



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

OPINNÄYTETYÖ

IloAfo

Luova kirjoittaminen osallistamisen ja arkisen hyvinvoinnin väli-
neenä

Anu Soini

Kulttuurituotannon koulutusohjelma (240 op)

11 / 2016

HUMANISTINEN AMMATTIKORKEAKOULU

Kulttuurituotannon koulutusohjelma

TIIVISTELMÄ

Työn tekijä Anu Soini	Sivumäärä 52 ja 16 liitesivua
Työn nimi IloAfo – Luova kirjoittaminen osallistamisen ja arkisen hyvinvoinnin välineenä	
Ohjaava(t) opettaja(t) Arto Lindholm	
Työn tilaaja ja/tai työelämäohjaaja Humanistinen ammattikorkeakoulu	
Tiivistelmä Tämä opinnäytetyö on keskustelunavaus sanataiteen käyttämisestä osallistamisessa ja sitä kautta myös yksi huomio arkiseksi välineeksi yleisen hyvinvoinnin, toisin sanoen hyvän elämänlaadun ylläpitämisen työkalupakkiin. Opinnäytetyö tarjoaa valmiin, helppokäyttöisen luovan kirjoittamisen konseptin, joka soveltuu sekä organisaatioiden, että yksityishenkilöiden käyttöön. Konsepti on IloAfo-niminen (yhdistelmä sanoista ”ilo” ja ”aforismi”, ”iloa aforismeista”) ja siihen kuuluu matalan kynnyksen kirjoitusharjoituksia sekä kuvauksia siitä, miten IloAfo-konsepti on tämän opinnäytetyön puitteissa tehdyissä kokeiluissa toiminut. Työn tilaaja on Humanistinen ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyön tutkimuksellisenä näkökulmana on kokeilukulttuuri, jonka ideologiaan kuuluu rohkaista mahdollisimman pienin resurssein toteutettuihin, nopeisiin kokeiluihin. Käytännön kokeiluilla kerrytetään hiljaista tietoa, joka ei välttämättä ole tallennettu lainkaan valmiiksi teoksiksi ja näin ollen kokeilusta saadut havainnot antavat helposti ymmärrettävää ja suoraan käytäntöön sovellettavissa olevaa tietoa koetuista onnistumisista ja epäonnistumisista. Tässä opinnäytetyössä tarkastellaan kokeilukulttuurin hengessä tehtyjä kokeiluita, joiden ytimessä on luova kirjoittaminen ja kohtaamiset tämän tyyppisen kirjoituskokeilun ensikertalaisten kanssa. IloAfo – Luova kirjoittaminen osallistamisen ja arkisen hyvinvoinnin välineenä nojaa vuonna 2015 toimineeseen hankkeeseen Vetovoimaa kulttuurikeskuksiin ja erityisesti sen pilottiin nimeltä AfoPub. AfoPub-kokeilussa sanataidetta vietiin pieniin pubeihin Itä-Helsingissä ja rohkaistuneena kyseisen pilotoinnin annista syntyi tarve jatkojalostaa luovan kirjoittamisen käyttämistä osallistamisen välineenä. Koska AfoPubin yhteydessä koettiin luovan kirjoittamisen ja kokeilukulttuurin sopivan yhteen, valikoituvat kumpikin tämän opinnäytetyön ytimeksi. Tämän työn kanssa samannimiset, luovaa kirjoittamista hyödyntävät IloAfo-kokeilut tehtiin ammatillisissa oppilaitoksissa: yksi Ikaalisten käsi- ja taideteollisuusoppilaitoksessa (Ikata) ja kaksi Länsi-Uudenmaan koulutuskuntayhtymässä (Luksia). Ikatassa IloAfo-konseptia kokeilivat graafisen suunnittelun päivätoteutuksessa opiskelevat ja Luksiassa kokeilijat olivat monimuoto-opiskelijoita lähihoitajalinjalta. IloAfo-opinnäytetyö on käytännönläheinen ja kevytrakenteinen luovan kirjoittamisen työpajarakenne ihmisten osallistamiseen, joka perustelee hyödyllisyyttään koetun elämänlaadun ylläpitämisen näkökulmasta.	
Asiasanat osallistaminen, matalan kynnyksen toiminta, kokeilu, elämänlaatu, luova kirjoittaminen, sanataide, aforismit	

HUMAK UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES
Degree Programme in Cultural Management

ABSTRACT

Author Anu Soini	Number of Pages 68
Title IloAfo – Creative writing as a tool for social inclusion and everyday well-being	
Supervisor(s) Arto Lindholm	
Subscriber and/or Mentor Humak University of Applied Sciences	
Abstract The purpose of this thesis is to be a conversation opener to using creative writing as a tool for social inclusion and thought that have good influence as well in everyday well-being. This thesis offers an easy and ready to use concept which is usable both for organizations and private persons. The concept includes so called low-threshold's creative writing practices and the results of experiments with those brain-teasers. The subscriber for this thesis is Humak University of Applied Sciences. This thesis IloAfo – Creative writing as a tool for social inclusion and everyday well-being shows how that creative writing (or in general literary art) concept called IloAfo has worked in concrete level. The concept is named with a made-up word, IloAfo, which stands for Finnish words "ilo" and "aforismi", "iloa aforismeista". So IloAfo's meaning is freely translates to "joy from aphorisms". The idea of using literary art as a social inclusion tool is from Vetovoimaa kulttuurikeskuksiin -project's social inclusion experiment called AfoPub (aphorisms in a pub). The AfoPub-project is from year 2015 and the execution of that dismantled on local pubs at eastern Helsinki. Because our project team lived through the positive AfoPub-experience, need for extra try and research has arisen. Culture of an experimentation is the main investigation way in this thesis. That point of view wants to encourage doing experimentations in rapid speed and with low resources. With those quick experiments researcher receives new knowledge which is necessarily not yet deposit in books. Both success and failure gives valuable information. That new information is immediately in understandable form and easy to transfer to practice. In this thesis IloAfo-concept's experiments have been done with the aspect of culture of an experimentation in two occupational colleges. The first IloAfo was at Ikata, Ikaalinen College of Crafts and Design and the other two times at Luksia, Western Uusimaa Municipal Training and Education Consortium. At Ikata we had a group of graphic designer students and the two Luksia's groups were both of practical nurse students. The thesis IloAfo – Creative writing as a tool for social inclusion and everyday well-being is pragmatic, low-threshold and lightweight writing based concept for using in social inclusion. The thesis explains it's usefulness via offering personally supporting experiments for quality of life.	
Keywords social inclusion, low-threshold, experiment, quality of life, creative writing, literary art, aphorisms	

SISÄLLYS

1 Johdanto	5
1.2 Osallistamiskokeilu nimeltä AfoPub	6
1.3 Opinnäytetyön tavoitteet	11
1.4 IloAfo-konseptin lähtökohdat	12
2 Tietoperusta	13
2.1 Osallistaminen ja osallisuus	14
2.2 Hyvinvointi	17
2.3 Ryhmätyöskentelyn prosessi	20
3 Kokeilut eli tiedon keruu havainnoiden	22
3.1 Ikata tammikuu	25
3.2 Luksia helmikuu	29
3.3 Luksia toukokuu	32
3.4 Muut kokeilut	35
4 Tuotos: IloAfon rakenne	37
4.1 IloAfo osallistajalle ja ryhmätyöskentelyyn	38
4.2 IloAfo henkilökohtaisesti merkityksellisenä harrastuksena	40
5 Lopputulokset	42
5.1 Tutkimus- ja kehitysideat	46
LÄHTEET	49
LIITTEET	52

1 Johdanto

Aktiivinen elämäntapa, kulttuuriin liittyvä harrastuneisuus ja elinikäinen oppiminen ovat tutkitusti elinikää pidentäviä ja koettua elämänlaatua nostattavia asioita (Punnonen 2012; Hyyppä 2013). Kulttuuriharrastukset ja yleinen aktiivisuus ovat jopa niinkin hyödyllisiä hyvinvoinnille, että niin kutsuttu kulttuurin kuluttaja elää keskimäärin kahdesta kolmeen vuotta pidempään ja terveempänä kuin kulttuuriharrastuksille kintaalla viittaava (Hyyppä 2013).

Kulttuuripalveluitahan käytetään yksinkertaisesti vaikkapa menemällä tapahtumaan, kurssille, työpajaan, näyttelyyn tai esitykseen. Tämän tyyppinen perinteinen asiakkaan eli kokijan tai kävijän rooli on hyvä, mutta tarjoaa vain passiivisen vastaanottajan aseman kuluttajaosapuolelle. On nykypäivää pyytää kokijaa osallistumaan myös aktiivisesti esimerkiksi suunnittelu- tai kehittämisprosessiin, mukaan teosta tekemään, kokeilemaan näyttelyn kiertämisen lomassa aiheeseen sopivaa peliä älylaitteella ja niin edelleen. Osallistaminen on ollut suorastaan trendi viime vuosina ja etenkin kulttuurialalla (Abendstein & Lahtinen 2016). Kun tutkintoni alkuvaiheissa pääsin kuulemaan osallistamismenetelmistä, oli ensireaktioni, että tuo trendi on varmaan vain hauska, mutta ohimenevä hullutus. Se luultavasti sopii lapsille suunnattuihin kulttuuripalveluihin, ja miksei myös vauhdilla kansainvälistyvien, avoimien, rohkeiden ja ilmaisuvoimaisten nykysukupolvien jutuksi, ajattelin. Ilman syvällisempää tietoa aiheesta tällaisen introvertin ensimmäisenä mielikuvana oli, ettei jöröjukkien kansoittama maa voisi kovinkaan helposti ottaa osallistamista luontevaksi osaksi kulttuuripalveluitaan, vaan kuluttajat joutuisivat jokaisessa teatteriesityksessä pelkäämään, että tulevat poimituksi osaksi esitystä.

Epäilevä ensireaktioni osoittautui vääräksi: kyse ei ole ainoastaan kulttuuritoimijana trendikkäänä pysymisestä, vaan myös todellisen tarpeen täyttämisestä. Nyt monta kokemusta rikkaampana olen saanut lähietäisyydeltä kokea matalan kynnyksen osallistamista käytännössä ja niissä yhteyksissä esiin pulpahtaneita osallisuuden kultahippuja. Ja nyt osallistaminen, osallistuminen ja osallisuus ovat osana ammatillista identiteettiäni ja tämänkin opinnäytetyön aiheena.

Osallisuuden kokemus, se, että kuulun joukkoon, että minut huomataan, koskettaa itse asiassa aivan perustarpeitamme, sillä osallisena jostakin oleminen liittyy vahvasti yksilön sosiaalisiin tarpeisiin, yksinkertaistettuna tarpeeseen tulla kuulluksi ja hyväksytyksi yhteisön tasavertaisena jäsenenä (THL 2016a; STM 2016; Yle 2016; Lindholm 2015; Hyyppä 2013; Punnonen 2012).

Kulttuurin avulla voidaan tukea sosiaalisia tilanteita ja suhteita sekä tuoda lisää hyvään koettuun elämänlaatuun. Muun muassa Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia (Taiku) toimintaohjelman tuloksissa on todettu aktiivisen kulttuurin harrastamisen pidentävän elinajanodotetta. Taikun mukaan kulttuurin ja taiteen kautta saatavina positiivisina vaikutuksina on muun muassa lisääntynyt elämänlaatu, kuten vahvistunut itsetunto, myönteiset vaikutukset muisti- ja aivo-toimintoihin sekä sosiaalisesta pääomasta merkkinä vahvistuneet verkostot. Tässä nelivuotisessa, vuoteen 2014 asti toimineessa Taiku-hankkeessa tutkimusmenetelminä käytettiin pitkäkestoisia seurantatutkimuksia, kyselytutkimuksia sekä kliinisen lääketieteen menetelmiä. (Tesso 2016; THL 2016b.)

Osallisuuden kokemusten tukeminen kulttuurin ja taiteen keinoin voi parhaimmillaan luoda koskettamilleen ihmisille hyviä ”sivuvaikutuksia” ja olla osana mielekästä ja kokemusrikasta elämää. Tämä kulttuurialan trendiksi nimeämäni ilmiö ja ylipäättänsä taiteen ja kulttuurin keinojen käyttäminen yli alarajojen saisi puolestani juurtua paikoilleen osaksi asiakaslähtöistä ajattelutapaa. Juurista kasvakoot kohti valoa mitä moninaisimpia kokeiluita, tutkimuksia ja vakiintuneita toimintatapoja.

1.2 Osallistamiskokeilu nimeltä AfoPub

Tämä opinnäytetyö on aiempien kirjoittamista hyödyntävien toimintakokeilujen jatku-moa ja keskustelunavaus osallisuuteen sanataiteen keinoin. *IloAfo (iloa aforismeista) – Luova kirjoittaminen osallistamisen ja arkisen hyvinvoinnin välineenä* eli lyhyemmin IloAfo-opinnäytetyö on ajatus ja tutkimus siitä, voiko kirjoittamista hyödyntää matalan kynnyksen taidemuotona erilaisten ryhmien osallistamisessa sekä käytettäväksi har-rastus- ja virkistystoiminnassa.

Tämän opinnäytetyön kanssa saman nimisen, luovaa kirjoittamista hyödyntävän konseptin idea perustuu Vetovoimaa kulttuurikeskuksiin -hankkeessa vuonna 2015 pilotoituun osallistamismenetelmään, AfoPubiin. Hanke oli Opetus- ja kulttuuriministeriön tukema, Humanistisen ammattikorkeakoulun vetämä ja se tuotti tuloksikseen muun muassa teokset Ei-kävijästä osalliseksi – Osallistuminen, osallistaminen ja osallisuus kulttuurialalla ja Pubiaforismikirja (katso lähdeluettelo).

Vetovoimaa kulttuurikeskuksiin -hanke syntyi tarpeesta tutkia osallistamista ja osallisuutta. Pohdittiin, keitä ovat he, joita osallistamiskokeilun tulisi koskea. Vastaukseksi tähän täytyy esittää muutama kysymys, kuten keitä erilaiset kulttuurialan toimijat eivät oikein saa tavoitettua kävijöikseen ja mistä syystä niin kutsutut ei-kävijät eivät kulttuuri- ja taidekentän tapahtumissa käy. Entä mistä heidät tavoittaisi? Ei-kävijäksi nimetty ihmistyyppi on taustaltaan monimuotoinen. On heitä, jotka eivät kuluta kulttuuriin liittyviä palveluita, koska eivät syystä tai toisesta voi, ja heitä, joita ”ei vain nappaa”, jotka voivat suhtautua jopa kielteisesti kulttuuriin ja taiteeseen (Lindholm 2015).

Kynnyskysymykseksi osallistumiselle voi nousta esimerkiksi tapahtuman hinta tai se, että kävijälle ei ole hänen tarvitsemiaan palveluita, eli saavutettavuuteen tai esteettömyyteen liittyviä mahdollistajia. Kyseessä on kaikenlainen osallistumisen helpottaminen, jota mikä tahansa toimija voi tehdä muun muassa viestinnän ja hinnoittelun avulla, ymmärtämisen ja moniaistisuuden tukemisella eli mahdollistamalla erilaisia tapoja osallistua ja kokea sekä kiinnittämällä huomiota rakennetun ympäristön esteettömyyteen (Kulttuuria kaikille 2016). Ylipäättänsä suunnitelmallisuus ja asiakkaan näkökulman huomioiminen saavutettavuudessa on aivan avainasemassa. Terminä saavutettavuudella tarkoitetaan hyvin laajasti kaikenlaista asiakkaan kokemuksen helpottamista ja tukemista, kun taas esteettömyys-sanaa käytetään lähinnä fyysisen ympäristön kuvaamisen yhteydessä. Esteettömyyttä tukevat pyörätuolirampit, hissit, leveät kulkuväylät, itse paikan sijainti hyvien kulkuyhteyksien ja oheispalveluiden äärellä, selkeät opasteet ja niin edelleen.

Sellaiselle ei-kävijälle, joka periaatteessa voisi muttei kuitenkaan käy kuluttamassa kulttuuripalveluita, voi esteenä olla sosiaalinen saavutettavuus eli mielikuva siitä, ettei jostain syystä kuulu joukkoon tai olisi tervetullut. Hän voi vierastaa ajatusta kulttuurista ja taiteesta aiempien kokemusten vuoksi ja ajatella, ettei kuulu siihen joukkoon

joka käy katsomassa oopperaa ja balettia, koska ”korkeakulttuuri on turhaa hienostelua” tai katsomassa nykytaidetta, sillä ”sehän on ihan hölmön näköistäkin, sehän voisi olla vaikka lapsen tekemää”. (Lindholm 2015.)

Vetovoimaa kulttuurikeskuksiin -hankkeen kokeiluissa pyrittiin siis syventymään eikävijyyteen ja madaltamaan kulttuuripalveluiden osallistumiskynnystä. Kerta kaikkiaan lisätä kulttuuritoimijoiden kävijämääriä ja luoda osallisuudella hyvää. Projektitiimi päätyi olettamukseen, että pubeissa käyvät eivät juuri kulttuuria kuluta, sillä kanta-asiakkaat viettävät suuren osan vapaasta ajastaan lähibaarissansa. Mielikuva yhteiskunnasta syrjäytymisvaarassa olevien juottoloista vaati selvittämään asian laidan. Niinpä lähdettiin kokeilemaan mitä tapahtuisi, jos marssittaisiin sisään publiin ja pyydetäisiin ihmisiä mukaan johonkin juttuun. Tiimin jäseniltä tarvittiin paitsi rohkeutta heittäytyä uuteen, myös se jokin, joka olisi tarpeeksi helposti lähestyttävä ja käyttökelpoinen publiympäristössä. Syntyi ajatus sanataiteesta ja kirjoittamisesta pubissa. Tyypillisesti alkoholin kyydittämänä kirjailijat työstävät teoksiaan hämyisissä ravintoloissa, seuraillen siellä olevia hahmoja ja tutustuen ihmiskohtaloihin ja heidän elämänviisauksiinsa. Turistavaa löytyisi muistiin kirjoitettavaksi asti. Lyhyehkön runomitan kautta ajatuksemme tekstin muodosta löysi tiensä vielä kaunokirjallisuuttakin ytimekkäämpimuotoisen aforistiikan äärelle.

Aforismi on napakan mittainen mietelause tai ajatelma, joka usein on runoa lyhyempi tai lyhyenä runona näyttäytyvä teksti. Näin ollen aforismi voi olla samanaikaisesti sekä runoksi että mietelmäksi tulkittava ajatus. Aforistiikkaan kuuluu tyypillisesti suorasanaisuus, yllätyksellisyys ja padorisuus eli ivallisuus, ja useimmiten kyseinen miete keskittyy olemaan oma yksittäinen, irrallinen ajatuksensa (Hiidenmaa & Kuohukoski & Löfberg & Ruuska & Salmi 2007, 221). Niinpä me työryhmässä oletimme, että aforismeja, mietelauseita todennäköisesti löytyisi publiympäristöstä ihan valmiinakin lausahduksina, ja päätimme lähteä keräämään ne talteen.



Kuva 1. Daniel Malpica suunnitteli varsin onnistuneina pidetyt, pubimiljööseen sopivat AfoPub-tuopinaluset, joiden kääntöpuolella oli tilaa tallettaa oma mietelause.

AfoPub-konsepti oli toteuttamista vaille valmis. Jotkin meidät vastaanottavista itähel-sinkiläisistä ravintolayrityksistä olivat juuri niitä, joita Helsingin kaupunginjohtaja Jussi Pajunen esitti ajettavaksi alas (Humak 2015), sillä hänen mukaansa ostoskeskuksis-sa sijaitsevat pubit tuottavat harmia. Yhteiskuntakritiikin verso takataskussa suunta-simme tekemään havaintoja paikan päältä Kontulan, Roihuvuoren sekä Itäkeskuksen pubeista. Käytännössä jalkauduimme kirjoitusharjoituksien, monikielisen runouden ja abstrakteille tasoille sinkoilleen sellomusiikin kera näihin pienikokoisiin baareihin sa-malla tehden omalta osaltamme näkyväksi Kulttuurikeskus Stoaan Satakielikuukautta. Kirjoitimme varta vasten AfoPubille suunniteltuihin tuopinalusiin sekä paperisiin pöy-täliinoin perinteisen paperin ohella. Graafisen työn tuopinalusia ja julisteita varten AfoPubille teki runoilija ja graafinen suunnittelija Daniel Malpica.

AfoPubin myötä saimme selville, että niin kutsutut ei-kävijät eivät välttämättä ole juuri pubien asiakkaita. Ei-kävijä on pääasiassa muita kuin kulttuuririentoja suosiva tai jo-pa kielteisesti taiteen ja kulttuurin kenttään suhtautuva. Termiä ei-kävijä käytetään siten sananmukaisessa merkityksessä kulttuuripalveluiden kävijän vastakohdasta. Jalkautumisellaan neljään baariin projektitiimi tuli osoittaneeksi, että mitä vakiintu-neempi kantaporukka pubissa käy, sen suuremmalla todennäköisyydellä tiiviiksi hit-sautunut kaveripiiri uskaltaa heittäytyä melko yllättäen heille vedettyyn luovaan kirjoit-

tamiseen: osallistua siis taiteeseen liittyvään ohjelmaan. Ravintolat, joissa käydään vain pikaisesti lukemassa lehti juoman ääressä, eivät sopineet yhtä hyvin AfoPub-konseptille, sillä yhteisöllisyyttä ei samalla tavoin asiakkaiden kesken pääse synty-mään. Todennäköisesti ne todelliset ei-kävijät eivät siis ole saavutettavissa julkisista olohuoneista, vaan he pikemminkin viettävät aikaansa kotonaan. (Lindholm 2015.) Syvistä kansan riveistä on poimittavissa hioutuneita mietelauseita ja kirkkaita ajatuk-sia, ja Pubiaforismikirjaksi niistä talletettiin noin 110 omaperäisintä. Daniel Malpica vastasi myös kirjan visuaalisesta ilmeestä.

Kaksi teosta tuottaneen Vetovoima-hankkeen ja AfoPub-pilotin innostamana työryh-mä totesi, että luova kirjoittaminen ja aforistiikka sopii pubimiljööseen ja miksei mui-hinkin ”olohuoneisiin”. Varsin onnistuneeksi todettu kokeilu ansaitsi siis jäädä kasva-maan ja kehittymään entisestään ja pian se saikin jo mieluisan kutsun. AfoPub sai kokea Riihimäen ensimmäisen Taiteiden yö -tapahtuman 2.9.2016, kun Riihimäen kaupunki tilasi teemaillan Ravintola Pilettiin ihmeteltäväksi. Kuten arvata saattaa, ih-metystä uusi iltaohjelma sai kyllä aikaan. Noin 30:sta henkilöstä suurin piirtein puolet uskaltautui kokeilemaan kirjoitusharjoituksia ja illanvietto sujui kaikin puolin mallik-kaasti.

Eniten tuntui herättävän kummastusta ohjaajan habitus, sillä ikäisiäni ei kuulemma Ravintola Piletissä käy. Sain kerta toisensa jälkeen palautetta siitä, miten katsoin sil-miin keskustellessa ja miten rohkeana nähtiin naisihminen, joka yksin tulee vetämään jotakin ihan uutta ja ennen kokematonta publiin. Vuosien varrella kertyneiden yllättä-vien jutteluhetkien perusteella oletan, että otsassani on itselleni näkymätön leima ”tu-le, lähesty, minä kuuntelen”. Piletin perjantai-illassa sain kokea kaksi hyvinkin inten-siivistä hetkeä, joissa oli molemminpuolinen tunne siitä, että tämä kohtaaminen muis-tetaan pitkään. Toisen henkilön kanssa keskustelimme henkilökohtaisista aiheista niinkin syviin vesiin kahlaten, että kyynelehdimme kumpikin, ja taas toisen henkilön kanssa tunnelma oli abstraktimpi: aiheisiin lukeutui oppiminen, kylmät kädet sekä uskoakin siinä sivusimme. Tälle keikalle olisi selkeästi ollut tarvetta useammalle oh-jaajan lappua kaulassaan kantavalle, sillä yhden ihmisen on kovin kiireistä perehtyä kohtaamaan kokonainen huuruinen joukko.

AfoPub-pilotin hedelmänä kypsyi niin ikään tarve jatkojalostaa kirjoittamista osallistamisen välineenä, potentiaalin kun kokeilu jo osoitti. Samanaikaisesti heräsi myös kysymys, voisiko kirjoittamisella olla muitakin vaikutuksia. Luultavasti, onhan erilaisia taideterapian muotoja olemassa. Tämä opinnäytetyö vastaa näihin kiinnostuksen kohteisiin. Samaa, hauska kokemaani nimenmuodostusideaa käyttäen kuin AfoPubissakin, päätin valita työni ”lempinimeksi” IloAfon, iloa aforismeista. Nimi kuvaa haluani selvittää, onko aforismeista, mietelauseista eli kautta rantain ajatusten ja kokemusten sanoittamisesta kirjoittaen iloa.

1.3 Opinnäytetyön tavoitteet

Tämän opinnäytetyön tavoitteena on luoda käyttövalmis luovan kirjoittamisen työparakenne, jota voi käyttää sellaisenaan tai sitä omiin tarpeisiin muokaten. Tässä työssä esitellyllä luovan kirjoittamisen konseptilla on nimenänsä IloAfo, joka tulee sanoista iloa aforismeista. Tutkimuksellisenä lähestymistapana on käytetty kokeilukulttuuria eli kokeilun mahdollistamaa havainnointia ja palautteiden keruuta. Opinnäytetyön on tilannut Humanistinen ammattikorkeakoulu.

IloAfo-opinnäytetyö vastaa kysymykseen, onko taiteen soveltavassa käytössä juuri luova kirjoittaminen kiinnostava ja toimiva väline ihmisten osallistamiseen ja kohtaamiseen. Tavoitteena on tarjota helppokäyttöinen työkalu käytettäväksi osallistamisessa ja sitä kautta esittää yksi arkinen tapa ylläpitää hyvää elämänlaatua. Samanaikaisesti IloAfo-paketti, tämä opinnäytetyö kirjoitusharjoituksineen, on yksilötasolla ehdotus harrastemahdollisuudeksi.

Toimintamallin tavoitteena on siis hyödyttää sekä monenlaisia toimijoita yli ammattialarajojen, että IloAfo-opinnäytetyön käsiinsä saaneita yksityishenkilöitä. Organisaatioille luovan kirjoittamisen käyttäminen soveltuu erityisen hyvin esimerkiksi työhyvinvoinnin teemapäivissä käytettäväksi vaikkapa stressitunteiden purkuventtiilinä ja ryhmäyttämisen työkaluna sekä osaksi asiakastyössä tehtävää osallistamista. Henkilötasolla IloAfosta on mielen maailmaa konkretisoivaksi tueksi ja ajanvietteeksi.

1.4 IloAfo-konseptin lähtökohdat

IloAfo, iloa aforismeista, on luovan kirjoittamisen ja aforistiikan hyödyntämistä osallistamisen ja arkisen hyvinvoinnin välineenä. Arkisella hyvinvoinnilla tässä tarkoitetaan erityisesti koettua hyvinvointia, elämänlaatua. IloAfo on valmis setti matalan kynnyksen kirjoitusharjoituksia, joita voi käyttää monenlaisten ryhmien osallistamiseen ja yhteisöllisyyden luomiseen, päiväkirjamaiseksi työkaluksi ajatuksien sanoittamiseen, ristikkomaiseksi harrasteeksi aivojumppaamiseen sekä sanataiteen pariin innostamiseen.

Kyseisiä kirjoitusharjoituksia käyttämällä ja vapaasti soveltamalla niin yksityishenkilö, ryhmä kuin organisaatiokin on askeleen lähempänä yhteisöllisyyden luomista sekä psyykkisen hyvinvoinnin vaalimisen osaksi tuomista jokapäiväiseen elämään.

On hyvä huomioida, ettei IloAfossa ole kysymys taiteellisista tavoitteista eikä terapiasta. Tämä opinnäytetyö ei ole taideterapiamuoto ilman ammattilaisten kädenjälkeä, eikä kirjoittaminen itsessään toimintana ole automaattisesti terapiaa. Se ei silti sulje pois sitä, että kirjoittamisella virkistystoimintana, harrastuksena voisi olla hyvää tekeviä vaikutuksia (Mäki & Linnainmaa 2005; Rankanen & Hentinen & Mantere 2007).

Usein luovan kirjoittamisen ryhmissä, kuten kansanopistojen järjestämällä kursseilla, halutaan kehittää kunkin kirjoittamista ja kerrontaa taitona. Sen sijaan tässä yhteydessä kyse on yhteenkuuluvuuden ja osallisuuden tunteesta läsnä olevan ihmisjoukon kesken ja kirjoittamisesta ajatusten, tunteiden, kokemusten ja muiden, ehkä hyvinkin monimutkaisten asioiden, muotoilun välineenä. Jokainen meistä tarvitsee purkuventtiilin sisäiselle maailmalleen ja IloAfon ideana onkin rohkaista ja antaa vinkkejä kuinka käyttää kirjoittamista turvallisena ja helposti lähestyttävänä keinona itseilmailulle.

Kirjoittamisen ja kirjoitetun ryhmässä jakamisen kautta voi tehdä käsin kosketeltavammaksi käsitteellisiä asioita, kuten ajatuksia ja tunnekokemuksia, joiden sanoittaminen voi tuoda tukea itsensä ja muiden ymmärtämiseen. Inhimillisyyden maailma on kovin monitahoinen ja sanojen ja vertauskuvien löytäminen sen ilmenemismuodoille voi olla välillä todella haastavaa. Taiteen eri muodot tarjoavat samaistumiskohteita,

etäännyttävät sopivasti ihmisen henkilökohtaisesta ulottuvuudesta ja on turvallinen kenttä tutkiskella asioita. Sen lisäksi mistä tahansa taiteen kentän teoksista keskusteleminen avaa jälleen uuden oven havainnoida ja oivaltaa, kun ihminen saa peilata omia ajatuksiaan toisten näkemyksiin. (Yle 2016.)

Kirjoittaminen on varsin demokraattinen harrastus, sillä se ei vaadi välineurheilua tai lähtötasovaatimuksia, saati, että se soveltuisi vain tietynlaisille henkilöille. Tämä harraste ei myöskään vaadi edes niin sanotusti hyvää fiilistä: mistä vain voi kirjoittaa ja monesti etenkin negatiivisiksi koetut asiat voivat olla kynään tarttumisen aiheita. Lyhytkin kirjoitustuokio riittää. Kukin sanelee itse sen, mitä haluaa kirjoittaa ja haluaako kenties kokeilla jotakin tyylilajia. Tekstejä voi näyttää tai olla näyttämättä muille, kirjoittamisharrastuksen voi pitää vaikkapa omana salaisuutenaan, jos siltä tuntuu. Kirjoittaa voi yhtä hyvin itsekseen kuin yhdessä muiden kanssa ääneen ideoiden ja keskustellen, eivätkä nämä tavat sulje pois toisiaan. Mikään tapa ei ole sen oikeampi kuin jokin muu. Omien tunnelmien mukaan eteneminen tuo valinnan vapautta harrastukseen ja monipuolistaa sen tuomia kokemuksia entisestään.

Paikaksi sopii oikeastaan mikä tahansa tila, jossa kokee haluavansa ja voivansa rustata mietteitään ylös, sillä kirjoittaakseen ei tarvitse kuin vähän vakaata alustaa paperin palan alle ja kyvyn keskittyä hetkeksi. Perinteisen kirjoittamisen rinnalle ja jopa sen ohitse ovat kiitäneet monenlaiset tietokoneet ja älypuhelimet. Nykypäivänä kannettavat laitteet katsotaan lähes perusvarusteiksi ja nykyisen toimintakulttuurin mukaisesti niitä pidetään jatkuvasti käden ulottuvilla. Vaihtoehtona omalle laitteelle ovat esimerkiksi kirjastojen yleiseen käyttöön tarkoitettut tietokoneet, joita käyttävä voi aina tekstinpätkä kerrallaan tallentaa muistilaitteellensa tai jonkin verkkopalvelun tilille. Tällöin kirjoittaja ei tarvitse kuin tunnukset haluamaansa pilvi- tai verkkopalveluun. Tekstien ”tallelokeroksi” sopiikin vaikkapa juuri kirjoittamisharrastusta ajatellen perustettu sähköpostiosoite.

2 Tietoperusta

Tässä osuudessa avaan tarkemmin olennaisia termejä sekä pohjatietoa, jonka valossa luovaa kirjoittamista voi onnistuneesti käyttää osallistamisen sekä hyvinvoinnin yleisluonteisen osan, koetun elämänlaadun työkalupakeissa.

Sosiaalisesta aktiivisuudesta on hyötyä. Muun muassa erilaisissa perhe- ja kulttuuri-tapahtumissa käymisestä sekä yhteisöjen ja järjestöjen tilaisuuksissa vierailusta on todettu olevan myönteistä vaikutusta pitkään elinikään. Lisäksi joissakin tapauksissa kirjastot, ravintolat, tanssit ja uskonnolliset tilaisuudet olivat osatekijöinä pitkän elämän saavuttamisessa. Kun käsitellään sosiaalisesta osallistumisesta saatuja tuloksia, on syytä muistaa, että tilastoissa usein näkyvät vain fyysisesti ja psyykkisesti hyvässä kunnossa olevat osallistujat. On myös todennäköistä, että vaikutukset ovat monimutkaisia ja monitahoisia, esimerkiksi liittyä henkisen terveyden lisäksi vaikkapa myös hermostoon. Silti sosiaalisen pääoman on katsottu lisäävän elinikää esimerkiksi Suomen ruotsinkieliseen väestöön liittyvissä tutkimuksissa. (Punnonen 2012, 159-161.)

Pitkään elämään vaikuttaa suuresti kehon osien jaksaminen, toimiminen ihan solutasolla. Aivot ovat elimistössä varsin herkästi iän negatiivisten vaikutusten alaisia (Tiede-lehti 9/2012). Pitkäaikaistunut stressi ja sen tuomat korkeat kortisoli- ja insuliinitasot on liitetty vanhenemiseen. Korkeat kortisolitasot tuovat mukanaan muun muassa solujen hapettumista ja muita normaaliin vanhentumiseen liittyviä muutoksia. Stressi ei siis ole ainoastaan psyykinen ilmiö, vaan ilmenee myös fyysisenä ennenaikaisena vanhentumisena. Onneksi tähän ikävään kierteeseen voidaan vaikuttaa esimerkiksi tyytyväisellä mielellä. Positiiviset tunteet voivat heijastua elintoimintoihin, immunitettiin, hormonitoimintoihin ja käsin kosketeltavasti muun muassa stressin hallintaan, eli tyytyväisellä elämänasenteella on helpompi pitää kortisolitasot kurissa. Myönteisyys ja onnellisuus voivat parhaimmillaan vaikuttaa hyvien elämäntapojen valintaan, kuten liikunnalliseen ja sosiaaliseen aktiivisuuteen, tupakoimattomuuteen sekä hillittyyn ja hallittuun alkoholin käyttämiseen. Näin ollen hyvää mieltä kannattaa lähteä tietoisesti hakemaan. (Punnonen 2012, 178-179 & 202.)

2.1 Osallistaminen ja osallisuus

Osallisuus tarkoittaa mukanaoloa ja vaikuttamismahdollisuutta, siis jostakin osalliseksi pääsemistä (STM 2016). Osallisuus liittyy heihin, jotka ovat niin sanotusti jonkin toiminnan kohteina. Osallistaminen sen sijaan on jonkinlaisen mukanaolon mahdollistamista, joka tulee muulta taholta kuin henkilöstä itsestään. Osallisuus on lähinnä henkilön tunnetila, ja osallistaminen on mahdollistamista ja mukaan innostamista, jotta osallisuuden tunne voi syntyä halutussa tilanteessa.

Kulttuuripolitiikan näkökulmassa osallistamisesta ensimmäinen porras on oikeus osallistua, jota seuraavat vastaanotto, osallistuminen sekä viimeisenä tasona osallisuus (Virolainen 2015, 53-62).

Ensimmäiset asiat ensiksi: ilman osallistumisoikeutta ei ole osallisuuttakaan. Oikeus osallistumiseen on nähtävä sivistyksellisten oikeuksien kuulumisena ihmisoikeuksiin ja sitä siivittää palveluiden olemassaolo. Paitsi että palveluita on oltava saatavilla, on niiden saavutettavuus yhtä tärkeää. Kuten kohdassa 1.2 AfoPub jo kerrottiin, tarkoitetaan saavutettavuudella muun muassa helppokäyttöisiä kanavia, niiden graafista selkeyttä ja sopivia hintoja – tai sitä, ettei hintoja ole. Osallistuminen on siis tehtävä helppoksi mahdolliselle osallistujalle. Muutamia esimerkkejä mainitakseni hänen täytyy vaivatta löytää tarvitsemansa tieto helppokäyttöisestä kanavasta, joka on käyttäjälleen ennalta tuttu, osata ostaa mahdolliset pääsyliput sekä löytää paikalle ja osata liikkua paikan päällä. Mahdollisen asiakkaan, kuluttajan tai kuten kulttuurialan kohderyhmiä usein kutsutaan, kävijän tai kokijan näkökulmaa on tunnettava ja kuunneltava. Juuri tuntemaan oppimisesta on seuraavalla tasolla kysymys.

Toinen askel osallisuutta on vastaanotto, joka tarkoittaa tässä sitä, että kokija otetaan mukaan suunnitteluun ja kehittämiseen. Tässä kohtaa tulevat kävijätutkimukset ja tilastoinnit mukaan kuvaan. Kokijoita opitaan siis seurannan kautta tuntemaan. Kun ihminen on ikään kuin ohjattu ja totutettu, on kolmannen osion, osallistumisen aika: kokijan mukaanotto. Osallistumisen konkreettisia muotoja ovat kaikenlainen yleisötyö, yhteisöteokset sekä sosiokulttuurinen innostaminen.

Parhaimmillaan osallistuja kokee tilanteen aidosti kiinnostavana ja oman osallisuutensa tärkeänä. Toimintamalli, jossa organisaatio jalkautuu kävijöittensä joukkoon kuin kurottaen korkealta istuimeltaan alas ruohonjuuritasolle, ei anna vaikutelmaa

osallistujien arvostamisesta. Tällainen asenne tuhoaa osallistumishalukkuuden ja näin ollen etäännyttää organisaation vielä entistäkin kauemmaksi kävijöistään. (Lindholm 2015.)

Osallisuuden kokemus on kokijan tunnetta siitä, että hän on passiivisen vastaanottajan sijaan aktiivinen toimija – vaikkapa yhteisötaideteoksen osaomistaja. Samanaikaisesti osallistujan täytyy kokea tulleen nähdyksi ja kuulluksi, eikä kohdelluksi vain jonkin ylhäältä määritellyn kohderyhmän jäsenenä. Pubiaforismikirjassa on juuri siitä kysymys. AfoPub-iltojen yhteydessä tekstejään jättäneet pubien asiakkaat voivat kokea omistajuutta Pubiaforismikirjaan, onhan siihen koottu huolellisesti kirjoittajien tekstit yksiin kansiin teokseksi, jota kelpaa näyttää tutuille. Samalla pubien asiakkaat voivat kokea ylpeyttä yhteenkuuluvaisuuden tunteesta, sosiaalisesta pääomasta eli siitä, että juuri tällä tietyllä hyvällä porukalla saatiin aikaan jotakin pysyvää. Onnistumisen tunne jää parhaimmillaan kytämään nurkkiin ja sydänelälle saaden myöhemmissä uusissa tilanteissa aikaan rohkeutta heittäytymiseen ja uuden kokeilemiseen. Omanarvontunnolle tekee hyvää onnistua sekä tulla huomatuksi, kuulluksi ja hyväksytyksi. (Yle 2016.) Jokainen meistä tarvitsee sellaisia kokemuksia. Samalla se lujittaa suhdetta osallistajaosapuoleen.

Seuraava kaavio kuvaa koko edellä läpikäytyä prosessia eli osallistumisoikeuden syvenemistä aidoksi osallisuuden kokemukseksi.

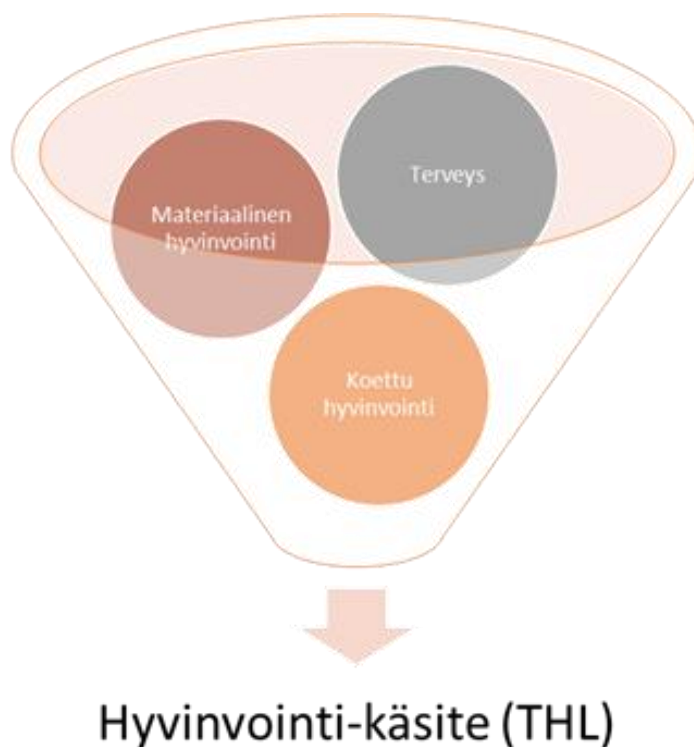


Kaavio 1. Osallisuuden vaiheet.

2.2 Hyvinvointi

Koska osallisuuden kokemus tuottaa ihmisessä mielihyvää ja kuuluu perustavanlaatuisen tarpeeseen tulla hyväksytyksi, ei paitsi sivuta vaan ollaan tietynlaisen hyvinvoinnin alueen äärellä.

Käsitteenä hyvinvointi jaetaan usein kolmeen osaseen: terveyteen, materiaaliseen hyvinvointiin ja koettuun hyvinvointiin. Koettua hyvinvointia kutsutaan elämänlaaduksi. Hyvinvoinnin piiriin kuuluvat niin yksilöllinen kuin yhteisötason hyvinvointi. Yksilölliseen tasoon vaikuttavat esimerkiksi itsensä toteuttaminen, sosiaaliset suhteet ja sosiaalinen pääoma sekä onnellisuuden kokeminen. Yhteisötason hyvinvointiin katsotaan kuuluvaksi elinolot ja toimeentulo, työllisyys ja työolot. (THL 2016a.)

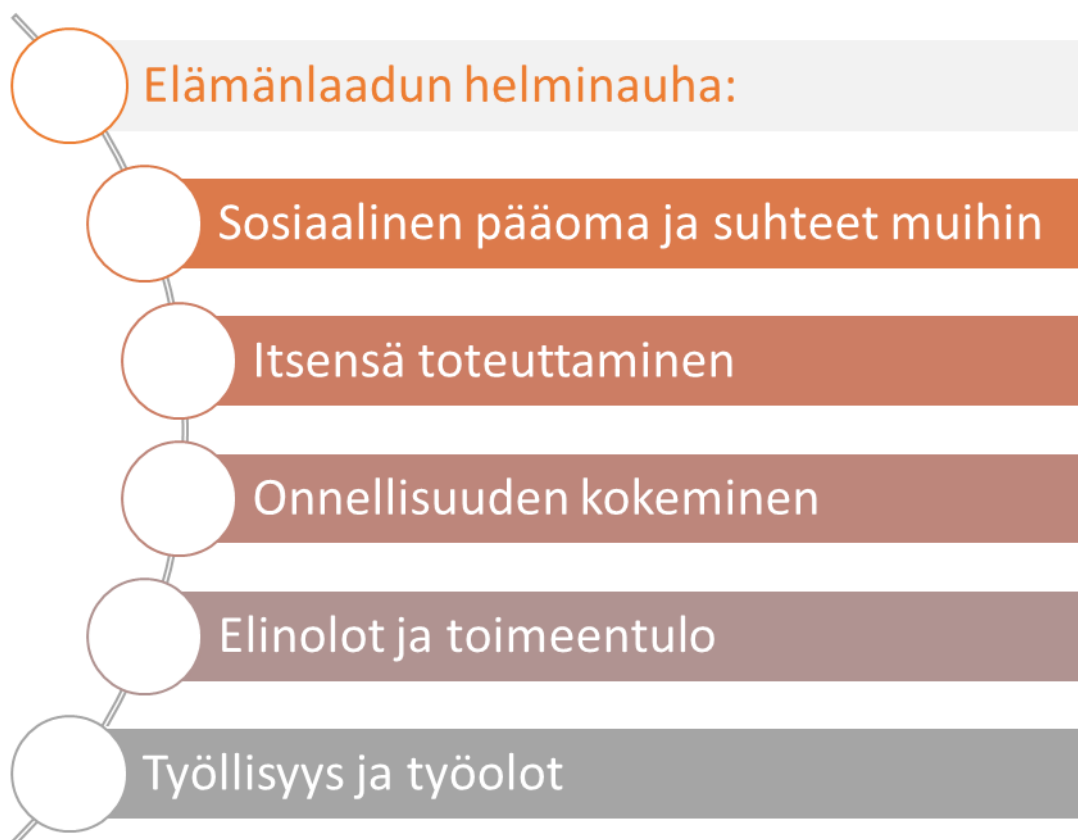


Kaavio 2. Hyvinvointi-käsite.

Hyvinvointi on siis varsin henkilökohtainen kokemus, joka syntyy monien eri asioiden summasta. IloAfo-konseptin ajatusta hyödyntämällä voi huomioda helposti noista hyvinvoinnin palasista etenkin itsensä toteuttamisen ja sosiaalisten suhteiden osasia. Kuten edellisessä kohdassa 2.1 Osallistaminen ja osallisuus kerrottiin, on yhteenkuuluvuuden tunne ja osallisuus jostakin tuotoksesta mainio lisä sosiaalisten suhteiden ja pääoman virkistämiseen. Luovuus ja rentoutuminen antavat tarvittavaa lepoa pääkopalle. Kun aivot lepäävät, on mielen kontrolloivampi puoli vapauttanut tilaa mielikuvitukselle ja uusille ratkaisumalleille, sillä rentoutuminen tehostaa aivojen eri osien välistä vuorovaikutusta.

Lisäksi luovassa toiminnassa, esimerkiksi kirjoittaessa voi saavuttaa niin kutsutun flow'n, tilan, jossa nauttii tekemisestään ja taitojensa kehittymisestä niin intensiivisesti tekemäänsä keskittyen, että aika ja paikka voivat jäädä toissijaisiksi ja jopa unohtua hetkeksi tyystin. Rentoutuminen, vaikkapa luovien toimintojen kautta, auttaa pysähtymään entistä paremmin nykyhetkeen, olennaisen äärelle ja myös säätelemään omia tunteita ja impulsseja. Siksi on tärkeää aina välillä vetää henkeä arjen hektisyy-

destä. Tavalla tai toisella. Siten, mikä itselle sopii parhaiten. (Suomen Mielenterveysseura 2016.)



Kaavio 3. Elämänlaadun helminauha.

Tunteiden ja muistojen käsittely sekä aivojumppa tekee hyvää kenelle tahansa ja niiden harjoittaminen kirjoittamalla on todella huokea ja helppokäyttöinen väline ottaa osaksi asiakastyötä. Kuten Nea Kukkonen pro gradu -tutkielmassaan esittelee saamakseen vastaukseksi tutkimuskysymykseensä, miksi senioreiden kirjallisuusterapeutiseen kasvuryhmään osallistuminen voi olla terapeutista, ovat ryhmän mukanaan tuomat sosiaalinen virkistyminen, vertaistuen saaminen ja uusien näkökulmien löytäminen, tunteiden ja muistojen ilmaisu ja jäsentyminen sekä onnistumisen kokemukset niitä seikkoja, jotka koetaan terapeuttisiksi. Nämä asiat nousivat esille Kukkonen vetämän, kahdeksan kertaa tavanneen viisihenkisen ryhmän vastauksista. (Kukkonen, 2015.) Samankaltaisia tuloksia ihmisten halusta kohdata toisiaan ja virkistäytyä sanataiteen parissa on saanut myös Hanna Kleemola gradussansa koskien

Pohjanmaalla kokoontuvia sanataideryhmiä: onnistumisen kokemukset rohkaisivat osallistujia jatkamaan kirjoittamista ja lukemista, tukien siten itseilmaisua. Kleemola nostaa tutkielmassaan esille, että matalan kynnyksen toimintaan on helpompi osallistua hekin, jotka eivät ennestään ole sanataideharrastajia. Myös sanataiteen ulkopuolista hyötyä hän kerhotoiminnasta löysi. Kleemola esittää pro gradussaan, että esimerkiksi kirjastojen kannattaisi satsata sanataidekerhoihin niiden tuomien yhteisöllisten kokemusten ja vuorovaikutustaitojen perusteella. Myös haastatteluissaan hän oli saanut myönteistä palautetta pääkohderyhmältään lapsilta siitä, että sanataidekerhot ovat haluttuja toimintamuotoja. (Kleemola 2015.)

2.3 Ryhmätyöskentelyn prosessi

Kun käsitellään hyvinvointia ja kulttuurin ja taiteen kohtaamisia, on olennaista pohtia miten hyvä kohtaaminen syntyy. Sekä ohjatun sanataideryhmän että taideterapian käytännöistä voi löytää käyttökelpoisia malleja IloAfo-konseptin käyttämiseen ryhmätilanteissa.

Sanataideohjaaja ja kirjoittaja Päivi Haanpää kuvailee, etteivät tekstien ja kirjoitusvälineiden ääreen asettuneet tarvitse diktaattoria, vaan ohjaajan. Haanpään mukaan virallista nimikettä sanataideohjaajille ei varsinaisesti ole, vaan vetäjien itsestään käyttämät termit riippuvat hyvinkin paljon henkilöstä itsestään (Haanpää 2015, 34). Kutsui ryhmän ohjaaja itseään millä nimellä tahansa, ei hänen tule käyttää valtaansa väärin esimerkiksi vertailemalla kirjoittajia. Hänen tulee olla käytettävissä kirjoittajaa ja koko ryhmää varten sekä oltava valmis odottamattomiinkin juonenkäänteisiin, kuten siihen, etteivät laitteet suostu yhteistyöhön tai että ryhmä onkin pienempi kuin oli oletettu.

Haanpää esittää ryhmäytymisen prosessin käyttäen sanoja aloitusvaihe, rakastumis-, konflikti-, toiminta- sekä päätösvaihe. Varovaisesta tutustumisesta, puntaroinnista ja tunnustelusta siirrytään luottavaisin mielin kohti yhteistä, jaettua tilannetta, jonka jälkeen voikin seurata takapakki, konflikti. Valtaan ja muihin mahdollisiin ristiriitoihin voi liittyä nokkapokkaa, mutta kun luovuttamisen sijaan setvitäänkin yhdessä asiat, pysytään jatkamaan yhteen hitsautuneena ryhmänä, jossa kaikki tulevat kuulluksi. Kun

turvallisuuden tunne on jälleen saavutettu, on toimintavaiheen aika. Ihanteellisessa tilanteessa ryhmä on niin itseohjautuva, ettei vetäjää juuri tarvita. Päätösvaiheessa, joka usein kurssimuotoisessa toiminnassa on jo ennen aloitustakin ennalta päätetty, ollaan ympyrän sulkemisen äärellä. Ryhmän kokoontumisten päätyminen voi olla haikea tapahtuma, jonka helpottamiseksi onkin lämmin ajatus koota antologia ryhmäläisten teksteistä, koostaa yhteisesti teemaan sopiva runo, palata kurssin alussa tehtyyn, tutustumiseen liittyvään harjoitukseen, syventyä saavutettuihin tavoitteisiin tai muuta vastaavaa.

Haanpää väittää Sanataideohjaajan oppaassaan sivulla 80, että kirjoittamisella on terapeuttisia vaikutuksia siitäkin huolimatta, että jotkin kirjoittajat karsastavatkin omaelämäkerrallisten ainesten pintaan pulpahtelua. Ehkäpä osittain siksi ryhmäprosesseissa on samankaltaisuuksia, kun verrataan sanataideryhmän ja taideterapiaryhmän kokoontumisia.

Taideterapiaksi kutsutaan terapiaa, joka hyödyntää esimerkiksi symboliikan tai etäännyttämisen välineenä taiteen eri muotoja, onhan taidetta sanottu osuvasti tunteiden ja mielikuvien kieleksi. Kirjallisuusterapia on yksi taideterapian muoto. Taideterapia tarvitsee ohjaajakseen ammattilaisen, jolla on opintoja sekä psykologian että käytetyn taiteenlajin saralta sekä vahvaa kokemusta ryhmänohjauksesta. (Mäki & Linnainmaa 2005; Rankanen & Hentinen & Mantere 2007.)

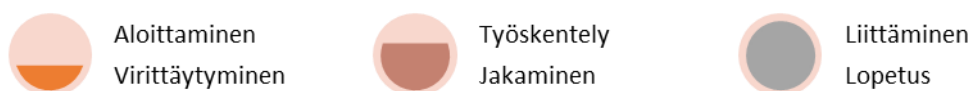
Vaikka tämän opinnäytetyön esittämässä osallistamis- ja harrastemuotoisessa hyvinvointikonseptissa ollaankin eri vesillä taideterapian kanssa, on taideterapian prosessin vaiheissa paljonkin yhtäläisyyksiä ehkäpä rennomman ja leikkimielisemmän kirjoitustapaamisen kanssa.

Taideterapiassa yhteisen polun vaiheet voidaan kuvata esimerkiksi seuraavasti. Ensiksi on valmistautumisvaihe, jossa herätellään kiinnostus luovaan prosessiin, ja sen jälkeen on hautomisvaihe, jossa tiedostamattomalla tai tiedostetulla tasolla ideat ja asiayhteydet törmäilevät synnyttäen kolmannessa vaiheessa oivalluksia. Oivallusvaihetta seuraa arviointi ja päätös, joiden aikana työstetään käsillä olevia ideoita, ehkä jopa työläältäkin tuntuvana omana prosessinaan ja lopulta viedään koko luova prosessi päätökseen. Vaikka edellä kuvatut vaiheet ovatkin toinen toistaan jatkojalosta-

via, eivät ne välttämättä kulje täysin lineaarisesti järjestyksessä. Esimerkiksi ideointivaihe eli tässä niin kutsuttu hautomisvaihe voi olla tarpeen toistamiseen, jos työstämisvaiheessa idea ei tunnukaan oikealta.

Toinen, edellistä hieman ytimekkäämpi tapa kuvata prosessia on kulkea näiden avainsanojen kautta: aloitus, virittäytyminen, taidetyöskentely, jakaminen, liittäminen ja lopetus. Alun alkajaisiksi saavutaan yhteiseen tilaan, jonka jälkeen virittäydytään esimerkiksi ottamalla sopivat välineet esille. Virittäytymiseen liittyy vahvasti myös ohjaajan kannustava ja motivoiva rooli. Taidetyöskentelyn jälkeen keskustellaan tuotoksista tapaamisen luonteelle ja tavoitteille sopivista näkökulmista eli jaetaan oma tuotos ja siihen liittyvät ajatukset muille. Liittämisessä on kyse teoksen yhteneväisyyksien tulkitsemisesta omaan elämään, joka toki on erityisesti taideterapialle tyypillinen vaihe, mutta myös hyvin tulkittavissa kevyeksi rupatteluksi aiemmista kirjoituskokeuksista tai muista vapaa-ajanviettotavoista rennossa osallistamis- tai harrastetilanteessa. Tilanteen vieminen loppuun vertailemalla fiiliksiä ennen ja jälkeen tapaamisen tai kertomalla seuraavan kerran ajankohdasta ja ohjelmasta pakatoi hienosti yhteisen hetken.

Seuraava kaavio, täyttyvä pyöreä muoto kuvaa kuinka läpikäyty prosessi eli tässä ryhmätilanteen vaiheet täydentävät yhteisen kohtaamisen kokonaiseksi kokemukseksi.



Kaavio 4. Ryhmätyöskentelyn prosessi.

3 Kokeilut eli tiedon keruu havainnoiden

Koska ihmisten kohtaamiset ja yhdessä kirjoittaminen voivat olla hyvin henkilökohtaisia ja elämyksellisiäkin tilanteita, oli luontevaa ottaa vaari AfoPub-kokemuksesta ja sen jalanjäljissä jatkaa samalla kokeilevalla asenteella, toisin sanoen ottaa tämän opinnäytetyön selvitystyöhön mukaan kokeilukulttuuri. Jo kertaalleen hyväksi havaittua toimintamallia oli kiinnostavaa lähteä kokeilemaan publiympäristön ulkopuolella. Vaikka sisältö, sanataide pysyi kokeilujen yhteneväisenä teemana edellisen ja tämän kokeilupaketin välillä, oli herännyt kiinnostus valjastettava ja selkeänä esiin noussut jatkotutkimusaihe otettava haltuun.

Kokeilukulttuurin ideana on saada omakohtaisten havaintojen kautta tietoa, jota ei välttämättä kansien väliin ole lainkaan taltioitu. Termi tarkoittaakin sananmukaisesti konkreettisia kokeiluja, jotka tehdään reippaalla tahdilla ja vaatimattomilla resursseilla. Suunnitteluun ei kokeilukulttuurissa perehdytä liian pitkäksi aikaa, sillä tekemällä oppii mikä toimii ja mikä ei. (Abendstein & Lahtinen 2016; SitraFund 2012.) Tarkoituksena on siis tuottaa, tuttua mutta tähän niin sopivaa kielikuvaa käyttääkseeni, käsin kosketeltavaa tietoa havainnoimalla kokeilutilanteita ja menemällä rohkeasti tuntematonta kohti. Niin sanotut epäonnistumiset, vaikkapa se ettei tapahtumaan saadakaan väkeä paikalle tai että tavoitetut ihmiset eivät olekaan oletettua ihmistyyppiä, paljastavat vain kokeilun tuloksena juuri kyseisessä yhteydessä toimimattoman toimintamallin. Seuraavalla kerralla voidaan ottaa opiksi ja kokeilla vaikkapa toisenlaisia markkinointikeinoja, kuten selvittää kohdeyleisön käyttämät kanavat ja suunnata tieto niihin. Koska kokeiluun ei alun perinkään panostettu ylenmääräisesti aikaa, rahaa tai muita resursseja, tuo jokainen kokemus arvokasta lisätietoa aiheesta samalla kun toimija pysyy taloudellisesti vielä mukavuusalueellaan.

Jotta luovan kirjoittamisen harjoituksia osallistamisen toimintana ja arkisen hyvinvoinnin, elämänlaadun mausteena, eli itse opinnäytetyön ideaa, saataisiin kokeiltua käytännössä, oli lähdettävä etsimään uusia mahdollisia kokeilijoita jo koetun publiympäristön ulkopuolelta. IloAfo-kokeiluprosessi lähtikin parin pikku mutkan kautta melko pian hyvään vauhtiin. Aluksi päätin lähestyä Kellokosken sairaalaa yhdessä yhteyshenkilökseni lupautuneen lehtori, aforistikko Antti Pelttarin kanssa. Pian Pelttari vahvisti sairaalan tulevaisuuden olevan epävarma, joten päätimme jättää idean sikseen. Harkitsin myös muita mielenterveystyötä tekeviä sairaaloita ja pohdin luovan kirjoit-

tamisen kautta saatuja apuja ennaltaehkäisevään työhön, päätyen panostamaan jälkimmäiseen.

Ratkaisu oli oikea, sillä varsinaiset terveyshyödyt ovat vaativia mitata: tarvitaan oikeanlaiset, tieteelliset mittarit, joiden valitsemiseen, käyttämiseen ja analysoimiseen tarvitaan asiantuntemusta (Tesso 2013). Mahdollisesti myös pidempiaikainen seuranta olisi tarpeen. Olisikin hienoa, mikäli tästä aiheesta syntyisi tutkimus terveydenhuollon ammattilaisten ja kulttuurituotannon osaajien yhteistyönä. Tämän opinnäytetyön kohdassa 3.4 Muut kokeilut kerron alkavasta yhteistyöstä Lapinlahden Lähteen kanssa. Opinnäytetyön konsepti pääsee kuin pääseekin kokeilemaan soveltuvuuttaan ennaltaehkäisevässä mielenterveystyössä.

Päätin siis suunnata oppilaitoksiin tarjoamaan opiskelijoille soveltavan taiteen tuomaa mahdollisuutta hyödyntää osana omaa tulevaa ammattitaitoa. Sainkin kaksi keskenään erityyppistä yleisöä: ammatillisesti hyvinvointiin ja terveyteen suuntautuneen, sekä kulttuurin ja taiteen alojen sisällöntuotantoon suuntautuneen.

Keskusteltuani graafisen suunnittelun opiskelijan kanssa juolahti mieleen ajatus läheteä tarjoamaan Ikaalisten käsi- ja taideteollisuusoppilaitokselle (Ikata) IloAfoksi nimeämääni luovan kirjoittamisen työpajaa. Samoihin aikoihin tulin kertoneeksi tulevasesta opinnäytetyöstä aiheesta myös toisaalla, Länsi-Uusimaan koulutuskuntayhtymän (Luksia) opettajalle. Onnekseni kiinnostus heräsi kummallakin taholla. Niinpä työstin rungon oppilaitosvierailuja varten: Powerpoint-esityksen johdannoksi, joka kesti noin 45 minuuttia puhuttuna ja toiselle puoliskolle harjoituksia perustuen AfoPubeissa toimiviksi todettuihin kirjoitustehtäviin. IloAfo-kokeilut kulkivat jokaisen ryhmän kanssa samalla rungolla: johdannon jälkeen pidettiin tauko, jota seurasi kirjoitusharjoitus. Taukoja pidettiin ryhmän toiveiden mukaan tehtävien väleissä kerran tai kahdesti. Oli tärkeää pitää IloAfo-kohtaamisen kulku samana, jotta ryhmän innostuneisuuden aste olisi selkeästi havaittavissa ja verrattavissa keskenään.

Ikatan päivätoteutuksessa opiskeleva ryhmä graafisen suunnittelun linjalla tammi-kuussa 2016 oli ensimmäinen, jolle kävin vetämässä hyvinvoinnin arkista ylläpitoa korostavan ja kirjoittamista siinä hyödyntävän setin. Seuraavaksi IloAfon ideaa kokeili ryhmä Luksian monimuotototeutuksessa opiskelevia lähihoitajalinjalaisia. Heidät sain

tavata helmikuussa. Koska IloAfon idea kolahti heihin mukavasti, sain toisen Luksian lähihoitajaopiskelijoiden ryhmän toukokuussa 2016. IloAfo sai siis yhteensä kolme porukkaa kokeilijoita, joita pyrin osallistamaan antamalla oman korkean tunnelmani välittyä ja kirjoitusharjoitusten mahdollisia hyötyjä korostaen.

Ikatan opiskelijoille esitin IloAfoa työhyvinvoinnin ja asiakassuhteen helpottamisen kannalta. Graafiset suunnittelijat tekevät usein varsin yksin työtään ja monesti itsensä työllistävän freelancerin hartioita stressi voi painaa vielä enemmänkin kuin pääätteellä työskentely, jolloin luovan työn lisäksi muutkin itseilmaisun keinot voivat tulla tarpeeseen paineiden käsittelyssä. Omien ideoiden, mielikuvien ja näkökulmien, taiteellisten ratkaisujen sekä asiakkaan kanssa yhteiselle sivulle pääsemisen sanoittaminen voi olla helpompaa, kun on näppärä pyörittelemään sanoja. Luksian opiskelijoiden kanssa mietittiin niin ikään työhyvinvointia ja asiakastyötä, mutta konkreettisemmin. Monenlaiset asiakasryhmät aivan varhaiskasvatuksesta aina kypsien aikuisten sekä erilaisten, niin kutsuttujen erityisryhmien henkilöihin voivat saada virkeyttä ja apua arkeensa kirjoittamisesta tai kirjoittavalle sanelusta.

3.1 Ikata tammikuu

Ikaalisten käsi- ja taideteollisuusoppilaitoksessa (Ikata), Ikaalisissa, IloAfon paikaksi oli varattuna auditoriotila, johon kokoontui ensimmäisen ja toisen vuoden graafisen suunnittelun (grasu) opiskelijoita. Heidät tapasin tammikuussa 2016. Grasut olivat kaikki päivätoteutuksessa opiskelevia, ikähaitariltaan nuoria aikuisia, noin parikymppisiä, minua nuorempia ja ikäisiäni ammattiin opiskelevia siis. Mukaamme jäi myös opettaja, joka teki omia töitään takarivissä.

Jännitti. Oli ensimmäinen julkinen kohtaamiseni IloAfo-idean esittelyn parissa ja se sai minut pohtimaan, millainen mahtaa olla taiteellisten nuorten ihmisten vastaanotto. Kiinnostaako heitä lainkaan työhyvinvointi ja ajatusten sanoittaminen? He kuitenkin ovat niin lahjakkaita siinä mitä tekevät, että ovat tulleet valituksi ammatilliseen oppilaitokseen ja haluavat ehkä keskittyä taitojensa kehittämiseen. IloAfohan ei käsittele visuaalista taidetta, joka olisi juuri tälle ryhmälle se omin alue.

Tulevana kulttuurituottajana koen, että heidän laistensa henkilöiden kanssa tulisin jatkossa työskentelemään. Olin siis ikään kuin työhaastattelussa. Perustelemassa, miksi juuri minusta on tuottajana hyötyä. Yritin näyttäytyä heille ammatillisena isosis-kona.

Ilmapiiirin koin varautuneeksi. Osallistujia oli 18 kuvaus- ja lainauslupa/-kieltopaperiin allekirjoittaneiden mukaan laskettuna, muistiinpanoihini olin merkinnyt noin 20 henkilöä. Moni oli hajautunut istumaan itsekseen tai lähimpien opiskelukavereidensa kanssa. On mahdollista, että joku yksittäinen henkilö, esimerkiksi opettaja tai myöhemässä saapunut ei kirjoittanut paperiin nimeään muistutuksistani huolimatta. Vaikka lupapaperissa olikin kerrottu asiasta, selvensin lisäksi edessä puhuen, millaiseen käyttöön materiaalia on mahdollisesti tulossa. Yksikään ei kieltäytynyt.



Kuva 2. Graafisen suunnittelun opiskelijoita keskittyneinä IloAfo-kirjoitusharjoituksiin.

"sovinistisikaniskakipulääkekaappiovimieslapsivesikellopeliappelsiinipuutikkukkometsonpesäpallopääministeri"

- Yhdyssanarimpsu-harjoituksen oivallus, Ikatan opiskelija 1.

Alkupuoliskon diojen jälkeen teimme neljä luovan kirjoittamisen harjoitusta. IloAfo oli näiden opiskelijoiden kanssa klo: 9-11, jonka aikana pidimme kaksi taukoa. Työhyvinvointiin liittyen korostin rooliani heidän tulevana yhteistyökumppaninaan ja kerroin omia kokemuksiani kulttuurituottajaopiskelijana harjoittelupaikoissa ja projekteissa työskentelystä. Olimme ennalta jo puhuneet tutun opiskelijan ja minut vastaanottaneen opettajan kanssa, että opiskelijalta opiskelijalle -näkökulmasta puhuminen voi olla parhain luennoitsijan rooli, siksi kyseinen opettaja olikin kiinnostunut IloAfo-yhteistyöstä kanssani. Olettamuksemme oli, että ”vertaistaan on helpompi kuunnella”. En osaa sanoa miten se toimi tämän ryhmän kanssa, kommunikaatioyhteys välillämme jäi kaiken kaikkiaan hataraksi.

Alkuhämmennys kasvoi rupatteluksi ja kikatteluksi tehtävien aikana. Aktiivisiksi osallistujiksi lukisin vähän alle puolet ryhmästä, vajaa kymmenkunta henkilöä siis. Yksi opiskelija kirjaimellisesti nukkui, eikä osallistunut siis lainkaan, muttei myöskään häirinyt muita. Jälkikäteen sain kuulla kyseisen opiskelijan nukkuvan harva se päivä koulussa. Sain myös opettajalta itseltään kuulla, että hän oli joihinkin tehtäviin osallistunut hiljaisesti itsekseen, niitä siis jakamatta ryhmälle.

Ulospäinsuuntuneimmat opiskelijat vastailivat kysymyksiini. Minulle ennestään tuttu puhelias opiskelija toimi siltana minun ja varautuneimpien osallistujien välillä: hän esitti kysymyksiä ja kannusti lukemaan tekstejä ääneen. Tämä rohkaisu vaikutti varmasti suurelta osin siihen, ettei auditoriossa pudottu miinuksen puolelle pakkasen paukuessa ulkona lähes kipurajalla.

Lounastin opiskelijaryhmän kanssa IloAfo-kokonaisuuden jälkeen ja kyselin heiltä siinä samalla tunnelmia. Minulle kommentoitiin, että pitämäni juttu oli hyvää vaihtelua heidän normaalille koulutyölleen (koneiden ääressä istumiselle) ja että idea oli kiinnostava. Jälkikäteen sain vielä kuulla, että alkuosuus eli koostamani alustus aiheeseen Powerpointin dioja näyttäen oli koettu melko pitkäksi (kesto noin 45 minuuttia ääneen puhuttuna, keskusteluineen).

”villieläinkauppakatulamppupakkaustarvikeliiketila-autolaturi”

”virvoitusjuoma-allaspoikakoulupäiväperhonen”

- Yhdyssanarimpu-harjoituksen tuotoksia, Ikatan opiskelija 2.

Tästä ensimmäisestä IloAfo-kerrasta opiksi jäi, ettei auditorio ole ihanteellisin luokkatila kirjoittamispajalle sen suuruuden vuoksi. Koska opiskelijoita oli kahdelta eri vuosikurssilta, olivat he levittäytyneet melko kauaksi toisistaan, sillä he eivät vaikuttaneet juuri tuntevan toisiaan. AfoPub-kokeiluista olisi pitänyt muistaa fyysisen tiiviyn edullisuus yksilön mukaan uskaltautumiselle (Lindholm 2016). Koin tällä vierailulla, että asetelmaksi tuli selkeästi ohjaaja ja osallistujat, mikä varmasti vaikutti aika jännittyneeseen tunnelmaan. Pienemmässä tilassa olisin ollut fyysisesti lähempänä ryhmää ja olisin mahdollisesti voinut luoda pehmeämmän, tuttavallisemman asetelman välillemme sitä kautta. Toinen olennainen pointti oli, että palautteen keruun ja mahdollisten sitaattien saamisen tulee olla vakaammalla pohjalla. Jälkikäteen en saanut yhtäkään sähköpostipalautetta, siitä huolimatta, että kehotin opettajaa muistuttamaan pariinkin otteeseen paikalla olleita. Olin siis aliarvioinut perinteisen paperin voiman ja jättänyt sen tämän ryhmän kohdalla tekemättä muka fiksuna, kun ”nämä opiskelijat ovat graafikoiksi valmistumassa niin varmaan haluavat sähköisesti lähestyä”. Oletus ei korvaa tietoa, saati sitten ihan vain varmuuden varalta olevia vaihtoehtoja. Aina on hyvä olla varasuunnitelma. Päätin myös helpottaa osallistujien vaivaa ja tulostaa harjoitukset valmiiksi nipuiksi, jottei Powerpointin pälyily ja liika kirjoittaminen vie turhaan energiaa. Lisäksi hyötynä on, ettei minun tarvitse kuvata osallistujien papereita saadakseni tekstit itselleni muistiin.

Pohdin Powerpoint-osuuden tiivistämistä, mutta hylkäsin ajatuksen, sillä ennakkoletuksenani oli päiväopetusryhmän mahdollinen kyllästyminen iän ja aamuajankohdan perusteella ja se, että olin tiivistänyt sitä tehdessäni jo melkoisesti. Arvoitin kunnollisen esittäytymisen ja aiheeseen johdattelun sen verran korkealle, että jätin Powerpointin ennalleen. Lähetin jälkikäteen Pubiaforismikirjat kiitokseksi yhteyshenkilöilleni: aiemmin mainitulle opettajalle ja tuntemalleni ensimmäisen vuoden grasuopiskelijalle. Olisi myös ollut hyvä arpoa jotakin kiinnostavaa, mutta esimerkiksi Pubiaforismikirjat eivät vielä olleet saatavilla.

”Mustekynäkotelokauppakeskussairaaluolitehdastyöpaikka”

”Seinäkalenterityttöautotietäyömaavaroituskolmiolääkepurkkiruokaketjufetissi”

”Virvoitusjuomaautomatohjaussysteemissäätönappivarastotilaus”

- Yhdyssanarimpu-harjoituksen satoa, Ikaton opiskelija 3.

3.2 Luksia helmikuu

Länsi-Uusimaan koulutuskuntayhtymän (Luksia) monimuoto-opiskelijat lähihoitajalinjalta sain tavata Karjaan toimipisteessä helmikuussa 2016. Minut otettiin erityisen lämpimästi vastaan tuona talviaamuna. IloAfo-tapaamisellemme oli varattu pieni luokka. Ahtaaksikin voisin kuvailla kyseistä tilaa, jossa pöydät oli aseteltu hevosenkengän muotoon. Ajattelin saman tien, että tämä luokkahuone voisi toimia mainiosti, jollei happi lopu tiivistunnelmaisessa kahdessa tunnissa. En ollut erikseen pyytänyt tällaista tilaa, vaan sähköpostitse käydyssä keskustelussa vain ykskantaan ilmoittanut, että tila kuin tila sopii hyvin. Sikäli siis onni oli myötä, että sain erilaisia tiloja kokeiluni miljöiksi ja vertailukohtia syntyi kuin itsestään.

Monimuoto-opiskelijat ovat usein kokeneempia ja vanhempia kuin päivätoteutuksessa opiskelevat, joille alan työkokemusta tai ikääkään ei ole vielä ehtinyt karttua ennen ammatillisia opintoja. Mieleepi pyörähti säännöllisin väliajoin ajatus, että mitä jos aikuiset opiskelijat ottavat tällaisen nuoren, itsekin vasta ammattiin opiskelevan jutut ihan hölmöinä. Saisinko innostettua heidät mukaan, entä ylläpitämään kiinnostuksen – ja riittääkö auktoriteetti ohjaamaan kokonaista ryhmää aikuisia?

Opiskelijaryhmän jäsenten ikähaarukka oli tosiaan hyvinkin laaja kirjo aikuisia tulevia lähihoitajia ja heti alkajaisiksi aistin hyvän ryhmähengen. Mikään muu en voinut olla kuin oma itseni ja avata sydämeni eli esitellä ideani IloAfo-kirjoitusharjoituksista. Epävarmuuteni ja ennakkoluulonni kumoutuivat täysin, sillä odotetusti ihmetystä toki oli ilmassa, mutta tunnelma oli varsin myönteinen. Jo ihan ensiminuuteilla sain siis nauraa sisäisesti itsekseni, että olenpa tyhmiä ajatellut.

Ryhmä toimi sujuvasti yhteen ja sainkin jälkeenpäin kuulla ryhmän tuntevalta opettajalta, että kyseinen porukka on hyvin ryhmäytynyt, ja että opiskelijat todennäköisesti tuntevat toisensa melko hyvin. Samanlaista alkujännitystä ja ehkä jopa raskastakin hiljaista tunnelmaa ei alussa ollut, kuin Ikatan vierailulla oli havaittavissa. Mietin, joutuisiko se myös omasta tunnelmastani, kun Ikatan kerta oli ensimmäiseni tällä konseptilla ja nyt Luksiassa olin sentään toista kertaa puikoissa. Tietysti varmuus karttuu, mutta olen aika kovakin jännittäjä ja lisäksi kunnon kuumeessa tuona helmikuui-

sena päivänä. Jouduin siis pelkäämään, että energiatasoni laskee ja nuupahdan kesken kaiken, enkä saa välitettyä hyvää mieltä ja ylläpidettyä tunnelmaa.

Onneksi toisin kävi. Endorfiini taisi kiertää kehossani, sillä olin innoissani siitä tekemisen mielestä, kun sain keskimäärin hyväntuuliselle väelle esitellä IloAfo-kokeilua. Toisinaan unohdin että olin puolikuntainen. Huomasin homman sujuvan ja kehittyvän toivomaani suuntaan ja se ilmeisesti sai minut syttymään entistäkin parempaan suoritukseen luennoitsijana ja ohjaajana siinä tilanteessa. Hymyilevät ja nauravaiset opiskelijat välillä keskittyivät, vuorostaan innostuivat rupatteluun, ja moni tuntui jakavan siinä hetkessä kokeilunhalun kirjoitusharjoituksia ja IloAfo-konseptia kohtaan. Arvottiin kaksi Pubiaforismikirjaa uusille omistajilleen.

”Maailma on... pyörivä tuoli kartallaan. Pysy aina paikallaan.”

- Mikä puhuttelee sinua juuri tänään -harjoituksen mietelause, Luksian opiskelija tai opettaja 1.

”Feikki tuunaa hanin faniksi, joka likettää selfien kreisin rulettavaksi :D”

- Lainasanasta vähäsen, nykäsafosta ei päivääkään -harjoituksen lainasanalause, Luksia, Riina.

Olin kokenut flown ja jopa hiukan tartuttanut sitä läsnäolijoihin. Lopetettuumme sain positiivista palautetta ja myös yllättävän paljon kirjoitettua sellaista. Kun olin tekemässä lähtöä, tuli luokseni opiskelija, joka ei ollut osallistunut keskusteluun ja tekstin jakamiseen, mutta joka kuitenkin oli kirjoittanut aktiivisesti mukana. Hän kertoi siinä kahden kesken, että oli aiemmin kirjoittanut tarinoita netissä roolipelaten ja ilmaisi kiinnostuksensa tähän tapaan käyttää kirjoittamista välineenä muussa tarkoituksessa. Vaikutuin hänen rohkeudesta tulla luokseni jakamaan tuo henkilökohtainen kokemus. Varsinkin, kun mielikuvani kyseisestä henkilöstä oli sellainen, ettei ujous antanut myöten osallistua avoimemmin. Hieno kohtaaminen ja onnistumisen kokemus.

Ryhmän kanssa osallistui myös yksi heidän opettajansa. Lupalappuun kuvaus- ja siteerausluvan antaneita oli 19 ja kiellon puoleen kallistuneita yksi. Näin ollen ryhmäkokoon oli 20 henkilöä. Jaetuista palautelapuista sain takaisin täytettynä 10. Pyysin

myös, että jos saisin edes parilta tehdyt tehtävät itselleni takaisin, jotta voisin niitä lukea ja mahdollisesti myös siteerata, ja sainkin harjoitusnivaskoja takaisin 11 kappaletta.

Lopuksi esittelen palautepapereilla saamani palautteet. Helppolukuisuuden vuoksi kommentit ovat numeroidun listan muodossa. Kunkin paperin palauteteksti on omana listan kohtanaan ja tekstit ovat satunnaisessa järjestyksessä. Palautteet ovat mahdollisimman muuttumattomina, vain tähän kirjoitetusta tekstistä siirrettynä.

1. *Mielenkiintoinen ja kiva päivä. Varmasti hyvä harjoitus myös kirjoittajille (esim. työväenopistossa)*
2. *Hieno idea. Mukavaa touhua. Kaikilta löytyy luovuutta.*
3. *Ihan mukavaa oli! :)*
4. *Hauskaa oli*
5. *Aamulla oli sellainen olo, ettei yhtään jaksaisi lähteä tähän mukaan, mutta tämähän oli tosi hauskaa. Suorastaan herätti tähän päivään. Synnyttää paljon keskustelua ja naurua. Kiitos :)*
6. *Tää on todella hyvä idea ja varsin hauskaa ajanvietettäkin! Hyvin vedetty kokonaisuus. Hyvää aivojumbppaa TOIMII!*
7. *Ihan ok*
8. *Kiitos! Innostava ja asiansa osaava pirteä ohjaaja. Ohjelma on monipuolinen ja innostava. Innostuin oikein aforismien kirjoittelusta ja aion jatkaa kotona. 10+ arvosanaksi*
9. *tauot olivat mukavia
muutenkin kivoja tehtäviä
tosi rento opetusmenetelmä ja loistava idea*

*nuorillekin sopii ja sain paljon ideoita työharjoitteluun
hauskaa oli*

10. Mukava rento tunnelma, tauot paikallaan, hyvät ohjeet, innostunut työpajanvetäjä. Ilo säteili ryhmälle ja inspiroi työskentelemään. Kiitos! MaijaLiisaP.

3.3 Luksia toukokuu

Luksian Lohjan pisteessä tapasin toukokuussa 2016 lähihoitajaopiskelijaryhmän niin ikään monimuotototeutuksesta. Toisin kuin aiemmilla IloAfo-kerroilla, oli ajankohta lähellä keskipäivää. Oli lämmin ja kesä toden teolla koittanut, jonka myötä ennakkoodotukseksi muodostui, että ryhmä voi olla levoton, kun viimeisiä lukuvuoden oppitunteja viedään, ja koska ilma oli hiostava. Luksian päätoimipisteessä minut ilolla vastaanotti ennalta tuntemani opettaja, jonka kiinnostus tätä konseptia kohtaan oli kantanut kuukausitolkulla läpi harmauden ja valkeuden, ja viimein nyt vehreyden valatessa ympäristön pääsimme kokeilemaan kirjoituskonseptia yhdessä. Hänen lisäksi saimme ryhmäämme opiskelijaporukan oman ohjaavan opettajan.

Luokkatilan pöydät oli aseteltu samaan tapaan kuin aiemman ryhmän tapaamispaikassa Karjaalla, mutta tila itsessään, sen ikkunat mukaan lukien, oli suurempi. Toki myös vuodenaika toi valoa reippaasti sisään. Opiskelijat olivat, kuten aiemmassakin monimuotoryhmässä, monen ikäisiä aikuisia ja samat aatokset olivat taasen läsnä itseäni ehkä työelämässä kokeneempien osajien suhtautumisesta tähän uuteen kokeiluun. Olin jälleen todella jännittynyt, mutta edellinen erityisen positiivinen kokemus toi varmuutta siitä, että olin ainakin yhden kiistattoman kerran todistanut konseptini käyttökelpoisuuden.

”Minä olen... kirja, moneen kertaan luettu, mutta aina eri tavalla ymmärretty”

- Mikä sinua puhuttelee juuri tänään -harjoituksen aforismi, Luksia, Tia.

”Minä olen... puu, taivun tuulessa, juuret tukevasti maassa.”

- Mikä sinua puhuttelee juuri tänään -harjoituksen aforismi, Luksian opiskelija tai opettaja 1.

"Minä olen... valkoinen seinä täynnä värejä."

- Mikä sinua puhuttelee juuri tänään harjoituksen aforismi, Luksian opiskelija tai opettaja 2.

Tämä ryhmä lämpeni melko hitaasti, vähän samaan tapaan kuin Ikatán grasu-ryhmä. Sain kuulla, etteivät nämä opiskelijat välttämättä olleet aivan niin ryhmäytyneitä kuin Karjaalla opiskeleva ryhmä, joten rohkeuden taso omien tekstien jakamiseen ja heittäytymiseen oli verrattavissa Ikatán kokeiluun: ensin vallitsi mieteliäs, ehkä hieman epäileväkin hiljaisuus, joka jatkui tasaisena mattona ympärillämme ensimmäisiin kirjoitusharjoituksiin asti. Sitten tunnelma alkoi hieman keventyä. Muutamat opiskelijat lukivat ääneen kirjoittamaansa, kuten aktiivisesti osallistuneet opettajatkin, ja niin puheenvuoro toisensa jälkeen saatiin hyvä tekemisen ilmapiiri valloille. Laitoin paperikarkkeja ja purkkatyynyjä jakoon. Ulkona jyrähteli, painostava ilma repeili liitoksistaan. Opiskelijat lähtivät mukaan kirjoittamiseen ja tekivät kysymyksiä reippaasti. Jokainen hymy ja jaettu teksti lietsoivat innostusta sisälläni.

Ryhmässä oli lupalapun allekirjoitusten mukaan 17, joista kukaan ei halunnut kieltäytyä tekstien siteeraamiseen tai kuvassa esiintymiseen. Tähän IloAfoon osallistui myös kaksi opettajaa. Palautelapuista minulle palautui 13 tekstin kera. Harjoituspu-maskoista sain 9 kappaleen nipun takaisin.



Kuva 3. Lähihoitajaopiskelijat ja -opettajat pohtimassa kirjoitusharjoituksia.

Lopuksi esittelen vielä samaan tapaan kuin edellisessä osiossa palautepapereilla saamani kommentit. Helppolukuisuutta noudattaen palautteet ovat listan muodossa, satunnaisessa järjestyksessä ja kunkin paperin palauteteksti omana, numeroituna listan kohtanaan. Palautteet ovat mahdollisimman muuttumattomina, vain kirjoitetusta tekstistä tähän siirrettynä.

1. *Mukava tehdä erilaista ja käyttää aivoja erilaiseen tekemiseen, kun yleensä. Hyvää aivojumppaa iltapäiväksi.*
2. *Aivan uusi kokemus. Hyvää aivojumppaa. Mielenkiintoinen tapa herättää mielikuvitus ja ajatukset. Kiitos*
3. *Olet Anu hyvin ammattitaitoinen, Tuot raikkaita uusia ajatuksia. Eri alojen yhdistäminen on tosi hyödyllistä.*
4. *Kiitos oli erittäin mukava, rentouttava tuokio. Yllättävää miten helposti löysin itsestäni ”pikku kirjoittajan” oikein innostuin :) Aion myös itse käyttää tätä ideaa ja (en valitettavasti saa selvää mikä kommentin viimeinen sana on)*
5. *Kiitos! Tämä oli todella ihana, inspiroiva ja mielenkiintoinen. :) Jotkut tehtävät tuntuivat melko haastavilta, mutta sehän tekee aivoille vain hyvää. :) Esityksen alkuun olisin kaivannut vähän selkeämmän kuvauksen siitä, että mikä IloAfo käytännössä on. Sinulla on todella kiva tapa esiintyä ja sinua on ilo kuunnella. :)*
6. *Kivaa :-) Harmi että minulla (näytön) kolmikanta: en ”päässyt ihan mukaan”... T: Taru Hoikk 00222 / Lohja Luksia*
7. *Tehtävät olivat mukavia, paitsi kansanviisauksien kenneli (siinä voisi olla esimerkkejä) oli vaikea – uusia ajatuksia ja luovuutta sain lisää – hyvä idea*

8. *Olet reipas ja hyvin pidit tunnit :)
Äänesi on kantava (hyvä)
Sopivasti taukoja*
9. *Mukava idea, tykkäsin. Ehkä osaa tehtävistä voisi hiukan jollain tavalla helpottaa. Se olisi kiva idea jos tämän tyyppisiä käytäisiin tekemässä esim. ala- ja yläkouluille.*
10. :)
11. *Mukava iltapäivä! Tunnelma oli hauska, tehtävät mukavia ja mielenkiintoisia. Onnistuit mielestäni hienosti, Anu! Onnea opintoihisi. Yt. Linda :)*
12. *Mielenkiintoisia, vaikka tekstiä paperille on vaikea tuottaa sai uusia ideoita*
13. *Mielenkiintoinen ja hauska päivä asioista joita liian harvoin tulee ajateltua! Innostava kouluttaja.*

3.4 Muut kokeilut

IloAfo-tehtäviä voi käyttää sellaisenaan tai omiin tarpeisiin mukautettuna. Idea on vapaata riistaa, eikä sen käyttämistä tarvitse ujustella. Koska hyviä ja toimiviksi havaittuja ajatuksia ja kokeiluita on syytä käyttää ja jatkojalostaa, otan tässä seuraavaksi kaksi esimerkkiä luovan kirjoittamisen harjoitusten käytännön sovellettavuudesta toisaalla kuin näissä edellä esitellyissä oppilaitoksissa.

Samanaikaisesti tämän opinnäytetyön valmistumisen kanssa on käynnissä Humakin Lähellä Lähiöissä -hanke, jonka toimintakokonaisuudessa nimeltä Lähiö omin sanoin olen mukana. Hanke tulee tuottamaan oppaan Näin osallistat lähiöissä. Kohdealueita ovat tilastoissa haasteellisiksi näyttäytyvät lähiöt Helsingissä, Vantaalla, Turussa ja Jyväskylässä.

Lähiö omin sanoin pyrkii osallistamaan alueiden asukkaita sanoittamaan omia kokemuksiaan ja tarinoitaan juuri kyseisissä lähiöissä olleista tapahtumista. Syyskaudella 2016 saimme projektitiimimme kanssa mahdollisuuksia tavata monenlaisia lähiöiden asukasryhmiä paikallisten toimijoiden julkisiksi olohuoneiksikin kutsutuissa tiloissa. Yhteiset kirjoitustuokiot otettiin vastaan erityisen mieluusti aivojumppana ja ajanviettotapana, ja Pubiaforismikirjojen arvontoihin osallistui aina valtaosa paikalla olijoista.

Eräs kommentti jäi erityisesti mieleen näistä kohtaamisista. Yleisen, monen henkilön kesken käydyn keskustelun lomassa joku totesi, ettei osaa kirjoittaa ja ihmetteli, kun vieruskaveri näytti olevan niin syventynyt harjoituksiin ja kirjoittavan hyvällä tahdilla. Tämä syventyjä vastasi toiselle, että itsetuntemukseen liittyvät tehtävät ovat hänelle helppoja, ja että hän haluaa yrittää tehdä tehtävät, sillä niin harvoin hänestä ollaan millään tavoin kiinnostuneita. Pala nousi kurkkuuni ja vaikenin sohvan nurkkaan hetkeksi.

Kuten AfoPubissa ja IloAfossakin, olivat nämäkin kirjoittamiskohtaamiset matalan kynnyksen ohjelmaa niin osallistumisen vaativuustasoltaan kuin harjoitusten aivopähkinöiltään. Valmiit harjoituspaperiniput ja kynät jaettiin nytkin, mutta varsinainen tehtävä tehtävältä ohjaaminen jätettiin sivuun. Päätin antaa enemmän tilaa osallistujille ja lähestyä kun he sitä kaipaavat. Lisäksi nyt oltiin julkisissa olohuoneissa, jotka poikkeavat IloAfo-oppilaitosvierailuista selkeästi. Aiemmissa kokeiluissa, AfoPubeissa ja IloAfoissa, on ollut vahvasti läsnä vetäjän rooli, joka rytmittää tapaamisen ja tehtävien teon kulkua ja innostaa keskusteluun. Lähiö omin sanoin -kokoontumisissa on paikan ja tilanteen mukaan hyödynnetty ohjauksen tehokkuutta, mutta etenkin annettu tilaa ja rauhaa edetä omaan tahtiin harjoitusnipun kanssa. Tässä olennaista onkin olla hereillä ja läsnä: kannattaako juuri täällä lähteä suureen ääneen vetämään kirjoittamista vai tarvitseeko näiden ihmisten keskuudessa antaa neuvoa tehtävissä enemmänkin henkilökohtaisesti. Lentääkö huuli luonnostaan tässä seurassa? Ovatko nämä henkilöt avoimia uudelle ohjelmalle vai haluavatko olla enemmän omissa oloissaan? Tilannelukutaito on todella tärkeää, kuten ihmistenlukutaitokin, jotta uudesta tilanteesta jää mahdollisimman hyvä mieli.

Toinen sanataidetta hyödyntävä projekti, kehittämistyö on käynnistymässä Lapinlahden Lähteen (entinen Lapinlahden sairaala) kanssa. Tällä hetkellä keskustelut ovat

innokkaassa pyörteessä siitä, kenen kanssa pääsisin uusia luovan kirjoittamisen hyvinvointipajoja vetämään ja millaisille kohderyhmille. Tavoitteenamme on pilotoida ensi vuoden 2017 kevään aikana näitä tuoreita arkisen hyvinvoinnin tapaamisia, joiden näkökulmana tulee toimimaan Lapinlahden Lähteen pyrkimys esittäytyä avoimena mielen hyvinvoinnin innovaatiokeskuksena. Kyseessä on kehittämistehtävä viimeisenä harjoittelujaksona Humakin kulttuurituottajaopinnoissa. Idea juontaa juurensa suoraan tämän opinnäytetyön IloAfo-konseptin kehittämiseen samalla tyydyttäen tiedonjanoni koskien ennaltaehkäisevän mielenterveystyön ja taiteen soveltavan käytön, sanataiteen käytön kohtaamista. Lapinlahden Lähteen kanssa tehdyt kokeilut, saati tulokset eivät ikävä kyllä ehdi tähän opinnäytetyöhön.

4 Tuotos: IloAfon rakenne

IloAfo-konsepti on sikermä kirjoitusharjoituksia, jotka on valittu toimimaan nimenomaisesti niin sanotusti ensikertalaisten kirjoittajien harjoituksina. IloAfo-tehtävät pyrkivät samanaikaisesti olemaan tarpeeksi lähestyttäviä, jottei kynään tarttuminen jää tekemättä, ja silti haastamaan kokeilijan ja sitä myöten antamaan onnistumisen kokemuksia.

Harjoituksia voi tehdä yksin tai yhdessä keskustellen parin tai ryhmän kanssa. Kirjoittaminen on hyvä ajanviete omaan tahtiin ja itselle sopivina ajankohtina tehtynä. Monet pitävätkin perinteistä päiväkirjaa tai blogia, ratkovat ristisanatehtäviä ja käyvät luovan kirjoittamisen kursseilla. Niinpä IloAfo-tehtäviä voi hyödyntää samaan tapaan itseksensä.

Valmiissa harjoitusnippussa (liite 1) on kuusi kirjoitustehtävää: ensimmäiseksi helpoimmin lähestyttävä, intuitiivinen ja vauhdikas sanojen ja asioiden listaustehtävä Verrytellään (A ja B), sitten lähes yhtä kepeä Yhdyssanarimpsut. Kolmantena tehtävänä haastetaan tekemään jo avitettu aforismi: Mikä puhuttelee sinua juuri tänään? -harjoitus tarjoaa matalat askelmat mietelauseen rakentamiseen. Kun harjoituksessa Lainasanasta vähäsen, nykäsafosta ei päivääkään, on ”suomennettu” nykykielessä viliseviä uudissanoja, aletaankin Kansanviisauksien kennelissä, pohtia vanhojen sa-

nontojen merkityksiä ja niiden nykyaikaistamista. Viimeinen luovan kirjoittamisen harjoitus on nimeltään Valot, kamera, käy! Siinä kootaan sanalistoja, joita käytetään hyödyksi pienen tarinan tai kohtauksen koostamisessa. Samaan tapaan kuin aviteuissa aforismeissa, pyritään pienin askelin etenemään kohti vähän suurempaa tekstikokonaisuutta. Tämä tehtävä voi vaatia hieman muita enemmän aikaa.

4.1 IloAfo osallistajalle ja ryhmätyöskentelyyn

On kaksi itse toimivaksi toteamaani tapaa työskennellä ryhmän kanssa. Jos tarkoitus on osallistaa ihmisiä kokeilemaan uutta ja luoda muistijälki, ohjaaja voi harjoitusten jaon jälkeen vain seuraila tilannetta ja kiertää neuvomassa ja rupattelemassa tarpeen mukaan osallistujien kanssa. Mikäli näin toimitaan, on hyvä olla jokin ”porkkana” lisäksi, esimerkiksi kirja-arvonta tai muu kohtaamiseen sopiva juttu. Näin ollen kokeilusta ei jää niin sanotusti paha maku suuhun, vaikka harjoitukset olisivatkin tuntuneet vaikeilta. Tätä tapaa on käytetty Lähellä Lähiöissä -hankkeen Lähiö omin sanoin -kohtaamisissa (katso kohta 3.4 Muut projektit).

Rennon etenemisen tarpeen tunnistaa siitä, että joukossa on paljon toisilleen ennalta tuntemattomia ihmisiä, ollaan täysin uuden asian äärellä vain kokeilemassa kepillä jäätä tai voidaan olettaa, että yksilöt etenevät kukin hyvinkin eri tahtiin toistensa kanssa. Kun suoriutumispaineita tai tarkkoja ajallisia pakotteita ei ole, voidaan kunkin osallistujan antaa rauhassa käydä harjoituksia läpi omaan tahtiinsa ja tyyliinsä, välillä kohtia väliinkin jättäen. Tällöin jonkun ryhmän kanssa voidaan päästä vauhdikkaaseen monen hengen keskusteluun tai käväistä syvissä vesissä yksityisemmin, kasvokkain juteltaessa. Hyväksi on todettu, että vapaasti edettäessä ja kirjoitusta tunnisteltaessa olisi ohjaajia useampi. Jopa neljä rinnakkaista ohjaajaa voi toimia hyvin yhteen, kun ollaan rennossa etenemistavassa kiinni. Kun kirjoitusharjoitusten tarkoituksena on osallistuminen, osallistaminen sekä osallisuus, onkin hyvä olla useamman vetäjän voimin kohtaamassa kokeilijoita, jotta turvataan mahdollisimman monen onnistumisen kokemus ja kuulluksi tuleminen. Henkilökohtaisen kohtaaminen on tässä siis aivan avainasemassa ja suuren porukan kanssa siihen kykenee helpoiten ohjaajien ryhmä.

Toinen toimivaksi kokeiluissa osoittautunut tapa, jota käytettiin sekä AfoPub-illoissa että tämän opinnäytetyön IloAfo-oppilaitosvierailuissa, on aktiivinen ohjaaminen ja ryhmän yhteiseen keskusteluun kannustaminen. Tässä ohjaajalla on selkeä vetäjän rooli, jolloin hän määrittelee erikseen tehtävien tekoon käytettävissä olevan ajan, ja sen kuluttua pyytää lukemaan kunkin omia vastauksia niitä neutraaliin, mutta kannustavaan sävyyn kommentoiden ja jatkokysymyksiä kysyen.

Kuhunkin tehtävään on hyvä varata noin 10-15 minuuttia aikaa sen mukaan, miten ryhmän näköinen IloAfo-tapaaminen tuntuu sujuvan. On hyvä hiukan tuntea mahdollista kirjoitustaustaa ja kysyä välillä tehtävien edistymisestä ja mukautua siihen. Liikaa aikaa ei silti kannata käyttää yhteen tehtävään kerrallaan, jottei paineet ”taiteellisesta laadusta” nouse liiaksi. On syytä pitää tuntosarvet pystyssä ja tutkailla ”yleistä fiilistä”.

Ohjaaja tarvitsee myös hiukan huomiota vielä harjoituksen läpikäynnin päätyttyä ohjatakseen ryhmän seuraavaan tehtävään. Tarvittaessa vetäjä ohjaa pehmeästi keskustelun päätökseensä. Ohjaaja voi antaa harjoitusten ohjeita, vaikka ne olisivatkin jokaisella myös paperilla eli jaetuissa harjoitusnipuissa. Vetäjällä voi olla lisäksi Powerpoint-esitys tai muu vastaava esitys tukena, jolloin ohjeistusta on saatavilla samanaikaisesti eri paikoista: harjoitusnipuista, suullisesti ja ohjeesta joka on koko ajan tilan edessä näkyvillä.

Tämä vaihtoehto ryhmätyöskentelystä toimii varsinkin silloin, kun IloAfo-kohtaamiselle on ajalliset raamit, kun ollaan tavoitteellisia, esimerkiksi halutaan pitää yllä erityisen vilkasta jutustelua ja pohdintaa aiheesta, ryhmä on niin aktiivinen, että se itseohjautuu tähän työskentelymenetelmään kuin huomaamatta tai kun kohtaamisessa ollaan ”virallisissa” tunnelmissa, kuten opiskelijaryhmän kanssa luentomaisessa tilanteessa. Tämänkaltaisissa ryhmissä voidaan usein olettaa, että osallistujat tuntevat ennalta toisensa ja ovat tuttavlia tai jopa ystäväystyneet keskenään. Toisaalta jos kyse on upouudesta harrasteryhmästä tai avoimelle luennolle saapuneista, voidaan laskea yhteisen kiinnostuksen kohteen varaan ja siihen, että ryhmän jäsenet ovat tietyllä tasolla sekä taidoissaan että sitoutumisessaan. Tällöin juuri tässä edellä kuvailun kaltainen määrätietoinen eteneminen palvelee harrasteryhmän tarkoitusta

varsin mainiosti. Tässä tapauksessa voidaan myös kirjoittaa tapaamisten väleissä kotitehtävä-luonteisesti ja pohtia tekstejä sitten yhdessä.

Tilannetta enemmän tai vähemmän kuljettavan ohjaajan on hyvä pitää ”korvan takana”, muistissa ryhmätyöskentelyn vaiheet, jotka ovat tuttuja paitsi sanataideryhmien kuin myös taideterapiainkin kokoontumisen osasina. Ryhmätyöskentelyn kulkuun on esitetty sanataideryhmien ja taideterapiaryhmien käyttämiä ”polkuja”, jotka löytyvät kohdasta 2.3 Ryhmätyöskentelyn prosessi.

4.2 IloAfo henkilökohtaisesti merkityksellisenä harrastuksena

Kun puhutaan kirjoittamisesta harrastuksen omaisena, henkilökohtaisena ajanvietteenä, se, että pitää kirjoittamisesta on koko homman pointti ja kaikki muu tulee sen jälkeen. Kirjoittamalla voi kasvattaa tuntemusta oman itsensä kentällä ja asettua välillä ulkopuoliseksi tarkastelijaksi. Teoksessa Sanojen sylissä – Iloa ja itsetuntemusta kirjoittamalla kuvataan osuvasti elämän hahmottuvan usein kertomuksen omaiseen muotoon: arkinenkin keskustelu ystävän kanssa koostuu tarinoista, joiden inhimillinen luonne vetoaa kuulijaan kuin kuulijaan ja jonka tapa välittää tietoa on usein helppo käsitellä (Hattula & Svensson 2009, s.18).

Kuten edellä mainitut kirjoittajat muistuttavat, on tärkeää, että kirjoittaja löytää ”oman äänensä”. Aloitteleva kirjoittaja saattaa asennoitua kirjoittamiseen hiukan liian vakavissaan, juhlallisesti ja tuo pönötys siirtyy tekstiin korulauseina ja kliseinä, jotka eivät kerro kirjoittajasta itsestään. Puheessakin on murteita, käytössä kullekin vakiintuneita sanoja ja sanontoja sekä muita tyylillisiä seikkoja, joten niin tulisi olla tekstissäkin, jotta lukija tunnistaa ja suorastaan kuulee kirjoittajaa. Vaikkei tekstejä näyttäisikään muille, huomaa varmasti omaa tekstiänsä tarkastelevakin, jos teksti tuntuu vieraalta. Oma yksilöllisyyttänsä voi tuoda tekstiin paitsi käyttämällä edellä mainittuja, itselle puheessa ominaisia tyyliseikkoja, myös aistihavaintojen kautta. Kirjoittajan kuvailemista miltä jokin näyttää, kuulostaa tai tuntuu saa hän lukijan mukaansa. Silta tekstin eri puolilla olevien välille on luotu ja teksti alkaakin poikia ajatuksia, tunteita ja muistoja lukijan mieleen.

Kynään tarttumisen syynä voi olla syvällinen matka omaan itseen, tarinoiden taltioiminen ja kertominen, tai ilmaisuvoiman itsestä ulos saaminen. Koska hieman aiemmin tässä osiossa todettiin inhimillisten tarinoiden voimasta, kerron tässä omakohtaisen esimerkin kirjoitusharrastuksesta. Tai pikemminkin siitä, miksi nimeän itseni muun muassa juuri kirjoittavaksi ihmiseksi.

Ollakseni rehellinen en edes ole aivan varma mistä se tuli. Todennäköisintä on, että koska minulle on luettu, olen sen sitä kautta omaksunut. Ennen kuin opin lukemaan itse, muistan ajatelleeni, että tämä on pakko oppia ja äkkiä, tämä on tärkeää, ja luonnollisesti halusin palavasti myös kirjoittaa. Silloin ajattelin, että haluan lukea kaiken mahdollisen tekstin aina maitopurkeista kirjaston jokaiseen opukseen. Järkeilin lapsen logiikalla, että ehdin varmaan lukemaan lähes kaiken elämäni aikana, jos oikein nyt pinnistän sen kiireesti oppiakseni. Sain vanhemmiltani paljon sparrausta lukemaan ja kirjoittamaan oppimisessa ja se vahvisti kirjoitus- ja lukutaidon olevan olennaisen tärkeää. Sain ensimmäisen päiväkirjani ennen kuin opin siihen mitään ymmärrettävää muodostamaan. Se oli paksu, hempeän sininen ja punainen ja sen sivut tuoksuivat. Päiväkirjassa oli lukko ja pikkuriikkinen avain, itse asiassa kaksi kappaletta avaimia, jos lapsi sattuisi tarvitsemaan vara-avaimen. Mikä hieno, ison, järkevän ihmisen esine se olikaan.

Ensimmäisellä luokalla meidät oppilaat marssitettiin lähikirjastoon, jossa jokainen sai oman kirjastokortin. Lainasin ylpeänä lasten hyllystä kirjan, joka vain teki vaikutuksen, sitä siinä hetkessä sen suurempia selaamatta: valkoisella pohjalla niittykukkia kannessa ja sisäsivuilla. Kotona selvisi, että kyseessä olikin runoteos. En tainnut sitä juuri lukea, sillä se vaikutti vaikeasti ymmärrettävältä enkä ihan ”uskaltanut” siihen paneutua. Peruskouluvuosina luin kasoittain Aku Ankan taskukirjoja, isä aloitti niiden keräämisen ollessaan vielä teini. Mikä onni oli, että ehdin tähän maailmaan katraastamme ensin, sillä hän oli päättänyt esikoisensa saavan koko kokoelman. Ikävä kyllä meillä on nykyisin sen kanssa mahtumisongelmia.

Tykkäsin äidinkielestä ja ainekirjoituksesta, vaikka kaikki muut oppiaineet vain vaikeutuivat ja läksyjä sai tehdä ihan hiki hatussa. Sentään vaaka-suuntaiseen viivoitettuun vihkoon sai juttujen loppuun leimoja sen mukaan kuinka oli onnistunut. Toki menestyin lukuaineissa, sillä tarinat eläimistä, menneiden aikojen ihmisten tavoista ja

uskomuksista kiinnostivat. Seitsemännelle luokalle siirryttiin toiselle paikkakunnalle suureen yhteiskouluun, jonka äikänluokan perällä oli suuri kirjahylly. Sieltä poimin ensimmäisen Stephen Kingin mukaani. Ihailin Kingin kerrontaa, vaikka itse Pedon sydäimestä en juuri kiinnostunut. Muista teoksista kyllä. Teininä oloa helpotti saada purkaa läikkyviä tunteitaan paperille.

Piipahdetaan hetkeksi nuoren minäni suurin piirtein 17 ikävuoteen, jolloin tapahtui jotakin kirjoittajan identiteettini kannalta käänteentekevää. Uskaltauduin kansalaisopiston luovan kirjoittamisen kurssille, jota silloin veti kirjailija Jusa Peltoniemi. Ryhmän keski-ikä oli aika korkea, mutta tunsin heti olevani hyväksytty, niinkin, että jäin porukkaan kolmeksi vuodeksi ja olen yhä luoviin yhteyksissä aina silloin tällöin. Olen saanut huikeasti ohjausta ja vertaistukea luovilta. Jos yhtään jään sitä enempää miettimään, kihoavat kyyneleet silmiäni sumentamaan. Siellä ensimmäistä kertaa luin ääneen tekstiäni.

Lainaan tähän lopuksi Jusa Peltoniemeä, kun hän lausahti jotakin erityisen merkittävää jonkin tekstini läpikäymisen yhteydessä. Kädet vieläkin tekstin ääneen lukemisesta vapisten, kysyin lähinnä toteavaan sävyyn: *”Oliko tää nyt ihan sillisalaattia.”*

Peltoniemi vastasi: *”Ei tää mikään sillisalaatti ole, mut sanoisinko hyvä rosolli.”*

Olin löytänyt oman kirjoittajan ääneni, oman juttuni: se oli rosolli. Aikuisvuosinani olen saanut työskennellä kirjoittamisen ja tekstien parissa ja toivon sitä jatkossakin. Näistä syistä miellän itseni kirjoittavaksi ihmiseksi.

5 Lopputulokset

Tämä opinnäytetyön tarkoituksena on pohtia, onko luova kirjoittaminen kiinnostava ja toimiva väline ihmisten osallistamiseen ja selvittää, voiko kulttuurin ja taiteen keinoja käyttävä saada elämänlaatuunsa jotakin hyvää lisää.

Kysymykseen, onko luova kirjoittaminen kiinnostava ja toimiva keino osallistamisen välineenä on vastaus myönteinen. Tätä puoltaa monet kokeilukulttuurin hengessä

havainnoimalla saadut kokemukset ja osallistujien antama positiivinen palaute. Lisäksi kulttuurilla ja taiteella on myönteisiä vaikutuksia koettuun elämänlaatuun. Kulttuurin ja taiteen keinoin voidaan tarjota osallisuuden, sosiaalisen yhteenkuuluvuuden ja kuulluksi tulemisen inhimillisiä, tarpeellisia elämyksiä. Lisäksi taiteen tarkastelu yksin tai yhdessä muiden kanssa etäännyttää kokijan hetkeksi oman ajatusmaailman ulkopuolelle tarjoten uusia näkökulmia asioihin. Luova kirjoittaminen sanataiteena kuuluu tähän joukkoon ”kulttuurin ja taiteen keinot”. Kirjoittaminen on yksi kanava itseilmaisulle ja käsitteellisten asioiden sanoittamiselle.

Tulos, joka esittää väitteen elämänlaadulle hyväksi olevista vaikutuksista perustuu elinikäisen aktiivisuuden ja oppimisen sekä kulttuurin harrastamisen, sosiaalisten tilanteiden sekä suhteiden ihmiselle hyvää tekevään vaikutukseen. Tutkimustuloksissa voi esiintyä ristiriitaisuuksia yksilö- ja tapaustasoilla, mutta tutkimusten valossa on silti turvallista luottaa yleiseen käsitykseen kulttuurin ja taiteen osallisuudesta kokonaisvaltaiseen hyvinvointiin. Näin ollen tämän vaikutuksen piiriin kuuluu myös sanataide yhtenä kulttuurin ja taiteen ilmenemisen muotona. Myös tieto siitä, että kirjoittajien kesken tapaamiset ja lukupiirit ovat oma taideterapiamuotonsa, tukee väitettä kirjoittamisen toimimisesta hyvinvoinnin yhtenä monista työkaluista.

Tuloksia kulttuurin ja taiteen sekä terveyden ja hyvinvoinnin kohtaamisista on saatu melko paljonkin, mutta ne eivät silti ole täysin yksiselitteisiä. Turun yliopiston kulttuurisen terveyden ja hyvinvoinnin professori Marja-Liisa Honkasalon näkemyksen mukaan on hyvä, että kulttuuritoimintaa on yhä enemmän erilaisissa ennaltaehkäisevissä palveluissa, kuntoutuksessa sekä hoitotyössä. Tähän liittyen Honkasalo muistuttaa Tesso-lehden Taiteesta hyvinvointia -artikkelissa, etteivät mittarit aina ole täysin soveltuvia hyvinvointivaikutusten tarkkaan arviointiin. Toisaalta siinä missä hanketyön arvioinnista on esimerkkejä, joissa on kehittämisen varaa, on myös hienosti onnistuneita loppuanalyysyjä. Honkasalo esittää esimerkillisenä esimerkkinä Vaikuttava sirkus -projektin, jossa hyödynnettiin soveltavaa sirkustyötä. (Wartiovaara 2013.)

Kyseisessä projektissa on käytetty arvioinnin mittareina muun muassa vaikutusten ja vaikuttavuuden arviointia. Lyhyesti voidaan todeta, että vaikutusten arviointi pyrkii osoittamaan tapahtuneen muutoksen ja vaikuttavuuden arvioinnissa keskitytään vaikutuksiin pidemmällä tähtäimellä, laajemmin. Vaikuttava sirkus oli jatkoa Sosiaalinen

Sirkus -hankkeelle, ja tämä onnistunut jatko projekti saikin vuonna 2014 Vuoden yliopistoteko -palkinnon. (Kulttuuria kaikille 2013.)

Kun kulttuurin ja taiteen vaikutuksia arvioidaan hyvinvointinäkökulmasta, ovat nämä vaikutukset usein suhteellisia. Hankkeiden ja toimintaohjelmien yksityiskohtaisissa analyyseissa on yhä petrattavaa. Silti tarkoin asetetuilla, tieteellisen tutkimuksen kriteerit täyttävillä arviointimenetelmillä ja yhtä lailla myös kokemuspohjaisella tiedolla saadaan tuota tietoa nostettua nähtäville ”case” kerrallaan. Paitsi, että tieteelliset tutkimusmenetelmät takaavat vakaat mittarit, joiden avulla voidaan asioita vertailla keskenään luotettavasti, on kokemuspohjaisella tiedolla sen rinnalla paikkansa – onhan hyvinvointi ja elämänlaatu lukujen lisäksi myös henkilökohtaisesti koettu asia (THL 2016). Tutkimus vahvistuu siis jatkuvasti tälläkin alueella, kulttuurin ja hyvinvoinnin yhteisellä kentällä antaen pitäytyä siinä tiedossa, että kulttuurista ja taiteesta on todettua hyötyä hyvinvoinnin saralla.

Näkemykseni on, ettei vielä toistaiseksi ole tarpeeksi taiteen ja kulttuurin vaikutuksista tieteelliset kriteerit täyttäviä tutkimuksia. Tällä hetkellä kokemuspohjainen tieto on vahvemmin edustettuna, eli esimerkiksi tutkijoiden ja osallistujien kommentteihin nojautuvaa tietoa. Se ei tarkoita, etteikö kyseisellä tavalla kerätä uutta tietoa olisi luotettavia tuloksia yksilötason vaikutuksista, mutta se kylläkin on tässä yhteydessä muistettava, ettei kaikki tuo tieto ole välttämättä yleistettävissä. Tieteellistä, pitkäaikaista seurantatutkimusta tarvittaisiin mielestäni tälle kentälle lisää.

Toistaiseksi suunta kulttuurin ja taiteen hyväksi olevista vaikutuksista on ollut myönteinen, mutta nähdäkseni vieläkin vahvemmin voidaan luottaa kyseessä olevalta kentältä poimittuihin keinoihin osallistaa ihmisiä. Osallistaminen on perustarpeitamme ja siten tuon tarpeen täyttäminen luo hyvää kokijalleen. Kyseessä on välillinen hyvinvointivaikutus elämänlaadulle.

Luovaa kirjoittamista kohtaamismenetelmänä IloAfo-, AfoPub- ja Lähiö omin sanoin -konsepteissa itse kokeilleena voin todeta, että vaikka osallistumisen taso ja määrä vaihtelevat yksilöllisesti kohdatun ryhmän mukaan, voidaan kirjoitusharjoituksia käyttää välineenä ihmisten osallistamiseen ja heidän kanssaan tuttavuuden tekemiseen helpostikin. Käytetyt kirjoitustehtävät on pyritty luomaan mahdollisimman helposti

lähestyttäviksi ja tasoltaan sopivan helpoiksi ja onkin jälleen hyvin yksilökohtaista, kuinka haastaviksi kirjoittaminen näiden harjoitusten avulla koetaan. Näissä harjoituksissa on kokeilun kautta huomattu erityisen onnistuneeksi, että kirjoittaminen ohjelmana on helppo, edullinen ja nopea toteuttaa mahdollisille osallistujille.

Toinen varsin mainio piirre kirjoittamisohjelmassa on se, että kynä ja paperi ovat kaikille tuttuja välineitä, eikä niiden käyttö vaadi minkäänlaista teknistä osaamista. Kynän käteen ottaminen ei siis varsinaisesti vaadi osallistujalta mitään, onhan se esiinena oman näkemykseni mukaan varsin neutraali. Kun vielä ensimmäinen tehtävä on tarpeeksi yksinkertainen ja suoraan kirjoittajaa puhutteleva, kuten Verrytellään-harjoituksen simppei pyyntö täyttää ystäväkirja-tyyppisesti valmiisiin kohtiin omia lempiasioita listaksi, ollaan jo niin sanotusti voiton puolella. Tässä kohtaa on jo syntynyt osallistajan ja osallistujan välille tietty kontakti, jossa nämä roolit istuvat henkilöiden olkapäällä, vähän maalaillakseni, kuin pienet keijukaiset. Jotta saadaan näille kuvitteellisille keijukaisille vielä kimaltelevaa taikapölyä, tarvitaan ihmisten välille kepeä mutta aito, tilanteeseen sopiva side. Uuden kokeilemisen voi täydentää mukavaksi onnistumisen kokemukseksi kiittämällä ja kehumalla rohkeaa kokeilijaa. Vielä kun henkilöiden välille saadaan aidon siteen lisäksi aito kontakti, on osuttu tikkataulun härän silmään. Se voi olla niinkin pieni kuin katsekontakti, hyväksyvä hymy, ja ehkä pieni nyökkäys – ja ollaan jonkin mieleenpainuvan äärellä. Joidenkin osallistujien kanssa keskustelu käy vilkkaana, humoristisena ja joskus hyvinkin henkilökohtaisena. Nyt on sitä kimalletta ympärillä: hyvää tekevä osallisuuden tunnelma on valmis.

IloAfo-konseptin kokeiluissa, kuten myös AfoPub- ja Lähiö omin sanoin -kohtaamisissa on kaikissa nimenomaan osallisuuden ja hyvinvoinnin näkökulmasta tarkasteltuna sama puute: kokeilujen vaikutuksia ei ole tarkasteltu ennen ja jälkeen -asetelmasta lainkaan. Kaikissa näistä projekteista on havainnointu kohdehenkilön suhtautumista ja saatu suoria palautteitakin, muttei pyydetty osallistujia arvioimaan lähtötilannetta ja lopuksi kokeilun jälkeisiä tunnelmia. Vakaita vertailupohjia ei siis ole vielä tehty, mikä on huomattava aukko luovan kirjoittamisen käyttämisen kokeiluissa. Oma kokemukseni on, että kun lähtee tunteilla kyllästettynä tekemään tällaista kokeilua, jossa ohjaajakin joutuu heittäytymään ja jännittämään, mikä onnistuu ja mikä ei, voi itse kokeilun tuottaman tiedon tarve hämärtyä. Itse en siis ollut osannut ajatella tar-

peeksi tutkimuksen kannalta, vaan lähestyin liikaa, jos näin voi sanoa, ruohonjuurita-son kohtaamisten ja elämyksellisyyden näkökulmista.

Tuo tulos, jossa olisi vertailtu ennen ja jälkeen -vastauksia, olisi tuonut IloAfo-opinnäytetyöhön selkeästi lisää validia tietoa. Lomakkeisiin talletettu tieto toisi tälle työlle lisää arvoa tutkimustyönä. Jatkotutkimukselle on tässä selkeä tarve.

5.1 Tutkimus- ja kehitysideat

Tämän opinnäytetyön keskittyessä kokemuspohjaiseen tietoon jää monia kiinnostavia näkökulmia seuraavalle tutkijalle vielä avoimeksi. Esimerkiksi olisi ollut jo tässä tutkimuksessa oivallista pyytää osallistujia täyttämään paperille ennen ja jälkeen osallistumisen arvioidun tunnetilan sekä mahdolliset mielipiteet ja ennako-oletukset ja niiden ennallaan pysyminen tai muuttuminen koskien kyseistä IloAfo-kirjoituskokeilua. Myös jokaisen tehtävän jälkeen olisi voinut merkitä lyhyesti, esimerkiksi rasti ruutuun tai ympyröi symboli –menetelmällä, miltä kirjoitusharjoitus tuntui. Matala kynnyks vastaukseen eli kyselylomakkeen täyttämisen helppous ja nopeus ovat tässä tarpeen huomioida: kirjoitusharjoituksien lisäksi vielä vastaaminen lomakkeeseen voidaan kokea raskaaksi ja se itsessään voi laskea positiivisuuden koke-
musta. Henkilökohtaista arviointia voisi vertailla ryhmässä IloAfoon osallistuneiden ja itsekseen, ilman sosiaalista ulottuvuutta kokeilleiden kesken. Tutkimuskohteena olisi siis selvittää, onko vastauksista löydettävissä jonkinlaisia eroja ja jos, niin millaisia.

Mikäli tällaiseen tutkimukseen lähdettäisiin, tulee tietenkin eteen kysymys siitä, miten yksityishenkilöitä tavoitetaan vastaamaan tunne- ja muihin kokemuksiin liittyen. Ryhmähän on siitä helppo tapaus, että sen jäsenet ovat samanaikaisesti paikalla toisten-
sa ja mahdollisen vetäjän tai havainnoijan kanssa. Yksityishenkilöiden kohdalla kyselyn voisi toteuttaa esimerkiksi siten, että sopivassa mediassa jaetaan suora linkki kysymyksillä aloittavaan ja päättävään kirjoitusharjoituspakettiin, jonka voi täyttää ja lähettää siinä samalla. Sopiva segmentti, kohderyhmä tällaiselle toteutukselle voisi olla hyvinvointiin tai kulttuuriin liittyvää sisältöä sosiaalisen median (some) kanaviinsa tilaavat. Elinvoimaisia kanavia hyvinvointipuolelta ovat esimerkiksi Hidasta elämää -

kanava, Lapinlahden Lähteen some sekä Suomen Mielenterveysyhdistyksen käyttämät some-tilit.

Lowtec-versio tästä ideasta, eli perinteiset, ei-teknologiakeskeiset välineet valokeilaan nostava toteutus olisi käyttää kirjastoja, asukastiloja ja muita julkisia tiloja. Niihin vietyinä ja hyvin näkyvästi aseteltuna kirjoitusharjoitukset ja palautuslaatikko voisivat palvella perinteisempää väkeä, kuten jo kypsään ikään ehtineitä tai muutoin nykyteknologian nopsasta kelkasta poisjääneitä tai -jättäytyneitä. Toki sekä tässä että aiemmassa ideassa verkkoversiototeutuksesta täytyisi järjestää houkutteleva palkinto tai jopa useampikin, jotta osallistuminen eli oman kortilla olevan ajan käyttäminen on kannattavaa. Rinnakkaisia tapoja osallistua vaivattomasti on usein hyvä olla monia ja arvostuksen osoittaminen vastaajalle palkinnon tai muun kautta on tarpeen. Vastajan täytyy saada tietää missä hänen vastauksiaan käytetään. Jos vielä kerrotaan, että palautuneista teksteistä koostetaan jokin yhteenveto, voi se tuoda arvostuksen tunnetta osallistujalle ja motivoida huolelliseen lomakkeen täyttämiseen. Näillä keinoin todennäköisesti voitaisiin saada osallisuuden tunne täyttäjälle, joka toimisi ilokaasuna täyttää keskittyneessä tilassa verkkolomake.

Jatkojalostuksen kohteena IloAfo-konsepti on sikäli vaivaton, että sen rajoittuneisuus on ilmiselvää: ensiksikin tämä luovan kirjoittamisen harjoituspaketti on vain kuuden harjoituksen mittainen, eli kehittämisen kohteena sitä voi laajentaa kuinka kattavaksi tahansa, ja toiseksi, IloAfo sopii ainoastaan suomea äidinkielenään tai sen veroisesti osaavalle. IloAfon kääntäminen mille tahansa kieliryhmälle, etenkin selkosuomeksi ja englanniksi, avaisi osallistamisen ja arkisen hyvinvoinnin työkalun aivan toisella tasolla yleishyödylliseksi.

Tavoittamisen kannalta omanlaisensa käännös- ja muokkaamistyö erilaisille ryhmille sopivaksi olisi myös mainio jatkojalostus tälle konseptille. Omat IloAfonsa voisi olla pikkulapsille ja vanhemmille, leikki- ja kouluikäisille, nuorille, nuorille aikuisille, aikuisille, kypsille aikuisille ja vaikkapa työhyvinvoinnin työkaluksi, kehitysvammaisille, kriisi- tai päihdetyöhön soveltuvaksi ja niin edelleen.

Sekä osallistaminen että hyvinvointi voi olla näissä versioissa omana näkökulmanaan tai kuten tässä, yhdistettynä perustaksi jatkokehityksen tarpeisiin. Ainoa vaatimus

uusissa IloAfon versioissa kohderyhmän erityistarpeisiin vastaamisen kannalta on, että päivitetyn IloAfon tekee alansa ammattilainen tai ammattilaiseksi valmistuva, jotta kyseiset työkalut todella antavat jotakin lisää sitä käyttävälle. Opinnäytetyön jakaminen erilaisten toimijoiden ja jälleen heidän kohderyhmiensä käyttöön eli kerta kaikkiaan tähänastisen työn levittäminen toisi konseptin ensiksi parempaan tietoisuuteen ja sen jälkeen mahdollisesti myös jatkotutkimuksien ja -kehittämisen kohteeksi.

Vaikka jatkotutkimusaiheita tuntuisi löytyvän roppakaupalla, ei se ole päässyt sumentamaan tulevaisuuden suunnitelmia. IloAfo-opinnäytetyö on jo poikimassa. Kuten aiemmin tässä työssä kerrottiin, on yhteistyö Lapinlahden Lähteen kanssa alkamaisillaan ja IloAfo-konsepti saamassa jälleen yhden uuden miljöön ja kohderyhmän. Lapinlahden sairaalan jäätyä menneisyyteen on Lapinlahden Lähde asettunut sairaalan puitteisiin tarjoamaan monimuotoista mielen virkistystä kaikenlaisille kadun tallaajille. On tälle konseptille loistava tilaisuus kokeilla sen toimivuutta juuri Lapinlahden Lähteen kanssa, olihan aivan ensimmäisien ajatuksien joukossa lähestyä sairaaloita ja ennaltaehkäisevää mielenterveystyötä tekeviä tahoja.

Totean, että IloAfo-kirjoitusharjoitukset ovat taiteen soveltavan käytön välineenä kiinnostava työkalu käytettäväksi ihmisten kohtaamisissa ja elämänlaadun virkistäjänä. Ajankohtaisuuden osoittaa se, että Humakin projekteissa on jo toistuvasti käytetty kirjoitusharjoituksia osallistamisen välineenä, ja ehkä niidenkin siivittämänä annettu mahdollisuus tälle opinnäytetyölle. Todellista lisäpontta lopputulemaan ajankohtaisuudesta tuo ulkopuolisen toimijan, Lapinlahden Lähteen osoittama halu yhteistyöhön. Odotan jo innolla vuoden 2017 kirjoituskohtaamisia.

LÄHTEET

- Abendstein, Emma & Lahtinen, Mona 2016. Liikettä Lähiöön. Passiivisen lähiön asukkaiden osallistaminen katu- ja yhteisötaiteen keinoin. Humanistinen ammattikorkeakoulu. Ammattikorkeakoulun perustutkinnon opinnäytetyö. Viitattu 19.11.2016. <https://www.theseus.fi/handle/10024/107956>
- Erkko, Anna & Hannukkala, Marjo 2013. Mielenterveys voimaksi. Käsikirja nuorisotyön ammattilaisille. Helsinki: Suomen Mielenterveysseura.
- Haanpää, Päivi 2015. Sanataideohjaajan opas. Vantaa: Avain.
- Hattula, Markku & Svensson, Kristina 2009. Sanojen sylissä. Iloa ja itsetuntemusta kirjoittamalla. Jyväskylä: Gummerus.
- Hiidenmaa, Pirjo & Kuohukoski, Sari & Löfberg, Erkki & Ruuska Helena & Salmi, Tiina 2007. Piste. Lukion äidinkieli ja kirjallisuus 1-3. Uudistettu painos. Keuruu: Ota-va.
- Humanistinen ammattikorkeakoulu 2015. Aforismeja Kontulassa. Viitattu 18.11.2016. <http://www.humak.fi/uutiset/afo-pub-kontulassa/>
- Hyypä, Markku T. 2013. Kulttuuri pidentää ikää. Porvoo: Duodecim.
- Kekäläinen, Katri & Kakko, Sofia-Charlotta: 2013. Opas sirkuksen hyvinvointivaikutusten tutkimiseen. Vaikuttava sirkus -hanke. Tutkivan teatterityön keskuksen julkaisu. Viitattu 11.11.2016. http://www.kulttuuriakaikille.fi/doc/tietopaketit_ja_oppaat/Opas-sirkuksen-hyvinvointivaikutusten-tutkimukseen.pdf
- Kleemola, Hanna 2015. Kirjaston hilijaasuures huutaa elämä. Tutkimus sanataidekerhoista Pohjanmaalla. Jyväskylän yliopisto. Taiteiden ja kulttuurin tutkimuksen laitos, kirjoittamisen maisteriopinnnot. Pro gradu -tutkielma. Viitattu 19.11.2016. <https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/48758/URN:NBN:fi:ju-201602121553.pdf?sequence=1>
- Kukkonen, Neea 2015. Kohtaamisia sanojen äärellä. Hyvinvointia senioreiden sanataideryhmästä. Jyväskylän yliopisto. Taiteiden ja kulttuurin tutkimuksen laitos, kirjallisuus. Pro gradu -tutkielma. Viitattu 19.11.2016.

https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/46256/URN_NBN_fi_jyu-201506092253.pdf?sequence=5

Kulttuuria kaikille 2016. Mitä on saavutettavuus. Viitattu 18.11.2016.

http://www.kulttuuriakaikille.fi/saavutettavuus_mita_on_saavutettavuus

Lindholm, Arto (toim.) 2015. Ei-kävijästä osalliseksi – Osallistuminen, osallistaminen ja osallisuus kulttuurialalla. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu.

Luotonen, Maija. Taiteesta hyvinvointia. Sosiaali- ja terveystieteiden aikakauslehti Tesso 7.5.2013. Viitattu 11.11.2016. <http://tesso.fi/artikkeli/taiteesta-hyvinvointia>

Mäki, Silja & Linnainmaa, Terhikki (toim.) 2005. Hoitavat sanat. Opas kirjallisuusterapiaan. Jyväskylä: Duodecim.

Pelttari, Antti & Soini, Anu (toim.) 2015. Pubiaforismikirja. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu, julkaisuja 8.

Punnonen, Reijo 2012. Vuosia elämään. Hyvinvointiin ja elinikään vaikuttavia tekijöitä. Juva: PS-kustannus.

Rankanen, Mimmu & Hentinen, Hanna & Mantere, Meri-Helga 2007. Taideterapian perusteet. Hämeenlinna: Duodecim.

SitraFund 2012. Kokeilukulttuuri. Viitattu 19.11.2016

<https://www.youtube.com/watch?v=1YEM2pQQNEc>

Sosiaali- ja terveysministeriö. Osallisuuden edistäminen. Viitattu 1.11.2016.

<http://stm.fi/osallisuuden-edistaminen>

Stenwall, Elina & Korkiamäki, Riikka. Osatutkimus II: Lasten ja nuorten kokemusmaailman analyysi. Osallisuus, osallistuminen ja yhteisöllisyys: hankkeita, projekteja vai arkista elämää?. SPARG, Tampereen yliopisto & RELATE, Suomen Akatemia. Viitattu 3.11.2016.

http://www.uta.fi/jkk/tutkimus/alat/sparg/seminaarit/Arjen%20analyysi_SPARG-SKIDI_12.11.2013.pdf

Suomen Mielenterveysseura. Luovuus antaa voimavaroja arkeen. Viitattu 1.11.2016.

<http://www.mielenterveysseura.fi/fi/mielenterveys/itsetuntemus/luovuus-antaa-voimavaroja-arkeen>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2016a. Hyvinvoinnin osatekijät. Viitattu 1.11.2016.

<https://www.thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2016b. Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia - toimintaohjelma (Taiku). Hankkeen kesto 1.1.2010-31.12.2014. Viitattu 11.11.2016.

<https://www.thl.fi/fi/tutkimus-ja-asiantuntijatyo/hankkeet-ja-ohjelmat/hankkeet/24432>

Virolainen, Jutta 2015. Kulttuuripoliittinen näkökulma osallistumiseen. Lindholm, Arto (toim.) 2015. Ei-kävijästä osalliseksi – Osallistuminen, osallistaminen ja osallisuus kulttuurialalla. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu. 53-62.

Wartiovaara, Anu 2012. Toteutuuko pitkä, terve elämä? Tiede-lehti 9/2012. Viitattu 3.11.2016.

http://www.tiede.fi/artikkeli/jutut/artikkelit/toteutuuko_pitka_terve_elama

Yle Areena. Tukea taiteesta osa ¼. Kirjallisuus. Viitattu 1.11.2016.

<http://areena.yle.fi/1-3112063?autoplay=true>

LIITTEET

LIITE 1. Luovan kirjoittamisen harjoitukset

LIITE 2. Powerpoint-esitys

LIITE 3. "AfoPub innosti leikittelemään sanoilla" Etelä-Uusimaa nro 39,
21.5.2015

LIITE 1. Luovan kirjoittamisen harjoitukset

Seuraavilla sivuilla on yhteensä 6 valmista matalan kynnyksen kirjoitusharjoitusta. Kukin kirjoitustehtävä on omalla sivullaan.

Ohje:

Harjoitukset voi suoraan kopioida tai tulostaa tästä ja mikäli kyseessä on ohjattu ryhmätilanne, voi vetäjä lisätä ensimmäisen sivun ylälaitaan omat tietonsa niin halutessaan (paikka, päivämäärä, nimi ja yhteystiedot), tai poistaa ylimääräiset kohdat, ja jakaa valmiin tulostenipun osallistujille. Osallistujat voivat siten kirjoittaa tehtävien kohtiin suoraan.

Kirjoitustehtävät ovat järjestyksessä siten, että helpoimmin lähestyttävä on ensin ja tehtävien keskimääräinen vaikeustaso nousee hieman loppua kohden.

Harjoitukset järjestyksessä:

- Verrytellään (A ja B)
- Yhdyssanarimpsut
- Mikä puhuttelee sinua juuri tänään?
- Lainasanasta vähäsen, nykäsafosta ei päivääkään
- Kansanviisauksien kenneli
- Valot, kamera, käy!

Paikka/kurssi/muu tieto ja päivämäärä
IloAfo-työpaja

#IloAfo

vetäjän nimi
vetäjän yhteystiedot

Nimi/nimimerkki:

Verrytellään

A

- Suosikkiherkkuni:
- Suosikkivärini:
- Suosikkivaatteeni:
- Suosikkipaikkani:
- Suosikkikuukauteni:
- Suosikkibändini/-artistini:
- Suosikkikappaleeni:
- Suosikkieläimeni:
- Suosikkipäiväni:
- Suosikkitekemiseni:

B

- Kun olen yksin ja kukaan ei näe...
- Tästä kappaleesta osaan sanat...
- Eniten käyttämäni sana/huudahdus:
- Kun olen parhaassa seurassa...
- Kun olen epävarma...
- En voi sietää...
- Kun olen itsevarma...
- Kun viimeksi itkin...
- Silloin kun laiskottaa...
- Kun viimeksi nauroin...

Yhdyssanarimpsut

1. Pyydä vieruskaverilta yhdyssana.
2. Kirjoita mahdollisimman pitkä yhdyssana: saamasi sana on yhdyssanan "pohja", jonka ympärille yhdyssanarimpsu rakentuu.

Esim.

Pillimehu --> **pillimehu**jäämurtaja

Kissanhiekkä ---> **kissanhiekkä**pussikaljamahatautilääkäriharjoittelijakokous

Kohtausvalikko --> itkunauru**kohtausvalikko**apaja

Mikä puhuttelee sinua juuri tänään?

1. Tee kolme havaintoa ympäristöstäsi ja kirjoita ne ylös.

Havainnot:

2. Jatka lauseita käyttämällä kirjoittamiasi sanoja ja täydentämällä lause kokonaiseksi.

- Minä olen...
- Maailma on...
- *Kaverisi nimi* on...

Esim.

Minä olen **pronssinen lautanen**, vanha ja arvokas tai juuri painettua sekundaa – joku minut silti varastaa. / Maailma on kuin **kello**, joka jätättää.

Jes, teit aforismeja!

Lainasanasta vähäsen, nykäsafosta ei päivääkään

Valitse suomen kieleen tullut lainasana ja rakenna siitä nk. Nykäsafo (esim. "Elämä on laiffii").

Esim. Love on rakkautta / Heitä zoukki ihan vitsinä / Vain action on toimintaa / Hyvät frendit on kavereita keskenään / Kaikessa yksinkertaisuudessaan elämä on simppeleä / Respektiä ei ole ilman kunnioitusta

Lainasanoja:

hani iisi fani lani(t) kreisi dinneri brändi triplata
 böönaut selfie googlettaa rulettaa (k)nouhau depitti kreditti
 öbaut(tiarallaa) taffi staffi instata feikki steissi wörkkiä likettää
 boldata trimmata tuunata bisnes hänsvrii blokki luukki

Kansanviisauksien kenneli

Valitse vanha suomalainen sananlasku ja muuta se nykyiseen elinympäristöösi tai kotipaikkaasi sopivaksi.

Voisiko sananlaskun ikaalilaistaa, lohjalaistaa, tamperelaistaa, raaseporilaistaa, savolaistaa, suvelalaistaa, helsinkiläistää, oululaistaa...?

1. Haukkua väärää puuta
2. Heittää kirves kaivoon
3. Ottaa ohraleipä
4. Ripustaa rukkaset naulaan
5. Jäädä kiinni rysän päältä
6. Ajaa kaksilla hevosilla
7. Ei kannettu vesi kaivossa pysy
8. Ojasta allikkoon
9. Ottaa siipiensä suojaan
10. Puurot ja vellit sekaisin
11. Selvä pyy
12. Saada vettä myllyyn
13. Puhtaat jauhot pussissa
14. Paistaa se päivä risukasaankin
15. Suo siellä, vetelä täällä
16. Äänellään se lintukin laulaa
17. Eilisen teeren poikia
18. Happamia, sanoi kettu pihlajanmarjoista
19. Parempi pyy pivossa kuin kymmenen oksalla
20. Millainen isäntä, sellainen renki

Valot, kamera, käy!

Ensin:

Kirjoita kolme listaa.

1. Kirjoita pieni lista asioista ja esineistä, joita tavalliseen päivääsi kuuluu.
2. Kirjoita pieni lista kaikenlaisia paikkoja. Paikat voivat olla tiettyjä, erisnimin nimettyjä (kuten Helsinki, Oulu, Pohjankuru, Mustionjoki, Fiskars) tai yleisnimensiä paikkoja (kuten tie, metsä, puisto, kaupunki, kylä, saari, järvi).
3. Kirjoita pieni lista nimistä, jotka olet joskus kuullut. Nimet voivat olla ihmisten tai eläinten nimiä.

Sitten:

Kirjoita pieni tarina tai kuvaus jostakin tapahtumasta, jossa käytät listojesi sanoja. Yhdistele ja keksi vapaasti. Lopputulos saa olla millainen vain.

LIITE 2. Powerpoint-esitys

Seuraavat 16 kuvaa ovat Powerpoint-dioja esityksestä, jonka kävin läpi kaikilla kolmella IloAfo-oppilaitosvierailulla. Ääneen puhuttuna ja kaikkine taukoineen koko IloAfo-kokonaisuuden läpikäyntiin (kaikki 16 diaa) kului näiden kolmen ryhmän kanssa kaksi tuntia (120min).

Miten Powerpoint-esitystä käytin:

Kansilehti oli näkyvillä alun esittäytymisen ja yhteisen käytettävissä olevan ajan läpikäynnin ajan. Samalla kysyin, kuinka tuttu ammattinimike kulttuurituottaja on ja kävikin ilmi, että kaikki kolme ryhmää halusi, että avaan kyseisen termin.

Diat 2-8 ovat ensimmäisen noin 45 minuutin luento- ja alustusosuuden materiaalia, dia 9 merkitsi taukoa ja loput 10-15 ovat IloAfo-kirjoitusharjoituksia, jotka olivat yksi kerrallaan näkyvillä samanaikaisesti, kun kutakin tehtävää tehtiin. Dia 16 on IloAfo-kerran lopettava kiitos- ja yhteystietodia. Kuten edellä jo mainitsin, näiden kahden osuuden, teorian ja käytännön välissä pidettiin 15 minuutin tauko (dia 9). Ryhmän tahdista riippuen harjoituksista tehtiin keskimäärin noin neljä ensimmäistä. Harjoitusten välissä pidettiin ryhmästä riippuen yksi tai kaksi noin 5-15 minuutin taukoa.

DIA 1



IloAfo

Anu Soini

Kulttuurituottajaopiskelija

Humak



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

www.humak.fi



DIA 2

Jaa että mikä oli...?

- IloAfo on idea, väline, kirjoitusharjoitusten patteristo, jota voi käyttää työpajatyypillisesti tai itsekseen kirjoittamisen innoittajana
- Opinnäytetyö: Hyvinvointia kirjoittaen
 - Aivojumppaa, itseilmaisua, pohdintaa ja sen konkretisointia, hassuttelua, ajanvietettä
- Tavoitteena on kokeilukulttuuria hyödyntäen luoda kevytrakenteinen hyvinvoinnin työkalu
 - IloAfo sopii kaikille kirjoitus- ja lukutaitoisille
 - Yksin tai yhdessä
 - Ei välineurheilua, ei taitovaatimuksia, ei stressiä
 - Kuka vain voi pitää oman IloAfonsa



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

DIA 3



AfoPub Mopobaarissa, Kontulassa. Kuva: Jaime Culebro

IloAfo perustuu Vetovoimaa kulttuurikeskuksiin –hankkeen pilottiin nimeltä AfoPub

<http://www.humak.fi/uutiset/afo-pub-kontulassa/>



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

DIA 4

www.humak.fi

www.humak.fi



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

DIA 5

Kuvat: AfoPub-kuvituskuvaa, humak.fi

www.humak.fi

Pubiaforismikirja on saatavilla
ilmaiseksi pdf-versiona:

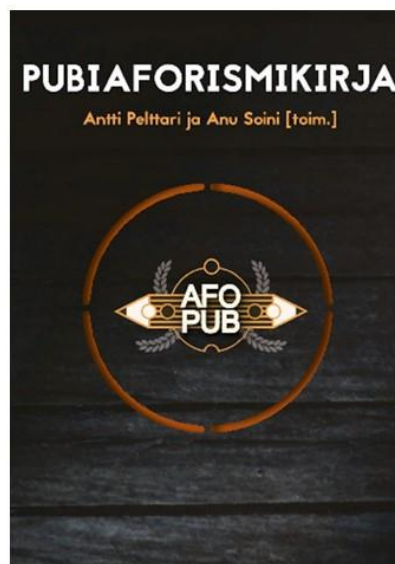
[http://www.humak.fi/julkaisut/
pubiaforismikirja/](http://www.humak.fi/julkaisut/pubiaforismikirja/)

#AfoPub
#IloAfo
#Humak



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

DIA 6



www.humak.fi

Mitä väliä?

- ”Rentoutuminen lisää eri aivojen osien välistä vuorovaikutusta, jolloin voi syntyä uusia mielikuvia ja ratkaisumalleja. Siksi rentous tehostaa luovuutta, mielikuvitusta ja kykyä oppia. Rentoutuminen lisää voimavaroja säädellä itseä, omia tunteita, mielihaluja ja impulsseja. Se auttaa siten toimimaan paremmin nykyhetkessä. Kyky pysähtyä hetkeksi ja vetää henkeä auttaa huomaamaan olennaisen. Keskittymiskyky parantuu.”
- ”Harrastukset antavat mahdollisuuden käyttää taitoja ja lahjakkuuksia, mikä lisää kokemusta elämän mielekkyydestä.”
- ”On todettu, että aktiivinen kulttuuriharrastus on yhteydessä koettuun terveyteen, hyvän elämän kokemuksiin, sekä pitkään ikään. -- Yksilötasolla taidekokemukset liittyvät myös parempaan elämänhallintaan. -- Kulttuurin ja taiteen avulla voi kaiken ikäisenä nauttia arjen estetiikasta, toteuttaa itseään ja keskittyä mielihyvää tuottaviin asioihin. Niiden harrastaminen opettaa myös sietämään keskeneräisyyttä ja tarttumaan hetkeen.”

Lainaukset ovat suoria poimintoja Suomen Mielenterveysseuran verkkosivulta:
<http://www.mielenterveysseura.fi>



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

www.humak.fi

DIA 7

Hyvinvointi on palapeli

- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos määrittelee termin ”hyvinvointi” näin:

”Hyvinvoinnin osatekijät jaetaan yleensä kolmeen ulottuvuuteen: terveyteen, materiaaliseen hyvinvointiin ja koettuun hyvinvointiin tai elämänlaatuun. Hyvinvointi-käsite viittaa suomen kielessä sekä yksilölliseen hyvinvointiin että yhteisötason hyvinvointiin. Yhteisötason hyvinvoinnin ulottuvuuksia ovat mm. elinolot, työllisyys ja työolot sekä toimeentulo. Yksilöllisen hyvinvoinnin osatekijöiksi taas luetaan sosiaaliset suhteet, itsensä toteuttaminen, onnellisuus ja sosiaalinen pääoma.”



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

www.humak.fi

DIA 8

- Millaisia asioita omaan hyvinvointiisi kuuluu?
- Mitkä asiat ovat niin tärkeitä, ettet voisi luopua niistä?
- Milloin erityisesti koet, että ”nyt voin hyvin”?
- Voitko vaikuttaa hyvinvointiin liittyviin asioihin ja jos voit, maksaako se vaivan?



Penttälän saari, Espoo. Kuva: Anu Soini



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

DIA 9

www.humak.fi

Tauon paikka!



Installatio, osa Lux Helsinkiä, Fiskarsin kylä, Fiskarsin ruukki. Kuva: Anu Soini



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

DIA 10

www.humak.fi

A

1. Suosikkiherkkuni:
2. Suosikkiväriini:
3. Suosikkivaatteeni:
4. Suosikkipaikkani:
5. Suosikkikuukauteni:
6. Suosikkibändini/-artistini:
7. Suosikkikappaleeni:
8. Suosikkieläimeni:
9. Suosikkipäiväni:
10. Suosikkitekemiseni:



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

DIA 11

Verrytellään

B

1. Kun olen yksin ja kukaan ei näe...
2. Tästä kappaleesta osaan sanat:
3. Eniten käyttämäni sana/huudahdus:
4. Kun olen parhaassa seurassa...
5. Kun olen epävarma...
6. En voi sietää...
7. Kun olen itsevarma...
8. Kun viimeksi itkin...
9. Silloin kun laiskottaa...
10. Kun viimeksi nauroin...

www.humak.fi

Yhdyssanarimpsut

1. Pyydä vieruskaverilta yhdyssana.
2. Kirjoita mahdollisimman pitkä yhdyssana: saamasi sana on yhdyssanan ”pohja”, jonka ympärille yhdyssanarimpsu rakentuu.

Esim.

Pillimehu → **pillimehujäämurtaja**

Kissanhiekk →

kissanhiekkapussikaljamahatautilääkäriharjoittelijakokous

Kohtausvalikko → itkunaurukohtausvalikkoapaja



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

DIA 12

www.humak.fi

Mikä puhuttelee sinua juuri tänään?

1. Tee kolme havaintoa ympäristöstäsi ja kirjoita ne ylös.
2. Jatka lauseita käyttämällä kirjoittamiasi sanoja ja täydentämällä lause kokonaiseksi.
 - Minä olen...
 - Maailma on...
 - *Kaverisi nimi* on...

Jes, teit aforismeja!

Esim.

Minä olen **pronssinen lautanen**, vanha ja arvokas tai juuri painettua sekundaa – joku minut silti varastaa.

Maailma on kuin **kello**, joka jätättää.



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

www.humak.fi

DIA 13

Lainasanasta vähäsen, nykäsafosta ei päivääkään

- Valitse suomen kieleen tullut lainasana ja rakenna siitä nk. Nykäsafo (esim. "Elämä on laiffii").

Lainasanoja:

Hani	Googlettaa
Iisi	Rulettaa
Fani	(k)nouhau
Lani(t)	Depitti
Kreisi	Kreditti
Dinneri	Öbaut (tiarallaa)
Brändi	Taffi
Triplata	Staffi
Böönaut	Instata
Selfie	Feikki

Steissi
Wörkkiä
Likettää
Boldata
Trimmata
Tuunata
Bisnes
Hänsvrii
Blokki
Luukki

Esim.

Love on rakkautta

Heitä zoukki ihan vitsinä

Vain action on toimintaa

Hyvät frendit ovat kavereita keskenään

Kaikessa yksinkertaisuudessaan elämä on simppeleä

Respektiä ei ole ilman kunnioitusta



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

www.humak.fi

DIA 14

Kansanviisauksien kenneli

- Valitse vanha suomalainen sananlasku ja muuta se nykyiseen elinympäristöösi tai kotipaikkaasi sopivaksi. Voisiko sananlaskun ikaalilaistaa, lohjalaistaa, tamperelaistaa, raaseporilaistaa, savolaistaa, suvelalaistaa, helsinkiläistää, oululaistaa...?
- | | |
|-----------------------------------|---|
| 1. Haukkua väärää puuta | 11. Selvä pyy |
| 2. Heittää kirves kaivoon | 12. Saada vettä myllyyn |
| 3. Ottaa ohraleipä | 13. Puhtaat jauhot pussissa |
| 4. Ripustaa rukkaset naulaan | 14. Paistaa se päivä risukasaankin |
| 5. Jäädä kiinni rysän päältä | 15. Suo siellä, vetelä täällä |
| 6. Ajaa kaksilla hevosilla | 16. Äänellään se lintukin laulaa |
| 7. Ei kannettu vesi kaivossa pysy | 17. Eilisen teeren poika |
| 8. Ojasta allikkoon | 18. Happamia, sanoi kettu pihlajanmarjoista |
| 9. Ottaa siipensä suojaan | 19. Parempi pyy pivossa kuin kymmenen oksalla |
| 10. Puurot ja vellit sekaisin | 20. Millainen isäntä, sellainen renki |



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

www.humak.fi

DIA 15

Valot, kamera, käy!

1. Kirjoita pieni lista asioista ja esineistä, joita tavalliseen päivääsi kuuluu.
2. Kirjoita pieni lista kaikenlaisia paikkoja. Paikat voivat olla tiettyjä, erisnimin nimettyjä kuten Helsinki, Oulu, Pohjankuru, Mustionjoki tai Fiskars tai yleisnimisiä paikkoja, kuten tie, metsä, puisto, kaupunki, kylä, saari, järvi.
3. Kirjoita pieni lista nimistä, jotka olet joskus kuullut. Nimet voivat olla ihmisten tai eläinten nimiä.

Sitten:

Kirjoita pieni tarina tai kuvaus jostakin tapahtumasta, jossa käytät tekemiesi listojen sanoja. Yhdistele ja keksi vapaasti. Lopputulos saa olla millainen vain.



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

www.humak.fi

DIA 16

Kiitos-dia, jossa ovat yhteystietoni.

AfoPub innosti leikittelemään sanoilla

(Raasepori) Karjaalla Art Café Serendipityssä kokoon-tui toukokuussa kirjoittavien ihmisten ryhmä AfoPubin merkeissä. AfoPubissa ru-noitui, pohdittiin vanhojen sananlaskujen merkityksiä ja tehtiin erilaisia kirjoittamisen harjoitteita sekä nautittiin yhdessä olemisesta.

-Kutsuin Serendipityyn Raaseporin kansalaisopis-ton luovan kirjoittamisen ryhmän. Tarkoituksena oli kokeilla, kuinka AfoPub täl-laisella ryhmällä toimii, ja tutkia miten konseptia pitäisi muokata seuraavaksi. Pohdin, voisiko niin sanottu luovan kirjoittamisen ilta olla kin-nostava muunlaisillekin koh-deryhmille. Humanistisessa ammatikorkeakoulussa eli Humakissa kulttuurituottajak-si opiskeleva ja AfoPub-illan järjestänyt Anu Soini kertoi.

Serendipityn AfoPub-il-ta oli jatkua alkuvuodesta tehdyille varsinaiselle Afo-Pub-kierueelle, jonka koh-deryhmänä olivat pubien Opetus- ja kulttuuriministeri-ön tukema pilotti, joka kuuluu Vetovoimaa kulttuurikeskuk-siin -hankkeeseen. Mukana AfoPubin toteuttamisessa oli kulttuurikeskus Stoa, jo-ka juhli Satatiekikuunkaun-ta hankkeen merkeissä.

**Kulttuurila
on kaikkialla**

AfoPubin idea sai alkunsa

siitä, kun Helsingin kaupun-ginjohtaja ilmoitti olevansa sitä mieltä, että esimerkiksi Helsingin Kontulan ostoskes-kuksessa toimivia pubeja tuli-si ajaa alas. Vastauksena tälle Humakin väki päätti osoittaa, että pubit eivät ole ainoastaan sitä millä ne ehkä päälle päin näyttäivät, ja että kulttuuria löytyy myös sieltä, mistä sitä ei ehkä odottaisi löytävänsä.

-Pilotti nimellä haluttiin paitsi kertoa illan teemasta, myös hiukan herättää ihme-tystä. AfoPubin voisikin sa-noa tarkoittavan "aforismeja pubeissa", Soini totesi.

AfoPub-kierueella muun muassa muutamat Humakin lehtioreista ja opiskelijoista vierailivat neljässä itähel-sin-kilaisessa pubissa keraamassa kanta-asiakkailta mietelau-seita. Näistä mietelauseista aiotaan koota näytelly Stoa:n tiloihin sekä kirja, joka jul-kaisaan todennäköisesti syk-syllä.

-Kahdesta pubista saimme paljon materiaalia, kahdesta sitten taas hieman vähem-män. Vetovoimaa kulttuurim-keskuksiin -hanketta ja siihen kuulunutta AfoPub-pilottia vetävä Humakin lehtori Arto Lindholm kertoi.

Pubeissa vierailleet huo-masivat ilokseen, että pubien asiakkaat olivat kiinnostuneita erilaisista harjoitteista ja osallistuvast mielellään Afo-Pubin.

-Täytyy myöntää, että



Karjaan Art Café Serendipityssä kokeiltiin AfoPub-illaa luovan kirjoittamisen harrastaji-en kesken. Illan järjestänyt Humakin kulttuurituottajaopiskelija Anu Soini on sitä mieltä, että AfoPub voisi sopia Raaseporiin hyvin.

meidät yllätti saamamme vas-taanotto. Lindholm hymyili.

-Tavoitteena oli, että sai-simme osallistettua sellaisia ihmisiä, jotka eivät perintei-sesti käyvä kulttuuripalve-luita, eivätkä ole luovan kir-jottamisen tai aforismin harrastajia. Heillä oli meille paljon annettavaa, hän totesi.

Myös Serendipityn Afo-

Pub oli onnistunut. Illan järjestänyt Soini kertoo va-linneensa Serendipityn ko-koontumispaikaksi siksi, että se oli sijainniltaan ja ilma-piiriltään juuri tälle ryhmälle sopiva.

-Tämä AfoPub oli ikään kuin pilotti pilotti, eli lähdin kokeilemaan teemallista lähes puoleen väliin. AfoPubin

Ilta onnistui hienosti, ja sain paljon hyviä ajatuksia ja ha-vaittoja AfoPubin kehittämi-seen liittyen, Soini iloitasi.

-On mahdollista että ke-sän mittaan kokoan saman ryhmän yhteen, sillä moni heistä jotka eivät tällä kertaa päässeet, olivat kiinnostuneita AfoPubista ja toivoivat sa- vansa uuden tilaisuuden osal-

listua, hän jatkoi.

**Luova,
elävä konsepti**

Soini on onnistuneiden AfoPub-iltojen jälkeen toivei-kas sen suhteen, että luovan kirjoittamisen teemakoon-turmisista muodostuisi jon-kinlainen ilmiö. Tästä syys-tä suunnitelmassa on muun muassa AfoPubin omien verkkosivujen perustaminen.

-Sivuille voisi kuka ta-hansa käydä lisämassa oman aforisminsa. Toivomme, että tuleva kirja innoittaisi ihmisiä jakamaan omia mietelausei-taan, Soini tuumi.

Tältä erää viralliset Afo-Pub-illat ovat takana päin. Kiinnostuneet voivat kuitenkin halutessaan tarttua ideaan ja järjestää omia iltojaan.

-Kuka tahansa voi järjestää AfoPubin. Ideaan voi vapaas-ti tarttua kuka vaan, vaikkapa yksityishenkilöt tai kaupungin kulttuuritoimi. Soini totesi.

Soini muistuttaa, että Afo-Pubin tarkoitus ei ole olla va-kava tai kaavamainen.

-AfoPub on elävä ja so-peutuva konsepti, joka muo-toutuu kulloisenkin ryhmän mukaiseksi luovaksi tilan-teeksi, Soini painotti.

-Raaseporin paiksin AfoPu-bin sopivan hyvin, sillä se voisi olla luonteva tilaisuus kielyryh-mille kohdata toisensa, ja ren-noissa merkeissä jähkiä omaa aidiinkieltä sekä alueen kaksikiel-lisyyttä, Soini pohdi. -hs-