

Niina Keroniva

**”Soittamalla voiko parantaa maailmaa” - terveysviestejä välittävä konsertti  
kokemuksena**

Opinnäytetyö  
Kajaanin ammattikorkeakoulu  
Hoitotyön koulutusohjelma  
Syksy 2015

Koulutusala	Koulutusohjelma Hoitotyön koulutusohjelma
Tekijä(t) Keroniva Niina	
Työn nimi Soittamalla voiko parantaa maailmaa - terveysviestejä välittävä konsertti kokemuksena	
Vaihtoehtoiset ammattiopinnot	Ohjaaja(t) Pyykkönen Sari  Toimeksiantaja KAMK Jos välitän -konserttikiertue työikäisille -hanke, Kainuun SoTe, Terveempi Pohjois-Suomi osahanke 2 /
Aika Syksy 2015	Sivumäärä ja liitteet 47+48
<p>Tässä tutkimuksessa selvitettiin vuoden 2014 keväällä ja syksyllä Jos välitän- konserttitapahtumiin osallistuneiden kävijöiden kokemusta musiikin, laulun ja puheen keinoin välitetystä terveysviestinnästä. Tutkimuksen avulla oli tarkoitus selvittää, onko musiikin käytöllä vaikuttavuutta terveysviestinnän tukena. Tutkimusongelmat olivat: 1. Minkälaisena Jos välitän- konserteissa kävijät ovat kokeneet konsertin välittömästi konsertin jälkeen? 2. Minkälaisena Jos välitän- konserteissa kävijät ovat kokeneet konsertin puoli vuotta konsertin jälkeen? 3. Minkälainen merkitys konsertilla on ollut kuulijan terveyskäyttäytymiseen hänen omasta mielestään?</p> <p>Aineisto kerättiin Kajaanin Ammattikorkeakoulun terveydenhoitajaopiskelijoiden kehittämistehtävänä laatimilla kyselylomakkeilla. Konsertteihin osallistuneet henkilöt saivat halutessaan vastata kyselyyn heti esityksen jälkeen, ja kevään konserteissa käyneille - osoitetietonsa antaneille - lähetettiin syksyllä uusintakysely, jonka tarkoituksena oli selvittää, oliko konserteilla ollut kauaskantoisempaa vaikutusta. Kyselylomakkeilla kerätty materiaali syötettiin SPSS for Windows - taulukkolaskentasovellukseen ja analysoidiin määrällisen tutkimuksen menetelmin. Tulokset on esitelty sekä kirjallisesti että taulukoina ja diagrammeina. Esitysgraafikkua on muokattu Excel-taulukkolaskentasovelluksella.</p> <p>Tulokset: Konserttia pidettiin kokonaisuudessaan onnistuneena ja sillä oli positiivinen vaikutus enemmistöön vastanneista. Ikää lukuun ottamatta taustamuuttujilla: sukupuolella, Koulutustaustalla tai asuinpaikkakunnalla ei voitu osoittaa olevan merkitystä konserttikokemuksen vaikuttavuuteen. Uusintakyselyssä voitiin havaita itse konserttikokemuksen voimakkuuden lieventyneen, mutta monet olivat muutaneet elintapojaan terveellisempään suuntaan.</p> <p>Johtopäätökset: Tulosten perusteella konserttituote on vaikuttava terveyden edistämisen menetelmä, jonka jatkokehitys on perusteltua. Otoksen homogeenisyys ja vähäisyys etenkin uusintakyselyssä todennäköisesti korosti konserttituotteen vaikuttavuutta suhteessa koko väestöön. Jatkossa konsertteja voisi kohdentaa enemmän väestölle, joka ei muutoin harrasta kulttuuria.</p> <p>Jatkotutkimuksena voisi analysoida tähän mennessä konserteissa kerättyä laadullisen ja määrällisen tutkimuksen aineistoa syvällisemmän konserttikokemusymmärryksen saavuttamiseksi.</p>	
Kieli	Suomi
Asiasanat	Terveyden edistäminen, terveysviestintä, musiikki, tunteet, Jos välitän
Säilytyspaikka	<input checked="" type="checkbox"/> Verkkokirjasto Theseus <input type="checkbox"/> Kajaanin ammattikorkeakoulun kirjasto

School Health and Sports	Degree Programme Nursing
Author(s) Keroniva Niina	
Title "Soittamalla voiko parantaa maailmaa" - Can the World Be Saved by Playing Music - Health Promoting Music Concert as an Experience	
Optional Professional Studies	Instructor(s) Pyykkönen Sari
	Commissioned by KUAS project If I Care, a concert tour for working aged people and Kainuu Social and Health care Joint
Date Autumn 2015	Total Number of Pages and Appendices 47 + 48
<p>The purpose of this thesis was to find out how attendees in the Jos välitän (If I Care) concerts, organized in Kainuu region in spring and autumn 2014, experienced health communication conveyed through music, singing and talking. The aim of this thesis was made to study if the use of music could increase the effectiveness of health communication. The research questions were: 1) how the audience of the If I Care concerts experienced the concert immediately after the event, 2) how the audience of the If I Care concerts experienced the concert six months after the event, and 3) what impact an individual listener considered the If I Care concert had on their health behavior.</p> <p>Attendees of the concert could answer the questionnaire - if willing to do so - immediately after the concert, and those who gave their addresses were sent a second questionnaire six months later in order to see if the concert had had more far-reaching influence on the attendees' self-experienced health. The data was then analyzed with the SPSS software and the results demonstrated in writing, charts and diagrams modified with the Excel spreadsheet software.</p> <p>The concerts were regarded as successful, and they had a positive influence on most respondents. Excluding age, background variables such as gender, education or domicile had no significant influence on the effectiveness of the concert. Answers to the second questionnaire showed that though the impact of the concert had reduced to some extents, many respondents had made improvements in their way of life after the concert.</p> <p>The sample especially in the second questionnaire was small and homogenous, which was likely to emphasize the effectiveness of the concert in relation to the whole population. According to the results, a concert is an influential health promotion method, and its further development is reasonable. In future concerts could be aimed to people who are normally not very interested in cultural activities. Further studies could analyze the existing qualitative and quantitative data on the concerts in order to achieve a more profound understanding of the concert experience.</p>	
Language of Thesis	Finnish
Keywords	Health promotion, health promoting communication, music, emotions, If I Care
Deposited at	<input checked="" type="checkbox"/> Electronic library Theseus <input type="checkbox"/> Library of Kajaani University of Applied Sciences

## ALKUSANAT

Musiikki ei ole pilleri

ratkaisu

tai

parannuskeino,

kun elämme vaikeita aikoja,

mutta se voi olla

tärkeä ja joustava

tuen,

lohdun,

yhteyden

ja

inspiraation

lähde.

(Williamson 2014, 223).

## SISÄLLYS

1 JOHDANTO	1
2 YKSILÖN TERVEYSKOKEMUKSEEN VAIKUTTAVIA TEKIJÖITÄ	3
2.1 Terveys yksilöllisenä kokemuksena	3
2.2 Elintapojen vaikutus terveyteen	4
3 TERVEYDEN EDISTÄMISEN KEINOJA	7
3.1 Terveys edistäminen terveystieteen keinoin	7
3.2 Musiikin parantava voima	8
3.3 Jos välitän - projektin taustaa	9
4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSONGELMAT	11
5 TUTKIMUSMENETELMÄT	12
5.1 Aineiston keruumenetelmät	12
5.2 Aineiston analyysi	13
6 TULOKSET	17
6.1 Taustamuuttujat	17
6.2 Minkälaisena Jos välitän- konserteissa käyneet henkilöt ovat kokeneet konsertin välittömästi konsertin jälkeen?	20
6.3 Minkälaisena Jos välitän-konserteissa käyneet henkilöt ovat kokeneet konsertin puoli vuotta konsertin jälkeen?	24
6.4 Minkälainen merkitys konsertilla on ollut kuulijan terveystietämiseen hänen omasta mielestään?	28
7 TULOSTEN TARKASTELUA, JOHTOPÄÄTÖKSET JA JATKOTUTKIMUSIDEAT	32
7.1 Tulosten tarkastelua	32
7.2 Johtopäätökset ja jatkotutkimusehdotukset	35
8 POHDINTA	37
8.1 Luotettavuus	37
8.2 Eettisyys	40
8.3 Ammatillinen kehittyminen	40
LÄHTEET	43



## 1 JOHDANTO

Mitä ihminen tarvitsee tunteakseen itsensä terveeksi? Maailman terveysjärjestö WHO:n vuodelta 1948 peräisin oleva terveyden määritelmä, jonka mukaan terveys on täydellisen fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tila, on saanut osakseen lisääntyvää kritiikkiä, koska näin ihanteellista tilannetta ei juuri kukaan voi saavuttaa. (Malmivaara 2011,1.)

Työryhmä Huber, Knottnerus, Green, van der Horst, Jadad, Kromhout, Leonard, Lorig, Loureiro, van der Meer, Schnabel, Smith, van Weel, ja Smid (2011) eli BMJ-ryhmä, ovat panneet WHO:n 1948 julistuksen päivittämiseen, jotta se vastaisi paremmin 2000 - lukua. BMJ-ryhmän mukaan vuoden 1948 terveyden määritelmä ei enää vastaa tarkoitustaan kroonisten sairauksien voimakkaan lisääntymisen vuoksi. BMJ-ryhmä suosittaakin terveyden määritelmän painopisteen suuntaamista enemmän yksilön omien sosiaalisten, fyysisten ja emotionaalisten kykyjen hallintaan erilaisissa tilanteissa, ja suomennettuna uusi määritelmä on tällainen: ”terveys on yksilön kykyä sopeutua ja itse korjata sosiaalisen, fyysisen tai tunne-elämään liittyvän haasteen aiheuttamat häiriöt” Määritelmässä korostuvat toimintakyky, elämänlaatu ja hyvinvoinnin kokemus. (Malmivaara 2011,1.) Aiempi määritelmä tukee BMJ-työryhmän näkemyksen mukaan liikaa medikalisoitumista.

Partanen (2012) oli miettinyt, miten voisi yhdistää opinnäytetyössään itselleen rakkaan musiikin ja tulevan terveydenhoitajan ammattinsa Kainuun väestön terveyden edistämiseksi. Idea terveysvaikutteisesta musiikkiviestinnästä oli syntynyt hänen ollessaan työharjoittelussa Afrikassa, missä asioita edelleen yleisesti opetetaan musiikin ja laulun keinoin (Partanen 2012). Huomionarvoista on myös, että Kainuu ja itäinen rajaseutu on vahvaa perinteikästä runonlaulanta-aluetta. Laulannalla on paitsi välitetty perimätietoa, pyritty myös hoitamaan ja parantamaan sairauksia ja vaivoja - Kainuun seudulla on siis lähtökohtaisesti vahvat perinteet musiikilliseen viestintään. Lönnrot on perimätiedon mukaan todennut, että lepo, toivo, tyytyväisyys ja kohtuullinen ilo pitävät ihmisen terveenä ja saattavat joskus jopa parantaa sairaan (Hyypä & Liikanen 2005, 114).

Olin jo keväällä 2014 kuullut ja kiinnostunut Jos välitän -konsertista. Pidän arvokkaana sitä, että opinnäytetyö on osa suurempaa kokonaisuutta. Työn tilaaja on Kajaanin Ammattikorkeakoulun Jos välitän -hanke, joka toteutetaan Opetus- ja kulttuuriministeriöltä (OKM) saadulla hankerahoituksella. Hankkeen projektipäällikkö on Arja Oikarinen. Mukana hankkeessa

ovat myös Kainuun SoTe, Terveempi Suomi -osahanke 2 ja Kainuun SoTe-alueen hyvinvointiryhmät (Oikarinen & Partanen, 2013.) Hankkeen tavoitteena on kehittää Jos välitän -konserttien sisältöä saadun palautteen perusteella, luoda konserteista toimiva käytäntö terveystieteen välittämiseen Kainuun alueella, ja pitkällä tähtäimellä laajentaa esiintymisaluetta Kainuusta koko Suomeen. (Oikarinen & Partanen 2013). Jos välitän - konserteissa kevään ja syksyn 2014 aikana terveydenhoitajaopiskelijoiden (Jylhä-Ollila, Karjalainen, Kettunen & Korhonen.2013) kehittämistehtävänä laatimien kyselylomakkeiden avulla koottu valmis aineisto toimi tämän määrällisen pitkittäistutkimuksen materiaalina, ja tulosten odotettiin antavan perusteita niin toiminnan kehittämiseksi kuin laajentamisellekin.

Jos välitän - konserttikiertue oli innovatiivinen tapa välittää terveyttä edistävää tietoa musiikin säestämänä. Musiikkia ja muita taiteenaloja on totuttu käyttämään lähinnä mielenterveys-työssä sekä kuntouttavassa toiminnassa, mutta terveydenedistämistyössä näistä ei juurikaan ole aiempia mainintoja (Partanen 2012, 1). Tämän opinnäytetyön tuloksien rohkaisemana voidaan päästä kehittämään uudenlaista terveystietoa kaikkialla Suomessa, ja toimeksiantaja voi hyödyntää tutkimustuloksia konserttituotteen jatkokehitystyössä. Asiakaslähtöisyys ja holistinen ihmiskäsitys ovat koko Jos Välitän -projektin ja sen tutkimuksen peruspilareita.

Opinnäytetyössäni sairaanhoitajan kompetensseista tärkeimpinä olivat terveyden edistämisen periaatteet; muun muassa asiakkaan voimavarojen tunnistaminen ja terveyden edistämisen hallinta muuttuvassa ympäristössä. Ammattikorkeakoulun yhteisistä kompetensseista tässä työssä on huomioitu erityisesti eettinen osaaminen - hoitotyön eettiset arvot ja periaatteet, sekä työyhteisöosaaminen: yhteisön jäsenenä toimiminen ja verkostoissa toimiminen. Opinnäytetyöprosessin aikana määrällisen tutkimuksen perusperiaatteet tulivat tutuiksi.



## 2 YKSILÖN TERVEYSKOKEMUKSEEN VAIKUTTAVIA TEKIJÖITÄ

### 2.1 Terveys yksilöllisenä kokemuksena

Ympäröivä maailma muuttuu kiihtyvällä vauhdilla. Ihmisten ja yhteisöjen arvot, elämäntyyli sekä elämisen olosuhteet ovat enenevässä määrin sidoksissa maailmantalouden tilanteeseen sekä kansainvälisen median ja viestintäteknologian laajaan vaikutukseen. Viestintäteknologia sinällään voidaan nähdä sekä uhkana että mahdollisuutena yksilöiden terveydelle: epäterveellisten tuotteiden (esimerkiksi tupakka) markkinointi laajalle yleisölle käy helposti kehittyneen teknologian ansiosta. Toisaalta positiivisetkin mahdollisuudet ovat suuret. (Koskenvuo & Mattila 2009, 1.)

Huttusen (2012) mukaan terveys on suhteellista. Esimerkkinä tästä hän antaa sormivamman, joka on ammattiviulistille uran loppu, mutta historianopettajalle hyvin merkityksetön seikka. Riippumattomuus, itsenäisyys, kyky ja mahdollisuus päättää omista asioistaan sekä huolehtia itsestään vaikuttavat myös positiivisesti yksilön kokemukseen omasta terveydestään.

Ihmisen oma kokemus terveydentilastaan on subjektiivinen käsite. Terveyttä voidaan kyllä monilta osin mitata ja arvioida. Asiantuntija - lääkäri - pystyy tutkimusten ja laboratoriokokeiden perusteella arvioimaan ihmisen olevan viitearvojen mukaan terve. Kuitenkin tutkimustenkin jälkeen asiantuntijan arvio on vain arvio - ihminen itse määrittää sen, kuinka terveeksi hän kokee itsensä. Yksilön tuntuma omasta terveydestään ei ole riippuvainen esimerkiksi vammasta tai kroonisesta sairaudesta - siihen vaikuttavat myös hänen yleinen elämäntilanteensa, elinympäristö, sosiaaliset suhteet ja ennen kaikkea se, miten hyvin hän kokee voivansa elää itsensä näköistä elämää mahdollisista vammoista ja sairauksista riippumatta. (Huttunen 2012.)

Medikalisaatio eli lääketieteellistyminen tarkoittaa lääketieteellisen hoidon ulottumista yhä uusiin ja arkipäiväisiin ilmiöihin. (Lahelma 2003, 1863). Uusien tutkimusmenetelmien avulla poikkeavuudet löydetään entistä aikaisemmin ja tarkemmin ja sellaisetkin, joista ei välttämättä koskaan kehittyisikään henkeä uhkaavaa sairautta, voidaan hoitaa. Lääketeollisuus valmistaa lääkkeitä tiloihin, joita ei aikaisemmin pidetty sairauksina. Medikalisaatioon liittyy myös terveyden ja sairauden hallinnan siirtyminen yksilöltä terveystilanteille.

Medikalisoitumisen vastapainoksi on enenevässä määrin alettu kehittää luonnonmukaisempia keinoja, joilla pyritään vaikuttamaan ihmisen terveyteen ja terveystietoisuuteen ja herättämään oivallusta omien ratkaisujen vaikutuksesta sairauksien ennaltaehkäisyyn. Hyypän ja Liikasen (2005, 6) mukaan ei varsinaisesti voida puhua pehmeästä lääketieteestä, koska luova toiminta on tuloksiltaan yhtä todellista ja kovaa kuin lääketiede yleensäkin. Partasen opinnäytetyönään terveyden edistämiseksi suunnittelema Jos välitän - musiikkikonsertti (Partanen 2012) on yksi luovan terveystietoisuuden herättelyn ja terveyden edistämisen keino.

## 2.2 Elintapojen vaikutus terveyteen

Elintapojen merkitys yksilön terveydelle on länsimaisessa kulttuurissa alkanut vasta viime vuosina nousta enemmän esille. Elintavoilla tarkoitetaan yleensä yksilön suhtautumista liikuntaan, ruokavalioon sekä päihteiden (alkoholi, tupakka, huumeet) käyttöön. Terveelliset elintavat: riittävä ja monipuolinen liikunta, monipuolinen ruokavalio ja maltillinen päihteiden käyttö auttavat yksilöä elämään terveenä pidempään (Mustajoki, 2009).

Kansallisella tasolla pyritään laaja-alaiseen, kaikki yhteiskunnan alat kattavaan terveyttä edistävään yhteistyöhön julkisen, yksityisen ja kolmannen sektorin kanssa. Vuonna 2013 tehdyn Terveys 2015 - ohjelman väliarvioinnin perusteella tavoitteisiin on vielä matkaa. Työolot ja työssä jaksaminen sekä ikäihmisten toimintakyky on kuitenkin kehittymässä parempaan suuntaan. Väestöryhmien väliset erot ovat edelleen suuria, jopa kasvaneet aiemmasta. Terveystavoitteita jäsennetään elinkaariajattelun ja toimintaympäristölle asetettujen tavoitteiden mukaan. Molemmille tavoitteille yhteiset piirteet ovat uusien poikkialueellisten toimintatapojen etsiminen ja eri toimijoiden välisen yhteistyön merkityksen korostaminen. (Terveys 2015 - kansanterveysohjelman väliarviointi 2013, 122.) Suomessa Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos (THL) seuraa kansalaisten terveyden ja elintapojen muutoksia useilla erilaisilla mittareilla. Elintavat, sosioekonomiset terveyserot ja kansantautien esiintyvyys ovat vahvasti kytköksissä toisiinsa. (Elintavat, 2014).

THL on koordinoinut laajan, 34 000 suomalaista käsittäneen alueellisen terveys- ja hyvinvointitutkimuksen eli ATH- tutkimuksen vuosina 2010 – 2011, ja tutkimuksen tavoitteena on koota tietoa esimerkiksi suomalaisten elintavoista ja tottumuksista alueellisesti ja väestöryh-

mittäin. Terveydenhuoltolaki (30.12.2010/1326, 2§) velvoittaa kuntia huolehtimaan asukkaidensa moninaisista terveydellisistä tarpeista ja ATH- tutkimuksella koottava tietokanta auttaa kuntapäätäjiä asukkaita koskevassa päätöksenteossa kokonaisuutena. ATH- tutkimus jatkuu, ja se laajeni koko Suomen kattavaksi 2012 - 2014, jolloin mukaan tuli jo yli 150 000 suomalaista. Tutkimustulokset raportoidaan välittömästi asiantuntijoille. (Terveyttä ja hyvinvointia kuntalaisille, n.d.)

Vertaan opinnäytetyöni teoriaosuudessa Partasen tutkimaa ATH- tutkimuksen aineistoa vuosilta 2010 - 2011 uusimpaan julkaistuun aineistoon vuosilta 2012 - 2014 selvittääkseni, onko Suomessa ja erityisesti Kainuun alueella tapahtunut muutoksia mm. elintapojen tai yleisen hyvinvoinnin suhteen. ATH - aineiston perusteella (Liite 4.) Kainuun asukkaiden tyytyväisyys on parantunut merkittävästi muutaman vuoden takaisesta - samalla kun koko maan osalta tilanne on säilynyt ennallaan tai jopa heikentynyt.

Kulttuuripalveluiden aktiivinen käyttö kuuluu elämänlaatua parantaviin elintapoihin. Kulttuuripalveluita yhdestä kolmeen kertaa kuukaudessa käyttävien osuus on Kainuussa hieman kasvanut kolmen vuoden aikana (2 -> 2,2). Koko Suomen tilanne on sitä vastoin laskenut vertailuarvosta 2,1 arvoon 1,7 (Liite 4., Taulukot 1. ja 2.). Kunnan kulttuuripalveluista tiedottaminen on perusedellytys sille, että palveluita myös käytetään. Kunnan kulttuuripalveluista koki saaneensa riittävästi tietoa Kainuussa v. 2010 79,8 % vastaajista, v. 2013 luku oli kasvanut 85,3 prosenttiin. Koko Suomen mittakaavassa vuonna 2010 81,8 prosenttia koki saaneensa tietoa riittävästi, vuonna 2013 luku on pudonnut 80 prosenttiin (Liite 4., Taulukot 3. ja 4.).

Usein hyvien elintapojen ja hyväksi koetun elämänlaadun perustana ovat myönteinen asenne ja kyky nauttia elämästä; muiden tekijöiden merkitys vaihtelee yksilöllisesti eri elämänvaiheissa. Terveys ja toimeentulo ovat laadukkaan elämän perusedellytyksiä, mutta terveys on suhteellinen käsite. Asuin- ja elinot vaikuttavat myös osaltaan elämänlaatuun. Sosiaalisesti heikommassa asemassa olevat (työttömät, työkyvyttömyyseläkeläiset, toimeentulotuen asiakkaat, alhaisesti koulutetut) kokevat elämänlaatunsa todennäköisesti heikommaksi kuin työssäkäyvät ja koulutetut. Keskimäärin suomalaiset kokevat elämänlaatunsa hyväksi vanhuuteen saakka. (Elämänlaatu 2014.)

Vuonna 2010 Kainuussa elämänlaatunsa keskimäärin hyväksi tunsivat 49,5 prosenttia väestöstä. Heikoimmaksi elämänlaatunsa kokivat yli 75 -vuotiaat; vain 30,7 prosenttia heistä tunsivat sen keskimäärin hyväksi. (Liite 4., Taulukko 5.). Kolme vuotta myöhemmin, 2013, koko Kainuun lukema on noussut 51,2 prosenttiin ja yli 75 - vuotiaistakin 38,1 % oli keskimäärin tyytyväisiä

elämänlaatuunsa. Kainuussa etenkin korkeasti koulutettujen miesten tyytyväisyys on kasvanut merkittävästi vuoden 2010 56,7 prosentista vuoden 2013 74,7 prosenttiin. (Liite 4., Taulukko 6.). Koko maassa elämänlaatuunsa keskimäärin hyväksi tunsivat v. 2010 56,2 prosenttia väestöstä, vuonna 2013 53,8 prosenttia (Liite 4., Taulukot 5. ja 6., ATH-aineisto).

Elämänlaatuun vaikuttavat useat tekijät yhdessä. Musiikin ja kulttuurin vaikutusta ei tässäkään voida väheksyä - kulttuuri ja elämä ovat yhteydessä toisiinsa (Bojner Horwitz 2004, Bojner & Bojner 2007, 70 mukaan). Partanen (2012) toimii konserteissaan tietoisesti herätellen ja havahduttaen ihmisiä - syylistämättä - huomaamaan omat elintapansa, piilevät voimavaransa ja kykynsä.

### 3 TERVEYDEN EDISTÄMISEN KEINOJA

#### 3.1 Terveyden edistäminen terveystiedon keinoin

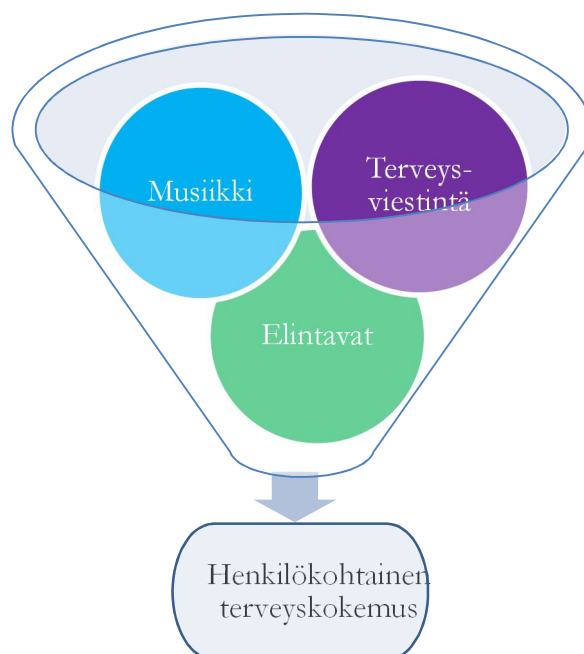
Jakartan julistusta (1997) mukaillen Koskenvuo ja Mattila (2009, 1) toteavat, että terveyden edistämisen onnistumiseksi on olennaista kehittää terveellistä yhteiskuntapolitiikkaa, huolehtia ympäristön terveellisyydestä, tehostaa yhteisöjen toimintaa, uudistaa terveystalvuuksia sekä kehittää henkilökohtaisia taitoja. Jos välitän - musiikkikonserttien tärkein vaikutin oli terveyden edistäminen havahduttamalla yksilö musiikin myötävaikutuksella huomaamaan omat voimavaransa ja mahdollisuutensa. Musiikkikonserteissa oli kyse mm. Jakartan julistuksen (1997) mukaisesta sosiaalisten, kulttuuristen ja henkisten voimavarojen innovatiivisesta käytöstä. Innovatiivisuus tarkoittaa tässä kykyä ajatella ja hyödyntää vanhaa ideaa (musiikkikonserttia) uudella tavalla (terveyden edistämiseksi). ”Social, cultural and spiritual resources need to be harnessed in innovative ways”(Jakarta 1997).

Koskenvuon ja Mattilan (2009) mukaan terveyttä edistävät parhaiten kokonaisvaltaiset, monitasoiset lähestymistavat. Vaikuttaakseen toiminnan on oltava jatkuvaa, ja ihmisten pitää olla toiminnan keskipisteessä. Koulutuksen ja tiedon saatavuuden merkitystä ei voi liikaa korostaa. Terveystiedon voidaan hyödyntää muun muassa ennaltaehkäisevien toimenpiteiden esittelemiseen tai julkisuuteen. Ennaltaehkäisyllä eli primaaripreventiolla tarkoitetaan toimintaa ennen sairautta tai sen esiastetta. Prevention tavoitteena on vähentää sairastuvuutta. Hyvä esimerkki primaaripreventiosta on kansallinen rokotusohjelma, joka ennaltaehkäisee tehokkaasti koko kansan sairastumista vaikeisiin tartuntatauteihin. Preventiolla voidaan myös pyrkiä heikentämään vaaratekijän vaikutusta - esimerkkinä vaikkapa hygienian tason parantaminen epidemian aikana. Rokotusten lisäksi terveysneuvonta on tärkeä primääriprevention keino. Terveystiedon annetaan erilaisissa elämäntilanteissa. (Koskenvuo ja Mattila 2009, 1.)

Informaation määrä johtaa helposti infoahkyyn, jolloin aivot eivät lopulta pysty ottamaan vastaan minkäänlaista informaatiota. Tämä puolestaan voi johtaa stressisairauksien lisääntymiseen. (Juntunen 2011.) Ihannetilanne olisi, jos faktat saataisiin muokattua helpottajaiseen ja helposti omaksuttavaan muotoon - silloin niitä voisi olla helpompi omaksua ja noudattaa

omassa elämässään. Tässä musiikki voi tulla avuksi. Partanen (2012) kertoo konserttinsa välipuheiden aikana alueellisen terveys- ja hyvinvointi - aineiston tuloksista, ja viesti välittyy kuulijoille tehokkaasti.

Opinnäytetyön teoreettisena viitekehysenä on ensisijaisesti terveyden edistäminen terveysviestinnän avulla. Musiikkiterapia ja musiikin/kulttuurin vaikutus alitajuntaan ja elintapojen merkitys yksilön terveydelle ovat muut keskeiset elementit. (Kuva 1.)



Kuva 1. Teoreettinen viitekehys: Henkilökohtaiseen terveystiläkokemukseen vaikuttavia tekijöitä

### 3.2 Musiikin parantava voima

Musiikin (ja yleensä kulttuurin) merkitystä ihmisen terveyteen on tutkittu paljon, ja taidetta myös hyödynnetään monipuolisesti varsinkin kuntouttavassa ja terapeuttisessa toiminnassa. (Kauppinen 2012, 8–9). Terveyden edistämisessä musiikkia ei kuitenkaan toistaiseksi ole juurikaan hyödynnetty (Partanen 2012, 1). Kaupalliseen tuotteiden markkinointiin musiikki ja 'tarttuvan' sanat sitä vastoin liittyvät olennaisena osana. Musiikki vetoaa tunteisiin ja vaikuttaa alitajuntaan. Musiikki vaikuttaa ihmisen aivoissa paljon laajemmalla alueella kuin aiemmin on uskottu (Sams, 2012). 'Musiikki alkaa siitä, mihin sanat päättyvät' sanotaan Richard Wagnerin sanoneen.

Käsitys musiikista muuttuu perustunteen muuttuessa. Parhaiten asenteisiin voidaan tutkimusten mukaan vaikuttaa musiikin ja laulun yhdistelmällä. (Bojner & Bojnerin 2007, 51 mukaan Crozier 1997.) Bojner & Bojner (2007, 67 - 70) toteavat, että tuoreiden tutkimusten valossa yksilö voi musiikin avulla löytää tien sisimpäänsä, ja ovat vakuuttuneita siitä, että terapeutit ja hoitoalalla työtään tekevät saisivat musiikista nykyistä enemmän tukea omalle työlleen. Musiikkilajin ja tempon valinta on kuitenkin hyvin tarkkaa; jos musiikki ei sovi kuulijan sen hetkiseen mielentilaan, vaikutus voi olla jopa päinvastainen kuin oli tarkoitus.

Musiikin avulla voidaan muun muassa lievittää yksinäisyyttä, karkottaa hetkeksi kipua, unohtaa ikävä arki, parantaa suoritusta, päästä tarttumaan toimeen sekä lisätä ilon ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Musiikin vaikutusta interventiona sairaalaympäristössä on myös tutkittu, ja Joanna Briggs -Instituutti on antanut mm. seuraavan suosituksen: ”Musiikin käyttö ennen toimenpidettä saattaa vähentää psykologista ahdistusta ja ahdistuksen hoitoon tarvittavien rauhoittavien lääkkeiden määrää.” (Musiikki interventiona sairaalassa, 2009). Partanen (2012) on opinnäytetyössään miettinyt tarkkaan musiikin rytmejä, melodioita, sanomaa ja välipuheiden sijoittelua. Näin hän pystyi pääsemään hyvin intiimiin tunnelmaan yleisön kanssa ja voikin puhua lähes kollektiivisesta, yhteisestä tajunnasta muusikoiden ja yleisön kesken konsertin loppuvaiheessa.

### 3.3 Jos välitän - projektin taustaa

Opinnäytetyöni perusta on Partasen opinnäytetyö, jonka tuotteena syntyi terveysviestejä välittävä musiikkikonsertti vuonna 2012. Vuonna 2013 Partasen opinnäytetyö sai Suomen Messusäätiön jakaman Terveyttä Taiteesta -kunniamaininnan omaperäisen terveydenedistämisisidensa ansiosta. Hyvästä palautteesta rohkaistuneena Partanen ja hänen opinnäytetyönsä ohjaaja hakivat Opetus- ja kulttuuriministeriöltä hankerahoitusta lisäkonserteille, ja rahoituksen varmistuttua konsertteja järjestettiin vuoden 2014 aikana seitsemällä paikkakunnalla eri puolilla Kainuuta.

Jos välitän - konsertti on kokonaisuus, joka rakentuu Partasen tekemän musiikin ja puheosuuksien varaan. Puheosuuksissa Partanen kertoo hyvinkin intiimisti asioista ja tapahtumista, joiden tarkoitus on havahduttaa kuulijat miettimään oman elämänsä vaiheita. Musiikki on suunniteltu viemään kuulijat kuvaannollisesti konsertin aikana koko elämän mittaiselle matkalle, ja kapp-

leet liittyvät puheosuuksiin niin, että kuulijoiden omat ajatukset saisivat tilaa suunnata kappa-leiden aikana syvälle omiin kokemuksiin, joista voi ammentaa voimaa. (Partanen, 2012, 34.) Jos välitän - konsertti ei varsinaisesti neuvo, vaan kertoo asioista ja siitä, miten ne voisivat olla. Näin vedotaan kuulijan omaan harkintakykyyn ja herätellään huomaamaan, mitkä mahdolli-suudet jokaisella on vaikuttaa omaan terveyteensä. Partanen oli tutustunut aiemmin ATH - eli alueellisen terveys- ja hyvinvointitutkimuksen aineistoon ja huomannut suuria alueellisia eroja, joita hän omalta osaltaan musiikillisin keinoin halusi lähteä opinnäytetyönsä avulla pienentä-mään (Partanen 2012,1).

Kajaanin ammattikorkeakoulun terveydenhoitajaopiskelijat tekivät kehittämistehtävänänsä ky-selylomakkeet konserttavieraiden mielipiteiden kartoittamista varten. Lomakkeita oli kaksi, toi-nen oli heti konsertin jälkeen täytettävä määrällisen tutkimuksen kysymyksiä sisältävä, toinen kuusi kuukautta konsertin jälkeen täytettävä osaksi määrällisen, osaksi laadullisen tutkimustyy-pin kysymyksiä sisältävä lomake, jolla haluttiin kartoittaa konsertin vaikuttavuutta pidemmällä aikavälillä.

Juntunen (2014) teki opinnäytetyönään erillisen laadullisen tutkimuksen konserttivierailta saa-tujen vastausten perusteella, ja hänen opinnäytetyönsä valmistui syksyllä 2014. Juntunen laati-mat laadullisen tutkimuksen kyselyt tehtiin kevään 2014 konserteissa. Tulosten perusteella konsertti koettiin merkittäväksi terveyttä edistäväksi menetelmäksi (Juntunen 2014,20).

Syksyllä 2014 Jos välitän - konserttihankkeen projektipäällikkö Oikarinen tarjosi samasta ai-heesta kahta opinnäytetyötä, joista toinen pohjautuisi keväällä ja 6 kk myöhemmin tehtyihin kyselyihin, toinen yhden konserttikävijän syvähaastatteluun. Paneudun työssäni ensin mainit-tuun; kyselyvastausten määrälliseen analyysiin.



#### 4 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSONGELMAT

Opinnäytetyöni tarkoitus oli kuvata konsertissa käyneiden ihmisten kokemuksia konsertin vaikutuksista heidän terveystietokseen ja -käyttäytymiseensä heiltä saadun palautteen perusteella. Tavoite oli, että kyselyistä saadun palautteen perusteella voisi tukea konserttitaphtuman kehittämistä ja että palautetta voisi hyödyntää Kainuun (ja koko maan) hyvinvointityön kehittämisessä.

Tutkimusongelmana työssä olivat

- 1) Minkälaisena Jos välitän-konserteissa käyneet henkilöt ovat kokeneet konsertin välittömästi konsertin jälkeen?
- 2) Minkälaisena Jos välitän-konserteissa käyneet henkilöt ovat kokeneet konsertin puolen vuoden jälkeen konsertista?
- 3) Minkälainen merkitys konsertilla on ollut kuulijan terveystietäytymiseen hänen omasta mielestään?

## 5 TUTKIMUSMENETELMÄT

### 5.1 Aineiston keruumenetelmät

Valmis aineisto analysoitiin määrällisen tutkimuksen menetelmin. Määrällisen tutkimuksen aineisto on joko valmiiksi numeerisessa muodossa tai laadullinen aineisto ryhmitellään niin, että se on numeerisesti mitattavissa. Numerotietoa tulkitaan ja selitetään sanallisesti. Kaikki, missä erotetaan havaintoyksiköitä toisistaan ja eroavuuudet määritellään symboleilla, on mittaamista. (Vilka 2007, 14 - 16.)

Aineisto oli valmiiksi numeerisessa muodossa tai numeeriseen muotoon helposti muunnettavissa, joten määrällinen tutkimus oli luontevin vaihtoehto - ja myöskin tilaajan toive. Määrällisen eli kvantitatiivisen tutkimuksen avulla saadaan yleiskäsitys muuttujien eli mitattavien ominaisuuksien välisistä suhteista ja eroista. Määrällisen tutkimuksen tyypillinen piirre on aineistopohjainen syy-seuraussuhteiden eli kausaalisuhteiden etsiminen ja selittäminen. Tutkimuksen avulla pyritään selvittämään, onko jollakin tekijällä vaikutusta johonkin toiseen tekijään; esim. onko urheilijan varusteilla vaikutusta hänen saavuttamiinsa tuloksiin. (Vilka 2007, 23.)

Muuttujia on kolmea päätyyppiä: *selittävä eli taustamuuttuja*; esimerkiksi ikä tai sukupuoli, on taustatieto. Tutkimuksen pääkohteena ovat yleensä *selitettävät* muuttujat, kuten vastaajan mielipide kysytyyn asiaan. Kolmantena ovat *väliin tulevat muuttujat*, joita ei tutkimuksessa ole huomioitu, mutta jotka vaikuttavat tuloksiin. (Kankkunen, Vehviläinen-Julkunen 2013, 55.)

Jylhä-Ollila, Karjalainen, Kettunen & Korhonen (2013) laativat terveydenhoito-opintojen kehittämistehtävänä tutkimuksessa käytetyt kyselylomakkeet (Litteet 1. ja 2.). Kyselylomakkeita oli kaksi; ensimmäinen, joka jaettiin konserttavieraille täytettäväksi heti konsertin jälkeen ja toinen, puoli vuotta myöhemmin postitse ensimmäiseen kyselyyn vastanneille ja osoitetietonsa antaneille lähetetty. Heti konsertin jälkeen annetussa lomakkeessa oli 23 monivalintakysymystä, puoli vuotta konsertin jälkeen lähetetyssä lomakkeessa 12, joista monivalintakysymyksiä 9 ja avoimia kysymyksiä kolme.

Ensimmäinen kysely vastasi tyypiltään lähinnä informoitua kontrolloitua kyselyä, eli lomakkeet jaettiin konserttavieraille tapahtumapaikalla ja kyselyn tekijät vastasivat tarpeen mukaan lisäkysymyksiin (Hirsjärvi ym. 2009, 196). Kyselyyn vastaaminen ja yhteystietojen antaminen oli vapaaehtoista.

Toinen kyselylomake lähetettiin osoitetietonsa antaneille puoli vuotta konsertin jälkeen postitse. Postikyselyyn ei lähetetty uusintakyselyä. Tällaisen yhdistetyn kyselymenetelmän tyyppi on ns. ‘multi-mode survey’ (monimuotokysely) - toisinaan käytetään myös nimitystä ‘mixed-mode survey’ eli sekamuotokysely. Moni- eli sekamuotokysely toteutetaan kahdella tavalla - tässä tapauksessa sekä paikan päällä jaetuilla lomakkeilla että postitse lähetetyillä lomakkeilla. Vastaukset analysoidaan kokonaisuutena. (Christian & Foster 2008.)

Tutkimusaineistoa kerättiin seitsemässä konsertissa kevään ja syksyn 2014 aikana. Keväällä konsertit pidettiin Ristijärvellä 2.2., Kajaanissa 22.3., Paltamossa 23.3. ja syksyllä Hyrynsalmella 20.9., Suomussalmella 21.9., Sotkamossa 8.11. ja päättäjäiskonsertti Kuhmossa isänpäivänä 9.11. Kyselyyn vastasi myös konserttipaikkakunnilla vierailleita Pyhännältä, Sotkamosta, Puolangalta ja Tampereelta. Kaikki konserteissa käyneet, kyselyyn vastanneet eivät ilmoittaneet asuinpaikkakuntaansa.

## 5.2 Aineiston analyysi

Analysoitava aineisto koostui kevään 2014 aikana kyselyyn osallistuneiden Jos välitän -konserteissa käyneiden henkilöiden vastauksista. Keväällä kyselyyn vastasi 119 henkilöä (n=119) ja syksyllä heistä niille, jotka keväällä kyselyyn osallistuessaan jättivät osoitetietonsa, lähetettiin toinen kysely, johon vastasi 40 henkilöä (n=40). Kevään ja syksyn kyselylomakkeet poikkesivat toisistaan niin, että vain vastaajien taustaa kartoittavat kysymykset eli taustamuuttujat: ikä, sukupuoli, Koulutustausta, asuinpaikkakunta ja äidinkieli olivat molemmissa samat. (Läitteet 1 ja 2). Kaikkiaan konserteissa kävi noin 300 vierasta eli vastausprosentti oli ensimmäisellä kierroksella vähän yli 30 % ja toisella noin 40 % - jälkimmäinen prosentti on laskettu niistä, joille kysely postitettiin (Oikarinen & Partanen 2014).

Kokonaisuutena tutkimukseen käytetty otos oli määrällisesti pieni, mutta riittävä tämän kohderyhmän - konsertteihin osallistuneiden - kokemuksen arviointiin. Otantamenetelmänä oli yksinkertainen satunnaisotanta, jossa perusjoukkona olivat konserttivieraat eri paikkakunnilta ja otantayksiköt eli vastaajat ovat valikoituneet vapaaehtoisesti. (Holopainen, Tenhunen & Vuorinen 2004, 16.) Vastaamisen vapaaehtoisuus ja kyselyn tekeminen ainoastaan konserttivieraille konserttien jälkeen on rajannut perusjoukkoa ennalta hyvin homogeeniseksi, mikä pienen otoksen lisäksi voi kasvattaa tulosten virhemarginaalia. (Holopainen ym. 2004, 22 - 23.)

Osa kevään vastauslomakkeista jouduttiin hylkäämään vastausten puutteellisuuden tai selkeästi väärin ymmärrettyjen kysymysten vuoksi, joten jäljelle jäi 114 analysoitavaa lomaketta. Syksyllä vastanneiden lomakkeista kaikki 40 hyväksyttiin. Jos vain yksi kysymys oli jätetty huomiotta, vastauslomake hyväksyttiin.

Analysointia ja tulosten esittämistä varten aineisto syötettiin SPSS- tilasto - ohjelmaan. (SPSS =Statistical Package for the Social Sciences). SPSS on helppokäyttöinen ja monipuolinen ohjelma tilastoaineistojen analysointiin ja aineiston esittämiseen ja kuvailuun taulukoina, tunnuslukuina ja grafiikkana. Yleisimmin käytettyjä analysointimuotoja ovat yhteenveto- eli frekvenssitaulukko, ristiintaulukointi, keskiarvo, keskihajonta sekä korrelaatiokerroin.

SPSS -tietokantaan voi myös siirtää tietoa esimerkiksi suoraan Excelistä. (Taanila 2013, 1.) Tässä työssä SPSS -tietokannasta siirrettiin taulukoita Exceliin, jossa osasta on muokattu helpommin hahmotettavaa esitysgrafiikkaa, osasta paremmin opinnäytetyön kappalejakoon sopivia taulukoita. Sen jälkeen taulukot on tallennettu jpg.- muotoon ja edelleen siirretty opinnäytetyöhön copy - paste- menetelmällä niin, ettei lukuihin ole kajottu.

Tietokantaan voidaan tehdä luokitteluja, joiden avulla taulukoista saadaan helppolukuisempia. Esimerkiksi ikä- kysymykseen tässä tutkimuksessa piti vastata tarkka ikä vuosina. Tulosten syöttövaiheessa ikä luokiteltiin SPSS- ohjelmassa viiteen luokkaväliin: 18 - 29, 30 - 44, 45 - 59, 60 - 74 ja 75 - 85 -vuotiaat. Tällä tavoin SPSS -ohjelmalla pystyy laskemaan esimerkiksi ikäjakauman keskiarvon aidoilla arvoilla (Kuvio 1.), mutta toisaalta luokiteltu ikä on taulukoinneissa havainnollisempi. Numeerisesti ilmoitettavissa oleva tieto kannattaa kuitenkin keräysvaiheessa ottaa talteen niin tarkasti kuin suinkin, koska luokiteltaessa häviää tietoa ja jatkokäsittely saattaa vaikeutua (Karjalainen 2010, 35.) Tässä tutkimuksessa ei luokiteltu muita vastauksia, koska niissä oli lähtökohtaisesti vähemmän vastausvaihtoehtoja kuin ikä- kysymyksessä. Tausta- eli selittävinä muuttujina molemmissa kyselyissä olivat ikä, sukupuoli, koulutustausta, asuinpaikkakunta ja äidinkieli. (Holopainen ym. 2004, 27.) Kaikkien vastanneiden äidinkieli oli suomi. Ensimmäisessä kyselyssä oli taustamuuttujien lisäksi 18, toisessa kyselyssä neljä selitettävää asennemuuttujaa (jatkossa: asenneväittämää) (Liitteet 1. ja 2.).

Kysymykset olivat toisen lomakkeen kolmea avointa kysymystä ja taustamuuttujia (ikä, sukupuoli, koulutustausta, äidinkieli ja asuinpaikkakunta) lukuun ottamatta asenneväittämiä, joihin vastattiin Likert - asteikolla. Tässä tutkimuksessa Likert - asteikko oli viisiportainen negatiivisesta positiiviseen yhtä käänteistä kysymystä lukuun ottamatta. Aineisto syötettiin SPSS -

tilasto -ohjelmaan. 'En osaa sanoa' -vaihtoehtoa ei ollut mukana lainkaan - sen sijaan käytössä oli 'ei samaa eikä eri mieltä'. Karjalaisen (2010, 22) mukaan ensin mainittu vastausvaihtoehto saattaa aiheuttaa epätarkkuutta tuloksiin, koska siten vastaavat ne, joilla on asiasta neutraali mielipide, sekä ne, jotka eivät tiedä asiasta mitään. Toisen kyselylomakkeen avoimiin kysymyksiin saatuja vastauksia ei tilaajan kanssa tehdyn työn rajauksen mukaisesti ole käsitelty tässä opinnäytetyössä lainkaan, ja niiden analysointi jää myöhempään harkintaan.

Lomakkeilta saadut tiedot on syötetty ensin SPSS-ohjelmaan, ja tulokset on siirretty taulukkomuotoon (Liitteet 5. ja 6.) SPSS-tilasto-ohjelman avulla analysoitiin koko asteikoilla mitattavissa oleva aineiston ensin yksiulotteisen jakauman tunnusluvuilla; frekvensseillä ja prosentuaalisesti. Seuraavaksi kuvattiin kaksiulotteista jakaumaa ristiintaulukoinnin avulla. Ristiintaulukoinnilla pyrittiin hakemaan tilastollisia yhteyksiä sellaisien muuttujien välillä, joilla lähtökohdaisesti voisi olla yhteyttä; esimerkiksi vastaajan koulutustasolla suhteessa kokemuksen voimakkuuteen. (Holopainen ym. 2004, 157.) Ristiintaulukoinnin tuloksia tarkastellaan sekä suhteessa luokitteluihin (esimerkiksi osuus naisista % /n - Liite 6., taulukot a), että koko otantaan (esimerkiksi naisten tietyn vastausvaihtoehdon osuus kaikista vastauksista (% /n - Liite 6., taulukot b).

Lopuksi laskettiin kaikkien kevään ja syksyn vastausten keskiarvo erikseen ja yhdessä. SPSS-ohjelman ja Excelin avulla tuotettiin myös graafista aineistoa luokittelu- ja järjestysasteikkopohjalta tulosten havainnollistamiseksi. Taulukoita on edelleen muokattu Excel-tilaukkolaskentaohjelmalla diagrammeiksi ja lisätty tekstin joukkoon tavoitteena tulosten parempi hahmotettavuus.

Kyselylomakkeet (Liitteet 1. ja 2.) eivät olleet identtisiä, joten keskinäinen vertaaminen suoraan oli mahdotonta. Kevään kyselylomakkeessa oli 18 asenneväittämää, joista etsittiin mahdollisimman samanlainen sisällöllinen vastaavuus tai jatkumo syksyn kyselylomakkeen neljälle asenneväittämälle. Kahdeksaa valittua asenneväittämää verrattiin sekä taustamuuttujiin (ikä[luokiteltu], sukupuoli, koulutustausta ja asuinpaikkakunta) että keskenään. Näiden yhteensä kahdeksan väittämän perusteella arvioidaan Jos välitän- konserttituotteen vaikuttavuutta tutkimuskysymysten mukaisesti. (Taulukko 7.).

Taulukko 7. Ensimmäisen ja toisen kyselyn keskenään vertailtavat väittämät

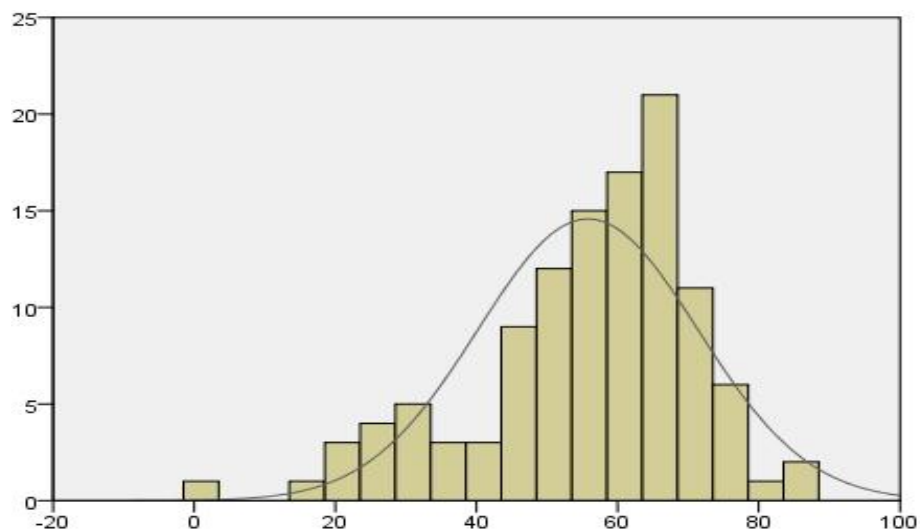
Kevään kysely	Syksyn kysely
Konsertti sai minut miettimään elintapojani (kysymys no. 9.)	Elintapani ovat parantuneet konsertin jälkeen (kysymys no. 7)
Konsertin jälkeen koin vahvemmin, että voin vaikuttaa omaan terveyteeni (kysymys no.14)	Olen konsertin jälkeen kiinnittänyt enemmän huomiota hyvinvointiini (kysymys no.6)
Olen konsertin jälkeen valmis tekemään tarvitsemiani muutoksia elämääni (kysymys no.19)	Olen pystynyt tekemään haluamiani muutoksia elämääni. (kysymys no. 9)
Arvostan elämääni enemmän kuin ennen konserttia (kysymys no.23.)	Konserttiin osallistumisella on ollut minulle henkilökohtaista merkitystä (kysymys no.11.)

## 6 TULOKSET

### 6.1 Taustamuuttujat

Aluksi perehdyttiin tutkimuksessa oleviin tausta- eli selittäviin muuttujiin. Koska konsertti oli suunnattu työikäisille kainuulaisille, selvitettiin vastaajien ikäjakauman alkuperäisillä arvoilla, oliko konserteissa saavutettu oikea kohderyhmä. (Kuvio 1.) Tämän jälkeen taulukoitiin keväällä ja syksyllä vastanneet luokitellun iän (Taulukko 8.), sukupuolijakauman (Taulukko 9.), koulutustaustan (Taulukko 10.) sekä asuinpaikkakunnan (Taulukko 11.) mukaan. Taustamuuttujien arvot on jätetty numeraaliseen muotoon, koska näin vastaajien prosentuaalista osuutta ja todellista lukumäärää on helppo verrata keskenään.

Kaikki vastaajat olivat suomenkielisiä. Vastaajien ikä painottui selkeästi keski- ja eläkeikäisiin, mutta kaikkien vastaajien keskiarvo jäi kuitenkin alle 60 vuoteen. (Kuvion 1. diagrammissa arvo 0 merkitsee tyhjää vastausta.)



Kuvio 1. Kaikkien vastaajien ikäjakauma / keskihajonta.

Taulukko 8. Vastaajat luokitellun ikäjakauman mukaan, kevät / syksy

Ikäjakauma		Frekvenssi	% vastaajista	Ikäjakauma		Frekvenssi	% vastaajista
Kevät	18 - 29	9	7,9	Syksy	18 - 29	2	5
	30 - 44	12	10,5		30 - 44	3	7,5
	45 - 59	38	33,3		45 - 59	14	35
	60 - 74	49	43		60 - 74	16	40
	75 - 85	6	5,3		75 - 85	5	12,5
	Yht	114	100		Yht	40	100

Syksyn vastaajista vanhimmat ovat tunnollisimpia; vain yksi keväällä tässä ikäluokassa olleista on jättänyt vastaamatta uudelleen. Tämä nostaa 75 - 85- vuotiaiden prosentuaalisen osuuden syksyllä yli kaksinkertaiseksi verrattuna kevääseen (5,3 % -> 12,5 %). 18 - 29 - ja 30 - 44 - vuotiaista vain noin neljäsosa on vastannut syksyn kyselyyn (keväällä n=21, syksyllä n=5). Keski-ikäisten vastaajien suhteelliset vastaajamäärät ovat säilyneet lähes samoina.

Taulukko 9. Vastaajien sukupuolijakauma kevät / syksy

		Frekvenssi	% vastaajista			Frekvenssi	% vastaajista
Kevät	Mies	24	21,1	Syksy	Mies	12	30
	Nainen	90	78,9		Nainen	28	70
	Yht.	114	100		Yht.	40	100

Naiset olivat aktiivisempia osallistujia niin itse konsertteihin kuin kyselyynkin. Keväällä lähes neljä viidestä vastaajasta oli naisia. Syksyn uusintakyselyssä miesten suhteellinen osuus kasvoi hieman.



Taulukko 10. Vastaajien koulutustausta kevät / syksy

Kevät	Frekvenssi	% vastaajista	Syksy	Frekvenssi	% vastaajista
Perus-, keski-, kansakoulu	22	19,3	Perus-, keski-, kansakoulu	7	17,5
Ammattikoulu	29	25,4	Ammattikoulu	10	25
Ylioppilas	4	3,5	Ylioppilas	2	5
Opistotaso	27	23,7	Opistotaso	8	20
Ammattikorkea- koulu	14	12,3	Ammattikorkea- koulu	5	12,5
Yliopisto	18	15,8	Yliopisto	7	17,5
Yht.	114	100	Yht.	39	97,5
			puuttuu	1	2,5
				40	100

Koulutustaustan suhteen kyselyyn vastanneet kävijät jakautuivat melko tasaisesti ammattikoululaisten, opisto- ja perus-, keski- tai kansakoulun suorittaneiden välillä. Ammattikorkeakoulun tai yliopistotutkinnon suorittaneita oli seuraavaksi eniten. Ylioppilaiden osuus oli vähäisin. Kevään ja syksyn vastaajien prosentuaalinen koulutustaustajakauma pysyi hyvin samankaltaisena.

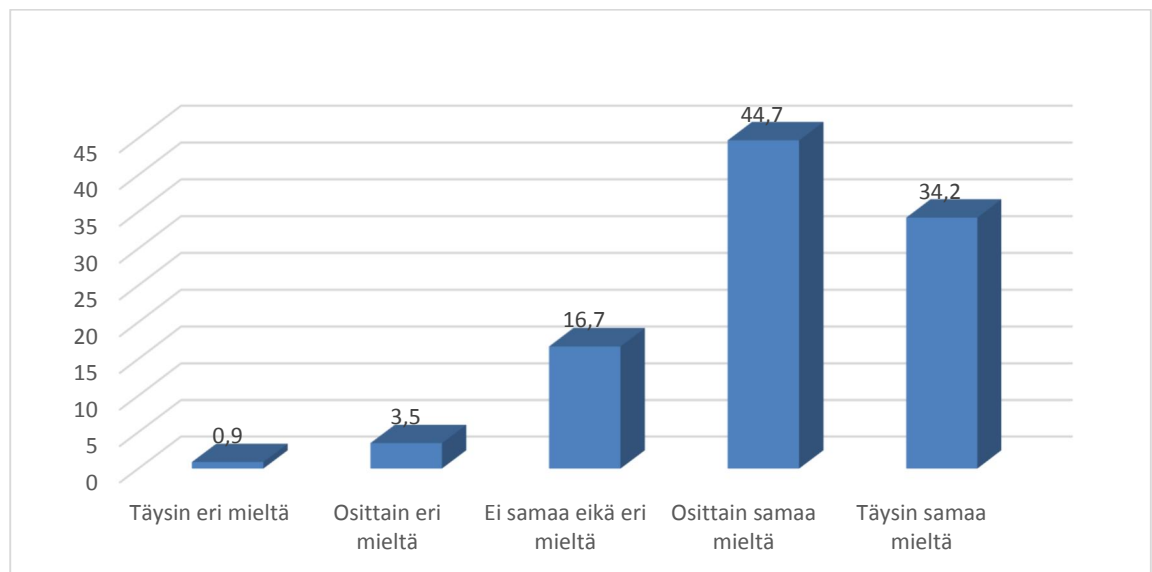
Taulukko 11. Vastaajat paikkakunnittain kevät / syksy

Kevät	Paikkakunta	Frekvenssi	% vastaajista	Syksy	Paikkakunta	Frekvenssi	% vastaajista
	Ristijärvi	30	26,3		Ristijärvi	12	30
	Paltamo	22	19,3		Paltamo	8	20
	Kajaani	30	26,3		Kajaani	12	30
	Hyrnsalmi	4	3,5				
	Suomussalmi	5	4,4				
	Muu	18	15,8		Muu	7	17,5
	yht.	109	95,6		yht.	39	97,5
puut- tuu		5	4,4	puut- tuu		1	2,5
Yht		114	100	Yht		40	100

Paikkakunnittain vastaajia on ollut lähes saman verran esityspaikasta riippumatta. Kaikki vastaajat eivät ole halunneet ilmoittaa kotipaikkakuntaansa, mikä osaltaan aiheuttaa tässä jonkin verran tilastollista epätarkkuutta.

## 6.2 Minkälaisena Jos välitän- konserteissa käyneet henkilöt ovat kokeneet konsertin välittömästi konsertin jälkeen?

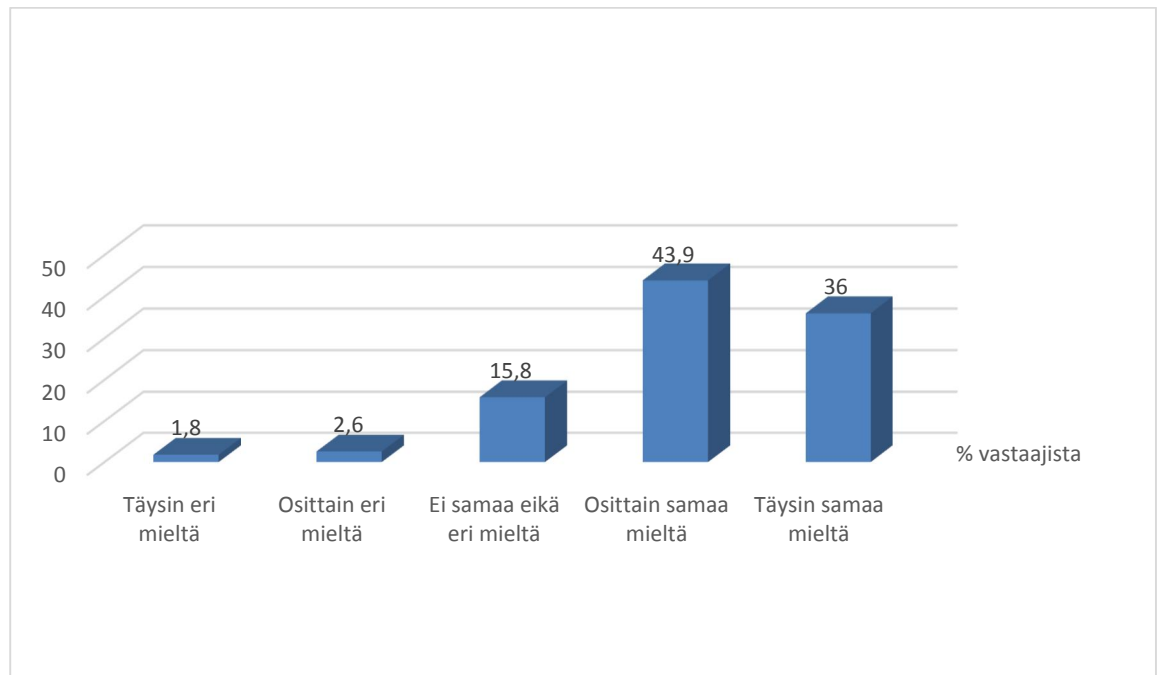
Ensimmäiseen tutkimusongelmaan hain vastausta ensisijaisesti seuraavien asenneväittämien pohjalta: ”konsertti sai minut miettimään elintapojaani”, ”konsertin jälkeen koen vahvemmin, että voin vaikuttaa omaan terveyteeni”, ”olen konsertin jälkeen valmis tekemään tarvitsemiani muutoksia elämässäni” ja ”arvostan elämäni enemmän kuin ennen konserttia”. (Liite 1.)



Kuvio 2. Konsertti sai minut miettimään elintapojaani (n=114)

Välittömästi konsertin jälkeen yli kolmannes (34,2 %, n=39) vastanneista oli sitä mieltä, että konsertti oli saanut heidät miettimään elintapojaan. Osittainkin samaa mieltä oli lähes puolet (44,7 %, n=51) vastanneista. (Kuvio 2., tarkemmin Liite 5, taulukko 15.).

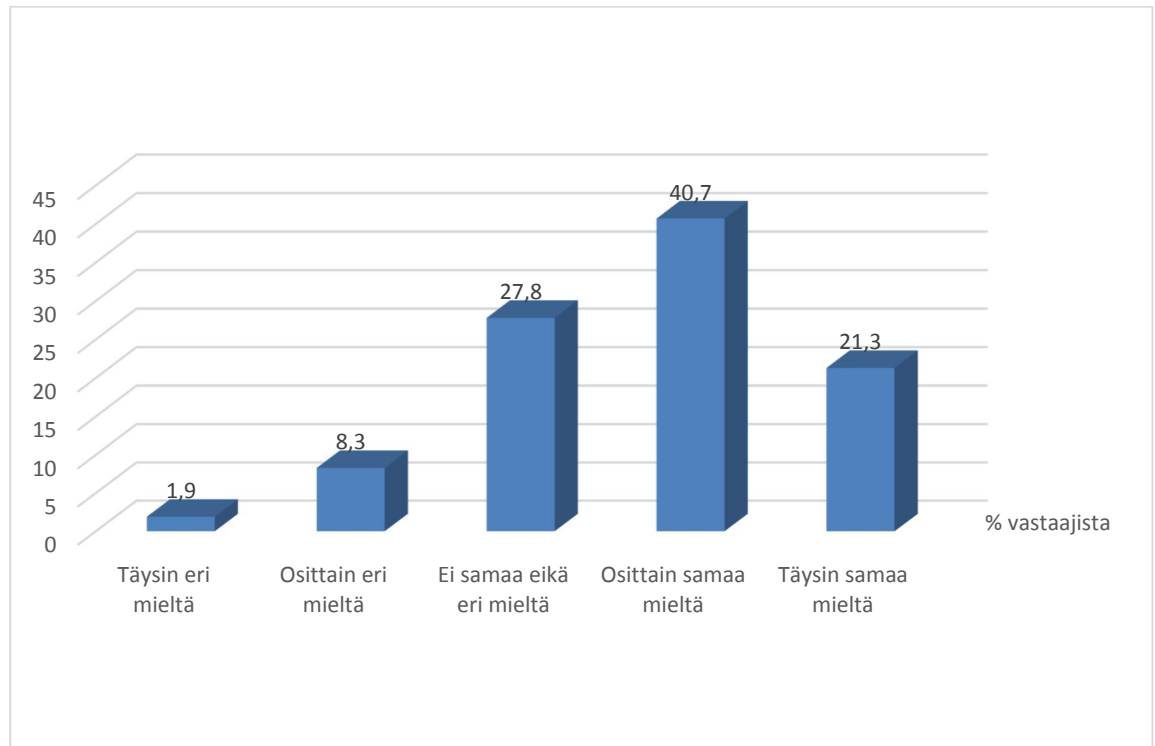
Kaikissa ikäluokissa enemmistö vastaajista (78,9 %, n=90) oli ’osittain’ tai ’täysin samaa mieltä’. Ainoastaan 75 - 85 -vuotiaista (16,7 %, n=1) yksi vastaaja oli täysin eri mieltä. (Liite 6., Taulukot 34 a ja 34 b). Naisten ja miesten vastauksissa ei tässä väittämässä ollut mainittavaa prosentuaalista eroavuutta, vaikka miesten osuus vastaajista onkin vain noin viidesosa (21,1 %, n=24). (Liite 6., Taulukot 35 a ja 35 b). Koulutustustaan perusteella ammatti- ja ammattikorkeakoululaiset olivat tässä enimmäkseen täysin samaa mieltä (51,7 %, n=15 ja 57,1 %, n=8). Ammatikoululaisia oli kaikista vastaajista 25,4 % (n=29) ja ammattikorkeakoululaisia 12,3 % (n=14). (Liite 6., Taulukot 36 a ja 36 b.) Asuinpaikkakunnittain vertailtuna väittämästä oltiin myös yksimielisiä: 78,9 % (n=86) oli täysin tai osittain samaa mieltä. Ristijärvellä yksi vastaaja (3,3 %, n=1) oli täysin eri mieltä. (Liite 6., Taulukot 37 a ja 37 b.)



Kuvio 3. Konsertin jälkeen koen vahvemmin, että voin vaikuttaa omaan terveyteeni (n=114)

Heti konsertin jälkeen annetuissa vastauksissa lähes 80 % (n= 91) vastaajista on osittain tai täysin samaa mieltä siitä, että he kokevat konsertin jälkeen vahvemmin voivansa vaikuttaa terveyteensä. (Kuvio 3, tarkemmin Liite 5, taulukko 20). Noin 16 % (n=18) vastanneista ei ota kantaa, ja reilu 4 % (n=5) kokee, että he eivät konsertin jälkeen koe vahvempana kykyään vaikuttaa omaan terveyteensä.

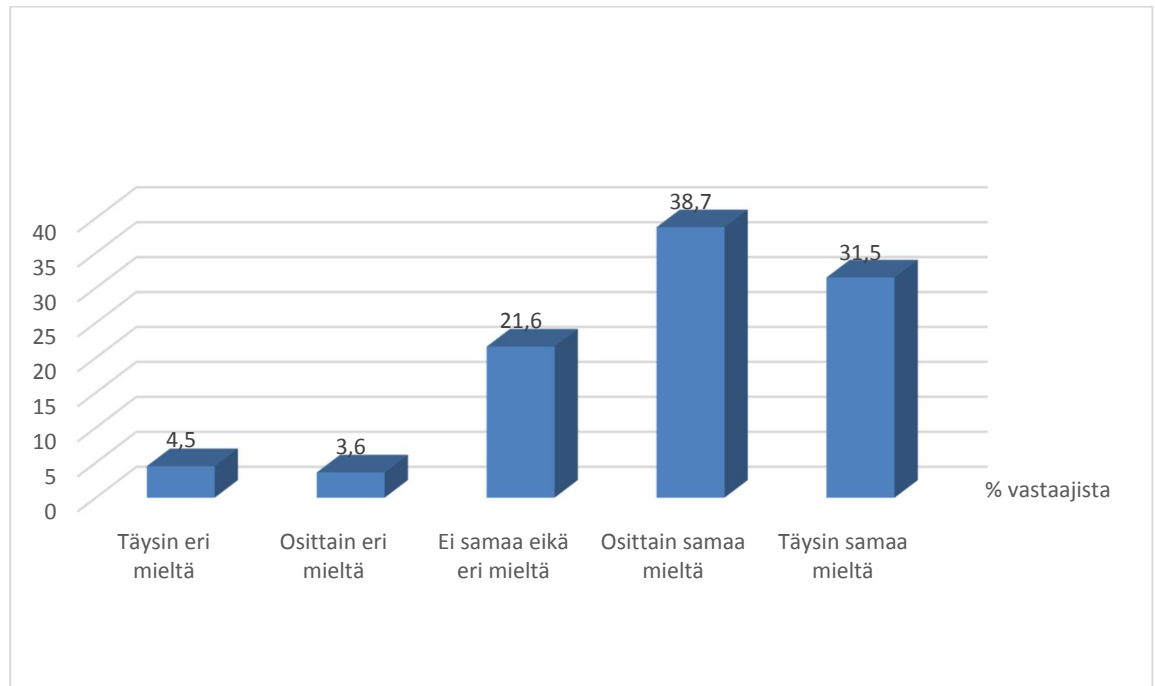
Enemmistö (79,9 %, n=91) vastaajista oli kaikissa ikäluokissa osittain tai täysin samaa mieltä tämän väittämän kanssa. Ikäluokissa 60 - 74- ja 75 - 85- vuotiaat oli molemmissa väittämän kanssa täysin eri mieltä yksi vastaaja eli 1,8 % kaikista (n=114). (Liite 6., Taulukot 38 a ja 38 b.). Yksikään mies ei ollut eri mieltä tämän väittämän kanssa, kun naisista täysin tai osittain eri mieltä oli 5,5 % (n=5) (Liite 6., Taulukot 39 a ja 39 b). Koulutustaustan mukaan kaikista vastaajista ammattikoululaiset olivat väittämän kanssa eniten yksimielisiä: osittain tai samaa mieltä (23,7%, n= 27), ja opiston käyneistä vastaajista osittain tai samaa mieltä oli 18,4 % (n=21). Painopiste koulutustaustan mukaan on 'osittain samaa mieltä' - vastauksen kohdalla (43,9 %, n=50). (Liite 6., Taulukot 40 a ja 40 b.). Ristijärveläisistä 10 % (n=3) ja kajaanilaisista 6,6 % (n=2) on joko täysin tai osittain eri mieltä, kun puolestaan kaikki (100 %, n=4) hyrynsalmelaiset ovat osittain tai täysin samaa mieltä. (Liite 6., Taulukot 41 a ja 41 b.).



Kuvio 4. Olen konsertin jälkeen valmis tekemään tarvitsemiani muutoksia elämässäni (n=108)

Konsertin jälkeen osittain tai täysin samaa mieltä väittämän ” olen konsertin jälkeen valmis tekemään tarvitsemiani muutoksia elämässäni” kanssa oli 62 % vastanneista (n=67). Noin 28 % vastasi ’ei samaa eikä eri mieltä’ (n=30). Täysin tai osittain eri mieltä oli 10,2 % (n=11). (Kuvio 4., tarkemmin Liite 5., Taulukko 25.).

Valmiudesta tehdä tarvittavia muutoksia elämässään konsertin jälkeen oli osittain tai täysin eri mieltä 60 - 74- vuotiaissa 8,6 % (n=4). 75 - 85-vuotiaista kaikki (n=3) olivat joko ’osittain eri mieltä’ tai ’ei samaa eikä eri mieltä’. Valmius muutoksiin oli suurin 18 - 29 -vuotiailla; osittain tai täysin samaa mieltä oli 66,6 % (n=6) ja 60 - 74 -vuotiailla, joista osittain tai täysin samaa mieltä oli 65,9 % (n= 31). Liite 6., Taulukot 42 a ja 42 b.). Miehistä 65,2 % (n= 15) oli osittain tai täysin samaa mieltä väittämän kanssa, naisista 61,2 % (n=52). (Liite 6., Taulukot 43 a ja 43 b.). Koulutustaustan perusteella eniten muutosvalmiuteensa uskoivat perus-, keski- ja kansakoulun käyneet, joista 68,4 % (n=13) oli osittain tai täysin samaa mieltä, ja ammattikoululaiset, joista 65,5 % (n=19) oli osittain tai täysin samaa mieltä. (Liite 6., Taulukot 44 a ja 44 b.). Asuinpaikkakuntavertailussa kaikkien vastaukset painoutuivat ’ei samaa eikä eri mieltä’ ja ’osittain samaa mieltä’ -kohtiin. (Liite 6., Taulukot 45 a ja 45 b.).



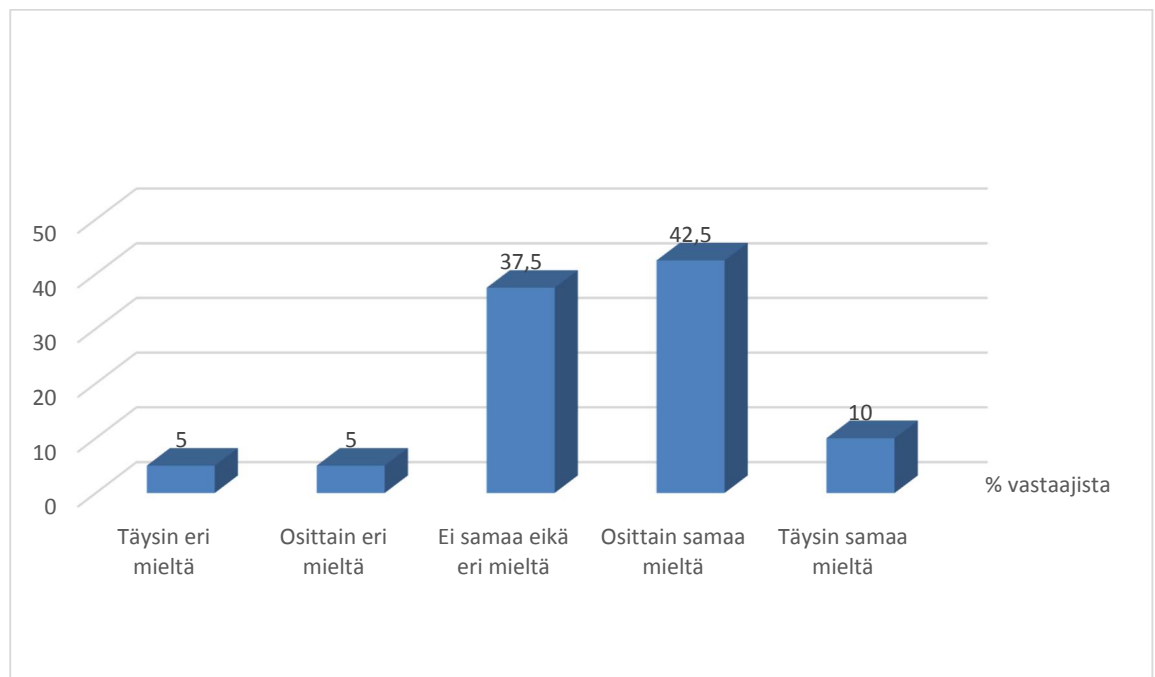
Kuvio 5. Arvostan elämäni enemmän kuin ennen konserttia (n=111)

Yhteensä n. 70 % (n=78) vastaajista oli heti konsertin jälkeen täysin tai osittain samaa mieltä siitä, että arvostaa elämäänsä enemmän kuin ennen konserttia. Ei samaa eikä eri mieltä oli noin joka viides (n=24), ja osittain tai täysin eri mieltä vastaajista oli n. 8 % (n=9). Kaikkiaan noin 30 % (n=33) vastanneista ei kokenut arvostavansa elämäänsä enemmän kuin ennen konserttia. (Kuvio 5, tarkemmin Liite 5, taulukko 29.).

30 - 44 -vuotiaista 25 % (n=3) oli osittain tai täysin eri mieltä tämän väittämän kanssa. 60 - 74 -vuotiaista 76,6 % (n=36) oli osittain tai täysin samaa mieltä, kun ikäluokissa välillä 18 - 59 osittain tai täysin samaa mieltä oli noin 67 % (n=6) vastanneista. (Liite 6., Taulukot 46 a ja 46 b.). Sukupuolten välillä ei tässä väittämässä näy suuria eroja. (Liite 6., Taulukot 47 a ja 47 b.). Koulutustaustan perusteella tässä ammattikoululaiset ovat väittämän kanssa yksimielisimpiä; 48,3 % (n=14) on täysin samaa ja 27,6 % (n=8) osittain samaa mieltä. (Liite 6., Taulukot 48 a ja 48 b.). Paltamon, Kajaanin ja Hyrynsalmen asukkaat olivat yhteensä 51,8 % (n=55) osuudella kaikista vastanneista osittain tai samaa mieltä siitä, että alkoivat arvostaa elämäänsä enemmän konsertin jälkeen, kun Ristijärven, Paltamon, Kajaanin ja Suomussalmen asukkaista yhteensä 8,4 % (n=9) oli osittain tai täysin eri mieltä. (Liite 6., Taulukot 49 a ja 49 b.).

### 6.3 Minkälaisena Jos välitän-konserteissa käyneet henkilöt ovat kokeneet konsertin puoli vuotta konsertin jälkeen?

Toista tutkimusongelmaa lähestyin arvioimalla seuraavia väittämiä: 'elintapani ovat parantuneet konsertin jälkeen', 'olen konsertin jälkeen kiinnittänyt enemmän huomiota hyvinvointiini', 'olen pystynyt tekemään tarvittavia muutoksia elämäni' ja 'konserttiin osallistumisella on ollut minulle henkilökohtaista merkitystä'.

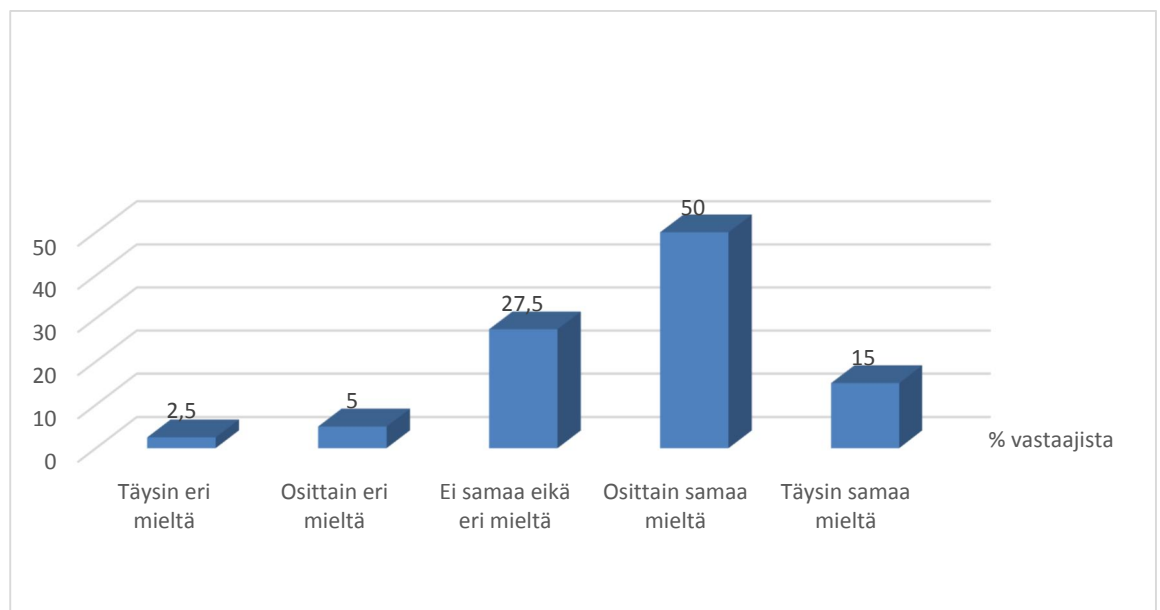


Kuvio 6. Elintapani ovat parantuneet konsertin jälkeen (n=40)

Puoli vuotta konsertin jälkeen väittämän ”elintapani ovat parantuneet konsertin jälkeen” kanssa täysin tai osittain samaa mieltä on noin puolet (n=21) vastaajista. Täysin tai osittain eri mieltä vastaajista on noin joka kymmenes (n=4). Ei samaa eikä eri mieltä olevien osuus on noin kolmannes (n=15). (Kuvio 6, tarkemmin Liite 5, Taulukko 31.)

Vain ikäluokissa 30 - 44 -vuotiaat 33,3 % (n=1) ja 60 - 74 -vuotiaat 18,8 % (n=3) oli väittämän kanssa täysin samaa mieltä - osuudet kaikista vastaajista 2,5 % ja 7,5 %. Osittain samaa mieltä oli lähes puolet kaikista vastaajista (n=17). 75- 85 -vuotiaista 80 % (n=4) vastasi 'ei samaa eikä eri mieltä'. (Liite 6., Taulukot 50 a ja 50 b.) Miehet (58,3 %, n=7) olivat naisiin (50 %, n=14) verrattuna kahdeksan prosentin erolla osittain tai täysin samaa mieltä siitä, että heidän elintapansa olivat muuttuneet konsertin jälkeen. (Liite 6., Taulukko 51 a.)

Koulutustaustan perusteella arvioiden täysin tai osittain samaa mieltä olivat kaikki ammattikoululaiset ja ylioppilaat (n=4 ja n=10) sekä perus-, keski- ja kansakoulun käyneistä 57,2 % (n=4). Osittain samaa mieltä olevien ammattikoululaisten osuus kaikista vastanneista oli 17,9 % (n=7). Opistotason (75 %, n=6) ja ammattikorkeakoulun (60 %, n=3) käyneiden vastauksissa oli enemmistö välillä 'ei samaa eikä eri mieltä' ja 'täysin eri mieltä'. (Liite 6., Taulukot 52 a ja 52 b). Asuinpaikkakunnan mukaan enemmistö on 'osittain samaa mieltä' (43,6 %, n=17) tai 'ei samaa eikä eri mieltä' (35,9 %, n=14). (Liite 6., Taulukko 53 a).

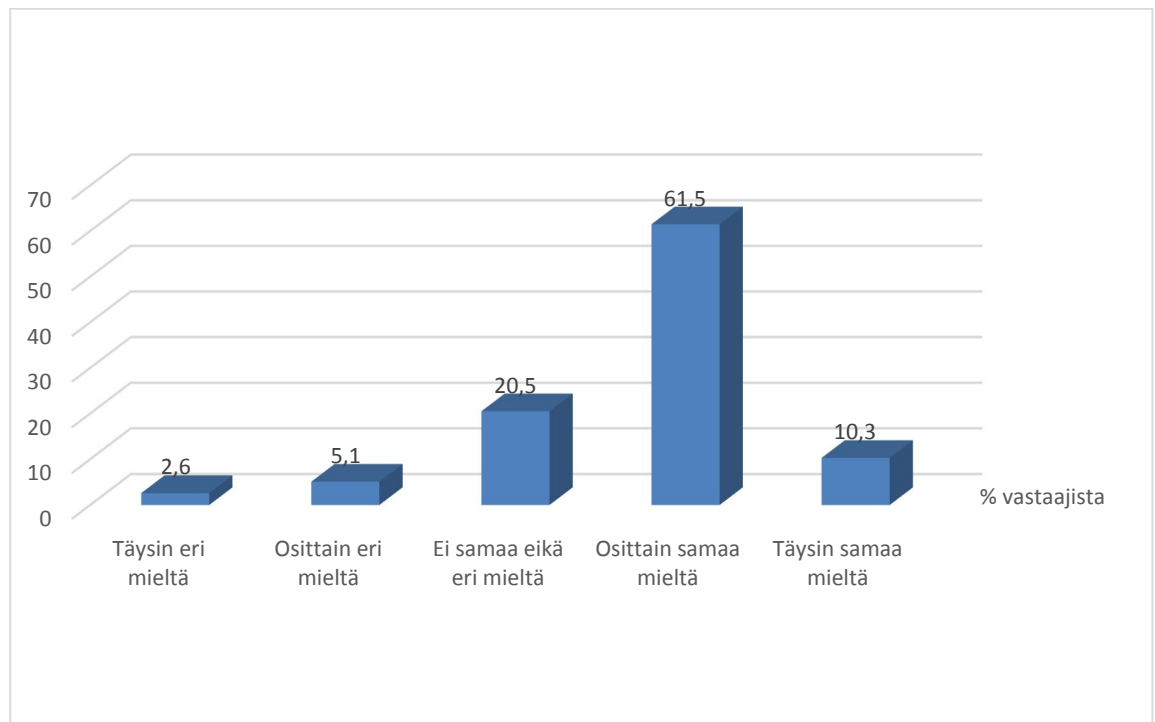


Kuvio 7. Olen konsertin jälkeen kiinnittänyt enemmän huomiota hyvinvointiini (n=40)

Puoli vuotta konsertista väittämän ”olen konsertin jälkeen kiinnittänyt enemmän huomiota hyvinvointiini” kanssa täysin samaa mieltä on 15 % (n=6) ja osittain samaa mieltä 50 % (n=20), eli yhteensä lähes kaksi kolmannesta syksyllä vastanneista. Vastaaajista 27,5 % (n=11) ei ole samaa eikä eri mieltä ja 7,5 % (n=3) on osittain tai täysin eri mieltä. (Kuvio 7, tarkemmin Liite 5., taulukko 30).

Väittämän kanssa osittain tai täysin samaa mieltä oli 71,4 % (n=10) 45 - 59- vuotiaista ja 68,8 % (n=11) 60 - 74- vuotiaista. (Liite 6., Taulukko 54 a). Naisista lähes 11 % (n=3) oli osittain tai täysin eri mieltä. Muuten miehet ja naiset olivat väittämästä hyvin yksimielisiä. (Liite 6., Taulukot 55 a ja 55 b.). Ammattikorkeakoululaisista 40 % (n=2) oli osittain samaa mieltä.

Opistotasoisista 50 % (n=4) ja yliopistotasoisista 57,1 % (n=4) arvioi, ettei ole samaa eikä eri mieltä. Koulutustaustan mukaan enemmistö vastaajista (66,7 %, n=26) on osittain tai täysin samaa mieltä. (Liite 6., Taulukko 56 a.). Asuinpaikkakunnan perusteella vastaajien näkemys painottuu vaihtoehtoon 'osittain samaa mieltä' (51,3 %, n=20). Ristijärviläisistä 8,3 % (n=1) on täysin eri mieltä ja osittain eri mieltä Paltamolaisista 12,5 % (n=1), Kajaanilaisista 8,3 % (n=1). (Liite 6., Taulukko 57 a).



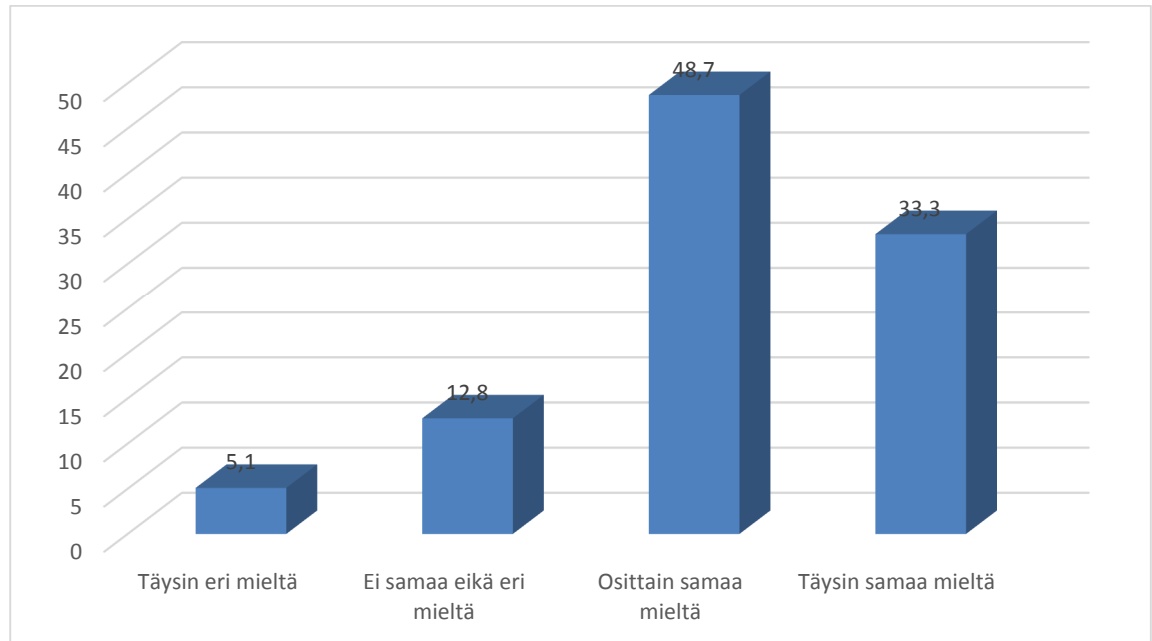
Kuvio 8. Olen pystynyt tekemään haluamiani muutoksia elämääni (n=39)

Väittämä ”olen pystynyt tekemään haluamiani muutoksia elämässäni” sai täysin tai osittain samaa mieltä - vastauksia 71,8 % (n=28), ei samaa eikä eri mieltä 20,5 % (n=8) ja osittain tai täysin eri mieltä - vastauksia 7,7 % (n=3). (Kuvio 8., tarkemmin Liite 5., Taulukko 32.).

45 - 59 -vuotiaista 76,9 % (n=10) on osittain samaa mieltä - osuus kaikista vastaajista 25,6 %. 60 - 74 -vuotiaista osittain tai täysin samaa mieltä on 75,1 % (n=12), osuus kaikista vastaajista 30,8 % ja 75 - 85 -vuotiaista 60 % (n=3), osuus kaikista vastaajista 7,7 %. Ikäluokassa 45 - 59 -vuotiaat löytyy täysin ja osittain eri mieltä 15,4 % (n=2) - osuus kaikista 5,2 %, ja 30 - 44 -vuotiaissa osittain eri mieltä olevia on kolmannes (n=1) - osuus kaikista 2,6 %. (Liite 6., Taulukot 58 a ja 58 b.). Michistä 16,7 % (n=2) on osittain eri mieltä tämän väittämän kanssa, mutta osittain samaa mieltä on kaksi kolmasosaa (n=8), eli lähes 7 % enemmän kuin naisista (59,3



%, n=16). (Liite 6., Taulukko 59 a.). Koulutustaustaa vasten tarkasteltuna suurin osa vastaajista (73,7 %, n=28) on osittain tai samaa mieltä väittämän kanssa, poikkeuksena yksi ammattikoululainen, joka on täysin eri mieltä (2,6 %). (Liite 6., Taulukko 60 a.) Myös asuinpaikkakunnittain 73,7 % (n=28) vastanneista on osittain tai täysin samaa mieltä. (Liite 6., Taulukot 61 a ja 61 b.)



Kuvio 9. Konserttiin osallistumisella on ollut minulle henkilökohtaista merkitystä (n=39)

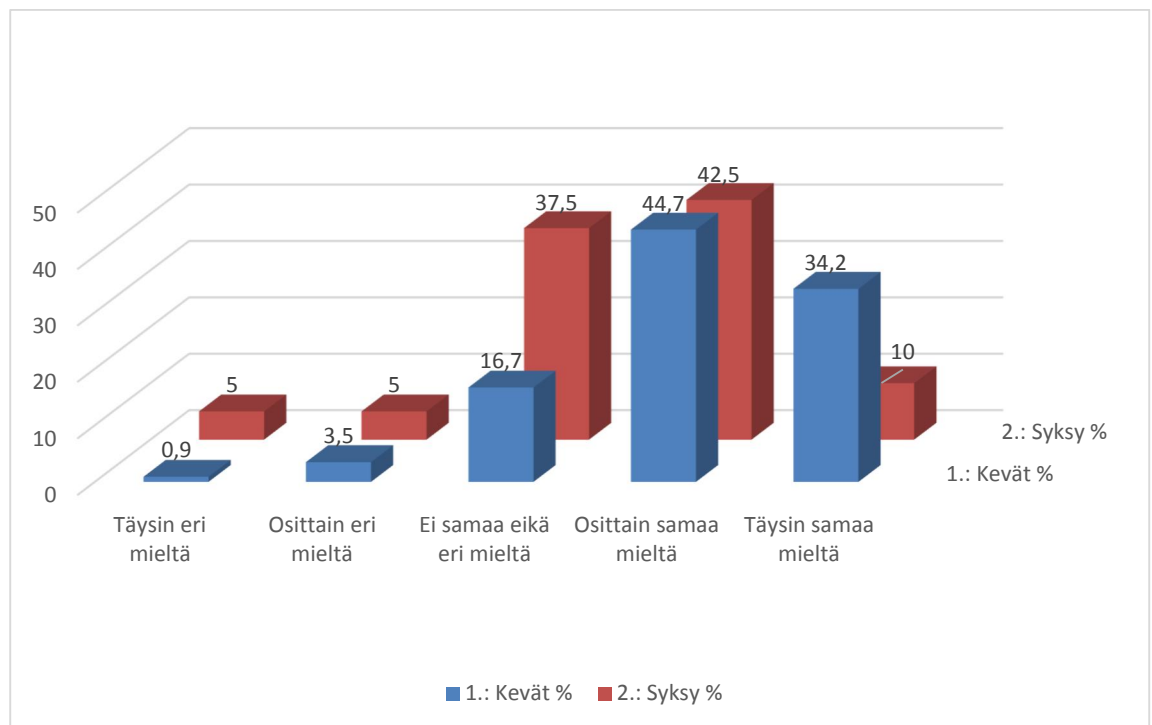
Puoli vuotta konsertin jälkeen väittämän ”konserttiin osallistumisella on ollut minulle henkilökohtaista merkitystä” kanssa osittain tai täysin samaa mieltä oli 82 % (n=32), ei samaa eikä eri mieltä 12,8 % (n=5) ja täysin eri mieltä 5,1 % (n=2). (Kuvio 9., tarkemmin Liite 5., Taulukko 33.).

”Konserttiin osallistumisella on ollut minulle henkilökohtaista merkitystä”. 45 - 59 - vuotiaista on täysin tai osittain eri mieltä 30,8 % (n=4), osuus kaikista vastaajista 10,4 %. 75 - 85 - vuotiaista 40 % (n=2) on osittain eri mieltä ja osittain samaa mieltä. Enemmistö, 48,7 % (n=19) kommentoi ’ei samaa eikä eri mieltä’. (Liite 6., Taulukot 62 a ja 62 b). Miehistä 33,3 % (n=4) ja naisista 55,6 % (n=15) on osittain samaa mieltä. Ei samaa eikä eri mieltä miehistä on 25 % (n=3) ja naisista 7,4 % (n=2). (Liite 6., Taulukot 63 a ja 63 b). Ammattikorkeakoulun käyneistä 20 % (n=1) ja yliopiston käyneistä 14,3 % (n=1) on täysin eri mieltä väittämän kanssa. Kaikkiaan koulutustaustan mukaan tarkasteltuna osittain samaa mieltä on 50 % (n=19)

vastaajista. (Liite 6., Taulukot 64 a ja 64 b). Paikkakunnittain arvioituna ristijärviläisistä 36,4 % (n=4) on täysin eri mieltä tai ei samaa eikä eri mieltä. Paltamossa ja Kajaanissa osittain samaa mieltä on 75 % (n=6 ja n=9) vastaajista. Muilta paikkakunnilta olevien vastaajien osuus on kaikista 18,4 % (n=7), ja heistä täysin samaa mieltä väittämän kanssa oli 13,2 % (n=5). (Liite 6., Taulukot 65 a ja 65 b).

#### 6.4 Minkälainen merkitys konsertilla on ollut kuulijan terveyskäyttäytymiseen hänen omasta mielestään?

Kolmanteen tutkimusongelmaan 'Minkälainen merkitys konsertilla on ollut kuulijan terveyskäyttäytymiseen hänen omasta mielestään?' hain vastauksia vertaamalla neljään kevään ja neljään syksyn väittämään (Taulukko 7.) saatuja vastauksia keskenään.

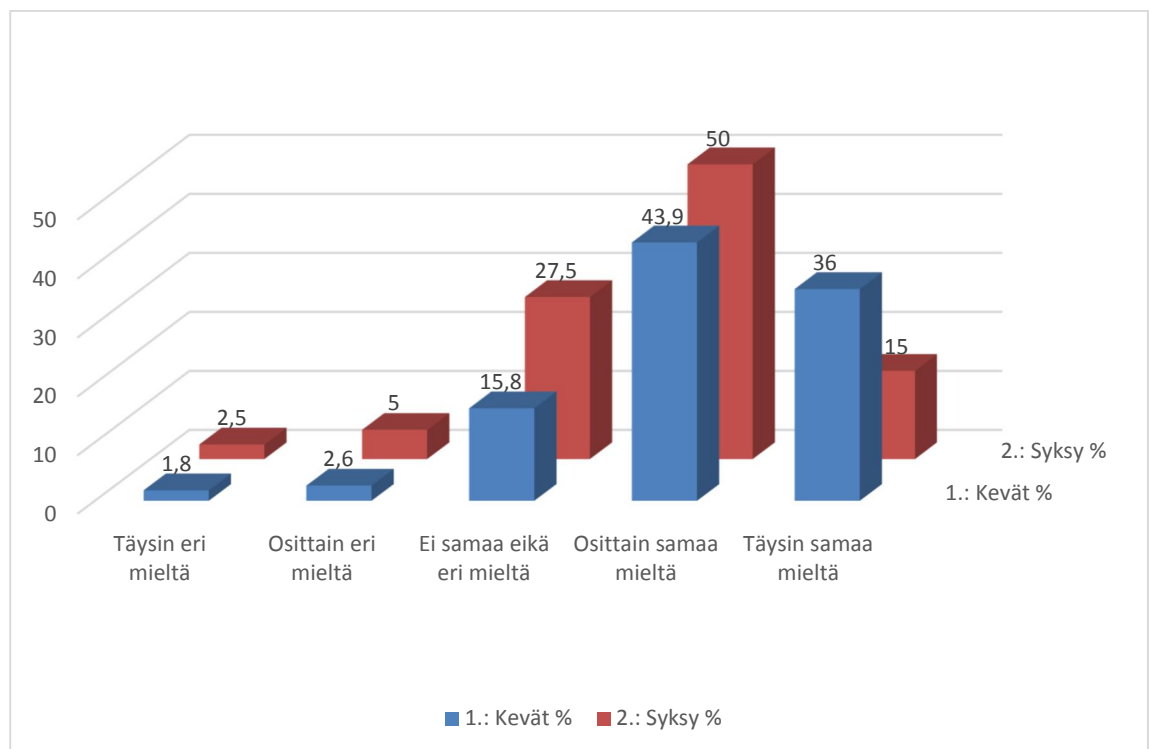


Kuvio 10. Väittämäpari 1:

**Kevät:** Konsertti sai minut miettimään elintapojani (n=114)

**Syksy:** Elintapani ovat parantuneet konsertin jälkeen (n=40)

Syksyn väittämässä arvioidaan, ovatko elintavat parantuneet sen jälkeen, kun konsertti on ensin saanut miettimään niitä. Keväällä noin neljä viidestä konserttiversiosta (78,9 %, n=90) oli alkanut miettiä elintapojaan. Yli puolet (52,5 %, n=21) syksyllä vastanneista kokee elintapojensa parantuneen konsertin jälkeen. Keväällä vastanneita on (n=114), joten laskennallisesti 18 % keväällä vastanneista on konsertin jälkeen tehnyt elintavoissaan muutoksia parempaan ( $21 \times 100 / 114 = 18$ ). (Kuvio 10., tarkemmin Liite 5, taulukot 15. ja 31.).



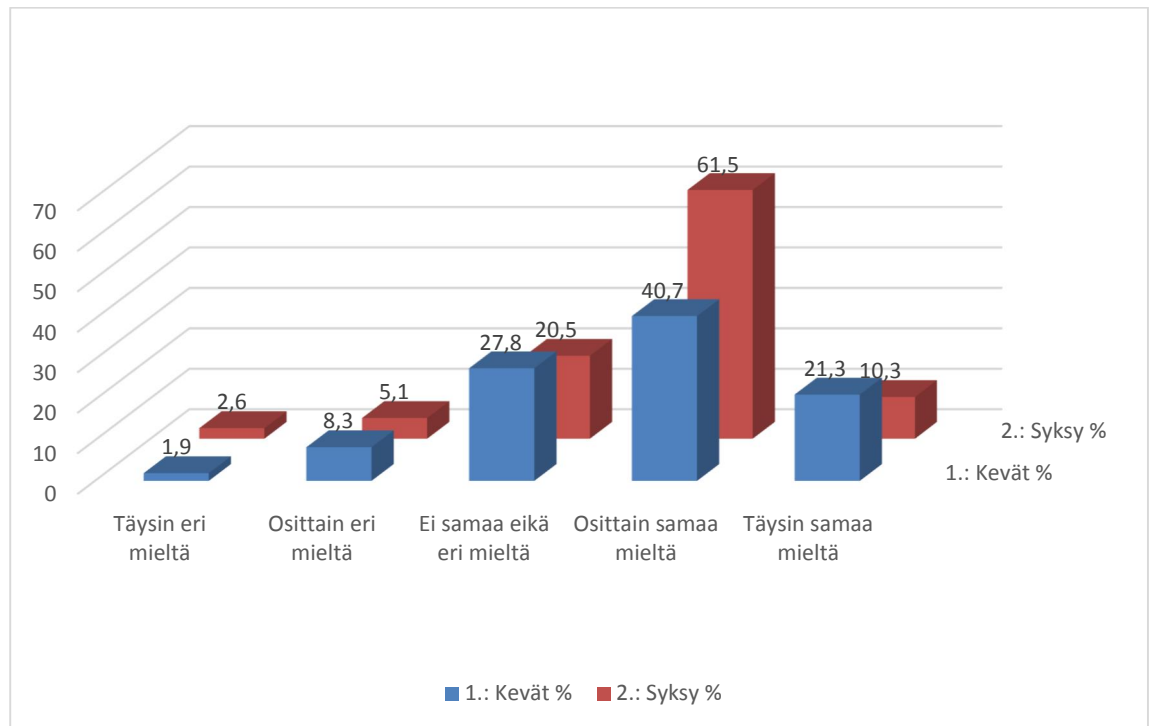
Kuvio 11. Väittämäpari 2.

**Kevät:** Konsertin jälkeen koin vahvemmin, että voin vaikuttaa omaan terveyteeni (n=114)

**Syksy:** Olen konsertin jälkeen kiinnittänyt enemmän huomiota hyvinvointiini (n=40)

Tässä vertailussa arvioidaan ensin välitöntä konsertin jälkeistä valmiutta tehdä muutoksia ja muutaman kuukauden jälkeen katsotaan, onko omaan hyvinvointiin pystytty kiinnittämään enemmän huomiota. Täysin samaa mieltä olevien määrä on pudonnut kevästä alle puoleen (36 %, n=41 -> 15 %, n=6), mutta muista verrattavista väittämäpareista poiketen 'osittain samaa mieltä' olevien määrä on kasvanut syksyllä (43,9 %, n=50 -> 50 %, n=20). Syksyllä

lähes kolmannes (27,5 %, n=11) vastaa 'ei samaa eikä eri mieltä', eli ei ole kiinnittänyt huomiota omaan hyvinvointiinsa aiempaa enemmän. (Kuvio 11., tarkemmin Liite 5., Taulukot 20. ja 30.).

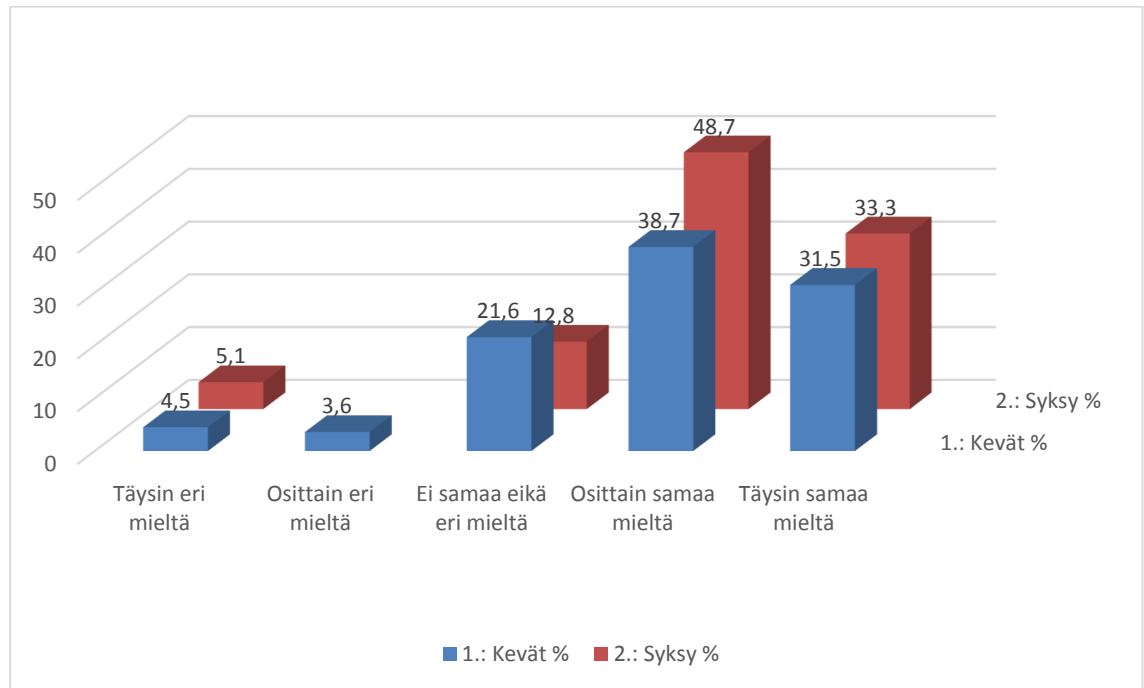


Kuvio 12, Väittämäpari 3.

**Kevät:** Olen konsertin jälkeen valmis tekemään tarvitsemiani muutoksia elämässäni (n=108) -

**Syksy:** Olen pystynyt tekemään haluamiani muutoksia elämääni (n=39)

Hieman yli 60 % (n=67) oli heti konsertin jälkeen täysin tai osittain valmis tekemään elämässään muutoksia, joita tarvitsee elääkseen terveemmin. Syksyllä noin joka kymmenes vastanneista (n=4) oli pystynyt tekemään haluamansa muutokset, ja yli 60 % (n=24) oli onnistunut ainakin osittain. Kaikista keväällä vastanneista siis noin 4 % oli pystynyt tekemään haluamansa muutokset elämässään puolen vuoden aikana ( $4 \times 100 / 108 = 4$  %). Jos otetaan mukaan myös osittain samaa mieltä olevat, keväällä vastanneista yli neljännes on pystynyt ainakin osittain tekemään haluamiaan muutoksia elämässään ( $28 \times 100 / 108 = 26$  %). (Kuvio 12, tarkemmin Liite 5., taulukot 25. ja 32.).



Kuvio 13, Väittämäpari 4

**Kevät:** Arvostan elämäni enemmän kuin ennen konserttia (n=111)

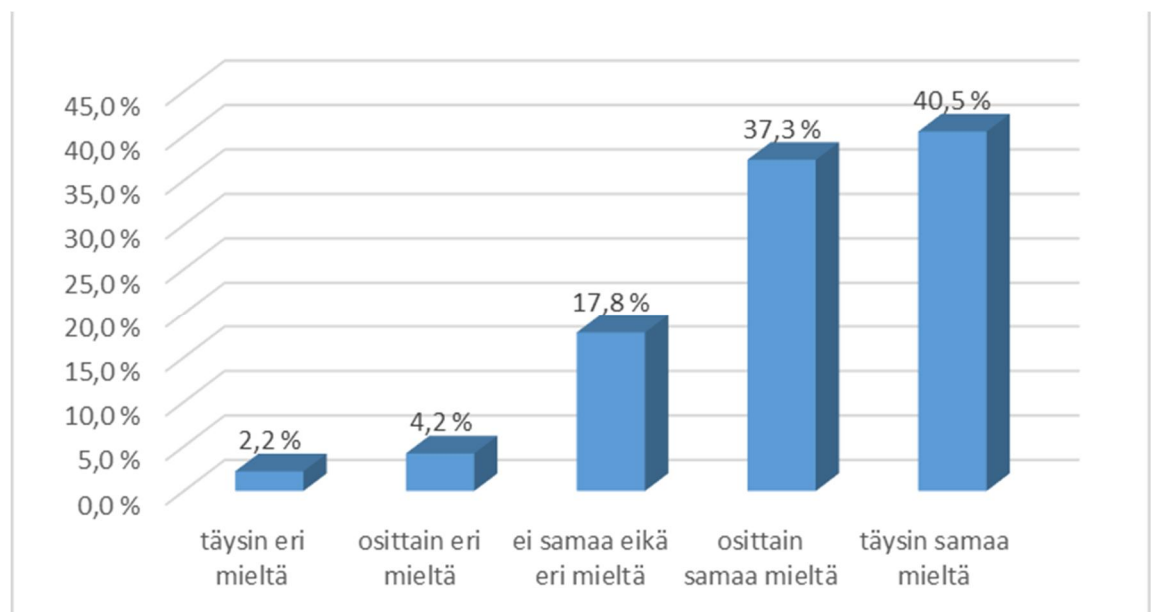
**Syksy:** Konserttiin osallistumisella on ollut minulle henkilökohtaista merkitystä (n=39)

Kevään konsertti oli herättänyt monet kuulijoista arvostamaan elämäänsä aiempaa enemmän (70,2 %, n=78), ja konsertin henkilökohtainen merkitys oli säilynyt voimakkaana vielä syksylläkin: 79,3 % (n=32) vastaajista oli syksyllä täysin tai osittain samaa mieltä väittämän kanssa. Laskennallisesti arvioiden 29 % keväällä vastanneista siis kokee osallistumisen olleen merkityksellisen ( $32 \times 100 / 111 = 29$ ). (Kuvio 13, tarkemmin Liite 5, taulukot 29. ja 33.).

## 7 TULOSTEN TARKASTELUA, JOHTOPÄÄTÖKSET JA JATKOTUTKIMUSIDEAT

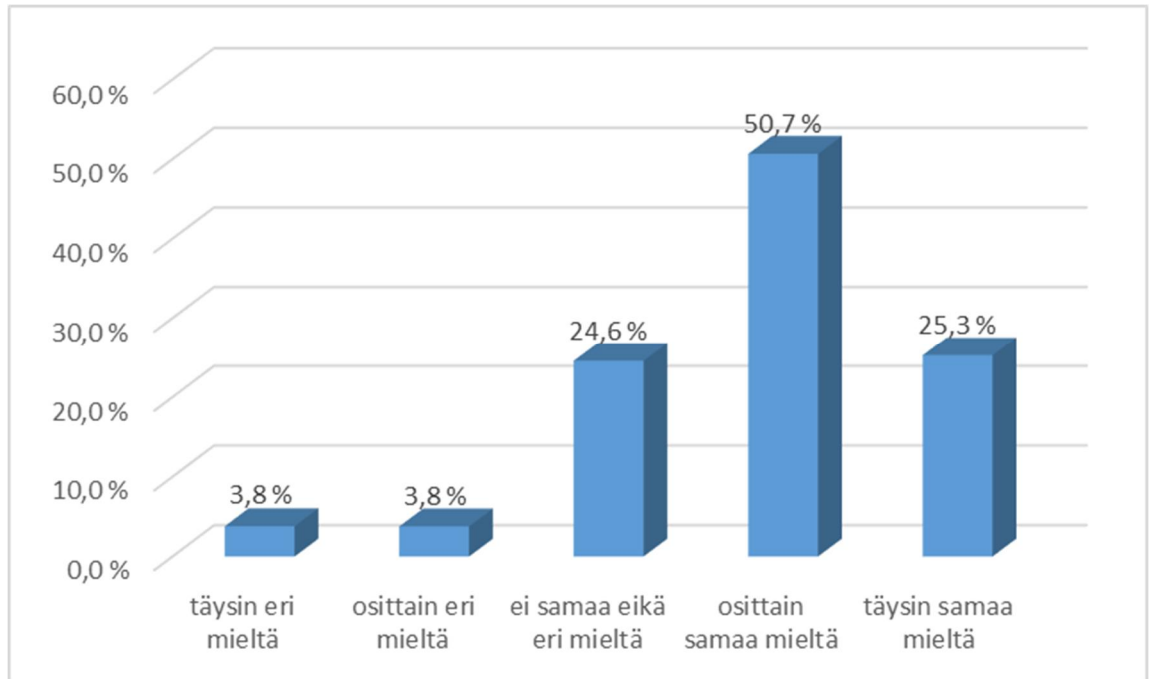
### 7.1 Tulosten tarkastelua

Musiikki aktivoi laajoja aivoalueita aktivoiden myös tunteita. Jaettu musiikkikokemus antaa mahdollisuuden keskustella tunteista, joita kokemus on herättänyt. Musiikki voi helpottaa tunteiden tunnistamisessa ja säätelyssä sekä auttaa hallitsemaan surua, kiukkua, vihaa, pettymyksiä tai epävarmuutta. Musiikista voi löytyä vastetta sellaisille tunnekokemuksille, joille itsellä ei ole ollut sanoja. (Ahlstén 2015, 10.) Kyselyyn saatujen vastausten perusteella Ahlstén on osannut pukea sanoiksi sen, mitä Jos välitän- konserteissa tapahtui.



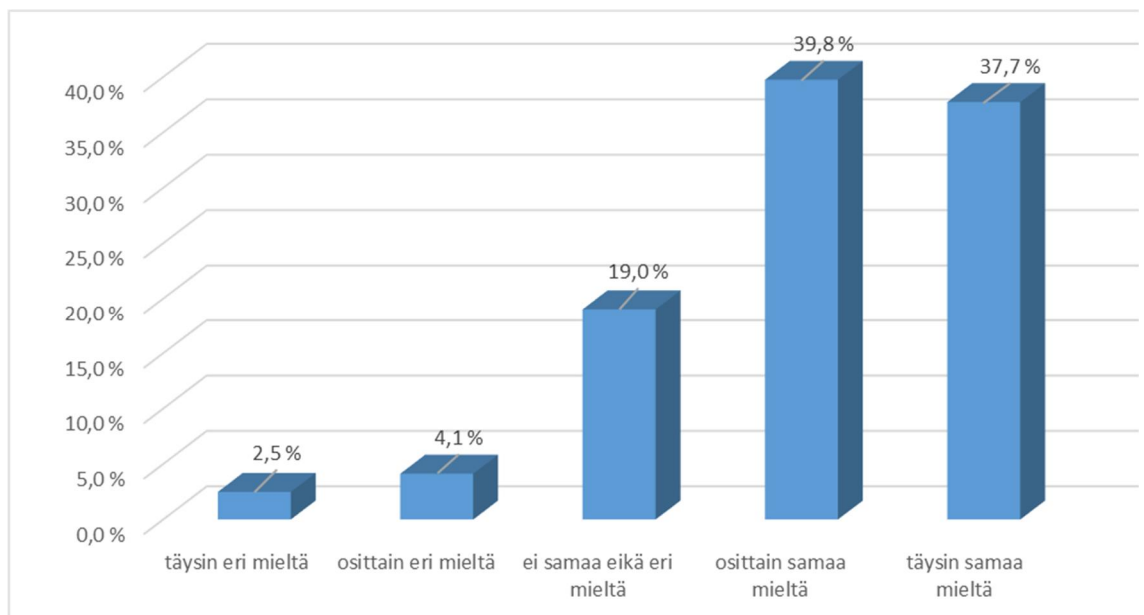
Kuvio 14. Kevään vastausten keskiarvo (n=114).

Tutkimustuloksia yleisesti tarkasteltaessa huomaa, että heti konsertin jälkeen asenneväit-tämiin annetut vastaukset painottuvat 'täysin samaa mieltä' ja 'osittain samaa mieltä'-osioihin. Kaikkien keväällä annettujen vastausten keskiarvolla laskettuna 'täysin samaa mieltä' oli 40,5 % (n=46) ja osittainkin samaa mieltä oli 37,3 % (n=43) vastaajista. 'Täysin' tai 'osittain eri mieltä' on hyvin pieni joukko vastaajista: yhteensäkin vain 6,4 % (n=7). (Kuvio 14., Liite 5., taulukot 12 - 29).



Kuvio 15. Syksyn vastausten keskiarvo (n=40)

Puoli vuotta myöhemmin tehdyn kyselyn vastauksissa näkyy siirtymä 'täysin samaa mieltä' - vastauksista 'osittain samaa mieltä'- ja 'ei samaa eikä eri mieltä' - suuntaan. 'Täysin samaa mieltä' - vastaukset vähenevät voimakkaasti. (Kuvio 15., Liite 5, taulukot 29 - 33). Kokonaisuutena keskiarvon perusteella 'ei samaa eikä eri mieltä' -vastauksen on antanut 19 % kaikista vastaajista. (Kuvio 16.)



Kuvio 16. Kevään ja syksyn vastausten yhteenlaskettu keskiarvo. (n=154)

Yksimielisimpiä vastaajat olivat siitä, että konserttikokonaisuus oli onnistunut: osittain tai täysin samaa mieltä asiasta oli yhteensä 96,5 % (n=110) vastaajista (Liite 5., taulukko 14.). Kaikki väittämät olivat positiivissävytteisiä yhtä ensimmäisen kyselyn väittämää lukuun ottamatta. (Liite 5., Taulukko 17.). Keskiarvoa laskettaessa vastaukset tähän väittämään on käännetty peilikuvakseen, jotta ne eivät vääristä kokonaistulosta. Keskiarvon perusteella noin neljä viidestä vastaajasta koki konsertin positiivisena tapahtumana, ja konsertilla myös koettiin olleen henkilökohtaista merkitystä (Kuvio 16.). Lähes kaikissa (94,5 %, n=103) kyselyyn vastanneissa konsertti oli herättänyt ajatuksia elämän rajallisuudesta (Liite 5., taulukko 22.). Vastaajista 89,1 % (n=98) koki, että vaikeita asioita lähestyttiin konsertissa oikealla tavalla. (Liite 5., Taulukko 24.) Lähes 90 % (n=101) vastaajista koki konsertin välipuheissa olevan riittävästi tietoa, (Liite 5., Taulukko 12.) ja terveystieteen tulevan hyvin esille - tästä oli 95,6 % (n=109) osittain tai täysin samaa mieltä. (Liite 5., Taulukko 13.) Vastauksista saa yleisvaikutelman, että konsertti on vaikuttanut osaan kuulijoista hyvinkin voimakkaasti.

Taustamuuttujista iällä näyttää olevan suurin vaikutus vastauksiin. Kolmannes (n=2) 75 - 85 -vuotiaista koki, ettei konsertti saanut heitä miettimään elintapojaan. Lähes viidennes vanhimmasta (75 -85 v) vastaajaryhmästä ei kokenut vahvemmin voivansa vaikuttaa terveyteensä, eikä arvostanut elämäänsä enemmän konsertin jälkeen. Yksikään vanhimmasta vastaajaryhmästä ei ollut osittain tai täysin samaa mieltä väittämän 'olen konsertin jälkeen valmis tekemään tarvitsemiani muutoksia elämäni'; kaksi kolmannesta (n=3) heistä ei ollut tämän väittämän kanssa samaa eikä eri mieltä. (Liite 5., Taulukot 34 a, 38 a, 42 a ja 46 a). Vanhimmasta vastaajaryhmän osuus kaikista vastaajista on kuitenkin niin alhainen (2,8 %, n=3 - 5,4 %, n=6), ettei tästä tuloksesta voi tehdä kovin vahvoja yleistyksiä. Väittämään 'olen konsertin jälkeen valmis tekemään tarvitsemiani muutoksia elämässäni' oli osa vanhimmasta ikäryhmästä jättänyt vastamatta kokonaan, mikä sinällään voi myös olla kannanotto.

Syksyn kyselyssä vanhimmista vastaajista 20 % (n=1) koki elintapojensa parantuneen konsertin jälkeen ja 40 % (n=2) arvioi kiinnittäneensä enemmän huomiota hyvinvointiinsa. Vanhin vastaajaryhmä nousi esiin myös väittämän 'olen pystynyt tekemään haluamiani muutoksia elämäni' kohdalla: 60 % (n=3) 75 - 85 -vuotiaista (n=5) oli osittain samaa mieltä. (Liite 6., Taulukot 50 a, 54 a, 58 a ja 62 a).

Vastaajien enemmistö kuuluu ikäluokkiin 45 - 59- ja 60 - 74- vuotiaat. Näissä ikäluokissa vastaukset myös painottuvat eniten 'osittain' tai 'täysin samaa mieltä'- osioihin lähes jokaisen väittämän kohdalla.



Väittämiä keskenään vertailemalla ja keskiarvoja laskemalla on saatu esille yksittäisiä väittämiä parempi kokonaiskuva ja vastaus varsinkin kolmanteen tutkimusongelmaan: minkälainen merkitys konsertilla on ollut kuulijan terveyskäyttäytymiseen hänen omasta mielestään? Tulosten perusteella konserttikokemus on ollut pääsääntöisesti positiivinen, mieleenpainuva ja yksittäisenäkin tapahtumana pitkään vaikuttava.

## 7.2 Johtopäätökset ja jatkotutkimusehdotukset

Jos välitän- konsertille on ollut Kainuussa hyvät lähtökohdat. Vuoden 2013 ATH-aineiston (Liite 4.) mukaan kainuulaiset ovat keskimäärin muita suomalaisia aktiivisempia kulttuuripalveluiden käyttäjiä, ja myös tyytyväisiä palvelujen saatavuuteen. Kokonaisvaltainen, monitasoinen lähestymistapa on Koskenvuon ja Mattilan (2009) mukaan terveyden edistämisessä tehokain. Jos välitän- konsertit olivat ihmiset yksilöllisesti huomioon ottavia, kokonaisvaltaisia ja monitasoisia tapahtumia.

Vanhimmat vastaajat arvioivat vastausten perusteella heti konsertin jälkeen, etteivät muutokset ja parannukset enää juurikaan koske heitä, mutta tästä huolimatta monet syksyllä vastanneista huomasivat saaneensa positiivisia muutoksia aikaan. Johtopäätös tästä on, että musiikin avulla välitetty terveysviestintä vaikuttaa voimakkaasti varsinkin iäkkäämpään kuulijakuntaan, eikä vaikutusta voi arvioida ennakkoon. Konserttivieraan persoonallisuus ja konserttitihetkellä valalla ollut mielentila ovat voineet vaikuttaa konserttikokemukseen yleisesti enemmän kuin tässä tutkitut taustamuuttujat.

Tämän tutkimuksen perusteella voidaan kuitenkin todeta, että musiikki edesauttaa terveysviestien vastaanottamista, ja konserttikokemuksen voimakkuus motivoi muutoksiin henkilökohtaisella tasolla. Tutkimuksen tuloksia voidaan hyödyntää Jos välitän - konserttituotteen jatkokehitystyössä ja mahdollisesti laajemminkin musiikkivälitteisen terveysviestinnän kehittämisessä.

Aiheeseen liittyvissä opinnäytetöissä (Partanen 2012, Juntunen 2014, Keroniva 2015) on kerätty huomattava määrä tietoa, ja laajaa tietokantaa voisi hyödyntää jatkotutkimuksissa arvioimalla esimerkiksi laadullisen ja määrällisen tutkimuksen aineistojen sisältöä keskenään. Näin päästäisiin mahdollisesti syvällisempään ymmärrykseen konserttivieraiden tuntemuksista ja konsertin vaikuttavuudessa huomioon otettavista tekijöistä. Tässä opinnäytetyössä käytettiin

vain konserttavierailta kerätyn materiaalin määrällisen tutkimuksen osuus: avoimet kysymykset ovat vielä analysoimatta, ja niihin paneutuminen voisi olla kokonaan oma tutkimuksensa.

Itse konserttituotetta voisi jatkossa kehittää niin, että sen esittäjät hakeutuisivat niiden luokse, jotka eniten ohjausta tarvitsevat - esimerkiksi ylä- ja keskiasteen opiskelijoille voisi järjestää konsertteja. Jos tavoitteena on hyvinvointi- ja terveyserojen pienentäminen (THL, 2015), ei auta, että vain jo valmiiksi hyvinvoivat ja aktiiviset saavat lisää tukea, vaikka se toki heillekin on hyödyksi.

## 8 POHDINTA

### 8.1 Luotettavuus

Tämän tutkimuksen päätarkoituksena oli arvioida, miten konserttivieraat kokivat konsertin heti sekä noin puoli vuotta konsertin jälkeen, ja oliko konsertilla vastaajien omasta mielestä vaikutusta heidän terveyskäyttäytymiseensä. Jos välitän- konsertti on terveydenedistämistuote, jonka kohderyhmäksi Partanen (2012) valitsi työikäiset kainuulaiset. Kaikissa tähän mennessä järjestetyissä konserteissa - mukaan lukien ensimmäinen, Ylä - Vieksissä pidetty opinnäytetyöhön liittyvä - konserttivieraiden enemmistö on ollut keski-ikäisiä työikäisiä tai eläkeläisiä, ja kyselytutkimuksen tulokset painottuvat sen vuoksi iäkkäämmän väen kokemuksiin. Nuorempia työikäisiä haastatelluista oli noin viidennes (18,4 %, n=21), ja osa konserttivieraista olikin toivonut parempaa tiedotusta konserteista, jotta väkeä saataisiin enemmän paikalle. (Juntunen 2014, 16).

Terveysviestien välittäminen musiikkikonsertin avulla vaikuttaa kuulijoihin yksilöllisesti; viestin tai merkityksen kohdatessaan ihminen joko tiedostaa sen merkityksen tai vaikutus on alitajuinen. Kun kyseessä on alitajuinen viesti (piiloviesti), ihminen reagoi siihen yksilöllisellä, mutta usein ennakoitavalla tavalla, vaikka ei osaisikaan kertoa miksi. (Lampinen 2011, 21, Itkonen 2009, 21.) Ehkä juuri kuulijoiden alitajunnassa vähitellen tapahtuva, osin tiedostamatonkin prosessi on saanut niin monet tekemään muutoksia elintavoissaan.

Vajaa neljännes vastaajista on tulosten mukaan kiinnittänyt enemmän huomiota hyvinvointiinsa konsertin jälkeen, mitä voidaan pitää hyvänä tuloksena, mutta onko se yksin konsertin ansiota? Uusintakyselyyn vastanneet edustanevat keväällä vastanneiden aktiivisinta kärkeä, jonka valmius muutoksiin on lähtökohtaisesti ollut suurempi, eli tulokset voivat olla suurempaan perusjoukkoon suhteutettuna harhaanjohtavia.

Kevään ja syksyn kysymyslomakkeet ja niiden sisältö eivät olleet identtiset, joten ne eivät olleet keskenään suoraan vertailukelpoisia. Tässä opinnäytetyössä lomakkeiden sisältöä on kuitenkin soveltuvilta osin verrattu myös keskenään. Aineiston pienuuden vuoksi tulosten yleistettävyyden arviointi ei onnistu esimerkiksi Qhin neliö- testillä, eikä suppean otannan ja ho-

mogeenisen otoksen vuoksi voidaan olettaa, että positiiviset muutokset elintavoissa olisivat yksinomaan konsertin ansiota, tai että tulokset olisivat suoraan yleistettävissä koko väestöön. (KvantimoTV, 2014.)

Lähtökohtaisesti konserttitilaisuuksiin on todennäköisesti valikoitunut kuulijakunta, joka on kiinnostunut niin musiikista kuin kulttuurista yleensäkin, ja seuraa ympäristönsä tapahtumia aktiivisesti. Perustelen tätä olettamusta sillä, ettei konsertteja kovin laajalti ja voimallisesti markkinoitu. Vastaamatta jättäneiden konserttavieraiden osuus oli yli puolet kävijöistä. Heidän mielipiteensä olisi saattanut muuttaa tuloksia. Nyt saatujen tulosten mukaan konsertti kuitenkin oli kuulijoilleen vaikuttava kokemus, joka mahdollisesti jopa edesauttoi terveellisempien elintapojen omaksumisessa pitemmällä aikajänteellä.

Opinnäytetyön tekemisen kannalta se, että oma työ on osa suurempaa kokonaisuutta, on tuonut omat etunsa, joskin myös haasteensa. Työssä on ollut vahvat suuntaviivat ja valmis tietokanta analysoitavaksi, tilaaja on antanut työlle selkeän tavoitteen ja tarkoituksen. Lopputulos on enemmän kuin yhden tekijän työn ansiota, vaikka juuri tätä opinnäytetyötä olen yksin tehnytkin. Opinnäytteen tilaajan kannalta olennaisin osuus, määrällinen pitkittäistutkimus ja siitä saatavat tulokset, olivat työn pääosassa. Tutkimuksen luotettavuutta ja pätevyyttä arvioitiin työn jokaisessa vaiheessa.

Tutkimustulosten luotettavuus on riippuvainen monista seikoista, ja luotettavuuden arviointiin on kehitetty erilaisia mittaustapoja. Lähtökohtaisesti tutkimuksen luotettavuuden eli reliabiliteetin voi määritellä hyvin yksioikoisesti: mittaamalla saman kohteen samalla tavalla uudelleen. Jos eri arvioijat pääsevät samalla menetelmällä samoihin tuloksiin, tai, jos samaa asiaa tutkitaan eri kerroilla ja tulokset vastaavat toisiaan, tutkimus on reliaabeli. Tässä tutkimuksessa luotettavuuteen ovat voineet vaikuttaa muun muassa kysymysten/väittämien ymmärtäminen, vastaajien rehellisyys, huolellisuus tulosten syöttämisessä tietokantaan sekä tulosten analysointi ja niistä tehtävät johtopäätökset. (Hirsjärvi ym. 2013, 231.) On kuitenkin todennäköistä, että mikäli vastaava tutkimus tehtäisiin uudestaan, myös tulokset olisivat vastaavia - edellyttäen, että tutkimusasetelma kokonaisuudessaan pysyisi vastaavanlaisena.

Tulosten pätevyyteen eli validiuteen vaikuttaa muun muassa se, onko kysymykset lähtökohtaisesti laadittu niin, että saadaan tutkimuksen kannalta olennaiset vastaukset. Ovatko vastaajat ymmärtäneet kysymykset oikein ja ovatko he jaksaneet tai halunneet vastata täysin rehellisesti? Onko vastaamistilanne johdatellut vastaamaan eri tavalla, kuin jossain toisessa tilanteessa olisi

vastannut? Onko saadut vastaukset syötetty huolellisesti tietokantaan ja lopuksi, onko vastaukset analysoitu riittävän syvällisesti konteksti huomioiden? (Hirsjärvi ym. 2013, 231 - 232.)

Validiteetti on monitahoinen käsite, ja kaikkien tahojen on osoitettava valideiksi ennen kuin voidaan luottaa itse mittarin validiteetin. *Sisältövaliditeettia* arvioidaan kysymällä *mitä, keneltä ja miten* kysytään. Lisäksi on arvioitava *miksi* kysytään. *Sisältövaliditeettiin* vaikuttaa tutkimuksessa myös tutkimusprosessin kuvaus niin, että lukija voi sitä seurata ja arvioida (Hiltunen 2009, 5.) Tämä opinnäytetyö on sisällöllisesti validi: tutkimuskysymykset vastaavat siihen mitä haluttiin selvittää, ja tutkimusprosessi on kuvattu vaihe vaiheelta.

Määrällisessä tutkimuksessa arvioidaan lisäksi *ulkoista validiteettia* eli tulosten yleistettävyyttä. Yleistettävyys laajempaan populaatioon ei tässä tutkimuksessa ole kovin vahva; otanta on suhteellisen pieni ja perusjoukko lähtökohtaisesti tietyn tyyppinen (konserteissa kävijät), mutta kertoo juuri tämän kohderyhmän kokemuksesta, mikä tutkimuksen tarkoitus olikin. *Sisäisellä validiteetilla* tarkoitetaan määrällisessä tutkimuksessa sitä, ovatko tulokset johtuneet niistä tekijöistä, joista niiden oletetaan johtuneen? (Hiltunen 2009,5.) Tässä opinnäytetyössä sisäistä validiteettia heikentää se, ettei voida varmuudella osoittaa vastauksissa saatujen muutosten johtuvan juuri konsertista.

Tässä tutkimuksessa on käytetty viisiportaista Likert - asteikkoa. Likert - kyselyssä monivalintakysymykset on numeroitu, ja tuloksia on helppo käsitellä tietoteknisesti. (Hirsjärvi ym. 2013, 200.) Tietojen käsittelyn yksinkertaisuus yhdessä huolellisen tietojen syöttämisen kanssa vähentää sisältövirheiden ja sitä kautta vääristyneiden tulosten mahdollisuutta parantaen sekä validiteettia että reliabiliteettia.

Kysymyslomakkeiden laatijat ovat toimineet tilaajan ohjeistuksen mukaan. Tässä tapauksessa kyselyn aihe, kyselyillä saatu aineisto ja aineiston analyysi ovat kaikki olleet eri ihmisten käsissä. Johtoajatuksen säilyttäminen ja tutkimusaineiston tulkinta on vaatinut työn edetessä syvälistä pohdintaa. Työn tilaaja on osallistunut sekä lomakkeiden sisällön suunnitteluun että määrällisen tutkimuksen tutkimusongelmien määrittämiseen ja rajaamiseen, joten aineiston muokkaaminen uudelleen omien tutkimuksellisten lähtökohtien mukaiseksi ei tässä ollut vaihtoehto. (Hirsjärvi ym. 2013, 189.)

Vaikka aineisto tätä opinnäytetyötä varten oli valmiina, se ei varsinaisesti ollut niin kutsuttua toisen käden aineistoa, eli tilastoista tai tietokannoista koottua, (Vilka 2007, 33) sillä kyselyt

oli juuri tätä tutkimusta varten laadittu ja suunniteltu. Voidaan siis puhua ensi käden aineistosta, mutta sen keräämiseen ja analysointiin on osallistunut tutkimuksen eri vaiheissa useita eri henkilöitä - vain projektipäällikkö on säilynyt samana.

Kaikkiaan tutkimus siis oli sisällöllisesti validi, koska se vastaa tutkimusongelmina oleviin kysymyksiin. Sisäistä ja ulkoista validiteettia ei voida pitää kovin vahvana, koska ei voida osoittaa, että muutokset olisivat johtuneet juuri siitä mistä oletettiin, eivätkä tulokset ole sinällään suoraan yleistettävissä laajempaan joukkoon.

## 8.2 Eettisyys

Tutkimustyö itsessään perustuu luottamukseen. Se, joka tutkimuksen tuloksiin perehtyy, olettaa, että tutkimus on tehty rehellisesti ja huolella. (Clarkeburn & Mustajoki 2007, 84.) Tämän tutkimuksen tutkimusmateriaalia on kaikissa vaiheissa käsitelty huolellisesti ja virheiden sekä sisältömuutosten välttämiseksi taulukoita on siirretty kuvina. Luettavaan muotoon muokattu aineisto on kokonaisuudessaan luettavissa opinnäytetyön liitteinä (Liitteet 5. ja 6.).

Tutkimuksessa on noudatettu hyvää tieteellistä käytäntöä (Vilka 2007, 90) ja tutkimuseettisen neuvottelukunnan ihmistieteitä koskevalle tutkimukselle laatimia eettisiä periaatteita: Itsemääräämisoikeutta on kunnioitettu; kyselyyn vastaaminen ja nimi- ja osoitetietojen antaminen on ollut vapaaehtoista. Yksityisyys ja tietosuoja on varmistettu; nimi- ja osoitetiedot on koko ajan pidetty erillään vastauslomakkeista, joten vastaajia ja vastauksia ei suoraan voi yhdistää toisiinsa. Tutkittavia ei ole millään tavalla vahingoitettu. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2009, 4.)

Tietojen keruussa ja tallentamisessa on noudatettu henkilötietolakia (22.4.1999/523). Hankkeen projektipäällikkö on konserttien jälkeen koonnut täytetyt lomakkeet ja tallettanut ne lukolliseen kaappiin omaan lukittavaan toimistohuoneeseensa. Vastauslomakkeet säilytetään toistaiseksi määrittelemättömän ajan projektipäällikön huostassa.

## 8.3 Ammatillinen kehittyminen

Opinnäytetyö on kulkenut muun opiskelun ja arjen ohessa kokonaisen vuoden. Ensimmäinen puoli vuotta meni suuntaa hakiessa. Aihe ja tehtäväkuvaus olivat tilaajan puolelta selkeät ja

yksinkertaiset, ja ehkä juuri siksi aliarvioin prosessin vaatiman ajattelutyön määrän. Vasta kirjoitusvaiheen lopulla olen alkanut hahmottaa kokonaisuutta paremmin, ja hetkittäin tunnustan jopa nauttineeni - etenkin analysointivaihe oli kuin lahjapakettien avaamista. Tulosten arviointi ja niistä saatavat johtopäätökset ovat olleet minulle tämän työn parasta antia. Jossain vaiheessa on pakko malttaa mielensä, vaikka aineistossa on edelleen paljon yksityiskohtia, joihin haluaisi syventyä tarkemmin.

Suomalaisten ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene määrittää ammattikorkeakoulujen opetuksen yhteisiä pätevyysvaatimuksia eli kompetensseja;

kansallisen viitekehyksen tarkoituksena on - lisätä tutkintojen kansallista ja kansainvälistä läpinäkyvyyttä ja vertailtavuutta - parantaa tutkintojärjestelmän toimivuutta ja selkeyttä - helpottaa koulutusjärjestelmässä liikkumista - yhtenäistää ja lisätä aiemmin hankitun osaamisen tunnistamista ja tunnustamista - konkretisoida elinikäisen oppimisen periaatetta ja korostaa oppimislähtöisyyttä ja oppimistuloksia korostavaa näkökulmaa koulutuksessa. (Auvinen, Heikkilä, Ilola, Kallioinen, Luopajarvi, Raji & Roslöf. 2010, 4.)

Opinnäytetyön myötä suhde tutkimustyöhön ja erilaisiin tutkimusmenetelmiin on kehittynyt teoriaan perehtymisen myötä; olen oppinut oppimaan. Prosessi on opettanut paljon terveyden edistämisen monipuolisista mahdollisuuksista ja nyt käytössä olevista keinoista tukien osaltaan ammatillista kehittymistäni. Terveyden edistämässä voi tämän opinnäytetyön myötä rohkautua kokeilemaan erilaisia, perinteistä asiakasohjausta luovempia keinoja, vaikkapa juuri musiikin avulla. Hoitotyön eettisyyttä ja arvoja on työn edetessä oppinut arvioimaan suhteessa opinnäytteeseen ja myös itse hoitotyöhön. Oman opinnäytetyön aihealue on tullut laaja-alaisesti tutuksi, ja saatuja tietoja voi jatkossa soveltaen hyödyntää monissa tilanteissa (Arene 2010.) Kirjalliseen materiaaliin perehtyminen on harjoittanut kykyä poimia olennainen sisältö erilaisista teksteistä, ja kirjallinen tuotos puolestaan antaa hyvän pohjan myös mahdolliselle suuntautumiselle hallinnollisiin tehtäviin. Arenen eli ammattikorkeakoulujen rehtorineuvoston määritelmän mukaisesti opinnäytetyön avulla osoitetaan kyvyt soveltaa osaamista oman alansa asiantuntijatehtävissä (Auvinen ym. 2010). Koen, että olen tämän prosessin aikana osoittanut sekä kyvyn kehittyä ja myöskin soveltaa osaamistani. Työyhteisöosaamisesta koen olevani jo entuudestaan perillä jonkin verran, ja tämän prosessin aikana aiemmasta osaamisesta on ollut paljon apua. Vuorovaikutustaitoja oletin tarvittavan enemmän kuin loppujen lopuksi tarvittiinkaan, ja sitä jäin tässä työssä kaipaamaan. Tämän työn myötä kuitenkin syntyi kipinä mahdollisuudesta tehdä vielä jonain päivänä alusta alkaen kokonaan oma tutkimustyö.

Opinnäytetyön tekeminen on ollut kuin paljain jaloin kuljettu matka - joskus viileässä ruohossa, joskus lämpimällä hiekalla ja toisinaan terävällä soralla. Matka on edennyt välillä yksin, välillä ystävien kanssa - toisinaan tuettuna ja jopa eteenpäin tuupattuna. Hetkittäisistä epäilyksistä huolimatta tämä matka on ollut tekemisen arvoinen - eikä vähiten aiheensa vuoksi.

Toivon, että olen osaltani voinut edesauttaa konserttituotteen jatkokehityksen onnistumisessa, sillä voiko olla parempaa tapaa ohjata ja opastaa kuin musiikin avulla? Ehkä voi, mutta tämä tapa on luultavasti kuulijaystävällisin. Allekirjoitan täysin erään kyselyyn vastanneen toteamuksen vapaamuotoisessa vastauksessaan: ”erityisesti (viehätti) tapa jakaa tietoa miellyttävällä, hyväilevällä tavalla”.



## LÄHTEET

- Ahlstén, L. 2015. Taiteen harrastaminen voimaannuttaa ja herkistää tekijöitään. Pohjanpiiri. Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri. Pohjan[https://www.ppshp.fi/instance/data/prime\\_product\\_julkaisu/npp/embeds/34803\\_Pohjanpiiri\\_2\\_2015.pdf](https://www.ppshp.fi/instance/data/prime_product_julkaisu/npp/embeds/34803_Pohjanpiiri_2_2015.pdf)
- ATH-aineisto. n.d. Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 28.2.2015. <http://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/vaestotutkimukset/ath-terveytta-ja-hyvinvointia-kuntalaisille/ath-aineisto>
- Auvinen, P., Heikkilä, J., Ilola, H., Kallioinen, O., Luopajarvi, T., Raij, K., Roslöf, J. 2010. Suositus tutkintojen kansallisen viitekehysten (nqf) ja tutkintojen yhteisten kompetenssien soveltamisesta ammattikorkeakouluissa. Ammattikorkeakoulujen rehtorineuvosto Arene. Viitattu 26.3.2015. [http://web.novia.fi/sbok2014/files/kompetenser/Allmanna\\_kompetenser.pdf](http://web.novia.fi/sbok2014/files/kompetenser/Allmanna_kompetenser.pdf)
- Bojner-Horwitz, E., Bojner, G. 2007. Mielihyvää musiikista. WSOY. Vantaa.
- Clarkeburn, H., Mustajoki, A. 2007. Tutkijan arkipäivän etiikka. Vastapaino. Tampere.
- Elintavat. 2014. Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. viitattu 19.3.2015. <https://www.thl.fi/fi/web/elintavat-ja-ravitsemus/elintavat>
- Elämänlaatu. 2014. Hyvinvointipolitiikka. Terveyden - ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 27.3.2015. <https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointipolitiikka/elinolot-ja-hyvinvointi/elamanlaatu>
- Eppu Normaali. 1988. Afrikka, sarvikuonojen maa. Single / albumilla Imperiumin vastaisku. Säv./sov. Mikko Syrjä, san. Mikko & Martti Syrjä.
- Eriarvoisuus. 2015. Hyvinvointi- ja terveyserot. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 18.8.2015. <https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus>
- Henkilötietolaki 22.4.1999/523. Viitattu 18.9.2015. <http://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990523>
- Hiltunen, L. 2009. Validiteetti ja reliabiliteetti. Graduryhmä. Jyväskylän yliopisto.
- Hirsjärvi, S., Remes, P., Sajavaara, P. 2013. Tutki ja kirjoita. 18. painos. Bookwell Oy. Porvoo.
- Holopainen, M., Tenhunen, L., Vuorinen, P. 2004. Tutkimusaineiston analysointi ja SPSS. Tradenomia – sarja. Yrityssanoma Oy, Hamina.
- Huber, M., Knottnerus, A., Green, L., van der Horst, H., Jadad, A., Kromhout, D., Leonard, B., Lorig, K., Loureiro, M., van der Meer, J., Schnabel, P., Smith, R., van Weel, C., Smid, H. 2011. How should we define health? BMJ- asiantuntijaryhmän esitys. Viitattu 28.2.2015. Doi: <http://dx.doi.org/10.1136/bmj.d4163> (Published 26 July 2011) <http://www.bmj.com/content/343/bmj.d4163.full>

- Huttunen, J. 2012. Mitä terveys on? Duodecim Terveyskirjasto. Viitattu 24.2.2015. [http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=dlk00903](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk00903)
- Hyyppä, M., Liikanen, H-L. 2005. Kulttuuri ja terveys. Edita. Helsinki.
- Itkonen, H. 2009. Media, terveydenhuolto ja etiikka. Aikamoisia arvoja. Pohdintoja hoitamisen etiikasta. [https://www.tehy.fi/@Bin/45459/Tehyn\\_artikkelikoelma.pdf](https://www.tehy.fi/@Bin/45459/Tehyn_artikkelikoelma.pdf)
- Jakarta Declaration on Leading Health Promotion Into The 21<sup>st</sup> Century. 1997. The Fourth International Conference on Health Promotion: New Players for a New Era - Leading Health Promotion into the 21st Century, meeting in Jakarta from 21 to 25 July 1997. Viitattu 27.2.2015. <http://www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/jakarta/declaration/en/>
- Jos välitän - yhteisösivu. n.d. Viitattu 18.3.2015. <https://www.facebook.com/pages/Jos-v%C3%A4lit%C3%A4n/279459962210550?fref=ts>
- Juntunen, J. 2011. Informaatiokaaos synnyttää stressisairauksia - lomalla aivot lepoon. Etera. Viitattu 14.3.2015. <http://feed.ne.cision.com/wpyfs/00/00/00/00/00/15/54/0D/wkr0005.pdf>
- Juntunen, K. 2014. Musiikki luo myönteisyyttä. Kokemuksia Jos välitän –konserttikiertueesta Kainuussa. Viitattu 28.2.2015. [https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/83781/Opinnaytetyo\\_PDF.pdf?sequence=1](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/83781/Opinnaytetyo_PDF.pdf?sequence=1)
- Jylhä-Ollila, M., Karjalainen, L., Kettunen, L. & Korhonen, M. 2013. Kehittämistehtävä. Pa-lautelomake Jos välitän - hankkeelle. Kajaanin Ammattikorkeakoulu.
- Kaikkonen R, Murto J, Pentala O, Koskela T, Virtala E, Härkänen T, Koskenniemi T, Ahonen J, Vartiainen E & Koskinen S. Alueellisen terveys- ja hyvinvointitutkimuksen perustulokset 2010-2014. Viitattu 25.3.2015. Verkkojulkaisu: [www.thl.fi/ath](http://www.thl.fi/ath)
- Kainuu- ohjelma. Luonnos 3.4.2014. Kainuun liitto. Tausta: Maakuntavaltuusto 2.12.2013; MV § 32, Maakuntavaltuusto merkitsi asian (Kainuun maakuntastrategia 2035) tiedoksi (tekstiä täydennetty 19.2.2014). Viitattu 21.3.2015. [http://kuiskintaa.fi/wp-content/uploads/2014/02/Kainuu-ohjelma\\_luonnos\\_03042014.pdf](http://kuiskintaa.fi/wp-content/uploads/2014/02/Kainuu-ohjelma_luonnos_03042014.pdf)
- Kankkunen, P., Vehviläinen-Julkunen, K. 2013. Tutkimus hoitotieteessä. Sanoma Pro Oy. Helsinki.
- Karjalainen, L. 2010. Tilastotieteen perusteet. Pii-kirjat. Otavan Kirjapaino Oy. Keuruu.
- Ketokivi M. 2009. Tilastollinen päättely ja tieteellinen argumentointi. Palmenia- sarja 67. Gaudeamus Helsinki University Press. Helsinki.
- Koskenvuo, M., Mattila, K. 2009. Terveystieteen edistämisen ja sairauksien ehkäisemisen periaatteet. Sairauksien ehkäisy. Terveystieteen yleiset edellytykset. Artikkelin tunnus: seh00001 (001.000)© 2014 Kustannus Oy Duodecim. Viitattu 27.2.2015. [http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=seh00001#s1](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=seh00001#s1)

Koskenvuo, M., Mattila, K. 2009. Terveyden edistämisen ja sairauksien ehkäisemisen periaatteet. Sairauksien ehkäisy. Terveyskasvatus ja terveysneuvonta. Kustannus Oy Duodecim. Viitattu 25.2.2015. [http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=seh00001#s13](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=seh00001#s13)

KvantimoTV - SPSS-harjoituksia. 2014. Crosstabs/Statistics/Chi-square. <http://www.fsd.uta.fi/metodit/mao/men/ristintaulukointi/harjoitus2.html>

Lahelma, E. 2003. Medikalisaation juurilta nykypäivään. 119:1863–8. Duodecim. Viitattu 23.2.2015. <http://www.terveyskirjasto.fi/xmedia/duo/duo93826.pdf>

Lampinen, A. 2011. Yrittäjä. Semiotikalla lisäarvoa brändin rakennukseen. 21. Viitattu 24.4.2015. [http://www.yrittajat.fi/File/18f08cbe-b415-4179-957a-f958757e3d7e/Yrittaja111\\_netti.pdf](http://www.yrittajat.fi/File/18f08cbe-b415-4179-957a-f958757e3d7e/Yrittaja111_netti.pdf)

Malmivaara, A., 2011. Pääkirjoitus 3/2011. Hallitusohjelma sopusoinnussa uuden terveyden määritelmän kanssa. Viitattu 27.2.2015. <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/114559/P%C3%A4%C3%A4kirjoitus.pdf?sequence=1>

Martelin, T., Koskela, S., Lahelma, E. 2005. Sosioekonomiset terveyserot. Suomalaisten terveys - väestöryhmien väliset terveyserot. Viitattu 24.4.2015. Duodecim terveyskirjasto. [http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=suo00043#s4](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=suo00043#s4)

Musiikki interventiona sairaalassa. 2009. Best Practice. Joanna Briggs Instituutin julkaisema parhaaseen tutkimusnäyttöön perustuva hoitosuositus (JBI-suositus). Translated with permission of the Joanna Briggs Institute. Viitattu 28.2.2015. [http://www.hotus.fi/system/files/BPIS\\_ennakko\\_2009-3.pdf](http://www.hotus.fi/system/files/BPIS_ennakko_2009-3.pdf)

Mustajoki, P. 2009. Terveelliset elämäntavat (lyhyt ohje). Sairauksien ehkäisy. [http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=seh00208](http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=seh00208)

Oikarinen, A., Partanen, H. 2013. Projektisuunnitelma Jos välitän-hankkeelle. [http://workspaces.hallinto.kajak.fi/projektit/Jos välitän/Viralliset asiakirjat/Asiakirjat/Rahoitushakemus ja päätös/Projektisuunnitelma\\_Jos välitän.doc](http://workspaces.hallinto.kajak.fi/projektit/Jos_v%C3%A4lita%C3%A4n/Viralliset_asiakirjat/Asiakirjat/Rahoitushakemus_ja_p%C3%A4%C3%A4t%C3%B6s/Projektisuunnitelma_Jos_v%C3%A4lita%C3%A4n.doc)

Partanen, H. 2012. Musiikki ja laululyriikka terveysviestien välittäjänä: Jos välitän-konsertti työikäiselle kainuulaiselle. Opinnäytetyö. Kajaanin Ammattikorkeakoulu. Viitattu 25.2.2015. [http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/53894/Partanen\\_Hannele.pdf.pdf?sequence=1](http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/53894/Partanen_Hannele.pdf.pdf?sequence=1)

Poikajärvi, K. 2013. Terveys 2015 - kansanterveysohjelma. Sosiaali- ja terveysministeriö. Viitattu 23.2.2015. [http://www.stm.fi/vireilla/kehittamisohjelmat\\_ja\\_hankkeet/terveys2015](http://www.stm.fi/vireilla/kehittamisohjelmat_ja_hankkeet/terveys2015)

Sams, M. 2012. Musiikki aktivoi aivot. Viitattu 8.3.2015. [http://www.aivosaatio.fi/modules/Tiedostot/open.php?cat=21&file=%2FAivosaviikko%202012%3A%20Aivot%20ja%20musiikki%20Tanssivat%20aivos%20KU\\_prof\\_Sams.pdf](http://www.aivosaatio.fi/modules/Tiedostot/open.php?cat=21&file=%2FAivosaviikko%202012%3A%20Aivot%20ja%20musiikki%20Tanssivat%20aivos%20KU_prof_Sams.pdf)

Taanila, A. 2013. IBM SPSS Statistics 21. Viitattu 24.4.2015. <http://my.haaga-helia.fi/~taaak/k/spss19.pdf>

Terveydenhuoltolaki 30.12.2010/1326. Viitattu 18.3.2015. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326>

Terveys 2015 - kansanterveysohjelman väliarviointi. 2013. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistiota 2012:4. Sosiaali- ja terveysministeriö. Helsinki. Viitattu 27.2.2015. [http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=6511574&name=DLFE-26108.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=6511574&name=DLFE-26108.pdf)

Terveyttä ja hyvinvointia kuntalaisille (ATH). n.d. Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. Viitattu 26.2.2015. <http://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/vaestotutkimukset/ath-terveytta-ja-hyvinvointia-kuntalaisille>

Tulosraportti 2010-2011. Alueellinen terveys- ja hyvinvointitutkimus ATH. Viitattu 25.3.2015. <http://www.terveytemme.fi/ath/tulokset/hyvinvointi.html>

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2009. <http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/eettisetperiaatteet.pdf>

Vilka, H. 2007. Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet. Gummerus. Jyväskylä.

Williamson, Victoria. 2014. You are the music. How music reveals what it means to be human. Icon books ltd. London.

## LIITTEET

Liite 1(2): Jos välitän - konsertin kyselylomake

Liite 2(2): Jos välitän - konsertin seurantakyselylomake

Liite 3(1): Jos välitän - konserttiesite/-ohjelma

Liite 4(3): Otteita ATH-tutkimuksen tuloksista

Liite 5(8): Yhden muuttujan analyysi

Liite 6(16): Kahden muuttujan analyysi

## Liite 1. 1 Kysely



Arvoisa Jos välitän -konserttiin osallistuja!

Tämän palautelomakkeen tavoitteena on saada tietoa siitä, miten konserttikokemus on vaikuttanut Sinun ajatuksiisi oman terveytesi merkityksestä ja terveystyöskäytymiseesi.

Tämä tutkimus on kaksiosainen. Tämä ensimmäinen kyselylomake täytetään heti konsertin jälkeen ja toinen kyselylomake lähetetään Sinulle kotiin noin puolen vuoden kuluttua konsertista. Osoitetiedot sitä varten kerätään erikseen. Tiedot eivät tule ilmi tutkimuksessa.

Kyselyyn vastataan nimettömänä. Nimesi ja henkilöllisyytesi eivät tule ilmi tutkimuksen missään vaiheessa.

Vastaaminen kestää noin 15 minuuttia. Palautteenanto on Sinulle vapaaehtoista.

Palautteesi on tärkeää, sillä sen avulla konserttia voidaan kehittää edelleen.

Lämmin kiitos palautteestasi!

Valitse Sinulle sopivin vaihtoehto ympyröimällä vastauksesi. Lomakkeen lopussa avoimia kysymyksiä, joihin voit vastata omin sanoin. Tarvittaessa voit jatkaa vastauksiasi lomakkeen kääntöpuolelle.

**1. Ikä** \_\_\_\_

**2. Sukupuoli**

1 Mies

2 Nainen

**3. Koulutustausta**

1 Perus-, keski-, kansakoulu

2 Ammattikoulu

3 Ylioppilas

4 Opistotaso

5 Ammattikorkeakoulu

6 Yliopisto

**4. Asuinpaikkakunta** \_\_\_\_\_

**5. Äidinkieli**

1 Suomi

2 Ruotsi

3 Jokin muu, mikä? \_\_\_\_\_

Vastaa seuraavin väittämiin ympäröimällä yksi sopiva vaihtoehto.

Vaihtoehto 1 tarkoittaa Täysin eri mieltä, 2 Osittain eri mieltä, 3 Ei samaa eikä eri mieltä, 4 Osittain samaa mieltä, 5 Täysin samaa mieltä

6. Välipuheissa oli riittävästi tietoa.	1	2	3	4	5
7. Terveysviestit tulivat hyvin esille.	1	2	3	4	5
8. Konserttikokonaisuus oli onnistunut.	1	2	3	4	5
9. Konsertti sai minut miettimään elintapojani.	1	2	3	4	5
10. Konsertti herätti ajatuksia työssä jaksamiseen liittyen.	1	2	3	4	5
11. Konsertti ei herättänyt minussa huolta terveydestäni.	1	2	3	4	5
12. ATH-aineiston tiedot olivat mielenkiintoisia.	1	2	3	4	5
13. Konsertti auttoi minua tiedostamaan terveyteeni vaikuttavia uhkakuvia.	1	2	3	4	5
14. Konsertin jälkeen koen vahvemmin, että voin vaikuttaa omaan terveyteeni.	1	2	3	4	5
15. Konsertti herätti minussa huolta läheiseni terveydestä.	1	2	3	4	5
16. Konsertti herätti minussa ajatuksia elämän rajallisuudesta	1	2	3	4	5
17. Uskon, että konsertista on apua vaikeiden asioiden kohtaamisessa.	1	2	3	4	5
18. Vaikeita asioita lähestyttiin sopivalla tavalla.	1	2	3	4	5
19. Olen konsertin jälkeen valmiimpi tekemään tarvitsemiani muutoksia elämässäni.	1	2	3	4	5
20. Uskon että konsertista on apua omien vahvuuksien löytämisessä.	1	2	3	4	5
21. Konsertti herätti minussa muutoshalua.	1	2	3	4	5
22. Konsertti vahvisti tunnetta ainutkertaisuudestani.	1	2	3	4	5
23. Arvostan elämäni enemmän kuin ennen konserttia.	1	2	3	4	5

## Liite 2. Seurantakysely



Arvoisa keskeinen konserttien esimies.

Tämän palautelomakkeen tavoitteena on saada tietoa siitä, miten konserttikokemus on vaikuttanut Sinun ajatuksiisi oman terveytesi merkityksestä ja terveystietoisuudesta.

Tämä tutkimus on kaksiosainen. Täytit ensimmäisen kyselylomakkeen heti konsertin jälkeen. Nyt on kulunut noin puoli vuotta konsertista ja Sinulla on mahdollisuus täyttää tämä toinen lomake, jonka voit palauttaa oheisessa palautuskuoressa. Postimaksu on maksettu.

Kyselyyn vastataan nimettömänä. Nimesi ja henkilöllisyytesi eivät tule ilmi tutkimuksen missään vaiheessa.

Vastaaminen kestää noin 15 minuuttia. Palautteenanto on Sinulle vapaaehtoista.

Palautteesi on tärkeää, sillä sen avulla konserttia voidaan kehittää edelleen.

Lämmin kiitos palautteestasi!

Valitse Sinulle sopivin vaihtoehto ympyröimällä vastauksesi. Lomake sisältää myös avoimia kysymyksiä, joihin voit vastata omin sanoin. Tarvittaessa voit jatkaa vastauksiasi lomakkeen kääntöpuolelle.

**1. Ikä** \_\_\_\_

**2. Sukupuoli**

1 Mies

2 Nainen

**3. Koulutustausta**

1 Perus-, keski-, kansakoulu

2 Ammattikoulu

3 Ylioppilas

4 Opistotaso

5 Ammattikorkeakoulu

6 Yliopisto

**4. Asuinpaikkakunta** \_\_\_\_\_

**5. Äidinkieli**

1 Suomi

2 Ruotsi

3 Jokin muu, mikä? \_\_\_\_\_

**6. Olen konsertin jälkeen kiinnittänyt enemmän huomiota hyvinvointiini.**



- 1 Täysin eri mieltä
- 2 Osittain eri mieltä
- 3 Ei samaa eikä eri mieltä
- 4 Osittain samaa mieltä
- 5 Täysin samaa mieltä

**7. Elintapani ovat parantuneet konsertin jälkeen.**

- 1 Täysin eri mieltä
- 2 Osittain eri mieltä
- 3 Ei samaa eikä eri mieltä
- 4 Osittain samaa mieltä
- 5 Täysin samaa mieltä

**8. Miten olet muuttanut elintapojasi?**

---

---

**9. Olen pystynyt tekemään haluamiani muutoksia elämäni.**

- 1 Täysin eri mieltä
- 2 Osittain eri mieltä
- 3 Ei samaa eikä eri mieltä
- 4 Osittain samaa mieltä
- 5 Täysin samaa mieltä

**10. Jos et ole pystynyt, niin mikä siihen on vaikuttanut?**

---

---

**11. Konserttiin osallistumisella on ollut minulle henkilökohtaista merkitystä.**

- 1 Täysin eri mieltä
- 2 Osittain eri mieltä
- 3 Ei samaa eikä eri mieltä
- 4 Osittain samaa mieltä
- 5 Täysin samaa mieltä

**12. Minkä koet tärkeimmäksi viestiksi, jonka sait konsertista?**

---

---

## Liite 3. Konserttiesite /-ohjelma

Jos välitän, niin miksi en mitään tee.  
Onko elämä mulle tyhjää aikaa vaan?

Jos arvostan yhtään elämää,  
miksi antaisin siitä hetkiä pois?

**JOS VÄLITÄN** - Konserttitapahtuma  
**HANNELE PARTANEN & Bändi**

**KIERTUEPAIKKAKUNTINA**  
Kevät 2014 Ristijärvi, Kajaani, Paltamo  
Syksy 2014 Sotkano, Kutno, Suomussalmi ja Hyrynsalmi

Suunnattu aikuisille  
Vapaa pääsy / kahvitarjoilu

BÄNDI // Elin Viigren/Laura Pulkka  
Sanna-Kaisa Ruoppa - Ismo Vänskä

KAJAHIN RAAMATTUJEN ANKKELI  
RAAMATTUJEN ANKKELI

Kainuun sote

Opetus- ja kulttuuriministeriö

Ulkörsnings- och kulturministeriet

Päiväni\*

Enemmän kuin eilinen tai huominen

Uusi elämä

Kun olet poissa

Toivo\*

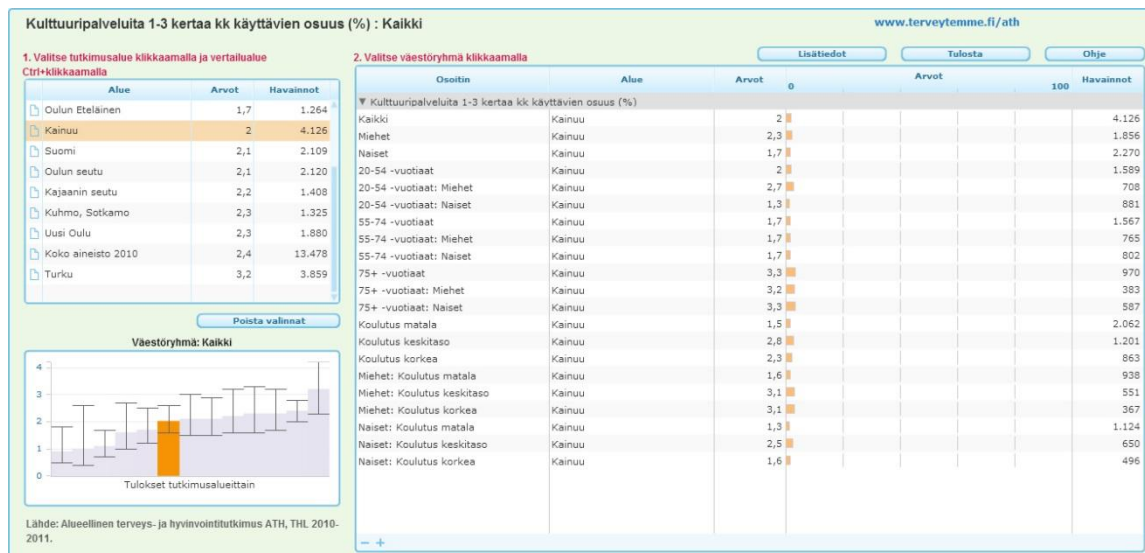
Vahva ja Rohkea

Jos välitän

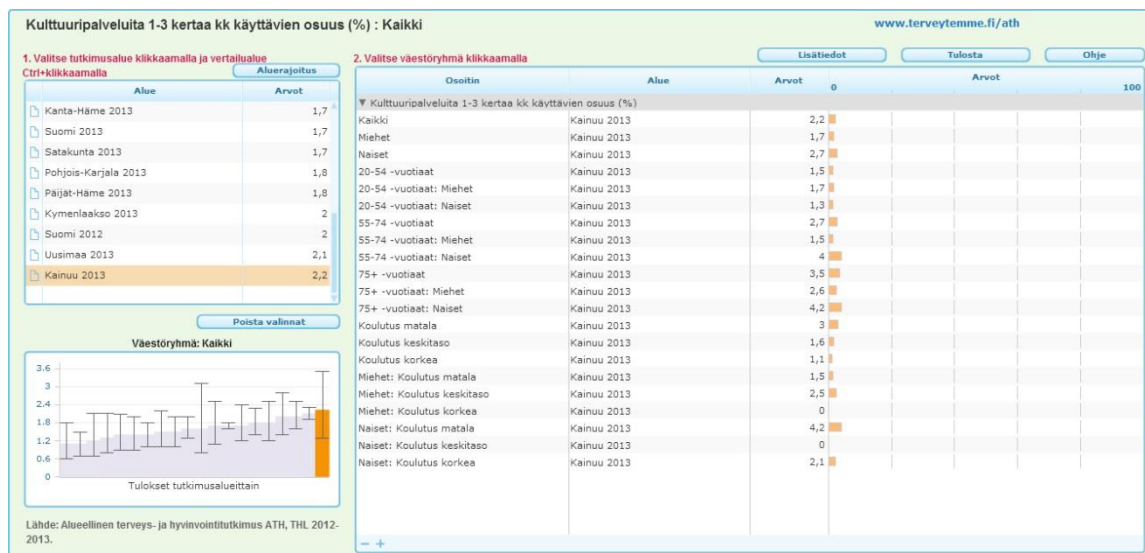
Muunnelma laulun Enemmän kuin  
eilinen tai huominen teemasta\*

Sanoitukset ja sävellykset: Hannele Partanen  
Sovitukset: Hannele Partanen & Bändi  
\*Sovitukset: Hannele Partanen

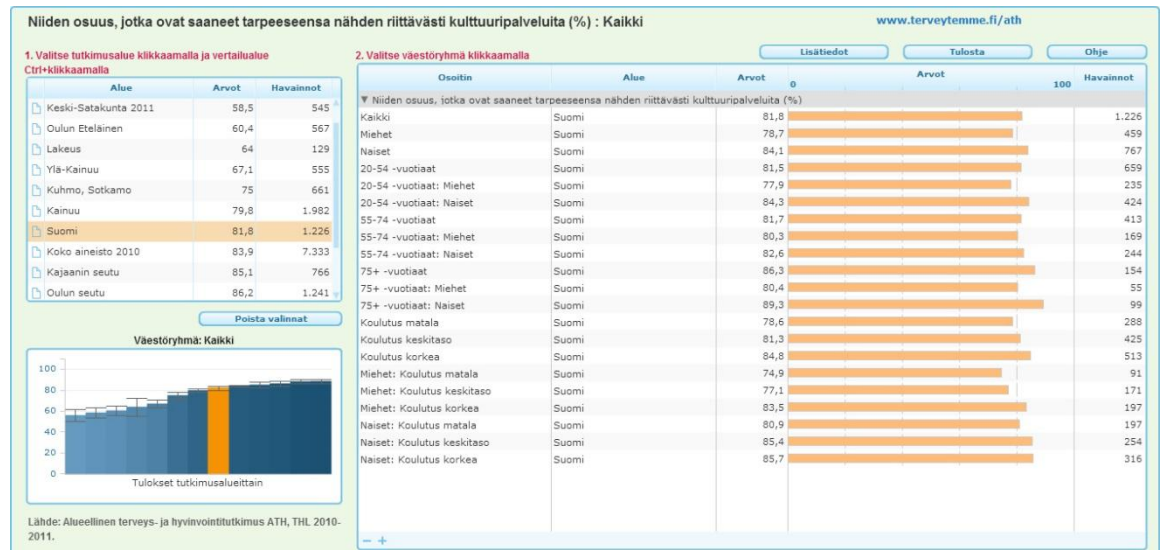
Taulukko 1. Kulttuuripalveluiden käyttö 1- 3 kertaa kuukaudessa v. 2010



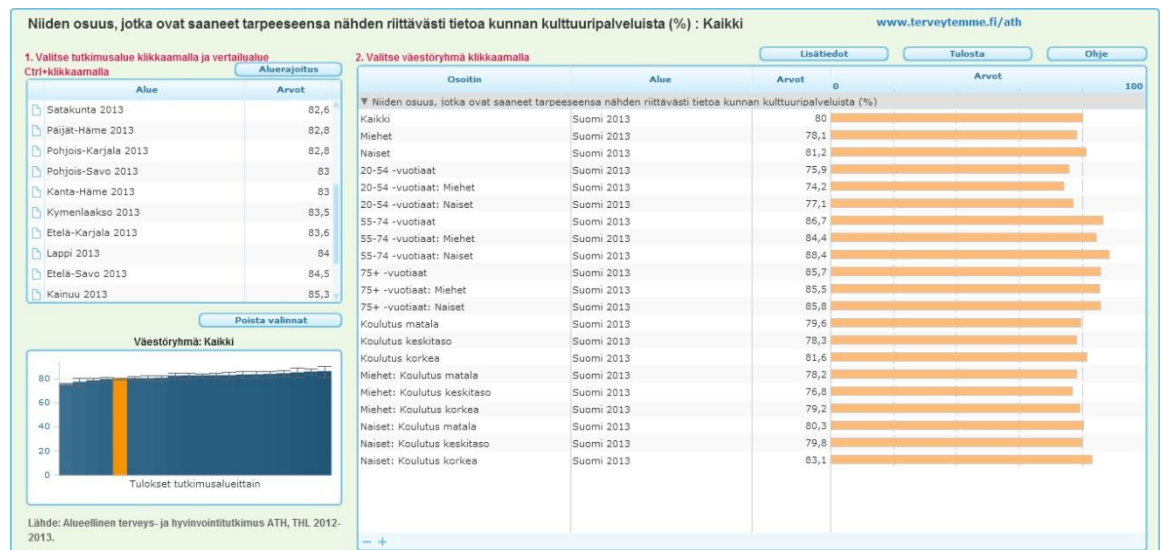
Taulukko 2. Kulttuuripalveluiden käyttö 1- 3 kertaa kuukaudessa v. 2013



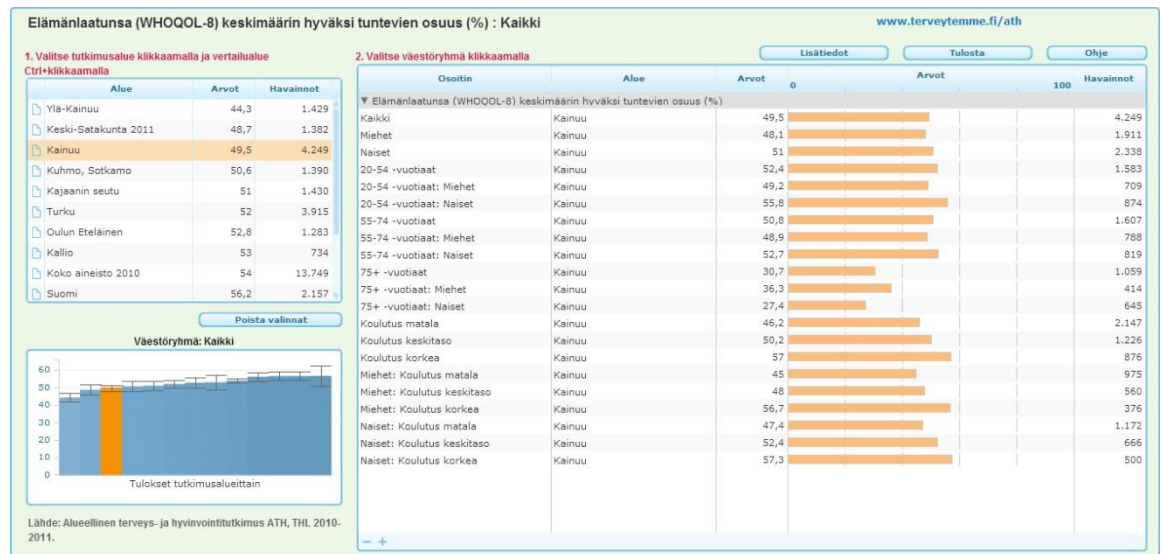
Taulukko 3. Niiden osuus, jotka ovat saaneet riittävästi tietoa tarpeeseensa nähden kunnan kulttuuripalveluista 2010



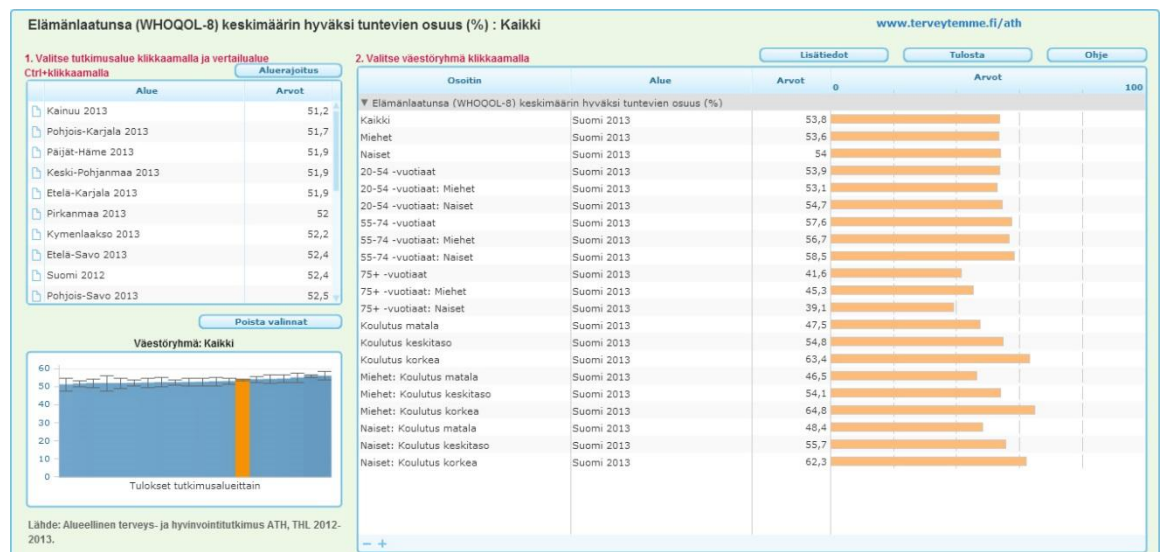
Taulukko 4. Niiden osuus, jotka ovat saaneet riittävästi tietoa tarpeeseensa nähden kunnan kulttuuripalveluista 2013



Taulukko 5. Elämänlaatunsa keskimäärin hyväksi tuntevien osuus v. 2010



Taulukko 6. Elämänlaatunsa keskimäärin hyväksi tuntevien osuus v. 2013



(Kaikkonen, Murto, Pentala, Koskela, Virtala, Härkänen, Koskenniemi, Ahonen, Vartiainen & Koskinen. 2014. Alueellisen terveys- ja hyvinvointitutkimuksen perustulokset 2010 – 2014.)

**JOS VÄLITÄN- KONSERTTIEN  
MÄÄRÄLLISEN TUTKIMUKSEN AINEISTOA**

**YHDEN MUUTTUJAN ANALYYSI - KEVÄÄN ASENNEVÄITTÄMÄT**

Taulukko 12. **Välipuheissa oli riittävästi tietoa.**

Lomake 1, kysymys no. 6:

	Vastaajia	% vastaajista	korjattu %
Täysin eri mieltä	2	1,8	1,8
Osittain eri mieltä	3	2,6	2,7
Ei samaa eikä eri mieltä	7	6,1	6,2
Osittain samaa mieltä	26	22,8	23
Täysin samaa mieltä	75	65,8	66,4
Yht.	113	99,1	100
Puuttuu	1	0,9	
Yht.	114	100	

Taulukko 13. **Terveysviestit tulivat hyvin esille.**

Lomake 1, kysymys no. 7:

	Vastaajia	% vastaajista	korjattu %
Täysin eri mieltä	1	0,9	0,9
Ei samaa eikä eri mieltä	4	3,5	3,5
Osittain samaa mieltä	42	36,8	36,8
Täysin samaa mieltä	67	58,8	58,8
Yht.	114	100	100

Taulukko 14. **Konserttikokonaisuus oli onnistunut.**

Lomake 1, kysymys no. 8:

	Vastaajia	% vastaajista	korjattu %
Täysin eri mieltä	1	0,9	0,9
Osittain eri mieltä	1	0,9	0,9
Ei samaa eikä eri mieltä	2	1,8	1,8
Osittain samaa mieltä	19	16,7	16,7
Täysin samaa mieltä	91	79,8	79,8
Yht.	114	100	100

Taulukko 15. **Konsertti sai minut miettimään elintapojani.**

Lomake 1, kysymys no. 9:

	Vastaajia	% vastaajista	korjattu %
Täysin eri mieltä	1	0,9	0,9
Osittain eri mieltä	4	3,5	3,5
Ei samaa eikä eri mieltä	19	16,7	16,7
Osittain samaa mieltä	51	44,7	44,7
Täysin samaa mieltä	39	34,2	34,2
Yht.	114	100	100

Taulukko 16. **Konsertti herätti ajatuksia työssä jaksamiseen liittyen.**

Lomake 1, kysymys no. 10:

	Vastaajia	% vastaajista	korjattu %
Täysin eri mieltä	3	2,6	2,8
Osittain eri mieltä	7	6,1	6,6
Ei samaa eikä eri mieltä	34	29,8	32,1
Osittain samaa mieltä	40	35,1	37,7
Täysin samaa mieltä	22	19,3	20,8
Yht.	106	93	100
Puuttuu	8	7	
Yht.	114	100	

Taulukko 17. **Konsertti ei herättänyt minussa huolta terveydestäni.**

Lomake 1, kysymys no. 11:

	Vastaajia	% vastaajista	korjattu %
Täysin eri mieltä	47	41,2	41,6
Osittain eri mieltä	20	17,5	17,7
Ei samaa eikä eri mieltä	19	16,7	16,8
Osittain samaa mieltä	16	14	14,2
Täysin samaa mieltä	11	9,6	9,7
<b>Yht.</b>	<b>113</b>	<b>99,1</b>	<b>100</b>
Puuttuu	1	0,9	
Yht.	114	100	

Taulukko 18. **ATH-aineiston tiedot olivat mielenkiintoisia.**

Lomake 1, kysymys no. 12:

	Vastaajia	% vastaajista	korjattu %
Täysin eri mieltä	1	0,9	0,9
Osittain eri mieltä	5	4,4	4,4
Ei samaa eikä eri mieltä	22	19,3	19,3
Osittain samaa mieltä	57	50	50
Täysin samaa mieltä	29	25,4	25,4
Yht.	114	100	100

Taulukko 19. **Konsertti auttoi minua tiedostamaan terveyteeni vaikuttavia uhkakuvia.**

Lomake 1, kysymys no. 13:

	Vastaajia	% vastaajista	korjattu %
Täysin eri mieltä	2	1,8	1,8
Osittain eri mieltä	5	4,4	4,4
Ei samaa eikä eri mieltä	23	20,2	20,2
Osittain samaa mieltä	47	41,2	41,2
Täysin samaa mieltä	37	32,5	32,5
Yht.	114	100	100

Taulukko 20. **Konsertin jälkeen koin vahvemmin, että voin vaikuttaa omaan terveyteeni.**

Lomake 1, kysymys no. 14:

	Vastaajia	% vastaajista	korjattu %
Täysin eri mieltä	2	1,8	1,8
Osittain eri mieltä	3	2,6	2,6
Ei samaa eikä eri mieltä	18	15,8	15,8
Osittain samaa mieltä	50	43,9	43,9
Täysin samaa mieltä	41	36	36
Yht.	114	100	100



Taulukko 21. **Konsertti herätti minussa huolta läheisteni terveydestä.**

Lomake 1, kysymys no. 15:

	Vastaajia	% vastaajista	korjattu %
Täysin eri mieltä	5	4,4	4,5
Osittain eri mieltä	5	4,4	4,5
Ei samaa eikä eri mieltä	18	15,8	16,4
Osittain samaa mieltä	45	39,5	40,9
Täysin samaa mieltä	37	32,5	33,6
<b>Yht.</b>	<b>110</b>	<b>96,5</b>	<b>100</b>
Puuttuu	4	3,5	
Yht.	114	100	

Taulukko 22. **Konsertti herätti minussa ajatuksia elämän rajallisuudesta**

Lomake 1, kysymys no. 16:

	Vastaajia	% vastaajista	korjattu %
Täysin eri mieltä	1	0,9	0,9
Osittain eri mieltä	3	2,6	2,8
Ei samaa eikä eri mieltä	2	1,8	1,8
Osittain samaa mieltä	50	43,9	45,9
Täysin samaa mieltä	53	46,5	48,6
<b>Yht</b>	<b>109</b>	<b>95,6</b>	<b>100</b>
Puuttuu	5	4,4	
Yht	114	100	

Taulukko 23. **Uskon, että konsertista on apua vaikeiden asioiden kohtaamisessa**

Lomake 1, kysymys no. 17:

	Vastaajia	% vastaajista	korjattu %
Täysin eri mieltä	1	0,9	0,9
Osittain eri mieltä	1	0,9	0,9
Ei samaa eikä eri mieltä	20	17,5	18
Osittain samaa mieltä	58	50,9	52,3
Täysin samaa mieltä	31	27,2	27,9
<b>Total</b>	<b>111</b>	<b>97,4</b>	<b>100</b>
System	3	2,6	
	114	100	

Taulukko 24. **Vaikeita asioita lähestyttiin sopivalla tavalla**  
Lomake 1, kysymys no. 18:

	Vastaajia	% vastaajista	korjattu %
Täysin eri mieltä	1	0,9	0,9
Osittain eri mieltä	2	1,8	1,8
Ei samaa eikä eri mieltä	9	7,9	8,2
Osittain samaa mieltä	31	27,2	28,2
Täysin samaa mieltä	67	58,8	60,9
<b>Yht</b>	<b>110</b>	<b>96,5</b>	<b>100</b>
Puuttuu	4	3,5	
Yht	114	100	

Taulukko 25. **Olen konsertin jälkeen valmis tekemään tarvitsemiani muutoksia elämänsäni**

Lomake 1, kysymys no. 19:

	Vastaajia	% vastaajista	korjattu %
Täysin eri mieltä	2	1,8	1,9
Osittain eri mieltä	9	7,9	8,3
Ei samaa eikä eri mieltä	30	26,3	27,8
Osittain samaa mieltä	44	38,6	40,7
Täysin samaa mieltä	23	20,2	21,3
<b>Yht</b>	<b>108</b>	<b>94,7</b>	<b>100</b>
Puuttuu	6	5,3	
Yht	114	100	

Taulukko 26. **Uskon, että konsertista on apua omien vahvuuksien löytämisessä**  
Lomake 1, kysymys no. 20:

	Vastaajia	% vastaajista	korjattu %
Osittain eri mieltä	3	2,6	2,8
Ei samaa eikä eri mieltä	33	28,9	30,3
Osittain samaa mieltä	43	37,7	39,4
Täysin samaa mieltä	30	26,3	27,5
<b>Yht</b>	<b>109</b>	<b>95,6</b>	<b>100</b>
Puuttuu	5	4,4	
Yht	114	100	

Taulukko 27. **Konsertti herätti minussa muutoshalua**  
Lomake 1, kysymys no. 21:

	Vastaajia	% vastaajista	korjattu %
Täysin eri mieltä	1	0,9	0,9
Osittain eri mieltä	8	7	7,5
Ei samaa eikä eri mieltä	22	19,3	20,8
Osittain samaa mieltä	47	41,2	44,3
Täysin samaa mieltä	28	24,6	26,4
<b>Yht</b>	<b>106</b>	<b>93</b>	<b>100</b>
Puuttuu	8	7	
Yht	114	100	

Taulukko 28. **Konsertti vahvisti tunnetta ainutkertaisuudestani**  
Lomake 1, kysymys no. 22:

	Vastaajia	% vastaajista	korjattu %
Täysin eri mieltä	1	0,9	0,9
Osittain eri mieltä	4	3,5	3,6
Ei samaa eikä eri mieltä	11	9,6	9,9
Osittain samaa mieltä	33	28,9	29,7
Täysin samaa mieltä	62	54,4	55,9
<b>Yht</b>	<b>111</b>	<b>97,4</b>	<b>100</b>
Puuttuu	3	2,6	
Yht	114	100	

Taulukko 29. **Arvostan elämäni enemmän kuin ennen konserttia**  
Lomake 1, kysymys no. 23:

	Vastaajia	% vastaajista	korjattu %
Täysin eri mieltä	5	4,4	4,5
Osittain eri mieltä	4	3,5	3,6
Ei samaa eikä eri mieltä	24	21,1	21,6
Osittain samaa mieltä	43	37,7	38,7
Täysin samaa mieltä	35	30,7	31,5
<b>Yht</b>	<b>111</b>	<b>97,4</b>	<b>100</b>
Puuttuu	3	2,6	
Yht	114	100	

## YHDEN MUUTTUJAN ANALYYSI - SYKSYN ASENNEVÄITTÄMÄT

Taulukko 30. **Olen konsertin jälkeen kiinnittänyt enemmän huomiota hyvinvointiini**  
Lomake 2, kysymys no. 6:

	Vastaajia	% vastaajista	korjattu %
Täysin eri mieltä	1	2,5	2,5
Osittain eri mieltä	2	5	5
Ei samaa eikä eri mieltä	11	27,5	27,5
Osittain samaa mieltä	20	50	50
Täysin samaa mieltä	6	15	15
Yht	40	100	100

Taulukko 31. **Elintapani ovat parantuneet konsertin jälkeen**  
Lomake 2, kysymys no. 7:

	Vastaajia	% vastaajista	korjattu %
Täysin eri mieltä	2	5	5
Osittain eri mieltä	2	5	5
Ei samaa eikä eri mieltä	15	37,5	37,5
Osittain samaa mieltä	17	42,5	42,5
Täysin samaa mieltä	4	10	10
Yht	40	100	100

Taulukko 32. **Olen pystynyt tekemään haluamiani muutoksia elämäni**  
Lomake 2, kysymys no. 9:

	Vastaajia	% vastaajista	korjattu %
Täysin eri mieltä	1	2,5	2,6
Osittain eri mieltä	2	5	5,1
Ei samaa eikä eri mieltä	8	20	20,5
Osittain samaa mieltä	24	60	61,5
Täysin samaa mieltä	4	10	10,3
Yht	39	97,5	100
Puuttuu	1	2,5	
Yht	40	100	

Taulukko 33. **Konserttiin osallistumisella on ollut minulle henkilökohtaista merkitystä**  
Lomake 2., kysymys no. 11:

	Vastaajia	% vastaajista	todellinen %
Täysin eri mieltä	2	5	5,1
Ei samaa eikä eri mieltä	5	12,5	12,8
Osittain samaa mieltä	19	47,5	48,7
Täysin samaa mieltä	13	32,5	33,3
<b>Yht</b>	39	97,5	100
Puuttuu	1	2,5	
Yht	40	100	

**JOS VÄLITÄN- KONSERTTIEN MÄÄRÄLLISEN TUTKIMUKSEN AINEISTOA**

KAHDEN MUUTTUJAN ANALYYSI.

TAUSTAMUUTTUJIIEN JA ASENNEVÄITÄMIEN RISTIINTAULUKOINNIN TU-  
LOKSIA.

 = eniten vastaajia                      = vähiten vastaajia

a-taulukot: % suhteessa luokkaansa    b-taulukot: % suhteessa kaikkiin vastanneisiin

Taulukko 34 a. **Konsertti sai minut miettimään elintapojani / Luokiteltu ikä (n=114)**  
(Lomake 1., väittämä 9.)

	Luokiteltuikä					Yht
	18-29	30-44	45-59	60-74	75-85	
Täysin eri mieltä	0 0 %	0 0 %	0 0 %	0 0 %	1 16,7 %	1 0,9 %
Osittain eri mieltä	0 0 %	0 0 %	2 5,3 %	1 2,0 %	1 16,7 %	4 3,5 %
Ei samaa eikä eri mieltä	1 11,1 %	4 33,3 %	3 7,9 %	10 20,4 %	1 16,7 %	19 16,7 %
Osittain samaa mieltä	4 44,4 %	3 25,0 %	19 50,0 %	24 49,0 %	1 16,7 %	51 44,7 %
Täysin samaa mieltä	4 44,4 %	5 41,7 %	14 36,8 %	14 28,6 %	2 33,3 %	39 34,2 %
	<b>9</b> 100,0 %	<b>12</b> 100,0 %	<b>38</b> 100,0 %	<b>49</b> 100,0 %	<b>6</b> 100,0 %	<b>114</b> 100,0 %

Taulukko 34 b. **Konsertti sai minut miettimään elintapojani / Luokiteltu ikä (n=114)**  
(Lomake 1., väittämä 9.)

	Luokiteltuikä					Yht
	18-29	30-44	45-59	60-74	75-85	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 0,9 %	1 0,9 %
Osittain eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	2 1,8 %	1 0,9 %	1 0,9 %	4 3,5 %
Ei samaa eikä eri mieltä	1 0,9 %	4 3,5 %	3 2,6 %	10 8,8 %	1 0,9 %	19 16,7 %
Osittain samaa mieltä	4 3,5 %	3 2,6 %	19 16,7 %	24 21,1 %	1 0,9 %	51 44,7 %
Täysin samaa mieltä	4 3,5 %	5 4,4 %	14 12,3 %	14 12,3 %	2 1,8 %	39 34,2 %
	<b>9</b> 7,9 %	<b>12</b> 10,5 %	<b>38</b> 33,3 %	<b>49</b> 43,0 %	<b>6</b> 5,3 %	<b>114</b> 100,0 %

Taulukko 35 a. **Konsertti sai minut miettimään elintapojani / Sukupuoli (n=114)**  
(Lomake 1., väittämä 9.)

	Sukupuoli		Yht
	Mies	Nainen	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	1 1,1 %	1 0,9 %
Osittain eri mieltä	1 4,2 %	3 3,3 %	4 3,5 %
Ei samaa eikä eri mieltä	4 16,7 %	5 16,7 %	9 16,7 %
Osittain samaa mieltä	11 45,80 %	40 44,40 %	51 44,70 %
Täysin samaa mieltä	8 33,3 %	31 34,4 %	39 34,2 %
	<b>24</b> 100,0 %	<b>90</b> 100,0 %	<b>114</b> 100,0 %

Taulukko 35 b. **Konsertti sai minut miettimään elintapojani / Sukupuoli (n=114)**  
(Lomake 1., väittämä 9.)

	Sukupuoli		Yht
	Mies	Nainen	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	1 0,9 %	1 0,9 %
Osittain eri mieltä	1 0,9 %	3 2,6 %	4 3,5 %
Ei samaa eikä eri mieltä	4 3,5 %	5 4,4 %	9 16,7 %
Osittain samaa mieltä	11 9,6 %	40 35,1 %	51 44,70 %
Täysin samaa mieltä	8 7,0 %	31 27,2 %	39 34,2 %
	<b>24</b> 21,1 %	<b>90</b> 78,9 %	<b>114</b> 100,0 %

Taulukko 36 a. **Konsertti sai minut miettimään elintapojani / Koulutustausta (n=114)**  
(Lomake 1., väittäjä 9.)

	Koulutustausta						Yht
	Perus-, keski-, kansan-	Ammatti koulu	Yli- oppilas	Opisto- taso	Ammatti korkea- koulu	Yliopist o	
Täysin eri mieltä	1	0	0	0	0	0	1
	4,5 %	0,0 %	0,0 %	0,0 %	0,0 %	0,0 %	0,9 %
Osittain eri mieltä	2	0	0	1	1	0	4
	9,1 %	0,0 %	0,0 %	3,7 %	7,1 %	0,0 %	3,5 %
Ei samaa eikä eri mieltä	3	4	2	5	0	5	19
	13,6 %	13,8 %	50,0 %	18,5 %	0,0 %	27,8 %	16,7 %
Osittain samaa mieltä	11	10	2	14	5	9	51
	50,0 %	34,5 %	50,0 %	51,9 %	35,7 %	50,0 %	44,7 %
Täysin samaa mieltä	5	15	0	7	8	4	39
	33,3 %	51,7 %	0,0 %	25,9 %	57,1 %	22,2 %	34,2 %
	<b>22</b>	<b>29</b>	<b>4</b>	<b>27</b>	<b>14</b>	<b>18</b>	<b>114</b>
	100,0 %	100,0 %	100,0 %	199,0 %	100,0 %	100,0 %	100 %

Taulukko 36 b. **Konsertti sai minut miettimään elintapojani / Koulutustausta (n=114)**  
(Lomake 1., väittäjä 9.)

	Koulutustausta						Yht
	Perus-, keski-, kansan-	Ammatti koulu	Yli- oppilas	Opisto- taso	Ammatti korkea- koulu	Yliopisto	
Täysin eri mieltä	1	0	0	0	0	0	1
	0,9 %	0,0 %	0,0 %	0,0 %	0,0 %	0,0 %	0,9 %
Osittain eri mieltä	2	0	0	1	1	0	4
	1,8 %	0,0 %	0,0 %	0,9 %	0,9 %	0,0 %	3,5 %
Ei samaa eikä eri mieltä	3	4	2	5	0	5	19
	2,6 %	3,5 %	1,8 %	4,4 %	0,0 %	4,4 %	16,7 %
Osittain samaa mieltä	11	10	2	14	5	9	51
	9,6 %	8,8 %	1,8 %	12,3 %	4,4 %	7,9 %	44,7 %
Täysin samaa mieltä	5	15	0	7	8	4	39
	4,4 %	13,2 %	0,0 %	6,1 %	7,0 %	3,5 %	34,2 %
	<b>22</b>	<b>29</b>	<b>4</b>	<b>27</b>	<b>14</b>	<b>18</b>	<b>114</b>
	19,3 %	25,4 %	3,5 %	23,7 %	12,3 %	15,8 %	100 %



Taulukko 37 a. **Konsertti sai minut miettimään elintapojani / Asuinpaikkakunta (n=109)**  
(Lomake 1., väittäjä 9.)

	Asuinpaikkakunta						
	Ristijärvi	Paltamo	Kajaani	Hyrynsalmi	Suomussalmi	Muu	Yht
Täysin eri mieltä	1 3,3 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 0,9 %
Osittain eri mieltä	2 6,7 %	1 4,5 %	1 3,3 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	4 3,7 %
Ei samaa eikä eri mieltä	2 6,7 %	5 22,7 %	8 26,7 %	0 0,0 %	1 20,0 %	2 11,1 %	18 16,5 %
Osittain samaa mieltä	13 43,3 %	9 40,9 %	7 23,3 %	2 50,0 %	3 60,0 %	14 77,8 %	48 44,0 %
Täysin samaa mieltä	12 40,0 %	7 31,8 %	14 46,7 %	2 50,0 %	1 20,0 %	2 11,1 %	38 34,9 %
	<b>30</b> 100,0 %	<b>22</b> 100 %	<b>30</b> 100 %	<b>4</b> 100 %	<b>5</b> 100 %	<b>18</b> 100 %	<b>109</b> 100 %

Taulukko 37 b. **Konsertti sai minut miettimään elintapojani / Asuinpaikkakunta (n=109)**  
(Lomake 1., väittäjä 9.)

	Ristijärvi	Paltamo	Kajaani	Hyrynsalmi	Suomussalmi	Muu	Yht
Täysin eri mieltä	1 0,9 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 0,9 %
Osittain eri mieltä	2 1,8 %	1 0,9 %	1 0,9 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	4 3,7 %
Ei samaa eikä eri mieltä	2 1,8 %	5 4,6 %	8 7,3 %	0 0,0 %	1 0,9 %	2 1,8 %	18 16,5 %
Osittain samaa mieltä	13 11,9 %	9 8,3 %	7 6,4 %	2 1,8 %	3 2,8 %	14 12,8 %	48 44,0 %
Täysin samaa mieltä	12 11,0 %	7 6,4 %	14 12,8 %	2 1,8 %	1 0,9 %	2 1,8 %	38 34,9 %
	<b>30</b> 27,5 %	<b>22</b> 20,2 %	<b>30</b> 27,5 %	<b>4</b> 3,7 %	<b>5</b> 4,6 %	<b>18</b> 16,5 %	<b>109</b> 100 %

Taulukko 38 a. **Konsertin jälkeen koin vahvemmin, että voin vaikuttaa omaan terveyteeni / Luokiteltu ikä (n=114)**  
(Lomake 1., väittämä 14.)

	Luokiteltuikä					Total
	18-29	30-44	45-59	60-74	75-85	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 2,0 %	1 16,7 %	2 1,8 %
Osittain eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	3 7,9 %	0 0,0 %	0 0,0 %	3 2,6 %
Ei samaa eikä eri mieltä	2 22,2 %	2 16,7 %	7 18,4 %	5 10,2 %	2 33,3 %	18 15,8 %
Osittain samaa mieltä	4 44,4 %	8 66,7 %	14 36,8 %	23 46,9 %	1 16,7 %	50 43,9 %
Täysin samaa mieltä	3 33,3 %	2 16,7 %	14 36,8 %	20 40,8 %	2 33,3 %	41 36,0 %
	<b>9</b> 100,0 %	<b>12</b> 100,0 %	<b>38</b> 100,0 %	<b>49</b> 100,0 %	<b>6</b> 100,0 %	<b>114</b> 100,0 %

Taulukko 38 b. **Konsertin jälkeen koin vahvemmin, että voin vaikuttaa omaan terveyteeni / Luokiteltu ikä (n=114)**  
(Lomake 1., väittämä 14.)

	Luokiteltuikä					Total
	18-29	30-44	45-59	60-74	75-85	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 0,9 %	1 0,9 %	2 1,8 %
Osittain eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	3 2,6 %	0 0,0 %	0 0,0 %	3 2,6 %
Ei samaa eikä eri mieltä	2 1,8 %	2 1,8 %	7 6,1 %	5 4,4 %	2 1,8 %	18 15,8 %
Osittain samaa mieltä	4 3,5 %	8 7,0 %	14 12,3 %	23 20,2 %	1 0,9 %	50 43,9 %
Täysin samaa mieltä	3 2,6 %	2 1,8 %	14 12,3 %	20 17,5 %	2 1,8 %	41 36,0 %
	<b>9</b> 7,9 %	<b>12</b> 10,5 %	<b>38</b> 33,3 %	<b>49</b> 43,0 %	<b>6</b> 5,3 %	<b>114</b> 100,0 %

Taulukko 39 a. **Konsertin jälkeen koin vahvemmin, että voin vaikuttaa omaan terveyteeni / Sukupuoli (n=114)**  
(Lomake 1., väittämä 14.)

	Sukupuoli		Yht
	Mies	Nainen	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	2 2,2 %	2 1,8 %
Osittain eri mieltä	0 0,0 %	3 3,3 %	3 2,6 %
Ei samaa eikä eri mieltä	4 16,7 %	14 15,6 %	18 15,8 %
Osittain samaa mieltä	12 50,0 %	38 42,2 %	50 43,9 %
Täysin samaa mieltä	8 33,3 %	33 36,7 %	41 36,0 %
	<b>24</b> 100,0 %	<b>90</b> 100,0 %	<b>114</b> 100,0 %

Taulukko 39 b. **Konsertin jälkeen koin vahvemmin, että voin vaikuttaa omaan terveyteeni / Sukupuoli (n=114)**  
(Lomake 1., väittämä 14.)

	Sukupuoli		Yht
	Mies	Nainen	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	2 1,8 %	2 1,8 %
Osittain eri mieltä	0 0,0 %	3 2,6 %	3 2,6 %
Ei samaa eikä eri mieltä	4 3,5 %	14 12,3 %	18 15,8 %
Osittain samaa mieltä	12 10,5 %	38 33,3 %	50 43,9 %
Täysin samaa mieltä	8 7,0 %	33 28,9 %	41 36,0 %
	<b>24</b> 21,1 %	<b>90</b> 78,9 %	<b>114</b> 100,0 %

Taulukko 40 a. **Konsertin jälkeen koin vahvemmin, että voin vaikuttaa omaan terveyteeni / Koulutustausta (n=114)**  
(Lomake 1., väittämä 14.)

	Koulutustausta						Yht
	Perus-, keski-, kansak.	Ammatti koulu	Yli- oppilas	Opisto- taso	Ammatti korkea koulu	Yliopist o	
Täysin eri mieltä	1 4,5 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 3,7 %	0 0,0 %	0 0,0 %	2 1,8 %
Osittain eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 3,7 %	1 7,1 %	1 5,6 %	3 2,6 %
Ei samaa eikä eri mieltä	3 13,6 %	2 6,9 %	1 25,0 %	4 14,8 %	1 7,1 %	7 38,9 %	18 15,8 %
Osittain samaa mieltä	11 50,0 %	12 41,4 %	1 25,0 %	11 40,7 %	8 57,1 %	7 38,9 %	50 43,9 %
Täysin samaa mieltä	7 31,8 %	15 51,7 %	2 50,0 %	10 37,0 %	4 28,6 %	3 16,7 %	41 36,0 %
	<b>22</b> 100,0 %	<b>29</b> 100,0 %	<b>4</b> 100,0 %	<b>27</b> 100,0 %	<b>14</b> 100,0 %	<b>18</b> 100,0 %	<b>114</b> 100,0 %

Taulukko 40 b. **Konsertin jälkeen koin vahvemmin, että voin vaikuttaa omaan terveyteeni / Koulutustausta (n=114)**  
(Lomake 1., väittämä 14.)

	Koulutustausta						Yht
	Perus-, keski-, kansak.	Ammatti koulu	Yli- oppilas	Opisto- taso	Ammatti korkea koulu	Yliopisto	
Täysin eri mieltä	1 0,9 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 0,9 %	0 0,0 %	0 0,0 %	2 1,8 %
Osittain eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 0,9 %	1 0,9 %	1 0,9 %	3 2,6 %
Ei samaa eikä eri mieltä	3 2,6 %	2 1,8 %	1 0,9 %	4 3,5 %	1 0,9 %	7 6,1 %	18 15,8 %
Osittain samaa mieltä	11 9,6 %	12 10,5 %	1 0,9 %	11 9,6 %	8 7,0 %	7 6,1 %	50 43,9 %
Täysin samaa mieltä	7 6,1 %	15 13,2 %	2 1,8 %	10 8,8 %	4 3,5 %	3 2,6 %	41 36,0 %
	<b>22</b> 19,3 %	<b>29</b> 25,4 %	<b>4</b> 3,5 %	<b>27</b> 23,7 %	<b>14</b> 12,3 %	<b>18</b> 15,8 %	<b>114</b> 100,0 %

Taulukko 41 a. **Konsertin jälkeen koin vahvemmin, että voin vaikuttaa omaan terveyteeni / Asuinpaikkakunta (n=109)**  
(Lomake 1., väittäjä 14.)

	Asuinpaikkakunta						Yht
	Ristijärvi	Paltamo	Kajaani	Hyrynsalmi	Suomussalmi	Muu	
Täysin eri mieltä	1 3,3 %	0 0,0 %	1 3,3 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	2 1,8 %
Osittain eri mieltä	2 6,7 %	0 0,0 %	1 3,3 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	3 2,6 %
Ei samaa eikä eri mieltä	6 20,0 %	4 18,2 %	2 6,7 %	0 0,0 %	1 20,0 %	4 22,2 %	17 15,8 %
Osittain samaa mieltä	9 30,0 %	13 59,1 %	13 43,3 %	3 75,0 %	2 40,0 %	7 38,9 %	47 43,9 %
Täysin samaa mieltä	12 40,0 %	5 22,7 %	13 43,3 %	1 25,0 %	2 40,0 %	7 38,9 %	40 36,0 %
	<b>30</b> 100,0 %	<b>22</b> 100,0 %	<b>30</b> 100,0 %	<b>4</b> 100,0 %	<b>5</b> 100,0 %	<b>18</b> 100,0 %	<b>109</b> 100,0 %

Taulukko 41 b. **Konsertin jälkeen koin vahvemmin, että voin vaikuttaa omaan terveyteeni / Asuinpaikkakunta (n=109)**  
(Lomake 1., väittäjä 14.)

	Asuinpaikkakunta						Yht
	Ristijärvi	Paltamo	Kajaani	Hyrynsalmi	Suomussalmi	Muu	
Täysin eri mieltä	1 0,9 %	0 0,0 %	1 0,9 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	2 1,8 %
Osittain eri mieltä	2 1,8 %	0 0,0 %	1 0,9 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	3 2,6 %
Ei samaa eikä eri mieltä	6 5,5 %	4 3,7 %	2 1,8 %	0 0,0 %	1 0,9 %	4 3,7 %	17 15,8 %
Osittain samaa mieltä	9 8,3 %	13 11,9 %	13 11,9 %	3 2,8 %	2 1,8 %	7 6,4 %	47 43,9 %
Täysin samaa mieltä	12 11,0 %	5 4,6 %	13 11,9 %	1 0,9 %	2 1,8 %	7 6,4 %	40 36,0 %
	<b>30</b> 27,5 %	<b>22</b> 20,2 %	<b>30</b> 27,5 %	<b>4</b> 3,7 %	<b>5</b> 4,6 %	<b>18</b> 16,5 %	<b>109</b> 100,0 %

Taulukko 42 a. **Olen konsertin jälkeen valmis tekemään tarvitsemiani muutoksia elämänsäni / Luokiteltu ikä (n=108)**  
(Lomake 1., väittäjä 19.)

	Luokiteltuikä					Total
	18-29	30-44	45-59	60-74	75-85	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	2 4,3 %	0 0,0 %	2 1,9 %
Osittain eri mieltä	0 0,0 %	3 25,0 %	3 8,1 %	2 4,3 %	1 33,3 %	9 8,3 %
Ei samaa eikä eri mieltä	3 33,3 %	2 16,7 %	11 29,7 %	12 25,5 %	2 66,7 %	30 27,8 %
Osittain samaa mieltä	4 44,4 %	4 33,3 %	14 37,8 %	22 46,8 %	0 0,0 %	44 40,7 %
Täysin samaa mieltä	2 22,2 %	3 25,0 %	9 24,3 %	9 19,1 %	0 0,0 %	23 21,30 %
	<b>9</b> 100,0 %	<b>12</b> 100,0 %	<b>37</b> 100,0 %	<b>47</b> 100,0 %	<b>3</b> 100,0 %	<b>108</b> 100,0 %

Taulukko 42 b. **Olen konsertin jälkeen valmis tekemään tarvitsemiani muutoksia elämänsäni / Luokiteltu ikä (n=108)**  
(Lomake 1., väittäjä 19.)

	Luokiteltuikä					Total
	18-29	30-44	45-59	60-74	75-85	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	2 1,9 %	0 0,0 %	2 1,9 %
Osittain eri mieltä	0 0,0 %	3 2,8 %	3 2,8 %	2 1,9 %	1 0,9 %	9 8,3 %
Ei samaa eikä eri mieltä	3 2,8 %	2 1,9 %	11 10,2 %	12 11,1 %	2 1,9 %	30 27,8 %
Osittain samaa mieltä	4 3,7 %	4 3,7 %	14 13,0 %	22 20,4 %	0 0,0 %	44 40,7 %
Täysin samaa mieltä	2 1,9 %	3 2,8 %	9 8,3 %	9 8,3 %	0 0,0 %	23 21,30 %
	<b>9</b> 8,3 %	<b>12</b> 11,1 %	<b>37</b> 34,3 %	<b>47</b> 43,5 %	<b>3</b> 2,8 %	<b>108</b> 100,0 %

Taulukko 43 a. **Olen konsertin jälkeen valmis tekemään tarvitsemiani muutoksia elämäsäni / Sukupuoli (n=108)**  
(Lomake 1., väittämä 19.)

	Sukupuoli		Yht
	Mies	Nainen	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	2 2,4 %	2 1,9 %
Osittain eri mieltä	3 13,0 %	6 7,1 %	9 8,3 %
Ei samaa eikä eri mieltä	5 21,7 %	25 29,4 %	30 27,8 %
Osittain samaa mieltä	11 47,8 %	33 38,8 %	44 40,7 %
Täysin samaa mieltä	4 17,4 %	19 22,4 %	23 21,3 %
	<b>23</b> 100,0 %	<b>85</b> 100,0 %	<b>108</b> 100,0 %

Taulukko 43 b. **Olen konsertin jälkeen valmis tekemään tarvitsemiani muutoksia elämäsäni / Sukupuoli (n=108)**  
(Lomake 1., väittämä 19.)

	Sukupuoli		Yht
	Mies	Nainen	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	2 1,9 %	2 1,9 %
Osittain eri mieltä	3 2,8 %	6 5,6 %	9 8,3 %
Ei samaa eikä eri mieltä	5 4,6 %	25 23,1 %	30 27,8 %
Osittain samaa mieltä	11 10,2 %	33 30,6 %	44 40,7 %
Täysin samaa mieltä	4 3,7 %	19 17,6 %	23 21,3 %
	<b>23</b> 21,3 %	<b>85</b> 78,7 %	<b>108</b> 100,0 %

Taulukko 44 a. Olen konsertin jälkeen valmis tekemään tarvitsemiani muutoksia elämässäni /Koulutustausta (n=108)

(Lomake 1., väittämä 19.)

	Koulutustausta						Yht
	Perus-, keski-, kansak.	Ammatti koulu	Yli- oppilas	Opisto- taso	Ammatti korkea koulu	Yliopist o	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	1 3,4 %	0 0,0 %	1 1,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	2 1,9 %
Osittain eri mieltä	1 5,3 %	2 6,9 %	1 25,0 %	1 4,0 %	1 7,7 %	3 16,7 %	9 8,3 %
Ei samaa eikä eri mieltä	5 26,3 %	7 24,1 %	1 25,0 %	8 32,0 %	4 30,8 %	5 27,8 %	30 27,8 %
Osittain samaa mieltä	8 42,1 %	10 34,5 %	1 25,0 %	11 44,0 %	6 46,2 %	8 44,4 %	44 40,7 %
Täysin samaa mieltä	5 26,3 %	9 31,0 %	1 25,0 %	4 16,0 %	2 15,4 %	2 11,1 %	23 21,3 %
	<b>19</b> 100,0 %	<b>29</b> 100,0 %	<b>4</b> 100,0 %	<b>25</b> 100,0 %	<b>13</b> 100,0 %	<b>18</b> 100,0 %	<b>108</b> 100,0 %

Taulukko 44 b. Olen konsertin jälkeen valmis tekemään tarvitsemiani muutoksia elämässäni /Koulutustausta (n=108)

(Lomake 1., väittämä 19.)

	Koulutustausta						Yht
	Perus-, keski-, kansak.	Ammatti koulu	Yli- oppilas	Opisto- taso	Ammatti korkea koulu	Yliopisto	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	1 0,9 %	0 0,0 %	1 0,9 %	0 0,0 %	0 0,0 %	2 1,9 %
Osittain eri mieltä	1 0,9 %	2 1,9 %	1 0,9 %	1 0,9 %	1 0,9 %	3 2,8 %	9 8,3 %
Ei samaa eikä eri mieltä	5 4,6 %	7 6,5 %	1 0,9 %	8 7,4 %	4 3,7 %	5 4,6 %	30 27,8 %
Osittain samaa mieltä	8 7,4 %	10 9,3 %	1 0,9 %	11 10,2 %	6 5,6 %	8 7,4 %	44 40,7 %
Täysin samaa mieltä	5 4,6 %	9 8,3 %	1 0,9 %	4 3,7 %	2 1,9 %	2 1,9 %	23 21,3 %
	<b>19</b> 17,6 %	<b>29</b> 26,9 %	<b>4</b> 3,7 %	<b>25</b> 23,1 %	<b>13</b> 12,0 %	<b>18</b> 16,7 %	<b>108</b> 100,0 %



Taulukko 45 a. Olen konsertin jälkeen valmis tekemään tarvitsemiani muutoksia elämässäni / Asuinpaikkakunta (n=103)

(Lomake 1., väittämä 19.)

	Asuinpaikkakunta						Yht
	Ristijärvi	Paltamo	Kajaani	Hyrynsalmi	Suomussalmi	Muu	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	1 4,5 %	1 3,6 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	2 1,9 %
Osittain eri mieltä	1 3,6 %	3 13,6 %	2 7,1 %	0 0,0 %	1 33,3 %	2 11,1 %	9 8,7 %
Ei samaa eikä eri mieltä	10 35,7 %	4 18,2 %	7 25,0 %	0 0,0 %	2 66,7 %	6 33,3 %	29 28,2 %
Osittain samaa mieltä	9 32,1 %	10 45,5 %	14 50,0 %	3 75,0 %	0 0,0 %	6 33,3 %	42 40,8 %
Täysin samaa mieltä	8 28,6 %	4 18,2 %	4 14,3 %	1 25,0 %	0 0,0 %	4 22,2 %	21 20,4 %
	<b>28</b> 100,0 %	<b>22</b> 100,0 %	<b>28</b> 100,0 %	<b>4</b> 100,0 %	<b>3</b> 100,0 %	<b>18</b> 100,0 %	<b>103</b> 100,0 %

Taulukko 45 b. Olen konsertin jälkeen valmis tekemään tarvitsemiani muutoksia elämässäni / Asuinpaikkakunta (n=103)

(Lomake 1., väittämä 19.)

	Asuinpaikkakunta						Yht
	Ristijärvi	Paltamo	Kajaani	Hyrynsalmi	Suomussalmi	Muu	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	1 1,0 %	1 1,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	2 1,9 %
Osittain eri mieltä	1 1,0 %	3 2,9 %	2 1,9 %	0 0,0 %	1 1,0 %	2 1,9 %	9 8,7 %
Ei samaa eikä eri mieltä	10 9,7 %	4 3,9 %	7 6,8 %	0 0,0 %	2 1,9 %	6 5,8 %	29 28,2 %
Osittain samaa mieltä	9 8,7 %	10 9,7 %	14 13,6 %	3 2,9 %	0 0,0 %	6 5,8 %	42 40,8 %
Täysin samaa mieltä	8 7,8 %	4 3,9 %	4 3,9 %	1 1,0 %	0 0,0 %	4 3,9 %	21 20,4 %
	<b>28</b> 27,2 %	<b>22</b> 21,4 %	<b>28</b> 27,2 %	<b>4</b> 3,9 %	<b>3</b> 2,9 %	<b>18</b> 17,5 %	<b>103</b> 100,0 %

Taulukko 46 a. **Arvostan elämäni enemmän kuin ennen konserttia /  
Luokitettu ikä (n=111)**  
(Lomake 1., väittämä 23.)

	Luokiteltuikä					Total
	18-29	30-44	45-59	60-74	75-85	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	1 8,3 %	2 5,4 %	1 2,1 %	1 16,7 %	5 4,5 %
Osittain eri mieltä	0 0,0 %	2 16,7 %	1 2,7 %	1 2,1 %	0 0,0 %	4 3,6 %
Ei samaa eikä eri mieltä	3 33,3 %	1 8,3 %	9 24,3 %	9 19,1 %	2 33,3 %	24 21,6 %
Osittain samaa mieltä	3 33,3 %	4 33,3 %	17 45,9 %	18 38,3 %	1 16,7 %	43 38,7 %
Täysin samaa mieltä	3 33,3 %	4 33,3 %	8 21,6 %	18 38,3 %	2 33,3 %	35 31,50 %
	<b>9</b> 100,0 %	<b>12</b> 100,0 %	<b>37</b> 100,0 %	<b>47</b> 100,0 %	<b>6</b> 100,0 %	<b>111</b> 100,0 %

Taulukko 46 b. **Arvostan elämäni enemmän kuin ennen konserttia /  
Luokitettu ikä (n=111)**  
(Lomake 1., väittämä 23.)

	Luokiteltuikä					Yht
	18-29	30-44	45-59	60-74	75-85	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	1 0,9 %	2 1,8 %	1 0,9 %	1 0,9 %	5 4,5 %
Osittain eri mieltä	0 0,0 %	2 1,8 %	1 0,9 %	1 0,9 %	0 0,0 %	4 3,6 %
Ei samaa eikä eri mieltä	3 2,7 %	1 0,9 %	9 8,1 %	9 8,1 %	2 1,8 %	24 21,6 %
Osittain samaa mieltä	3 2,7 %	4 3,6 %	17 15,3 %	18 16,2 %	1 0,9 %	43 38,7 %
Täysin samaa mieltä	3 2,7 %	4 3,6 %	8 7,2 %	18 16,2 %	2 1,8 %	35 31,50 %
	<b>9</b> 8,1 %	<b>12</b> 10,8 %	<b>37</b> 33,3 %	<b>47</b> 42,3 %	<b>6</b> 5,4 %	<b>111</b> 100,0 %

Taulukko 47. **Arvostan elämäni enemmän kuin ennen konserttia / Sukupuoli (n=111)**  
(Lomake 1., väittämä 23.)

	Sukupuoli		Total
	Mies	Nainen	
Täysin eri mieltä	2	3	5
	8,3 %	3,4 %	4,5 %
Osittain eri mieltä	0	4	4
	0,0 %	4,6 %	3,6 %
Ei samaa eikä eri mieltä	5	19	24
	20,8 %	21,8 %	21,6 %
Osittain samaa mieltä	9	34	43
	37,5 %	39,1 %	38,7 %
Täysin samaa mieltä	8	27	35
	33,3 %	31,0 %	31,5 %
	<b>24</b>	<b>87</b>	<b>111</b>
	100,0 %	100,0 %	100,0 %

Taulukko 47b. **Arvostan elämäni enemmän kuin ennen konserttia / Sukupuoli (n=111)**  
(Lomake 1., väittämä 23.)

	Sukupuoli		Yht
	Mies	Nainen	
Täysin eri mieltä	2	3	5
	1,8 %	2,7 %	4,5 %
Osittain eri mieltä	0	4	4
	0,0 %	3,6 %	3,6 %
Ei samaa eikä eri mieltä	5	19	24
	4,5 %	17,1 %	21,6 %
Osittain samaa mieltä	9	34	43
	8,1 %	30,6 %	38,7 %
Täysin samaa mieltä	8	27	35
	7,2 %	24,3 %	31,5 %
	<b>24</b>	<b>87</b>	<b>111</b>
	21,6 %	78,4 %	100,0 %

Taulukko 48 a. Arvostan elämäni enemmän kuin ennen konserttia  
/ Koulutustausta (n=111)  
(Lomake 1., väittämä 23.)

	Koulutustausta						Yht
	Perus-, keski-, kansak.	Ammatti koulu	Yli- oppilas	Opisto- taso	Ammatti korkea koulu	Yliopisto	
Täysin eri mieltä	1	1	0	1	1	1	5
	4,8 %	3,4 %	0,0 %	3,8 %	7,7 %	5,6 %	4,5 %
Osittain eri mieltä	0	1	0	1	0	2	4
	0,0 %	3,4 %	0,0 %	3,8 %	0,0 %	11,1 %	3,6 %
Ei samaa eikä eri mieltä	4	5	2	6	3	4	24
	19,0 %	17,2 %	50,0 %	23,1 %	23,1 %	22,2 %	21,6 %
Osittain samaa mieltä	11	8	1	11	6	6	43
	52,4 %	27,6 %	25,0 %	42,3 %	46,2 %	33,3 %	38,7 %
Täysin samaa mieltä	5	14	1	7	3	5	35
	23,8 %	48,3 %	25,0 %	26,9 %	23,1 %	27,8 %	31,5 %
	<b>21</b>	<b>29</b>	<b>4</b>	<b>26</b>	<b>13</b>	<b>18</b>	<b>111</b>
	100,0 %	100,0 %	100,0 %	100,0 %	100,0 %	100,0 %	100,0 %

Taulukko 48 b. Arvostan elämäni enemmän kuin ennen konserttia  
/ Koulutustausta (n=111)  
(Lomake 1., väittämä 23.)

	Koulutustausta						Yht
	Perus-, keski-, kansak.	Ammatti koulu	Yli- oppilas	Opisto- taso	Ammatti korkea koulu	Yliopisto	
Täysin eri mieltä	1	1	0	1	1	1	5
	0,9 %	0,9 %	0,0 %	0,9 %	0,9 %	0,9 %	4,5 %
Osittain eri mieltä	0	1	0	1	0	2	4
	0,0 %	0,9 %	0,0 %	0,9 %	0,0 %	1,8 %	3,6 %
Ei samaa eikä eri mieltä	4	5	2	6	3	4	24
	3,6 %	4,5 %	1,8 %	5,4 %	2,7 %	3,6 %	21,6 %
Osittain samaa mieltä	11	8	1	11	6	6	43
	9,9 %	7,2 %	0,9 %	9,9 %	5,4 %	5,4 %	38,7 %
Täysin samaa mieltä	5	14	1	7	3	5	35
	4,5 %	12,6 %	0,9 %	6,3 %	2,7 %	4,5 %	31,5 %
	<b>21</b>	<b>29</b>	<b>4</b>	<b>26</b>	<b>13</b>	<b>18</b>	<b>111</b>
	18,9 %	26,1 %	3,6 %	23,4 %	11,7 %	16,2 %	100,0 %

Taulukko 49 a. **Arvostan elämäni enemmän kuin ennen konserttia**  
**/ Asuinpaikkakunta (n=106)**  
(Lomake 1., väittämä 23.)

	Asuinpaikkakunta						Yht
	Ristijärvi	Paltamo	Kajaani	Hyryn- salmi	Suomus- salmi	Muu	
Täysin eri mieltä	2	1	2	0	0	0	5
	6,7 %	4,5 %	7,1 %	0,0 %	0,0 %	0,0 %	4,7 %
Osittain eri mieltä	0	1	1	0	2	0	4
	0,0 %	4,5 %	3,6 %	0,0 %	50,0 %	0,0 %	3,8 %
Ei samaa eikä eri mieltä	10	4	4	1	0	5	24
	33,3 %	18,2 %	14,3 %	25,0 %	0,0 %	27,8 %	22,6 %
Osittain samaa mieltä	9	8	12	2	1	8	40
	30,0 %	36,4 %	42,9 %	50,0 %	25,0 %	44,4 %	37,7 %
Täysin samaa mieltä	9	8	9	1	1	5	33
	30,0 %	36,4 %	32,1 %	25,0 %	25,0 %	27,8 %	31,1 %
	<b>30</b>	<b>22</b>	<b>28</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>18</b>	<b>106</b>
	100,0 %	100,0 %	100,0 %	100,0 %	100,0 %	100,0 %	100,0 %

Taulukko 49 b. **Arvostan elämäni enemmän kuin ennen konserttia**  
**/ Asuinpaikkakunta (n=106)**  
(Lomake 1., väittämä 23.)

	Asuinpaikkakunta						Yht
	Ristijärvi	Paltamo	Kajaani	Hyryn- salmi	Suomus- salmi	Muu	
Täysin eri mieltä	2	1	2	0	0	0	5
	1,9 %	0,9 %	1,9 %	0,0 %	0,0 %	0,0 %	4,7 %
Osittain eri mieltä	0	1	1	0	2	0	4
	0,0 %	0,9 %	0,9 %	0,0 %	1,9 %	0,0 %	3,8 %
Ei samaa eikä eri mieltä	10	4	4	1	0	5	24
	9,4 %	3,8 %	3,8 %	0,9 %	0,0 %	4,7 %	22,6 %
Osittain samaa mieltä	9	8	12	2	1	8	40
	8,5 %	7,5 %	11,3 %	1,9 %	0,9 %	7,5 %	37,7 %
Täysin samaa mieltä	9	8	9	1	1	5	33
	8,5 %	7,5 %	8,5 %	0,9 %	0,9 %	4,7 %	31,1 %
	<b>30</b>	<b>22</b>	<b>28</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>18</b>	<b>106</b>
	28,3 %	20,8 %	26,4 %	3,8 %	3,8 %	17,0 %	100,0 %

Taulukko 50 a. **Elintapani ovat parantuneet konsertin jälkeen / Luokiteltu ikä (n=40)**  
(Lomake2., väittämä 7.)

	Luokiteltu ikä					Yht
	18-29	30-44	45-59	60-74	75-85	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	2 14,3 %	0 0,0 %	0 0,0 %	2 5,0 %
Osittain eri mieltä	1 50,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 6,3 %	0 0,0 %	2 5,0 %
Ei samaa eikä eri mieltä	0 0,0 %	1 33,3 %	5 35,7 %	5 31,3 %	4 80,0 %	15 37,5 %
Osittain samaa mieltä	1 50,0 %	1 33,3 %	7 50,0 %	7 43,8 %	1 20,0 %	17 42,5 %
Täysin samaa mieltä	0 0,0 %	1 33,3 %	0 0,0 %	3 18,8 %	0 0,0 %	4 10,00 %
	<b>2</b> 100,0 %	<b>3</b> 100,0 %	<b>14</b> 100,0 %	<b>16</b> 100,0 %	<b>5</b> 100,0 %	<b>40</b> 100,0 %

Taulukko 50 b. **Elintapani ovat parantuneet konsertin jälkeen / Luokiteltu ikä (n=40)**  
(Lomake2., väittämä 7.)

	Luokiteltu ikä					Yht
	18-29	30-44	45-59	60-74	75-85	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	2 5,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	2 5,0 %
Osittain eri mieltä	1 2,5 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 2,5 %	0 0,0 %	2 5,0 %
Ei samaa eikä eri mieltä	0 0,0 %	1 2,5 %	5 12,5 %	5 12,5 %	4 10,0 %	15 37,5 %
Osittain samaa mieltä	1 2,5 %	1 2,5 %	7 17,5 %	7 17,5 %	1 2,5 %	17 42,5 %
Täysin samaa mieltä	0 0,0 %	1 2,5 %	0 0,0 %	3 7,5 %	0 0,0 %	4 10,00 %
	<b>2</b> 5,0 %	<b>3</b> 7,5 %	<b>14</b> 35,0 %	<b>16</b> 40,0 %	<b>5</b> 12,5 %	<b>40</b> 100,0 %

Taulukko 51 a. **Elintapani ovat parantuneet konsertin jälkeen / Sukupuoli (n=40)**  
(Lomake2., väittämä 7.)

	Sukupuoli		Yht
	Mies	Nainen	
Täysin eri mieltä	1 8,3 %	1 3,6 %	2 5,0 %
Osittain eri mieltä	0 0,0 %	2 7,1 %	2 5,0 %
Ei samaa eikä eri mieltä	4 33,3 %	11 39,3 %	15 37,5 %
Osittain samaa mieltä	6 50,0 %	11 39,3 %	17 42,5 %
Täysin samaa mieltä	1 8,3 %	3 10,7 %	4 10,0 %
	<b>12</b> 100,0 %	<b>28</b> 100,0 %	<b>40</b> 100,0 %

Taulukko 51 b. **Elintapani ovat parantuneet konsertin jälkeen / Sukupuoli (n=40)**  
(Lomake2., väittämä 7.)

	Sukupuoli		Yht
	Mies	Nainen	
Täysin eri mieltä	1 2,5 %	1 2,5 %	2 5,0 %
Osittain eri mieltä	0 0,0 %	2 5,0 %	2 5,0 %
Ei samaa eikä eri mieltä	4 10,0 %	11 27,5 %	15 37,5 %
Osittain samaa mieltä	6 15,0 %	11 27,5 %	17 42,5 %
Täysin samaa mieltä	1 2,5 %	3 7,5 %	4 10,0 %
	<b>12</b> 30,0 %	<b>28</b> 70,0 %	<b>40</b> 100,0 %

Taulukko 52 a. **Elintapani ovat parantuneet konsertin jälkeen / Koulutustausta (n=39)**  
(Lomake2., väittämä 7.)

	Koulutustausta						Yht
	Perus-, keski-, kansak.	Ammatti- koulu	Yli- oppilas	Opisto- taso	Ammatti- korkea- koulu	Yliopisto	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 20,0 %	1 14,3 %	2 5,1 %
Osittain eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 12,5 %	1 20,0 %	0 0,0 %	2 5,1 %
Ei samaa eikä eri mieltä	3 42,9 %	0 0,0 %	0 0,0 %	5 62,5 %	2 40,0 %	4 57,1 %	14 35,9 %
Osittain samaa mieltä	3 42,9 %	7 70,0 %	2 100,0 %	2 25,0 %	1 20,0 %	2 28,6 %	17 43,6 %
Täysin samaa mieltä	1 14,3 %	3 30,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	4 10,3 %
	<b>7</b> 100,0 %	<b>10</b> 100,0 %	<b>2</b> 100,0 %	<b>8</b> 100,0 %	<b>5</b> 100,0 %	<b>7</b> 100,0 %	<b>39</b> 100,0 %

Taulukko 52 b. **Elintapani ovat parantuneet konsertin jälkeen / Koulutustausta (n=39)**  
(Lomake2., väittämä 7.)

	Koulutustausta						Yht
	Perus-, keski-, kansak.	Ammatti- koulu	Yli- oppilas	Opisto- taso	Ammatti- korkea- koulu	Yliopisto	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 2,6 %	1 2,6 %	2 5,1 %
Osittain eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 2,6 %	1 2,6 %	0 0,0 %	2 5,1 %
Ei samaa eikä eri mieltä	3 7,7 %	0 0,0 %	0 0,0 %	5 12,8 %	2 5,1 %	4 10,3 %	14 35,9 %
Osittain samaa mieltä	3 7,7 %	7 17,9 %	2 5,1 %	2 5,1 %	1 2,6 %	2 5,1 %	17 43,6 %
Täysin samaa mieltä	1 2,6 %	3 7,7 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	4 10,3 %
	<b>7</b> 17,9 %	<b>10</b> 25,6 %	<b>2</b> 5,1 %	<b>8</b> 20,5 %	<b>5</b> 12,8 %	<b>7</b> 17,9 %	<b>39</b> 100,0 %



Taulukko 53 a. **Elintapani ovat parantuneet konsertin jälkeen /  
Asuinpaikkakunta (n=39)**  
(Lomake2., väittämä 7.)

	Asuinpaikkakunta				Yht
	Ristijärvi	Paltamo	Kajaani	Muu	
Täysin eri mieltä	2	0	0	0	2
	16,7 %	0,0 %	0,0 %	0,0 %	5,1 %
Osittain eri mieltä	0	0	2	0	2
	0,0 %	0,0 %	16,7 %	0,0 %	5,1 %
Ei samaa eikä eri mieltä	4	2	5	3	14
	33,3 %	25,0 %	41,7 %	42,9 %	35,9 %
Osittain samaa mieltä	5	5	4	3	17
	41,7 %	62,5 %	33,3 %	42,9 %	43,6 %
Täysin samaa mieltä	1	1	1	1	4
	8,3 %	12,5 %	8,3 %	14,3 %	10,3 %
	<b>12</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>7</b>	<b>39</b>
	100,0 %	100,0 %	100,0 %	100,0 %	100,0 %

Taulukko 53 b. **Elintapani ovat parantuneet konsertin jälkeen /  
Asuinpaikkakunta (n=39)**  
(Lomake2., väittämä 7.)

	Asuinpaikkakunta				Yht
	Ristijärvi	Paltamo	Kajaani	Muu	
Täysin eri mieltä	2	0	0	0	2
	5,1 %	0,0 %	0,0 %	0,0 %	5,1 %
Osittain eri mieltä	0	0	2	0	2
	0,0 %	0,0 %	5,1 %	0,0 %	5,1 %
Ei samaa eikä eri mieltä	4	2	5	3	14
	10,3 %	5,1 %	12,8 %	7,7 %	35,9 %
Osittain samaa mieltä	5	5	4	3	17
	12,8 %	12,8 %	10,3 %	7,7 %	43,6 %
Täysin samaa mieltä	1	1	1	1	4
	2,6 %	2,6 %	2,6 %	2,6 %	10,3 %
	<b>12</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>7</b>	<b>39</b>
	30,8 %	20,5 %	30,8 %	17,9 %	100,0 %

Taulukko 54 a. **Olen konsertin jälkeen kiinnittänyt enemmän huomiota hyvinvointiini / Luokiteltu ikä (n=40)**  
(Lomake 2., väittäjä 6.)

	Luokiteltuikä					Total
	18-29	30-44	45-59	60-74	75-85	
Täysin eri mieltä	0 0,00 %	0 0,00 %	1 7,10 %	0 0,00 %	0 0,00 %	1 2,50 %
Osittain eri mieltä	1 50,00 %	0 0,00 %	0 0,00 %	0 0,00 %	1 20,00 %	2 5,00 %
Ei samaa eikä eri mieltä	0 0,00 %	1 33,30 %	3 21,40 %	5 31,30 %	2 40,00 %	11 27,50 %
Osittain samaa mieltä	1 50,00 %	1 33,30 %	10 71,40 %	6 37,50 %	2 40,00 %	20 50,00 %
Täysin samaa mieltä	0 0,00 %	1 33,30 %	0 0,00 %	5 31,30 %	0 0,00 %	6 15,00 %
	<b>2</b> 100,00 %	<b>3</b> 100,00 %	<b>14</b> 100,00 %	<b>16</b> 100,00 %	<b>5</b> 100,00 %	<b>40</b> 100,00 %

Taulukko 54 b. **Olen konsertin jälkeen kiinnittänyt enemmän huomiota hyvinvointiini / Luokiteltu ikä (n=40)**  
(Lomake 2., väittäjä 6.)

	Luokiteltuikä					Total
	18-29	30-44	45-59	60-74	75-85	
Täysin eri mieltä	0 0,00 %	0 0,00 %	1 2,50 %	0 0,00 %	0 0,00 %	1 2,50 %
Osittain eri mieltä	1 2,50 %	0 0,00 %	0 0,00 %	0 0,00 %	1 2,50 %	2 5,00 %
Ei samaa eikä eri mieltä	0 0,00 %	1 2,50 %	3 7,50 %	5 12,50 %	2 5,00 %	11 27,50 %
Osittain samaa mieltä	1 2,50 %	1 2,50 %	10 25,00 %	6 15,00 %	2 5,00 %	20 50,00 %
Täysin samaa mieltä	0 0,00 %	1 2,50 %	0 0,00 %	5 12,50 %	0 0,00 %	6 15,00 %
	<b>2</b> 5,00 %	<b>3</b> 7,50 %	<b>14</b> 35,00 %	<b>16</b> 40,00 %	<b>5</b> 12,50 %	<b>40</b> 100,0 %

Taulukko 55 a. **Olen konsertin jälkeen kiinnittänyt enemmän huomiota hyvinvointiini / Sukupuoli (n=40)**  
(Lomake 2., väittäjä 6.)

	Sukupuoli		Yht
	Mies	Nainen	
Täysin eri mieltä	0 0,00 %	1 3,60 %	1 2,50 %
Osittain eri mieltä	0 0,00 %	2 7,10 %	2 5,00 %
Ei samaa eikä eri mieltä	4 33,30 %	7 25,00 %	11 27,50 %
Osittain samaa mieltä	6 50,00 %	14 50,00 %	20 50,00 %
Täysin samaa mieltä	2 16,70 %	4 14,30 %	6 15,00 %
	<b>12</b> 100,00 %	<b>28</b> 100,00 %	<b>40</b> 100,00 %

Taulukko 55 b. **Olen konsertin jälkeen kiinnittänyt enemmän huomiota hyvinvointiini / Sukupuoli (n=40)**  
(Lomake 2., väittäjä 6.)

	Sukupuoli		Yht
	Mies	Nainen	
Täysin eri mieltä	0 0,00 %	1 2,50 %	1 2,50 %
Osittain eri mieltä	0 0,00 %	2 5,00 %	2 5,00 %
Ei samaa eikä eri mieltä	4 10,00 %	7 17,50 %	11 27,50 %
Osittain samaa mieltä	6 15,00 %	14 35,00 %	20 50,00 %
Täysin samaa mieltä	2 5,00 %	4 10,00 %	6 15,00 %
	<b>12</b> 30,00 %	<b>28</b> 70,00 %	<b>40</b> 100,0 %

Taulukko 56 a. **Olen konsertin jälkeen kiinnittänyt enemmän huomiota hyvinvointiini / Koulutustausta (n=39)**  
(Lomake 2., väittäjä 6.)

	Koulutustausta						Yht
	Perus-, keski-, kansak.	Ammatti- koulu	Yli- oppilas	Opisto- taso	Ammatti- korkea- koulu	Yliopisto	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 20,0 %	0 0,0 %	1 2,6 %
Osittain eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 12,5 %	1 20,0 %	0 0,0 %	2 5,1 %
Ei samaa eikä eri mieltä	1 14,3 %	0 0,0 %	0 0,0 %	4 50,0 %	1 20,0 %	4 57,1 %	10 25,6 %
Osittain samaa mieltä	5 71,4 %	5 50,0 %	2 100,0 %	3 37,5 %	2 40,0 %	3 42,9 %	20 51,3 %
Täysin samaa mieltä	1 14,3 %	5 50,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	6 15,4 %
	<b>7</b> 100,0 %	<b>10</b> 100,0 %	<b>2</b> 100,0 %	<b>8</b> 100,0 %	<b>5</b> 100,0 %	<b>7</b> 100,0 %	<b>39</b> 100,0 %

Taulukko 56 b. **Olen konsertin jälkeen kiinnittänyt enemmän huomiota hyvinvointiini / Koulutustausta (n=39)**  
(Lomake 2., väittäjä 6.)

	Koulutustausta						Yht
	Perus-, keski-, kansak.	Ammatti- koulu	Yli- oppilas	Opisto- taso	Ammatti- korkea- koulu	Yliopisto	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 2,6 %	0 0,0 %	1 2,6 %
Osittain eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 2,6 %	1 2,6 %	0 0,0 %	2 5,1 %
Ei samaa eikä eri mieltä	1 2,6 %	0 0,0 %	0 0,0 %	4 10,3 %	1 2,6 %	4 10,3 %	10 25,6 %
Osittain samaa mieltä	5 12,8 %	5 12,8 %	2 5,1 %	3 7,7 %	2 5,1 %	3 7,7 %	20 51,3 %
Täysin samaa mieltä	1 2,6 %	5 12,8 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	6 15,4 %
	<b>7</b> 17,9 %	<b>10</b> 25,6 %	<b>2</b> 5,1 %	<b>8</b> 20,5 %	<b>5</b> 12,8 %	<b>7</b> 17,9 %	<b>39</b> 100,0 %

Taulukko 57 a. **Olen konsertin jälkeen kiinnittänyt enemmän huomiota hyvinvointiini /  
/ Asuinpaikkakunta (n=39)**  
(Lomake 2., väittämä 6.)

	Asuinpaikkakunta				Total
	Ristijärvi	Paltamo	Kajaani	Muu	
Täysin eri mieltä	1 8,30 %	0 0,00 %	0 0,00 %	0 0,00 %	1 2,60 %
Osittain eri mieltä	0 0,00 %	1 12,50 %	1 8,30 %	0 0,00 %	2 5,10 %
Ei samaa eikä eri mieltä	4 33,30 %	1 12,50 %	3 25,00 %	2 28,60 %	10 25,60 %
Osittain samaa mieltä	6 50,00 %	4 50,00 %	7 58,30 %	3 42,90 %	20 51,30 %
Täysin samaa mieltä	1 8,30 %	2 25,00 %	1 8,30 %	2 28,60 %	6 15,40 %
	<b>12</b> 100,00 %	<b>8</b> 100,00 %	<b>12</b> 100,00 %	<b>7</b> 100,00 %	<b>39</b> 100,00 %

Taulukko 57 b. **Olen konsertin jälkeen kiinnittänyt enemmän huomiota hyvinvointiini /  
/ Asuinpaikkakunta (n=39)**  
(Lomake 2., väittämä 6.)

	Asuinpaikkakunta				Total
	Ristijärvi	Paltamo	Kajaani	Muu	
Täysin eri mieltä	1 2,6 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 2,60 %
Osittain eri mieltä	0 0,0 %	1 2,6 %	1 2,6 %	0 0,0 %	2 5,10 %
Ei samaa eikä eri mieltä	4 10,3 %	1 2,6 %	3 7,7 %	2 5,1 %	10 25,60 %
Osittain samaa mieltä	6 15,4 %	4 10,3 %	7 17,9 %	3 7,7 %	20 51,30 %
Täysin samaa mieltä	1 2,6 %	2 5,1 %	1 2,6 %	2 5,1 %	6 15,40 %
	<b>12</b> 30,8 %	<b>8</b> 20,5 %	<b>12</b> 30,8 %	<b>7</b> 17,9 %	<b>39</b> 100,0 %

Taulukko 58 a. **Olen pystynyt tekemään haluamiani muutoksia elämäni**  
**/ Luokiteltu ikä (n=39)**  
(Lomake 2., väittäjä 9.)

	Luokiteltu ikä					Yht
	18-29	30-44	45-59	60-74	75-85	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	1 7,7 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 2,6 %
Osittain eri mieltä	0 0,0 %	1 33,3 %	1 7,7 %	0 0,0 %	0 0,0 %	2 5,1 %
Ei samaa eikä eri mieltä	1 50,0 %	0 0,0 %	1 7,7 %	4 25,0 %	2 40,0 %	8 20,5 %
Osittain samaa mieltä	1 50,0 %	1 33,3 %	10 76,9 %	9 56,3 %	3 60,0 %	24 61,5 %
Täysin samaa mieltä	0 0,0 %	1 33,3 %	0 0,0 %	3 18,8 %	0 0,0 %	4 10,3 %
	<b>2</b> 100,0 %	<b>3</b> 100,0 %	<b>13</b> 100,0 %	<b>16</b> 100,0 %	<b>5</b> 100,0 %	<b>39</b> 100,0 %

Taulukko 58 b. **Olen pystynyt tekemään haluamiani muutoksia elämäni**  
**/ Luokiteltu ikä (n=39)**  
(Lomake 2., väittäjä 9.)

	Luokiteltu ikä					Yht
	18-29	30-44	45-59	60-74	75-85	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	1 2,6 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 2,6 %
Osittain eri mieltä	0 0,0 %	1 2,6 %	1 2,6 %	0 0,0 %	0 0,0 %	2 5,1 %
Ei samaa eikä eri mieltä	1 2,6 %	0 0,0 %	1 2,6 %	4 10,3 %	2 5,1 %	8 20,5 %
Osittain samaa mieltä	1 2,6 %	1 2,6 %	10 25,6 %	9 23,1 %	3 7,7 %	24 61,5 %
Täysin samaa mieltä	0 0,0 %	1 2,6 %	0 0,0 %	3 7,7 %	0 0,0 %	4 10,3 %
	<b>2</b> 5,1 %	<b>3</b> 7,7 %	<b>13</b> 33,3 %	<b>16</b> 41,0 %	<b>5</b> 12,8 %	<b>39</b> 100,0 %

Taulukko 59 a. **Olen pystynyt tekemään haluamiani muutoksia elämäni /Sukupuoli (n=39)**  
(Lomake 2., väittämä 9.)

	Sukupuoli		Yht
	Mies	Nainen	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	1 3,7 %	1 2,6 %
Osittain eri mieltä	2 16,7 %	0 0,0 %	2 5,1 %
Ei samaa eikä eri mieltä	1 8,3 %	7 25,9 %	8 20,5 %
Osittain samaa mieltä	8 66,7 %	16 59,3 %	24 61,5 %
Täysin samaa mieltä	1 8,3 %	3 11,1 %	4 10,3 %
	<b>12</b> 100,0 %	<b>27</b> 100,0 %	<b>39</b> 100,0 %

Taulukko 59 b. **Olen pystynyt tekemään haluamiani muutoksia elämäni /Sukupuoli (n=39)**  
(Lomake 2., väittämä 9.)

	Sukupuoli		Yht
	Mies	Nainen	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	1 2,6 %	1 2,6 %
Osittain eri mieltä	2 5,1 %	0 0,0 %	2 5,1 %
Ei samaa eikä eri mieltä	1 2,6 %	7 17,9 %	8 20,5 %
Osittain samaa mieltä	8 20,5 %	16 41,0 %	24 61,5 %
Täysin samaa mieltä	1 2,6 %	3 7,7 %	4 10,3 %
	<b>12</b> 30,8 %	<b>27</b> 69,2 %	<b>39</b> 100,0 %

Taulukko 60 a. **Olen pystynyt tekemään haluamiani muutoksia elämäni**  
**/Koulutustausta (n=38)**  
(Lomake 2., väittäjä 9.)

	Koulutustausta						Total
	Perus-, keski-, kansak.	Ammatti- koulu	Yli- oppilas	Opisto- taso	Ammatti- korkea- koulu	Yliopisto	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	1 2,6 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 2,6 %
Osittain eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 20,0 %	1 14,3 %	2 5,3 %
Ei samaa eikä eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	3 37,5 %	2 40,0 %	2 28,6 %	7 18,4 %
Osittain samaa mieltä	5 83,3 %	6 60,0 %	2 100,0 %	5 62,5 %	2 40,0 %	4 57,1 %	24 63,2 %
Täysin samaa mieltä	1 16,7 %	3 30,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	4 10,5 %
	<b>6</b> 100,0 %	<b>10</b> 100,0 %	<b>2</b> 100,0 %	<b>8</b> 100,0 %	<b>5</b> 100,0 %	<b>7</b> 100,0 %	<b>38</b> 100,0 %

Taulukko 60 b. **Olen pystynyt tekemään haluamiani muutoksia elämäni**  
**/Koulutustausta (n=38)**  
(Lomake 2., väittäjä 9.)

	Koulutustausta						Total
	Perus-, keski-, kansak.	Ammatti- koulu	Yli- oppilas	Opisto- taso	Ammatti- korkea- koulu	Yliopisto	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	1 2,6 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 2,6 %
Osittain eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 2,6 %	1 2,6 %	2 5,3 %
Ei samaa eikä eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	3 7,9 %	2 5,3 %	2 5,3 %	7 18,4 %
Osittain samaa mieltä	5 13,2 %	6 15,8 %	2 5,3 %	5 13,2 %	2 5,3 %	4 10,5 %	24 63,2 %
Täysin samaa mieltä	1 2,6 %	3 7,9 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	4 10,5 %
	<b>6</b> 15,8 %	<b>10</b> 26,3 %	<b>2</b> 5,3 %	<b>8</b> 21,1 %	<b>5</b> 13,2 %	<b>7</b> 18,4 %	<b>38</b> 100,0 %



Taulukko 61 a. **Olen pystynyt tekemään haluamiani muutoksia elämäni / Asuinpaikkakunta (n=38)**  
(Lomake 2., väittämä 9.)

	Asuinpaikkakunta				Total
	Ristijärvi	Paltamo	Kajaani	Muu	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	1 8,3 %	0 0,0 %	1 2,6 %
Osittain eri mieltä	1 9,10 %	0 0,00 %	0 0,00 %	1 14,30 %	2 5,30 %
Ei samaa eikä eri mieltä	2 18,2 %	1 12,5 %	4 33,3 %	0 0,0 %	7 18,4 %
Osittain samaa mieltä	7 63,6 %	6 75,0 %	6 50,0 %	5 71,4 %	24 63,2 %
Täysin samaa mieltä	1 9,1 %	1 12,5 %	1 8,3 %	1 14,3 %	4 10,5 %
	<b>11</b> 100,0 %	<b>8</b> 100,0 %	<b>12</b> 100,0 %	<b>7</b> 100,0 %	<b>38</b> 100,0 %

Taulukko 61 b. **Olen pystynyt tekemään haluamiani muutoksia elämäni / Asuinpaikkakunta (n=38)**  
(Lomake 2., väittämä 9.)

	Asuinpaikkakunta				Total
	Ristijärvi	Paltamo	Kajaani	Muu	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	1 2,6 %	0 0,0 %	1 2,6 %
Osittain eri mieltä	1 2,6 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 2,6 %	2 5,30 %
Ei samaa eikä eri mieltä	2 5,3 %	1 2,6 %	4 10,5 %	0 0,0 %	7 18,4 %
Osittain samaa mieltä	7 18,4 %	6 15,8 %	6 15,8 %	5 13,2 %	24 63,2 %
Täysin samaa mieltä	1 2,6 %	1 2,6 %	1 2,6 %	1 2,6 %	4 10,5 %
	<b>11</b> 28,9 %	<b>8</b> 21,1 %	<b>12</b> 31,6 %	<b>7</b> 18,4 %	<b>38</b> 100,0 %

Taulukko 62 a. **Konserttiin osallistumisella on ollut minulle henkilökohtaista merkitystä /Luokiteltu ikä (n=39)**  
(Lomake 2., väittämä 11.)

	Luokiteltuikä					Yht
	18-29	30-44	45-59	60-74	75-85	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	2 15,4 %	0 0,0 %	0 0,0 %	2 5,1 %
Osittain eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	2 15,4 %	1 6,3 %	2 40,0 %	5 12,8 %
Ei samaa eikä eri mieltä	1 50,0 %	1 33,3 %	7 53,8 %	9 56,3 %	1 20,0 %	19 48,7 %
Osittain samaa mieltä	1 50,0 %	2 66,7 %	2 15,4 %	6 37,5 %	2 40,0 %	13 33,3 %
Täysin samaa mieltä	2 100,0 %	3 100,0 %	13 100,0 %	16 100,0 %	5 100,0 %	39 100,0 %

Taulukko 62 b. **Konserttiin osallistumisella on ollut minulle henkilökohtaista merkitystä /Luokiteltu ikä (n=39)**  
(Lomake 2., väittämä 11.)

	Luokiteltuikä					Yht
	18-29	30-44	45-59	60-74	75-85	
Täysin eri mieltä	0 0,00 %	0 0,00 %	2 5,10 %	0 0,00 %	0 0,00 %	2 5,10 %
Ei samaa eikä eri mieltä	0 0,00 %	0 0,00 %	2 5,10 %	1 2,60 %	2 5,10 %	5 12,80 %
Osittain samaa mieltä	1 2,60 %	1 2,60 %	7 17,90 %	9 23,10 %	1 2,60 %	19 48,70 %
Täysin samaa mieltä	1 2,60 %	2 5,10 %	2 5,10 %	6 15,40 %	2 5,10 %	13 33,30 %
	2 5,10 %	3 7,70 %	13 33,30 %	16 41,00 %	5 12,80 %	39 100,00 %

Taulukko 63 a. **Konserttiin osallistumisella on ollut minulle henkilökohtaista merkitystä / Sukupuoli**  
(Lomake 2., väittämä 11.)

	Sukupuoli		Yht
	Mies	Nainen	
Täysin eri mieltä	1 8,3 %	1 3,7 %	2 5,1 %
Ei samaa eikä eri mieltä	3 25,0 %	2 7,4 %	5 12,8 %
Osittain samaa mieltä	4 33,3 %	15 55,6 %	19 48,7 %
Täysin samaa mieltä	4 33,3 %	9 33,3 %	13 33,3 %
	<b>12</b> 100,0 %	<b>27</b> 100,0 %	<b>39</b> 100,0 %

Taulukko 63 b. **Konserttiin osallistumisella on ollut minulle henkilökohtaista merkitystä / Sukupuoli**  
(Lomake 2., väittämä 11.)

	Sukupuoli		Yht
	Mies	Nainen	
Täysin eri mieltä	1 2,6 %	1 2,6 %	2 5,1 %
Ei samaa eikä eri mieltä	3 7,7 %	2 5,1 %	5 12,8 %
Osittain samaa mieltä	4 10,3 %	15 38,5 %	19 48,7 %
Täysin samaa mieltä	4 10,3 %	9 23,1 %	13 33,3 %
	<b>12</b> 30,8 %	<b>27</b> 69,2 %	<b>39</b> 100,0 %

Taulukko 64 a. **Konserttiin osallistumisella on ollut minulle henkilökohtaista merkitystä /Koulutustausta (n=38)**  
(Lomake 2., väittämä 11.)

	Koulutustausta						Yht
	Perus-, keski-, kansak.	Ammatti- koulu	Yli- oppilas	Opisto- taso	Ammatti- korkea- koulu	Yliopisto	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 20,0 %	1 14,3 %	2 5,3 %
Ei samaa eikä eri mieltä	1 16,7 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 12,5 %	0 0,0 %	2 28,6 %	4 10,5 %
Osittain samaa mieltä	3 50,0 %	4 40,0 %	0 0,0 %	6 75,0 %	3 60,0 %	3 42,9 %	19 50,0 %
Täysin samaa mieltä	2 33,3 %	6 60,0 %	2 100,0 %	1 12,5 %	1 20,0 %	1 14,3 %	13 34,2 %
	<b>6</b> 100,0 %	<b>10</b> 100,0 %	<b>2</b> 100,0 %	<b>8</b> 100,0 %	<b>5</b> 100,0 %	<b>7</b> 100,0 %	<b>38</b> 100,0 %

Taulukko 64 b. **Konserttiin osallistumisella on ollut minulle henkilökohtaista merkitystä /Koulutustausta (n=38)**  
(Lomake 2., väittämä 11.)

	Koulutustausta						Yht
	Perus-, keski-, kansak.	Ammatti- koulu	Yli- oppilas	Opisto- taso	Ammatti- korkea- koulu	Yliopisto	
Täysin eri mieltä	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 2,6 %	1 2,6 %	2 5,3 %
Ei samaa eikä eri mieltä	1 2,6 %	0 0,0 %	0 0,0 %	1 2,6 %	0 0,0 %	2 5,3 %	4 10,5 %
Osittain samaa mieltä	3 7,9 %	4 10,5 %	0 0,0 %	6 15,8 %	3 7,9 %	3 7,9 %	19 50,0 %
Täysin samaa mieltä	2 5,3 %	6 15,8 %	2 5,3 %	1 2,6 %	1 2,6 %	1 2,6 %	13 34,2 %
	<b>6</b> 15,8 %	<b>10</b> 26,3 %	<b>2</b> 5,3 %	<b>8</b> 21,1 %	<b>5</b> 13,2 %	<b>7</b> 18,4 %	<b>38</b> 100,0 %

Taulukko 65 a. **Konserttiin osallistumisella on ollut minulle henkilökohtaista merkitystä /Asuinpaikkakunta (n=38)**  
(Lomake 2., väittämä 11.)

	Asuinpaikkakunta				Yht
	Ristijärvi	Paltamo	Kajaani	Muu	
Täysin eri mieltä	2 18,2 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	2 5,3 %
Ei samaa eikä eri mieltä	2 18,2 %	1 12,5 %	0 0,0 %	1 14,3 %	4 10,5 %
Osittain samaa mieltä	3 27,3 %	6 75,0 %	9 75,0 %	1 14,3 %	19 50,0 %
Täysin samaa mieltä	4 36,4 %	1 12,5 %	3 25,0 %	5 71,4 %	13 34,2 %
	<b>11</b> 100,0 %	<b>8</b> 100,0 %	<b>12</b> 100,0 %	<b>7</b> 100,0 %	<b>38</b> 100,0 %

Taulukko 65 b. **Konserttiin osallistumisella on ollut minulle henkilökohtaista merkitystä /Asuinpaikkakunta (n=38)**  
(Lomake 2., väittämä 11.)

	Asuinpaikkakunta				Yht
	Ristijärvi	Paltamo	Kajaani	Muu	
Täysin eri mieltä	2 5,3 %	0 0,0 %	0 0,0 %	0 0,0 %	2 5,3 %
Ei samaa eikä eri mieltä	2 5,3 %	1 2,6 %	0 0,0 %	1 2,6 %	4 10,5 %
Osittain samaa mieltä	3 7,9 %	6 15,8 %	9 23,7 %	1 2,6 %	19 50,0 %
Täysin samaa mieltä	4 10,5 %	1 2,6 %	3 7,9 %	5 13,2 %	13 34,2 %
	<b>11</b> 28,9 %	<b>8</b> 21,1 %	<b>12</b> 31,6 %	<b>7</b> 18,4 %	<b>38</b> 100,0 %