



Osaamista  
ja oivallusta  
tulevaisuuden  
tekemiseen

Riitta Huttunen ja Nina Tuittu

## Error – taide – toipuminen

Toimintaterapeutin rooli taidelähtöisessä mielenterveys-  
työssä

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Toimintaterapia AMK

Toimintaterapian tutkinto-ohjelma

Opinnäytetyö

27.3.2019

Tekijät Otsikko	Riitta Huttunen, Nina Tuittu Error – taide – toipuminen Toimintaterapeutin rooli taidelähtöisessä mielenterveystyössä
Sivumäärä Aika	44 sivua + 2 liitettä 27.3.2019
Tutkinto	Toimintaterapia AMK
Tutkinto-ohjelma	Toimintaterapian tutkinto-ohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	Toimintaterapeutti
Ohjaajat	Lehtori Janett Halonen Lehtori Mira Lönnqvist
<p>Taide ja kulttuuri ovat löytämässä paikkaansa sosiaali- ja terveydenhuollossa (sote) sekä hyvinvoinnin ja terveyden edistämässä (hyte). Kulttuuriset oikeudet, mahdollisuus osallistua taidetoimintaan, pitäisi kuulua kaikille ihmisoikeutena. Ne olisi turvattava kaikille erityistä tukea kulttuuriin osallistumiseen tarvitseville. Opinnäytetyö on syntynyt tarpeesta tarkastella toimintaterapeutin roolia ja ammatti-identiteettiä taidelähtöisessä mielenterveystyössä. Tavoitteena ovat olleet synergian ja synteiesien muodostaminen toimintaterapian, toipumisorientaation ja taidelähtöisen toiminnan välille sekä keskustelun herättäminen aiheesta ja poikkitoimialaisen tiedon lisääminen. Opinnäytetyön työelämän yhteistyökumppanina on ollut Kukurori ry, valtakunnallinen mielenterveyden ja kulttuurin liitto.</p> <p>Jotta voi ymmärtää toimintaterapeutin roolia taidelähtöisessä mielenterveystyössä, on ymmärrettävä aihetta laaja-alaisesti: 1) mitä taidelähtöisellä toiminnalla tarkoitetaan, 2) miten taide- ja kulttuuritoiminta sijoittuu osaksi ihmisoikeuksia ja kulttuurisia oikeuksia, sekä 3) kuntoutumismuotona osaksi sotea ja hyteä, 4) miten toimintaterapian keskeiset periaatteet, kuten asiakaslähtöisyys ja usko toiminnan voimaan, sopivat yhteen taidetoiminnan kanssa, sekä 5) mikä on mielenterveystyöhön soveltuva viitekehys ja miten se läpäisee taidetoiminnan.</p> <p>Opinnäytetyö muodostuu kirjallisuuskatsauksesta ja seminaarista: Ihminen on hyvä asia – soten, hyten ja kulttuurin yhdyspinnoilla. Tiedonkeruun tuloksena analysoitiin viittä aiheeseen liittyvää artikkelia. Viitekehystenä käytettiin toipumisorientaatiomallia mielenterveystyössä sekä toimintaterapian teoriaa luovuudesta.</p> <p>Kirjallisuuskatsauksen tulosten perusteella taidelähtöisillä menetelmillä on paikkansa mielenterveyden kentällä sekä toipumisorientaation että toimintaterapian näkökulmasta. Toimintaterapeutin roolin kannalta on tärkeää tunnistaa taidetoiminta osana toipumisorientaatiomallia: toivo, osallisuus, kohtaaminen ja toimijuus. On selvästi nähtävissä, että taidetoiminta läpäisee hyvin kaikki toipumisorientaation keskeiset osa-alueet. Taidetoiminnalla voidaan edistää toipumista.</p>	

Avainsanat	toimintaterapia, taidelähtöiset menetelmät, taide, kulttuuri, mielenterveys, toimisorientaatio, kulttuuriset oikeudet
------------	---

Authors Title	Riitta Huttunen, Nina Tuittu Error – Art – Recovery The Role of the Occupational Therapist in Art-based Mental Health Work
Number of Pages Date	44 pages + 2 appendices 27 March 2019
Degree	Bachelor of Health Care
Degree Programme	Occupational Therapy
Specialisation option	Occupational Therapy
Instructors	Janett Halonen, Senior Lecturer Mira Lönnqvist, Senior Lecturer
<p>Art and culture are finding their place in social and healthcare (sote) and in promoting well-being and health (hyte). Cultural rights, the opportunity to participate in art, should be a human right for everyone. These rights should be guaranteed to all those who need special support for cultural participation.</p> <p>The thesis was born of the need to examine the role of an occupational therapist and their professional identity in art-based mental health work. The aim was to create synergies and syntheses between occupational therapy, recovery orientation, and art-based activities, and to stimulate debate on the subject and increase cross-sectoral information. The thesis was carried out in collaboration with Kukulori ry, the national association of mental health and culture.</p> <p>In order to understand the role of the occupational therapist in art-based mental health work, one has to understand the subject broadly: 1) what art-based activity means, 2) how art and cultural activities are part of human rights and cultural rights, and 3) as a form of rehabilitation in social and health care and in promoting well-being and health, 4) how the key principles of occupational therapy, such as customer orientation and belief in occupation, fit together with artistic activity and 5) what the frame of reference for mental health work is and how it transcends artistic activity.</p> <p>The thesis consists of a literature review and a seminar: Being human is a good thing - at the interface of sote, hyte and culture. Five related articles were analysed. The frame of reference used was the recovery orientation model in mental health work and the theory of occupational therapy for creativity.</p> <p>Based on the results of the literature review, the use of art-based methods is verified in the field of health both from the perspective of recovery orientation and occupational therapy. From the point of view of the role of the occupational therapist, it is important to recognise artistic activity as part of the recovery orientation model: hope, participation, encounter and action. It is evident that the art-based methods cover all the key aspects of recovery orientation. It was also evident from the study that art-based occupation can promote recovery.</p>	

Keywords	occupational therapy, art-based methods, art, culture, mental health, recovery-orientation, cultural rights
----------	---

## Sisällys

1	Johdanto	2
2	Lähtökohdat	5
2.1	Tutkimuskysymykset	7
2.2	Tarkoitus ja tavoitteet	7
3	Teoreettinen tausta	11
3.1	Toipumisorientaation viitekehys	11
3.2	Luovuus	14
3.2.1	Luovuus osana toimintaterapiaa	15
3.2.2	Luova toiminta ja mielenterveyshäiriöt	18
3.3	Käsitteet	19
3.3.1	Mielenterveys	19
3.3.2	Taidelähtöisyys	21
4	Kirjallisuuskatsaus menetelmänä	24
4.1	Aineiston hankinta ja aineistopolut	24
4.2	Sisällönanalyysi	28
4.3	Kolme näkökulmaa	29
4.3.1	Toimintaterapeutin rooli	30
4.3.2	Taidelähtöisen toiminnan menetelmät	32
4.3.3	Toipumisorientaation viitekehys	32
4.4	Toipumisorientaation keskeiset osa-alueet	33
4.4.1	Toivo – sinun unelmasi ja toiveesi	33
4.4.2	Osallisuus – sinä päätät	34
4.4.3	Kohtaaminen – sinä olet tärkeä sellaisena kuin olet	34
4.4.4	Toimijuus – sinun näkemyksesi ja kokemuksesi	35
5	Pohdinta	36
	Lähteet	39
	Liitteet	
	Liite 1. Taulukko artikkelien teemoista	
	Liite 2. Seminaari	

## 1 Johdanto

”Taiteilijat ovat ihmisiä, jotka eivät osaa katsoa sivusta.” – Aaro Hellaakoski

Opintojemme alkumetreillä tutoropettajamme sanoi, että toimintaterapian asiakaskuntana on koko yhteiskunta. Tulevina toimintaterapeutteina haluaisimme nähdä, millainen rooli toimintaterapeuteilla voi olla taidelähtöisen toiminnan yhtenä mahdollistajana mielenterveystyössä, mielenterveyden ja hyvinvoinnin edistämisessä. Miten taidelähtöinen toiminta taipuisi osaksi toimintaterapeutin ammatti-identiteettiä?

Taiteisiin osallistumisen terveys- ja hyvinvointivaikutuksia on todennettu laajasti lukuisissa kansainvälisissä sekä kotimaisissa tutkimuksissa (Lehikoinen & Vanhanen 2017). Taiteen ja ilmaisun luonteeseen kuuluu, että sen kokeminen ja tekeminen ovat pohjimmiltaan ihmisenä kehittymistä. Taiteen avulla ihminen voi työstää maailmassa olemisen peruskysymyksiä. Taide on sekä yksilöllistä että kollektiivista kokemista. Se vaikuttaa paitsi suoraan yksilöön myös yhteiskuntaan.

Taiteisiin osallistuminen voi tarjota ratkaisuja yhteiskuntamme epäkohtiin, kuten erilaisten ryhmien eriarvoisuuteen (Lehikoinen & Vanhanen 2017). Taidetoiminnalla voidaan muun muassa vahvistaa yksilön sosiaalisia taitoja ja rohkeutta toimia. Sitä voidaan käyttää kuntoutuksen tukena, ja esimerkiksi keinona kiinnittää nuoria osaksi yhteiskuntaa. Taidetoiminnalla voidaan vahvistaa itsetuntemusta ja toiminnallista identiteettiä. (Känkänen 2013: 34; Eskola 1998: 19.) Vahvistuneen toiminnallisen identiteetin avulla voidaan saavuttaa toimijuuden ja osallisuuden kokemuksia omassa elämässä, yhteisössä ja yhteiskunnassa.

Professori Mihályi Csikszentmihályin mukaan elämä saa merkityksellisyyttä erityisesti silloin, kun ihminen kokee tunnetta, että hän on itse osallisena elämänsä sisällön määrittämisessä (Csikszentmihályi 1990: 19). Osallisuuden edistäminen on yhteiskunnallisestikin ajankohtainen aihe. Osallisuuden lisääminen liittyi Sipilän hallitusohjelman 2025 tavoitteisiin. Yksi kärkihankkeista oli terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen sekä eriarvoisuuden vähentäminen. Hallituksen tavoitteena oli edistää mielenterveyttä sekä ehkäistä yksinäisyyttä. (Valtioneuvosto 2015a: 21.)

Yhteiskunnallisesti katsottuna taide ja kulttuuri ovat löytämässä paikkaansa sosiaali- ja terveydenhuollossa (sote) sekä hyvinvoinnin ja terveyden edistämisessä (hyte) (Valtioneuvosto 2019). Opetus- ja kulttuuriministeriö julkaisi joulukuussa 2018 yhdessä

sosiaali- ja terveysministeriön kanssa suosituksen maakuntien ja kuntien vastuusta parantaa taiteen ja kulttuurin saavutettavuutta sosiaali- ja terveydenhuollossa. Suosituksen tavoitteena on niin sanotun prosenttitaiteen periaatteen laajentaminen. Sillä tarkoitetaan periaatteellista päätöstä käyttää määrärahoista tietty osa taiteeseen. Visuaalisen taiteen lisäksi mukana ovat muut taiteen lajit, esimerkiksi musiikki ja teatteri, sekä laajemmin kulttuuri. Jotta suosituksessa esitettyihin tavoitteisiin päästäisiin, tulisi taiteenalojen ja kulttuuripalvelujen tarjontaa ja käyttöä lisätä sosiaali- ja terveydenhuollon hoito- ja asiakastyössä. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2018.) Myös toimintaterapia-alan tulee olla valvutunutta ja sitoutunutta taiteen ja kulttuurin käyttöön sekä tunnustaa sen terveys- ja hyvinvointivaikutuksia.

Poikkitoimialaisina taide sekä kuntoutus- ja hyvinvointiala tarjoavat mahdollisuuden uudelleenlaiseen toimintaan, jossa molemmat osapuolet voivat oppia toisiltaan. Parhaimmillaan taide ja sen soveltava käyttö voi tarjota innovatiivista ja kestävästi kehityksen mukaista toimintaa osana kuntoutusta. (von Branderburg 2008.) Hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi yhdyspinoilla on tärkeä rooli. Yhdyspinoilla tarkoitetaan kahden tai useamman organisaation välille syntyviä yhteistyön paikkoja ja toiminnallisia rajoja. Ajan-kohtaisen sote- ja maakuntauudistuksen myötä syntyy uudenlaisia yhdyspintoja. Asiakkaat tulevat kulkemaan yhdyspintojen läpi eri palvelujen tuottajien välillä. Yhdyspinnat voivat mahdollistaa matalan kynnyksen palveluja, erityisesti kokoamalla yhteisen katon alle saman palvelun tuottajia. (THL 2019a.)

Työelämän yhteistyökumppanimme Kukunori ry, mielenterveyden ja kulttuurin liitto, on hyvä esimerkki yhdyspintojen toimijasta. Se on kulttuurialan ammattilaisten ja mielenterveystoimijoiden yhteinen kattojärjestö, jolla on 35 paikallista ja valtakunnallista jäsenjärjestöä. Kukunorin toiminnanjohtaja Markus Raivion mukaan toimijuus vaatii kumppanuutta. Kulttuuri ja taide voivat auttaa tekemään näkymättömästä (kuten normit, arvot, asenteet, tavat) näkyvää. Hän käyttää esimerkkinä Pertti Kurikan Nimipäivät -yhtyettä, jonka menestys Euroviisuissa vuonna 2015 muutti suuren yleisön suhtautumista kehitysvammaisten tekemään musiikkiin. (Raivio 2018.)

Taiteella ja kulttuurilla on paikkansa sotessa ja hytessä, mutta taide on myös arvokasta kulttuurista pääomaa ilman, että sillä tavoitellaan hyvinvointivaikutuksia. Tai kuten Andrei Tarkovski on sanonut: ”Taide ei ajattele loogisesti, ei formuloi käyttäytymisen logiikkaa, vaan ilmentää omaa uskonsanomaansa” (Tarkovski 1989: 63).



Taiteella ja kulttuurilla on vahva sidos ihmisoikeuksiin ja lakeihin, kuten yhdenvertaisuuslakiin tai tekijänoikeuslakiin.

YK:n Ihmisoikeusjulistuksen 27. artikla:

1. Jokaisella on oikeus vapaasti osallistua yhteiskunnan sivistyselämään, nauttia taiteista sekä päästä osalliseksi tieteen edistyksen mukanaan tuomista eduista.
2. Jokaisella on oikeus niiden henkisten ja aineellisten etujen suojaamiseen, jotka johtuvat hänen luomastaan tieteellisestä, kirjallisesta tai taiteellisesta tuotannosta.

Kulttuuriset oikeudet, mahdollisuus osallistua taidetoimintaan ja yhteiskunnan sivistyselämään, pitäisi kuulua kaikille ihmisoikeutena, ja ne tulisi turvata myös kaikille erityistä tukea tarvitseville. (YK:n ihmisoikeuksien yleismaailmallinen julistus 1948, artikla 27.) Gary Kielhofnerin (1985) luoman Inhimillisen toiminnan mallin (MOHO) mukaan, toimintaterapian ytimeen kuuluu osallistumisen mahdollistaminen. Toiminnallisesti oikeudenmukaisemman maailman saavuttaminen vaatii kuitenkin asennemuutosta. Toimintaterapeuteilla on ammatillinen, moraalinen ja eettinen velvollisuus edistää toiminnallista oikeudenmukaisuutta ja oikeutta toimintaan. (Kirsh 2015.)

Tulevaisuus on aina arvoitus, mutta jotakin siitä voidaan ennakoida. Ennakointiin tarvitaan herkkyyttä lukea ajanhenkeä ja ajassa tapahtuvia muutoksia, mutta myös alalla vallitsevien käytäntöjen tunnistamista sekä sosiaalipoliittisen kentän seuranta. Yhteiskunnallisilla olosuhteilla ja vallitsevalla arvomaailmalla sekä älyllisellä ja kulttuurisella ilmapiiirillä on suuri merkitys yksilön hyvinvointiin. Arvokeskustelun käyminen on merkityksellistä. Ajattelumme mukaan toimintaterapeutin tehtävä on tunnistaa erilaisten ihmisryhmien kulttuuriset tarpeet osana hyvinvointia.

## 2 Lähtökohdat

Opinnäytetyömme prosessi käynnistyi helmikuussa 2018 toimintaterapian syventävien opintojen myötä. Lähdimme liikkeelle taidelähtöisen toiminnan kartoittamisella haastatteluin. Haastattelimme poikkitoimialaisesti viittä eri henkilöä, jotka olivat: osallistavasta valokuvauksesta väitöskirjaa Aalto-yliopistoon tekevä Liisa Söderlund, taidelähtöistä toimintaa omassa työssään HUS:n psykiatrian akuuttiosastolla hyödyntänyt toimintaterapeutti ja ryhmätaideterapeutti Ira Hynninen-Sundelin, Taideyliopiston ArtsEqual-hankkeen varajohtaja, professori Kai Lehikoinen, Kukunorin toiminnanjohtaja Markus Raivio sekä Metropolian toimintaterapian lehtori Mari Rusi-Pyykönen.

Mielenterveyskuntoutajat valikoituivat kohderyhmäksi opinnäytetyömme työelämäkumppanin Kukunori ry:n kautta. Rajasimme opinnäytetyössämme mielenterveyskuntoutajat työikäisiin aikuisiin. Suomessa siirtyy joka päivä noin yhdeksän ihmistä masennuksen takia eläkkeelle. Joka kolmannen myönnetyn työkyvyttömyyseläkkeen taustalla on psyykkiset syyt (Pihlava 2018).

Mielenterveyden ongelmat koskettavat yhä useampaa suomalaista. Mielenterveysseuran arvion mukaan 1,5 % väestöstä sairastuu vuosittain johonkin mielenterveyden häiriöön, ja jopa 20 % suomalaisista kärsii mielenterveyden häiriöstä. Ainakin 10 % väestöstä kokee jossain elämän vaiheessa vakavan masennusjakson. (Mielenterveysseura n.d.) Kyse ei ole enää marginaalissa olevasta ilmiöstä. Lähes kaikilla meillä on kosketus mielenterveyden häiriöihin perheenjäsenten, ystävien tai työkavereiden kautta.

Mielenterveyskuntoutujiin liittyy paljon ennakkoluuloja ja henkilöt kokevat kantavansa voimakasta stigmaa, joka voi estää kuntoutujan normaalia arkea ja osallisuutta sekä syrjäyttää työelämästä. Taidelähtöisellä toiminnalla voidaan edesauttaa stigman vähentämistä. Stigman lisäksi erilaiset pelkotilat, ahdistus sekä elämän hallinnan ongelmat (esimerkiksi päivärytmin kadottaminen) ja yksinäisyys voivat estää osallisuutta. Yhtenä esimerkkinä taidelähtöisestä hankkeesta, jonka tavoitteena on rikkoa stigmaa, liittyen mielenterveyden ongelmiin ja päihteiden käyttöön, on Kukunorin Mental Beauty Recordsin yhdessä Ehkäisevän päihdetyö ry:n (EHYT ry) kanssa järjestämä #sevoisitollasinä -biisikilpailu (Kuvio 1).



Kuvio 1. Ehkäisevän päihdetyön verkoston sekä Mental Beauty Recordsin kevään 2019 #sevoisitollasinä -biisikilpailu, jonka tavoitteena on vähentää stigmaa. Lähde: Ehyt ry. <http://www.ept-verkosto.fi/sevoisitollasina>.

Taiteen voi nähdä voimana, joka muodostaa positiivista yhteyttä ja ymmärrystä ihmisten välille. Kuvataiteilija ja kirjailija Hannu Väisänen uskoo taiteen ja jatkuvan uteliaisuuden kasvattavan empatian määrää: ”Jos empatia vähenee, sietää yhä vähemmän ympärillä tapahtuvia muutoksia ja toisenlaisia ihmisiä. Silloin alkaa katkeroitua omasta iästä tai toisten menestyksestä. Mutta kun on utelias moneen suuntaan, empatia kasvaa myös.” (Järvi 2018.) Oma ennako-oletuksemme oli, että taidelähtöisellä toiminnalla voidaan vahvistaa ja tukea mielen hyvinvointia, että taide ja luova toiminta vaikuttavat ensisijaisesti mieleen ja tunteisiin.

Tunteiden tunnistamisen sekä niiden nimeämisen kokemuksiksi voi pelkistää käsitteeksi tunne. Tunteet ovat yksilöllisiä, kokijansa kokemuksia. Tunnereaktiot ovat yksilön kokemuksen tulkintoja. Ne voivat olla yksilön reaktioita kohdattuun, johon joku toinen yksilö voi reagoida toisellakin tavalla. Tunteet kulkevat elämässämme mukana kaikissa tilanteissa – hyvää elämää määrittelevät hyvät tunteet ja elämän vaikeudet palautuvat nekin tunteisiin. (Turunen 2004.) Taidetoiminnan luonteeseen kuuluu usein se, että se on projektiivista ”sisäisen maailman heijastamista”. Luovalla toiminnalla voidaan tuoda näkyväksi, visualisoida mielestä ja tunteista sellaistaakin, mitä ei voida vielä sanallistaa tai nähdä valmiina. ”Tunteiden neurologi” Antonio Damasio (2003) on sanonut: ”Emootiot ja tunteet eivät ole ylellisyyttä, ne ovat tapa viestittää henkistä tilaamme muille ihmisille.

Mutta ne myös opastavat meitä tehdessämme päätöksiä.” Nimensä mukaisesti emootiot saavat ihmisen liikkumaan, toimimaan. Taidetoiminnalla voidaan saada aikaan tunteisiin liikettä sekä vaikuttaa laajemmin kokemukseen ihmisen elämän merkityksellisyydestä.

## 2.1 Tutkimuskysymykset

Opinnäytetyömme on monimuotoinen: kirjallinen osa ja seminaari. Opinnäytetyön tekstiosuuden fokuksena on toimintaterapia-alan kansainvälinen tutkimustieto taidemenetelmien käytöstä mielenterveyskentällä kohderyhmänä työikäiset aikuiset. Työmme rungoksi valikoitui kuvaileva kirjallisuuskatsaus, jota olemme peilanneet toimintaterapian teoriaan luovuudesta sekä toipumisorientaation viitekehykseen.

Tutkimuskysymyksemme on: Millainen rooli toimintaterapeuteilla voi olla taidelähtöisen toiminnan yhtenä mahdollistajana mielenterveystyössä?

Seminaarin suunnittelu on auttanut meitä hahmottamaan, miten taidelähtöinen toiminta voi sijoittua osaksi sotea ja hytea. Opinnäytetyöprosessimme alusta lähtien meille on ollut tärkeää tunnistaa taide- ja kulttuuritoiminnan sote- ja hyte -kenttiin liittyvät rakenteet, roolit sekä velvoitteet. Ihminen on hyvä asia -seminaaripäivä osoitti, että kenttä on laaja. Osallistujia oli freelance taiteilijoista, sote-alan järjestötoimijoihin, palvelun tarjoajiin, opilaitoksiin, kuntien ja maakuntien edustajiin sekä rahoittajiin ja tutkijoihin. Kenenkään ei tarvitse enää yksin puhua taidelähtöisen toiminnan merkityksestä osana hyvinvointia.

## 2.2 Tarkoitus ja tavoitteet

Työelämän yhteistyökumppanimme Kukurin toiveena ja tarpeena oli nostaa taiteen ja kulttuurin merkitystä osana mielenterveystyötä, herättää keskustelua aiheesta sekä lisätä poikkitoimialaista tietoa. Toimintaterapia on soveltava, mutta myös kehittyvä tieteenala. Opinnäytetyössämme pyrimme rakentamaan siltoja taidekentän ja sosiaali- ja terveysalan välille. Jotta taidetoiminnan työkäytäntöjä voitaisiin hyödyntää enemmän toimintaterapiassakin, tarvitaan muutosvalmiutta ja lisää käytäntölähtöisiä tutkimuksia.

On tärkeää tehdä tutkimusta soveltavista taidemenetelmistä, millä osoitetaan tiedon käytettävyyttä esimerkiksi toimintaterapia-alalla (vrt. Anttila 2005). Kulttuurin ja hyvinvoinnin välisestä merkityksestä terveyteen löytyy onneksi jo paljon näyttöön perustuvaa tutkimusta. Kuitenkin, kuten esimerkiksi professori Kari Uusikylä toteaa: ”Jos kentältä puuttuu

vaikutusvaltaisia asiantuntijoita, on vaikea saada ymmärrystä luoville ideoille” (Uusikylä 2012: 48).

Taiteen kaltainen toiminta on kuitenkin lisääntynyt hoiva- ja kasvatustyön käytänteissä. Sote-alallakin on tiedostettu kulttuuri- ja taidealan mahdollisuudet yksilöiden osallisuuden ja toimintakyvyn lisäämiseen, työhyvinvoinnin ylläpitoon ja kehittämiseen, yhteisöllisten kokemusten tuottamiseen sekä yhteisen ymmärryksen lisäämiseen. (Känkänen 2013; Strandman-Suontausta 2013.) Sekä kansainvälisissä että kotimaisissa tutkimuksissa on osoitettu, että taiteisiin osallistuminen vahvistaa monella tavalla mielen hyvinvointia ja tukee kuntoutujien arjessa selviytymistä. Muun muassa Taideyliopiston CERADA:n ArtsEqual-tutkimushankkeen myötä on noussut lisätutkimuksen tarve taidepalvelujen saavutettavuudesta. (Laitinen 2017.)

Opinnäytetyön kirjallisessa osassa perehdytään kirjallisuuden avulla kansainväliseen toimintaterapian tutkimukseen toimintaterapeuttien roolista taidelähtöisen toiminnan mahdollistajina osana mielenterveystyötä. Suomessa on tehty vain vähän tutkimuksia siitä, millainen rooli taiteella voi olla sosiaali- ja terveysalalla.

Taulukko 1. Kirjallisen osan tavoitteet

Kirjallisen osan tavoitteet				
Tutkimustiedon kerääminen	Tutkimustiedon jäsentäminen	Perustelut taidelähtöiselle toiminnalle: toimintaterapeutin roolista sekä Kukurin tarpeista	Synergia, moniammatillisuus, silloittaminen, poikokitoimialaisuus	Hyödyksi Kukurin hankesuunnitelmiin

Opinnäytetyöhömmä liittyvä alan ammattilaisille suunnattu seminaari: Ihminen on hyvä asia - soten, hyten ja kulttuurin yhdyspinnoilla (Liite 2. Seminaari), oli suunnattu sosiaali- ja terveysalan, hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen sekä kulttuurialan yhdyspintojen toimijoille.

Taulukko 2. Seminaarin tavoitteet

Seminaarin tavoitteet					
Aiheen näkyväksi tekeminen	Asiantuntijoiden ja kokemusasiantuntijoiden äänen kuuluminen	Dialogisuuden lisääminen	Moniammatillisuus, silloittaminen, poikke托imialaisuus	TaikuSydän alueverkon perustaminen Uudellemaalle	Uudet yhteistyöhankkeet jne.

Seminaarin avulla olemme kartoittaneet toimintakenttää; on ollut tärkeää olla ajan hermoilla sote-uudistuksen ja tulevien muutosten äärellä. Viimeisimmän tutkimustiedon välittäminen seminaarin yleisölle oli yksi seminaarin tavoitteista (Liite 2. Seminaari). Seminaarin luonne oli tulevaisuuteen suuntaava ja sen yhtenä tavoitteena oli verkostojen luominen.



Kuvio 2. Taikusydän-verkosto, taiteen ja hyvinvoinnin valtakunnallinen yhteyspiste. Taikusydän-verkosto kokoaa sote, hyte ja kulttuurialan toimijoita sekä jakaa tietoa ja hyviä käytänteitä. Sen tavoitteena on saada yhteistyötä taide- ja sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten välille sekä edistää taiteen roolia yhtenä hyvinvoinnin palveluiden osana. Lähde: Taikusydän. <https://taikusydän.turkuamk.fi/info/taikusydän/>

Seminaarin konkreettinen tulos on Uudenmaan Taikusydän-verkoston perustaminen Uudellemaalle (Kuvio 2. Taikusydän-verkosto, taiteen ja hyvinvoinnin valtakunnallinen yhteyspiste). Verkoston tavoitteena on saada aikaan taidealan ja sosiaali- ja terveysalan

ammattilaisten välille yhteistyötä Uudellamaalla. Toiminnan ytimessä on taiteen roolin edistäminen osana hyvinvoinnin palveluita.

Seminaari on mukana opinnäytetyön liitteenä (Liite 2. Seminaari). Liitteeseen on koottu tiivistelmä seminaarin sisällöistä.

### 3 Teorettinen tausta

Tässä luvussa puretaan auki opinnäytetyön teorettinen tausta ja suhde toimintaterapiaan. Opinnäytetyön teorettisena viitekehystenä on toipumisorientaation viitekehys. Mielenterveystyössä toipumisorientaatiomalli (*Recovery-Orientation*) on nousemassa keskeiseksi viitekehykseksi alalle. Se on myös työelämän yhteistyökumppanillamme Kukunorilla käytössä oleva viitekehys. Lisäksi pohdimme luovuuden merkitystä osana toimintaterapian teoriaa.

#### 3.1 Toipumisorientaation viitekehys

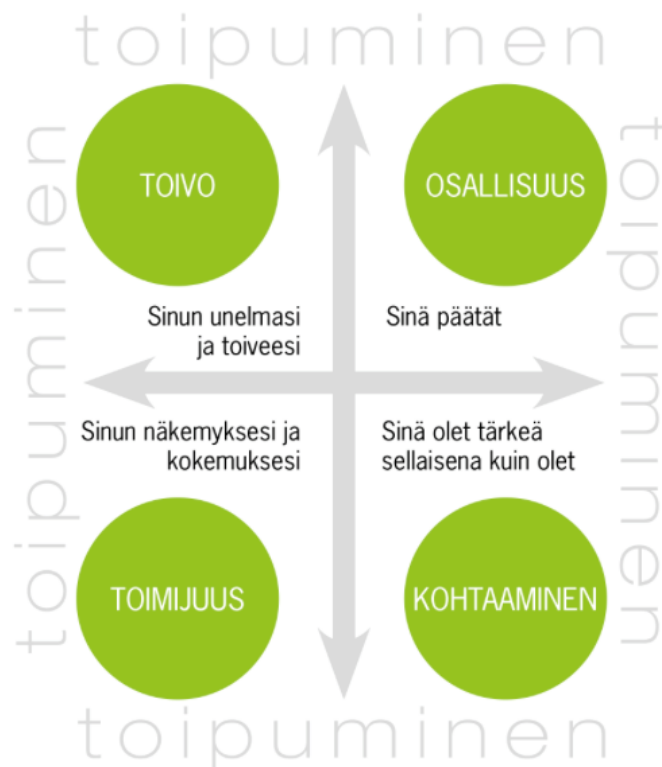
Toipumisorientaatio on ajattelun ja toiminnan viitekehys. Se sai alkunsa Yhdysvalloista, Iso-Britanniasta ja Australiasta 1980–90-luvun vaihteessa. Kansainvälisessä mielenterveyspolitiikassa ollaan kulkemassa kliinisestä ajattelusta enemmän kohti toipumisorientaation käytäntöä. Tendenssi on poispäin medikalisoituneesta mielenterveystyöstä, jossa hoidon painopisteenä on lääkitys ja oireiden puuttuminen asetetaan mittauksissa ensisijaiseksi tavoitteeksi. (Nugent & Hancock & Honey 2017: 1; Nordling 2018.)

Toipumisorientaatioajattelussa tehdään selkeä käsite-ero toipumisen ja kuntoutumisen välille. Kuntoutumisella ajatellaan tavoiteltavan paluuta sairautta edeltävään tilaan, kun taas toipumiseen liittyvässä ajattelussa korostuvat yksilön kokemukset, jotka ovat autta- neet yksilöä selviytymisessä psyykkisen sairauden mukanaan tuomista ongelmista. Toi- pumisorientaatioissa ei siis välttämättä tavoitella sairaudesta paranemista, vaan siinä nähdään hyväksymisnäkökulmasta uuden elämän mahdollisuudet sairaudesta huoli- matta. (Nordling 2018: 1476–1477.)

Toipumisorientaatiomalli pohjautuu kokonaisvaltaiseen kuntoutukseen. Fokuksessa on asiakkaan oma henkilökohtainen kokemus. (Kuvio 3. Toipumisorientaatio.) Toipumisen edellytyksenä ovat asiakkaan omat tavoitteet ja oivallukset omien voimavarojensa suh- teen. (Nordling 2018: 1476–83; Nordling luennolla 10.9.2018.) Toipumisorientaatioon liit- tyä vahvasti se, että ihmistä ei voi motivoida ulkoapäin. Kuten esimerkiksi psykologi Arto Pietikäinen on todennut: ”Ihmiset saa liikkeelle vain ne muutokset, jotka vievät heidän elämänsä arvojen suuntaan ja kohti asioita, joista he sydämessään eniten välittävät” (Pietikäinen 2010: 15).



Toipumisorientaatio nähdään kehitymis- ja kasvuprosessina, jonka keskiössä ovat asiakkaan voimavarat: identiteetti, usko ja toivo sekä osallisuus, ihmissuhteet ja valtaistuminen (*empowerment*) yksilön merkityksellisyyden löytämisen kautta. Tähtäimessä on muutos sairaan roolista toimijaksi – tekijäksi siis objektista subjektiksi. Ammatilaisen ja asiakkaan välillä ei ole hierarkiaa ylhäältä alaspäin, vaan ammatilainen on rinnallakulkija ja paremminkin mentori, hän on kuin kumppani. (Nordling 2018: 1476–83; Nordling luenolla 10.9.2018.)



Kuvio 3. Toipumisorientaatio. Lähde: Suomen sosiaalipsykiatristen yhteisöjen keskusliitto ry. [www.recovery.fi](http://www.recovery.fi).

Toipumisorientaatioon liittyvät tutkimusnäytöt puoltavat asiakkaiden sitoutumista paremmin hoitoon sekä heidän parantunutta elämänlaatuaan (Nugent & Hancock & Honey 2017: 1).

Toimintaterapeutit sopivat malliin hyvin, jopa ihanteellisesti, mutta tutkimuksia toimintaterapian ja toipumisorientaation välisistä käyttökokemuksista on vielä niukasti. Toipumisorientaation viitekehyksen käyttö osana toimintaterapiaa edellyttää enemmän kuin vain yhden tietyn kehyksen hyväksymistä. Toimintaterapeuttien kokemuksista tehdyn tutkimuksen mukaan (Nugent & Hancock & Honey 2017), se edellyttää sitoutumista ja

jatkuvaa työtä toipumisorientaation kehittämiseksi ja ylläpitämiseksi. Toimintaterapeutit ovat löytäneet synergiaa toipumisorientaation periaatteiden ja toimintaterapeutin ammatti-identiteetin ja roolien väliltä. Toivon ylläpitäminen terapeutisessa suhteessa sekä kliinisen päättelykyvyn vahvistaminen ovat kulmakiviä toipumisorientaation kehittämisessä osaksi toimintaterapiaa.

Toipumisorientaatiomalli sekä toimintaterapian filosofia ja teoriat ovat yhteneväisiä muun muassa asiakaskeskeisen, asiakkaan, terapeutin sekä omaisten yhteistyöhön perustuvan työtteen ja osallisuutta edistävillä osa-alueilla. Itsenäisyys, valinnan vapaus ja vahva terapeutin kumppanuus eli allianssi ovat keskeisiä tekijöitä sekä asiakaslähtöisessä toimintaterapiassa että toipumisorientaation käytännöissä. Sitoutumisen merkitys yksilölle merkitykselliseen toimintaan, yksilön vaikutusmahdollisuuksien lisääminen sekä kokonaisvaltaisen ja kontekstuaalisen lähestymistavan huomioiminen ovat nekin yhteisiä ja keskeisiä ajatusmalleja. (Nugent & Hancock & Honey 2017: 1–8.)

Tärkeä osa toipumisorientaatioajattelua on mallin laajentaminen osaksi yhteiskunnallista ajattelua. Käytännön painopisteenä on saada toipujia osaksi yhteistyösuhteita ja työyhteisöjä. Kokemusasiantuntijatoiminnalla on toipumisprosessissa tärkeä asema. (Nordling 2018: 1480.)

Toimintaterapian keskiöönkin kuuluu ajatus ihmisestä aktiivisena toimijana, osallistujana – osallistuminen on ainutlaatuinen osa yhteiskuntaan kuulumista (Law 2002: 640). Ihmiset ovat toiminnallisia, sosiaalisia olentoja, joille osallistuminen jokapäiväisiin toimintoihin on elintärkeää. Toiminnot ja sitoutunut osallisuus niissä antavat elämälle merkityksen. (vrt. Law 2002.) Ihmisen toiminnan selittämiseksi on useita teorioita, eikä osallisuuden viitekehys avaudu ilman synteisiä erilaisista teorioista. Jo itse sanana osallisuus on suomen kielessä monimerkityksellinen; se viittaa toimintaan kykenemisen ja tavoittelemisen lisäksi myös olemiseen sekä toimintaan tarvittaviin voimavaroihin. (Isola ym. 2017) Osallisuus ja osallistuminen ovat keskenään läheisiä käsitteitä, joihin kuuluu olennaisesti ymmärrys vuorovaikutuksesta.

Tutkimuksissa, joissa on selvitetty yhteisöllisyyden vaikutusta hyvinvointiin, on noussut esiin, että luottamus toisiin ihmisiin selittää muista tekijöistä riippumatta hyväksi koettua terveyttä, mutta kuitenkin vähemmän kuin tunne siitä, että hallitsee omaa elämäänsä (Hyypä 2002: 62). Ihmisen kokemus aktiivisesta toimijuudesta, omasta toimintakyvystään on hyvinvointia vahvasti selittävä asia.

Toipumisorientaatiossa toivo nousee mielenterveyden alueella erittäin merkitykselliseksi. Toivo on ihmiselle elämän perusvoima, joka synnyttää uskon omaan itseen ja selviytymiseen. Toivo on työkalu henkisen hyvinvoinnin ja elämän tarkoituksen sekä merkityksen löytämiseen. (Kiviniemi ym. 2014: 108–110.) Parhaimmillaan toimintaterapeutti voi auttaa asiakasta löytämään tai tuoda näkyviin asiakkaalle merkityksellisiä voimavaroja ja sitä kautta myös toivoa. Toimintaterapeutti voi myös avustaa aktiivisuuden ylläpitämisessä. On tärkeää, että mahdolliset menetykset voidaan korvata aktiivisella tavalla. Elämänlaatua voi muokata myönteisemmäksi toimintaterapian avulla. Taidelähtöinen ja luova toiminta tarjoaa siihen paljon mahdollisuuksia.

### 3.2 Luovuus

Luovuus (*creativity*) on vaikea käsite määritellä, sillä sen voi nähdä jakautuvan monelle alueelle, kuten taiteen alalla arkiluovuudesta erityislahjakkuuteen. Luovuus on laavaa, samoin kuin luovien yksilöiden ominaisuudet tai luovan työn prosessi ja sen lopputulokset. Luovuuden määritelmät ovat usein epämääräisen riittämättömiä.

Usein haetaan kriteerejä sille, mikä on luovuutta. Kriteeriongelmaksi tulevat silloin helposti kysymykset: onko luovuus mahdollista kaikille, voiko luovaksi oppia vai onko se vain harvojen ominaisuus? (Uusikylä 1995, 2012; Csikszentmihályi 1990; Gardner 1993.) Csikszentmihályin myötä kysymys ”mikä on luovuutta?” on kääntynyt ennemminkin kysymykseksi ”missä on luovuutta?” – se on ollut merkittävä muutos luovuuden tarkastelussa laajemmin (Gardner 1993: 37). Myös toimintaterapian näkökulmasta on mielekästä pohtia sitä, mitä luovuuden käsitteellä voitaisiin tarkoittaa.

Taidelähtöisyys osana toimintaterapiaa on viime vuosikymmeninä ”poistunut muodista”, se tuntuu siirtyneen enemmän marginaaliin. (vrt. Creek 2008: 333.) Toimintaterapian alkuaikojen Arts and Crafts -liikkeen hengestä on kuljettu pitkä tie erilleen. Kuitenkin toimintaterapeuteilla on käytössä laaja valikoima luovaa toimintaa, jota käytetään asiakaslähtöisesti terapeuttisen tuloksen saavuttamiseen. Yhtenä määritelmänä luovalle toiminnalle edellytetään, että yksilö antaa jotakin itsestään, sisällyttää ajatuksiaan, ideoitaan osaksi toimintaa tai sen lopputulosta – syntyy luova tuotos. Mukana on siis hyvin henkilökohtainen ulottuvuus. (Creek 2008: 333–343; Hasselkus 2002; vrt. Uusikylä 2012.)

Yhdysvaltalainen toimintaterapian emeritaprofessori Betty Risteen Hasselkus peräänkuuluttaa arkiluovuutta. Arjen luovuus eroaa luovuudesta, jota voisi esiintyä vain

harvoilla luovilla yksilöillä erittäin harvinaisina suorituksina. Hasselkusin mukaan tunnistamme elämässämme luovat hetket ja toiminnot erityisinä ja inspiroivina niin sanottuna ”elämän tunteena”, mutta kun pyrimme ymmärtämään ja selittämään mitä luovuus on, siirrymme helposti käyttämään kuvailevia metaforia (esimerkiksi *”thinking outside the box”* -ajattelu). Kuitenkin jokapäiväinen luovuus, arkiluovuus tai toiminnan luovuus on kykyä, jota jokaisella yksilöllä on vaihteleva määrä. Se ilmenee lähes kaikilla arkielämän osa-alueilla.

Laajasti katsottuna luovuus on lähteenä jokaisen ihmisen ainutkertaiselle elämälle, uutuuden syntymiselle elämässämme ja elämän omaperäisyydelle. Voisi siis kiteyttää, että mahdollisuus ja vapaus luoda oman näköistä elämää, luovuuden käyttö lisää myös yksilön hyvinvointia. Jokapäiväinen luovuus on hyväksi yksilön terveydelle ja se voi toimia parantavana voimana. Toki luovuudella on myös ”pimeä puolensa”: luovuuteen voi liittyä kapinallisuutta, jota yhteiskunnan voi olla vaikea hyväksyä. (Hasselkus 2002: 116–128; vrt. Uusikylä 2012.)

### 3.2.1 Luovuus osana toimintaterapiaa

Miten luovuus voidaan sisällyttää osaksi toimintaterapiaa? Toimintaterapeutin työssä on laajasti mahdollisuuksia käyttää luovaa ajattelua: jokainen asiakas on erityinen ja ainutlaatuinen, jokainen terapiaprosessi on uusi, kliininen päättely edellyttää sekin luovaa yhdistelykykyä. Toimintaterapiaa luodaan usein paikan päällä, se tapahtuu ”kiinnittyneenä hetkeen” ja vaatii spontaania reagoitua jopa improvisointia. (Hasselkus 2002: 123.) Mutta kuten esimerkiksi Kari Uusikylä on todennut: jonkun toteaminen hyvin luovaksi hoitoalalla on vaikea todistaa, koska alalta ei löydy tähän yleisesti hyväksytyjä tasonormeja (Uusikylä 2012: 48).

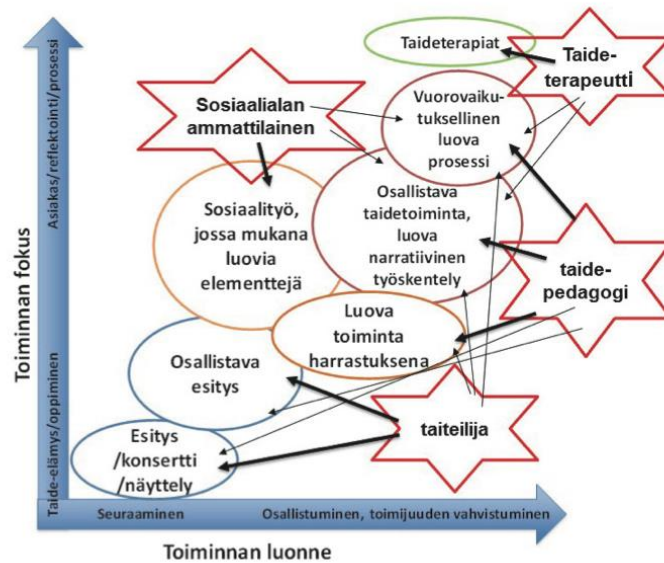
Toimintaterapian näkökulmasta luovuudella on tärkeä osa toimintaterapian interventioidissa. Luovalla toiminnalla voi vaikuttaa siihen, miten ongelmaa lähestytään sekä kykyyn löytää ratkaisuja. Vaikeuksien ja haasteiden kohtaaminen elämässä, kuten esimerkiksi sairauden tai vamman kautta, on helpompaa, jos yksilöllä on kapasiteettia eli kykyä luovaan ajatteluun ja toimintaan. Toimintaterapiasta on myös löydettävissä laaja kirjo interventioita, joilla pyritään lisäämään asiakkaan omaa luovaa suorituskkykyä, luovaa potentiaalia. (Creek 2008: 335; Early 2009: 543.)

Creek on jaotellut luovan toiminnan käytön terapiana neljään eri lähestymistapaan. Ensimmäinen on psykoterapian muotona auttaa ihmisiä käsittelemään vaikeita ja kivuliaita tunteita. Toinen on tunteiden ilmaiseminen ilman puhuttua kieltä. Kolmantena Creek esittää leikin, sekä aikuisille että lapsille, mahdollisuutena mielihyvän ja spontaaniuden edistämiseen sekä neljäntenä terveyden edistämisen tunteiden vahvistamisen kautta (emotionaalinen resilienssi). (Creek 2008: 335.) Monia arkisia toimintoja voidaan lähestyä luovasta näkökulmasta (vrt. Hasselkus 2002), myös osana toimintaterapiaa. Terapeuttisena toimintana käytettävien luovien toimintojen määrä on siis hyvin laaja ilman, että siinä olisi mukana erityisesti taidelähtöisyyttä tai taidetoimintaa.

Perinteisesti katsottuna toimintaterapia on asiakaslähtöistä lääkinnällistä kuntoutusta, joka perustuu tutkittuun tietoon, näyttöön ja hyviin käytäntöihin. Toimintaterapian tavoitteena on vaikuttaa asiakkaan osallisuuteen yhteiskunnan jäsenenä mahdollisista toiminnan rajoituksista huolimatta. (Toimintaterapeuttiliitto 2019.) Toimintaterapian filosofinen pohja perustuu humanismiin ja asiakaslähtöisyyteen, ja toiseksi toimintaterapeutti uskoo toiminnan voimaan (*value of activity*) sekä toimintaan (*occupation*). (Finlay 1997: 17–18).

Toimintaterapeutti voi käyttää työssään taidelähtöisiä menetelmiä, taidetoimintaa osana terapiaprosessia ja arviointia. Taidemenetelmiä voidaan ajatella yhtenä toiminnan muotona. Tavoitteellista toimintaa siitä tulee, kun tavoitteet asetetaan yhdessä asiakkaan kanssa. Valittu viitekehys ohjaa toimintaterapeuttia tavoitteiden tarkastelussa. Filosofia ”ruokkii” toimintaterapian käytännön malleja, jotka ovat toimintaterapeuttien ”käsitteelliset linssit”, joiden läpi toimintaterapeutit ymmärtävät asiakkaiden toimintaa sekä toiminnan häiriöitä. Mallina voi toimia esimerkiksi Inhimillisen toiminnan malli, MOHO. Mallit auttavat strukturoimaan kliinistä päättelyä ja terapiaprosessia. Mallit ovat toimintaterapeutin työn tukena – tiedostamattakin. (Finlay 1997: 18–19.)

Käytetyn mallin osana on tärkeää pohtia toiminnan fokusta ja luonnetta. Huhtinen-Hildén & Isola ovat laatineet kaavion luovan toiminnan muodoista sosiaalityössä (Kuvio 4. Luovan toiminnan muotoja sosiaalityössä). Kuviossa esitetään muun muassa sosiaalialan ammattilainen luovan toiminnan mahdollistajana. Toiminnan fokuksena on taide-elämys/oppiminen sekä asiakas/reflektointi/prosessi.



Kuvio 5. Luovan toiminnan muotoja sosiaalityössä (Huhtinen-Hildén & Isola 2017a, muokattu Huhtinen-Hildénin 2014 mukaan)

Kuvio 4. Luovan toiminnan muotoja sosiaalityössä. Lähde: Isola ym. 2017: 48.

Entä miten toimintaterapeutti sijoittuisi luovan toiminnan kentälle? Toimintaterapeutin roolin voisi nähdä enemmänkin fasilitaattorina – ohjaajana, joka auttaa taidetta hyödyntäen ihmistä toimimaan itse.

Van Lith, Fenner ja Schofield ovat käyttäneet termiä taidefasilitaattori (*art facilitator*) generisenä terminä, jonka sisään mahtuu mielenterveyden ammattikentällä useita eri rooleja ja ammattinimikkeitä, kuten esimerkiksi opettajat, taiteilijat, psykososiaalisen tuen tarjoajat, työntekijät, joilla on taiteellista osaamista, yhteisötaiteilijat, taidepedagogit ja taideterapeutit. Roolit ovat usein monimuotoisia jopa päällekkäisiä. Niiden välillä voidaan siirtyä käytännön työssä.

Mielenterveystyössä taidefasilitaattorin keskeisiä rooleja ovat: 1) Taidekontekstin tarjoaminen, jossa asiakkaat voivat kohdata itsensä ja työstää kompleksisiakin sisäisiä kokemuksia sekä kehittää taitojaan. 2) Henkilön taiteellisen luovuuden näkeminen. 3) Toivon ja optimismin tarjoaminen asiakkaalle näkemällä ja todistamalla hänen ”ehjäksi tuloa uudelleen” ja henkilökohtaisen kasvun potentiaalia. Tärkeää on empaattinen lähestymistapa, jossa on aitoutta ja kohtaamista sairauden ylitse. Kohtaamisessa tuetaan uskosta, että ihminen voi mielenterveysongelmista/sairauksista huolimatta elää merkityksellistä elämää.

Fasilitaattorin roolissa siis yhdistyvät asiakkaan tukeminen kykyjen ja taitojen kehittämisessä, emotionaalinen tukeminen sekä taidetoiminnan ohjaus sen haasteissa ja onnistumisissa lähtien aina asiakkaan tarpeista. Fasilitaattorin rooli on tukea asiakkaan prosessia rohkaisemalla häntä itseohjautuvuuteen, antaa lupa ilmaisuun taiteen kautta. Toisinaan fasilitaattorin on opetettava asiakkaita olemaan pelottomia, pois itsekritiikistä ja oman taiteellisen osaamisen tuomitsemisesta. (Van Lith, Fenner & Schofield 2009: 2 – 9.) Taidefasilitaattorin roolit resonoivat siis toipumisorientaatiomallin kanssa huomattavasti.

### 3.2.2 Luova toiminta ja mielenterveyshäiriöt

Creekin mukaan luovalla toiminnalla on toimintaterapian näkökulmasta terapeuttista arvoa mielenterveyden häiriöiden hoidossa. Luova toiminta muun muassa lisää motivaatiota, koska toiminta usein koetaan mielihyvää tuottavana ja se ruokkii halua löytää lisää luovaa potentiaalia kasvattavaa toimintaa. Se myös edistää oppimista, koska mukana voi olla leikinomaista lähestymistä, kokeilua uuden taidon oppimiseen sekä emotionaalista joustavuutta. Osallisuuden kokemisessa luova toiminta voi edistää yksilön selviytymiskeinoja eli coping-keinoja, kroonisissakin sairauksissa, samoin kuin lisätä tyytyväisyyden ja itseluottamuksen määrää sekä mahdollistaa itseilmaisua. Luovan toiminnan myötä ilmaistut tunteet ovat sosiaalisesti hyväksytympi ja hallitumpi väylä ilmaista erityisen vahvoja tunteita, jotka muuten saattaisivat purkautua liian voimallisesti esimerkiksi vihana ja raivona. Luovan toiminnan myötä voidaan ”kääntää katsetta” yksilön sisäisestä kokemuksesta yleisesti jaettavaan muotoon (esimerkiksi maalattu kuva, kirjoitettu tarina, laulettu lyriikka), yksin koetusta yhteiseen. (Creek 2008: 336–337.)

Kirjailija Juha Hurme on jakanut kirjassaan Hullu (2012) omakohtaisen kokemuksensa kirjoittamisesta yhtenä selviytymiskeinona ulos psykoosista: ”Oikaisin hetkeksi sängylle pitkäksi hämärässä huoneessa. Mutta ei tuntunut hyvältä. Hiljaisuus ja yksinäisyys ja toimettomuus eivät olleet tällä hetkellä oikeaa lääkettä. Liian paljon ei-mitään aiheutti selvästi kalloni sisäonkaloihin hallitsemattomia virtauksia ja myrskyjä. Nyt oli pysyteltävä ajatuksen voimin liikkeellä ja raivattava kynällä reitti takaisin... kotiin. Sinne, mistä olin eksynyt pois.” (Hurme 2012: 99.)

Lukuisissa kansainvälisissä tutkimuksissa on osoitettu, että taidetoiminta voi edistää positiivista mielenterveyttä, sillä voidaan vähentää ahdistuneisuutta, alakuloa ja masentuneisuutta. Taidetoiminnalla voidaan vaikuttaa mielenterveyskuntoutujan arjen

haasteisiin, koska sen avulla voi edistää mukautumis- ja sopeutumiskykyä sekä resilienssiä eli sietokykyä. Sen avulla voidaan lisätä asiakkaan itsetuntoa, itsetuntemusta ja itseluottamusta. Ryhmämuotoisilla toiminnoilla voidaan vähentää syrjäytymistä ja tukea osallisuutta. Taidetoiminnalla voidaan mahdollistaa korjaavia ja vahvistavia kokemuksia ja se voi edesauttaa uudenlaisten roolien ja identiteettien omaksumista. (Laitinen 2017: 90–91.)

Taiteen hyvinvointivaikutukset eivät ole yksiselitteisiä asioita, koska tutkimuksen kohteena ovat monimutkaiset ja kokemukselliset ilmiöt. Tutkimusten avulla ei pystytä vastaamaan, miksi tai miten taide vaikuttaa, parantaa tai edistää hyvinvointia. Alan tutkimukseen liittyvä kritiikki kohdistuu metodologisiin ja menetelmällisiin kysymyksiin sekä tutkimusasetelmiin ja analyysiin. Myös tutkimustulosten raportointia, esittämistä, laatua ja tulkintaa on arvosteltu. Taide ei ole yleislääke terveyteen ja hyvinvointiin liittyvissä ongelmissa. Sosiaalisesti, kulttuurisesti ja eettisesti kestävä taidetoiminnan kehittämiseksi tarvitaan lisätutkimusta taidetoiminnan myönteisistä vaikutuksista ja siihen liittyvistä vaikutusmekanismeista. (Laitinen 2017: 39–44.)

Luovuutta ja taidetoimintaa ei tulekaan tarkastella kaiken kattavana, jokaiselle sopivana lääkkeenä. Taidetoiminta ei ole kaikille oikea ratkaisu. Taidetoiminnan tulee olla asiakkaan lähtökohdista kutsuvaa ja motivoivaa toimintaa, jos sitä käytetään osana toimintaterapiaa. Ammattilaisten on kyettävä arvioimaan osallistujien psyykkistä haavoittuvuutta sekä sitä, miten taide prosessina voi vaikuttaa heidän mielentilaansa ja käyttäytymiseensä (Springham 2008: 65–72).

### 3.3 Käsitteet

Tässä luvussa avataan opinnäytetyön keskeisiä käsitteitä: mielenterveys, mielenterveyskuntoutajat/toipujat, mielenterveyden häiriöt, hyvä mielenterveys, taide, taidelähtöisyys, taidelähtöiset menetelmät ja soveltava taide.

#### 3.3.1 Mielenterveys

”Kaikilla on mielenterveys” on ajatus, joka korostuu eri mielenterveystoimijoiden yleisenä viestinä. Nykyisin puhutaan mielenterveyden häiriöiden rinnalla myös hyvästä mielenterveydestä. Hyvä mielenterveys lisää sekä yksilön elämänlaatua ja hyvinvointia että



yhteiskunnan tuottavuutta. Mielen hyvinvoinnin edistäminen on nostettu jo osaksi kuntien strategiaa. (THL 2018.)

Maailman terveysjärjestö WHO määrittelee mielenterveyden sellaiseksi hyvinvoinnin tilaksi, jossa ihminen tuntee kyvykkyytensä, selviytyy elämäänsä kuuluvista haasteista ja kykenee työskentelemään sekä toimimaan yhteisönsä osana. (WHO 2014.) Mielenterveys on resurssi, voimavara ja elämäntaitoa, esimerkiksi arjen rytmistä huolehtimisesta, selviytymistaitoja, tunne- ja vuorovaikutustaitoja, itsetuntemusta ja itsearvostusta, taitoa hakea apua, osallistumista ja aktiivisuutta.

Mielenterveyden häiriö on yleisnimike erilaisille psykiatrisille häiriöille kuten masennus, fobiat, kaksisuuntainen mielialahäiriö jne. Ne aiheuttavat monenlaisia oireita, kärsimystä ja toimintakyvyn sekä elämänlaadun heikkenemistä. Yhteiskunnalle ne aiheuttavat huomattavia kustannuksia. (THL 2018a.) Mielenterveyden häiriöillä on monenlaisia vaikutuksia yksilön psyykkiseen, fyysiseen ja sosiaaliseen toimintakykyyn. Häiriöt vaihtelevat eri diagnooseissa ja vaikuttavat yksilöllisesti. Kaksisuuntaiseen mielialahäiriöön liittyy esimerkiksi tiedonkäsittelyn ja oppimisen vaikeuksia. Toiminnan ohjaus (aloittaminen, päätöksenteko, suunnittelu) ja oman toiminnan arviointi vaikeutuvat ja psykomotoriikka nopeutuu. Masennusjaksojen aikana vireys vähenee ja aloitekyky laskee. Masennuksessa myös tarkkaavuuden ylläpito ja psykomotorinen suoriutuminen hidastuu ja toiminnanohjaus vaikeutuu. Kaksisuuntaiseen mielialahäiriöön liittyy edellä mainittujen lisäksi kielellisen muistin vaikeuksia. (Mielenterveystalo n.d.)

Mielenterveyden häiriöt syntyvät usein monen tekijän summasta, joista stressi toimii usein laukaisevana tekijänä. Diagnoosin tekee aina lääkäri ja ne luokitellaan sairauksiin liittyvien tyypillisten oireiden ja vaikeusasteen mukaan. Esimerkiksi masennuksen diagnosointiin tarvitaan mielialan muutoksen lisäksi viisi muuta samanaikaista oiretta, jotka ovat esiintyneet vähintään kahden viikon ajan. On tärkeää, että mielenterveyden häiriöt tunnistetaan ja niihin haetaan asianmukaista hoitoa. Elämään kuuluu myös mielenterveyden vaihteluita ja hetkittäinen mielen pahoinvointi elämän haastavissa tilanteissa on normaalia. (THL 2018b.)

Mielenterveyden häiriöiden riskitekijöihin kuuluvat esimerkiksi syrjäytyminen, köyhyys, erilaiset elämään liittyvät kriisit kuten ero, menetykset tai huonot sosiaaliset suhteet. Mielenterveyttä suojaavia tekijöitä ovat muun muassa koulutus, mahdollisuus toteuttaa itseään, sosiaalinen tuki ja ystävät sekä hyvä fyysinen terveys ja perimä. Koko kansan

mielenterveyteen voi vaikuttaa monin keinoin, kuten kiinnittämällä huomioita rakennettuun ympäristöön (kaavoitus, liikennejärjestelyt ja melutaso), köyhyyden vastaisella työllä, rakentamalla ja järjestämällä virkistysmahdollisuuksia tasapuolisesti, kiinnittämällä erityistä huomiota lasten ja nuorten palveluihin, antamalla osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksia yhteisessä päätöksenteossa. (Suomen Mielenterveysseura n.d.)

Termillä mielenterveyskuntoutuja/toipuja, tarkoitamme henkilöä, jonka sairaus on hallinnassa ja toipuminen on meneillään. Mielenterveyden häiriöistä kärsivät henkilöt kokevat stigmaa eli häpeäleimaa, ennakkoluuloja ja syrjintää, jotka voivat estää heitä osallistumasta itselleen mielekkäisiin toimintoihin.

Toimintaterapeutit työskentelevät mielenterveyden kentällä laaja-alaisesti. Kysyimme toimintaterapeuteille suunnatulla keskustelupalstalla toimintaterapeutin koulutuksen saaneilta henkilöiltä, millä ammattinimikkeellä he työskentelevät mielenterveysalalla. Saimme vastaukseksi varsin laajan kirjon nimikkeitä toimintaterapeutin lisäksi: toiminnanohjaaja, koordinaattori, järjestösuunnittelija, valmentaja, työhönvalmentaja, kuntoutusasiantuntija, asukasneuvoja sekä etsivä nuorisotyöntekijä.

### 3.3.2 Taidelähtöisyys

Taiteen ja kulttuurin määrittely on filosofinen kysymys, johon faktana on, että sen määrittely tyhjentävästi lienee mahdotonta. Taiteen vapauden ydin on siinä, ettei sitä voida kahlehtia – se elää kulttuurissa, ajassa ja paikassa sekä yksilön tulkinnassa. Määrittelyt ovat sopimuksenvaraisia teorioita. Emme ota opinnäytetyössämme kantaa taidekäsityksiin, siihen mikä tunnustettaisiin taiteeksi. Taiteilijuuttakin katsomme tässä yhteydessä lähinnä yksilön subjektiivisena kokemuksena taiteilijana olosta.

Taidelähtöisyys (*art-based*) on yleiskäsite erilaisille taidemuodoille ja työskentelylle, jonka avulla pyritään saamaan muutosta osallistujien ajattelussa ja toiminnassa taidetta käyttäen. Taidelähtöisyydelle on ominaista, että se ei vaadi osallistujilta taiteen ammattilaisuutta. Kuitenkin ryhmän/toiminnan ohjaajalta edellytetään useimmiten taiteen ammattilaisuutta tai ymmärrystä taidemenetelmistä. Määrittelimme taidelähtöiset menetelmät käsitteenä tarkoittamaan työmenetelmiä erotuksena taideperustaisista tutkimuskäytännöistä, joilla tarkoitetaan taideilmaisuuksiin perustuvia tutkimusmetodeja.

Emme tarkastele taideperustaisia tutkimuskäytäntöjä emmekä taideterapiaa, jota voisi pääsääntöisesti antaa vain tehtävään koulutettu terapeutti. Taidelähtöinen toiminta voi kylläkin mahdollistaa terapeutteja vaikutuksia ja olla arkikielen mukaisesti terapeutista. Taidelähtöinen toiminta on taidemenetelmiä laajempi käsite, johon liittyy vahvasti esimerkiksi osallisuuden kokemus. Esimerkiksi Päivi Känkäsen mukaan taidelähtöinen toiminta on toiminnallista sosiaalityötä, jossa painottuu osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemusten vahvistaminen sekä kokemuksellisuuteen ja elämyksiin innostaminen. (Känkänen 2013: 33–34.)

Taidetoiminta sekä taidemenetelmät voidaan lukea Arts and Health -tradition piiriin, jos niillä pyritään vaikuttamaan vastaanottajan terveyteen ja hyvinvointiin, myös koettuun. Arts and Health -käsitteen alle kuuluvat erilaisissa sote-toimintayksiköissä ja toimintoihin tapahtuvat taidesektorin ja terveyssektorin yhdyspinnoilla olevat taideaktiviteetit. Tärkeää on tehdä ero taideprojekteista, joiden ensisijainen tavoite olisi taidekokemuksen synnyttäminen. Myös taideterapiasta sanoudutaan irti. (Strandman-Suontausta 2013: 14–15.)

Usein kuulee puhuttavan myös soveltavasta taiteesta. Soveltava taide on suhteellisen löyhä ja nuori käsite, joka hakee edelleen määritelmäänsä. Se voi muun muassa toimia vuorovaikutuksellisesti yhteiskunnallisten ilmiöiden kanssa, olla vahvasti kohtaamista ja vuorovaikutusta edistävää. Se voi olla silloittajana eri yhdyspinnoilla tai olla taiteen käyttöä ”uudella tavalla”. Esimerkiksi Suomessa toimivalla Pro Soveltavan taiteen tila ry:llä on jäseniä alle 200. Jäsenistössä on muun muassa taidetta osana työtään soveltavia tuottajia, tanssijoita, teatterin parissa työskenteleviä, valokuvaajia, kuva- ja mediataitellijoita, yhteisötaitellijoita, taideterapeutteja sekä nuorisotyöntekijöitä. (Prost ry 2017.) Ammattinimikkeet ja osaaminen voivat samalla henkilöllä myös olla päällekkäisiä.

Mindful Arts -käsitteessä yhdistyvät taiteen tekemiseen läsnäolotaidot (kuten meditaatio ja rentoutusharjoitukset) sekä sosiaalinen ja emotionaalinen oppiminen.

Sivuumme opinnäytetyössämme osallisuuden vahvistamista taidelähtöisillä menetelmillä. Yhdeksi rajaukseksi otimme osallistavat menetelmät (*participatory art*). Osallistavilla menetelmillä tarkoitamme työmenetelmiä, joilla edistetään osallisuutta ja valtaistumista.

Miksi osallistavat menetelmät? Osallistavien menetelmien käyttö tutkimuksessa sekä käytännön työssä voi auttaa saamaan tietoa, joka on keskittyneempää ja lähempänä sairautta tai toiminnanvajetta omaavien yksilöiden omia kokemuksia sekä heidän vuorovaikutussuhdettaan ympäristön kanssa (Letts, 2003). Ajattelussa on vahva yhtymäkohta toimintaterapian arvoihin, kuten asiakaslähtöiseen toimintaan (Townsend & Polatajko, 2007). Osallistumisen mahdollistaminen on toimintaterapian ytimessä – osallistavien menetelmien käyttökelpoisuus myös toimintaterapian tutkimuksessa on tuotu vahvasti esiin. Toimintaterapian teoreetikot ovat enenevässä määrin kannattamassa osallistavien periaatteiden liittämistä osaksi kuntoutustutkimuksia (*rehabilitation research*). (Letts, 2003; Townsend & Polatajko, 2007.) Aihe siis resonoi toimintaterapian tutkimuksen kiinnostukseen omaksua ja ottaa käyttöön osallistavia, taidelähtöisyyteenkin perustuvia menetelmiä.

## 4 Kirjallisuuskatsaus menetelmänä

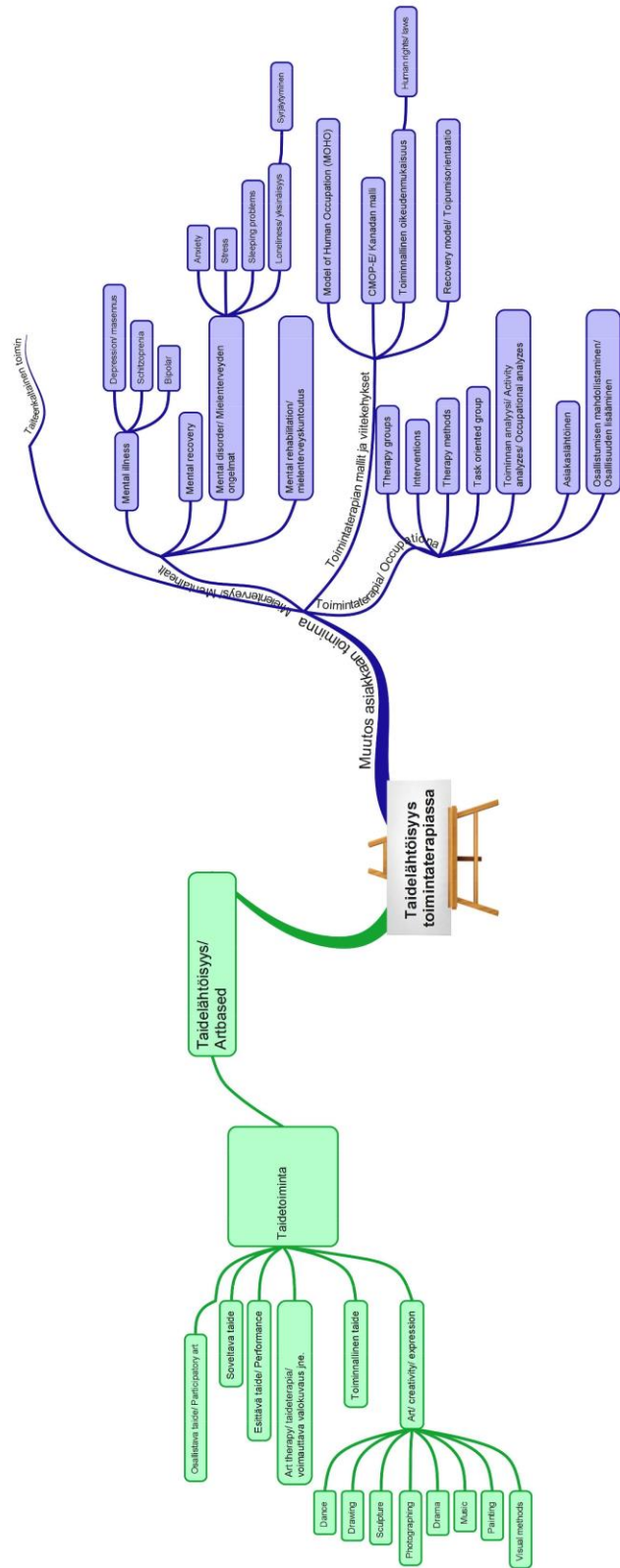
Työmme menetelmäksi valikoitui kuvaileva kirjallisuuskatsaus. Kirjallisuuskatsauksella on kartoitettu tietoa siitä, millaista tietoa taidelähtöisistä menetelmistä toimintaterapian alalta löytyy kansainvälisistä tieteellisistä julkaisuista. Olemme hakeneet vastausta esittämäämme tutkimuskysymykseen: Millainen rooli toimintaterapeuteilla voi olla taidelähtöisen toiminnan yhtenä mahdollistajana mielenterveystyössä?

Opinnäytetyömme noudattaa laadullisen tutkimuksen piirteitä. Kirjallisuuskatsaus on osana opinnäytetyötämme ja tarkastelemme sen lävitse analyttisesti sitä, mitä tietoa ilmiöstä (taidelähtöisyys toimintaterapiassa) on saatavilla tutkimusartikkeleiden muodossa. Teoreettisessa viitekehyksessä, tietopohjassa, olemme määritelleet keskeiset käsitteet, jotka ovat sidoksissa tiedonhakuun.

### 4.1 Aineiston hankinta ja aineistopolut

Aineistoa haettiin tammikuussa 2019. Aineiston haun pohjaksi laadimme miellekartan (Kuvio 5. Tiedonhaun pohjana oleva miellekartta), jonka avulla rakensimme yhteisen käsityksen aihealueesta. Jo alusta alkaen aihealueemme laajuus ja käsitteiden määrittelyt ovat olleet haasteellisia. Jouduimme tekemään muun muassa taiteenlajien rajaamista, jotta aihealue ei paisuisi liian laajaksi. Rajaukseksi otettiin visuaaliset menetelmät (yläkäsitteenä, alakäsitteenä muun muassa maalaus, piirustus, valokuvaus), osallistavat taidemenetelmät (kuten esimerkiksi *PhotoVoice*) sekä musiikki ja luova kirjoittaminen. Lisäksi taidemenetelmien rajausta määritteli toimijuus/tekijyys, emme tarkastelleet taiteen kokemista sinänsä, kuten esimerkiksi taidenäyttelyssä käymistä, kaunokirjallisuuden lukemista tai musiikin kuuntelemista.

Rajatun katsauksen pohjana olemme käyttäneet Arksey ja O'Malley'n (2005) viiden vaiheen runkoa: 1) tutkimuskysymyksen tunnistaminen, 2) olennaisten tutkimusten tunnistaminen, 3) tutkimusten valinta, 4) tiedon taulukointi, 5) koonti, tiivistys ja tulosten raportointi.



Kuvio 5. Tiedonhaun pohjana ollut miellekartta. Miellekartta on elänyt prosessin läpi. Se on toiminut apuvälineenä yhteisen ymmärryksen ja pohjan rakentumisessa tiedolle. Kuva: Riitta Huttunen ja Nina Tuittu.

Valikoitu tutkimustieto haettiin Taylor & Francis online -tietokannasta. Tutkimusartikkelien julkaisuaika rajattiin vuosiin 2016–2018. Taylor & Francis -tietokannassa rajasimme hakua koskemaan Occupational Therapy & Mental Health -julkaisua. Lisäksi karotimme saman tietokannan muita julkaisuja, kuten Scandinavian Journal of Occupational Therapy. Hakujen tuloksena saatiin 51 osumaa. Kirjallisuuskatsauksen lopulliseksi aineistoksi muodostui viisi kirjallista lähdettä, kun aineistolle määriteltiin sisäänotto- ja poissulkukriteerit (Taulukko 3. Koontitaulukko mukaan otetuista artikkeleista).

Aineiston sisäänottokriteereiksi määriteltiin seuraavat: 1) full text, free text eli aineisto oli kokonaisuudessaan saatavissa, 2) julkaisukielenä oli englanti, 3) aineisto tarjosi toimintaterapian näkökulmasta kuvailun siitä, mitä taidelähtöistä menetelmää oli käytetty, 4) menetelmiä oli käytetty nimenomaan osana mielenterveystyötä, 5) kohderyhmänä olivat työikäiset aikuiset (*adults*), 6) toiminnassa oli ollut mukana toimintaterapeutin koulutuksen saanut henkilö.

Poissulkevinä kriteereinä käytettiin seuraavia: 1) tutkimus ei ollut saatavilla kokonaisuudessaan, 2) suljettiin pois taideterapia (asiasanoista (NOT) mikäli se oli tietokannassa mahdollista), 3) aineistossa ei ollut yhteyttä toimintaterapiaan tai toimintaterapeuttien toteuttamaan mielenterveystyöhön, 4) menetelmää kuvailtiin muusta kuin mielenterveystyön/kuntoutuksen/mielenterveyden edistämisen näkökulmasta esimerkiksi ainoastaan tutkimusnäkökulmasta tai pedagogisena välineenä.

Toistimme haut seuraavista muista tietokannoista: CINAHL ja PubMed. Saamamme tulokset näistä tietokannoista eivät tuottaneet tuloksia.

Hakuja tehtiin englannin kielellä. Haut toteutettiin muun muassa seuraavilla hakusanoilla: "occupational therapy", occupational therap\*, adult\*, "mental health", "visual method", art\*, "art-based", "arts and health", "creative activity", "participatory art", "participatory photography", photovoice, creativ\*, music.

Taulukko 3. Koontitaulukko mukaan otetuista artikkeleista

hakusana	tietokanta / julkaisu	artikkeli / julkaisu- vuosi	artikkelin tekijä(t)	artikkelin asiasanat
search for [All: occupational therap*] AND [All: "mental health"] AND [All: "art-based"] AND [All: adult*] AND [in Journal: Occupational Therapy in Mental Health] AND [Publication Date: (01/01/2016 TO 12/31/2018)] [All: "creative activity"] [All: creativ*] AND [All: art*] [All: painting]	Taylor & Francis Occupational Therapy in Mental Health, 32:4, 345-369	Emotion Regulation with Mindful Arts Activities Using a Personalized Self-Soothing Kit / 2016	Sokmen, Yesim Canan & Waters, Alan	Expressive arts; self-regulation; integrative practice; evidence-based; creative media
search for [All: "occupational therapy"] AND [All: "mental health"] AND [All: adult*] AND [All: creativ*] AND [All: art*] AND [in Journal: Occupational Therapy in Mental Health] AND [Publication Date: (01/01/2016 TO 12/31/2018)]	Taylor & Francis Occupational Therapy in Mental Health	Reviving Nostalgia for an Era of Practice: An Illustration of the Therapeutic Use of Projective Methods/Media in Occupational Therapy / 2018	Lorraine, Michael	Occupational therapy; expressive media; psychoanalytic theories; intervention
search for [All: "occupational therapy"] AND [All: "mental health"] AND [All: adult*] AND [All: creativ*] AND [All: art*] AND [in Journal: Occupational Therapy in Mental Health] AND [Publication Date: (01/01/2016 TO 12/31/2018)]	Taylor & Francis Arts & Health	The healing properties of writing for persons with mental health conditions / 2017	Haertl, Kristine Lynn & Ero-Phillips, Adrienne Maiers	Personal writing; poetry; healing; mental illness
search for [All: "occupational therapy"] AND [All: "mental health"] AND [All: adult*] AND [All: creativ*] AND [All: art*] AND [in Journal: Occupational Therapy in Mental Health] AND [Publication Date: (01/01/2016 TO 12/31/2018)]	Taylor & Francis Occupational Therapy in Mental Health, 33: 2, 168-178	Music as a Therapeutic Medium for Occupational Engagement: Implications for Occupational Therapy / 2017	Cohn, Jennifer & Kowalski, Karen Z. & Swarbrick, Margaret	Health promotion; music therapy; occupational engagement; recovery; wellness



search for [All: "occupational therapy"] AND [All: "mental health"] AND [All: adult*] AND [All: "arts and health"] AND [Publication Date: (01/01/2016 TO 12/31/2018)]	Taylor & Francis  Arts & Health, 9:1, 73-80	From let it be to it must be love: the development of a choir for patients and staff at a high secure hospital / 2017	Ian Merrick & Alex McGuire	Community music; art forms; mental health; health issues; occupational therapy; disciplines; music therapy
---	---	---	----------------------------	--

Lisäksi halusimme saada käsityksen siitä, millaista keskustelua taidelähtöisistä menetelmistä osana toimintaterapiaa on viime vuosina käyty Suomessa. Kävimme läpi Suomen Toimintaterapialiiton julkaiseman TOimintaterapeutti-lehden vuosikerrat 2014–2018. Aihepiiriin liittyviä artikkeleita löytyi kolme, joista kaksi käsitteli valokuvausta ja yksi kirjoittamista. Lisäksi luovuutta sivuavia, ajastamme hyvin kertovia aihepiirejä oli mukana muun muassa yhteisötanssista maahanmuuttajien keskuudessa, musiikin tekemisestä iPadeilla, pelaamisesta sekä luontolähtöisestä terapiasta (*GreenCare*). Rajasimme nämä ei-tieteelliset artikkelit kuitenkin ulos tarkastelusta.

#### 4.2 Sisällönanalyysi

Aineiston läpikäynti perustui teoriaohjaavaan sisällönanalyysiin (Tuomi & Sarajärvi, 2009: 98–100, 115–119).

Aineisto luettiin läpi kysyen: 1) Millä tavalla lähteessä kuvataan toimintaterapeutin roolia? 2) Mitä taidelähtöistä toimintaa käytettiin? ja 3) Miten toipumisorientaation viitekehys (osa-alueet: toivo, osallisuus, toimijuus, kohtaaminen) oli mukana?

Työ eteni siten, että kuvaukset pelkistettiin ja teemoitettiin taulukkoon (Liite 1). Näin saatu tieto on toiminut apukeinona sekä runkona aiheen tarkastelussa.

Opinnäytetyömme kirjallisuuskatsauksella saatu aineisto koostui seuraavista artikkeleista:

1) **Sokmen, Yesim Canan & Watters, Alan 2016: Emotion Regulation with Mindful Arts Activities Using a Personalized Self-Soothing Kit.** Tutkimuksessa tarkasteltiin läsnäoloon perustuvan taidetoiminnan, luovan toiminnan ja aistimodulaation soveltamista aikuisille mielenterveyspalveluiden käyttäjille. Keskeisenä tutkimuskysymyksenä oli: Miten läsnäoloon perustuvat taidetoiminnot (*mindful arts practice*) ja aistimodulaation

periaatteet voidaan yhdistää keskenään, jotta voidaan parantaa tunteiden säätelytaitoja, ja miten tämä vaikuttaa henkiseen ja emotionaaliseen terveyteen ja hyvinvointiin?

2) **Haertl, Kristine Lynn & Ero-Phillips, Adrienne Maiers 2017: The healing properties of writing for persons with mental health conditions.** Tutkimuksessa osoitettiin terapeutin kirjoittamisen hyötyjä mielenterveyskuntoutuksessa. Kirjoittamisen, kirjallisen ilmaisun ja tarinankerronnan, osoitettiin olevan vahva työkalu interventioissa, mutta myös yksilön jatkuvana vapaa-ajan toimintana siitä oli paljon henkilökohtaista terveys- hyötyä. Tulokset osoittivat, että kirjoittaminen lisää näkökulmia, parantaa itseymmärrystä ja muiden ymmärtämistä, kirjoittamisen hengellinen/henkinen luonne edistää terveyttä ja paranemista.

3) **Merric, Ian & Maguire, Alex 2017: From let it be to it must be love: the development of a choir for patients and staff at a high secure hospital.** Tutkimuksessa analysoitiin kuorotoiminnan vaikutuksia potilaisiin ja koko yhteisöön psykiatrisessa vankimielisairaalassa. Kuorotoiminta vahvisti osallisuutta, koska sen avulla saatettiin asteittain lisätä potilaiden kontaktia ympäröivään yhteiskuntaan. Kuorossa oli mukana potilaiden ja henkilökunnan lisäksi henkilökunnan perheenjäseniä ja se esiintyi lähiyhteisölle.

4) **Cohn, Jennifer & Kowalski, Karen Z. & Swarbrick, Margaret 2017: Music as a Therapeutic Medium for Occupational Engagement: Implications for Occupational Therapy** -kirjallisuuskatsauksen ja kirjoittajien omakohtaisten kokemusten kautta tutkittiin toimintaterapiassa toteutetun musiikkitoiminnan roolia ja hyötyjä ryhmätoiminnassa ja yksilön toipumisessa sekä hyvinvoinnin edistäjänä.

5) **Michael, Lorraine 2018: Reviving Nostalgia for an Era of Practice: An Illustration of the Therapeutic Use of Projective Methods/Media in Occupational Therapy** -artikkelissa käsiteltiin muun muassa toimintaterapeutin, asiakkaan ja luovien menetelmien suhdetta.

#### 4.3 Kolme näkökulmaa

Analysoimme artikkeleita kolmesta eri näkökulmasta: 1) toimintaterapeutin rooli, 2) taide- lähtöisen toiminnan menetelmät ja 3) merkitys toipumisorientaation viitekehyksessä.

#### 4.3.1 Toimintaterapeutin rooli

Sokmen, Canan & Wattersin tutkimuksessa mielenterveyskuntoutujat valmistivat itselleen tunteiden säätelyä varten ns. ”itserauhoituspaketin” (*Personalized Self-Soothing Kit*). Toimintaterapeutin rooli oli ryhmäsessioiden fasilitointi, taidekontekstin ja materiaalien tarjoaminen itseohjautuvaa toimintaa varten sekä vapauden ja rohkaisun antaminen osallistujille. Vapaus ja rohkeus valita merkityksellisiä luovia toimintoja lisäsi osallistujien sitoutumista oman ”itserauhoituspakettinsa” kehittämiseen sekä sen käyttöön, ja se lisäsi myös paketin vaikuttavuutta paremmin tunteiden säätelyyn ja rauhoittumiseen. (Sokmen & Canan & Watters, 2016: 363.)

Haertl & Maiersin tutkimuksessa tarkasteltiin kirjoittamisen terveysvaikutuksia mielenterveyskuntoutujille. Kirjoittaminen taidelähtöisenä toimintana, osana terapiaprosessia edellyttää toimintaterapeutilta: a) koulutusta/kokemusta luovaan työskentelyyn, b) käytetyn kirjoitusgenren tuntemista sekä teoreettista viitekehystä, c) päätöstä ja sopimusta siitä, jaetaanko kirjoitettua, ja kirjoittamisen tavan valintaa yhdessä (käsin vaiko koneella), d) asiakaslähtöisyyttä, asiakkaan kiinnostuksen ja sitoutumisen tukemista/ymmärrystä.

Toimintaterapeutin kliininen arviointi yhdessä asiakaslähtöisen lähestymistavan kanssa on oltava mukana, jotta voidaan määrittää ensisijaiset keinot, joilla kirjoittamista käytetään osana toimintaterapiaa prosessia. Erityisen huomattavaa on kyky tunnistaa, onko asiakkaalla henkilökohtainen valmius käsitellä esimerkiksi traumoja ja vaikeita elämänsasioita kirjoittamalla. Reflektiivisen ohjauksen merkitys nouseekin tärkeäksi, se tuo myös asiakkaan edistymisen näkyväksi ja lisää näkökulmia hänen ajatteluunsa. (Haertl & Maiers, 2017.)

Merrickin ja Maguiren tutkimuksessa vankimielisairaalan toimintaterapeutti ja musiikkiterapeutti perustivat kuoron, jossa oli mukana 7 potilasta ja 11 henkilökunnan jäsentä. Kuorotoiminnan mitattavina tavoitteina olivat muun muassa saada suljetussa ympäristössä eläville potilaille tunne yhteistoiminnasta, ryhmään kuulumisesta ja yhdessä asetetun tavoitteen saavuttamisesta. Lisäksi päämääränä oli hauskanpito ja ideoiden jakaminen.

Toimintaterapeutin rooli oli mahdollistaa kuorotoiminta, jossa kaikilla oli turvallinen olo. Ennen kuorotoiminnan aloittamista ryhmälle keksittiin yhdessä nimi sekä säännöt.

Kuoro toiminta mahdollisti hierarkkisessa ympäristössä tasa-arvoisen toiminnan. Kuoro toiminta mahdollisti sekä henkilökunnalle että potilaille toiminnan, jossa he pystyivät näyttämään vahvuuksiaan ja osaamistaan. Artikkelissa sivuttiin myös eri ammattinimikkeiden yhteistoimintaa, tässä musiikkiterapian ja toimintaterapian yhdyspintoja. (Merrick & Maguire 2017.)

Michaelin artikkelissa toimintaterapeutin roolia tarkasteltiin vahvasti terapiasuhteen luomisen ja ylläpitämisen näkökulmasta, kun käytössä ovat taidelähtöiset projektiiviset menetelmät. Michael tuo merkitykselliseksi luovan toiminnan vapauden ja prosessinomaisuuden. Terapeutilla on oltava kyky olla ennakoimatta liikaa, kykyä kuunnella sanojen yli sekä huomata taustatekijöitä. Projektiivisilla menetelmillä voidaan saada paljon sellaista asiakaslähtöistä tietoa, mitä ei voi nähdä rutiininomaisissa päivittäistoiminnoissa. Michael nostaa kuitenkin esiin eron psykoanalyysin ja toimintaterapian välille. Toimintaterapeutin on tärkeä tiedostaa ero: psykoanalyysi on suurelta osin vastoin toimintaterapian keskeisiä paradigmoja, joita ovat asiakaslähtöisyys, jaettu voima ja toiminta terapeutin välineenä.

Toimintaterapeutin roolina oli tarjota ympäristö: käytettävät materiaalit ja tila sekä luoda turvallinen ympäristö. Roolina oli olla fasilitaattori, osallistumismotivaation tukeminen ("leikkikutsun esittäminen"), tarjota kumppanuutta luovuuden äärellä ja taiteen tekemisessä rinnakkain (*side-by-side nature*, erona *face-to-face* -työskentelylle). Asiakkaan "matkan", terapiaprosessin todistaminen ja näkyväksi tekeminen sekä tietoinen itsen terapeutin käyttö ja terapeutin persoonallisuus korostuivat toimintaterapeutin roolissa sekä monialainen käsitteellinen tausta. (Michael, 2018.)

Cohn, Kowalski ja Swarbrickin artikkelissa sivuttiin taidelähtöisiä menetelmiä mielenterveyden näkökulmasta. Artikkelin oli kirjallisuuskatsaus sekä tapaustutkimus. Musiikin rooli voi olla avustava, yhteistoimintana muun toiminnan yhteydessä (*in conjunction with*), ensisijainen toiminta tai interventio toimintaterapiassa.

Toimintaterapeutin asiakkaana voi olla ammattitaiteilija/muusikko, joka haluaa palata takaisin työelämään, tällöin tehtävänä on motoristen ja/tai kognitiivisten taitojen harjoittaminen. Musiikki voi olla uuden mielekkään vapaa-ajan toiminnan löytyminen esimerkiksi jaloistaan vammautuneelle jalkapalloilijalle, joka voi aloittaa kitaransoiton. Toimintaterapeutin roolina on poistaa esteitä musiikin tekemiselle esimerkiksi apuvälineiden avulla. Rooli voi olla myös sopivan ryhmätoiminnan etsiminen asiakkaalle, kuten artikkelin

esimerkkinä käytetty käsikelloryhmä. Musiikin rooli voi olla avustavana elementtinä toimintaterapeutin työssä esimerkiksi aivoinfarktipotilaiden fyysisessä kuntoutuksessa liikumisen rytmittämisessä.

Toimintaterapeuteilla voi olla yhteisöissä konsultoiva rooli. Esimerkiksi kunnissa toiminnan analyysin asiantuntijoina ja ryhmätoiminnan prosessien ammattilaisina toimintaterapeutit voivat auttaa kehittämään taidelähtöisiä ohjelmia, identifioimaan osallisuuden esteitä ja kehittämään osallisuutta mahdollistavia toimenpiteitä. Musiikkitoiminnot tarjoavat toimintaterapeuteille mahdollisuuden löytää yhtymäpintoja muiden ammattiryhmien kanssa (vapaa-ajan ohjaajat, musiikin erityisopettajat, musiikkiterapeutit). (Cohn & Kowalski & Swarbrick 2017.)

#### 4.3.2 Taidelähtöisen toiminnan menetelmät

Artikkeleissa taidelähtöisinä menetelminä olivat muun muassa kuorolaulu, kirjoittaminen, saven sekä muovailuvahan muovailu, läsnäolotaitoihin perustuva toiminta yhdistettynä taiteeseen (*Mindfull Arts*), maalaaminen, kiitollisuuspäiväkirjan pitäminen, kivien koristelu, värittäminen ja mandaloiden teko.

#### 4.3.3 Toipumisorientaation viitekehys

Toipumisorientaation viitekehukseen peilaten: taidelähtöisellä toiminnalla sekä taidemenetelmillä, oli tunnistettu yksilön elämään toiveikkuutta lisäävää merkityksellisyyttä ja mahdollisuutta henkiseen kasvuun. Taidelähtöinen toiminta, jonka avulla oli pyritty saamaan muutosta osallistujien ajattelussa ja toiminnassa, oli usein tunnistettu coping-keinona. Esimerkiksi emootioiden ilmaiseminen kirjoitusprosessissa toimi keinona löytää ratkaisuja ja strategioita henkilökohtaisen fyysisen ja henkisen terveyden parantamiseksi. Se toi lisää selviytymiskeinoja, kuten parempaa stressinhallintaa ja kykyä selviytyä elämän ylä- ja alamäistä. (Haertl & Ero-Phillips 2017: 5–6.) Tutkimusten mukaan tehokkaimmat terapiamuodot vastaavat yksilön luonnollisia selviytymiskeinoja (*natural coping tendencies*) (Sokmen & Watters 2016: 365). Esimerkiksi musiikilla todettiin olevan rooli yksilön kasvun tukena, rentoutumisessa, ilmaisun välineenä, ja se toimii linkkinä menneisyyden, nykyisyyden ja tulevaisuuden kanssa. (Kohn & Kowalski & Swarbrick 2017: 175).

Toimintaterapeutin roolien taustalla oli vahvasti toipumisorientaation ajatusmalli. Mutta toipumisorientaatiomallin soveltaminen erilaisiin ympäristöihin, esimerkiksi kliniseen ympäristöön, voi aluksi tuntua vaikealta, kuten Merrickin ja Maguiren artikkelissa todettiin. Toipumisorientaatiomallin soveltamisessa esimerkiksi suljetussa vankimielisairaalassa vaikeinta oli ympäristön asettamat turvallisuusvaatimukset. (Merrick & Maguire 2017: 75.)

#### 4.4 Toipumisorientaation keskeiset osa-alueet

Toimintaterapeutin roolin kannalta on tärkeää tunnistaa taidetoiminta osana toipumisorientaation keskeisiä osa-alueita: toivo, osallisuus, kohtaaminen ja toimijuus. On selvästi nähtävissä, että taidetoiminta läpäisee hyvin kaikki nämä keskeiset osa-alueet. Taidetoiminta voi olla laaja-alaisesti toipumista edistävää toimintaa. Seuraavassa on purettu auki artikkeleista nousseita näkökulmia osa-alueittain.

##### 4.4.1 Toivo – sinun unelmasi ja toiveesi

Taidelähtöisellä toiminnalla voitiin edistää ja ylläpitää toivoa monella tavoin. Se antoi mahdollisuuden tarkastella oireita jälkeinpäin esimerkiksi luovan kirjoittamisen avulla. Aiemman kirjoitetun tekstin tarkastelu auttoi yksilöitä ymmärtämään, miten mielenterveyshäiriöt vaikuttivat kognitiivisiin prosesseihin. (Haertl & Ero-Phillips 2017: 4.) Muutokset mielentilassa ja elämäntilassa tulivat näkyviksi taidetoiminnalla, ja se vaikutti toivon määrään. Kirjoittaminen kehitti metakognitiota, laajempaa perspektiiviä suhteessa omaan ja muiden elämään. Kirjoittaminen toimi välineenä selventää ajatuksia ja yksilön oman paikan hahmottamista maailmassa. Sen koettiin auttavan psyykkisissä sairauksissa esiintyvien ylä- ja alamäkien kanssa. (Haertl & Ero-Phillips 2017: 7.)

Musiikin toivoa esiintuova voima tuli esiin käsikelloryhmän toiminnassa, jossa sekä osallistujat että heidän läheisensä raportoivat ryhmäläisten itsetunnon lisääntyneen. Toivo ilmeni siinä, miten käsikelloryhmän harjoituksia odotettiin, stemmoja harjoiteltiin kotona. Taitojen karttuessa ryhmäläiset halusivat myös ottaa vaativampia soittotehtäviä sekä halusivat esiintyä ryhmän kanssa. (Kohn & Kowalski & Swarbrick 2017: 175.)

#### 4.4.2 Osallisuus – sinä päätät

Merrickin ja Maguiren artikkelissa käsiteltiin kuorotoiminnan roolia sosiaalisen inklusion lisääjänä. Kuorolaulu on demokraattinen toiminnan muoto: yhdessä tekemällä ja toisia tukemalla voidaan edistää osallisuutta vakavista mielenterveyden häiriöistä huolimatta. Potilaat osallistuivat sekä kuoron nimen että ohjelmiston valintaan, tavoitteiden asettamiseen ja yhteisten sääntöjen laatimiseen tasavertaisina yhteisön jäseninä henkilökunnan rinnalla. (Merrick & Maguire 2017: 75.)

Artikkeleissa esitetyt monet tutkimustulokset osoittivat taidetoiminnan lisäävän sosiaalista hyvinvointia. Taidetoiminnan avulla voidaan lisätä ryhmään kuulumisen tunnetta, vahvistaa ryhmähenkeä, parantaa itsetuntemusta ja sillä voi olla rentouttava vaikutus. Nuorten aikuisten ryhmätoiminnassa musiikki lisäsi ryhmäläisten itseluottamusta. Myös kirjoittaminen lisäsi yhteenkuuluvuuden tunnetta, koska sen kautta oli mahdollisuus koskettaa muita samankaltaisessa elämäntilanteessa olevia ja näin edistää osallisuutta ja toipumista. Kirjoittamisella oli parantavia ominaisuuksia sekä yksilöllisesti että kollektiivisesti. (Cohn & Kowalski & Swarbrick 2017: 175–177; Haertl & Ero-Phillips 2017: 6.) Taidetoiminta lisäsi positiivisuutta sosiaalisiin suhteisiin myös osallistujien omasta aloitteesta: tuotoksia esimerkiksi annettiin lahjoiksi tai tehtiin taidetta yhdessä perheenjäsenten kanssa. (Sokmen & Watters 2016: 359.)

#### 4.4.3 Kohtaaminen – sinä olet tärkeä sellaisena kuin olet

Useat osallistajat mainitsivat, että luova kirjoittaminen toi vapautta olla juuri sellainen kuin on ilman, että sitä tuomittaisiin ulkoapäin oikeaksi tai vääräksi tavaksi olla. Kirjoittamalla ajatukset alkoivat usein virrata itseilmaisuna. Käynnistyi eräänlainen aivoriihi, joka johti uusiin ideoihin mikä lisäsi luovuutta. Luovuus toi flow-tunteen ja antoi keinon ”vapauttaa sielu”. Kirjoittaminen mahdollisti sen, että yksilö pystyi huomaamaan, ettei hänen identiteettinsä vastaakaan sitä, miten yhteiskunta määrittelee mielenterveyskuntoutujat. Itsetuntemusprosessi edisti ainutlaatuisuuden kokemusta ja itsen hyväksyntää mielenterveysongelmista huolimatta. (Haertl & Ero-Phillips 2017: 6.)

Vankilamielisairaalassa toteutetun kuoroprojektin avulla eri osastojen työntekijät ja potilaat toimivat tasa-arvoisessa roolissa kuoron jäseninä. Projektin tavoitteina oli muun muassa tutustuminen uusiin ihmisiin ja henkilökunnan perheenjäseniin. (Merrick & Maguire 2017: 77.) Taidetoiminnan kautta oli myös mahdollisuus ikään kuin ”astua toisen

saappaisiin”, muun muassa kirjoittaminen auttoi ihmisiä yhdistymään kollektiivisesti ja laajemmin osaksi yhteiskuntaa. (Haertl & Ero-Phillips 2017: 6.)

#### 4.4.4 Toimijuus – sinun näkemyksesi ja kokemuksesi

Merrickin ja Maguiren tutkimuksessa tarkasteltiin vakavia mielenterveyshäiriöitä kokevien ihmisten osallistumista henkilökunnan ja potilaiden yhdessä muodostamaan kuoroon. Kuorossa laulaminen ja uuden ohjelmiston esittäminen sisälsivät riskin epäonnistua. Yhdessä, toisia tukien, kuorotoiminta lisäsi toimijuutta ja sillä oli vahvistava rooli. (Merrick & Maguire 2017: 79.) Tutkimus osoitti, että musiikilla oli suuri rooli potilaille vankeimielisairaaloissa. Musiikin kuuntelun lisäksi musiikki voi liittyä potilaan aikaisempaan rooliin esimerkiksi laulajana, soittajana, räppääjänä tai tuottajana. Potilas on kokenut ”olevansa joku”, ei vain hyväksyttynä yhteisön jäsenenä, mutta myös saavansa roolinsa kautta kunnioitusta muurien ulkopuolella. Musiikin on todettu vaikuttavan yksilön itsetuntoon kohottavasti, ja sillä on myös voimaannuttava vaikutus. (Merrick & Maguire 2017: 74.)

Cohn, Kowalski & Swarbrick väittävät, että musiikilla on rooli kokonaisvaltaisessa hyvinvointia ja terveyttä edistävässä toiminnassa. Musiikki voimaannuttaa, lisää hyvinvointia sekä edistää toipumista. Sillä voidaan torjua stressiin liittyviä sairauksia ja vähentää muun muassa dementiaan sairastumisen riskiä. Musiikki vaikuttaa mielialaan. Se esimerkiksi auttaa keskittymään, rentouttaa ja voi edistää liikkumista. Musiikin tekeminen mahdollistaa yksilöllisen kasvun, ajatusten ja tunteiden ilmaisun nykyhetkessä. Sen avulla voidaan palata muistoihin ja kokemuksiin. Musiikki vaikuttaa myös kognitiivisiin toimintoihin. Se tukee taitoja, joita tarvitaan tavoitteellisessa toiminnassa. Musiikin kautta kertyneet taidot voivat edelleen siirtyä muuhun päivittäiseen elämään. Artikkelissa mainittiin esimerkkinä tutkimus, joka oli tehty israelilaisten miesten keskuudessa, missä kuorossa laulaneet miehet selvisivät paremmin ongelmanratkaisutehtävissä kuin verrokki-ryhmäläiset, jotka olivat passiivisesti kuunnelleet musiikkia, lukeneet runoja tai katsoneet elokuvia. (Cohn & Kowalski & Swarbrick 2017.)

Yhtenä tärkeimpänä tuloksena artikkeleista nousi esiin, että taidetoimintaa kuvailtiin usein itseohjautuvana toimintana, joka tuli osaksi yksilöiden vapaa-aikaa. Itseohjautuvuus näkyi sitoutumisena toimintaan ja terapiassa asetettuihin tavoitteisiin. (Sokmen & Watters 2016: 354, 357; Haertl & Ero-Phillips 2017.) Toimintaterapiassa on hyvin merkittävää, että toiminta kantaa osaksi ihmisen arkea.



## 5 Pohdinta

Opinnäytetyö on syntynyt tarpeesta tarkastella toimintaterapeutin roolia ja ammatti-identiteettiä taidelähtöisessä mielenterveystyössä. Tavoitteena on ollut synergian ja synteettien muodostaminen toimintaterapian, toipumisorientaation ja taidelähtöisen toiminnan välille. Tavoitteena on myös ollut keskustelun herättäminen aiheesta ja poikkitoimialaisen tiedon lisääminen. Opinnäytetyömme haasteena on ollut aiheen laajuus. Jotta voi ymmärtää toimintaterapeutin roolia taidelähtöisessä mielenterveystyössä, on ymmärrettävä aihetta laaja-alaisesti: 1) mitä taidelähtöisellä toiminnalla tarkoitetaan, 2) miten taide- ja kulttuuritoiminta sijoittuu osaksi ihmisoikeuksia ja kulttuurisia oikeuksia, ja 3) miten taide- ja kulttuuritoiminta sijoittuu kuntoutumismuotona osaksi sotea ja hytea, 4) miten toimintaterapian keskeiset periaatteet, kuten asiakaslähtöisyys ja usko toiminnan voimaan, sopivat yhteen taidetoiminnan kanssa sekä 5) mikä on mielenterveystyöhön soveltuva viitekehys ja miten se läpäisee taidetoiminnan.

Kirjallisuuskatsauksen tulosten perusteella taidelähtöisillä menetelmillä on paikkansa mielenterveyden kentällä toimintaterapian näkökulmasta. On selvästi nähtävissä, että taidetoiminta läpäisee hyvin kaikki toipumisorientaation keskeiset osa-alueet: toivo, osallisuus, kohtaaminen ja toimijuus. Toimintaterapeutin roolin kannalta on tärkeää tunnistaa taidetoiminta osana toipumisorientaation viitekehystä ja sen osa-alueita. Taidetoiminnalla voidaan edistää toipumista ja lisätä yksilön elämänlaatua.

Mielenterveyden häiriöt rajoittavat monesti yksilön toimintakykyä. Taidelähtöisellä toiminnalla osana toimintaterapiaa voidaan lisätä toimintakykyä, tasa-arvoisuutta sekä poistaa stigmoja. Toimintaterapeuteilla on paljon annettavaa ennaltaehkäisevässä työssä, koska toimintaterapian perusfilosofia pohjautuu humanismille ja kokonaisvaltaiselle ihmiskäsitykselle.

Suomessa työkäisistä työkyvyttömyyseläkeläisistä noin puolet on eläkkeellä mielenterveyden häiriöistä johtuvista syistä. On laskettu, että mielenterveyden häiriöt maksavat vuosittain noin 11 miljardia euroa. (Mielenterveysseura n.d.). On myös paljon helpompaa ja yhteiskunnalle edullisempaa tehdä ennaltaehkäisevää työtä kuin kuntouttaa kroonistuvia sairauksia.

Kulttuuriset oikeudet ovat ihmisoikeuksia, jotka tulee huomioida tasavertaisena osana yksilön terveyden ja hyvinvoinnin ylläpitämiseen ja edistämiseen liittyvien toimenpiteiden

kokonaisuutta. Näitä oikeuksia voidaan edistää ja ylläpitää taidelähtöisen toimintaterapian kautta, mutta ne tulee huomioida myös erillisinä oikeuksina, joiden toteutumisen tulee olla osana muidenkin hoito- ja kuntoutustoimenpiteiden tavoitteita.

Opinnäytetyön lähteinä käytetyt artikkelit pohjautuvat länsimaiseen kulttuuriin, ja tutkimusten tulokset ovat sovellettavissa Suomen olosuhteisiin. Kaikissa tähän opinnäytetyöhön luetuissa artikkeleissa nostettiin tarve lisätutkimukselle. Aihe tarjoaisi lukuisia poikkitieteellisiä jatkotutkimusaiheita muun muassa eri ryhmien näkökulmasta (mielenterveyskuntoutujat, syrjäytymisen uhan alla olevat lapset ja nuoret, ikäihmiset, kehitysvammaiset).

Suomen koulutusjärjestelmässä taiteen perusopetuksella on vahva rooli. Olisi tutkittava, millaisia merkityksiä suomalaiset antavat taiteelle osana jokapäiväisiä toimintoja. Kysymyksiä on paljon: Miten ihmiset kokevat taiteen tai taidelähtöisen toiminnan merkityksen – entä jos niitä ei olisikaan saatavilla? Miten taidetoiminnan kautta saavutetut taidot vaikuttavat arjessa ja miten niitä voidaan mitata ja tuoda näkyviin?

Miten taidelähtöisyys näkyy mielenterveyskuntoutuksessa? Mikä rooli taidelähtöisellä toiminnalla on tulevaisuuden sotessa ja hytessa? Miten tulevat sote-muutokset vaikuttavat tulevaisuudessa tarjottaviin palveluihin? Mikä on toipumisorientaation rooli kuntoutuksen kentällä muutaman vuoden kuluttua? Millainen rooli yksilöllä on oman elämänsä hyvinvoinnin edistäjänä?

Luovuus ja mielenterveyden häiriöt liitetään monesti yhteen. Puhuttaessa mielenterveydestä ja taidetoiminnasta, ei voi myöskään sivuuttaa taiteilijoita ammattiryhmänä ja toimintaterapian potentiaalisina asiakkaina. Meneillään on lukuisia taiteilijoiden mielenterveyteen ja mielenhäiriöihin liittyviä tutkimuksia. Iso-Britanniassa tehty tutkimus osoitti, että muusikoilla on kolme kertaa suurempi riski sairastua masennukseen kuin verrokki-ryhmällä. (Gross & Musgrave, 2017.) Monet kirjailijat ovat kirjoittaneet mielenhäiriöihin liittyvistä kokemuksistaan, joista viimeisimpiä ovat Pauliina Vanhatalon (2015) Keskivaikea vuosi – Muistiinpanoja masennuksesta sekä Juha Hurmeen (2012) Hullu. Nämä kaunokirjalliset tuotteet voivat toimia sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille oppaina nähdä asia niin sanottujen kokemusasiantuntijoiden silmin.

Ihmisille on annettava tilaa toteuttaa omaa persoonallisuuttaan luovasti. Elina Järven, Tiina Hotin ja Olga Poppiuksen toimittamassa kirjassa *Error* (2016) Children of Bodomin

laulaja ja kitaristi Alexi Laiho toteaa: ”En usko, että pystyisin ilman hulluutta tekemään näitä hommia. Jos kysytään, olisinko mä mieluummin hullu vai normaali, kyllä mä hullu olisin.”

## Lähteet

Anttila, Pirkko 2005. Ilmaisu, teos, tekeminen ja tutkiva toiminta. Hamina: Akatiimi.

Arksey, H., & O'Malley, L. 2005. Scoping studies: Towards a methodological framework. *International Journal Social Research Methodology*, 8, 19-32, DOI:10.1080/1364557032000119616

Cohn, Jennifer & Kowalski, Karen Z. & Swarbrick, Margaret 2017: Music as a Therapeutic Medium for Occupational Engagement: Implications for Occupational Therapy. *Occupational Therapy in Mental Health*, 33: 2, 168–178. DOI:10.1080/0164212X.2016.1248311

Creek, Jennifer 2008. *Occupational Therapy and Mental Health*. Edited by Jennifer Creek, Lesley Lougher. 4.edition. Creative activities, sivut 334–344. Philadelphia: Churchill Livingstone Elsevier.

Csikszentmihályi, Mihály (1990) 2005. Flow elämän virta. Tutkimuksia onnesta, siitä kun kaikki sujuu. Helsinki: Rasalas Kustannus.

Damasio, Antonio 2003. Spinozaa etsimässä: Ilo, suru ja tuntevat aivot. Suomentanut Kimmo Pietiläinen. Helsinki: Terra cognita.

Early, Mary Beth 2009. *Mental Health. Concepts & Techniques for the Occupational Therapy Assistant*. 4. edition. Baltimore: Lippincott Williams & Wilkins, Wolters Kluwer.

Eskola, Katarina 1998. Elämysten jäljillä: Taide ja kirjallisuus suomalaisten omaelämäkerroissa. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.

Finlay, Linda 1997. *The Practice of Psychosocial Occupational Therapy*. 2. edition. Cheltenham: Stanley Thornes (Publishers) Ltd.

Gardner, Howard 1993. *Creating Minds. An Anatomy of Creativity seen through the lives of Freud, Einstein, Picasso, Stravinsky, Eliot, Graham and Gandhi*. New York: Basic Books, the Perseus Books Group.

Gross, Sally Anne & Musgrave, George 2017. Can Music Make You Sick? A Study into the Incidence of Musicians' Mental Health Part 2: Qualitative Study and Recommendations University of Westminster/ MusicTank. Saatavana osoitteessa: osoitteessa: <[http://www.musictank.co.uk/wp-content/uploads/woocommerce\\_uploads/2017/10/Can-Music-Make-You-Sick-Part-2-Qualitative-Study.pdf](http://www.musictank.co.uk/wp-content/uploads/woocommerce_uploads/2017/10/Can-Music-Make-You-Sick-Part-2-Qualitative-Study.pdf)>. Luettu 15.1.2019.

Haertl, Kristine Lynn & Ero-Phillips, Adrienne Maiers 2017. The healing properties of writing for persons with mental health conditions. *Arts & Health*. DOI:10.1080/17533015.2017.1413400

Hasselkus, Betty Risteen 2002. The Meaning of Everyday Occupation. University of Wisconsin Madison, Wisconsin. Thorofare: SLACK Incorporated.

Hurme, Juha 2012. Hullu. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Teos.

Huttunen, Matti O. 2017. Mielen terveyden häiriöt. Lääkkeet mielen hoidossa. Duodecim. Helsinki. Saatavana osoitteessa: [osoitteessa <https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p\\_artikkeli=lam00002>](https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=lam00002). Luettu 4.2.2019.

Hyyppä, Markku T. 2002. Elinvoimaa yhteisöstä. Sosiaalinen pääoma ja terveys. Jyväskylä: PS-kustannus.

Ihmisoikeusliitto, n.d. YK:n ihmisoikeuksien yleismaailmallinen julistus. Saatavana osoitteessa: <http://www.ihmisoikeusliitto.fi/ihmisoikeudet/ihmisoikeuksien-julistus/>. Luettu 5.10.2018.

Isola, Anna-Maria & Kaartinen, Heidi & Leemann, Lars & Läpäri, Raija & Schneider, Taina & Valtari, Salla & Keto-Tokoi Anna 2017. Mitä osallisuus on? Osallisuuden viitekehystä rakentamassa Työpäperi 33/2017. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinnin laitos.

Järvi, Antti 2018. ”Minä olen taitelija”, päätti Hannu Väisänen kahdeksanvuotiaana – ja sillä tiellä hän on edelleen. Gloria-lehti 03/2018. Saatavana osoitteessa: <https://www.gloria.fi/artikkeli/ihmiset/mina-olen-taiteilija-paatti-hannu-vaisanen-kahdeksanvuotiaana-ja-silla-tiella-han>. Luettu 18.2.2019.

Järvi, Elina & Hotti, Tiina & Poppius, Olga 2016. Error Mielen häiriöitä. Helsinki: Like-kustannus.

Kirsh, Bonnie H. 2015: Transforming values into action: Advocacy as a professional imperative, Canadian Journal of Occupational Therapy 2015, Vol. 82(4) 212–223. DOI: 10.1177/0008417415601395.

Kiviniemi, Liisa & Läksy, Marja-Liisa & Matinlauri, Timo & Nevalainen, Kaija & Ruotsalainen, Kari & Seppänen, Ulla-Maija & Vuokila-Oikonen, Päivi 2014. Minä mielen terveystyön tekijänä. 2. uudistettu painos. Helsinki: Edita. Sivut 1–133.

Kuula, Arja 2006. Tutkimusetiikka. Aineistojen hankinta, käyttö ja säilytys. Tampere: Vastapaino.

Känkänen, Päivi & Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinnin laitos 2013. Taidelähtöiset menetelmät lastensuojelussa – kohti tilaa ja kokemuksia. Tampere: Juvenes Print – Suomen Yliopistopaino Oy. Saatavana osoitteessa: [https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104494/URN\\_ISBN\\_978-952-245-911-4.pdf?sequence=1](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104494/URN_ISBN_978-952-245-911-4.pdf?sequence=1). Luettu 15.6.2018.

Laitinen, Lea 2017. Taide, taiteellinen toiminta ja mielen terveys. Kirjasta Taide ja hyvinvointi. Katsauksia kansainväliseen tutkimukseen. Toimittaneet Lehikoinen, Kai & Vanhanen, Elisa. Helsinki: Taideyliopisto, Kokos-julkaisusarja 1/2017.

Law, Mary 2002. Participation in the Occupations of Everyday life. 2002 Distinguished Scholar Lecture. American Journal of Occupational Therapy, Volume 56, 640–649, Number 6.

Lehikoinen, Kai & Vanhanen, Elisa 2017. Johdanto. Taide ja hyvinvointi Katsauksia kansainväliseen tutkimukseen. Toimittaneet Lehikoinen, Kai & Vanhanen, Elisa. Helsinki: Taideyliopisto. Kokos-julkaisusarja 1/2017.

Letts, Lori 2003. Occupational therapy and participatory research: A partnership worth pursuing. American Journal of Occupational Therapy, 57, 77–87.  
DOI:10.5014/ajot.57.1.77

Michael, Lorraine 2018. Reviving Nostalgia for an Era of Practice: An Illustration of the Therapeutic Use of Projective Methods/ Media in Occupational Therapy. Occupational Therapy in Mental Health. DOI: 10.1080/0164212X.2018.1538844.

Merric, Ian & Maguire, Alex 2017. From let it be to it must be love: the development of a choir for patients and staff at a high secure hospital. Arts & Health, 9:1, 73–80.  
DOI:10.1080/17533015.2016.1182566.

Mielenterveysseura, n.d. Saatavana osoitteessa: <https://www.mielenterveysseura.fi/fi/yhteiskunta/suomalaisen-mielenterveys-ei-ole-kohentunut-fyysisen-terveyden-tahtiin>. Luettu 17.1.2019.

Mielenterveystalo HUS n.d. Saatavana osoitteessa: osoitteessa <<https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/Tietopankki/Pages/default.aspx>>. Luettu 4.1.2019.

Nordling, Esa 2018. Mitä toipumisorientaatio tarkoittaa mielenterveystyössä? Helsinki: Duodecim. 2018;134(15):1476–83.

Nordling, Esa luento Toipumisorientaatiosta Kukurissa 10.9.2018. Omat luentomateriaalit.

Nugent, Alexandra & Hancock, Nicola & Honey Anne 2017. Developing and Sustaining Recovery-Oriented Practice in Mental Health: Experiences of Occupational Therapists. Occupational Therapy International. Volume 2017. DOI: 10.1155/2017/5190901.

Opetus- ja kulttuuriministeriö 2018. Maakunnilla ja kunnilla on vastuu parantaa taiteen ja kulttuurin saavutettavuutta sosiaali- ja terveydenhuollossa. Saatavana osoitteessa: osoitteessa <[https://minedu.fi/artikkeli/-/asset\\_publisher/maakunnilla-ja-kunnilla-on-vastuu-parantaa-taiteen-ja-kulttuurin-saatavuutta-sosiaali-ja-terveydenhuollossa?fbclid=IwAR0zeldr1OWPfA\\_BFM6TAjbErrZwySdpzZ7aCjYAgS-Vcv\\_h7qiVpryQL9IU](https://minedu.fi/artikkeli/-/asset_publisher/maakunnilla-ja-kunnilla-on-vastuu-parantaa-taiteen-ja-kulttuurin-saatavuutta-sosiaali-ja-terveydenhuollossa?fbclid=IwAR0zeldr1OWPfA_BFM6TAjbErrZwySdpzZ7aCjYAgS-Vcv_h7qiVpryQL9IU)>. Luettu 12.1.2019.

Opetus- ja kulttuuriministeriö 2018. Prosenttitaiteen periaatteen laajentaminen. Saatavana osoitteessa: osoitteessa <<https://minedu.fi/prosenttitaide>>. Luettu 12.1.2019.

Pietikäinen, Arto 2010. Joustava mieli. Vapaudu stressin, uupumuksen ja masennuksen yliotteesta. 1.–5. painos. Helsinki: Duodecim.

Pihlava, Minna 2018. Masennus vie joka päivä yhdeksän henkilöä eläkkeelle. Lääkäri-lehti. Saatavana osoitteessa: <https://www.laakarilehti.fi/ajassa/ajankohtaista/masennus-vie-joka-paiva-yhdeksan-henkiloa-elakkeelle/>. Luettu 1.3.2019.

Prostt ry. Saatavana osoitteessa: [osoitteessa <http://www.prostt.fi/jasenet/>](http://www.prostt.fi/jasenet/) Luettu 3.2.2019.

Raivio, Markus 2018. Haastattelu 27.2.2018. Nauhoite tekijöiden hallussa.

Solin, Pia & Appelqvist-Schmidlechner, Kaija & Nordling, Esa & Tamminen, Nina 2018. Mielen hyvinvoinnin edistäminen osaksi kunnan strategiaa. Päätösten tueksi 25 Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Saatavana osoitteessa: [osoitteessa <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/136240/URN\\_ISBN\\_978-952-343-112-6.pdf?sequence=1&isAllowed=y>](http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/136240/URN_ISBN_978-952-343-112-6.pdf?sequence=1&isAllowed=y) Luettu 25.1.2019.

Springham, Neil 2008. Through the eyes of the law: What is it about art that can harm people? *International Journal of Art Therapy*. 13:2, 65–73. DOI: 10.1080/17454830802489141.

Sokmen, Yesim Canan & Watters, Alan 2016: Emotion Regulation with Mindful Arts Activities Using a Personalized Self-Soothing Kit. *Occupational Therapy in Mental Health*, 32:4, 345–369. DOI: 10.1080/0164212X\_2016.1165642.

Strandman-Suontausta, Pia 2013. Vapautta vai vaikuttavuutta? Kuvataiteisiin perustuva palvelu hoitolaitosyhteisölle. Aalto-yliopiston julkaisusarja Doctoral dissertations 28/2013. Helsinki: Aalto-yliopiston taiteiden ja suunnittelun korkeakoulu, [book.aalto.fi](http://book.aalto.fi).

Suomalainen, Laura & Seilo, Noora & Haravuori, Henna & Marttunen, Mauri 2018. Duodecim, Helsinki. 2018;134(8):857– 864.

Tarkovski, Andrei 1989. Vangittu aika. Suomeksi toimittanut Mäkenpää, Risto & Makkonen, Velipekka & Alanen, Antti. Helsinki: Love kirjat.

THL 2018a. Mielen terveyshäiriöt. Saatavana osoitteessa: <https://thl.fi/fi/web/mielen-terveys/mielen-terveyshairiot/mielialahairiot>. Luettu 16.1.2019.

THL 2018b. Mielen terveyshäiriöt. Saatavana osoitteessa: <https://thl.fi/fi/web/mielen-terveys/mielen-terveyshairiot>. Luettu 16.1.2019.

THL 2019a. Yhdyspinnat hyvinvoinnin ja terveyden edistämässä. Saatavana osoitteessa: <http://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/hyvinvointijohtaminen/yhdyspinnat-hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisessa>. Luettu 1.2.2019.

THL 2019b. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen johtaminen. Saatavana osoitteessa: <<https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/>>. Luettu 20.1.2019.

Toimintaterapeuttiliitto 2019. Saatavana osoitteessa: <<http://www.toimintaterapeuttiliitto.fi/>> Luettu 2.2.2019.

Townsend, Elisabeth.A. & Polatajko, Helene. J. (toim.) 2007. Enabling occupation II: Advancing an Occupational Therapy Vision for Health, Well-being & Justice Through Occupation. Ottawa: CAOT Publications ACE.

Tuomi, Jouni & Sarajärvi, Anneli 2004. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Turunen, Kari E. 2004. Tunne-elämä. Jyväskylä: Atena Kustannus.

Uusikylä, Kari 1997. Isät meidän. Luovaksi lahjakkuudeksi kasvaminen. 2. painos. Jyväskylä: Atena Kustannus, PS-viestintä Oy.

Uusikylä, Kari 2012. Luovuus kuuluu kaikille. Jyväskylä: PS-kustannus.

Valtioneuvosto, 2015a. Ratkaisujen Suomi Pääministeri Juha Sipilän hallituksen strateginen ohjelma 29.5.2015. Saatavana osoitteessa: <[https://valtioneuvosto.fi/documents/10184/1427398/Ratkaisujen+Suomi\\_FI\\_YHDISTETTY\\_netti.pdf](https://valtioneuvosto.fi/documents/10184/1427398/Ratkaisujen+Suomi_FI_YHDISTETTY_netti.pdf)> Luettu 3.1.2019.

Valtioneuvosto, 2015b Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia. Toimintaohjelman 2010 - 2014 loppuraportti. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2015:17. Saatavana osoitteessa: <[http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/70355/URN\\_ISBN\\_978-952-00-3578-5.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/70355/URN_ISBN_978-952-00-3578-5.pdf?sequence=1&isAllowed=y)>. Luettu 2.2.2019.

Valtioneuvosto, 2019. Hyvinvointia ja terveyttä edistävä taide- ja kulttuuritoiminta maakunta- ja sote -uudistuksessa. Saatavana osoitteessa: <<https://alueuudistus.fi/kulttuuri-hyvinvointi>>. Luettu 1.2.2019.

Van Lith, Theresa & Fenner, Patricia & Schofield, J. Margot 2009. Toward an understanding of how art making can facilitate mental health recovery. Australian e-Journal for the Advancement of Mental Health, 8:9, 183–193. DOI: 10.5172/jamh.8.2.183.

Vanhatalo, Pauliina 2016. Keskivaikea vuosi. Helsinki: Kustantamo S&S.

von Brandenburg, Cecilia 2008. Kulttuurin ja hyvinvoinnin välisistä yhteyksistä Näköaloja taiteen soveltavaan käyttöön Opetusministeriön julkaisuja 2008:12. Saatavana osoitteessa: <<https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/79051/opm12.pdf?sequence=1>>. Luettu 14.1.2019.



World Health Organization (WHO) 2014. Mental health: a state of well-being. Saatavana osoitteessa: osoitteessa <[https://www.who.int/features/factfiles/mental\\_health/en/](https://www.who.int/features/factfiles/mental_health/en/)> Luettu 4.1.2019.

## Artikkelien teemataulukko

Opinnäytetyöhön valikoituneet artikkelit pelkistettiin ja teemoitettiin taulukkoon. Näin saatu tieto on toiminut apukeinona sekä runkona aiheen tarkastelussa.

Teemataulukko	
<p><b>Tekijät / artikkelin otsikko</b></p> <p>Merric, Ian &amp; McGuire, Alex:</p> <p>From let it be to it must be love: the development of a choir for patients and staff at a high secure hospital</p>	<p><b>Taidelähtöinen toiminta</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Musiikki, kuorossa laulaminen</li> </ul>
	<p><b>Toimintaterapeutin rooli</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Toiminta- ja musiikkiterapeutin rooli oli mahdollistaa kuorotoiminta suljetussa sairaalaympäristössä, jossa mukana oli sekä potilaita että henkilökuntaa</li> <li>Ammatillisesti artikkelissa käsitellään musiikkiterapian ja toimintaterapian yhdyspintoja</li> </ul>
	<p><b>Toipumisorientaatio</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Potilaat osallistuivat kuoron nimen ja ohjelmiston valintaan sekä yhteisten sääntöjen laatimiseen. Aluksi toipumisorientaation soveltaminen suljetussa sairaalaympäristössä oli vaikeaa, jossa mielikuva asiakkaista oli manipuloiivia, väkivaltaisia ja ovelia. Ristiriitana toiminnan kehittämisessä oli turvallisuuden vaatimukset ja toipumisorientaation malli.</li> </ul>
	<p><b>Osallisuus</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kuorotoiminta suljetussa sairaalaympäristössä tuki osallisuutta. Kuorotoiminta edesauttoi integraatiossa takaisin yhteiskuntaan.</li> <li>Madalsi kynnystä esiintyä yleisesti ensin muille potilaille, sairaalan henkilökunnalle ja heidän perheilleen.</li> <li>Toimintaterapeutin ja musiikkiterapeutin tavoitteet projektille: Konkreettiset/ mitattavat tavoitteet:</li> <li>oppia uutta musiikkia, tehdä albumillisen verran ohjelmistoa, kokemusta, laulaa erilaisia lauluja, tavoitteen saavuttamisen tunne ja yhteistyö. Henkiset tavoitteet:</li> <li>sosiaalinen mukaan ottaminen (inkluisio) ja vuorovaikutus; omien ideoiden jakaminen muiden kanssa; viihtyminen (<i>having a good time</i>), yhdessä toimiminen, hauskanpito (<i>fun</i>), ihmisten tapaaminen, muiden potilaiden tapaaminen, yhteisöön kuuluminen, jossa ei erotella henkilökuntaa ja potilaita, nautinnon tunne ryhmään kuulumisesta</li> <li>jäsenten yksilölliset kokemukset ja muistot ohjelmistosta tekivät potilaista (homogeenisestä ryhmästä) yksilöitä</li> </ul>

## Tekijät / artikkelin otsikko

Sokmen, Yesim Canan & Watters, Alan:

Emotion Regulation with Mindful Arts Activities Using a Personalized Self-Soothing Kit

## Taidelähtöinen toiminta

- *Mindful art practices*, läsnäoloon pohjautuvaa taidetoimintaa, meditatiivista taidetoimintaa vaihtoehtoisena selviytymiskeinona huonojen selviytymis/käytösmallien tilalle
- Jokainen tutkimuksessa mukana ollut valmisti itselleen omaan tarkoitukseensa sopivan "itserauhoittumispakkauksen" (*Self-Soothing Kit*), joka oli määritelty "säiliöksi", kuten rasiaksi, laatikoksi, pussiksi tai koriksi, jossa oli mukana moniaistillisia ja monitapaisia materiaaleja, joita henkilö pystyi hyödyntämään itselleen mielekkääseen luovaan toimintaan tai mietiskelyyn, yksi osallistujista käytti kokonaista huonetta asunnostaan "pakkauksena"
- Toimintoja, joita käytettiin: musiikki, luovuus/kiitollisuus päiväkirja, tuoksut, meditaatioharjoitukset, itsekoristellut kivet, maalaaminen, korujen valmistus, piirtely, värittäminen, muovailu, korttien valmistus, puutarhanhoito; yhdistettynä esimerkiksi joogaan, "chantingiin", kävelyyn luonnonympäristössä, beat-boxingiin
- **Tuloksena:** osallistujat onnistuivat säätämään tunteitaan muuttamalla toimintaansa muutamissa minuuteissa käyttämällä "itserauhoittumispakkaustaan" (*Self-Soothing Kit*)

## Toimintaterapeutin rooli

- Ryhmäsessioiden fasilitointi, joissa oli mukana yhdistelmä mindfulnessia sekä luovaa toimintaa; materiaalien tarjoaminen, kuten tallenteita ohjatuista rentoutumisharjoituksista
- Ryhmäsessioiden tarkoitus oli "itserauhoituspakettien" kehittäminen, pakettien käyttö oli tarkoitettu itseohjautuvaksi toiminnaksi, jonka tarkoituksena oli tunteiden tasaaminen ja säätely, rauhoittaminen
- Itsearviointivälineen tarjoaminen
- Vapauden ja rohkaisun tarjoaminen, osallistujien vapaus ja rohkaisu valita merkityksellisiä luovia aktiviteetteja lisänsä heidän sitoutumistaan

## Toipumisorientaatio

### Osallisuus

- Osallistujat olivat avohoidossa, eivät sairaalahoidossa
- Toiminta oli itseohjautuvaa, henkilöt päättivät itse keston ja ajan
- Kukin asetti toiminnalle oman tavoitteensa ja valitsi itse siihen sopivan luovan toiminnan ja materiaalit

### Kohtaaminen

- Taiteen tarjoama kanava sensoriseen, aistilliseen olemukseen
- Osallistujat nimesivät itselleen tukihenkilön, joka tunsu heidät hyvin ja oli säännöllisesti heidän kanssaan tekemisissä

### Tekijät / artikkelin otsikko

Haertl, Kristine Lynn & Ero-Phillips, Adrienne Maiers:

The healing properties of writing for persons with mental health conditions

- Taidetoimintaa ja muuta luovaa toimintaa käytettiin positiivisten ihmissuhteiden rakentamisessa esimerkiksi taiteen tekeminen yhdessä ystävien ja perheenjäsenten kanssa, tämä oli odottamaton tulos: osallistujat käyttivät toimintoja, joita he olivat sisällyttäneet pakkauksiinsa sosiaalisten suhteidensa parantamiseksi ja osallistumisen lisäämiseksi rooleissa, jotka olivat heille mielekkäitä yhteisössä

### Toimijuus

- Autenttisen taiteen käyttäminen tunteiden säätelyyn
- Osallistujia kehoitettiin käyttämään ja kehittämään omaa itse-rauhottumispakkaustaan omassa ympäristössään, kotona, omalla ajallaan ja pitämään kirjaa ja tarkkailemalla päivittäistä käytäntöään itsearvioinnilla
- Astuminen ulos omalta turvallisuusalueelta itselle vieraan taiteenmuodon kokeilemiseen

### Toivo

- Luovan päiväkirjan pitäminen, kiitollisuuspäiväkirjan kirjaaminen - unelmien ja toiveiden näkyväksi tekemistä
- Kaksi osallistujaa aloittivat taidepohjaisen hankkeen, jossa keskityttiin tulevaisuuteen (muun muassa hyväntekeväisyys) ja tulevaisuuden suunnitelmiin

### Taidelähtöinen toiminta

- Terapeuttinen kirjoittaminen; henkilökohtainen kirjoittaminen (*personal writing*), kirjoittamista omasta tarpeesta, ilman ulkopuolelta tulevia vaatimuksia; osallistujat olivat harjoittaneet kirjoittamista vähintään kolmen vuoden ajan; sekä yksin kirjoittamista että ryhmässä kirjoittamista
- Kirjoitustyypit vaihtelivat runoudesta, lehtikirjoittamisesta, luovista/ ilmeikkäistä tekniikoista tarinoin, joilla kaikilla oli ainutlaatuinen vaikutus yksilöön ja hänen maailmankuvaansa
- Kirjoittaminen coping-keinona, itsesäätelyä ja selviytymiskeinona

### Toimintaterapeutin rooli

- Kirjoittaminen toimintana on itsekorjaavaa (*self-recovery*), sekä itseohjautuvaa
- Mielenterveyden elpymistä vahvistivat paradoksaalisesti sekä kirjoittamisen vapaus että sen struktuuri, rakenne – toimintaterapeutin ohjattava kohti tätä
- Ryhmässä annettavan rohkaisun merkitys on suuri
- Kirjoittamisen etuina voi nähdä sen edistävän asiakaslähdeistä interventiota
- Asiakkaan tarpeisiin mukautuminen
- Kyky nähdä, että kirjoittaminen on yksilölle ja terapeutille, mahdollisuus kohtaamiseen, yhdistää elämän konkreettisia ja aineettomia aspekteja ja on yksi mahdollinen interventio, joka voi tehokkaasti yhdistää sekä hengellisyuden että luovuuden
- Terapeutilta vaaditaan: a) koulutusta/kokemusta luovaan, terapeuttiseen kirjoittamiseen, b) käytetyn kirjoitusgenren tuntemista sekä teoreettista viitekehystä, c) päätöstä ja

sopimusta jaetaanko kirjoitettua, ja kirjoittamisen tavan yhdessä valintaa (käsin vaiko koneella) d) asiakaslähtöisyyttä, asiakkaan kiinnostuksen ja sitoutumisen tukemista/ymmärrystä

- Terapeutin kliinistä arviointia yhdessä asiakaslähtöisen lähestymistavan kanssa, jotta voidaan määrittää ensisijaiset keinot, joilla kirjoittamista käytetään osana toimintaterapia prosessia
- Kykyä tunnistaa, onko asiakkaalla henkilökohtainen valmius käsitellä esimerkiksi traumoja ja vaikeita elämänsasioita kirjoittamalla
- Reflektiivisen ohjauksen merkitys on erityisen tärkeää (asiakkaan näkökulmien parantamiseksi ja edistymisen näkymiseksi)

### Toipumisorientaatio

#### Osallisuus

- Kirjoittamalla saadut myönteiset oivallukset vaikuttivat osallistujiin ja heidän rooliinsa yhteiskunnassa
- Kirjoittamalla käyty pohdinta omasta roolista ja osallisuudesta yhteiskunnassa
- Vuorovaikutustaitojen kasvua kirjoittamalla
- Kirjoittaminen auttoi yhdistämään itsensä osaksi kollektiivia ja yhteiskuntaa, "asettumaan muiden kenkiin"
- Auttoi pohtimaan suurempia yhteiskunnallisia huolia
- Paransi kykyä olla vuorovaikutuksessa muiden kanssa kunniottavasti

#### Kohtaaminen

- Kirjoittamisen rooli itsen kehittämisessä, kirjoittamisen rajapinta itsen ja muiden kanssa; oman identiteetin löytyminen kirjoittamalla; henkilökohtainen kasvu ja tietoisuus
- Mahdollisuus kirjoittamalla olla "juuri minä"
- Kirjoittamalla koettu, että oma identiteetti ei vastaa sitä. miten yhteiskunnassa määritellään, luokitellaan mielenterveydellisesti sairas

#### Toimijuus

- Kirjoittamisen rooli elämänlaadun paranemisessa
- Kirjoittaja voi tutkia kognitiivisia, emotionaalisia ja henkisiä alueita, jotka eivät muuten ole saavutettavissa
- Itsen tunnistaminen kirjoittajana; kirjoitusten jakaminen muiden kanssa yhdisti kirjoittajia muihin yksilöihin sekä yhteiskuntaan; tärkeää myös, että kirjoitukset koskettivat muiden ihmisten elämää samankaltaisissa tilanteissa ja yhteiskunnassa

#### Toivo

- Luovuus tekona lisää itseluottamusta, itsearvontunteita ja luottamusta elämään

**Tekijät / artikkelin otsikko**

Cohn, Jennifer & Kowalski, Karen Z. & Swarbrick, Margaret:

Music as a Therapeutic Medium for Occupational Engagement: Implications for Occupational Therapy

- Kirjoittaminen lisäsi toivoa itsetuntemuksen kautta esimerkiksi tunnistamalla, mitkä ajatuksista ovat häiritseviä ja mitkä eivät, ja koska on vaikeuksissa ja koska ei
- Aiempien kirjoitusten tarkastelu auttoi rakentamaan näkökulmia ja ymmärtämään elämänkulkua; ymmärrys tunteiden vaihtuvuudesta ja ei pysyvyydestä
- Metakognition kehittyminen
- Unelmien kirjaaminen toivoa luovana tekona

**Taidelähtöinen toiminta**

- Musiikki; muun muassa kuorolaulu, musiikin kuuntelu, bänditoiminta, käsikelloryhmä, pianonsoitto

**Toimintaterapeutin rooli**

- Musiikin rooli voi olla avustava, yhteistoimintana muun toiminnan yhteydessä (*in conjunction with*) tai ensisijainen toiminta/ interventio toimintaterapiassa
- Toimintaterapeutin asiakkaana voi olla taiteilija/ muusikko, joka haluaa palata takaisin työelämään; tällöin tehtävänä on motoristen ja/ tai kognitiivisten taitojen harjoittaminen. Musiikki voi olla uuden mielekkään vapaa-ajan toiminnon löytyminen (vrt. jaloistaan vammautunut entinen jalkapalloilija, joka aloittaa kitaransoiton)
- Toimintaterapeutin rooli voi olla esteiden poistaminen musiikin harrastamiselle/ tekemiselle esimerkiksi apuvälineiden avulla.
- Toimintaterapeutin rooli voi olla sopivan ryhmätoiminnan etsiminen asiakkaalle (vrt. käsikelloryhmä)
- Musiikin rooli avustavana elementtinä toimintaterapeutin työssä esimerkiksi aivoinfarktipotilaiden fyysisessä kuntoutuksessa liikkumisen rytmittämisessä
- Musiikkitoiminnot ovat toimintaterapeuteille mahdollisuus löytää yhtymäpintoja muiden ammattiryhmien kanssa (vapaa-ajan ohjaajat, musiikin erityisopettajat, musiikkiterapeutit)
- Toimintaterapeuteilla voi olla kunnassa konsultoiva rooli monialaisessa yhteistyössä terveyden edistämässä ja sairauksien ehkäisyssä
- Esimerkiksi kunnassa toiminnan analyysin asiantuntijoina toimintaterapeutit voivat auttaa kehittämään ohjelmia, identifioimaan osallisuuden esteitä ja kehittämään osallisuutta mahdollistavia toimenpiteitä
- Toimintaterapeuteilla mahdollisuus käyttää toiminnan analysointitaitoja, jotka edesauttavat osallisuutta

**Toipumisorientaatio**

Musiikilla on rooli kokonaisvaltaisessa hyvinvointia ja terveyttä edistävässä toiminnassa.

**Toimijuus**

- Musiikin tekeminen voimaannuttaa, lisää hyvinvointia sekä edistää toipumista; sillä voidaan torjua stressiin liittyviä

### Tekijät / artikkelin otsikko

Michael, Lorraine:  
Reviving Nostalgia for an Era of Practice: An Illustration of the Therapeutic Use of Projective Methods/ Media in Occupational Therapy

sairauksia ja vähentää muun muassa dementiaan sairastumisen riskiä

- Musiikki vaikuttaa mielialaan, esimerkiksi auttaa keskittymään, rentouttaa ja voi edistää liikkumista
- Musiikin tekeminen mahdollistaa yksilöllisen kasvun, ajatusten ja tunteiden ilmaisun nykyhetkessä sekä sen avulla voidaan palata muistoihin ja kokemuksiin
- Musiikin vaikutus **kognitiivisiin toimintoihin**; musiikki tukee taitoja, joita tarvitaan tavoitteellisessa toiminnassa
- Musiikin kautta kertyneet taidot voi edelleen siirtyä muuhun päivittäiseen elämään

### Osallisuus

- Musiikin tekeminen edistää sosiaalista hyvinvointia: lisäksi kuuluvuuden tunnetta, parantaa itsetuntemusta ja sillä voi olla rentouttava vaikutus; nuorten aikuisten ryhmätoiminnassa musiikki lisäsi ryhmäläisten itseluottamusta ja vahvisti ryhmähenkeä

### Taidelähtöinen toiminta

- Saven muotoilu ja muovailuvahan muovaileminen
- Artikkelissa mainitaan myös muita projektiivisiä (luovia menetelmiä)
- Piirtäminen, sormivärit, savityöt, keramiikka, ”scribble”-tekniikka, kollaasit
- Kirjoittajan luovien menetelmien keinoja ovat myös psyko-draama, terapeutin kirjoittaminen, luova journalismi (*creative journaling*), mandalat, symbolien kanssa työskentely, kielikuvat ja arkkityypit (Jung)

### Toimintaterapeutin rooli

- Tilan antaminen, kuuntelu, herkkyys, asiakkaan tarpeiden kuuntelu, tulkinta
- Toimintaterapeutilta vaaditaan kykyä kuuntelua rivien välistä, ja tulkintaa käytetyistä (puolustus) termeistä, kognitiosta, tunteista ja myös sanomattomista asioista, nonverbaalista kielestä
- Terapeuttisessa suhteessa oleminen, sen rakentaminen, tietopohja eri viitekehyksistä, tietoisuus itsen käytöstä suhteessa (terapeutti ja asiakas tuovat omat käsittelemättömät tunteensa > transferenssi/ vastatransferenssi).
- Toimintaterapeutti tarjoaa ympäristön; käytettävät materiaalit ja tilan, turvallisen ympäristön luominen
- Fasilitaattori, kumppanuus luovuuden äärellä/ taiteen tekemisessä (*side-by-side nature*)
- Taidemenetelmien avulla toimintaterapeutit mahdollistavat jokapäiväisen toiminnan merkityksiä ja parantamista
- Toimintaterapeutti valottaa emotionaalis-rationaalis-psykososiaalisia ulottuvuuksia

- Luovien toimintojen avulla toimintaterapeutti voi myös havainnoida asiakkaan suhdetta itseensä sillä, miten hän suhtautuu teokseensa sekä miten hän suhtautuu ympäristössä olosuhteisiin ja elämän kulkuun (aktiivinen toimija vaiko uhri)
- Arvioinnissa luovat menetelmät voivat antaa informaatiota asiakkaasta, kun määritellään asiakkaan valmiutta muutokseen, motivoinnissa, interventioiden määrittelyssä ja tavoitteiden asettamisessa.
- Luovien menetelmien avulla voidaan saada selville asiakkaan persoonaa oireiden lisäksi (*beyond notions of symptomatology*) sekä auttaa asiakkaita säilyttämään kasvonsa

### Toipumisorientaatio

#### Osallisuus

- Sinä päätät -asenne; taidetoiminnan tulosta ei voi ohjata ulkoa

#### Kohtaaminen

- Kumppanuus luovuuden äärellä/ taiteen tekemisessä (*side-by-side nature*)
- Kohtaaminen on syvällisempää; keskinäisen resonanssin saavuttaminen taiteen äärellä, mahdollistaa terapeutin ja asiakkaan ”henkisen liiton”
- Hyväksyntä -> edesauttaa psykologisessa toipumisessa

#### Toimijuus

- Luovilla ja projektiivisillä menetelmillä paljastuu ihmisen sisäinen tila.
- Toiminnan jälkeen tuloksen tarkastelu mahdollistaa reflektiota omasta tuotoksesta, miten se on luotu, mitä sanotaan (tulkinta)
- Luovat menetelmät mahdollistavat dynaamisen ja laajan tavan ilmaisulle, yhdistymiselle, tekemisellä, olemiselle ja tietämiselle

#### Toivo

- Luovan toiminnan avulla henkisen puolen korjaantuminen (katharsis) ja toipuminen (deep healing)
- Luovat toiminnot ovat kuin ”ikkuna” sisäiseen maailmaan (tiedostamattomaan, haluihin, pelkoihin, toiveisiin)
- Taidetoiminta mahdollistaa syvällisemmän mahdollisuuden puuttua/ tarkastella aikaisempia kokemuksia ja henkilökohtaisia merkityksiä (sanallisesti ja toiminnallisesti luovan työn aikana)
- Luovat menetelmät auttavat tuntemaan ja hyväksymään omaa persoonallisuutta
- Taidetoiminta mahdollistaa alitajunnasta tulevia oivalluksia henkilön motiiveista, peloista ja toiveista
- Mahdollistaa keskittymisen, vapauttaa hetkeksi pakkomieltä ajatuksista, itsesäätelystä tai ahdistuksista



# Ihminen on hyvä asia - soten, hyten ja kulttuurin yhdyspinnoilla

## -seminaarin tiivistelmä

### Tausta

Olemme kuljettaneet taidelähtöisyyttä mukana koko toimintaterapian opintojen ajan. Meille toimintaterapian opintojen aloittaminen ei ole ollut alan vaihto, vaan ennemminkin täydennyskoulutusta taidealan ammattilaisuuden täydennykseksi, vaikka kokonaisesta tutkinnosta onkin kyse. Meitä molempia kiinnostaa taidelähtöisen toiminnan käyttö sosi-aali- ja terveysalalla – toimintaterapiassa ja laajemminkin.

Syksyllä 2018 otimme yhteyttä Tytti Tuulokseen Terveiden ja hyvinvoinnin laitokselta (THL). Tapasimme ja keskustelimme osallisuuden edistämisen hankkeista. Innostuneisuus aiheesta oli tarttuvaa ja johti innovatiiviseen suunnitteluyhteistyöhön kohti seminaaria. Seminaari oli konkreettinen osoitus kiinnostuksesta aihetta kohtaan, mutta samalla myös osoitus koulutusjärjestelmän toiminnasta sopivasti toisin. Seminaari on itsenäinen osa opinnäytetyötämme ja monen eri toimijan yhteisen työn tulos. Sen sisältö rakennettiin yhteistyössä työelämäkumppanimme Kukunori ry:n sekä heidän nimeämän työryhmän kanssa. Työryhmässä oli edustajia Uusimaa 2019 -hankkeesta, THL:sta, Turun Ammattikorkeakoulusta / Taikusydän -hankkeesta, Pertin valinnasta sekä Taideyliopiston Cerada -tutkimuskeskuksen Arts Equal -hankkeesta. Ihminen on hyvä asia – soten, hyten ja kulttuurin yhdyspinnoilla -seminaarin taustalla oli suuri tarve ja moniammatillinen yhteistyö.

Meidän tehtävämme on ollut seminaarin sisällön suunnittelu ja kokonaisuuden rakentaminen. Tulevina toimintaterapeutteina olemme puolustamassa asiakkaidemme oikeuksia, kuten kulttuuristen oikeuksien toteutumista. Seminaari voi olla esimerkkinä siitä, miten toimintaterapeutit voivat toimia osana yhteiskunnallista vaikuttamista. Verkostomaisen työskentelyn merkitys ja tärkeys tuli vahvasti esiin seminaarin järjestämisessä. Monialaisen työryhmän jäsenten ja asiantuntijoiden kanssa käydyt keskustelut olivat meille mitä parhain oppimisen paikka! Paremminkin sanottuna: mestarikurssi.

Suunnittelutyössä arvoina olivat yhdenvertaisuus ja eriarvoisuuden vähentäminen. Taidelähtöisen toiminnan ja kulttuuristen oikeuksien puolustaminen on ollut aihealueen ytimessä. Keskeisinä teemoina olivat: Miten taidelähtöinen toiminta näkyy tulevaisuudessa soten sekä hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen alalla? Millaisia mahdollisuuksia ja rakenteellisia esteitä taidelähtöisellä toiminnalla on?

Juuri ennen seminaaria Sipilän hallituksen esittämä sote-uudistus kaatui ja sen hallittua alasajoa oli ryhdytty toteuttamaan. Seminaarin näkökulmasta ajankohtaisina kysymyksiä nousivat muun muassa: Kenelle kulttuurihyvinvointia koskevat toimenpidesuositukset suunnataan nyt, kun vastuuta sote-palveluista ei siirretäkään maakunnille? Miten kulttuurihyvinvointi voisi toteutua seuraavalla hallituskaudella? Miten kulttuurihyvinvointi saadaan hallitusohjelmaan sekä osaksi toimintakulttuuria ja palveluajattelua sote-alan organisaatioissa?

Seminaarin keskiöön tuotiin dialogisuus eri ammattialojen edustajien kanssa, tietoisuuden lisääminen, verkostojen luominen, tiedottaminen sekä kulttuurin asema väistämättömässä sosiaali- ja terveysalan muutoksessa.

Seminaari järjestettiin 19.3.2019 Musiikkitalossa. Mukana lähes 200 sote, hyte ja kulttuurialan ammattilaista. Paikalla oli vaikuttavia toimijoita, ajassa mukana olevia vaikuttajia, joilla on suuri rooli asian edistämisessä. Seminaarin konkreettinen tulos on Taikusydän verkoston luominen Uudellemaalle ja yhteistoiminnan lisääminen sen kautta myös jatkossa.

# Ihminen on hyvä asia - soten, hyten ja kulttuurin yhdyspinnoilla

Ajankohta: tiistai 19.3.2019 klo 9-16

Paikka: Musiikkitalo Harjoitussali Paavo 1. krs. (Mannerheimintie 13 A, Helsinki)

Maakuntauudistuksen myötä lainsäädäntö ja päätäntämekanismit muuttuvat. Se avaa mahdollisuuksia, mutta luo myös uhkakuvia. Taidelähtöisen toiminnan osaaminen ja rahoitus eivät ole itsestäänselvyyksiä. Siksi haluamme keskustella vaikuttamisen mahdollisuuksista, valinnoista, arvoista ja tulevaisuuden osaamisesta kunnissa ja maakunnissa. Haluamme myös rohkaista osallisuutta edistävään yhteistoimintaan koko väestö, asukas- ja asiakasosallisuus huomioiden. Uutta yhteistoimintaa tukemaan perustetaan Taikusydänverkosto Uudellemaalle. Seminaarissa olijat saavat ajankohtaista tietoa rahoituksista, muutoksista, mahdollisuuksista, konkreettisista uusista työkaluista. Seminaari hahmottaa kenttää uudella tavalla ja antaa uusia ideoita koulutuksen ja työelämän kehittämiseen.

Seminaarissa Markus Raivion haastateltavana Uusimaa 2019 -hankkeen sote-muutosjohtaja **Timo Aronkylä**, keynote-puheenvuoro professori (New Social Research) **Norma Daykin** Tampereen yliopiston sosiologian laitokselta. Lisäksi puheenvuoroja mm. sosiaalipsykiatrian professori **Sami Pirkola** ja ArtsEqualin varajohtaja **Kai Lehikoinen** sekä erityisasiantuntija **Tarja Haili** Uudenmaan liitosta.

Seminaarin tarkempi ohjelma julkaistaan [kukunori.fi/ajankohtaista](http://kukunori.fi/ajankohtaista) - ja [artsequal.fi/ajankohtaista](http://artsequal.fi/ajankohtaista) -sivulla viimeistään 31.1.2019.

**Yhteistyössä:** Kukunori, Taideyliopiston CERADA ja ArtsEqual-hanke, Metropolia AMK, Turun ammattikorkeakoulu ja TaikuSydän-hanke, Pertin valinta sekä Sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke - Sokra (THL).

**Ilmoittautuminen 5.3.2019 mennessä:**

<https://link.webpolsurveys.com/S/5CDC730E9CDD8504>



## Tiivistelmä seminaarin puheenvuoroista 19.3.2019

### Tervetuloa-sanat

Ihminen on hyvä asia – sotien, hytensä ja kulttuurin yhdyspinnoilla seminaarin avaussanat toi **Tytti Tuulos**, Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitokselta. Hän avasi seminaarin sanoilla: ”Me löysimme toisemme”, mukailleen Sanni Virran musiikki- ja lauluesitystä. Tuuloksen sanoin: ”Nyt olisi aika luoda pysyviä rakenteita asialle, josta on paljon tutkittua tietoa ja käytännön kokemusta. Tarvitsemme uudenlaista ymmärrystä ja käsitteiden uutta määrittelyä, sanoitusta myös mielenterveyden edistämiseen, mielen hyvinvointiin. Tarvitaan tietoa ja tutkimusta keinoista, joilla vahvistetaan ihmisen omaehtoista pärjäämistä, yhteisöllistä tukea. Tarvitaan tietoa matalan kynnyksen palveluiden vaikutuksista, ennen kuin on ongelmia, ja sitten kun tuen tarve kasvaa.”



Sanni Virran soitto ja laulu Sielunsiskot viritti yleisön päivän teemaan. Kuva: Nina Tuittu 2019.

Tuulos halusi rohkaista toimintaan, joka tukee kokeilu- ja kehittämistyötä tuoden luovaa toimintaa luontevaksi osaksi uudistavia palveluita. Tuuloksen valitsemat neljä näkökulmaa nostivat esiin myös seminaarin keskeisiä teemoja. Ensimmäisenä näkökulmana: ihmisarvo. Toisin sanoen ihmiskuva, mikä ohjaa puhettamme ja näkyy jokaisessa kohtaamisessa, palveluissa, erilaisissa töissä, työelämän ulkopuolella ja vapaa-ajalla. Siellä missä osallisuutta edistävää ja ihmistä voimaannuttavaa yhteistoimintaa voi toteuttaa myös taiteen ja kulttuurin keinoin. Toisena näkökulmana: ajattelu, mikä ohjaa kaikkea

toimintaa. Myönteisesti ja ei-ongelmalähtöisesti ihmistä kohtaavat toimijat löytävät helpommin tapoja toimia sopivasti toisin. He kiinnostuvat aidosta verkostotyöstä; tähän voimavaroja toteuttavaan muutokseen ja toteuttamiseen sekä osaamisen kehittämiseen on tärkeää löytää oikeita kysymyksiä. Kolmantena näkökulmana: ymmärrä ajan tärkeys nyt ja tulevaisuudessa. Tunnista miten toimit nyt ja mihin käytät aikaa, mitä ajattelet tapahtuvan huomenna. Tarvitaanko siihen huomiseen enemmän aikaa? Parempaa tulevaisuutta ei kuitenkaan rakenneta hetkessä. Mutta toisaalta onko enää varaa hukata voimavaroja, joita voisi käyttää toisin? Neljäntenä näkökulmana: tunnista tässä ajassa onnistumiset, positiiviset signaalit. Pikkuhiljaa olemme siirtymässä ongelmien tarkastelun ympäriltä kohti voimavaroja löytävää yhteistyötä ja uutta osaamista. Onnistumiset ruokkivat toisiaan, siitä yhtenä esimerkkinä voi nostaa Taikusydän verkoston.

### Aamupäivä: Ääriviivoja

#### Mitä kuuluu taiteelle tulevaisuudessa sosiaali- ja terveysalalla sekä hyvinvoinnin ja terveyden viitekehyksessä?

Kukunorin Propellipäät hankkeen **Markus Vähälä** haastatteli Uusimaa 2019 -hankkeen sotemuutosjohtaja **Timo Aronkytöä**. "Sotemuutosta on tehty 14 vuotta ja se jatkuu", aloitti Aronkytö.



Markus Vähälän haastateltavana sotemuutosjohtaja Timo Aronkytö. Kuva: Nina Tuittu 2019

Aronkytö kertasi hallituksen sote-muutosesityksen kaatumisen jälkeisiä tunnelmia sekä antoi yleisölle ohjeen ottaa käyttöön yritysten käyttämän lobbauksen menetelmän saada omaa agendaa läpi. Lisäksi hän kehotti käyttämään luovuutta uusien mittarien kehittämisessä. "Mikä oikeuttaa jonkun toiminnan olemassaoloa, niin se on mittaaminen. Jos Viron laulujuhilla mitataan ihmisten hyvinvointia, niin se on taatusti korkea. Tarvitaan mittareita, joilla sitten perustellaan rahoittajalle taiteen hyvinvointivaikutusta. Pitää keksiä uudet mittarit. Jos mittareilla saadaan huonoa tulosta, niin pitää keksiä parempia mittareita, joilla saadaan hyviä tuloksia. Ehkä kulttuurialalla ihmiset ovat liian arkoja vaihtamaan niitä mittareita tai kokeilemaan jotain uutta. Luovuutta mittariston kehittämiseen," totesi Aronkytö.

### Keynote-puheenvuoro

Seminaarin keynote-puheenvuoron piti professori **Norma Daykin**. Hän on taiteiden professori Winchesterin yliopistolta. Paraikaa Daykin työskentelee Tampereen yliopistolla, sosiologian laitoksella. Hän on yhteiskuntatieteilijä, joka on tunnettu taiteiden, terveyden ja hyvinvoinnin tutkijana. Daykinin unelmana olisi nähdä enemmän integraatiota taiteen ja terveydenhoidon välillä. Taide ei olisi erillisenä, irrallaan terveydenhoidosta. Terveydenhoitona saisimme fyysistä ja henkistä hoitoa, hyvin valitussa muodossa, jossa olisi otettu huomioon ymmärrys sosiaalisista ja henkisistä tarpeistamme, ja johon taiteen voisi luontevasti integroida mukaan.

Daykin käsitteli taiteen terveys- ja hyvinvointivaikutusten tutkimusta, politiikkaa ja käytäntöä sekä arvioinnin haasteita. Hän myös puhui *social prescribing*, "taideresepti", toiminnan toteutumisesta ja sen eduista. Katsauksena tutkimustuloksiin kuultiin muun muassa taiteen ja kulttuurin myönteisistä vaikutuksista terveyteen ja hyvinvointiin koko elämän ajan sekä fysiologisista, psykologisista ja sosiaalisista reiteistä. Tutkimushaasteina tuotiin esiin näytteenotto ja satunnaistaminen, tulokset, interventioiden raportointi, menetelmät ja tulokset. Mahdollisuuksina sekä haasteina muun muassa kasvavat terveys- ja hoitotarpeet, resurssien väheneminen, terveydenhuollon rahoitusmallit, taide- ja terveysalan hajanaisuus sekä laajuus, terveydenhuollon hierarkkisuus vs. taiteellinen ääni, taidepolitiikka ja taiteellisen laadun käsitteet.

Daykin nosti keskusteluun miten taide ja terveys voitaisiin nähdä kansanliikkeinä (*social movement*). Hän toi esiin sosiaalisen liikkeen teorian ja tutkimushaasteet sekä sen, miten sosiaalisen liikkeen teoriaan liittyvät vaihtoehtoiset teoreettiset puitteet voivat auttaa

ymmärtämään taiteen laajuutta, vaikutusta sekä tulevaa kehitystä terveyteen ja hyvinvointiin.

## **Mielenterveysstrategia ja kulttuurilähtöiset menetelmät mielenterveys-työssä**

Aamupäivän viimeisessä puheenvuorossa sosiaalipsykiatrian professori **Sami Pirkola** kertoi kulttuurilähtöisistä menetelmistä psykiatriassa. Hän jakaa kulttuurilähtöiset menetelmät kolmeen osa-alueeseen: 1) taide kuntouttavana ja hyvinvointia tuottavana toimintana, 2) osallistavana taidetoimintana sekä 3) taide psykoterapian välineenä.

Pirkola haastoi ihmiset osallistumaan mielenterveysstrategian valmistelutyöhön. Pirkola kehotti yleisöä kommentoimaan strategiaa valtion ylläpitämän otakantaa.fi -sivuston kautta.

Mielenterveysstrategia on pitkän aikavälin strategisen ohjauksen väline. Se ulottuu aina vuoteen 2030 saakka. Strategian pohjalta kukin hallitus laatii oman mielenterveysohjelmansa, jossa määritellään painopistealueet, toimeenpanon keinot ja välineet sekä seurannan tavat. Mielenterveyden politiikan tavoitteena on turvata työn jatkuvuus, tavoitteellisuus ja ajankohtaisuus. Mielenterveysstrategia pohjautuu edistävän ja ehkäisevän työn osalta valmisteilla olevaan hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämistä koskevaan valtioneuvoston periaatepäätökseen. Työryhmä ehdottaa strategiaan viittä painopistealuetta: 1) mielenterveys pääomana, 2) lasten ja nuorten mielenterveyden rakentuminen arjessa, 3) mielenterveysoikeudet, 4) ihmisten laaja-alaiset ja tarpeiden mukaiset palvelut sekä 5) hyvä mielenterveysjohtaminen.

## **Iltapäivä: Palettina ihminen**

Iltapäivä muodostui Opetus- ja kulttuuriministeriön (OKM) sekä Sosiaali- ja terveysministeriön (STM) edustajien puheenvuoroista. OKM:n neuvotteleva virkamies **Merja Niemi** toi ajankohtaisia uutisia ministeriön tilanteesta hallituksen esittämän sote-uudistuksen jälkeen sekä muutamia näkökulmia koheesiopolitiikan mahdollisuuksista. STM:n neuvotteleva virkamies **Heli Hätönen** kertoi ajankohtaisia näkymiä hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä.

Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen on tällä hetkellä kuntien tehtävänä ja sen tavoitteena on muun muassa kaventaa väestöryhmien välisiä hyvinvointi- ja terveyseroja sekä vahvistaa mielenterveyttä. Toimet kohdistuvat niin yksilöön kuin koko väestöön, yhteisöihin sekä elinympäristöön. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen tarkoittaa lyhyesti laaja-alaista (mukaan luettuna julkishallinto, järjestöt ja yksityiset toimijat), kaikkia hallinnonaloja velvoittavaa, terveyteen ja hyvinvointiin sekä niiden taustatekijöihin vaikuttamista sekä suunnitelmallista resurssien ja voimavarojen kohdentamista.

Ministeriön mukaan hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen kehittämisen paikkoja ovat: 1) elinvoiman, kestävän kehityksen ja hyvinvoinnin yhteyksien nykyistä paremmin näkyvyyden tekeminen, 2) yhdyspintojen, yhteistyörakenteiden ja käytäntöjen moninaisuus ja nopea muutos muuttuvassa toimintaympäristössä 3) strategisen osaamisen (ml. tiedolla johtaminen) vahvistaminen 4) olemassa olevien tietovarantojen hyödyntäminen ja tiedon aukkojen paikkaaminen 5) eriarvoisuuden kaventamisen osaamisen vahvistaminen sekä 5) digitaalisten hyte-palvelujen kehittäminen.

Taiteen edistämiskeskuksen (TAIKE) erityisasiantuntija **Johanna Vuolasto** toi puheenvuorossaan esille marraskuussa 2018 julkaistut ministerien suositukset taiteen ja kulttuurin saatavuuden ja saavutettavuuden parantamiseksi sosiaali- ja terveydenhuollossa. Vuolasto kertoi, että Suomi on politiikkaohjelmien ja rakenteiden tasolla taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia -toiminnan kiinnostavimpia kansainvälisiä esimerkkejä. Suomi on edelläkävijä poikkihallinnollisessa yhteistyössä. Valtakunnallinen, poikkihallinnollinen ja monialainen yhteistyö on edistänyt kulttuurin juurruttamista osaksi hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä.

1.3.2019 voimaan tullut uusi laki kuntien kulttuuritoiminnasta antaa välineitä toimijoille kulttuuristen oikeuksien toteuttamiseen. Lain tavoitteena on: 1) tukea ihmisten mahdollisuuksia luovaan ilmaisuun ja toimintaan sekä kulttuurin ja taiteen tekemiseen ja kokemiseen, 2) edistää kaikkien väestöryhmien yhdenvertaisia mahdollisuuksia ja osallistumista kulttuuriin, taiteeseen ja sivistykseen, 3) vahvistaa väestön hyvinvointia ja terveyttä sekä osallisuutta ja yhteisöllisyyttä kulttuurin ja taiteen keinoin, 4) luoda edellytyksiä paikallisen ja alueellisen elinvoiman kehittymiselle ja sitä tukevalle luovalle toiminnalle kulttuurin ja taiteen keinoin.

Vuolaston mukaan tavoitteiden toteuttamisen lähtökohtina ovat demokratia, asukaslähtöisyys, tasa-arvo, kestävä kehitys sekä kulttuurinen moninaisuus ja vuoropuhelu.



Vuolasto haastoi yleisön osallistumaan ja välittämään tietoa #100minuuttiataidetta -kampanjasta, joka järjestetään 24.1.-31.10.2019 välisenä aikana. 100 minuuttia on 1% viikoittaisesta ajasta. Kulttuuriväen tavoitteena on, että valtion budjetista varattaisiin 1% taiteelle. Tällä hetkellä yhteiskunnan satsaus on 0,8%.

Taideyliopiston Cerada tutkimuskeskuksen johtaja **Kai Lehikoinen** esitti huomioita ArtsEqual -tutkimushankkeesta sekä kulttuurihyvinvointitutkimuksen haasteista. Lehikoinen kertoi, että ArtsEqual -hankkeessa on ollut kaksi painopistettä: taidelähtöisen toiminnan hyvinvointivaikutusten tarkastelu sekä yksilön oikeus yhdenvertaisuusperiaatteen mukaan osallistua taide-elämään. Maailman terveysjärjestön mukaan taiteisiin ja kulttuuriin osallistuminen on edullinen, tehokas ja vähäriskinen tapa ennaltaehkäistä pahoinvointia ja monia terveyshaittoja.

Lehikoinen esitteli vielä julkaisemattoman tutkimuksen siitä, miksi yhdenvertainen osallistuminen taiteisiin ja kulttuuriin ei toteudu tämän päivän hyvinvointi Suomessa. Yksilöt kohtaavat etenkin laitoksissa stereotyyppistä ajattelua yksilön kiinnostuksista ja kyvykkyyksistä. Lehikoinen kertoi muun muassa esimerkin siitä, että lähtökohtaisesti ajatellaan, ettei miehiä kiinnosta taidetanssi. Laitoksissa syrjäytetään yksilökohtaiset kiinnostukset tai identiteetin moniulotteisuus. Esimerkkinä Lehikoinen mainitsi sen, että oletetaan vanhusten kiinnostuvan tietyn tyyppisestä musiikista tai hoitolaitoksessa ohitetaan vanhusten seksuaalinen suuntautuneisuus tai sen oletetaan olevan heteroseksuaalisesti suuntautunutta.

Asiakkaiden kulttuurisen tai sosiaalisen pääoman riittämättömyys voi johtaa siihen, etteivät he hakeudu kulttuurin äärelle. Jos esimerkiksi taidekasvatuspalveluja tarjotaan ns. "elitistisissä" ympäristöissä (museot, konserttisalit) asiakas ei välttämättä tunne näitä paikkoja omikseen ja kynnys osallistua niihin on suuri. Kulttuurin avulla voidaan myös erotella ihmisiä luokkayhteiskunnassa. Lehikoinen kehotti pohtimaan sitä, miten valmiita kulttuurieliitin parissa ollaan luopumaan siitä, että esimerkiksi "baletin väliajalla voi juoda samppanjaa sosiaalisesti uskottavassa seurassa". Toivotetaanko näissä paikoissa asunoton tai kännykkää räpläävä nuori tervetulleeksi osallistumaan taidepalveluun vai koetaanko heidät häiriötekijöiksi tai jopa tunkeilijoiksi?

Palvelujen hinnoittelu on keino luoda eriarvoisuutta. Hintoja on kohtuullistettava, jotta maksukyvyltään heikommassa asemassa olevalla ihmisellä olisi myös mahdollisuus osallistua. Maantieteellinen etäisyys ja fyysinen saavuttamattomuus sekä kulttuurinen

saavuttamattomuus ovat nekin eriarvoistavia tekijöitä. Lehikoinen toivoi lisäksi seminaarin osallistujia nostamaan vaalien alla ehdokkaiden kanssa käytävissä keskusteluissa seuraavia strategisia aihealueita: kulttuurihyvinvointia koskevan osaamisen lisääminen, yhteistyön lisääminen kunnissa: yhteiset tavoitteet ja toimenpiteet, kulttuurihyvinvoinnin mukaanotto terveys- ja hyvinvointimittareihin sekä kulttuurihyvinvoinnin tutkimukseen panostaminen.

### Seminaarin loppuosaa jatkoivat paneelikeskustelut

“Kokemuksen syvä rintaääni” paneelikeskustelun moderaattorina toiminut valtakunnallinen taiteen ja hyvinvoinnin läänintaiteilija **Kirsi Lajunen** haastatteli Pertin Valinnan perustajaa ja muusikkoa **Sami Hellettä**, Metropolian sosiaalisen hyvinvoinnin osaamisaluepäällikkö **Riikka Harjua** sekä HUS:ssa toimivaa toimintaterapeuttia ja ryhmätaide-terapeutti **Ira Hynninen-Sundelinia** sekä Sipoon kaupungin palvelujohtaja **Helena Räsästä**.



Hyvistä käytännöistä kertoivat kokemuksen äänellä kaupungin, toimintaterapian, yrittäjän ja koulutuksen edustajat. Kuva: Nina Tuittu 2019.

Helle puhui perustamansa kivijalkakaupan, Pertin valinnan, taustasta ja hänen ympärillään olevasta tiimistä, joka on mahdollistanut hänelle yrittäjän uran. Räsänen kertoi niin sanotusta “Sipoon mallista”. Sipoossa on pystytty vähentämään radikaalisti muun muassa alzheimer-potilaiden unilääkkeiden käyttöä laitoksissa tapahtuvan taidetoiminnan

ansioista. Taidelähtöisen toiminnan idea on juurrutettu Sipoossa eri yksiköiden koko henkilökunnalle.

Metropolian edustaja Harju kertoi tulevaisuuden osaajien koulutuksesta ja yhteistyön mahdollisuuksista. Hynninen-Sundelin kertoi kokemuksistaan sairaalan psykoosiosastolla tekemästään työstä. Hän nosti esiin taidelähtöiseen toimintaan liittyviä esteitä ja ennakoasenteita sairaalaympäristössä. Hynninen-Sundelin haastoi järjestämään vastaavanlaisen seminaarin HUS:in auditorioon.

### Kuka maksaa ”viulut ja pensselit”?, paneelikeskustelu



Päivän päätteeksi raha innoitti vilkkaaseen keskusteluun Kuka maksaa ”viulut ja pensselit” -paneelissa. Kuva: Nina Tuittu 2019.

Kuka maksaa ”viulut ja pensselit”? paneelikeskustelun moderaattori, Kulta ry:n pääsihteeri **Rosa Meriläinen** keskusteli Taiteen edistämiskeskus (TAIKE) erityisasiantuntija **Ulla Lassilan**, Pertin valinnan tuottaja, manageri **Heini Merkkiniemen**, Suomen Kulttuurirahaston erityisasiantuntija **Johanna Ruohosen**, Espoon kaupunki henkilöstön kehittämispäällikön **Hanna Saariston** sekä Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskuksen (STEA) erityisasiantuntija **Elina Varjosen** kanssa taidelähtöisen toiminnan rahoituksesta ja sen tulevaisuudesta. Saaristo kertoi, miten Espoossa taidelähtöinen toiminta on osa henkilöstön kouluttamista. Toiminnan on mahdollistanut Espoon strategiset ajattelun painopistealueet eli ”ikkunat”. Kaupungin tarinallinen strategia sekä verkostomaisuus on

mahdollistanut erilaisen ja rohkean ajattelun. Kaupungin strategiassa on kolme asiaa, jotka edesauttavat taidelähtöistä toimintaa kaupungin henkilöstön kehittämisessä. Ne ovat: myönteinen ihmiskäsitys, arvostava vuorovaikutus sekä kokeilukulttuuri. Palvelumuotoilu sekä asiakaslähtöisyys ovat toimineet kiihdyttäjänä taidelähtöisten menetelmien käyttöönotossa. Saariston ymmärtävä ja työhön luottava henkilöstöjohtaja on mahdollistanut toiminnan.

Merkkiniemi kertoi Pertin Valinnan kärkihankkeesta, jossa kehitetään outsider taiteen välitystoimintaa. Esimerkkinä Merkkiniemi mainitsi osatyökykyisten Taiteen matkaopas-palvelun. Pertin valinnan toiminta on kansainvälistä. Merkkiniemi kertoi tutkimushankkeestaan, jossa hän on haastatellut sotejohtajia ja peräänkuulutti välitystoiminnan kehittämisen merkitystä. Sirpaleisen taidekentän olisi tunnistettava yhteiset asiakkaat ja heidän tarpeensa. On tiedostettava eri tahojen tahtotila: mitataanko taiteilijoiden työllistymistä vaiko hyvinvoinnin ja osallisuuden lisäämistä?

Ulla Lassila kertoi Taiken roolista taidelähtöisen toiminnan rahoittajana. Taike myöntää avustuksia kulttuurisen moninaisuuden edistämiseen ja rasismiin vastaiseen toimintaan, vammaisyhteisöjen kulttuuritoimintaan ja kulttuurin saavutettavuuden edistämiseen sekä kulttuurin hyvinvointivaikutuksien erityisavustuksia yhteisöille.

Ruohonen kertoi Suomen Kulttuurirahaston (SKR) Taidetta hoitolaitoksiin -rahoitusmahdollisuuksista, joita päärahasto on jakanut nyt neljä vuotta, ja jotka laajenevat vuonna 2019 myös maakuntarahastoihin. SKR haluaa lisätä kulttuuristen oikeuksien yhdenvertaista toteutumista ja edesauttaa korkeatasoisen taiteen viemistä sellaisille yleisöille, jotka eivät välttämättä pääse osallistumaan kulttuurilaitoksissa tapahtuvaan esitystoimintaan. Suomen Kulttuurirahastossa toivotaan, että tulevaisuudessa rahoitus siirtyy tilaajalle, joka maksaa taiteilijalle.

Varjonen kertoi STEAn roolista terveyden ja hyvinvoinnin edistäjänä, jossa taide- ja kulttuuri voi olla keinona. Paneelissa keskusteltiin rahoittajien keskinäisestä kanssakäymisestä ja painopistealueista, julkisen ja yksityisten rahoittajien rooleista. Lyhytkestoisten hankkeiden ongelmallisuus tuotiin esiin ja peräänkuulutettiin tarvetta hankkeiden jatkumolle.

Merkkiniemi toivoi, että keskustelussa puhuttaisiin myös kulttuurisesta, sosiaalisesta ja taloudellisesta arvosta. Niistä löytyy yleensä yhdyspintoja muiden alojen toimijoiden

kanssa. Merkkiniemi mainitsi hankkeet Työsuojelurahaston kanssa, joita hän suositteli yleisölle. Työsuojelurahasto on sitoutunut myös kehittämään tulosten mittaamista.

## Uudenmaan Taikusydän alueverkoston perustaminen

Seminaarin konkreettisenä tuloksena oli perustaa Uudellemaalle oma alueellinen Taikusydän verkosto. Erityisasiantuntija **Tarja Haili** Uudenmaan liitosta sekä projektipäällikkö ja erityisasiantuntija **Anna-Mari Rosenlöf** Turun AMK ja Taikusydän-hankkeesta kutsuivat seminaarin osallistujat liittymään Uudenmaan Taikusydän verkostoon. Varsinaisen perustamistilaisuus järjestetään toukokuussa 2019 Lapinlahden Lähteellä osana Uusimaa-viikkoa.



Taikusydän on taiteen, kulttuurin ja hyvinvoinnin verkostomaisesti toimiva valtakunnallinen yhteispiste. Sen alla toimivat alueverkostot ovat kulttuurihyvinvoinnin verkostoja, jotka kokoavat yhteen kulttuurihyvinvoinnista kiinnostuneet toimijat. Lähde: Taikusydän.

Rosenlöf nosti viestinnällisen tehtävän taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutuksista Taikusydän-toiminnan tärkeimmäksi osa-alueeksi. Myös yhteistyössä on voimaa, joka on merkittävässä osassa Taikusydäntä. Uudenmaan alue verkostolle on ollut kysyntää kentältä. Verkoston luonne tulee muokkautumaan verkostoitujien tarpeesta käsin. Tavoitetta ja tehtävää ei voi antaa ylhäältä päin, vaan sen pitää nousta verkostosta. Verkosto tuo näkyviin sen, mitä olemme enemmän, kuin mitä olisimme jos toimimme yksin. Yhteistyö ja moniammatillinen kehittämistyö on verkostotoiminnan keskiössä. Sitä on kokemusten ja tiedon jakaminen, erilaisen osaamisen jakaminen eri toimijoiden välillä sekä kansallisesti että alueellisesti sekä kokemuksellisen tiedon tuottaminen siitä, mitä konkreettinen työ, taidelähtöinen toiminta on kentällä.

“Kiitos taide!”

# Ihminen on hyvä asia - soten hyten ja kulttuurin yhdyspinnoilla seminaarin ohjelma

## Ihminen on hyvä asia -soten, hyten ja kulttuurin yhdyspinnoilla

tiistai 19.3.2019 klo 9-16  
Musikkitalo Harjoitussali Paavo 1. krs. (Mannerheimintie 13 A, Helsinki)

Seminaarin moderaattorina **Taru Kaivisto** / Tiedeyliopisto

Aamupäivä: **ÄÄRIVIIVUOJA**

9.00-9.30 Ilmoittautuminen ja tervetulo-kahvit

9.30-9.40 Tervetuloa  
**Jyri Tuulos**, koordinaattori / THL, Sotahanke

9.40-10.30 Mitä kuuluu taiteelle tulevaisuudessa sosiaali- ja terveysalalla sekä hyvinvoinnin ja terveyden viitekehkeessä?

Kukunorin toiminnanjohtaja **Markus Raviio** haastattelavana Uusi maa 2019 -hankkeen sote-muutosjohtaja **Timo Aronkyö**.

10.30-10.45 Tauko

10.45-11.30 KEYNOTE

**Norma Daykin**, professori / Tampereen yliopisto, sosiologian laitos

Täteen terveys- ja hyvinvointivaikutusten arviointihaasteet. Miten esimerkiksi yksinäisyyttä voidaan tarkastella ja mitata? Miten arviointi eroaa tutkimuksen teosta?

Keynote puheenvuoro on englanninkielinen.

11.30-11.45 Mielen terveysstrategia ja kulttuuri- ja terveysalalla käytettävät menetelmät mielen terveydessä

**Sami Pirkola**, sosiaalipsykiatrian professori / Tampereen yliopisto

11.45-12.30 Lounas (omakustanteinen)



Ilta-päivä: **PALETTINA IHMINEN**

12.30-12.45 Ajankohtaiskatsaus maku-soteen ja koheesio politiikan mahdollisuuksiin  
**Merja Niemi**, neuvotteluvirkamies / Opetus- ja kulttuuriministeriö

12.45-13.00 Ajankohtaisa hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä  
**Heli Häkkinen**, neuvotteluvirkamies, IT / Sosiaali- ja terveysministeriö

13.00-13.30 Ministerien suosittukset taiteen ja kulttuurin saatavuuden ja saavutettavuuden parantamiseksi sosiaali- ja terveydenhuollossa

**Johanna Vuolasto**, erityisasiantuntija / Täteiden edistämiskeskus, FT/koordinaattori, Täteiden käytön, hyvinvoinnin ja osallistamisen kehittämisselitys

13.30-13.45 Huomioita ArtsEqual tutkimushankkeesta ja kulttuurihyvinvointitutkimuksen haasteista

**Kai Lehto**, tutkimuskeskuksen johtaja / CERDA, Tiedeyliopisto

13.45-14.15 Kahvitauko

14.15-15.00 "Kokemuksen syvärintaani", paneelikeskustelu

Moderaattorina **Kirs Lajunen**, valtakunnallinen läänintäiteilijä, taide ja hyvinvointi / TAKE

**Riikka Harju**, osaamislupapäällikkö, sosiaalinen hyvinvointi / Metropolia AMK

**Sami Helle**, muusikko, Rantin Välimäen perustaja

**Iira Hyminen-Sundelin** / toimintaterapeutti, ryhmätäydeterapeutti / HUS

**Helena Räsänen**, palvelujohtaja / Sipoon kaupunki

15.00-15.45 Kuka maksaa "viulut ja panssarit"? paneelikeskustelu

Moderaattorina **Rosa Meriläinen**, pääsihteeri / KULTA ry

**Ulla Lassila**, erityisasiantuntija / Täteiden edistämiskeskus

**Heini Merkkiniemi**, tuottaja / manageri / Pertin Välimä, New Beat Oy

**Johanna Ruchonen**, erityisasiantuntija / Suomen Kulttuurirahasto

**Hanna Saaristo**, henkilöstön kehittäjä späällikkö / Espoon kaupunki

**Elina Varjonen**, erityisasiantuntija / Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus STEA

15.45-16.00 Uudenmaan Tärkeiden alueverkoston perustaminen

Erityisasiantuntija **Tarja Halli** Uudenmaan liitossa, projektipäällikkö ja erityisasiantuntija

**Anne-Mari Rosentaf**, Tunus AMK ja Tärkeiden hankkeesta sekä Kukunorin toiminnan johtaja

**Markus Raviio** kutsuvat seminaarin osallistajat liittymään Uudenmaan Tärkeiden verkostoon.

Muutokset ohjelmassa mahdollisia