu-tutkielma. Jyvaskylän yliopisto- Musiikin laitos.

World Health Organization. (2024) Promoting well-being. <https://www.who.int/activities/promoting-well-being> Luettu 12.4.2026