



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU  
SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Elina Teitti

---

## **Ikääntyneiden seinäjokelaisten kokemuksia kulttuurihyvinvoinnistaan**

Asiakastutkimus Seinäjoen kaupungin ikääntyneiden  
kulttuurihyvinvointisuunnitelmaan

Opinnäytetyö  
Syksy 2020  
SeAMK Sosiaali- ja terveysala  
Sosionomi (AMK)



## SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

### Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Sosiaali- ja terveysala

Tutkinto-ohjelma: Sosionomi (AMK)

Tekijä: Elina Teitti

Työn nimi: Ikääntyneiden seinäjokelaisten kokemuksia kulttuurihyvinvoinnistaan : Asiakastutkimus Seinäjoen kaupungin ikääntyneiden kulttuurihyvinvointisuunnitelmaan.

Ohjaaja: Lehtori Katariina Perttula

Vuosi: 2020

Sivumäärä: 77

Liitteiden lukumäärä: 1

---

Kulttuurilla on hyvinvointivaikutuksia. Kulttuuri vaikuttaa niin psyykkiseen kuin fyysiseenkin hyvinvointiin, edistää sosiaalisia suhteita ja osallisuutta ja vaikuttaa myönteisesti yksilön minäkuvaan ja edistää elämänlaatua. Opinnäytetyössä selvitettiin seinäjokelaisten ikääntyneiden käsityksiä omasta kulttuurihyvinvoinnistaan, kulttuurin merkitystä heidän elämässään ja kulttuuritoimintaan osallistumisen esteitä. Opinnäytetyö on Seinäjoen kaupungin ikääntyneiden kulttuurihyvinvointisuunnitelman asiakastutkimus. Aineisto kerättiin avoimella kyselyllä keväällä 2020. Siihen vastasi 318 ikääntynyttä, vähintään 65-vuotiasta seinäjokelaista.

Tutkimusmenetelmä oli kvantitatiivinen. Sen tukena käytettiin laadullista tutkimusmenetelmää. Kyselyn aineisto analysoitiin määrällisesti. Vastaajien ikää, sukupuolta ja asuinpaikkaa käytettiin vastausten vertailussa, sillä ne ovat tekijöitä, jotka vaikuttavat kulttuuritoimintaan osallistumiseen ja sen saavutettavuuteen. Avoimet vastaukset analysoitiin käyttäen määrällistä sisällönanalyysiä, eli luokittelemalla vastauksia yhteneväisyyden perusteella.

Aineiston perusteella selvisi, että vastaajat kokivat kulttuurilla olevan hyvinvointivaikutuksia, ja enemmistö heistä piti sitä itselleen tärkeänä osana elämää. Kulttuuritoimintaan osallistumisella ja kulttuurin harrastamisella koettiin olevan erilaisia merkityksiä. Kulttuurista koettiin saatavan itselle paljon ja kuuluvan luonnollisena osana elämään. Lisäksi sillä oli tärkeä sosiaalinen merkitys. Naiset olivat hieman useammin kiinnostuneita toiminnasta, kuin miehet.

Osallistumisen esteinä korostuivat vaikeus päästä paikalle tapahtumiin, taloudelliset esteet ja seuran puute. Tutkimuksen tuloksista voi päätellä, että kulttuuritoiminnan saavutettavuuden ja erilaisten osallistumisten tapojen varmistaminen on tärkeää kulttuurihyvinvoinnin edistämiseksi.

<sup>1</sup> Asiasanat: hyvinvointi, ikääntyminen, kulttuuripalvelut

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

**Thesis abstract**

Faculty: School of Health Care and Social Work

Degree programme: Bachelor of Social Services

Author: Elina Teitti

Title of thesis: Experiences of Cultural Well-Being of the Elderly

Supervisor: Katariina Perttula

Year: 2020

Number of pages: 77

Number of appendices: 1

---

Culture has benefits for the well-being. It has effects on mental and physical well-being, improves social relations, participation and life quality and has a positive impact on an individual's self-image. This thesis researched the experiences elderly residents in the City of Seinäjoki have on their cultural well-being, on the meaning of culture in their lives and obstacles regarding their participation in culture activities. The thesis is a customer research for the cultural well-being plan of the elderly in the City of Seinäjoki. The material was gathered in an open survey in the Spring 2020. 318 elderly citizens over age of 65 answered the survey.

The study method is quantitative, supported by the qualitative method. The analysis of the survey is quantitative. Age, sex and place of residence of the respondents have been used as variables in the analysis because, according to studies, they are factors that often affect participating in cultural activities. Open questions have been analyzed using qualitative content analysis, which means categorizing answers based on similarities.

The study shows that the respondents did experience cultural well-being benefits and a majority thought that culture and cultural activities are an important part of their lives. Participation in cultural activities had different meanings. Culture was seen as something that adds something positive to life and is a natural part of it. It also had an important social aspect. Women were slightly more interested in activities than men.

The obstacles of participating were related to difficulties to go to the events, financial obstacles and lack of company. It can be argued that generally improving the accessibility and finding ways to improve on different ways of participation is important for enhancing the cultural well-being of the elderly.

<sup>1</sup> Keywords: cultural well-being, ageing, cultural services

## SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä .....	1
Thesis abstract .....	2
SISÄLTÖ .....	3
KUVIO- JA TAULUKKOLUETTELO .....	5
1 JOHDANTO .....	7
2 IKÄÄNTYMINEN .....	9
2.1 Käsitteistä .....	9
2.2 Ikääntyminen fysiologisena ja psyykkisenä ilmiönä .....	9
2.3 Ikääntyminen ja yksinäisyys .....	11
2.4 Ikääntyminen ja toimintakyky .....	11
2.5 Ikääntyminen yhteiskunnallisena ilmiönä .....	12
3 KULTTUURIHYVINVOINTI.....	14
3.1 Hyvinvointi ja koettu hyvinvointi.....	14
3.2 Taide, kulttuuri ja luovuus.....	15
3.3 Osallisuus, osallistuminen ja osallistumattomuus .....	16
3.4 Kulttuurihyvinvointi.....	18
4 IKÄÄNTYNEIDEN KULTTUURITOIMINTA .....	21
4.1 Taide ja kulttuuri sosiaali- ja terveyspalveluissa .....	21
4.2 Ikääntyneiden kulttuuritoiminnan monet muodot .....	23
4.3 Ikääntyneiden kulttuuripalvelut Seinäjoen kaupungissa .....	25
4.4 Kulttuurihyvinvointisuunnitelma .....	26
5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	29
5.1 Tutkimusmenetelmä ja aineiston analyysi.....	29
5.2 Kyselytutkimuksen toteutus .....	31
5.3 Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus.....	32
6 TUTKIMUSTULOKSET .....	35

6.1	Vastaajien taustakysymykset .....	35
6.2	Käsitykset kulttuurista ja kulttuurin harrastaminen .....	36
6.3	Kulttuurin merkitys vastaajalle .....	41
6.4	Osallistumisen esteet .....	45
6.5	Kokemukset kulttuurin hyvinvointivaikutuksista .....	58
6.6	Koettu hyvinvointi .....	63
7	JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA .....	65
7.1	Tulosten tarkastelu .....	65
7.2	Pohdinta.....	71
	LÄHTEET .....	73
	LIITTEET .....	1

## KUVIO- JA TAULUKKOLUETTELO

Kuvio 1. Kulttuurihyvinvoinnin kokonaisuus Lilja-Viherlampi & Rosenlöf mukaan.....	18
Kuvio 2. Ikääntyneiden kulttuuripalveluiden käyttöalueet Aholaisen (2019, 171) mukaan. ....	24
Kuvio 3. Koetko olevasi kulttuurin harrastaja, ikäryhmät (n=306) .....	37
Kuvio 4. Koetko olevasi kulttuurin harrastaja, asuinpaikka (n=306) .....	39
Kuvio 5. Harrastatko jotakin seuraavista? (n=310) .....	40
Kuvio 6. Haluaisitko osallistua kulttuuritoimintaan... ikäryhmittäin (n=278) .....	45
Kuvio 7. Haluaisitko osallistua kulttuuritoimintaan... asuinpaikka (n=278) .....	46
Kuvio 8. Haluaisitko osallistua kulttuuritoimintaan... sukupuoli (n=278) .....	47
Kuvio 9. Mihin seuraavista kulttuurisisällöistä haluaisit osallistua, mutta et jostain syystä pysty (n=190).....	48
Kuvio 10. Mihin seuraavista kulttuurisisällöistä haluaisit osallistua? Asuinpaikka (n=190) ...	49
Kuvio 11. Mihin seuraavista kulttuurisisällöistä haluaisit osallistua? Ikäryhmät. (n=190) .....	50
Kuvio 12. Mihin seuraavista kulttuurisisällöistä haluaisit osallistua? Sukupuolet. (n=190).....	51
Kuvio 13. Jos et pysty osallistumaan kulttuuritoimintaan, mistä se johtuu? Ikäryhmät. (n=160) .....	53
Kuvio 14. Jos et pysty osallistumaan kulttuuritoimintaan, mistä se johtuu? Asuinpaikka. (n=160) .....	54
Kuvio 15. Jos et pääse osallistumaan kulttuuritoimintaan, mistä se johtuu? Sukupuoli. (n=160) .....	55
Kuvio 16. Mistä löydät parhaiten tietoa kulttuuritoiminnasta? (n= 279) .....	58

Kuvio 17. Koetko, että kulttuurin harrastaminen parantaa hyvinvointiasi? Ikäryhmät. (n=293 .....	59
Kuvio 18. Tunnistatko itsessäsi jotain seuraavista vaikutuksista, kun harrastat kulttuuria? (n=289) .....	60
Kuvio 19. Tunnistatko itsessäsi jotain seuraavista vaikutuksista, kun harrastat kulttuuria? Ikäryhmät. (n=289).....	61
Kuvio 20 Tunnistatko itsessäsi jotain seuraavista vaikutuksista, kun harrastat kulttuuria? (n=289). Sukupuolet. ....	62
Kuvio 21 Tunnistatko itsessäsi jotain seuraavista vaikutuksista, kun harrastat kulttuuria? (n=289). Asuinpaikka. ....	63
Kuvio 22. Millaiseksi koet vointisi yleisesti? Ikäryhmät. (n=303) .....	64
Kuvio 23. Kulttuurin merkitykset vastaajille. ....	66
Kuvio 24. Kulttuurin hyvinvointivaikutukset. ....	68
Kuvio 25. Kulttuuritoimintaan osallistumisen esteet. ....	69
Taulukko 1. Vastaajien ikäjakauma (n=314) .....	35
Taulukko 2. Asuinpaikka (n=315).....	36
Taulukko 3. Koetko olevasi kulttuurin harrastaja, naiset ja miehet. (n=306) .....	38
Taulukko 4. Jos et pysty osallistumaan kulttuuritoimintaan, mistä se johtuu? (n=160) .....	51

## 1 JOHDANTO

On yleisesti tunnustettu ja tutkittu tosiasia, että taiteella ja kulttuurilla on hyvinvointivaikutuksia. Taiteen on todettu edistävän sairauksista paranemista, vähentävän fyysisiä ja psyykkisiä oireita, joidenkin lääkkeiden tarvetta ja lyhentävän sairaala-aikaa, stressiä ja ahdistusta. Taidetoiminta eli itse tekeminen edistää itseluottamusta ja –tuntemusta sekä elämänlaatua. Taide ja kulttuuri edistävät osallisuutta, lieventävät yksinäisyyttä, edistävät kriittistä ajattelua, kulttuurista ja sosiaalista moninaisuutta, aktiivista kansalaisuutta ja vaikuttavat elin- ja asuinympäristöjen viihtyisyyteen. (Honkala & Laitinen 2017; Huhtinen-Hildén ym. 2017, 14–15; Laitinen 2017.)

Tutkin opinnäytetyössäni ikääntyvien seinäjokelaisten käsityksiä kulttuurihyvinvoinnistaan. Opinnäytetyö on Seinäjoen kaupungin ikääntyneiden kulttuurihyvinvointisuunnitelman asiakastutkimus. Ikääntyneiden kulttuurihyvinvointisuunnitelma on moniammatillinen, rakenteellinen suunnitelma, jonka pohjalta toteutetaan kulttuuripalveluita ikääntyville kaupunkilaisille mahdollisimman saavutettavasti ja tasa-arvoisesti. Suunnitelma tuo yhteen jo nyt olemassa olevaa toimintaa ja luo selkeämmät suuntaviivat sille, millaisia kulttuuripalveluita tarjotaan ja miten asiakkaat tavoitetaan. Kuntalaisia osallistetaan suunnitelmatyöhön kysymällä heidän näkemyksiään kulttuurihyvinvoinnista ja siitä, millaista taidetta ja kulttuuria he tahtoisivat kuluttaa, sekä mitä esteitä heillä on kulttuuriin osallistumiselle. Suunnitelmatyö liittyy Seinäjoen kaupungin strategiakirjaukseen ”Kaupunki varmistaa kokonaisvaltaisten hyvinvointipalveluiden saatavuuden kaikille kaupunkilaisille laatimalla hyvinvointi- ja kulttuurisuunnitelman”. (Seinäjoen kaupunki 2018.)

Opinnäytetyöllä kartoitetaan ikääntyneiden kaupunkilaisten kokemuksia kulttuurin vaikutuksista omaan hyvinvointiin, kulttuurin merkitystä heidän elämässään, mahdollisuuksia kulttuuritoimintaan osallistumiseen ja sen esteitä sekä heidän toiveitaan ikääntyneille suunnatusta kulttuuritoiminnasta. Opinnäytetyön on kerätty asiakaskyselyllä keväällä 2020.

Opinnäytetyölle ja myös ikääntyneiden kulttuurihyvinvointisuunnitelmalle keskeistä ovat osallisuuden, saavutettavuuden ja hyvinvoinnin edistämisen teemat. Tutkimuksen



toimintaympäristö on julkisten, kunnallisten palveluiden parissa. Toiminnan on oltava tasa-arvoisesti kaikille mahdollista. Osallisuudella tarkoitetaan kuulumista yhteisöön, vaikutusmahdollisuuksia ja tunnetta siitä, että saa osallistua ja pystyy osallistumaan yhteisön ja yhteiskunnan toimintaan (Virolainen 2015, 18). Jokaisella ihmisellä on oikeus itseilmaisuun taiteen ja kulttuurin kautta. Nämä ajatukset on kirjattu jo YK:n ihmisoikeuksien julistukseen, joka on hyväksytty vuonna 1948. (Ihmisoikeusliitto 2020).

Suomen väestön ikärakenne muuttuu. Tilastokeskuksen väestöennusteiden mukaan vuonna 2050 alle 45-vuotiaassa väestössä kukin ikäluokka on suurempi kuin sitä nuorempi ikäluokka. Kaikkein vanhimpien, yli 80-vuotiaiden suomalaisten määrä kasvaa vuoteen 2050 mennessä yli 2,5-kertaiseksi nykytilanteeseen verrattuna. Vuonna 2030 suuressa osassa kunnista joka neljäs kuntalainen on vähintään 75-vuotias. Suomen huoltosuhte heikkenee, kun paljon erilaisia tukipalveluita ja resursseja tarvitsevia on enemmän kuin työntekijöitä ja veronmaksajia. Ikääntyneitä ihmisiä tulee tulevaisuudessa olemaan entistä enemmän. He muodostavat merkittävän osan väestöstä, ja he tarvitsevat ennen pitkää paljon erilaisia palveluita, kuten sosiaali- ja terveyspalveluita. Heidän hyvinvoinnillaan on siis suuri merkitys palvelujärjestelmälle. Ikääntyneiden palveluiden laatusuosituksissa taide ja kulttuuri nähdään yhdessä muiden terveyden edistämisen keinojen kanssa ennaltaehkäisevinä, vaikuttaviksi todettuina keinoina hyvinvoinnin vahvistamisessa. (Sainio ym. 2013, 50; Sosiaali- ja terveysministeriö 2020, 14; 24; Tilastokeskus 2020.) Ikääntyneet ovat myös määrällisesti merkittävä kulttuuripalveluiden käyttäjäryhmä. Siksi on tärkeää kysyä heidän näkemyksiään heille suunnattujen kulttuuripalveluiden suunnitteluun.

## 2 IKÄÄNTYMINEN

### 2.1 Käsitteistä

Vanheneminen, ikääntyminen, iäkäs, ikääntynyt, vanhus, kolmas ikä. Vanhenevasta ihmisestä käytetään useita eri käsitteitä, ja niillä koetaan olevan myös erilaisia merkityksiä. Esimerkiksi gerontologian alan kirjallisuudessa vanhenemisen ja ikääntymisen käsitteitä käytetään yleisesti, kun kuvataan sitä, mitä ihmiskehossa tapahtuu.

Saarenheimo ym. (2014) ovat tutkineet Vanhustyön keskusliiton Elämäntakuu ja ikäpolvet -hankkeeseen kuuluneessa tutkimuksessaan *Ikäpolvien taju – elämäntakuu ja ikäpolvet muuttuvassa maailmassa* ihmisten käsityksiä elämäntakusta ja iästä. Heidän mukaansa vanhus on sana, joka pitää sisällään ristiriitaisia merkityksiä: joidenkin mielestä käsite on leimaava ja loukkaava, toisille se taas on neutraali tapa kuvata vanhenevaa ihmistä. Vanhus-sanaan voi kuitenkin liittyä muita käsitteitä enemmän miellejhtymiä ihmisestä, joka ei enää suoriudu arkipäivästään itsenäisesti ja tarvitsee huolenpitoa. (Saarenheimo ym. 2014, 64-65.)

Käytän tässä opinnäytetyössä käsitteitä *ikäntynyt* ja *ikäntyminen*, sillä samaa käsitettä käytetään myös lainsäädännössä (Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalveluista) ja se on myös esimerkiksi Terveysten ja hyvinvoinnin laitoksen useimmin käyttämä termi. Myös Seinäjoen kaupunki käyttää käsitettä ikääntyneiden palvelut (Seinäjoen kaupunki 2020a). Lääketieteellisissä lähteissä käytetään yleisesti termiä "vanheneminen", kun kuvataan sitä, mitä muutoksia ikä tuo mukanaan ihmiskehoon (Portin 2013,114). Siinä yhteydessä myös tässä opinnäytetyössä käytetään termiä vanheneminen.

### 2.2 Ikääntyminen fysiologisena ja psyykkisenä ilmiönä

Ikääntyminen, lääketieteellisesti yleensä *vanheneminen*, tarkoittaa ihmisen elimistössä ja elintoiminnoissa tapahtuvia muutoksia. Vanhenemisella on biologisia, sosiaalisia, psykologisia

ja fyysisiä ulottuvuuksia. Usein vanhuuden tai ikääntymisen määrittelyssä käytetään lainsäädäntöä, esimerkiksi sitä ikää, jolloin siirrytään eläkkeelle. Suomessa vanhuuseläkkeelle jäämisen ikäraja vaihtelee välillä 63–68 vuotta. Kelan vanhuuseläkkeen ikäraja on 65 vuotta. (Portin 2013, 114; Kansaneläkelaitos 2019.)

Biologisesti vanheneminen tarkoittaa iän mukanaan tuomaa solujen muuttumista, joka johtaa lopulta kuolemaan. Fysiologiset toiminnot heikkenevät. Kehon lihasmassa heikkenee, ja luustossa tapahtuvat muutokset saavat aikaan muutoksia pituudessa ja ryhdissä. Kestävyyskunto heikkenee. Aistit, kuten näkö ja kuulo, heikentyvät. Kognitiivisissa toiminnoissa, kuten muistissa, tapahtuu muutoksia. Muistisairaus voi kehittyä. (Hänninen 2013, 210; Portin 2013, 114.) Väestötasolla päivittäisistä toiminnoista selviytyminen alkaa heikentyä vanhenemisen vaikutuksesta merkittävästi 70–75 vuoden iässä ja siitä eteenpäin. Ulkona liikkuminen on yleensä ensimmäisten asioiden joukossa, joissa suoriutuminen vaikeutuu. Yksinäisyys ja eristäytyneisyys lisääntyvät. (Heikkinen ym. 2013, 394 - 395.)

Vanheneminen tuo tullessaan psyykkisiä haasteita. Yksinäisyys on niistä yleisimpiä, samoin haasteet oman kehon, toimintakyvyn ja elämän muutosten hyväksymisessä. Masennusta pidetään yleisimpänä ikääntyneiden mielenterveyden ongelmista. Kimmoisuuden eli resilienssin ja koherenssin tunteen käsitteet tarkoittavat kykyä selviytyä kriisitilanteista ja vastoinkäymisistä, hyväksyä elämän realiteetteja ja samalla uskoa siihen, että voi itse vaikuttaa omaan elämäänsä. Tunteella oman elämän merkityksellisyydestä on vahva yhteys koettuun psyykkiseen hyvinvointiin. (Saarenheimo 2013, 374; Fried ym. 2017, 135–136; Fried ym 2013, 3.)

Jylhä ja Leinonen (2013, 381) kirjoittavat, että vaikka 75. ikävuoden jälkeen suurimmalla osalla ikääntyneistä on jokin pitkäaikaissairaus, ikääntyneet kuitenkin usein arvioivat terveytensä hyväksi. Oma arvio ja kokemus onkin eri asia kuin ulkopuolelta määritelty. He toteavat että terveystieteet ovat aika-, kulttuuri- ja yksilösidonnaisia. (Jylhä ym. 2013, 381.) Heikkisen mukaan (2013, 397) ikääntymisen mukanaan tuomista vaikeuksista selviytymiselle ovat olennaisia oma luonne ja henkiset voimavarat, läheiset ihmissuhteet ja yhteiskunnan tarjoamat resurssit.

### 2.3 Ikääntyminen ja yksinäisyys

FinSote 2018 -tutkimuksen mukaan yksinäisyyttä koetaan eniten aikuisuuden alku- ja loppuvaiheissa eli se on yleisintä nuorilla ja ikääntyneillä. Ikääntyneistä erityisesti yksin asuvat lesket kokevat yksinäisyyttä, naiset useammin kuin miehet. (Parikka ym. 2019.)

Ikääntyneiden yksinäisyys liittyy usein johonkin elämäntapahtumaan, omiin persoonallisuuden piirteisiin ja yhteiskunnan asenteisiin ikääntyneitä kohtaan (Levo 2018). Tiilikainen on tehnyt väitöskirjassaan (2016) seurantatutkimusta ikääntyneiden yksinäisyydestä. Hänen mukaansa se liittyy ikääntyneille ”erilaisten ihmissuhteiden ja sosiaalisten roolien menetyksiin tai niihin liittyviin toiveisiin”. Näitä ovat leskeytyminen, kumppanittomuus, lapsettomuus, lapsenlapsettomuus ja eläköityminen. Nämä ovat kaikki elämänmuutoksia, jotka aiheuttavat yksinäisyyden kokemuksia (Tiilikainen 2016, 90.)

Yksinäisyys on henkilökohtainen kokemus, ja onkin eroteltava toisistaan ihmisen oma kokemus yksinäisyydestä ja toisten ulkopuolelta määrittelemä yksinäisyys. Yksinasuva ei automaattisesti tunne itseään yksinäiseksi. Pitkittynyt yksinäisyyden kokemus kuitenkin lisää arvottomuuden kokemusta, vähentää elämäniloa, lisää unettomuutta ja muistiongelmia sekä vaikeuttaa kotona selviämistä ja lisää laitoshoidon tarvetta. (Levo 2018.)

### 2.4 Ikääntyminen ja toimintakyky

Toimintakyky tarkoittaa fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia edellytyksiä selviytyä arkipäiväisen elämän toiminnoista omassa ympäristössään: työstä, opiskelusta, vapaa-ajasta, harrastuksista, itsestä ja toisista huolehtimisesta. Toimintakykyä kuvataan kansainvälisellä ICF-luokituksella ja toimintakyvyn ulottuvuuksilla, joita ovat fyysinen, psyykkinen, kognitiivinen ja sosiaalinen toimintakyky. Toimintakyky mahdollistaa itsenäisen elämän, osallisuuden kokemuksen ja itselle merkityksellisten asioiden tekemisen. (Terveystieteiden tutkimuskeskus ja hyvinvoinnin laitos 2019.) Aktiivinen arki ja toimintakyky lisäävät elämän mielekkyyttä. (Kulmala 2019, 8.)

Ikääntyminen aiheuttaa luonnostaan ennen pitkää toimintakyvyn heikkenemistä, mutta sen vaikutuksiin ja ilmenemiseen voidaan vaikuttaa monin tavoin. Kun toimintakyky heikentyy esimerkiksi ikääntymisen aikaansaamien muutosten tai sairauden vaikutuksista, ihminen alkaa tarvita tukea ja erilaisia palveluita. Ihmisten toimintakyvyn parantamiseen liittyy niin asuin- ja elinympäristöön liittyviä tekijöitä ja niiden tukemista, kuin yksilötasolla hyvinvoinnin ja terveyden edistämistäkin eri tavoin. Toimintakykyä voidaan parantaa ehkäisemällä sairauksia ja tapaturmia, varhaisella toteamisella ja puuttumisella, kuntoutuksella, terveiden elintapojen ja toimeliaisuuden edistämällä. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019; Sainio ym. 2013, 56, 64.)

## **2.5 Ikääntyminen yhteiskunnallisena ilmiönä**

Sirkkaliisa Heimosen (2013, 1) mukaan yleinen kuva ikääntymisestä ja ikääntyneistä painottuu ikääntymisen negatiivisten puolten ja ikääntymisen yhteiskunnallisten haasteiden esiin nostamiseen. Hän toteaa, että usein ikääntyneet nähdään ryhmänä, joka tarvitsee ja käyttää puutteellisia ja riittämättömiä palveluita. (2013, 1.)

Nurmi ym. nostavat esiin, että julkisessa keskustelussa usein sivuutetaankin ikäihmisten selvä enemmistö, eli aktiiviset ja toimintakykyiset ikääntyneet. Ylipäätään ikääntymiseen liitetään usein negatiivisia mielleyhtymiä. (Nurmi ym. 2015, 245.)

Taina Rantasen (2013) mukaan ikääntyminen on muuttunut viime aikoina. Vanhoja ihmisiä on enemmän kuin ennen. Eläkeikä saattaa kestää 40 vuotta, ja perheessä on useita sukupolvia. Osa iäkkäistä on hyväkuntoisia ja aktiivisia, osa taas tarvitsee tukea enemmän. Menneiden käsitysten pohjalle suunnitellut palvelujärjestelmät ja instituutiot eivät enää toimi. (Rantanen 2013.) Ikääntyminen ei ole enää vain päätös, vaan pitkä ja monivaiheinen elämänvaihe siinä missä muutkin.

Haarnin (2014, 17) mukaan suomalaisen yhteiskunnan suhtautuminen ikääntymiseen on ristiriitaista. Puhutaan huoltosuhteesta, eläkeiän nostamisesta, aktiivisuudesta, kotona asumisen suosimisesta laitoshoidon sijaan. Kuitenkin kansalaiset kokevat vanhustenhuollon

resurssit riittämättöminä. Ikääntyneille itselleen tämä aiheuttaa pelkoja ja huolta omasta tulevaisuudesta. Haarnin mukaan ikääntyneiden mielenterveyden edistämässä tulisi pyrkiä laaja-alaisen kokonaisuuden huomioimiseen: käytännön palveluiden lisäksi yhteiskunnan muut rakenteet, resurssit, kulttuuriset ja yhteisön arvot sekä yksilö vaikuttavat kaikki yhdessä. Hän toteaa, että ikääntyneiden mielenterveyteen vaikutetaan yhteiskunnan kaikilla aloilla. Myös asenneilmapiirillä on sille suuri vaikutus. (Haarni 2014, 17.)

### 3 KULTTUURIHYVINVOINTI

#### 3.1 Hyvinvointi ja koettu hyvinvointi

Karvonen (2019, 96) kirjoittaa *Suomalaisten hyvinvointi 2018* -julkaisussa, että hyvinvointi on käsite, joka usein mielletään arkipuheessa ja tutkijoiden kielessä eri asioiksi. Arkipuheessa sillä tarkoitetaan usein mielihyvää ja nautintoja. Tutkijat kuitenkin ymmärtävät sen terveyden, sosiaalisten suhteiden ja sosiaalisen identiteetin kautta. Koettu hyvinvointi tarkoittaa yksilön omaa kokemusta näistä ulottuvuuksista. Se koostuu tyytyväisyydeksi elämään tai onnellisuudeksi. Hyvinvointi koostuu hänen mukaansa yksilön kyvystä ja mieltymyksistä, joiden pohjalta hän tuottaa hyvinvointiaan. (Karvonen 2019, 96.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen (2019) mukaan hyvinvointi jaetaan kolmeen ulottuvuuteen: terveys, materiaallinen hyvinvointi ja koettu hyvinvointi, eli elämänlaatu. Hyvinvointia voidaan tarkastella yksilön ja yhteisön tasolla. Yhteisötasolla hyvinvointiin vaikuttavat esimerkiksi asuinolot, ympäristö, työllisyys ja toimeentulo. Yksilön hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä ovat sosiaaliset suhteet, itsensä toteuttaminen, onnellisuus ja sosiaalinen pääoma. Hyvinvointi on riippuvaista yksilön kyvyistä, mieltymyksistä ja elinoloista. Koettu hyvinvointi tarkoittaa yksilön omaa kokemusta hyvinvoinnistaan, jota voidaan nimittää tyytyväisyydeksi elämään tai onnellisuudeksi. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2019.)

Pirkanmaan maakunnan kulttuurihyvinvointisuunnitelmassa hyvinvoinnin määritellään perustuvan ”mahdollisuuksien tasa-arvoon ja ihmisten kyvykkyyteen toimia yhteiskunnassa tavoilla, jotka synnyttävät terveyttä, hyvinvointia ja yhteistä hyvää”. Hyvinvointi on ihmisen kokonaisvaltaista hyvää oloa. Toisaalta se merkitsee eri ihmisille eri asioita, ja se syntyykin vuorovaikutuksessa ihmisen ja ympäristönsä kanssa: niin läheisten ihmisten, lähiympäristön kuin yhteiskunnan. (Pirkanmaan sairaanhoitopiiri 2017, 7.)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen Hyvinvointikompassi-mittaristossa hyvinvointia tarkastellaan mittareiden avulla, jotka sosiaaliset suhteet, turvallisuus, elämänlaatu ja osallisuus. Näitä pidetään hyvinvoinnin osatekijöinä. Yksilö voi kokea oman hyvinvointinsa hyvin erilaisena, kuin miltä se objektiivisesti tarkasteltuna näyttää ulospäin. Omalla

kokemuksella onkin suuri rooli hyvinvoinnin määrittelyssä. Hyvinvointi nähdään yksilötasolla liittyvän kysymyksiin hyvästä elämästä ja siitä, mistä se koostuu. Monet yksilölliset, sosiaaliset, kulttuuriset, taloudelliset, materiaaliset ja poliittiset tekijät vaikuttavat hyvinvointiin. (Kestilä ym. 2019, 96 – 100; Laitinen 2017, 20; Terveysten ja hyvinvoinnin laitos 2019.)

Terve, koulutettu ja hyvinvoiva väestö on yhteisön tasolla kestävän yhteiskunnan perusta. Kestilän (2019, 10 -12; 266) mukaan hyvinvointi on otettu viime vuosina myös politiikan keskiöön ja on ymmärretty, että kestävään hyvinvointiin investoiminen on sijoitus yhteiskunnan tulevaisuuteen. Yksi yhteiskunnan hyvinvoinnin haaste on ikääntyminen, ikärakenteen muutos ja huoltosuhteen muuttuminen. Haaste on myös kaupungistuminen ja väestöpohjan muutos maaseudulla. Palveluiden tuottaminen harvaan asutuilla alueilla on haastavaa. Kestävä yhteiskunta vaatii vanhenevan väestön huomioon ottamista. (Kestilä 2019, 10 – 12; 266.)

### 3.2 Taide, kulttuuri ja luovuus

Taide ja kulttuuri ovat laajoja käsitteitä ja niiden ilmenemismuotoja ovat esimerkiksi kuvataide, musiikki, teatteri ja tanssi. Pohjimmiltaan kaikki inhimillinen toiminta on kulttuurista. Kulttuurilla tarkoitetaan niin sanotun korkeakulttuurin, eli ammattimaisesti toteutetun taiteen, lisäksi arkipäiväistä elämää: kotia, työtä, arkea, joka luodaan itsensä näköiseksi ja tunnistettavaksi. Taide ja kulttuuri voi olla vapaamuotoisempaa toimintaa sekä harrastustoimintaa. Sivistisyhteiskunnassa taiteella ja kulttuurilla on itseisarvo. Se tarkoittaa, että taide ja kulttuuri ovat jokaisen ihmisen perusoikeuksia. YK:n ihmisoikeuksien yleismaailmallisen julistuksen 27. artiklassakin sanotaan, että jokaisella on oikeus osallistua yhteiskunnan sivistyselämään ja nauttia taiteista. (Honkala & Laitinen 2017; Huhtinen-Hildén ym. 2017, 14-15; Lehikoinen ym. 2017, 8. Rinne 2019, 247; Ihmisoikeusliitto.)

Taiteessa ja kulttuurissa on vahvasti läsnä luovuus. Toiminta on luovaa silloin, kun se saa aikaan jotain uutta, ennalta-arvaamatonta. (Rinne 2019, 247.) Rinne ym. (2015, 277) määrittelevät luovuuden kyvyksi ”kehittää aineellisesti tai aineettomasti uutta ja periaatteessa sovellettavissa olevaa”. Luovuus syntyy joustavan ajattelun, ja sekä persoonallisten ominaisuuksien yhdistelmänä (Rinne ym. 2015, 277). Nähdään, että jokaisella on edellytykset



ja tarve luovaan toimintaan ja itsensä ilmaisuun luovan toiminnan kautta. Yhtä lailla toisten toteuttaman luovan toiminnan kokeminen, kuten taide-esityksen näkeminen, saa aikaan positiivisia tunteita. (Huhtinen-Hildén ym. 2017, 14-15; Rinne 2019, 247.) Luovuus itsessään ei häviä ikääntyessä, mutta vanhenemisen mukanaan tuomien kognitiivisten vaikutusten ja sosiaalisten sekä muiden ympäristösyiden vuoksi sitä käytetään vähemmän. (Nurmi 2015, 278.)

Huhtinen-Hildén ym. (2017, 18) kirjoittavat, että olennaista on kääntää näkökulma siihen miten ihmisen tarvetta toteuttaa itseään, olla luova arjessaan ja prosessoida kokemuksiaan luovan toiminnan kautta voidaan tukea ja miten sitä voidaan mahdollistaa. Luovuus liittyy ihmisen toimijuuteen, joka voi ilmentyä eri tavoin. Kyse on siitä, onko ympäristössä, jossa sen ilmentyminen on mahdollista. (Huhtinen-Hildén ym. 2017, 18.)

Taide- ja kulttuurilähtöisillä menetelmillä voidaan edistää ikääntyneen kontaktia ympäristöön sekä tukea identiteettiä ja lisätä hallinnan tunnetta omasta elämästä. Se edistää iäkkään voimaantumista, tunnetta pystyvyydestä ja vaikutusmahdollisuuksista omaan elämään. (Draxl ym. 2017, 17.)

Rosenlöf (2014, 86) nostaa esiin näkökulman, että taide ei aina tuota hyvinvointia. Taiteelle on tyypillistä, että se jakaa mielipiteitä. Joku pitää taide-esityksestä tai toiminnan muodosta, toinen ei. Taidetoiminta, jolle asetetaan hyvinvointia edistäviä tavoitteita, ei välttämättä ole sitä. On tärkeää, että taiteen ja kulttuurin vastaanottaja tai toimintaan osallistuja kokee sen mielekkääksi.

### **3.3 Osallisuus, osallistuminen ja osallistumattomuus**

Yksi tärkeä näkökulma kulttuuriin ja taiteeseen osallistumisessa on myös se, miksi toimintaan ei osallistuta tai palveluita käytetä. Taiteen ja kulttuurin kuluttaminen ei ole velvollisuus, vaan oikeus. Näin ollen toiminta on riippuvaista siitä, kuinka mielekkääksi osallistuja sen kokee: näyttelyyn, taidekurssille tai kulttuuriaiheiseen ryhmään mennään, koska sitä pidetään itselle mielekkäänä. Ei kuitenkaan voida olettaa, että kaikki pitävät samoista asioista. Taiteesta ja

kulttuurista saattaisi silti olla hyötyä myös sellaiselle, joka ei ole aikaisemmin mieltänyt itseään kiinnostuneeksi.

Jutta Virolainen on tutkinut osallistumista, osallisuutta ja osallistumattomuutta kulttuuriin ja taiteeseen (2015). Hän kirjoittaa, että rajanveto näiden käsitteiden välillä on hankalaa, ja usein puhutaankin samasta asiasta käyttäen eri käsitteitä. Yleisesti osallistuminen (engl. participation) ja osallistumattomuus (non-participation) tarkoittavat yleistä kansalaisosallistumista yhteiskunnan toimintaan ja palveluiden käyttämiseen, minkä voi ymmärtää hyvin laajasti. Osallistuminen tarkoittaa myös vaikutusmahdollisuutta yhteiskunnan ja demokratian toimintaan, esimerkiksi vaaleissa äänestämistä, asiakasraadeissa toimimista, yhdistystoimintaan osallistumista tai aloitteiden tekemistä ja ryhmien perustamista. Nykyään sosiaalisella medialla on suuri merkitys osallistumisen mahdollistajana. Osallistuminen liittyy myös vahvasti nykyihmisen rooliin kuluttajana. Tuotteet, palvelut ja päätös niiden kuluttamatta jättämisestä tai kuluttamista on osallistumista. Osallistuminen ja osallisuus tarkoittavat tunnetta siitä, että on osa sosiaalista ympäristöään, tuntee kuuluvansa yhteisöön ja pystyy vaikuttamaan yhteisön ja yhteiskunnan asioihin. (Virolainen 2015, 12 – 13.)

Osallisuus voidaan määritellä laajasti kuulumisena yhteisöön, yhteisössä toimimiseksi ja kokemukseksi yhteisöön kuulumisesta ja omasta merkityksestä sen jäsenenä. Käsitteeseen liittyy myös vaikuttamisen mahdollisuus omaan yhteisöön, omiin asioihin ja itseä koskevaan päätöksentekoon. Osallisuuden teema voidaan siis nähdä laajempänä, yhteiskunnallisena käsitteenä. (Virolainen 2015, 18.)

Kulttuuriin osallistuminen voidaan nähdä tärkeänä välineenä sosiaalisessa erottautumisessa, sisällyttämisessä ja ulossulkemisessa. Tyypillisesti kulttuurin osallistuminen määritellään vastakohtaisuuksien mukaan: aktiiviset ja passiiviset, korkea ja matala kulttuuri, ammattimaisesti tuotettu ja niin sanottu amatööritoiminta. Osallistuminen voi olla aktiivista, luovaa toimintaa tai vastaanottavaa. Aktiivinen ja luova tarkoittaa esimerkiksi ryhmien muodostamista, tapahtumien toteutuksessa mukana olevista ja taideteosten tekemistä, vastaanottaminen taas taide- tai kulttuuriesityksen tai -teoksen yleisönä olemista, ostamista ja arvioimista. (Virolainen 2015, 13 – 14.)

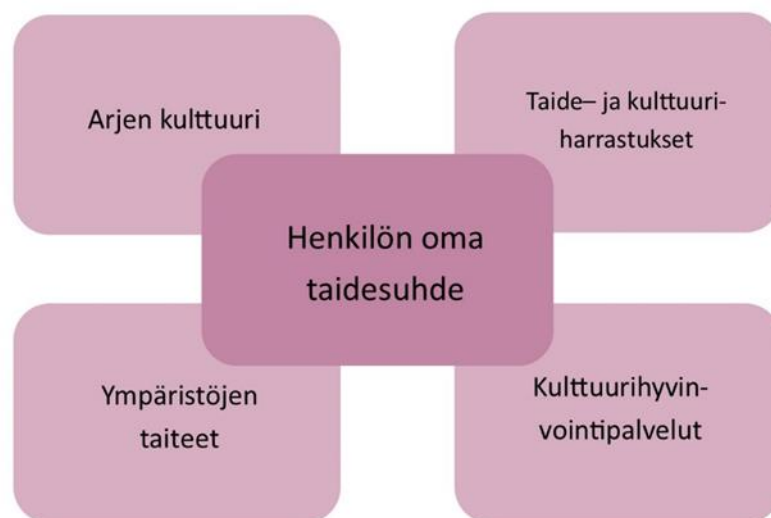
Osallisuuden ja osallistumisen teemojen yhteydessä on tärkeää nostaa esiin myös niitä estävät tekijät. Tässä opinnäytetyössä se on myös merkittävä teema, joka kiinnostaa

asiakastutkimuksen näkökulmasta. Osallisuutta ja osallistumisen mahdollisuuksia ei voi lisätä, jos ei esteitä tunneta.

Osallistumattomuutta kuvataan usein erilaisin demografisin tekijöin, joilla pyritään selvittämään, ketkä eivät osallistu kulttuuritoimintaan. Syitä ovat esimerkiksi sukupuoli, tulotaso, asuinpaikka. Osallistumattomuudella on kuitenkin monia syitä: kiinnostuksen puute, välinpitämättömyys, tietämättömyys ja niin edelleen. On myös syytä muistaa, että kulttuurin käyttäjiä ovat myös ne, jotka osallistuvat kulttuuritoimintana instituutioiden ulkopuolella. (Virolainen 2015, 17.)

### 3.4 Kulttuurihyvinvointi

Kulttuurihyvinvointi on monitahoinen käsite, ja sitä voidaan lähestyä useasta eri näkökulmasta. Lilja-Viherlampi ja Rosenlöf (2017) määrittelevät sen kokonaisuudeksi (kuvio 1), joka koostuu arjen kulttuurista, taide- ja kulttuuriharrastuksista, taiteen ja kulttuurin kokemisesta yksin ja yhdessä, ympäristöjen taiteesta ja kulttuurihyvinvointipalveluista. Kaiken keskiössä on ihmisen oma taide- ja kulttuurisuhde. He korostavat, että kulttuurihyvinvointia ei voi kaataa kehenkään ulkopuolelta: keskeistä on se, millaisten kulttuurin muotojen ja tekemisen tapojen ihminen kokee lisäävän omaa hyvinvointiaan. (2017, 20–22.)



Kuvio 1. Kulttuurihyvinvoinnin kokonaisuus Lilja-Viherlampi & Rosenlöf mukaan.

Laitisen *Vaikuttavaako? – Taiteen hyvinvointivaikutusten tarkastelua* -tutkimuskatsaus (2017) kokoaa yhteen viime vuosina julkaistua tutkimusta taiteen hyvinvointivaikutuksista Suomessa ja ulkomailla. Taiteen vaikutuksia hyvinvointiin on tutkittu Laitisen mukaan kansainvälisessä tutkimuksissa eri tavoin. Tutkimusta on tehty eri taiteen aloilla ja eri lähtökohdista. On tutkittu sitä, mihin hyvinvoinnin osa-alueisiin taide, sen kokeminen, tekeminen ja taiteellinen toiminta liitetään. Voidaan tutkia esimerkiksi fyysisistä tai psykologista tasoa, sen sosiaalista ulottuvuutta tai yksilön ja ympäristön vuorovaikutusta. Myös toiminnan tuloksista ja interventioista on tehty paljon tutkimusta. Tutkimuksissa on tuotettu tietoa erilaisista mitattavissa olevista muutoksista, joita taiteen kokeminen ja taiteellinen toiminta aiheuttaa. Tuloksia on saatu fyysisistä, konkreettisista muutoksista, kuten stressitasoista, lääkärikäynneistä tai muutoksista lääkkeiden käytössä. Mitata voidaan myös muutoksia yksilön kokemuksessa, suhtautumisessa, asenteissa, käyttäytymisessä, itseluottamuksessa ja -tunnossa sekä omanarvontunnossa. (Laitinen 2017,21 – 22; 24.)

WHO julkaisi vuonna 2019 laajan raportin taiteen hyvinvointivaikutuksista (Fancourt ym. 2019.). Sen mukaan varsinkin Euroopassa taiteen vaikutuksia terveyteen ja hyvinvointiin on tutkittu viimeisen kahdenkymmenen vuoden aikana paljon. Yli 3000 mukana ollutta tutkimusta osoittavat, että taiteella on merkittäviä hyvinvointivaikutuksia kaiken ikäisiin ihmisiin. (Fancourt ym. 2019, 1; 57.)

Raportin mukaan hyvinvointivaikutuksia on tutkittu monenlaisilla tutkimuksilla eri maissa ja tulokset ovat kiistattomia: taiteella ja kulttuurilla on merkitystä. Raportissa nostetaan esiin, että taide ja kulttuuri voivat olla keinoja monimutkaisissa tilanteissa, joissa ei ole muita ratkaisuja, esimerkiksi kompleksisessa fyysisessä ongelmassa mielenterveyttä edistämällä. Myös taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutusten aiheuttamat taloudelliset vaikutukset tuodaan esille, eli sen kustannusvaikuttavuus. (Fancourt ym. 2019, 52 – 53.)

Iso-Britanniassa tehdyssä laajassa selvityksessä esimerkiksi esitetään, että kroonisia ja parantumattomia sairauksia sairastavilla osallistuminen taide- ja kulttuuritoimintaan voi antaa fyysistä, psyykkistä ja hengellistä sekä sosiaalista tukea, auttaa käsittelemään omaa tilannetta ja tarjota keinoja omista ajatuksista, toiveista tai peloista keskustelemiseen muuten kuin sanallisesti. Ikääntyneille suunnattu taidesisältöinen toiminta edistää sosiaalista kanssakäymistä, etenkin harvaan asutummilla alueilla tai tiiviimmin asutetuissa ympäristöissä,

kun palvelut kohdennetaan syrjäytyneille tai syrjäytymisvaarassa oleville ikääntyneille. (All Party Parliamentary Group 2017, 12.)

Terveystieteiden kontekstissa taiteen vaikutuksia on tutkittu osana ennaltaehkäisevää toimintaa, perusterveydenhoitoa, pitkäaikaissairauksien hoitoa, kuntoutusta sekä arjessa selviytymistä. Taiteella on todettu olevan näihin tekijöihin vaikutuksia. Sen on todettu parantavan hoitotuloksia, vähentävän oireita, vähentävän lääkkeiden käytön tarvetta ja käyttöä. Taiteella on todettu olevan positiivisia vaikutuksia mielenterveydelle. Lisäksi osallistuminen ja kulttuuriharrastukset ovat yhteydessä kognitiiviseen kyvykkyyteen: mitä enemmän ihmisellä on aktiivista toimintaa ja mielekkäitä harrastuksia, sitä paremmin hän on suojassa Alzheimerin taudilta. Vapaa-ajan taide- ja kulttuuriharrastuksilla on todettu olevan monia hyvinvointia lisääviä vaikutuksia, jotka ovat lääketieteellisesti todennettavissa. Vaikutukset koettuun elämänlaatuun ja subjektiiviseen hyvinvointiin on myös todennettu. (Laitinen 2017, 27 – 30; Hyyppä 2013.)

Vaikutuksia tarkastelevissa tutkimuksissa nousee Laitisen mukaan esille niiden relativisuus, kontekstisidonnaisuus ja tilanteisuus. Monet asiat vaikuttavat siihen, miten taide vaikuttaa. Tutkimuksissa yksilön oma motivaatio, kiinnostuneisuus, odotukset, aikaisemmat kokemukset, koulutus, harrastuneisuus ja aiemmat tiedot ja taidot on todettu merkittäviksi tekijöiksi. Keskeinen tekijä on se, onko yksilöllä valmiutta ottaa taidetta vastaan. Siihen vaikuttavat sisäisten syiden lisäksi myös ympäristötekijät sekä kulttuurinen konteksti, kuten sosiaaliset ja kulttuuriset normit. (Laitinen 2017, 22.)

Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitoksen mukaan taiteella nähdään olevan tärkeä rooli kommunikaatiossa, ilmaisussa ja jäsentämisessä. Taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutusten hyödyntäminen lisääntyy sosiaali- ja terveysalalla, ja ne otetaan huomioon jo toimintaa ja koulutusta suunnitellessa. Kulttuurihyvinvointi ja taiteen hyvinvointivaikutukset alkavat olla vakiintuneita käsitteitä. Aihetta myös tutkitaan Suomessa paljon ja hanketoimintaa on käynnissä suuri määrä. (Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos 2019.)

## 4 IKÄÄNTYNEIDEN KULTTUURITOIMINTA

### 4.1 Taide ja kulttuuri sosiaali- ja terveystalvueluissa

Taiteen ja kulttuurin merkitykseen ja mahdollisuuksiin hyvinvoinnin edistäjinä sosiaali- ja terveystalvella on kohdistettu paljon kehittämistyötä ja toimenpiteitä niin Suomessa kuin ulkomaillaakin. Kehittämistyötä on tehty valtakunnan politiikan ja toiminnan ohjauksen tasolla, puhumattakaan lukuisista kehittämishankkeista ja tutkimuksista.

Perhe- ja perustalvueluministeri Annika Saarikko ja Eurooppa-, kulttuuri- ja urheiluministeri Sampo Terho antoivat vuonna 2018 *suosituksen taiteen ja kulttuurin saavutettavuuden ja saatavuuden edistämisestä sosiaali- ja terveydenhuollossa sekä hyvinvoinnin ja terveyden edistämisessä* hallitusohjelman tavoitteiden mukaisesti (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2018.)

Suosituksessa esimerkkeinä taiteen ja kulttuurin käytöstä sosiaali- ja terveyshuollossa terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi mainitaan rakennushankkeiden osana tehdyt taidehankinnat, ohjattu taide- ja kulttuuritoiminta laitoksissa, soveltavan taiteen spesifi käyttö, omaehtoisen harrastamisen ja osallistumisen tukeminen ja mahdollisuus taiteen kokemiseen eri muodoissa. Suosituksen mukaan kuntien vastuulla on hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen ja kuntien kulttuuritoiminta, ja hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen vastuu tulee entisestään kasvamaan. Taide ja kulttuuri nähdään keskeisenä keinona hyvinvoinnin edistämisessä, ja niiden tulisi näkyä kunnan strategisessa suunnittelussa, käytännön toiminnassa ja olla poikkihallinnollista, monialaista yhteistyötä. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2018.)

Suositus pohjaa *Tule luo taide – Taiteen prosenttiperiaatteen laajentamisen kärkihankkeeseen* (2016 – 2018). Kärkihankkeessa laajennettiin prosenttitaiteen periaatetta yhteistyössä sosiaali- ja terveydenhuollon kanssa. Tarkoituksena oli taiteen hyvinvointivaikutusten tukeminen. Prosenttitaide tarkoittaa taidehankintojen integroimista rakennushankkeisiin, ja sitä laajennettiin helpottamalla taide- ja kulttuurisisältöisten

hyvinvointipalveluiden hankintaa sosiaali- ja terveydenhuoltoon, käytännössä myöntämällä kunnille määrärahoja toiminnan kehittämiseen. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2019.)

Vuonna 2019 uudistunut Laki kuntien kulttuuritoiminnasta (L 166/2019) määrittää, että kuntien tulee kulttuuritoiminnalla ”vahvistaa väestön hyvinvointia ja terveyttä sekä osallisuutta ja yhteisöllisyyttä kulttuurin ja taiteen keinoin”. Lain mukaan kuntien tulee edistää kulttuurin ja taiteen saavutettavuutta ja monipuolisuutta ja edistää kulttuuria ja taidetta osana kuntalaisten hyvinvointia ja terveyttä. Kulttuuritoiminta siis nähdään laissakin terveyttä ja hyvinvointia edistävänä toimintana.

Huhtinen-Hildénin mukaan (2017, 20) taiteen ja kulttuurin huomioimista voidaan perustella myös ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvveluista annetun lain (L 980/2012) perusteella: lain mukaan hoiva-asumisessa tulee olla mahdollisuus kokea elämänsä arvokkaaksi ja osallistua toimintakykyä edistävään mielekkääseen toimintaan.

Lehikoinen ja Vanhanen toteavat, että päättäjät ja virkamiehet voivat myös toisaalta ajatella, että taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutusten korostaminen on taiteiden olemassaolon perustelua. Vaikutuksia ei kuitenkaan olisi olemassa ilman taidekokemuksia. (2017, 7.)

Aholaisen (2019, 173 – 174) mukaan keskustelu taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutuksista näyttää usein antavan kulttuurille instrumentaalisen roolin, eli taidetta ja kulttuuria perustellaan esimerkiksi taloudellisilla tai sosiaalisilla hyödyillä. Taiteen itseisarvo jää tällöin sivuun, vaikka se hänen mukaansa onkin kiinteä osa suomalaista kulttuuripolitiikkaa. Kaksi erilaista näkemystapaa eivät sulje toisiaan kuitenkaan pois. Hänen mukaansa niiden kytkeytymistä toisiinsa on tukenut ”viime vuosien monin tavoin epämääräinen maakunta- ja sote-uudistus, joka toimi eräässä kohdin hyvin määrätietoisesti: se satoi kielellisesti hyvinvointia, yksilöä ja markkinoita yhdistäviä, uusliberaaliin ajatteluun liittyviä keskeisiä käsitteitä, kuten yksityistäminen, kilpailun lisääminen, valinnanvapaus ja henkilökohtainen budjetointi samaan keskusteluun”. (2019, 175.)

## 4.2 Ikääntyneiden kulttuuritoiminnan monet muodot

Ikääntyville suunnatusta kulttuuritoiminnasta käytetään yleisesti nimityksiä ikääntyvien kulttuuritoiminta tai ehkä yleisemmin kulttuurinen vanhustyö. Kulttuurinen vanhustyö tarkoittaa taiteen, taidetoiminnan, luovuuden ja kulttuurin tuomista osaksi vanhustyötä eri tavoin. Taide ja taidetoiminta nähdään ihmisen perustarpeeksi iästä ja toimintakyvystä riippumatta. Siksi katsotaan, että siihen tulee olla mahdollisuus kaikilla, myös esimerkiksi hoivalaitoksissa asuvilla ikääntyneillä. (Rosenlöf 2014, 7.)

Ikääntyneille suunnattu kulttuuritoiminta mielletään usein hoitolaitoksissa toteutettaviksi erilaisiksi taide- ja kulttuurisisällöiksi. Siponkoski (2020,1) määrittelee kulttuurisen vanhustyön ”taiteen, toiminnan, luovuuden tuomiseksi eri tavoin osaksi vanhustyötä ja sen kehittämistä”.

Toimintamallit ovat erilaisia. Sisältöjä voidaan toteuttaa ammattitaiteilijan tekemänä työnä hoitolaitoksessa tai hoitajan pieninä tekoina muun työn lomassa. Se voi olla myös vapaaehtoistoimintaa. Toiminta voi olla taide-esityksestä nauttimista tai itse tekemistä. Kaikki taiteenlajit sopivat toimintaan. Suomessa on myös toimintaan erikoistuneita ammattitaiteilijoita. (Huhtinen-Hildén ym. 2017, 23.)

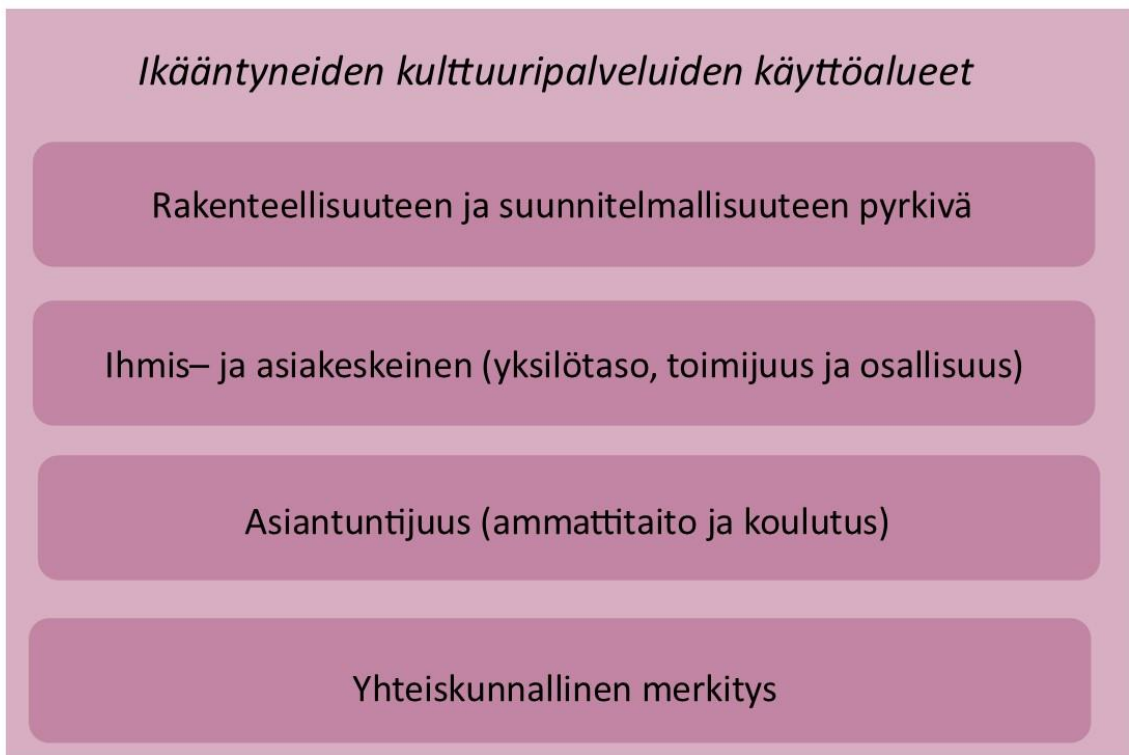
Toimintaa on kehitetty jo 1980-luvun lopulta asti niin Suomessa kuin kansainvälisestikin, esimerkiksi Unescon Arts in Hospital -hankkeessa vuonna 1990. Suomessa hanke toimi nimellä Terveyttä kulttuurista. 2000-luvulla kehittämistä ja toimenpiteitä on tehty paljon. (Huhtinen-Hildén ym., 2017, 20.)

Vuonna 2016 käynnistyi Aili-hanke, jonka tarkoitus on koota 13 kunnan kulttuurisen vanhustyön toimijat yhteen ja luoda kulttuuri- ja sosiaali- ja terveyssektorille yhteinen pohja, jolle valtakunnallista kulttuurisen vanhustyön kehittämistä rakennetaan. Hanketta rahoitetaan Taiteen prosenttiperiaatteen laajentamisen kärkihankkeesta. Seinäjoen kaupunki on mukana hankkeessa. Hanke on käynnissä vuoden 2019 loppuun saakka. Hankkeen loppuraportin mukaan toiminta on saanut aikaan kehitystä, mutta työtä toiminnan vakiintumiseksi on tehtävä edelleen. (Aili – kulttuurisen seniori- ja vanhustyön valtakunnallisen verkoston raportti 2016 –



18.) Tämä toteamus on yleistä kulttuurista vanhustyötä käsittelevässä tutkimuksessa ja kehittämistoiminnan raportoinnissa; saman toteavat myös Hildén ym. (2017, 20). Samaa lopputulokseen on päädytty *Rakenteita ratkomassa* -hankkeessa. (Rosenlöf, 2014, 4-5.)

Aholainen (2019) on tutkinut Opetus- ja kulttuuriministeriön ja sosiaali- ja terveysministeriön asiakirjoista vuosilta 2010–2017 ikääntyneiden kulttuuripalveluita kuvaavia käsitteitä ja niiden merkityksiä. Hänen mukaansa ikääntyneiden kulttuuripalvelut voi jakaa neljään käyttöalueeseen, jotka näkyvät kuviossa 2.



Kuvio 2. Ikääntyneiden kulttuuripalveluiden käyttöalueet Aholaisen (2019, 171) mukaan.

Opinnäytetyön näkökulmasta tekeillä oleva kulttuurihyvinvointisuunnitelma liittyy rakenteellisuuteen ja suunnitelmallisuuteen pyrkivään käyttöalueeseen. Opinnäytetyö ja sen toteutus taas liittyy ihmis- ja asiakaskeskeiseen ja yksilötason, toimijuuden ja osallisuuden teemoihin.

Aholaisen mukaan on tärkeää tutkia, mitä ikääntyneiden kulttuuripalveluilla tarkoitetaan, koska ne ovat nykyään keskeisessä osassa sosiaali- ja terveystaloudessa. Tämä johtuu siitä, että ikääntyvien määrä kasvaa ja väestörakenne muuttuu. Vuosien 2050–2060 välillä kolmasosa suomalaisista on yli 64-vuotiaita, ja he ovat myös tottuneet käyttämään kulttuuripalveluita. (2019, 172.)

Saarenheimon (2013) mukaan ”sosiokulttuurit menetelmät ovat tulleet vanhustyöhön jäädäkseen, ja niitä koskevat tutkimustulokset ovat vahvistaneet käsitystä siitä, että myös psyykkisen hyvinvoinnin edistämiseksi ja mielenterveysongelmien hoitamisessa keinoja kannattaa etsiä perinteisten työmenetelmien ulkopuolelta”. Näiksi menetelmiksi hän mainitsee esimerkiksi musiikin kuuntelun, laulamisen, tanssin ja kuvataiteen käytön. Hänen mukaansa uudet lähestymistavat ”voivat motivoida myös ammattilaisia ja edistää optimistista asennoitumista ikäihmisten psyykkisen hyvinvoinnin tukemiseen”. (Saarenheimo 2013.)

### **4.3 Ikääntyneiden kulttuuripalvelut Seinäjoen kaupungissa**

Seinäjoen kaupungissa ikääntyneiden kulttuuritoimintaa koordinoidaan Seinäjoen kulttuuripalveluiden ja ikääntyneiden palveluiden toimintana. Vastuhenkilö on ikääntyneiden kulttuuritoiminnan koordinaattori. Toiminnasta käytetään nimitystä ikääntyneiden kulttuuritoiminta. Toimintaa järjestetään kulttuuripalveluiden ja ikäihmisten palveluiden rajapinnassa ammatillisena yhteistyönä. Koordinointivastuu on kulttuuripalveluilla. Tavoitteena on tuoda taide ja kulttuuri kaupungin palveluasumisen piiriin, ja lisäksi palveluita tuotetaan kotona asuville ikäihmisille. Tärkeimpiä tavoitteita on viedä taidetta ja kulttuuria ikäihmisille, joiden on vaikea saavuttaa sitä, työllistää ammattitaitoijoita ja juurruttaa taide ja kulttuuri palveluasumisen arkeen, edistää ikäihmisten osallisuutta omassa ympäristössään ja ikääntyneiden elämän mielekkyyden lisääminen. (Seinäjoen kaupunki 2020a.)

Käytännössä ikääntyneiden kulttuuritoimintaa toteutetaan kolmella tasolla: henkilökunnan arjessa toteuttamana matalan kynnyksen toimintana, yhteistyökumppaneiden, harrastajien

ja vapaaehtoisten toteuttamana sekä ammattitaiteilijoiden ja kulttuurialan ammattilaisten toteuttamana osallistavana ja esittävänä taidetoimintana. (Seinäjoen kaupunki 2020a.)

Toimintaa on kehitetty ja toteutettu vuodesta 2015 alkaen, jolloin ensimmäiset taiteilijavierailut palvelutaloihin ja Kulttuurikaveritoiminta alkoivat. Kaupunki on ollut myös mukana perustamassa kulttuurin vanhustyön valtakunnallista AILI-verkostoa vuonna 2016. (Kokkonieniemi 2020.)

#### **4.4 Kulttuurihyvinvointisuunnitelma**

Kulttuurihyvinvointisuunnitelmia on tehty viime vuosien aikana eri puolella Suomea. Esimerkkejä tässä opinnäytetyössä ovat Pirkanmaan ja Etelä-Savon kulttuurihyvinvointisuunnitelmat. Pirkanmaalla on Pirkanmaan sairaanhoitopiirin (2017) tekemä Pirkanmaan alueellinen kulttuurihyvinvointisuunnitelma. Etelä-Savon kulttuurihyvinvointisuunnitelma 2019-2021 on Etelä-Savon maakuntaliiton (2019) tekemä.

Pirkanmaan alueellisen kulttuurihyvinvointisuunnitelman tavoite on ”mahdollistaa kulttuuristen oikeuksien toteutuminen kaikille pirkanmaalaisille ja kaventaa hyvinvointi- ja terveyseroja”. Suunnitelman nähdään tukevan koko väestön osallisuutta ja toimijuutta. Suunnitelmassa kulttuurihyvinvointi määritellään kulttuurin ja taiteen mahdollisuuksiksi edistää terveyttä ja hyvinvointia. (Pirkanmaan sairaanhoitopiiri 2017, 4.)

Pirkanmaan suunnitelma käsittää sekä suunnittelun että käytännön toteutuksen tasoja. Siinä todetaan, että mukaan on tärkeä saada julkinen, yksityinen ja kolmas sektori, eli kunnat, alan yritykset, yhdistykset, järjestöt ja muut toimijat. Toimijoilla tulee olla yhteinen tavoite ja arvopohja, joka perustuu yhdenvertaisuuden toteutumiseen kunnassa. (Pirkanmaan sairaanhoitopiiri 2017.)

Etelä-Savon kulttuurihyvinvointisuunnitelman strategisia tavoitteita on edistää yhdenvertaista osallisuutta ja toimijuutta, tukea hyvää arkea parantamalla palveluiden ja elinympäristön laatua, vahvistaa ihmisten osaamista ja vastata työelämän kehittämistarpeisiin sekä vahvistaa kulttuurin ja taiteen roolia osana suunnitelmallista maakunnan hyvinvoinnin, elinvoimaisuuden ja identiteetin kehittämistä. Strategisena kärkänä on ”osallistuva, luova ja hyvinvoiva eteläsavolainen”. (Etelä-Savon maakuntaliitto 2018, 23.) Tavoitteisiin sisältyy toimenpide-ehdotuksia. Suunnitelma ei ole sitova asiakirja, mutta se pyrkii kehittämään kulttuuria ja hyvinvointia tarjoamalla toimijoiden hyväksi näkemiä ratkaisuja. (Etelä-Savon maakuntaliitto 2018, 3.)

Molemmissa kulttuurihyvinvointisuunnitelmissä olennaista on ollut myös sen tekoprosessi, johon on kuulunut nykytilanteen kartoitus. Suunnitelmat ovat strategisia asiakirjoja, jotka katsovat tulevaisuuteen ja liittyvät laajempaan käsitykseen väestön kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnin edistämisestä ja alueellisesta kehittämisestä. Suunnitelmat koskevat koko väestöä. (Pirkanmaan sairaanhoitopiiri 2017, 4; Etelä-Savon maakuntaliitto 2018, 3.)

Seinäjoen kaupungin ikääntyneiden kulttuurihyvinvointisuunnitelma tulee olemaan käytännön toimintaa ja sisältöjen suunnittelua ohjaava asiakirja, joka mahdollistaa kulttuuripalveluita mahdollisimman laajalle joukolle ikääntyneitä kuntalaisia. Erityisesti suunnitelma ottaa huomioon haavoittuvassa asemassa olevat ikääntyneet, eli käytännössä paljon sosiaali- ja terveyspalveluita käyttävät, tukea tarvitsevat ja laitoshoidossa asuvat. (Kokkonieniemi 2020.) Suunnitelmatyö liittyy Seinäjoen kaupungin strategiakirjaukseen ”Kaupunki varmistaa kokonaisvaltaisten hyvinvointipalveluiden saatavuuden kaikille kaupunkilaisille laatimalla hyvinvointi- ja kulttuurisuunnitelman”. (Seinäjoen kaupunki 2018.)

Eräänlaista pohjaa suunnitelmatyölle on jo reilun kymmenen vuoden ajan toiminnassa ollut kulttuurikasvatussuunnitelma, johon kuuluvat peruskoulun kulttuurikasvatussuunnitelma Kulttuurimatka ja varhaiskasvatuksen taidetoimintamalli Taituri. Kulttuurimatka tarjoaa kaikille Seinäjoen perusopetuksen 0–9-luokkien oppilaille kulttuuri- taide-, ja kulttuuriperintökasvatusta. Kulttuurimatka on osa Seinäjoen opetussuunnitelman paikallinen suunnitelma ja sisällöt toteutetaan opetus- ja kulttuurialojen ammattilaisten välisenä yhteistyönä. Varhaiskasvatuksen Taituri-taidetoimintamalli on varhaiskasvatuksessa toteutettavaa taidetoimintaa, johon sisältyy myös varhaiskasvattajien koulutusta.

Kulttuurimatkan ja Taiturin toteuttamista koordinoidaan Seinäjoen kulttuuripalveluissa. Kulttuuripalveluissa koordinoidaan myös ikääntyneiden kulttuuritoimintaa. (Seinäjoen kaupunki 2020b; Kokkoniemi 2020.)

## 5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

### 5.1 Tutkimusmenetelmä ja aineiston analyysi

Tutkimus on kvantitatiivinen eli määrällinen tutkimus, jonka aineisto on kerätty kyselyllä. Kyselylomake on yksi perinteisimmistä tutkimusaineiston keruutavoista. Kvantitatiivisen tutkimuksen taustalla on ymmärrys ilmiöstä ja sitä koskeva teoria, jonka päälle kyselyn kysymykset rakentuvat. (Kananen 2015, 73.)

Tutkimusmenetelmän perusta ovat kysymykset, jotka tulee laatia huolella. Kysymykset tulisi laatia niin, ettei vastaajalle synny väärinymmärryksen vaaraa, eivätkä ne saa johdatella vastaajaa. Kysymykset nousevat tutkimuksen teoriasta ja siitä nousevista käsitteistä. Oikeiden, haluttuihin tutkimuskysymyksiin vastaavien kysymysten esittäminen vaatii teorian tuntemista. (Kananen 2015, 74-76; Valli 2018, 81.)

Määrällisen tutkimuksen rinnalla voidaan myös käyttää laadullista tutkimustapaa tai elementtejä siitä. Laadullinen eli kvalitatiivinen tutkimus pyrkii ilmiön ymmärtämiseen. Laadullinen tutkimusaineisto voidaan kerätä esimerkiksi haastattelemalla, erilaisilla dokumenteilla ja joskus kyselyillä. Laadullista tutkimusta tehdessä esimerkiksi esitettävät kysymykset eivät ole yhtä tarkkoja kuin määrällisessä tutkimuksessa. Laadullinen ja määrällinen tutkimus voivat tukea toisiaan, toisen ollessa pääasiallinen tutkimusmenetelmä. Useiden eri tutkimusmenetelmien yhdistäminen on triangulaatiota. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006; Kananen 2015.)

Menetelmätriangulaatiota perustellaan sillä, että se mahdollistaa kattavamman kuvan saamisen tutkittavasta kohteesta. Tällä tavoin sillä voidaan parantaa tutkimuksen luotettavuutta. Määrällisellä menetelmällä voidaan esimerkiksi selvittää ilmiön yleisyyttä ja muodostaa siitä yleiskuva. Laadullinen menetelmä taas mahdollistaa aiheen syvempää ymmärtämistä. Se siis selittää ilmiötä enemmän. (Saaranen-Kauppinen & Puusniekka 2006.)

Tässä opinnäytetyössä tutkimusmenetelmä on määrällinen, mutta siinä on mukana laadullisia piirteitä. Joihinkin kysymyksiin oli mahdollisuus vastata avoimilla vastauksilla. Niissä vastaajilla oli mahdollisuus selventää ja syventää vastauksiaan, mikä lisää ymmärrystä tutkittavasta asiasta.

Yleisimpiä tapoja esittää kyselylomakkeella kerättyä aineistoa ovat suorat jakaumat, ristiintaulukoinnit, tunnusluvut ja avointen kysymysten vastausten esittäminen. Suora jakauma on analyysikeino, jolla nähdään yksittäisen kysymyksen eli muuttujan eri vaihtoehtojen vastaukset. Ristiintaulukointi tarkoittaa samanaikaisesti kahden kysymyksen eli muuttujan tarkastelua. Voidaan esimerkiksi vertailla, miten eri sukupuolet tai ikäryhmät ovat vastanneet kysymyksiin, tai miten asuinpaikka (selittävä muuttuja) vaikuttaa vastaukseen (selitettävä muuttuja). (Kananen 2015, 288; 291-292.)

Kyselyaineiston määrällinen analyysi on tehty käyttäen suoria jakaumia, ristiintaulukoiteja ja avoimia vastauksia esittämällä ja luokittelemalla. Määrällisestä aineistosta esitetään suoria jakaumia, jotka näyttävät, miten vastaukset jakautuivat, esimerkiksi kuinka moni vastaaja on vastannut pitävänsä itseään kulttuurin harrastajana ja kuinka moni ei.

Ristiintaulukoinnissa tarkastellaan yhtä aikaa kahta muuttujaa eli kysymystä (Kananen 2015, 299). Aineistoa on analysoitu ristiintaulukoimalla vastaajien taustatietoja ja muita kysymyksiä keskenään. Taustatietoja ovat sukupuoli, ikä ja asuinpaikka. Näitä tietoja on käytetty muuttujina, koska ne ovat tutkimustiedon valossa asioita, jotka voivat vaikuttaa kulttuuripalveluiden käyttöön ja kulttuurin harrastamiseen, sekä näin ollen myös vastaajien käsityksiin kulttuurista. (Virolainen 2015, 17.) Lisäksi on vertailtu keskenään muita kysymyksiä, jotta on saatu selville, onko niihin vastaamisella yhteys toisiinsa, esimerkiksi ovatko vastaajat, jotka eivät koe itseään kulttuurin harrastajiksi, kuitenkin ilmoittaneet harrastavansa jotain kulttuurisisältöjä.

Avoimet vastaukset on analysoitu laadullisesti. Laadullista analyysiä voidaan tehdä monin tavoin, joista yksi on ilmiön esiintyvyyksiheyden laskemista aineistosta. Tämä tarkoittaa sitä, että tarkastellaan, kuinka usein sama asia toistuu tekstiaineistossa. (Kananen 2015, 176.) Avoimet vastaukset on luokiteltu esiintymistiheyden perusteella jakamalla niitä yhteneviin, aineistosta muodostuviin ryhmiin. Esimerkiksi kysymyksen ”Mitä kulttuuri merkitsee sinulle?” vastaukset on luokiteltu yhteneväisyyden perusteella luokkiin ja laskettu, kuinka usein tietty

luokka esiintyy vastauksissa. Tarkoituksena on ollut saada kokonaiskuva vastauksista, ja ymmärrys siitä, mitä vastaajat ovat tarkoittaneet.

Osassa monivalintakysymyksistä oli myös ”joku muu, mikä” -vaihtoehto, johon vastaaja sai antaa vapaan tekstivastauksen. Nämä vastaukset on analysoitu samalla tavoin laadullisesti ryhmittelemällä niitä yhteneväisyyksien perusteella kategorioihin ja tarkastelemalla, mitkä vastaukset toistuvat useimmin.

## 5.2 Kyselytutkimuksen toteutus

Kyselytutkimus oli kaupunkilaisille avoin kysely, joka toteutettiin maaliskuun-huhtikuun 2020 aikana. Kysely oli avoinna verkossa Webropolissa ja lisäksi paperisena versiona se oli saatavilla kirjastossa ja muutamissa ikääntyneille suunnatuissa tapahtumissa. Harmillisesti koronaepidemia muutti suunnitelmia kyselyn toteuttamiseen ja niin sanottuun jalkauttamiseen. Kysely oli kuitenkin paperisena versiona saatavana muutamissa kaupunginkirjaston ja kansalaisopiston tapahtumissa sekä kaupungin kulttuuripalveluiden ikääntyneiden kulttuuritoiminnan parissa Ylistarossa ja Peräseinäjoella. Vastauksia saatiin kaiken kaikkiaan 318 kappaletta, joista vajaa puolet tuli paperiversioina.

Määrällisessä tutkimuksessa tutkimus kohdistetaan niihin henkilöihin, joita tutkittava ilmiö koskee, tässä tapauksessa ikääntyneisiin, yli 65-vuotiaisiin kaupunkilaisiin. He ovat tutkimuksen kohderyhmä. Tutkimuksen otos ovat ne 318 vastaajaa, jotka kysely tavoitti. (Kananen 2015, 266 – 267.)

Kysymykset laadittiin kulttuurin hyvinvointivaikutusten teorian ja kulttuurin saavutettavuuteen liittyvien teemojen kautta. Niitä laatiessa kerättiin kommentteja niin sanotulta K65-ydinryhmältä. Siihen kuuluu Seinäjoen kaupungin eri toimialojen ja Etelä-Pohjanmaan muistiyhdistys ry:n työntekijöitä, jotka ovat mukana ikääntyneiden kulttuurisuunnitelman asiantuntijaryhmässä. Mukana olivat ikääntyneiden kulttuuritoiminnan koordinaattori, Seinäjoen kaupunginkirjaston edustaja, Seinäjoen kansalaisopiston edustaja, Muistiyhdistyksen hanketyöntekijä ja ikääntyneiden palveluiden edustaja. Kysymykset käytiin läpi heidän kanssaan ennen, kuin kysely julkaistiin. Näin pyrittiin varmistamaan kysymysten



ymmärrettävyys ja se, että ydinryhmä koki kysymysten olevan sellaisia, joilla voidaan myöhemmin hyödyttää kulttuurihyvinvointisuunnitelmaprosessia.

Kysely koostui monivalintakysymyksistä, jotka olivat kysymyksiä tai väittämiä. Lisäksi mukana oli muutamia avoimia kysymyksiä tai avoimia vastausvaihtoehtoja, joissa vastaajalla oli mahdollisuus kertoa jostain vaihtoehtojen ulkopuolisesta asiasta tai vastata yksityiskohtaisemmin.

### **5.3 Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus**

Tieteellisen toiminnan kriteerit ovat objektiivisuus, toistettavuus ja testattavuus, julkisuus, autonomisuus, kriittisyys, edistyvyys ja itseään korjaavuus. Ne varmistavat työn eettisyyden ja luotettavuuden. Työn on oltava objektiivinen ja johtopäätösten perustuttava aineistoon, ei kirjoittajan omiin mielipiteisiin. Työn toistettavuus tarkoittaa, että sen voisi toisintaa. Kyselytutkimuksen kohdalla toisintaminen on haastavaa, koska vastaajien joukko on todennäköisesti joka kerta erilainen. Tärkeää onkin kuvata, mitä on tehty ja miten, jotta prosessi on mahdollisimman avoin. (Kananen 2015, 199 – 121.) Samanlaisen avoimen kyselytutkimuksen teettäminen on mahdollista, mutta vastaajien määrä ja demografinen koostumus voisi olla erilainen, mikä voisi vaikuttaa tuloksiin.

Opinnäytetyöt ovat julkisia eli avoimesti luettavissa. Julkaistun työn tulee olla sellainen, että sen takana voi seistä. Autonomisuus tarkoittaa riippumattomuutta, eli tutkimukseen ei vaikuta mikään poliittinen, taloudellinen tai uskonnollinen ideologia. Kriittisyys tarkoittaa sekä oman työn että teorian kriittistä tarkastelua. Edistyvyys tarkoittaa tieteen jatkuvaa kehittymistä ja muokkautumista ajan ja uuden tiedon mukaan. (Kananen 2015, 122 – 123.)

Opinnäytetyön toteutusympäristö on Seinäjoen kaupungin kulttuuripalvelut, mutta ikääntyneiden kulttuuritoiminta on myös ikääntyneiden palveluiden toimintaa.. Molemmilta toimialoilta hankittiin erilliset tutkimusluvut, koska kyselyvastauksia kerättiin kaupungin ikääntyneiden palveluiden piirissä

Opinnäytetyön aineisto on kerätty kyselyllä, joten sitä on mahdotonta toistaa uudelleen. Aineistonkeruuprosessi on kuitenkin kuvattu avoimesti ja kyselyn laatimisvaiheessa kiinnitettiin huomiota kysymysten laatimiseen. Kyselytutkimuksessa on kuitenkin aina väärinymmärryksen tai eriävien näkökulmien vaara. Ei voida täysin varmistaa, mitä vastaaja on tarkoittanut. Tätä pyrittiin ratkaisemaan joillain avoimilla kysymyksillä ja monivalintakysymysten avoimilla vastauskentillä sekä käsitteiden selittämisellä kyselylomakkeessa. Avoimilla vastauksilla on ollut tarkoitus saada laajempaa ymmärrystä aiheesta. Kyselytutkimuksesta tehtävät johtopäätökset tulee, kuten aina aineistosta tehtävät johtopäätökset, perustella. Tuloksia on peilattu teoriaan ja aiempaan tutkimustietoon aiheesta.

Tutkimus on toteutettu täysin anonyminä. Vastaajilla on ollut mahdollisuus vastata ”en osaa sanoa” hyvin henkilökohtaisiin kysymyksiin tai sellaisiin, jotka voivat olla anonymiteetin kannalta herkkiä, kuten sukupuoli, postinumero ja sosiaali- ja terveystietojen käyttö. Pakollisia kysymyksiä kyselyssä ei ollut. Tämä tarkoitti samalla sitä, että kaikki vastaajat eivät ole vastanneet aivan kaikkiin kysymyksiin. Se on huomioitu tulosten raportoinnissa ilmoittamalla, montako vastausta kyseiseen kysymykseen on tullut.

Kyselylomakkeessa oli kannustimena mahdollisuus osallistua käsityömyymälän lahjakortin arvontaan. Tätä varten piti kerätä vastaajien yhteystietoja. Kyselylomaketta laatiessa, paperilomakkeiden vastauksia syöttäessä ja aineistoa analysoidessa huolehdittiin, että vastaajaa ei yhdistetä yhteystietoon. Paperilomakkeiden kohdalla tämä toteutettiin niin, että yhteystiedot olivat tulosteessa erillisellä sivulla, jotka otin sivuun ennen, kuin aloin syöttää vastauksia verkkolomakkeelle. Osa kirjastolta tulleista paperivastauksista toimitettiin jo lähtökohtaisesti tällä tavoin eroteltuina. Osallistuminen arvontaan oli vapaaehtoista. Näin kyselyvastaukset säilyivät anonyymeinä. Eettisyyden kannalta oli myös tärkeää varmistaa, että vastaajat tietävät, mihin kyselyä käytetään. Tämä kerrottiin kyselylomakkeen alussa ennen kysymyksiä.

Kyselytutkimusta toteuttaessa on tärkeää kiinnittää huomiota kyselylomakkeen laadintaan. Tärkeää on laatia mahdollisimman yksiselitteinen lomake ja sellaiset vastausvaihtoehdot, että jokainen vastaaja löytää niistä mieleisensä. Huonosti laadittu tai väärinymmärtämissä aiheuttava lomake vaikuttaa negatiivisesti tutkimuksen tulokseen, sillä vastauksista ei muodostu todenmukainen kuva. Ymmärtämisen vaikeus voi olla molemmipuolista: vastaaja ei ymmärrä, mitä kysytään ja vastaavasti vastausten tulkitsejä ei ymmärrä, mitä vastaaja on

tarkoittanut. Helpoin tapa välttää edellä mainittuja ongelmia on laatia valmiit vastausvaihtoehdot, joista vastaaja valitsee sopivat ja laatia kysymykset huolella. Määrälliseen tutkimukseen liittyviä ongelmia ovat juuri aineistonkeruuseen ja sen analysointiin liittyvät luotettavuusongelmat. (Kananen 2015, 200; Valli 2018, 81 – 82.) Tämä varmistettiin käymällä kysymykset huolellisesti läpi ennen kyselyn julkaisua K65-ydinryhmän kanssa. Lisäksi kyselylomakkeessa oli lyhyet määritelmät tutkittavista asioista, eli sanallisesti, teoriatietoon pohjautuen, selitettynä ”kulttuuri” ja ”kulttuurihyvinvointi”.

On myös tärkeää, että tutkimukseen osallistuu oikeanlainen tutkittavien joukko, eli kyselyyn vastaajat ovat juuri heitä, joilta vastauksia on tarkoituksenmukaista saada. (Kananen 2015, 200). Anonyymiä, varsinkin sähköistä kyselyä toteuttaessa tätä on vaikea varmistaa. Kyselystä viestittiin K65-verkoston kanavissa, ja sen paperiversio vietiin esille paikkoihin, jossa haluttua kohderyhmää tiedettiin olevan. Vastausten taustatiedoista päätellen kohderyhmä onnistuttiin tavoittamaan.

## 6 TUTKIMUSTULOKSET

### 6.1 Vastaajien taustakysymykset

Vastaajilta kysyttiin taustakysymyksinä ikää, sukupuolta ja asuinpaikkaa. Niitä on käytetty myös tulosten analysoinnin perusteena, eli vastauksia on suodatettu ja vertailu ikäryhmien, sukupuolen ja asuinpaikan perusteella. Ne ovat usein syitä, jotka vaikuttavat kulttuurin harrastamiseen, palveluiden saatavuuteen ja yksilön hyvinvointiin ja toimintakykyyn. (Virolainen 2015, 17.)

Ikä ilmoitettiin ikäluokittain, joita oli kuusi: 65-69, 70-74, 75-79, 80-84, 85-89 ja 90 ja enemmän. 314 vastaajaa ilmoitti ikänsä. 4 vastaajaa siis jätti sen ilmoittamatta. 99 vastaajaa eli 31,53 % oli 65-69-vuotiaita ja 70-74-vuotiaita 25,16 %, yhteensä 79 vastaajaa. Alle 85-vuotiaita siis oli yli puolet, 56 %. Arvattavasti iäkkäämpiä vastaajia oli suhteessa vähemmän: 75-79-vuotiaita 17,83 %, 85-89-vuotiaita 7,33 % ja 90-vuotiaita ja sitä iäkkäämpiä enää reilu 2 %. 90-vuotiaita ja sitä vanhempia vastaajia oli yhteensä 7, eli heidän osuutensa ei anna koko ikäryhmästä kattavaa kuvaa. Samoin 86-89-vuotiaiden ryhmä oli suhteellisen pieni: 23 vastaajaa. Muissa ikäryhmissä sen sijaan vastaajia oli vähintään 50. Taulukossa 1 on vastaajien ikäjakauma.

Taulukko 1. Vastaajien ikäjakauma (n=314)

ikäryhmät	n	Prosentti
65-69	99	31,53%
70-74	79	25,16%
75-79	56	17,83%
80-84	50	15,92%
85-89	23	7,33%
90 ja enemmän	7	2,23%

Yhtä vastaajaa lukuun ottamatta kaikki ilmoittivat sukupuolensa. Vastaajista (n=317) 79,5 %, eli 252, oli naisia. Miehiä oli 65, eli 20,5 %. Vaihtoehtona oli myös ”muu / en halua kertoa”, mutta siihen ei tullut vastauksia. Miehiä oli siis vastaajista vain yksi viidesosa.

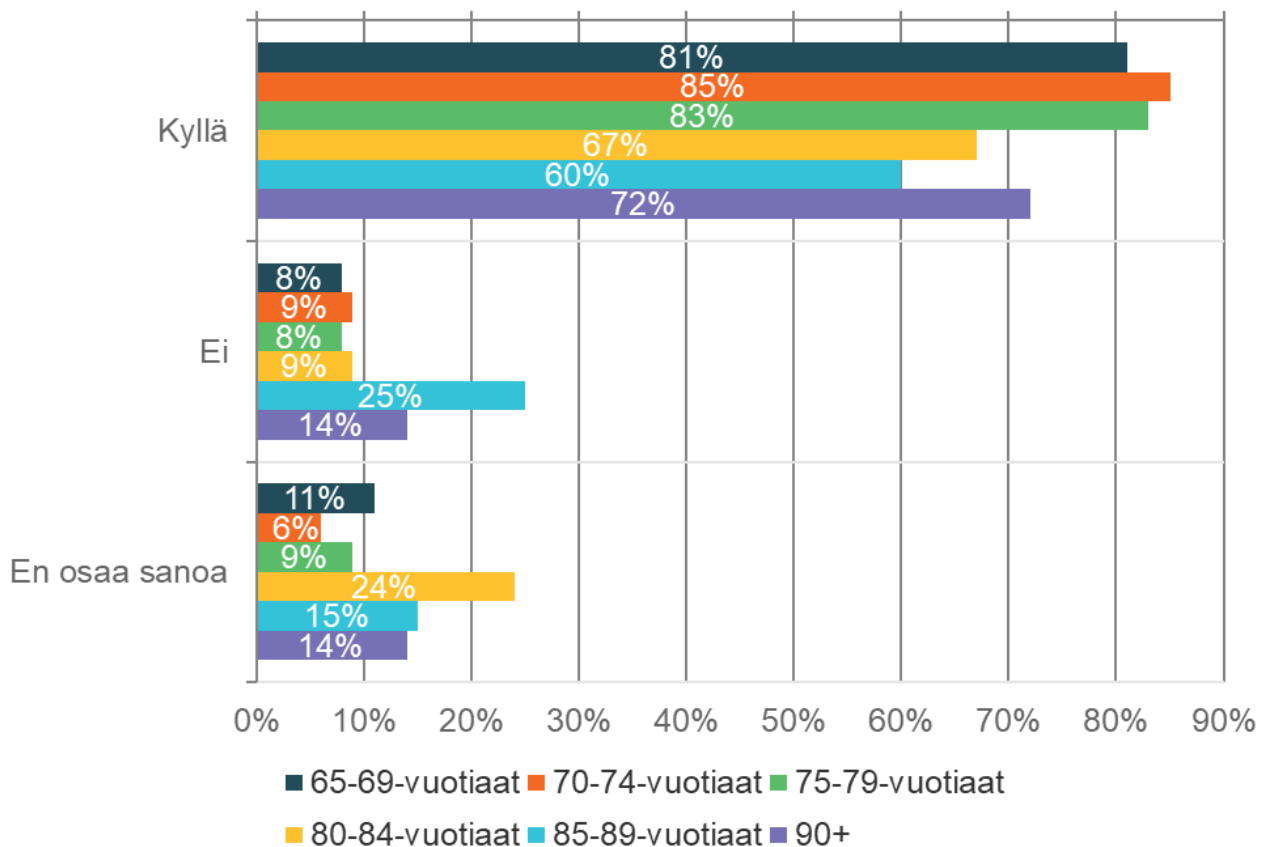
Vastaajien asuinpaikkaa selvitettiin kysymällä, asuuko vastaaja kaupunkikeskustassa, taajamassa vai haja-asutusalueella. Vastaajista (n=315) 42 % ilmoitti asuvansa kaupunkikeskustassa, 39 % taajamassa ja 19 % haja-asutusalueella. Tämän lisäksi kysyttiin myös vastaajan postinumeroa. Asuinpaikan ja postinumeron ristiin suodatuksessa kävi ilmi, että vastaajilla oli keskenään eriäviä käsityksiä siitä, oliko jokin tietty postinumero kaupunkikeskustaa, taajamaa vai haja-asutusaluetta. Lisäksi on huomioitava, että postinumeroiden alueet ovat laajoja, ja saman numeron alueella voi olla hyvin erilainen palveluverkosto riippuen siitä, millä alueella asuu. Postinumeroita ei siis sinänsä ole käytetty analyysissä, mutta se mahdollistaa kulttuurihyvinvointisuunnitelmatyötä tehdessä palveluiden paremman kohdentamisen. Jos esimerkiksi tietyllä alueella asuvat toivovat tiettyjä palveluita, se voidaan ottaa huomioon. Asuinpaikan jakautuminen vastaajien kesken on nähtävissä taulukossa 2.

Taulukko 2. Asuinpaikka (n=315)

	<b>n</b>	<b>Prosentti</b>
Kaupunkikeskusta	133	42,22%
Taajama	123	39,05%
Haja-asutusalue	59	18,73%

## 6.2 Käsitykset kulttuurista ja kulttuurin harrastaminen

Ensimmäinen kulttuuriin liittyvä kysymys oli ”Koetko olevasi kulttuurin harrastaja?”. Vastaajista (n=306) 239 eli 78,11 % vastasi ”kyllä”. 9,8 % vastasi ”ei”, ja 12,09 % ”en osaa sanoa”.



Kuvio 3. Koetko olevasi kulttuurin harrastaja, ikäryhmät (n=306)

Nuoremmissa ikäluokissa 65-69-vuotiaat, 70-74-vuotiaat ja 75-79-vuotiaat noin 80 % mielsi itsensä kulttuurin harrastajiksi. Myös "ei"- ja "en osaa sanoa" -vastaukset jakautuvat niissä keskenään melko tasaisesti.

Yli 80-vuotiaiden ikäryhmät sen sijaan poikkeavat toisistaan. Erot eivät ole suuria, mutta 80-84-vuotiaista 67 %, 85-89-vuotiaista 60 % ja 90-vuotiasta ja sitä vanhemmista 72 % mielsi itsensä kulttuurin harrastajiksi. 85-89-vuotiaiden ikäryhmässä oli eniten "ei"-vastauksia verrattuna muihin: 25 %. 80-84-vuotiaiden ikäryhmässä taas vastattiin kaikista useimmin "en osaa sanoa", 24 %. Eri ikäryhmien vastaukset ovat nähtävissä kuviossa 3.

Tuloksia tulkittaessa on muistettava, että 90-vuotiaita vastaajia oli määrällisesti kaikkein vähiten, yhteensä 7 vastaajaa. Muut ikäryhmät olivat suurempia ja antavat yleistettävämmän kuvan. Kovin merkittäviä erot ikäryhmien vastausten välillä eivät ole. Siitä voi päätellä, että ikä

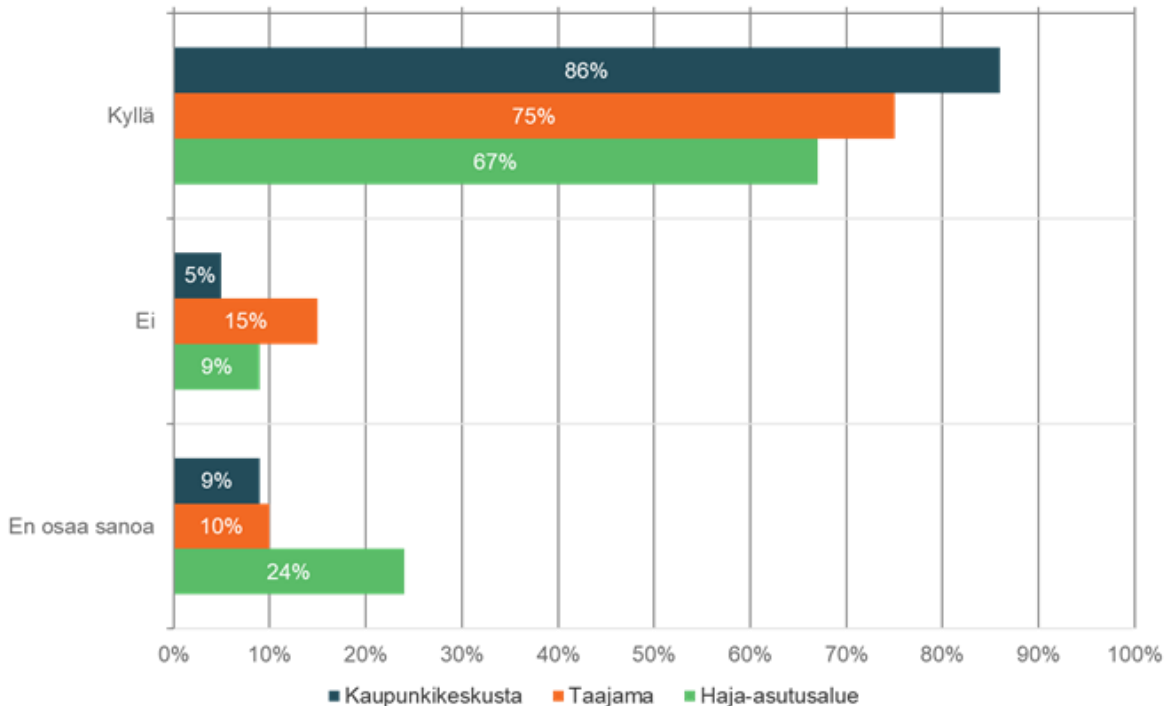
ei sinänsä tämän kyselyn perusteella ole este sille, etteikö ihminen kokisi itseään kulttuurin harrastajaksi.

Sukupuolten välillä ”kyllä”-vastauksissa ei ollut suuria eroja, mutta miehet vastasivat useammin kielteisesti tai ”en osaa sanoa”. Miesten ryhmässä sekä ”ei”- että ”en osaa sanoa” -vastaukset saivat 14 % vastauksia, kun taas naisilla 8 % ja 11,6 %. Naisia on vastaajista enemmistö ja miehiä noin viidesosa, joten miesten kohdalla vastauksista ei voi tehdä laajoja yleistyksiä. Tulokset ovat nähtävissä taulukossa 3.

Taulukko 3. Koetko olevasi kulttuurin harrastaja, naiset ja miehet. (n=306)

	Naiset		Miehet		Yhteensä
	n	Prosentti	n	Prosentti	
Kyllä	193	80,08%	46	71,88%	239
Ei	20	8,3%	9	14,06%	29
En osaa sanoa	28	11,62%	9	14,06%	37
Yhteensä	241		64		305

Asuinpaikka vaikutti jonkin verran siihen, kokiko vastaaja itsensä kulttuurin harrastajaksi. Kaupunkikeskustassa 86 % piti itseään kulttuurin harrastajana, taajamassa 75 % ja haja-asutusalueella 67 %. Kuitenkin ”ei”-vastauksia oli eniten taajamassa asuvilla, 15 %, ”en osaa sanoa” -vastauksia taas haja-asutusalueen asukkailla, 24 %. Tuloksesta voi päätellä, että muutenkin paremman palvelurakenteen alueella harrastetaan myös kulttuuria enemmän. Tulokset näkyvät kuviossa 4.



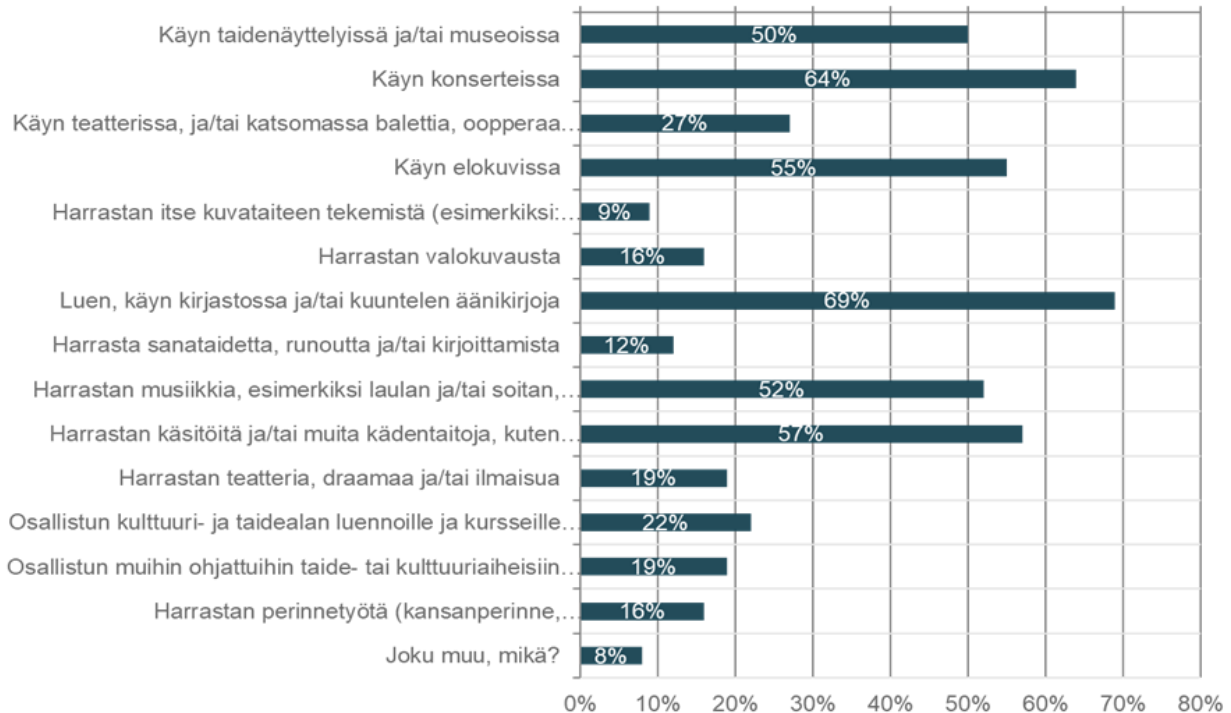
Kuvio 4. Koetko olevasi kulttuurin harrastaja, asuinpaikka (n=306)

Kysyjä pyydettiin luettelemaan, mitä kulttuurin lajeja he harrastavat. Vaihtoehdot laadittiin kulttuurin laajan määritelmän mukaan: kaikki inhimillinen toiminta, niin ammattimaisesti tuotettu korkeakulttuuri kuin laajemmin ymmärrettynä erilaisten harrastoimintojen ja ajanvietteiden, ajatellaan olevan kulttuuria. (Honkala & Laitinen 2017; Huhtinen-Hildén ym. 2017, 14-15; Lilja-Viherlampi & Rosenlöf 2019, 20; Rinne 2019, 247.)

Vaihtoehtoina olivat taidenäyttelyissä ja/tai museoissa käynti, konserteissa käynti, teatterissa, baletissa, oopperassa tai tanssiesityksissä käyminen, elokuvissa käynti, kuvataiteen tekeminen itse, valokuvaaminen, lukeminen ja kirjastossa käynti, sanataiteen, runouden tai kirjoittamisen harrastaminen, musiikin harrastaminen eli soittaminen ja/tai laulaminen, käsitöiden tekeminen, teatterin, draaman ja/tai ilmaisun harrastaminen, taidealan kursseille osallistuminen ja muihin alan ryhmiin osallistuminen. Lisäksi oli avoimena vaihtoehtona



vastaus ”joku muu, mikä”. Vastausvaihtoehdot ja vastausten jakautuminen (n=310) näkyvät kuviossa 5.



Kuvio 5. Harrastatko jotakin seuraavista? (n=310)

Joku muu, mikä? -vastauksia oli 26 kappaletta eli 8 %. Suurimmassa osassa niistä kerrottiin käytännössä listasta löytyneistä kulttuuriharrastuksista. Vastaja on mahdollisesti halunnut kertoa harrastuksestaan tarkemmin:

Käyn katsomassa teatteria, Seinäjoella ensisijaisesti, sitten Tampereella. Ruskayhdistyksen puitteissa muuallakin.

Teatteri. Senioriyhdistyksen monipuolista toimintaa, kuten retkiä ja matkoja monenlaisen kulttuurin parissa.

Kuudessa vastauksessa mainittiin liikunta tai urheilu. Vastaja on siis halunnut listata yleisesti harrastuksiaan, vaikka liikuntaan ja urheiluun liittyviä harrastuksia ei tutkittukaan. On myös todennäköistä, että jotkut vastaajat ovat mieltäneet ne myös kulttuuriharrastuksiksi.

Tarkastellessa niiden vastaajien harrastuksia, jotka olivat ilmoittaneet, että eivät koe itseään kulttuurin harrastajiksi, aineistosta nousee esiin, että kulttuuriharrastuksia kuitenkin oli valittu. Niistä, jotka ilmoittivat, etteivät miellä itseään kulttuurin harrastajiksi (n=30), puolet (n=15) ilmoitti harrastavansa käsitöitä ja/tai muita kädentaitoja, yhdeksän vastaajaa musiikkia, kahdeksan lukemista ja/tai kirjastossa käyntiä, kuusi konserteissa käyntiä, neljä elokuvissa käyntiä ja taidenäyttelyissä ja museoissakin ilmoitti käyvänsä kaksi vastaajaa. Myös muilla harrastuksilla oli yksittäisiä vastauksia.

Kaikista vastaajista 38 vastasi, ettei osaa sanoa, kokeeko itsensä kulttuurin harrastajiksi. Hekin ilmoittivat kuitenkin harrastavansa käsitöitä (n=20), lukevansa ja/tai käyvänsä kirjastossa (n=18), harrastavansa musiikkia (n=15), käyvänsä konserteissa (n=7) ja taidenäyttelyissä ja/tai museoissa (n=6) sekä harrastavansa teatteria, draamaa ja/tai ilmaisua (n=3).

Tuloksista voi päätellä, että välttämättä itseään ei miellä kulttuurin harrastajaksi, vaikka kulttuuria omassa elämässä onkin. Syy voi olla se, että kuva kulttuurin harrastajasta ei istu omaan ajatukseen itsestä. Toinen mahdollinen syy on, että esimerkiksi käsitöiden tekemistä, kirjaston palveluiden käyttämistä ja soittamista ja laulamista ei mielletä kulttuuriharrastuksiksi. Kyselyn perusteella ei ole mahdollista selvittää vastaajien kulttuurikäsitteitä laajemmin, mutta yksi selitys tulokselle voi olla se, että vastaajat mieltävät kulttuurin suppeammaksi ilmiöksi, kuin kyselyn vastausvaihtoehdoissa. Esimerkiksi käsitöiden tekemistä ei siis välttämättä mielletä luovaksi toiminnaksi.

### 6.3 Kulttuurin merkitys vastaajalle

Vastaajilta kysyttiin avoimella kysymyksellä ”Mitä kulttuuri merkitsee sinulle”? Luokittelin vastaukset (n=212) niistä nousevien teemojen mukaan kuuteen kategoriaan, jotka ovat määrällisessä esiintyvyyssjärjestyksessä *kulttuuri virkistykseenä ja hengen ravintona, kulttuurin itseisarvo ja kulttuuri osana elämää, sosiaaliset syyt ja osallistuminen, kulttuuri ajankuluna, kulttuuri hyvinvoinnin edistäjänä ja nostalgia*. Kategoriat on johdettu vastauksissa esiintyneistä ja monesta toistuneista sanoista ja pyrkimyksestä muodostaa ymmärrys vastauksissa olevista kulttuurin merkityksistä. Esimerkiksi sana ”virkistys” toistui useissa vastauksissa, samoin

erilaiset ilmaiset kulttuurista ajattelun avartaja, piristykseenä, vaihteluna, elämyksinä, kokemuksina, ilontuojana. Tämän kategorian vastauksissa kulttuurista saatiin itselle jotain positiivista. Vastauksissa, jotka on luokiteltu kategoriaan kulttuurin itseisarvo ja kulttuuri osana elämää, hahmottui kuva kulttuuriharrastuksesta itsestäänselvyytenä, ”elämänä” ja ”kaikkena”, jonain mitä ilman ei voi elää tai ei osaisi olla. Kulttuuri nähtiin sosiaalisten suhteiden ja osallistumisen edistäjänä: mahdollisuus saada kontakteja, tavata tuttuja ja ystäviä, saada taukoa yksinäisyyteen. Kulttuuri ajankuluna mainittiin sananmukaisesti: ”ajankulua” tai ”vapaa-ajan viettämistä”, samoin ”hyvinvointi”. Nostalgia-kategorian muutamassa vastauksessa kulttuuri liitettiin sukuhistoriaan, vanhoihin hyviin aikoihin: ”Tunnetta, että elän ja olen osa menetettyä karjalaisuutta”, kuten yksi vastaaja kertoi. Viidelle vastaajalle kulttuuri ei merkinnyt mitään, merkitsi hyvin vähän tai vastaaja ei osannut sanoa, mitä se merkitsee. Yksi vastaaja kertoi kulttuurin negatiivista puolista:

Joskus myös lisää stressiä!

*Kulttuuri virkistykseenä ja hengenravintona* piti sisällään vastauksia, joissa kulttuurin koettiin antavan itselle jotain. Kulttuurin vastattiin olevan hengen ravintoa, virkistystä ja piristystä, avartavan ajattelua ja tuovan sisältöä elämään. Tähän kategoriaan liittyviä vastauksia oli 114.

Voimaannuttaa, virkistää, auttaa näkemään asioita uudella tavalla

Se on tärkeää, piristävää, hyvää kuntoa ylläpitävää. Usein kulttuurikokemus opettaa jotakin uutta ja antaa ajateltavaa.

Uusia elämyksiä, kauneuden kokemista, uteliaisuutta uusia asioita kohtaan.

Kulttuuri koettiin henkisen hyvinvoinnin lisääjänä, vaikka sanaa ”hyvinvointi” ei näissä vastauksissa käytettykään. Varsinkin sanoja ”virkistys” ja ”piristys” käytettiin paljon. Kulttuuria pidettiin merkittävä tekijänä omien ajatusten avartamiseen ja ajan hermolla pysymiseen. Myös kulttuurin merkitys yhteiskunnallisen keskustelun välineenä mainittiin.

Virkistystä, näkökulman laajenemista ja hankalienkin asioiden käsittelyä/sanoittamista taiteen avulla.

Tervetullutta vaihtelua eläkeläisen elämään teemalla "vierivä kivi ei sammaloidu". Halua olla mukana nykyajassa ja elämänmenossa.

Sivistystä ja yhteiskunnallisten asioiden tiedostamista ja ajan tasalla pysymistä.

Vastauksista nousi esiin myös kulttuurin merkitys "arjen kohottajana", vaihteluna, irtiottona tavallisesta. Kulttuuri ajanviettotapana nousi myös esiin vastauksissa. Sen voi liittää arjen teemoihin, samoin osallistumisen ja sosiaalisten kontaktien teemoihin, sillä vastauksissa esiintyi nimenomaan puolison tai ystävien kanssa vietetty arjesta irtautuminen.

Pääsyä irti arjesta, elämyksiä, hyvää mieltä

Pukeutua vähän paremmin ja lähteä puolison tai ystävän kanssa johonkin kodin lähistöllä järjestettävään tapahtumaan.

Hyppyä pois arjesta, itseni hemmottelua, vapautta

Se vie aina vähän irti arjesta eli positiivisella tavalla arjen yläpuolelle. Siitä saa henkistä voimaa.

Hyviä elämänarvoja. Vapautta arjesta: voin pukeutua kauniisti esim. teatteriin. Iloa ja ajattelun laajentamista, eri näkökulmien huomaamista. Huumoria. Kauneutta.

Sana "hyvinvointi", ja usein nimenomaan yhden sanan vastauksena, eli *kulttuuri hyvinvoinnin edistäjänä* mainittiin muutamissa vastauksissa ja ne muodostivat oman kategoriansa. Voi kuitenkin sanoa, että oman hyvinvoinnin edistämisen näkökulma on vahvasti läsnä suurimmassa osassa vastauksista, vaikka sanaa ei niissä mainittukaan.

*Kulttuuri ajankuluna* -kategoriassa oli 18 vastausta, joissa kaikissa oli yksinomaan todettu kulttuurin olevan "ajankulua", "ajanvietettä", "vaihtelua päiviin", "ajan kuluttamista" tai "palkitsevaa vapaa-ajan viettoa". Yksittäisestä sanasta koostuvan vastauksen perusteella ei toki voi vetää kovin syvällisiä johtopäätöksiä, mutta voi päätellä, että vastaajat kokivat kulttuurin positiivisena asiana, joka tarjoaa mielekästä tekemistä ja vaihtelua elämään.

Muutama vastaaja oli myös vastannut kulttuurin merkitykseen kertomalla tietystä taiteenlajista tai tietystä osallistumisen tavasta.

Konsertit, teatteriesitykset, kansalaisopiston eri piirit, käsityöt- ja taidepiirit ja näyttelyt, liikuntaan liittyvät harrastukset ja näytökset. Ei voi kaikkea muistaakaan, koska kulttuuria on joka puolella ja rajattomasti.

Osallistun paremmin vain kuuntelemalla ja katselemalla.

*Kulttuurin itseisarvo ja kulttuuri osana elämää* -kategoriassa kulttuuri nähtiin tärkeänä, "elämän suolana", "elämän ravintona" ja sen vastattiin merkitsevän esimerkiksi "kaikkea" tai "paljon". Vastauksissa kulttuuri on normaalia tai elämää täydentävää toimintaa. Vastaukset limittyvät osittain niiden vastausten kanssa, joissa kulttuuri nähtiin hengenravintona ja virkistysenä. Kulttuurin merkitystä kuvattiin samoin tavoin, mutta vastauksista korostui enemmän kulttuurin itseisarvosta, siitä, että se on olemassa oman itsensä vuoksi, eikä sitä välttämättä perustella muilla syillä.

Se on elämän suola!

Välttämätöntä osaa elämästä. Ilman kulttuuria tunnen näivettyväni henkisesti. Se antaa laajempaa näkemystä olemassaolosta ja virkistää mieltä sekä aisteja.

Se on henkireikä. Pitää mielen virkeänä.

On vaan normaalia käydä teatterissa, konserteissa... en voisi elää ilman.

Elämää täydeksi tekevää toimintaa.

Sosiaaliset syyt ja osallistuminen liittyivät siihen, että osallistuminen kulttuuriharrastuksiin lisää sosiaalisia tilaisuuksia. Se mahdollistaa ystävien ja tuttavien tapaamisen, ryhmään kuulumisen tunteen, uusien ihmisten tapaamisen ja lieventää yksinäisyyttä. Yksinäisyyteen, sosiaalisiin kontakteihin ja osallistumiseen liittyviä vastauksia oli 31.

Se merkitsee paljon. Se on avoin ovi eläkepäivien sujumiseen ja yhteyteen ystäviin ja kodin ulkopuolelle.

Ihmisten kanssa, kun muuten yksin olemista.

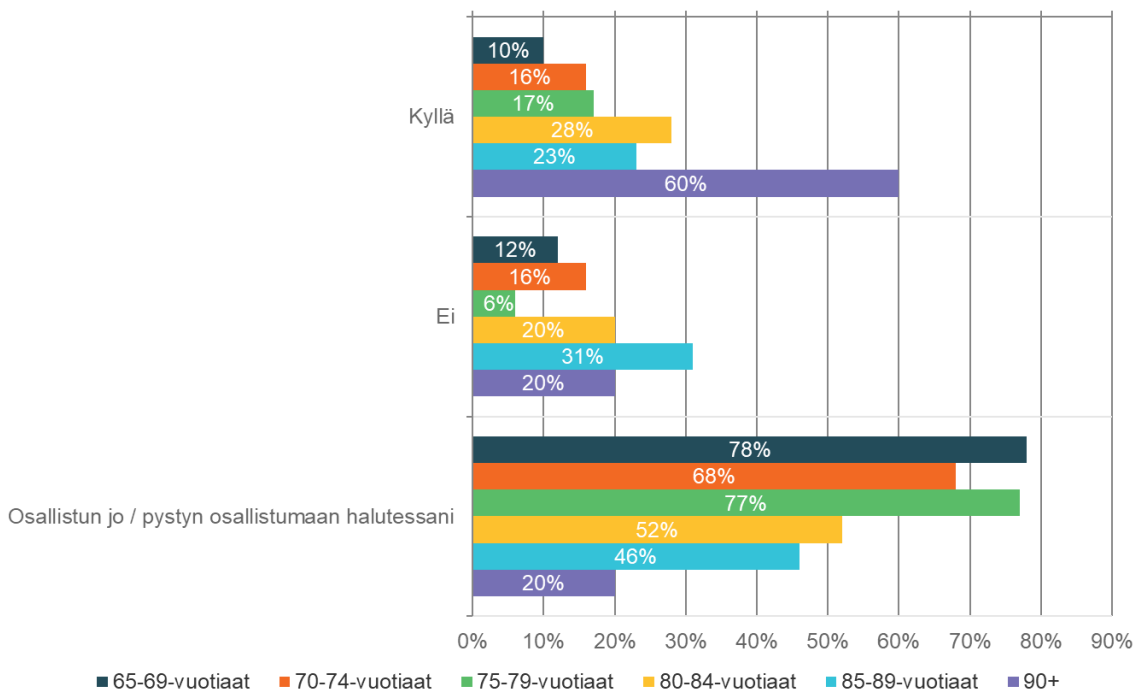
Torjuu yksinäisyyttä.

Kahdessa vastauksessa oli kerrottu, että halua osallistua olisi, mutta siihen ei ole joko taloudellista mahdollisuutta tai kyyditys ei järjesty.

#### 6.4 Osallistumisen esteet

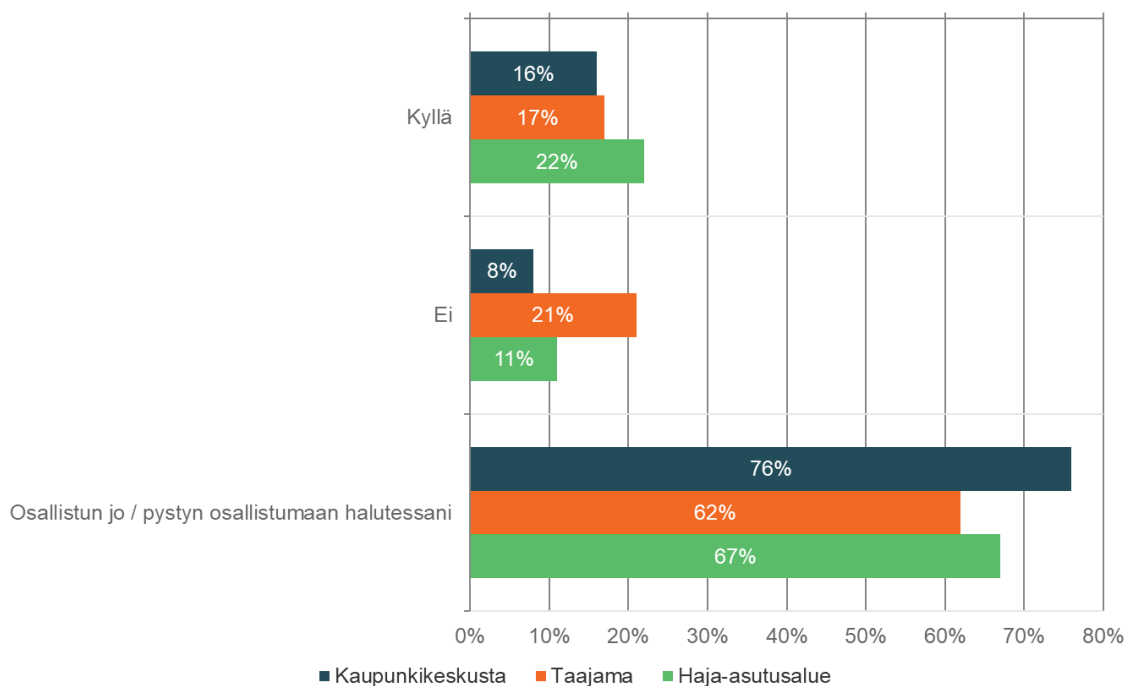
Vastaukseen ”Haluaisitko osallistua kulttuuritoimintaan, mutta et jostain syystä pysty?”, vastaajista (n=278) 68 % vastasi ”osallistun jo / pystyn osallistumaan halutessani”. 18 % vastasi ”kyllä”, eli haluaisi osallistua, mutta siihen on jokin este. 14 % vastasi ”ei”, eli ei haluaisi osallistua.

Ikäryhmittäin jaoteltuna 90-vuotiaat ja sitä vanhemmat vastasivat selkeästi useimmin ”kyllä”, ja heistä vain 20 % vastasi osallistuvansa jo tai pystyvänsä osallistumaan halutessaan. Vastausten mukaan näyttää siltä, että nuoremmat ikäluokat pystyvät osallistumaan useammin kuin vanhemmat. Jakauma on esitelty kuviossa 6.



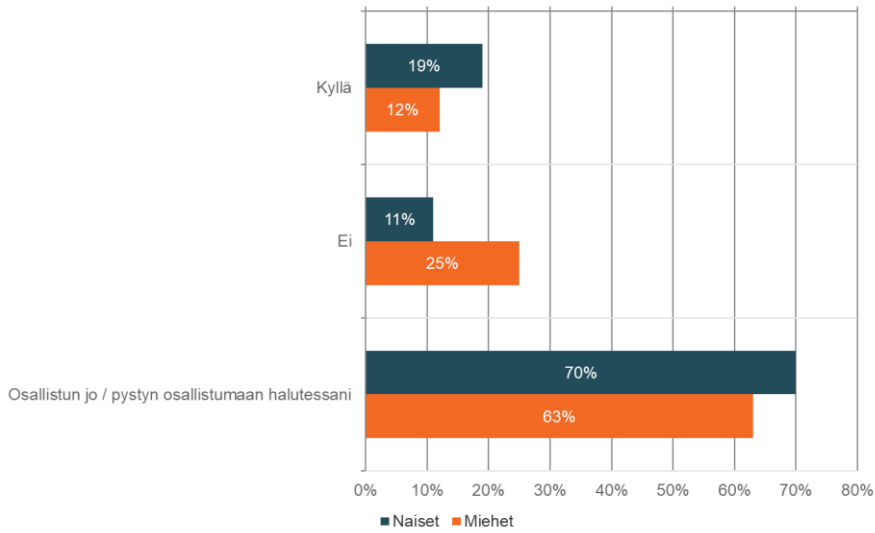
Kuvio 6. Haluaisitko osallistua kulttuuritoimintaan... ikäryhmittäin (n=278)

Kun vastauksia vertailee asuinpaikan mukaan, näin selkeitä eroja ei löydy. Eniten ”osallistun jo / pystyn osallistumaan halutessani” -vastauksia on odotetusti kaupunkikeskustassa asuvilla, 76 %, mutta taajamassa asuvillakin 62 % ja haja-asutusalueen asukeilla 67 %. Kyllä-vastauksia kuitenkin on eniten haja-asutusalueen asukkailla, 22 %, eli he kaipaavat enemmän osallistumisen mahdollisuuksia. Tulokset on esitetty kuviossa 7.



Kuvio 7. Haluaisitko osallistua kulttuuritoimintaan... asuinpaikka (n=278)

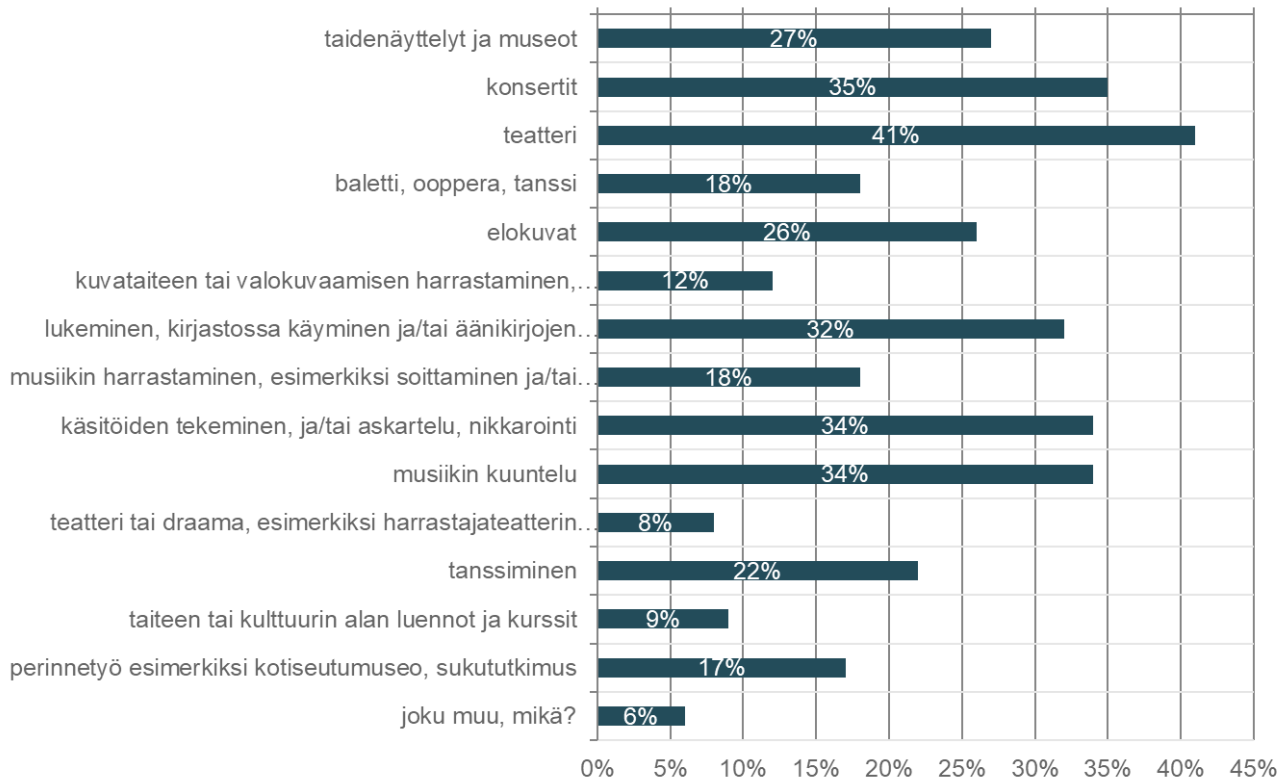
Eri sukupuolten vastauksia vertaillen niissäkään ei suuria eroja esiinny. Naiset vastaavat useammin, että osallistuvat tai pystyvät osallistumaan halutessaan, 70 %. Miehillä vastauksia on 63 %. Ero ei ole suuri. Kyllä-vastauksissa on niin ikään samansuuruinen ero, naisilla 19 % ja miehillä 12 %. Sen sijaan miehistä 25 % on vastannut, että he eivät haluaisi osallistua kulttuuritoimintaan. Naisista näin on vastannut 11 %. Miesten keskuudessa siis voi tulkita olevan jonkin verran vähemmän kiinnostusta osallistumiseen. Vastausten jakautuminen on nähtävissä kuviossa 8.



Kuvio 8. Haluaisitko osallistua kulttuuritoimintaan... sukupuoli (n=278)

Vastaajilta kysyttiin, mihin sellaiseen kulttuurisisältöön he haluaisivat osallistua, mutta se ei ole tällä hetkellä mahdollista. Vaihtoehdot olivat samat kuin aiemmassa kysymyksessä kulttuuriharrastuksista. Kysymykseen vastasi 190 vastaajaa. Vastausten jakautuminen on nähtävissä alla olevassa kuviossa 9.

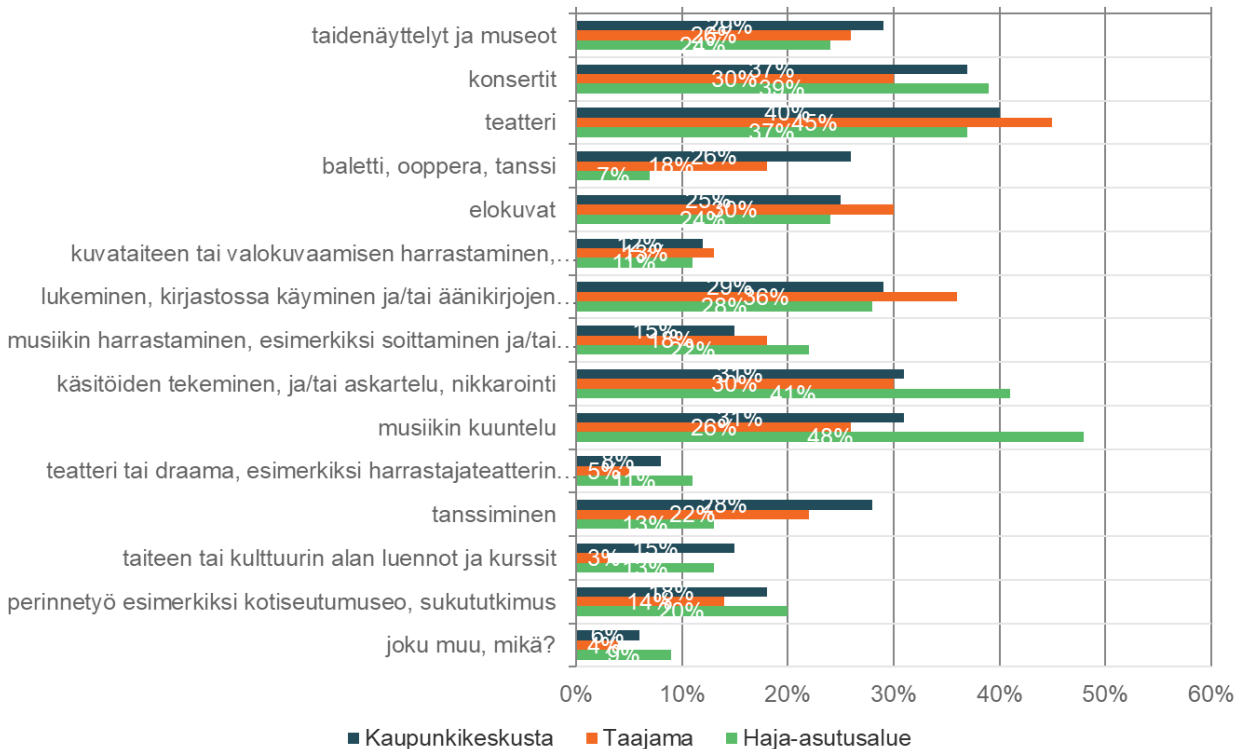




Kuvio 9. Mihin seuraavista kulttuurisäällöistä haluaisit osallistua, mutta et jostain syystä pysty (n=190)

Suosituin sisältö oli teatteri, jonka valitsi 41 % vastaajista. Suosittuja olivat myös konsertit, käsityöt ja musiikin kuuntelu, jotka valitsi yli 30 % vastaajista. Myös taidenäyttelyt ja museot, elokuvat ja tanssiminen oli valittu usein: yli 20 % vastaajista on kiinnostunut niistä. Kysymykseen oli lisäksi 11 "joku muu, mikä?" -vastausta, joissa oli osittain samoja vastauksia, kuin valmiissa vaihtoehtoissa. Yksi vastaus oli "Kaikkeen pystyy, kun vain tahtoo". Huomionarvoinen on vastaus "Mitä tahansa, missä voi kohdata ihmisiä".

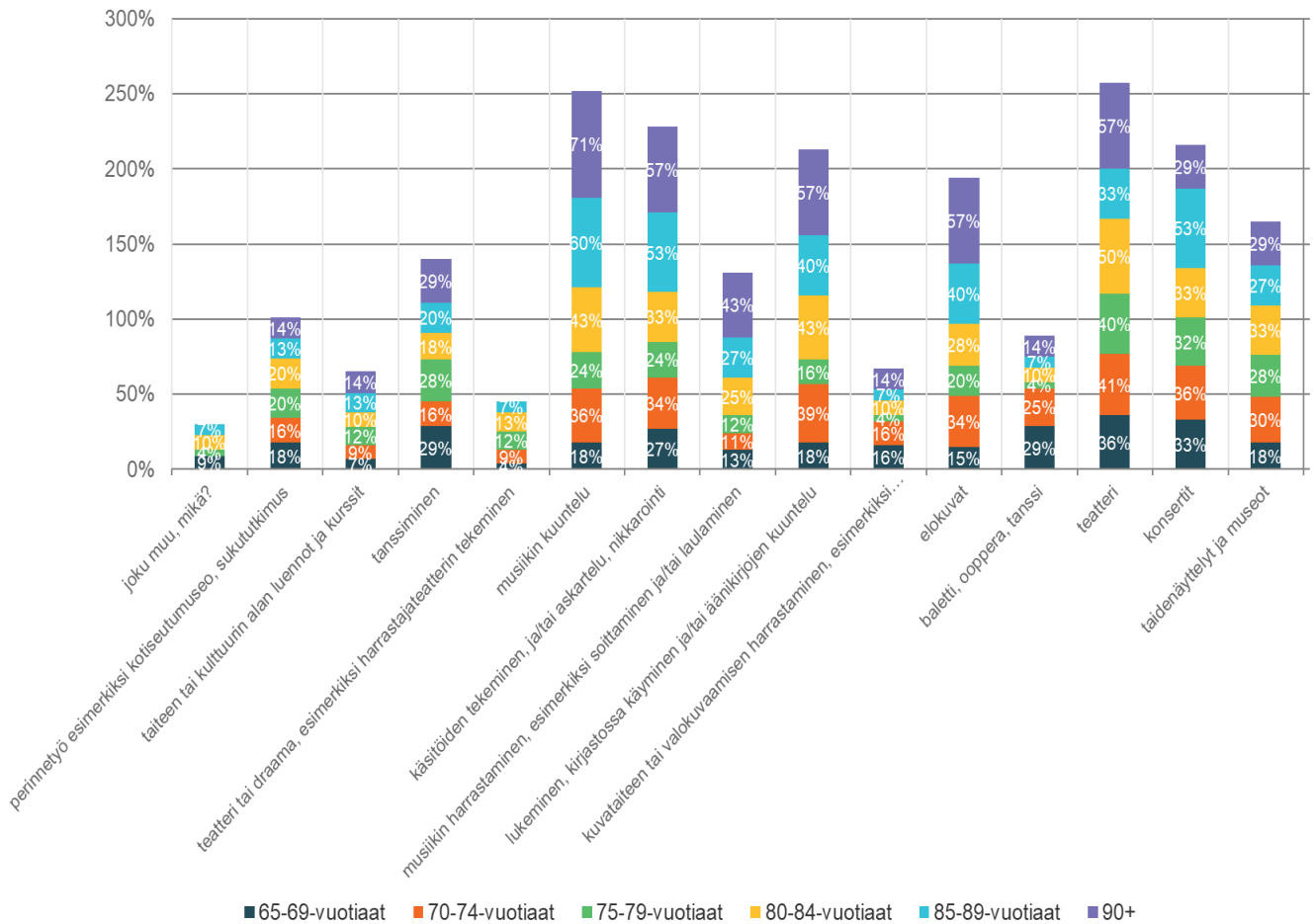
Vertaillessa eri asuinpaikoissa asuvien vastauksia keskenään, joitain eroja löytyy. Haja-asutusalueella vastattiin useimmiten musiikin kuuntelu (48 %), käsityöt (41 %), konsertit (39 %) ja teatteri (39 %). Taajamassa vastattiin useimmin teatteri (45 %), lukeminen ja/tai kirjastossa käyminen (36 %), konsertit (30 %) ja käsityöt (30 %). Kaupunkikeskustan alueella toivottiin eniten teatteria (40 %), konsetteja (37 %), käsityöitä (31 %) ja musiikin kuuntelua (31 %). Vastausten jakautuminen on nähtävillä kuviossa 10.



Kuvio 10. Mihin seuraavista kulttuurisisällöistä haluaisit osallistua? Asuinpaikka (n=190)

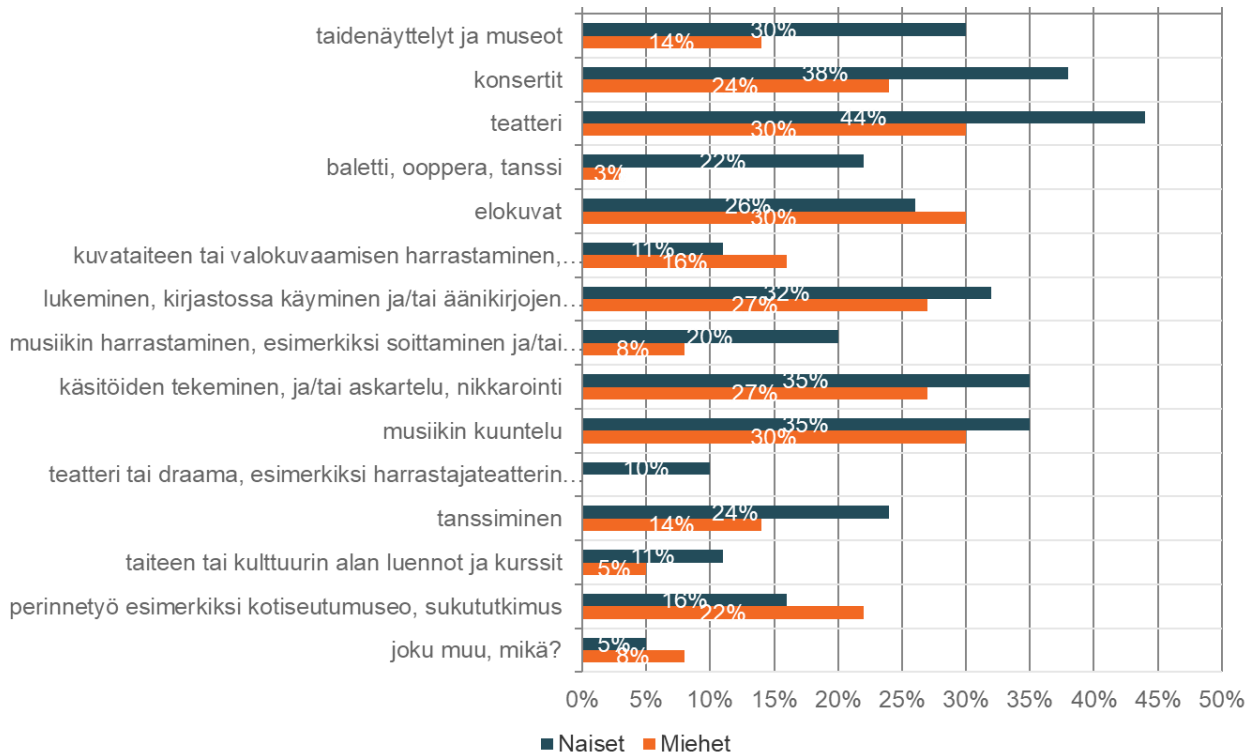
Vastausten jakautuminen ikäryhmittäin näkyy kuviossa 11. 90-vuotiaiden ja sitä vanhempien ikäryhmän vastauksissa korostuvat musiikin kuuntelu, teatteri, elokuvat, lukeminen ja käsityöt. Kaikki ovat teatteria lukuun ottamatta harrastuksia, joita voi harrastaa itsenäisesti, eivätkä ne vaadi ohjausta tai välttämättä edes poistumista kotoa. On ymmärrettävää, että iäkkäimpiä kiinnostavat tällaiset kulttuuriharrastukset.

Nuorempien ikäluokassa toiveet jakautuvat melko tasaisesti. 85-89-vuotiaiden ikäluokassa toivotaan niin ikään eniten musiikin kuuntelua, käsitöitä, konsertteja ja elokuvia sekä lukemista, vaikka muuten jakauma on tasaisempi. Nuoremmat ikäluokat näyttävät olevan enemmän kiinnostuneita taidelaitoksista ja kulttuuripalveluista, kuten taidenäyttelyistä ja museoista ja konserteista, myös teatterista. Vanhempia ikäryhmiä baletti, ooppera ja tanssi eivät kiinnosta niin paljon, mutta 65-69-vuotiaista 29 % oli niistä kiinnostuneita. Nuoremmat ikäryhmät vastasivat vanhempiin ikäryhmiin verrattuna enemmän mahdollisuuksia lukea tai käydä kirjastossa, harrastaa musiikkia, kuunnella musiikkia ja tehdä käsitöitä. Voisi päätellä, että heillä niihin on oman toimintakykynsä puitteissa paremmin mahdollisuuksia.



Kuvio 11. Mihin seuraavista kulttuurisisällöistä haluaisit osallistua? Ikäryhmät. (n=190)

Eri sukupuolten vastauksia vertaillen naiset ovat selkeästi useammin kiinnostuneita taidelaitoksista: teatterissa haluaisi vieraila 44 % vastaajista, konserteissa 38 % ja taidenäyttelyissä ja museoissa 30 %. 35 % haluaisi myös mahdollisuuksia tehdä käsitöitä ja kuunnella musiikkia. Miehet ovat vastanneet useimmin haluavansa katsoa elokuvia (30 %), kuunnella musiikkia (30 %), käydä teatterissa (30 %) ja naisten tavoin tehdä käsitöitä sekä lukea (35 %). Miesten vastaukset jakaantuvat tasaisemmin, kuin naisilla. Vastaukset ovat nähtävissä alla olevassa kuviossa 12.



Kuvio 12. Mihin seuraavista kulttuurisäällöistä haluaisit osallistua? Sukupuolet. (n=190)

Vastaajilta (n=160) kysyttiin ”Jos et pysty osallistumaan kulttuuritoimintaan, mistä se johtuu?”. Vastausten jakautuminen näkyy alla olevassa kuviossa 16. Yleisimmät vastaukset olivat ”en pääse liikkumaan paikalle tapahtumiin” (31 %) ja ”ei ole sopivaa seuraa” (26 %). 18 prosenttia vastasi, ettei löydä mieleistä toimintaa, 17 % että ei ole varaa, 14 % vastasi olevansa liian kiireinen ja 12 % koki, että osallistuminen jännittää liikaa. Vastaukset näkyvät taulukossa 4.

Taulukko 4. Jos et pysty osallistumaan kulttuuritoimintaan, mistä se johtuu? (n=160)

	n	Prosentti
Ei ole varaa	27	16,88%
En pääse liikkumaan paikalle tapahtumiin	49	30,63%
En löydä mieleistä toimintaa	29	18,13%
En uskalla, osallistuminen jännittää	18	11,25%
Ei ole sopivaa seuraa	35	21,88%
En ehdi, olen liian kiireinen	23	14,37%
Joku muu, mikä?	30	18,75%

Lisäksi ”Joku muu, mikä?” -vastauksia oli 30 kappaletta. Niissä oli haluttu kertoa omasta syystä tarkemmin, ja vastaukset olivat pitkälti samoja kuin annetuissa monivalintavastauksissa. Taloudellisesta syystä tai maantieteellisten sijaintien haasteista tai kulkuvälineen puutteesta kerrottiin:

Välillä rahan puute, on mietittävä onko varaa.

Ei ole tanssipiikaa, eikä paria. Teatterissa käyntiä voisi harrastaa loputtomasti, mutta liput ovat eläkeläisleskelle kalliita usein käytynä.

Pitkä matka liitoskunnasta, tapahtumat ovat iltaisin, ja omalla kustannuksella ajettava

Paikallisliikennettä ei ole sunnuntaisin ja iltaisin

Sosiaalisista syistä kerrottiin myös. Seura ei ole halutunlaista, tai sitä ei ole. Kulttuuritoimintaa ei tunneta omaksi jutuksi, eikä siitä syystä ei haluta osallistua.

En saa miestäni mukaan se harmittaa!

Vastenmielistä seuraa

Koen ympäristö(n) vieraaksi

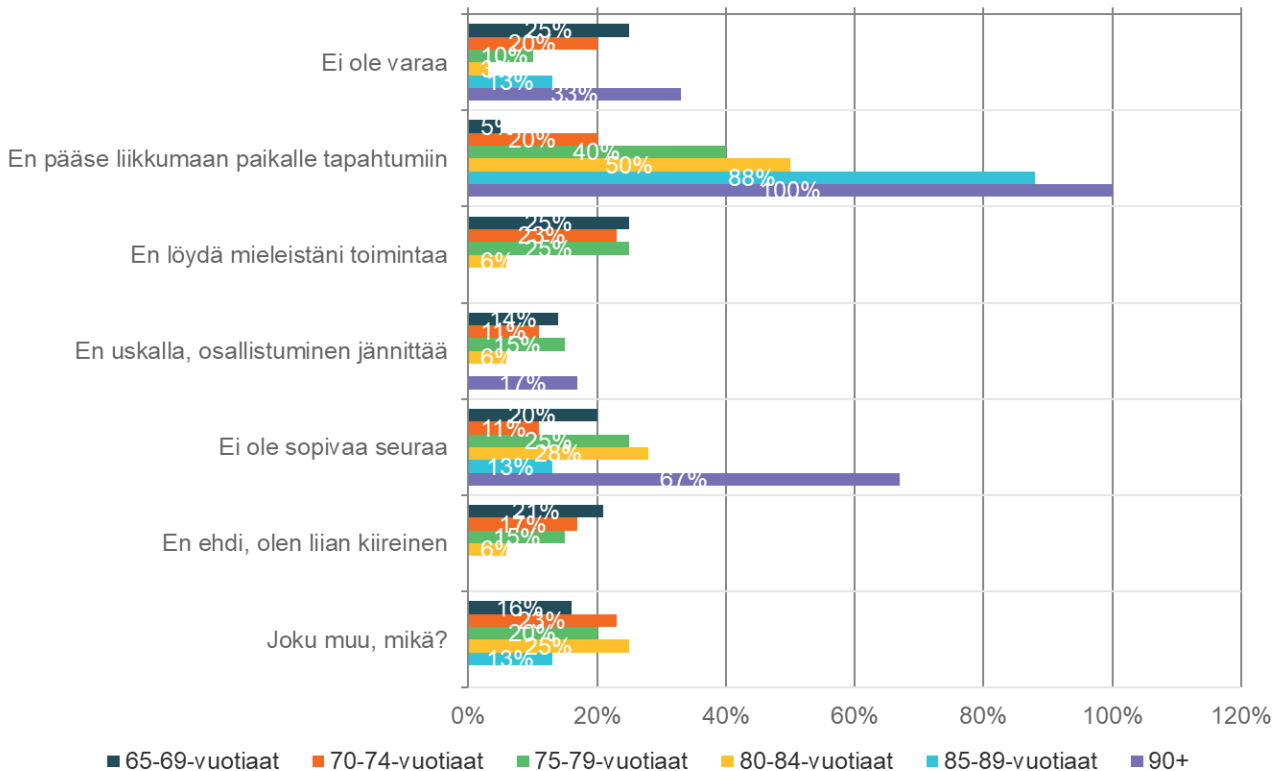
Omaishoitajuus mainittiin kolmessa vastauksessa. Syynä se voi liittyä varsinkin ajanpuutteeseen, koska hoidettavaa omaista ei ole mahdollista jättää yksin. Ylipäänsä ajan puute mainittiin myös usein, mutta toisesta näkökulmasta: tehtävää on jo yllin kyllin, eikä kulttuuriharrastus enää kiinnosta.

Monessa mukana, enempää ei mahdu kalenteriin

Olen ollut omaishoitajana monta vuotta.

Myös terveys, vanhuus ja ikä mainittiin. Oma toimintakyky on niin heikentynyt, ettei enää jakseta lähteä. Ikäryhmittäin tarkasteluna vastauksissa olikin selviä eroja eri ryhmien välillä.

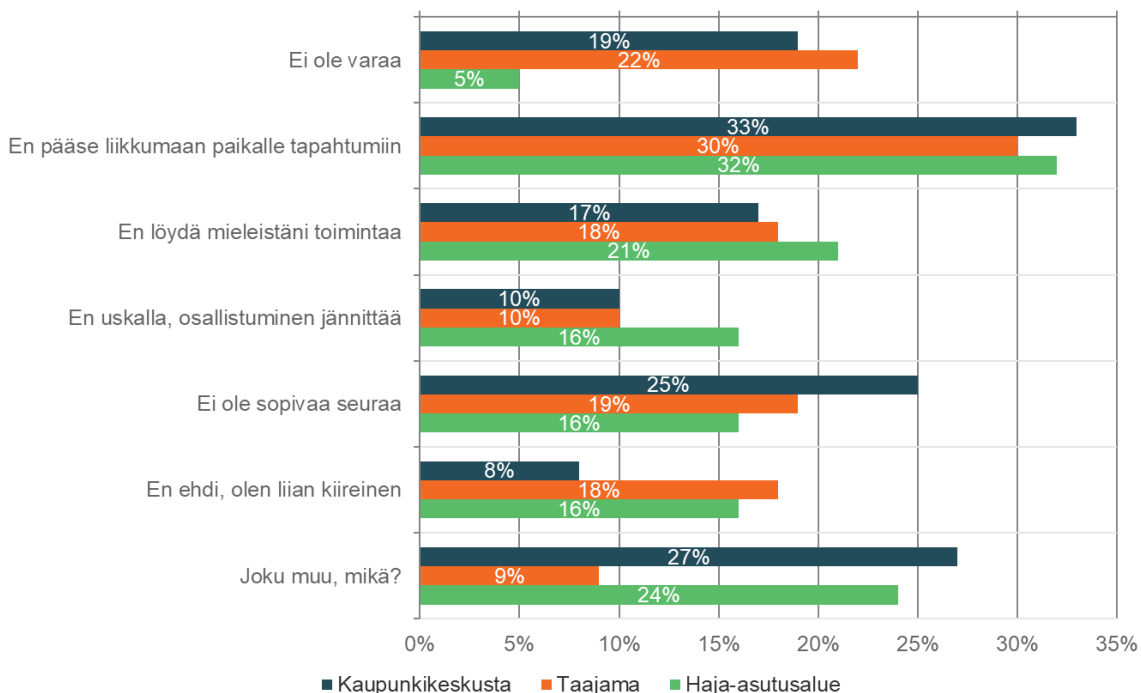
Kaikki (n=6) 90-vuotiaista tai sitä vanhempaa vastasivat, että eivät pääse liikkumaan paikalle tapahtumiin. Näin vastasi myös 85-89-vuotiaista 88 %. 90-vuotiaista lisäksi 67 % vastasi, että sopivaa seuraa ei ole. 33 % heistä vastasi, että ei ole varaa. 85-89-vuotiaista 13 % vastasi, ettei ole varaa osallistua, ja samoin 13 % oli sitä mieltä, ettei löydä sopivaa seuraa.



Kuvio 13. Jos et pysty osallistumaan kulttuuritoimintaan, mistä se johtuu? Ikäryhmät. (n=160)

75-79-vuotiailla ja 80-84-vuotiailla merkittävin syy on, että ei päästä liikkumaan paikalle tapahtumiin. Myös sopivan seuran puute on heillä merkittävä syy: 25 % 75-79-vuotiaista ja 80-84-vuotiaista 28 % ilmoitti sen syyksi. 75-79-vuotiat kokivat lisäksi, etteivät löydä mieleistä toimintaa (25 %). Tässä ryhmässä oli myös eniten ”en uskalla, osallistuminen jännittää” -vastauksia, 15 %. 65-69-vuotiaiden ja 70-74-vuotiaiden vastaajien ryhmissä vastauksen jakautuvat tasaisemmin ja merkittävimiksi syiksi nousevat taloudelliset syyt ja mieleisen toiminnan puute. Lisäksi 65-69-vuotiailla merkittäviä syitä ovat sopivan seuran puute ja myös ajanpuute. Sen sijaan 70-79-vuotiailla ”en pääse liikkumaan paikalle tapahtumiin” on merkittävä syy. 65-69-vuotiaista niin vastasi vain 5 %. Vastausten jakautuminen on esitetty kuviossa 13.

Asuinpaikka ei vastausten perusteella kuitenkin näy vaikuttavan mahdollisuuksiin päästä liikkumaan paikalle tapahtumiin. Niin kaupunkikeskustassa, taajamassa kuin haja-asutusalueellakin noin kolmasosa vastaajista ilmoitti sen osallistumisen esteeksi. Se oli kaikissa näissä ryhmissä merkittävin syy. Kaupunkikeskustassa asuville toiseksi eniten vastattiin ”ei ole sopivaa seuraa”, mikä taas ei taajamassa ja haja-asutusalueella asuville noussut esiin niin usein. Suurin ero liittyy taloudellisiin syihin: kaupunkikeskustassa ja taajamassa ”ei ole varaa” oli molemmissa ryhmissä merkittävä syy, kun taas haja-asutusalueella niin vastasi vain 5 %. Vastausten jakauma näkyy tarkemmin kuviossa 14.

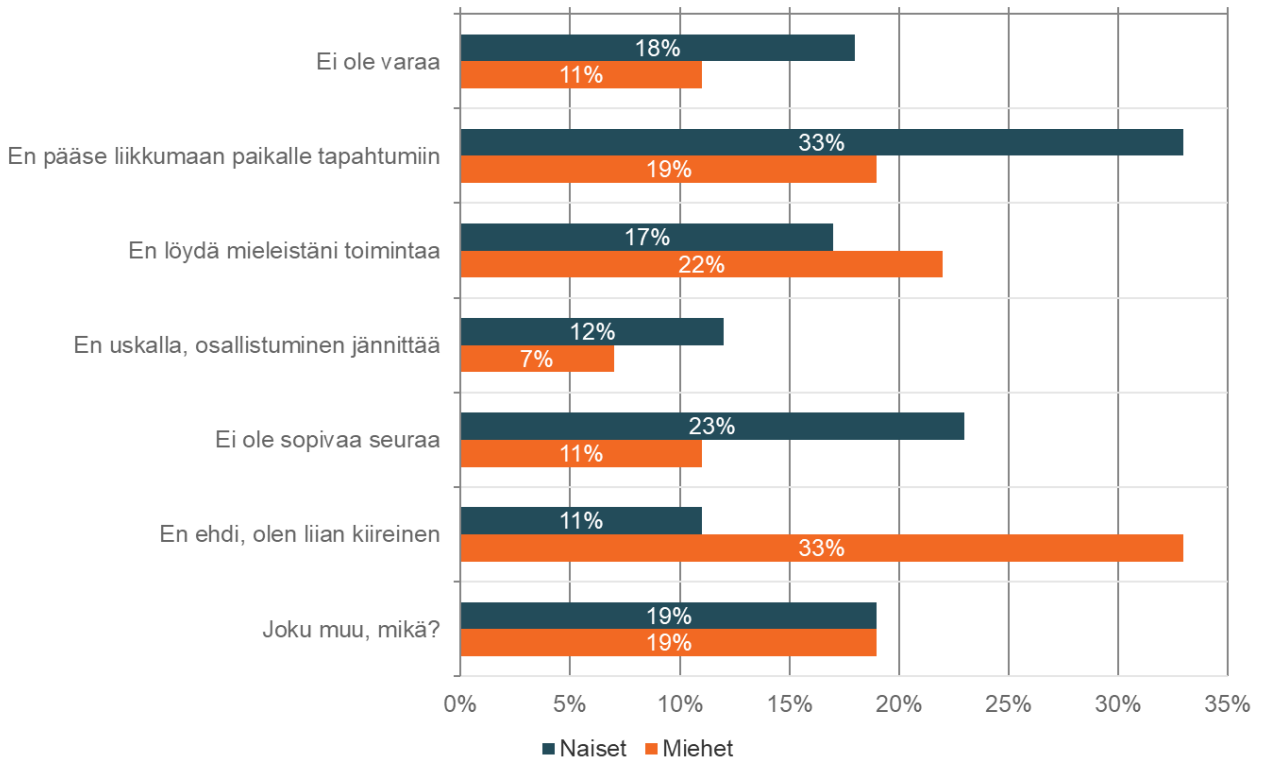


Kuvio 14. Jos et pysty osallistumaan kulttuuritoimintaan, mistä se johtuu? Asuinpaikka. (n=160)

Kaikissa vastaajaryhmissä vaikeus päästä liikkumaan paikalle tapahtumiin näyttää merkittävältä syytä osallistumisen esteelle. Ikäryhmiä vertaillessa se myös korostuu mitä vanhempia ikäryhmiä tarkastellaan.

Kuviossa 15 on vertailtu eri sukupuolten vastauksia. Naiset ilmoittivat osallistumisen esteeksi useimmin liikkumisen esteet, sopivan seurauksen puutteen, taloudelliset syyt ja uskaltamisen puutteen ja jännittämisen. Miehillä useimmin valittu vastaus taas oli ”en ehdi, olen liian kiireinen”, ja toisena mieleisen toiminnan puute. Suhteessa harvempi mies vastasi, että

liikkumin tapahtumaan olisi este osallistumiselle. Tuloksista on pääteltävissä, että miehillä tuntuu olevan toimintaan vähemmän kiinnostusta kuin naisilla.



Kuvio 15. Jos et pääse osallistumaan kulttuuritoimintaan, mistä se johtuu? Sukupuoli. (n=160)

Vastaajilta kysyttiin avoimella kysymyksellä, millaista iäkkäille suunnattua kulttuuritoimintaa he toivoisivat. Avoimia vastauksia annettiin 64. 14 vastaajaa oli sitä mieltä, että sisältöjä on jo tarjolla tarpeeksi.

Nykyisin on niin paljon tietoa kaikista tilaisuuksista, että on itsestä kiinni, jos ei löydä sopivaa kohdetta harrastuksilleen

Ei ole mitään toivomuksia. Paikkakunnallani on niin paljon toimintaa, että en millään ehdi, pysty tai halua osallistua kaikkeen

Kulttuuripalveluja on Seinäjoella aika hyvin. Toivottavasti ne saadaan pidettyä ja hinnat kohtuullisena.



Kaiken kaikkiaan vastauksista erottui kuitenkin toive nimenomaan jollain tavalla ikääntyneille suunnitelluista sisällöistä. Toiminnan saavutettavuus ja sen vieminen sinne, missä asiakkaatkin ovat, mainittiin usein. Samoin maksuttomuus tai alhaiset hinnat nostettiin esiin johonkin. Sisällön tasolla toivottiin tiettyä kulttuurin lajia tai tietyn aikakauden kulttuuri- ja taide-elämyksiä. Järjestetyt retket kulttuurikohteisiin muualle mainittiin useassa vastauksessa.

Teatteria erit. ikäihmisille. 60-luvun mus. kons.

Esim. ikäihmisten näytelmiä, joko heidän tekemiään/näyttelemiään tai kirjoittamiaan, kirjoituskurssien järjestämistä ikäihmisille, eläkeläisten taideleirejä, kulttuuriystävien, hankkimista huonosti liikkuville tai kulttuuria harrastamattomille, hyviä oopperaesityksiä tai ikäihmisten sponsoroimista Tampereen tai Helsingin oopperaan tai operettiesityksiin.

Tavallisen ihmisen näköistä ja esim. musiikkitapahtumat vanhanaikaisia lauluja ei biisejä.

Konsertteja esim. Rytmikorjaamolla ja musiikkina tietysti hiukka vanhemmille sopivampaa kuin nykyään

Porukalla teatteriin ja konsertteihin lähiseudulle ja kauemmaksikin päivämatkalle

Tapahtumapaikat, ajat ja kuljetuksen mahdollisuudet nousivat toiveissa esiin. Toiminnalla nähtiin sosiaalisia ulottuvuuksia: se, että pääsee välillä pois kotoa, muiden ihmisten pariin. Toivottiin, että toimintaa vietäisiin sinne, missä osallistujat ovat, eli mahdollisimman lyhyen matkan päähän. Saavutettavuudesta puhuttiin myös käytännön tasolla, esimerkiksi vaikeakulkuisista rakennuksista. Taloudelliset tekijät mainittiin useissa vastauksissa. Toivottiin, että vähävaraisten eläkeläisten tilanne huomioitaisiin osallistumismaksuissa ja mahdollistettaisiin maksuttomiin tilaisuuksiin osallistuminen.

Kerhotoimintaa pienissä ryhmissä ja mahdollisimman lyhyen matkan päässä esim. taloyhteisössä, jossa on kerhohuoneisto käytävissä. Tällä tarkoitan sitä, että huonosti liikkuvat henkilöt pääsisivät pois hetkeksi kodistaan muiden joukkoon keskustelemaan

Enemmän tarjontaa haja-asutusalueille. Ryhmäkoot voisivat täällä olla huomattavasti pienemmät. Haluaisin harrastaa kalligrafiaa, mutta matkat estävät.

Nyt voi mennä, minne haluaa. Myöhemmin, jos liikkuminen hankaloituu, on vaikeampi löytää mahdollisuuksia

Kyllä sitä olisi nytkin monenmoista mutta kulkemiseni on vaikeaa terveyden takia. Ja vielä suurempi syy on pienet rahavarani. Ei ole rahaa takseihin ja julkisillakaan en pysty kulkemaan, koska en jaksa pitkästi kävellä. Aina on vaivattava lähimmäisiä kuljettamaan pakollisiin lähtöihin. Siksi ei enää ylimääräisiin kuskauksiin kehtaa pyytää. Mutta toki varattomuus suurin este. Nytkin useasti olin halunnut elokuviin, kun mielenkiintoisia esityksiä menossa, vaan ei niiden rappusten takia voi mennä

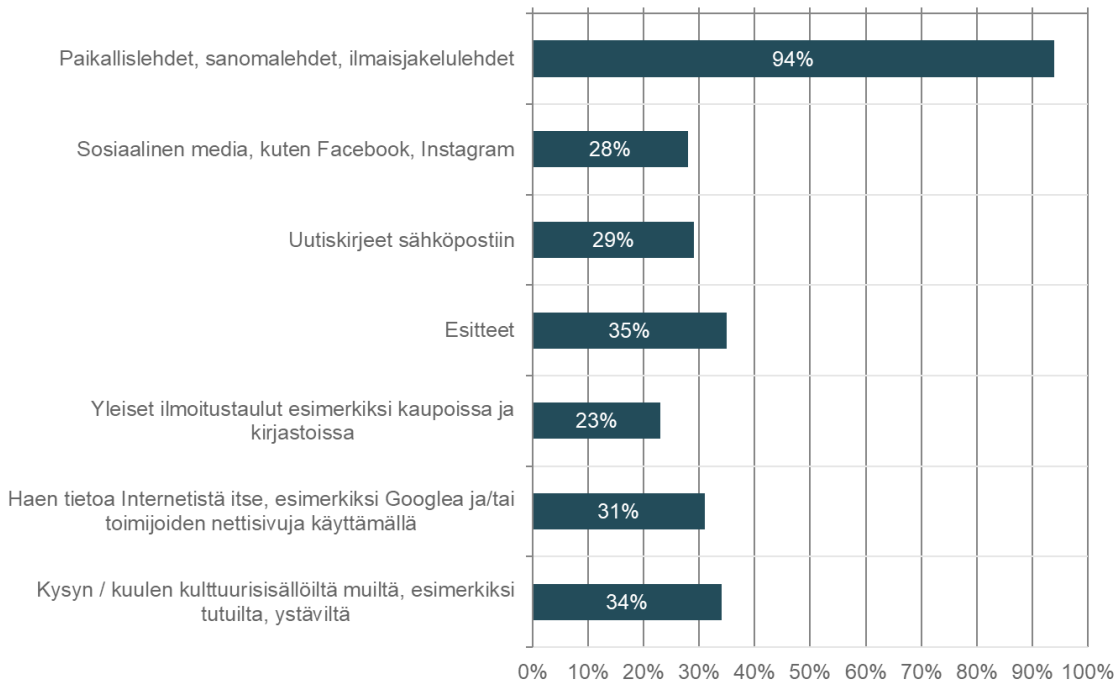
Toisaalta oli myös muutama vastaaja, jotka kokivat vieraaksi nimenomaan ikääntyneille suunnatun toiminnan. Vastauksissa vierastettiin ikääntyneiden ajattelemista yhtenä ryhmänä.

Vierastan termiä "iäkkäille suunnattu". Mielestäni iäkkäät voivat osallistua samoihin tapahtumiin kuin muutkin, ja tarjontaa on riittävästi, joskin klassista musiikkia (myös kuoro-, urkumusiikki) kuuntelisin mielelläni useamminkin

"Normaaleille" eläkeläisille käy samat kulttuuripalvelut kuin yleensä aikuisille ihmisille. Ei ainakaan sellaisia kerhoja, joissa vanhoille puhutaan kuin vähä-älyisille. Jotakin iloisempaa, järkevämpää meininkiä kuin saarnoja, päiväkoilaisten leikkiä. Eivät kaikki iäkkäät ole samanlaisia (tasoisia), pitää miettiä KOHDERYHMÄ ennen suunnitelmia. Vaikkapa konsertteja; nuoruusajan musiikkia sota-ajan lauluja, eri vuosikymmenien viihdemusiikkia.

Sellaista, joissa ei ole pelkkiä eläkemummoja ja -vaareja

Vastaajilta kysyttiin palveluiden viestinnästä kysymyksellä "Mistä löydät parhaiten tietoa kulttuuritoiminnasta?". Kysymyksessä oli monivalintavaihtoehdot. Ylivoimaisesti useimmin tietoa saatiin paikallislehdistä, sanomalehdistä ja ilmaisjakelulehdistä (94 %). Muista viestintäkanavista, eli esitteistä, tutuilta ja ystäviltä, internetistä, uutiskirjeistä, sosiaalisesta mediasta ja yleisistä ilmoitustauluista saatiin tietoa melko tasaisesti, kuten kuvioista 17 näkee.



Kuvio 16. Mistä löydät parhaiten tietoa kulttuuritoiminnasta? (n= 279)

## 6.5 Kokemukset kulttuurin hyvinvointivaikutuksista

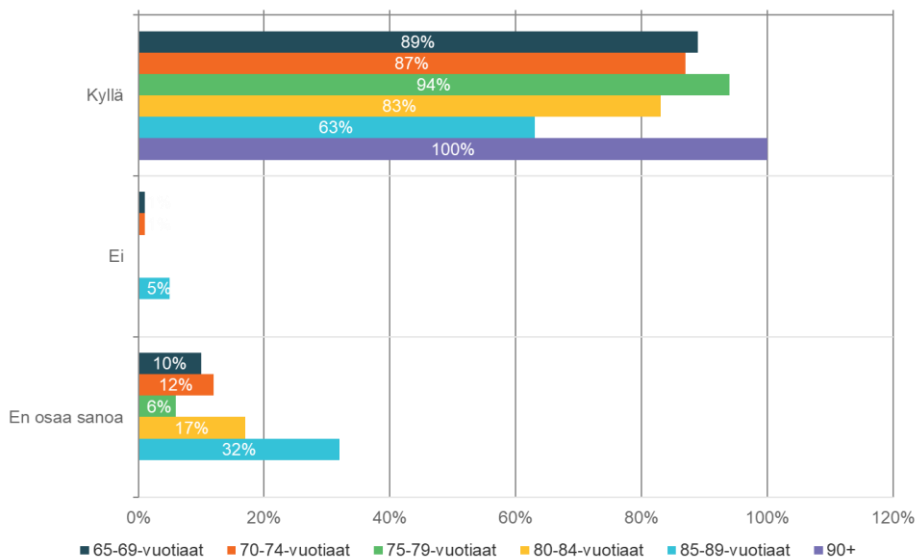
Vastaajilta kysyttiin, kokevatko he kulttuurin parantavan hyvinvointiaan. Vastanneista (n=293) 86 % vastasi ”kyllä”. ”En osaa sanoa” -vastauksia oli 13 % ja ”ei”-vastauksia vain 1 %.

Miesten ja naisten vastausten välillä ei juuri ollut eroa: naisista 88 % vastasi ”kyllä” ja miehistä 83 %. Miehillä ”ei”-vastauksia oli prosentuaalisesti hieman enemmän, vajaa 2 %, ja naisilla alle 1 %. Miehistä 15 % vastasi ”en osaa sanoa”, naisista 12 %. Sukupuoli ei siis vaikuta kysymykseen vastaamiseen.

Asuinpaikalla ei myöskään ollut suurta vaikutusta vastauksiin. Kaupunkikeskustassa asuvista 93 % vastasi ”kyllä”, taajamassa 79 % ja haja-asutusalueella 89 %. Taajamassa ja haja-asutusalueella vastattiin useammin ”en osaa sanoa”, kuin kaupunkikeskustassa. Taajamassa

”ei”-vastauksia oli enemmän kuin muissa ryhmissä, mutta erot eivät ole suuria, koska näitä vastauksia oli ylipäätään niin vähän.

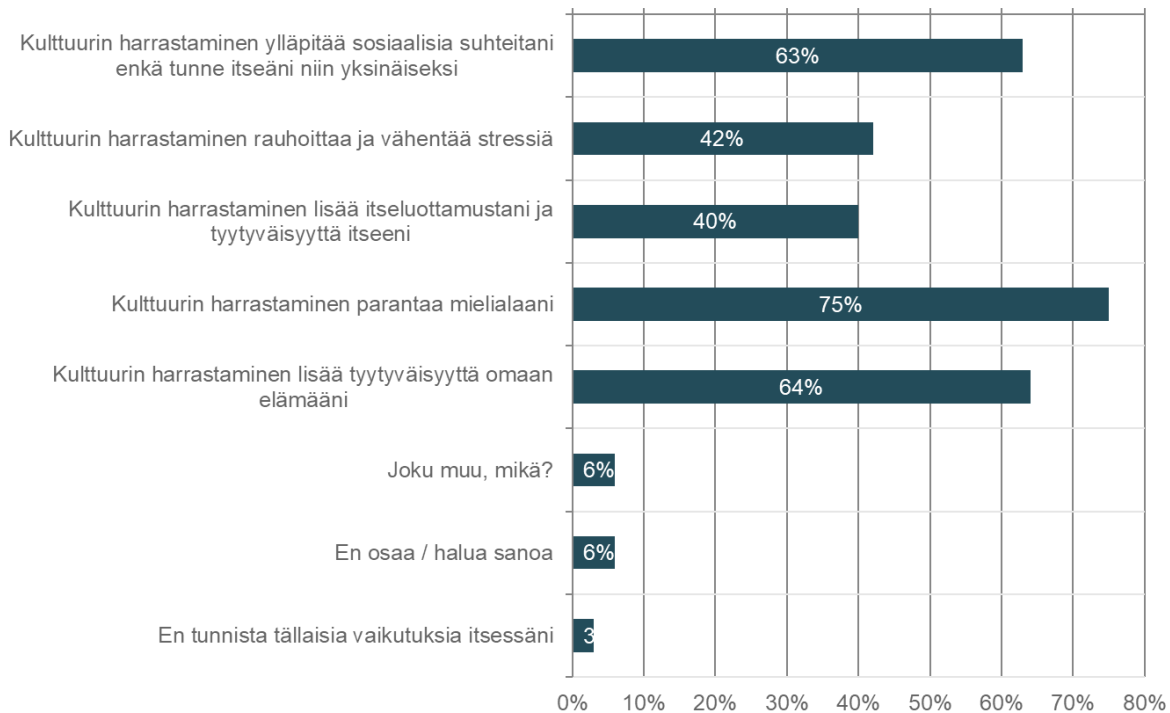
Ikäryhmien välillä eroja sen sijaan on. 90-vuotiaista ja sitä vanhemmista kaikki olivat sitä mieltä, että he kokevat kulttuurin parantavan hyvinvointiaan. Myös muilla ryhmillä ”kyllä”-vastauksia on selkeä enemmistö, paitsi 85-89-vuotiaiden ryhmässä, jossa niitä on 63 %. Heidän ryhmässään on vastattu ”en osaa sanoa” kaikista useimmin: 32 %. Tarkempi jakauma on nähtävissä kuviossa 17.



Kuvio 17. Koetko, että kulttuurin harrastaminen parantaa hyvinvointiasi? Ikäryhmät. (n=293)

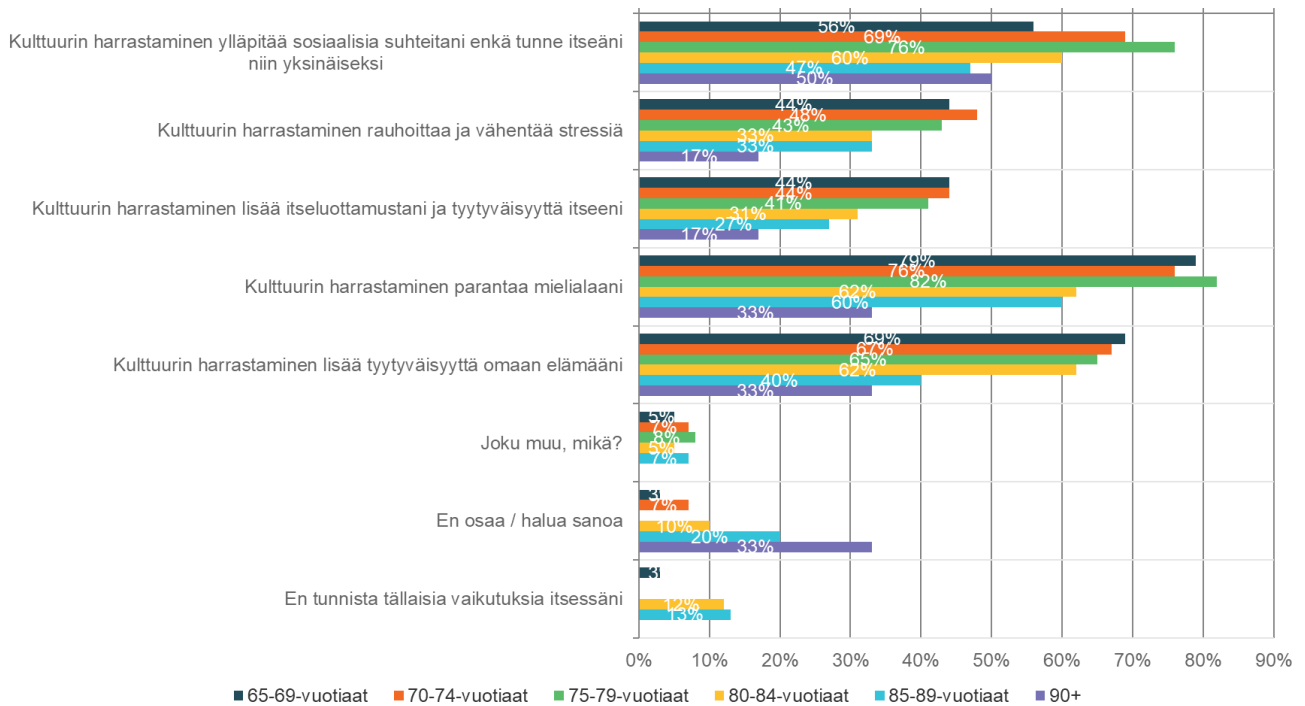
Vastaajia pyydettiin nimeämään kulttuurin hyvinvointivaikutuksia, joita he itsessään tunnistavat. Vaihtoehdot perustuivat tieteellisesti todennettuihin ja tunnustettuihin kulttuurin hyvinvointivaikutuksiin. Vaihtoehdot esitettiin väittäminä. Yleisimmät tunnistettu hyvinvointivaikutus oli mielialan paraneminen kulttuuriharrastuksen vaikutuksesta (75 %), omaa elämää kohtaan koetun tyytyväisyyden lisääntyminen (64 %) ja kulttuurin vaikutukset sosiaalisten suhteiden ylläpitoon ja yksinäisyyden tunteen vähenemiseen (63 %). Noin 40 % valitsi väittämät ”kulttuurin harrastaminen rauhoittaa ja vähentää stressiä” ja ”kulttuurin harrastaminen lisää itseluottamustani ja tyytyväisyyttä itseeni”. 6 % vastaajista ei osannut tai

halunnut sanoa vaikutuksista, ja 3 % ei tunnistanut tällaisia vaikutuksia itsessään. 6 % antoi vapaassa vastauksessa tarkemman syyn. Vastausten jakautuminen näkyy kuviossa 18.



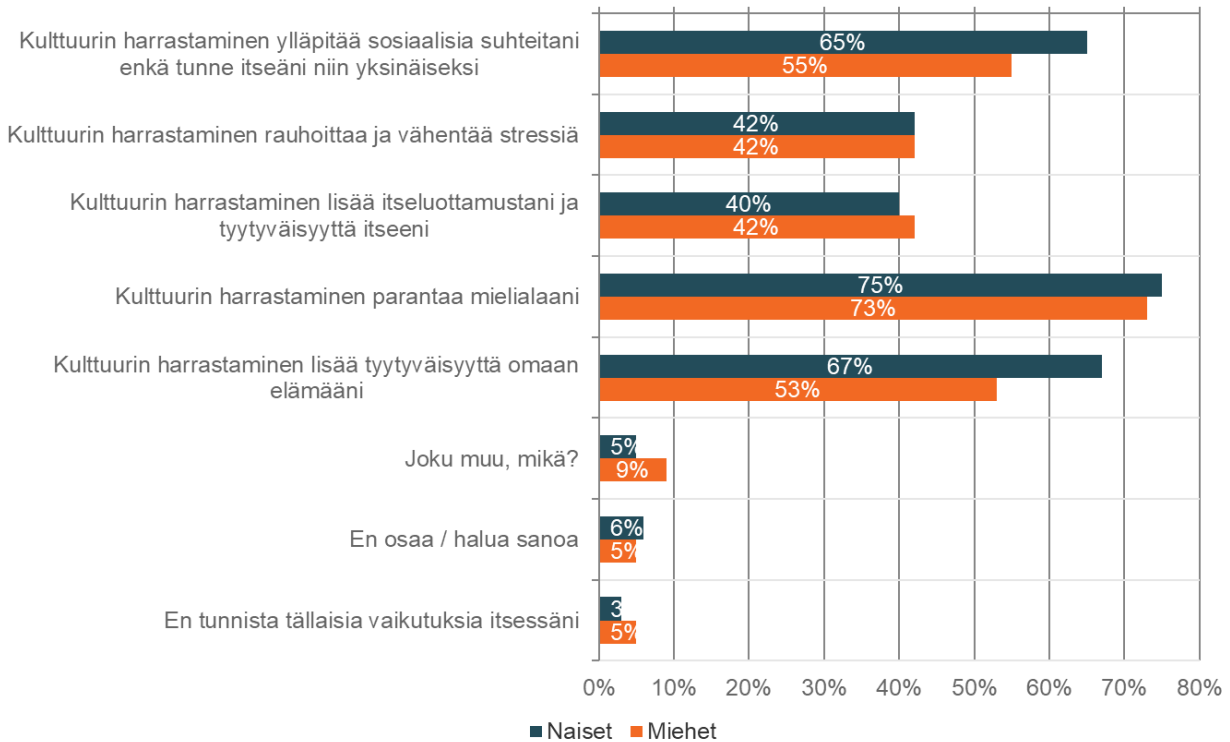
Kuvio 18. Tunnistatko itsessäsi jotain seuraavista vaikutuksista, kun harrastat kulttuuria? (n=289)

Ikäryhmien vastauksia vertaillen voi nostaa esille, että 80-84- ja 85-89-vuotiaiden ryhmässä vastattiin useimmin, että kulttuurin hyvinvointivaikutuksia ei tunnisteta itsessä. 90-vuotiaat ja sitä vanhemmat taas vastasivat useimmin "en osaa / halua sanoa", mutta ei-vastauksia heillä ei ollut. Voi ehkä kuitenkin sanoa, että puute tunnistaa tai halu jättää nimeämättä kulttuurin hyvinvointivaikutuksia, mahdollisesti myös epätietoisuus siitä, mitä kysymyksellä on tarkoitettu, on ollut yleisempää vanhemmilla vastaajilla. Vastausten tarkempi jakautuminen näkyy kuviosta 19.



Kuvio 19. Tunnistatko itsessäsi jotain seuraavista vaikutuksista, kun harrastat kulttuuria? Ikäryhmät. (n=289)

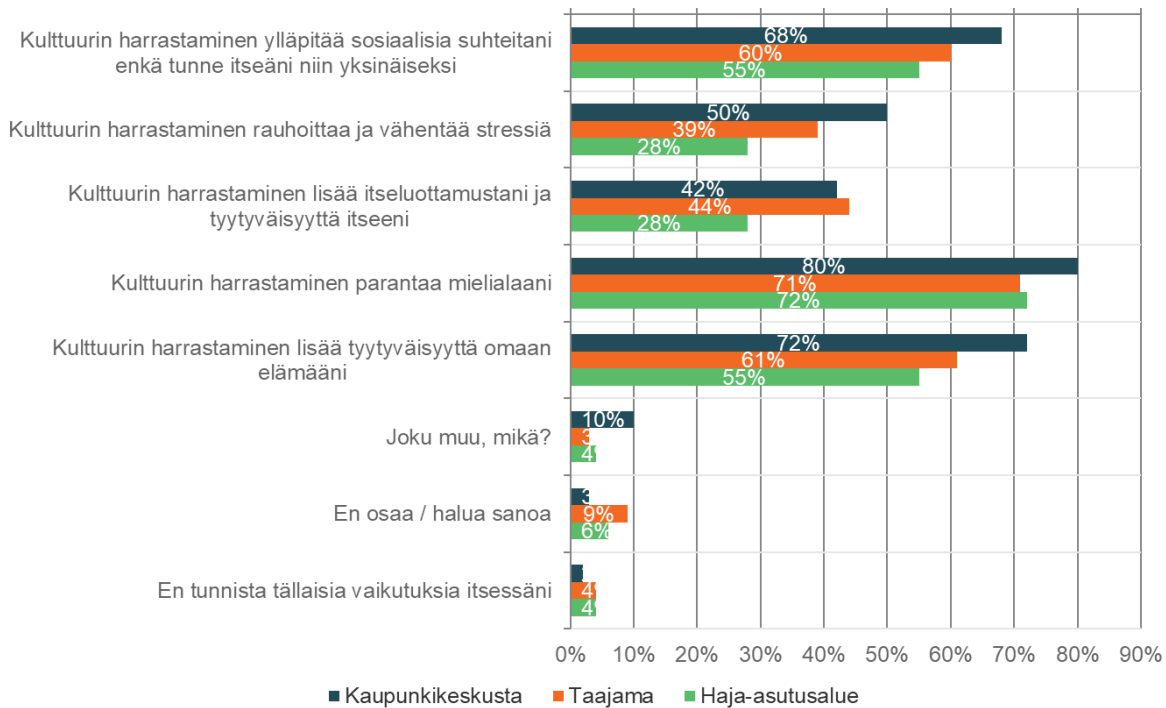
Miesten ja naisten vastauksissa ei ollut suuria eroja. Kulttuurin koetut hyvinvointivaikutukset jakautuvat hieman eri tavoin siten, että naisten vastauksissa korostuu hieman enemmän sosiaalisten suhteiden ylläpito ja yksinäisyyden väheneminen sekä kulttuurin harrastamisen vaikutuksesta lisääntyvä tyytyväisyys omaan elämään. Miehistä 5 % vastasi, ettei tunnista itsessään kulttuurin hyvinvointivaikutuksia. Naisilla vastaava luku oli 2 %. Vastausten tarkempi jakautuminen on esitetty kuviossa 20.



Kuvio 20 Tunnistatko itsessäsi jotain seuraavista vaikutuksista, kun harrastat kulttuuria? (n=289). Sukupuolet.

Asuinpaikalla ei ole suurta vaikutusta vastauksiin. Vastaukset jakautuvat hieman eri tavoin. Haja-asutusalueella on oltu muita harvemmin sitä mieltä, että kulttuurin harrastaminen vähentää stressiä ja lisää itsetuottamusta ja tyytyväisyyttä itseäni. ”En tunnista tällaisia vaikutuksia itsessäni” -vastauksia on odotetusti hieman vähemmän kaupunkikeskustassa asuvilla, kuin muilla. Vastausten tarkempi jakautuminen näkyy kuviossa 21.

Avoimessa vastauksessa ”joku muu, mikä” oli kerrottu pitkälti samoja asioita, kuin mitä valmiissa vaihtoehtoissa oli. Sosiaalisista kontakteista kerrottiin kolmessa vastauksessa. Virkistymisestä kerrottiin seitsemässä vastauksessa. Myös hyvinvointi yleensä mainittiin: ”hyvä olo”. Myös ”nautinto” mainittiin. Koettiin myös, että kulttuurin hyvinvointikokemukset liittyvät uusien taitojen oppimiseen: ”olen kehittynyt kirjoittajana” ja ”oppii ymmärtämään uusia kulttuureita”. Yksi vastaaja vastasi saavansa ”innoitusta omaan tekemiseen”.



Kuvio 21 Tunnistatko itsessäsi jotain seuraavista vaikutuksista, kun harrastat kulttuuria? (n=289). Asuinpaikka.

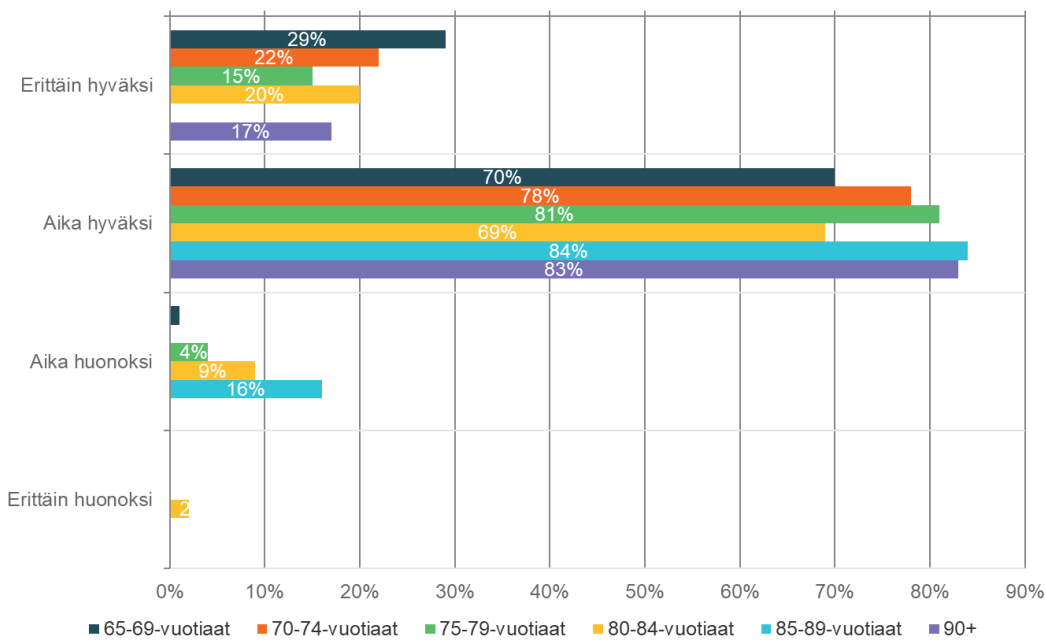
## 6.6 Koettu hyvinvointi

Vastaajilta kysyttiin, millaiseksi he kokevat oman hyvinvointinsa yleisesti. 75 % ilmoitti kokevansa sen melko hyväksi, 21 % erittäin hyväksi, 3 % aika huonoksi ja erittäin huonoksi 1 %. Sukupuolten välillä oli hyvin pieniä eroja, joista selkein oli, että miehet ilmoittivat hieman useammin tuntevansa hyvinvointinsa todella hyväksi naisiin verrattuna: miehistä näin vastasi neljäsosa, naisista viidesosa.

Asuinpaikkoja vertaillen kaikista tyytyväisimpiä oltiin kaupunkikeskustassa. Ainoa ”erittäin huono” -vastaus oli vastaavasti haja-asutusalueella. Haja-asutusalueella asuvista kuitenkin 85 % ilmoitti hyvinvointinsa olevan melko hyvä.



Ikäryhmiä vertaillen huomaa, että vanhemmat tunsivat hyvinvointinsa huonommaksi kuin nuoremmat vastaajat, mutta suurimmalla osalla vastaajista hyvinvointi kuitenkin on melko hyvää. Vastaukset näkyvät ikäryhmittäin kuviossa 22.



Kuvio 22. Millaiseksi koet vointisi yleisesti? Ikäryhmät. (n=303)

Vastaajilta kysyttiin, käyttävätkö he säännöllisesti sosiaali- ja terveyshuollon palveluita. Vastaukset jakautuivat yleisesti melko tasaisesti. 50 %kysymykseen vastanneista (n=302) vastasi "kyllä" ja "ei"-vastauksia oli 48 %. Loput 2 prosenttia ei halunnut kertoa. Opinnäytetyön kontekstissa kysymys liittyy siihen, onko vastaaja sosiaali- ja terveyspalveluiden ympäristössä toteutettujen kulttuuritoiminnan piirissä, kuten laitoksiin suunnattujen sisältöjen. Toisaalta tarkemmin ei kysytty, mitä palveluita vastaaja käyttää, ja sosiaali- ja terveyspalvelut ovat todella laaja käsite.

## 7 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

### 7.1 Tulosten tarkastelu

Opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää, millaisia kokemuksia ikääntyneillä seinäjokelaisilla on kulttuurin hyvinvointivaikutuksista, kulttuurin merkityksestä heidän elämässään ja mahdollisuuksia niihin osallistumiseen sekä osallistumisen esteitä. Lisäksi kartoitettiin, millaisista sisällöistä he ovat kiinnostuneita.

Enemmistö vastaajista, 78 %, piti itseään kulttuurin harrastajina. Voi olla, että kyselyyn vastasivat henkilöt, jotka olivat jo valmiiksi kiinnostuneita kulttuuritoiminnasta. Lällä oli hieman vaikutusta: vanhemmat mielsivät itsensä hieman harvemmin kulttuurin harrastajiksi. Erot eivät kuitenkaan olleet merkittäviä.

Miesten ja naisten vastauksissa ei ollut kovin suurta eroa. Naisia oli ylipäättään vastaajista selkeä enemmistö, eli miesten otanta on paljon pienempi. Tuloksista kuitenkin näkyy, että naiset ovat hieman aktiivisempia kulttuurin harrastajia, ja heillä oli myös enemmän kiinnostusta harrastamiseen. Tulos on samansuuntainen kuin aiemmin tehdyissä tutkimuksissa: naiset ovat yleensä lähtökohtaisesti kiinnostuneempia ja osallistumattomuus johtuu ulkoisista tekijöistä. Miehet taas kokevat useammin, että muut harrastukset kiinnostavat enemmän eikä kulttuuria koeta itselle houkuttelevaksi vapaa-ajan viettotavaksi. (Virolainen 2015, 69 – 70.)

Kulttuurin määritelmä ymmärrettiin tässä opinnäytetyössä ja kyselyssä hyvin laajasti. Korkeakulttuurin eli ammattimaisesti toteutetun kulttuurin ohella oman näköiseksi luotu työ, arki ja koti, niin vapaamuotoinen kuin harrastustoiminta, luova toiminta tai sen vastaanottaminen katsojana tai kuulijana, määritellään kuuluvan kulttuurin piiriin. (Honkala & Laitinen 2017; Huhtinen-Hildén ym. 2017, 14-15; Rinne 2019, 247.)

Kun vastaajilta kysyttiin avoimella kysymyksellä ”Mitä kulttuuri merkitsee sinulle?”, vastauksista erottui erilaisia merkityksiä. Yleisimmin kulttuuri nähtiin ”virkistykseenä”, ”piristykseenä”, elämän sisällön lisääjänä. Siitä koettiin saavan itselle jotakin ja se nähtiin ikkunana ympäristöön ja

maailmaan. Moni koki kulttuurilla myös olevan itseisarvon: se on osa elämää, ja sitä ilman ei osaisi tai haluaisi elää. Kulttuurin harrastamisella oli myös tärkeä sosiaalinen ulottuvuus. Se mahdollisti sosiaaliset kontaktit muuten yksin elävällä, antoi mahdollisuuden tavata ystäviä ja saada uusia tuttavuuksia. Kulttuuri nähtiin myös ”ajan kuluna” ja muutamassa vastauksessa mainittiin kulttuurin hyvinvointia tuottava näkökulma. Voi päätellä, että isolle osalle kyselyn vastaajista kulttuuri oli tärkeä asia jo valmiiksi, ja siksi he myös vastasivat kyselyyn. Kulttuurin merkitykset on koostettu kuvioon 23.

### Kulttuurin merkitykset vastaajille



Kuvio 23. Kulttuurin merkitykset vastaajille.

Vastaajissa oli myös niitä, jotka eivät mieltäneet itseään kulttuurin harrastajiksi tai osanneet sanoa olivatko sitä. Viisi vastaajaa vastasi, ettei kulttuuri merkitse itselle mitään. Kuitenkin myös he ilmoittivat harrastavansa jotain kulttuurisisältöä. Kyselyn perusteella ei voi muodostaa syvällistä kuvaa vastaajien taide- ja kulttuurikäsitteistä, mutta voi päätellä, että oman kulttuuri- ja taidesuhteen ja omien harrastusten välillä on ero: itseään ei välttämättä miellä kulttuurin harrastajaksi, ”kultturelliksi”, vaikka harrastaisikin jotain luovaa tai käyttäisi kulttuuripalveluita. Muutama vastaajat nostivat myös liikunnan esiin avoimissa vastauksissa kertoessaan nykyisistä harrastuksista, kulttuurin merkityksestä ja kulttuuritoiminnan toiveista. Kyse on siitä, miten yksilö kulttuurin mieltää: jonkun mielestä myös lenkillä tai kuntosalilla käynti on

kulttuuriharrastus, ja ”urheilukulttuuri” olikin kyselyaineistossa mainittu käsite. Tanssi oli kyselyssä mukana sisältönä, mutta muuten urheilu ja liikunta jätettiin tietoisesti sen ulkopuolelle.

Virolaisen mukaan kulttuurin kävijätutkimuksia tehdään yleisimmin taidelaitosten piirissä. Tutkimuksen ulkopuolelle jäävät usein niin sanotusti vapaamuotoisemmat kulttuuriharrastukset, kuten esimerkiksi kyselyn vaihtoehdoissa olleet käsityöt, musiikin kuuntelu tai lukeminen. On tutkittu, että kulttuurilaitosten ei-kävijät ovat miehiä, alemman koulutustason omaavia, asuvat lähiöissä ja heillä on ylipäänsä muutenkin vähemmän vapaa-ajan aktiviteetteja ja/tai heillä ei ole ollut lapsuudessaan juuri kulttuuriharrastuksia. (Virolainen 2015, 69.) Voi siis olla tottumuskysymys, ettei miellä itseään kulttuurin harrastajaksi tai koe sillä olevan omaa merkitystä elämässään.

Vastaajista suurin osa koki, että kulttuurilla on positiivisia hyvinvointivaikutuksia. Kulttuurin hyvinvointivaikutukset on koottu kuvioon 24. Kulttuuri koettiin erityisesti mielihyvää kohottavana, omaan elämään ja itseen tyytyväisyyttä lisäävänä ja sosiaalisia suhteita ylläpitävänä. Vanhemmat vastaajat vastasivat hieman yleisemmin, että he eivät osaa sanoa, tunnistavatko kulttuurin hyvinvointivaikutuksia itsessään tai eivät tunnista niitä. Voi olla, että harrastaminen ei ole niin aktiivista, tai tällaisia asioita ei yksinkertaisesti ole totuttu sanoittamaan.

### Kulttuurin koetut hyvinvointivaikutukset



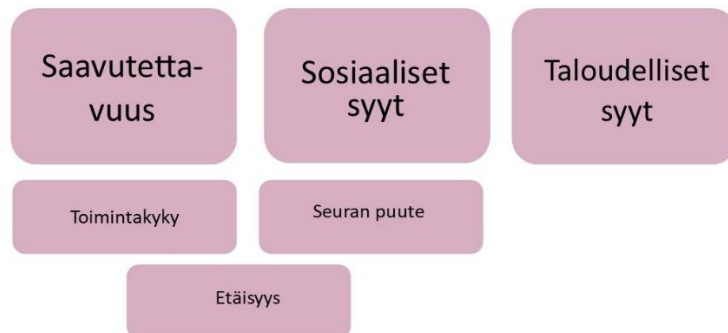
Kuvio 24. Kulttuurin hyvinvointivaikutukset.

Kulttuuritoiminnan sosiaalisuutta pidettiin tärkeänä. Kulttuurin harrastaminen mahdollisti ystävien ja tuttajen tapaamisen. Se edisti ryhmään kuulumisen tunnetta ja toi vaihtelua ja muutosta muuten yksin elämiseen. Tutkimusten mukaan yksinäisyyden kokemukset ovat yleisiä ikääntyneillä. Ikääntymiseen liittyvät elämänmuutokset, kuten leskeksi jääminen, lapsettomuus ja lapsenlapsettomuus ja eläköityminen vaikuttavat siihen. Myös oman persoonallisuuden piirteet vaikuttavat: uskallus lähteä mukaan toimintaan ja osallistua sosiaalisiin tilanteisiin. (Tiilikainen 2016, 90; Levo 2018.)

Kyselyn tulokset ovat samansuuntaisia kuin aiemmin tehdyissä tutkimuksissa, joiden mukaan kulttuurin ja liikunnan harrastamiseen motivoivat eniten harrastamisen tuottama hyvinvointi sekä sosiaalinen ja yksilöllinen identiteetti. Yleisötilaisuuksissa käymisessä korostui sosiaalinen kanssakäyminen. (Virolainen 2015, 70 – 71.)

Kulttuuritoimintaan osallistumisen esteet olivat yleisimmin vaikeus päästä paikalle tapahtumiin, sopivan seuran puute ja taloudelliset syyt. Vaikeus päästä liikkumaan paikalle tapahtumiin oli sitä yleisempi syy, mitä vanhempi vastaaja oli. Aineistossa sen sijaan asuinpaikalla ei näyttänyt olevan siihen korrelaatiota, sillä se oli kaikilla vastaajilla asuinpaikasta riippumatta yleisin syy. Osallistumisen esteet on koostettu kuvioon 25.

### Kulttuuritoimintaan osallistumisen esteet



Kuvio 25. Kulttuuritoimintaan osallistumisen esteet.

Tulos liittyy olennaisesti palveluiden saatavuuteen ja saavutettavuuteen. Seinäjoen kaupungin alue on laaja, pinta-alaltaan 1 469,23 km<sup>2</sup>. Kaupunkiin kuuluvat niin sanotun Kanta-Seinäjoen lisäksi entiset liitoskunnat Peräseinäjoki, Ylistaro ja Nurmo. (Seinäjoen kaupunki 2020d.) Maantieteelliset etäisyydet ovat yksi tekijä, mutta eivät selitä sitä, että kaupunkikeskustassakin, palveluiden ääressä, asuvat kokevat paikalle pääsemisen olevan ongelma. Syynä voikin olla yleisesti oman heikentyneen toimintakyvyn vaikutuksesta syntyvä vaikeus liikkua. Siihen voivat hyvin liittyä sosiaaliset syyt: ei ole seuraa, eikä yksin uskalleta tai haluta lähteä.

Saavutettavuuteen liittyy myös ajattelutapoihin ja käytännön arkeen liittyviä esteitä. Collianderin mukaan hoivalaitoksissa asuvien ikääntyneiden mahdollisuuksia kulttuuriin osallistumiseen ei automaattisesti turvaa se, että kulttuuritapahtumien määrää lisätään. Yksilön, yhteisön ja hoivalaitoksen rakenteet vaikuttavat, eli toiminnalle pitää aidosti antaa tilaa. Esteet voivat liittyä esimerkiksi siihen, miten hektisessä vanhustyön arjessa työntekijät priorisoivat ja millaisia valintoja he tekevät. (Colliander 2017, 1; 23.)

Aineiston perusteella haluttaisiin enemmän kuunnella musiikkia, käydä teatterissa, konserteissa, elokuvissa, lukea ja tehdä käsitöitä. Nuoremmat vastaajat olivat enemmän kiinnostuneita taidelaitosten tarjoamista kulttuurisisällöistä, kuten oopperasta, näyttelyistä ja museoista. Monet näistä toivotuista sisällöistä ovat kuitenkin kevyesti järjestettävissä, niin

kotona kuin laitoksessakin asuville ikääntyneille: käsitöiden tekeminen, lukeminen tai musiikin kuuntelu eivät vaadi suuria toimenpiteitä, eikä niiden ei tarvitse olla edes ohjattuja aktiviteetteja. Näiden sisältöjen mahdollistaminen ikääntyneille erilaisissa tilanteissa ei vaatisi paljoa, mutta se voisi antaa ikääntyneelle todella paljon.

Kyselystä nousi toisaalta esiin myös vastauksia, joissa kyseenalaistettiin nimenomaan ikääntyneille suunnattu kulttuuritoiminta. Muutamat vastaajat kokivat, että mikä tahansa ”aikuisille” suunnattu sisältö on sopivaa ja kiinnostavaa. Joku koki ikääntyneille suunnatun toiminnan lapsellisena, suorastaan osallistujien vähättelynä. Toisaalta oli myös vastauksia, joissa toivottiin nimenomaan tiettyä ikäluokkaa kiinnostavaa sisältöä, esimerkiksi 1960-luvun musiikkia.

Tuloksen voi liittää laajemmin ikääntymisen kokemukseen. Ikääntyminen on subjektiivinen kokemus: kaksi saman ikäistä henkilöä voivat ikääntyä hyvin eri tavoin, mihin vaikuttavat monet eri tekijät. Kuitenkin ikää ja ikääntymistä määritellään paljon ulkoa päin ja usein siihen liitetään negatiivisia miellelyhtymiä, kuten avuttomuutta, heikkoutta, palveluiden tarvetta. Ikääntyneistä, tai ”ikääntyvistä”, kuitenkin suuri osa on toimintakykyisiä, aktiivisia ja itsenäisiä. (Ahonen ym. 2015, 250 – 251.) Ikäpolven taju -tutkimuksessa hahmottui eräänlainen ikääntymisen jako eri elämänvaiheisiin: ”nuorekas vanhuus” tai ”alkava vanhuus”, ”eläkeikä” ja toisaalta niin sanottu ”oikea” vanhuus. Tutkimustiedossa käytetään käsitteitä kolmas, neljäs tai viides ikä. Elintason nousu, kulutusyhteiskunnan kehitys ja eliniän piteneminen ovat muuttaneet elämänkaaren loppupäätä. Se on nykyään yhä pidempi, ja osalla myös yhä toimintakykyisempi kuin aikaisemmillä sukupolvilla. (Saarenheimo ym. 2014, 38) Ikääntyneidenkin laajan ryhmän sisällä on alaryhmiä, jotka ovat erilaisissa elämäntilanteissa. Tämä kannattaa huomioida myös palveluita suunniteltaessa.

## 7.2 Pohdinta

Lilja-Viherlammen ja (2019, 20) mukaan kulttuurihyvinvointi on monitahoinen ilmiö, jonka keskiössä on yksilön oma kokemus hyvinvoinnista, taiteen ja kulttuurin parissa tai välityksellä vietetty hyvä elämä sekä yksilön kulttuuriset tarpeet ja oikeudet. Heidän mukaansa kulttuurihyvinvointia määriteltäessä keskeistä on niin sanottu arjen kulttuuri, eli se elämäntilanne ja todellisuus, jossa ihminen sillä hetkellä on. Kulttuurihyvinvointi muotoutuu kunkin ihmisen elämänkaaren, arvomaailman, tottumusten ja muistojen mukaan. Heidän mukaansa se voi tarkoittaa ”päivittäistä lehdenlukua, saunailtoja äijäporukassa tai karaokea kulmakuppilassa”. Toinen näkökulma kulttuurihyvinvointiin ovat taideharrastukset ja ilmaisu ja vuorovaikutus taiteen ja kulttuurin välityksellä. Olennaista on, että jokaisella meillä on oma taide- ja kulttuurisuhteemme. (Lilja-Viherlampi & Rosenlöf 2019, 20 - 21.) Samaa kulttuurin ja kulttuurihyvinvoinnin laajaa määritelmää käytettiin tämän opinnäytetyön lähtökohtana.

Kulttuurihyvinvoinnin rinnalla kulkevat siis ihmisen taide- ja kulttuurikäsitteet. Opinnäytetyön aineiston mukaan selvästi suurin osa kyselyyn vastanneista ikääntyneistä pitää kulttuuria merkityksellisenä osa-alueena elämässä, ja myös sen yhteydet hyvinvointiin tunnustettiin. Kyselyyn vastanneet ikääntyneet kaupunkilaiset tunnistivat kulttuurin merkityksen omalle elämälleen ja hyvinvoinnilleen. Osalla vastaajista oli jo kulttuuria elämässään riittämiin, eivätkä he edes kaivaneet lisää. Kulttuurin mahdollistaminen kaikille halukkaille ja sen saavutettavuuden parantaminen on kuitenkin tärkeää, samoin tietoisuuden lisääminen.

Kyselyn perusteella piirtyy kuitenkin kuva osallistumisen esteistä. Ne ovat tekijöitä, joihin saavutettavuuden parantamisella voidaan vaikuttaa, jotta kulttuurin hyvinvointivaikutukset olisivat mahdollisimman monien saatavilla. Saavutettavuutta lisäävinä toimenpiteinä nousevat esimerkiksi esiin kuljetusmahdollisuuksien parantaminen, sisältöjen toteuttaminen perinteisten kulttuuriympäristöjen ulkopuolella ikääntyneiden asuinpaikkojen läheisyydessä, kodeissa, laitoksissa, kerrostalojen kerhohuoneissa. Tällaisia käytäntöjä on jo olemassa, esimerkiksi Etelä-Savon kulttuurihyvinvointisuunnitelmassa nostetaan esiin kotihoidon asiakkaille kotiin vietävät kulttuurielämykset (Etelä-Savon maakuntaliitto 2018, 6). Seinäjoen kaupungin ikääntyneiden kulttuuripalveluilla on lähelle kotia ja kotiin vietäviä kulttuuripalveluita (Seinäjoen



kaupunki 2020a). Lisäksi vuonna 2020 maailman mallistanut koronaviruspandemia on kannustanut ja pakottanutkin kehittämään virtuaalisia tapoja tarjota yleisölle taidetta ja kulttuuria. Kun tekniikka jatkaa kehittymistään ja tulevaisuudessa yhä suurempi osa ikääntyneistä on tottuneita digitaalisten laitteiden käyttäjiä, mahdollisuuksia on monia.

Taloudelliset syyt olivat myös merkittävä syy olla osallistumatta. Erilaisia tapoja kulttuurin maksuttomuuden edistämiseen on jo kehitetty. Esimerkkinä Kulttuuria kaikille -palvelu edistää mahdollisimman saavutettavia ja erilaisia tarpeita huomioivia kulttuuripalveluita. Se ylläpitää Kaikukortti-toimintamallia, jossa pienituloiset henkilöt voivat osallistua kulttuuripalveluihin. (Yhdenvertaisen kulttuurin puolesta ry). Kaikukortti on Etelä-Savon alueella käytössä Savonlinnassa (Etelä-Savon maakuntaliitto 2018, 21). Kulttuurikaveri on toinen, Seinäjoellakin toimiva, esimerkki kulttuurin saavutettavuuden lisäämisestä. Kulttuurikaveri on vapaaehtoinen, joka lähtee ikääntyneen kanssa kulttuurin pariin. (Seinäjoen kaupunki 2020c.)

Ikääntyneiden kulttuurihyvinvointisuunnitelman näkökulmasta mekanismeja siis on, ja samoin tietoa kulttuurihyvinvoinnista. Samoin, kuten teoria-aineisto osoittaa, kulttuurihyvinvointia on tutkittu Suomessa paljon ja suunnitelmia ja toimenpide-ehdotuksia sen edistämiseksi on tehty niin hallitusohjelman tasolla kuin erilaisissa, paikallisissa kehittämishankkeissa. On kuitenkin huomattava, että kulttuurihyvinvointisuunnitelmatkin ovat toimenpide-ehdotuksia, eivät sitovia asiakirjoja. Haasteina toiminnan juurruttamiselle ja edistämiseksi ovat resurssit, rakenteet ja se, että kulttuurin terveys- ja hyvinvointivaikutuksia ei ole kirjattu lakeihin. Vanhustenhuollon laatusuosituksissa ne kuitenkin ovat mukana. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2015, 9.)

Opetus- ja kulttuuriministeriön taiteen ja kulttuurin saavutettavuuden parantamisen kärkihankkeen loppuraportissa *Tule luo taide* todetaan, että osallistuminen kulttuuriin kuuluu kaikille: ”asuinpaikka, elinympäristö, ikä, terveydentila, toimintakyky, kieli, varallisuus tai etninen, uskonnollinen tai kulttuurinen tausta eivät saisi olla esteenä kulttuuriin osallistumiselle ja hyvälle elämälle”. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2019, 106). Voi myös todeta, kuten yksi kyselyn avoin vastaus:

Kulttuuri on yhtä tarpeellista kuin ravinto.

## LÄHTEET

- All Party Parliamentary Group. 2017. Creative Health: The Arts for Health and Wellbeing - Second Edition. [Verkkójulkaisu]. Lontoo: House of Parliament. [Viitattu 18.11.2020]. Saatavana: [https://www.culturehealthandwellbeing.org.uk/appg-inquiry/Publications/Creative\\_Health\\_Inquiry\\_Report\\_2017\\_-\\_Second\\_Edition.pdf](https://www.culturehealthandwellbeing.org.uk/appg-inquiry/Publications/Creative_Health_Inquiry_Report_2017_-_Second_Edition.pdf)
- Colliander, M. 2017. Taide ja kulttuuri hoivalaitoksessa. Laitosarjen ja kulttuuritoiminnan ideaalien kohtaamisia. [Verkkoartikkeli]. Tampereen yliopisto: Sosiologia. 2017, 54 (3), 305 – 321. [Viitattu 18.11.2020]. Saatavana: <https://trepo.tuni.fi/handle/10024/102454>
- Draxl, E., Fischer, A., Kokko, S., Kästik, H., Salovaara, M. & Stedman, J. 2017. Handmade Wellbeing Handbook : Facilitating art and craft workshops for older people in care settings.[Verkkokirja]. Helsinki: University of Helsinki. [Viitattu 18.11.2020]. Saatavana verkossa: <http://craftwellbeing.eu/wpinst/wp-content/uploads/2017/08/handbook.pdf>
- Etelä-Savon maakuntaliitto. 2018. Etelä-Savon kulttuurihyvinvointisuunnitelma 2019 – 2021. [Verkkójulkaisu]. Mikkeli: Etelä-Savon maakuntaliitto. [Viitattu 18.11.2020]. Saatavana: [https://www.esavo.fi/resources/public//Kehittaminen/kehittamistoiminta/Kulttuuri-ja-hyvinvointi/etela-savon\\_kulttuurihyvinvointisuunnitelma\\_2019-2021\\_tulostusversio.pdf](https://www.esavo.fi/resources/public//Kehittaminen/kehittamistoiminta/Kulttuuri-ja-hyvinvointi/etela-savon_kulttuurihyvinvointisuunnitelma_2019-2021_tulostusversio.pdf)
- Eläkeliitto. 2019. Ikäihmisten yksinäisyys. [Verkkosivu] Helsinki: Eläkeliitto [Viitattu 18.11.2020] Saatavana: <https://www.elakeliitto.fi/tietoa/ikaantyneen-mielenterveys/ikaahmisten-yksinaisyys>
- Fancourt, D. & Finn, S. 2019. What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. [Verkkójulkaisu]. World Health Organization. Health Evidence Network synthesis report 67. [Viitattu 18.11.2020]. Saatavana: <https://www.euro.who.int/en/publications/abstracts/what-is-the-evidence-on-the-role-of-the-arts-in-improving-health-and-well-being-a-scoping-review-2019>
- Fried, S. & Haarni, I. 2017. Ikääntyvien elämäntaidoissa kiteytyy elämänkokemuksen moni-ilmeisyys. [Verkkoartikkeli]. Helsinki: Gerontologia 2/2017. [Viitattu 18.11..2020]. Saatavana: <https://journal.fi/gerontologia/article/view/63065/26235>
- Fried, S., Heimonen, S. & Jokinen, P. (toim). 2013. Ikääntyminen ja mielen hyvinvointi: katsaus kirjallisuuteen. [Verkkójulkaisu]. Helsinki: Ikäinstituutti. [Viitattu 18.11.2020.] Saatavana: <https://www.ikainstituutti.fi/content/uploads/2016/08/ik%C3%A4%C3%A4ntyminen-ja-mielen-hyvinvointi.pdf>

- Haarni, I. (toim.) 2014. Ikääntyvä mieli. Mielen 18.11..2020]. Saatavana: [https://mieli.fi/sites/default/files/materials\\_files/ikaantyvamieli\\_korj2\\_print.pdf](https://mieli.fi/sites/default/files/materials_files/ikaantyvamieli_korj2_print.pdf)
- Heikkinen, E., Laukkanen, P. & Rantanen, T. 2013. Toimintakyvyn käsitteen ja arvioinnin evoluutio ja kehittämistarpeet. Teoksessa.: E. Heikkinen, J. Jyrkämä, J., T. Rantanen & A. Aromaa (toim). Gerontologia. Helsinki: Duodecim. 278-283.
- Heikkinen, E. 2013. Kokemuksellinen vanheneminen. Teoksessa Heikkinen, E., Jyrkämä, J., Rantanen, T. & Aromaa, A. (toim). Gerontologia. Helsinki: Duodecim. 237-244.
- Honkala, N. & Laitinen, L. 21.11.2017. Näkökulmia taiteen ja kulttuurin tutkituista vaikutuksista. [Verkkootikkeli]. Helsinki: Suomen itsenäisyyden juhlarahasto Sitra. [Viitattu 18.11.2020]. Saatavana: <https://www.sitra.fi/artikkelit/nakokulmia-taiteen-ja-kulttuurin-vaikutuksiin/>
- Huhtinen-Hildén L., Puustelli-Pitkänen A., Strandman P. & Ala-Nikkola E. (2017). Kohti luovaa arkea: kulttuurinen vanhustyö asiakaslähtöisyyden edistäjänä: tutkimusraportti. TAITO-työelämäkirjat, Metropolia Ammattikorkeakoulu.
- Hänninen, T. 2013. Kognitiiviset toiminnot. Teoksessa Heikkinen, E., Jyrkämä, J., Rantanen, T. & Aromaa, A. (toim). Gerontologia. Helsinki: Duodecim. 210-214.
- Ihmisoikeusliitto. 2020. YK:n ihmisoikeuksien yleismaailmallinen julistus. [Verkkosivu]. Helsinki. Ihmisoikeusliitto. [Viitattu 18.11.2020.] Saatavana: <https://ihmisoikeusliitto.fi/ihmisoikeudet/ihmisoikeuksien-julistus/>
- Jylhä, M. & Leinonen, R. 2013. Koettu terveys. Teoksessa Heikkinen, E., Jyrkämä, J., Rantanen, T. & Aromaa, A. (toim). Gerontologia. Helsinki: Duodecim. 381-392.
- Kansaneläkelaitos. 20.3.2019. Vanhuuseläke Kelasta. [Verkkosivu]. Helsinki: Kansaneläkelaitos. [Viitattu 18.11.2020]. Saatavana: <https://www.kela.fi/vanhuuselake>
- Kestilä, L. 2019. Teoksessa Kestilä, L. & Karvonen, S. Suomalaisten hyvinvointi. [Verkkojulkaisu]. Helsinki: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos. [Viitattu 18.11.2020]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-256-7>
- Kokkonen, S. 2020. Ikääntyneiden kulttuuritoiminnan koordinaattori. Seinäjoen kaupunki. Keskustelu 20.2.2020.
- Kulmala, J. 2019. Aktiivinen arki on onnistuneita kohtaamisia ja mielekästä tekemistä. Teoksessa Kulmala, J. (toim). Hyvä vanhuus : menetelmiä aktiivisen arjen tukemiseksi. Jyväskylä: PS-Kustannus. 8 – 14.
- L 28.12.2012/980. Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista.

- Lehikoinen, K. & Vanhanen, E. (toim). 2017. Taide ja hyvinvointi. Katsauksia kansainväliseen tutkimukseen. [Verkkojulkaisu]. Helsinki: Taideyliopisto. Kokos-julkaisusarja 2017. [Viitattu 18.11.2020]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-7218-16-7>
- Levo, T. 4.12.2018. Ikäihmisten yksinäisyys. [Verkkoartikkeli]. Helsinki: Eläkeliitto. [Viitattu 18.11.2020]. Saatavana: <https://www.elakeliitto.fi/tietoa/ikaantyneen-mielenterveys/ikaihminen-yksinaisyys>
- Lilja-Viherlampi, L-M. & Rosenlöf, A-M. 2019. Moninäkökulmainen kulttuurihyvinvointi. Teoksessa I. Tanskanen. (toim). Taide töissä – Näkökulmia taiteen opetukseen sekä taiteilijan rooliin yhteisöissä. Turun ammattikorkeakoulun raportteja 256. Turku: Turun ammattikorkeakoulu. 20 – 39.
- Nurmi, J-E., Ahonen, T., Lyytinen, H., Lyytinen, P., Pulkkinen, L. & Ruoppila, I. 2015. Ihmisen psykologinen kehitys. Jyväskylä: PS-Kustannus.
- Opetus- ja kulttuuriministeriö. 2019. Tule luo taide : Taiteen prosenttiperiaatteen laajentamisen kärkihankkeen (2016–2018) loppuraportti. [Verkkojulkaisu]. Helsinki: Opetus- ja kulttuuriministeriö. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2019:9. [Viitattu 18.11.2020]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-263-625-6>.
- Parikka, S., Koskela, T., Marjeta, N., Ikonen, J, Suvisaari, J, Viertiö, S. 2019. Aikuisväestön koettu hyvinvointi 13 kunnassa – FinSote 2018 -tutkimuksen tuloksia. [Verkkojulkaisu]. Helsinki: Terveystieteiden tutkimuskeskus. Tutkimuksesta tiiviisti 20. [Viitattu 18.11.2020]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-343-355-7>
- Pirkanmaan sairaanhoitopiiri. 2017. Pirkanmaan alueellinen kulttuurihyvinvointisuunnitelma. [Verkkojulkaisu]. Tampere: Pirkanmaan sairaanhoitopiiri. [Viitattu 18.11.2020]. Saatavana: [https://www.tampere.fi/tiedostot/p/gS5Dfh9gp/pirkanmaan\\_kulttuurihyvinvointisuunnitelma.pdf](https://www.tampere.fi/tiedostot/p/gS5Dfh9gp/pirkanmaan_kulttuurihyvinvointisuunnitelma.pdf)
- Portin, P. 2013. Vanheneminen biologisena ilmiönä. Teoksessa Heikkinen, E., Jyrkämä, J., Rantanen, T. & Aromaa, A. (toim). Gerontologia. Helsinki: Duodecim. 113-124.
- Rinne, V. 2019. Taiteen ja kulttuurin hyödyntäminen osana iäkkään aktiivista arkea. Teoksessa Kulmala, J. (toim.) Hyvä vanhuus – Menetelmiä aktiivisen arjen tukemiseen. PS-Kustannus. 247 – 254.
- Saarenheimo M. & Pietilä, M. & Maununaho, S. & Tiihonen, A. & Pohjolainen, P. (toim.) 2014, toim. Ikäpolvien taju – elämänkulku ja ikäpolvet muuttuvassa maailmassa.
- Sainio, P., Koskinen, S., Sihvonen, A-P., Martelin, T. & Aromaa, A. 2013. Iäkkään väestön terveyden ja toimintakyvyn kehitys. Teoksessa Heikkinen, E. & Jyrkämä, J. & Rantanen, T. & Aromaa, A. (toim). Gerontologia. Helsinki: Duodecim. 50-65.

- Seinäjoen kaupunki. 2018. Seinäjoen kaupunkistrategia 2018 – 2025. [Verkkojulkaisu]. Seinäjoki. [Viitattu 18.11.2020]. Saatavana: <https://www.seinajoki.fi/wp-content/uploads/2020/04/Seinajoen-kaupunkistrategia-2018-2025.pdf>
- Seinäjoen kaupunki. 2020a. Ikääntyneiden kulttuuri. [Verkkosivu]. Seinäjoki. [Viitattu 18.11.2020]. Saatavana: <https://www.seinajoki.fi/kulttuuri-ja-liikunta/kulttuuri/ikaantyneiden-kulttuuri/#f515480b>
- Seinäjoen kaupunki. 2020b. KOPS. [Verkkosivu]. Seinäjoki. Lastenkulttuurikeskus Louhimo. [Viitattu 29.10.2020]. Saatavana: <https://www.louhimo.com/kops/>
- Seinäjoen kaupunki. 2020c. Kulttuurikaveri. [Verkkosivu]. Seinäjoki. [Viitattu 18.11.2020]. Saatavana: <https://www.seinajoki.fi/kulttuuri-ja-liikunta/kulttuuri/ikaantyneiden-kulttuuri/kulttuurikaveri/#f515480b>
- Seinäjoen kaupunki. 2020d. Seinäjoki pähkinänkuoressa. [Verkkosivu]. Seinäjoki: Seinäjoen kaupunki. [Viitattu 18.11.2020]. Saatavana: <https://www.seinajoki.fi/hallinto/seinajokitietoa/#f515480b>
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2020. Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi 2020 – 2030 : Tavoitteena ikäystävällinen Suomi. [Verkkojulkaisu]. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu 18.11.2020]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-5457-1>
- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2015. Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia. Toimintaohjelman 2010 – 2014 loppuraportti. [Verkkojulkaisu]. Helsinki: Sosiaali ja terveysministeriö. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2015:17. [Viitattu 18.11.2020]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-3578-5>
- Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2019. Mitä toimintakyky on? [Verkkosivu]. Helsinki. [Viitattu 18.11.2020]. Saatavana: <https://thl.fi/fi/web/toimintakyky/mita-toimintakyky-on>
- Tiilikainen, E. 2016. Yksinäisyys ja elämänkulku: Laadullinen seuranta tutkimus ikääntyvien yksinäisyydestä. [Verkkojulkaisu]. Helsinki: Helsingin yliopisto. Valtiotieteellinen tiedekunta. Sosiaalitieteiden laitos. Väitöskirja. [Viitattu 18.11.2020]. Saatavana: <http://urn.fi/URN:ISBN:978-951-51-1054-1>
- Valli, R. 2018. Aineistonkeruu kyselylomakkeella. Teoksessa Valli, R. Ikkunoita tutkimusmetodeihin 2 : Näkökulmia aloittelevalle tutkijalle tutkimuksen teoreettisiin lähtökohtiin ja analyysimenetelmiin. Jyväskylä: PS-Kustannus. 81 – 99.
- Virolainen, J. 2015. Kulttuuriosallistumisen muuttuvat merkitykset. Katsaus taiteeseen ja kulttuuriin osallistumiseen, osallisuuteen ja osallistumattomuuteen. [Verkkojulkaisu]. Helsinki: Kulttuuritutkimuksen tutkimuksen edistämässätiö Cupore. [Viitattu 18.11.2020].

Saatavana: <https://www.cupore.fi/fi/julkaisut/cuporen-julkaisut/jutta-virolainen-kulttuoriosallistumisen-muuttuvat-merkitykset>

## LIITTEET

Liite 1. Kysely ikääntyneiden seinäjokelaisten kulttuurihyvinvoinnista .....	1
--	---

## Liite 1. Kysely seinäjokelaisten ikääntyneiden kulttuurihyvinvoinnista

Kysely kerää aineistoa Seinäjoen ammattikorkeakoulussa tehtävään opinnäytetyöhön, jossa tutkitaan seinäjokelaisten ikääntyneiden käsityksiä kulttuurihyvinvoinnistaan. Opinnäytetyö liittyy Seinäjoen kaupungin ikääntyneiden kulttuurisuunnitelman tekemiseen. Tämän kyselyn tuloksia käytetään opinnäytetyön aineistona sekä kulttuurisuunnitelman asiakastutkimuksena. Kyselyyn vastataan anonyymisti, eikä vastaajaa voi tunnistaa vastauksista.

Taustakysymykset:

Osallistujan ikä

\_65-69

\_70-74

\_75-79

\_80-84

\_85-89

\_90 ja enemmän

Sukupuoli

\_nainen

\_mies

\_muu / En halua vastata

Asuinpaikka

\_kaupunkikeskusta

\_taajama

\_haja-asutusalue

Vastaajan postinumero



(Avoin vastaus)

**Kulttuuri** tarkoittaa esimerkiksi kuvataidetta, musiikkia, teatteria ja tanssia. Niin sanotun korkeakulttuurin, eli ammattimaisesti toteutetun taiteen lisäksi kulttuurilla tarkoitetaan arkipäiväistä elämää: kotia, työtä, ihmissuhteita ja arkea, joka luodaan itsen näköiseksi. Lisäksi sillä tarkoitetaan vapaamuotoista kulttuuri- ja taidetoimintaa sekä harrastustoimintaa. Kulttuurissa on vahvasti läsnä luovuus: jonkin uuden ja yllätyksellinen aikaan saaminen. Se voi olla itse tekemistä tai muiden luovan toiminnan, esimerkiksi esityksen tai näyttelyn katsomista.

**Kulttuurihyvinvointi** tarkoittaa hyvinvoinnin lisääntymistä kulttuurin avulla. Esimerkiksi esityksen näkeminen tai museoon meneminen voi aiheuttaa viihtymistä ja positiivisia tunteita. Käsillä tekeminen, vaikkapa käsityöt tai soittimen soittaminen, voi rauhoittaa ja saada aikaan onnistumisen tunteita. Kulttuuri mahdollistaa myös yhteiskunnallista keskustelua ja sen avulla voidaan käsitellä asioita, joita ei välttämättä osata tai haluta sanallistaa.

Koetko olevasi kulttuurin harrastaja?

\_kyllä

\_ei

\_en osaa sanoa

Harrastatko jotain seuraavista? Voit valita useamman vaihtoehdon.

\_käyn taidenäyttelyissä ja/tai museoissa

\_käyn konserteissa

\_käyn teatterissa ja/tai katsomassa balettia, oopperaa ja/tai tanssia

\_käyn elokuvissa

\_harrastan itse kuvataiteen tekemistä (esimerkiksi: maalaus, piirustus, valokuvaus, keramiikka, posliinimaalaus, taidegrafiikka ym.)

\_harrastan valokuvausta

\_luen, käyn kirjastossa ja/tai kuuntelen äänikirjoja

\_harrastan sanataidetta, runoutta tai kirjoittamista

\_harrastan musiikkia, esimerkiksi soitan soitinta ja/tai laulan kuorossa, kuuntelen musiikkia

harrastan käsitöitä ja/tai muita kädentaitoja, kuten askartelua, nikkarointia

harrastan teatteria / draamaa / ilmaisua

osallistun kulttuuri- ja taidealan luennoille ja kursseille esimerkiksi Kansalaisopistossa tai kesäyliopistossa

osallistun muihin ohjattuihin taide- tai kulttuuriaiheisiin ryhmiin, esimerkiksi järjestöjen ylläpitämät.

harrastan perinnetyötä (kansanperinne, kulttuuriperinnetyö, esimerkiksi kotiseutumuseo, alan yhdistys)

joku muu, mikä?

Mitä merkitsee sinulle?

(Avoin vastaus)

Haluaisitko osallistua kulttuuritoimintaan, mutta et jostain syystä pysty?

kyllä

ei

Osallistun jo / pystyn osallistumaan halutessani

Mihin seuraavista taide- ja kulttuurisisällöistä haluaisit osallistua? Tällä tarkoitetaan sellaista kulttuurisisältöä, johon sinulla ei ole jostain syystä nyt mahdollisuutta osallistua.

taidenäyttelyt ja museot

konsertit

teatteri

baletti, ooppera, tanssi

elokuvat

kuvataiteen tai valokuvaamisen harrastaminen, esimerkiksi maalaaminen, piirtäminen, valokuvaus, keramiikka, kuvanveisto jne.

lukeminen, kirjastossa käyminen ja/tai äänikirjojen kuuntelu

\_musiikin harrastaminen, esimerkiksi soittaminen ja/tai laulaminen

\_käsitöiden tekeminen, ja/tai askartelu, nikkarointi

\_musiikin kuuntelu

\_teatteri tai draama, esimerkiksi harrastajateatterin tekeminen

\_tanssiminen

\_taiteen tai kulttuurin alan luennot ja kurssit

\_perinnetyö esimerkiksi kotiseutumuseo, sukututkimus

\_joku muu, mikä?

Jos et pysty osallistumaan kulttuuritoimintaan, mistä se johtuu?

\_ei ole varaa

\_en pääse liikkumaan paikalle tapahtumiin

\_en löydä mieleistä toimintaa

\_en uskalla, osallistuminen jännittää

\_ei ole sopivaa seuraa

\_en ehdi, olen liian kiireinen

\_joku muu, mikä?

Mitä iäkkäille suunnattua kulttuuritoimintaa toivoisit enemmän?

(Avoin vastaus)

Mistä löydät parhaiten tietoa kulttuuritoiminnasta?

\_paikallislehdet, sanomalehdet, ilmaisjakelulehdet

\_sosiaalinen media, kuten Facebook ja Instagram

\_uutiskirjeet sähköpostiin

\_esitteet

yleiset ilmoitustaulut esimerkiksi kaupoissa, kirjastoissa

haen tietoa internetistä itse, esimerkiksi Googlea ja/tai toimijoiden nettisivuja käyttämällä

kysyn / kuulen kulttuurisisällöiltä muilta, esimerkiksi tutuilta, ystäviltä

Koetko, että kulttuurin harrastaminen parantaa hyvinvointiasi?

kyllä

en

en osaa sanoa

Tunnistatko itsessäsi jotain seuraavista vaikutuksista, kun harrastat kulttuuria:

kulttuurin harrastaminen ylläpitää sosiaalisia suhteitani enkä tunne itseäni niin yksinäiseksi

kulttuurin harrastaminen vähentää stressiä

kulttuurin harrastaminen lisää itseluottamustani ja tyytyväisyyttä itseeni

kulttuurin harrastaminen parantaa mielialaani

kulttuurin harrastaminen lisää tyytyväisyyttä omaan elämääni

joku muu, mikä?

en osaa / halua sanoa

en tunnista tällaisia vaikutuksia itsessäni

Millaiseksi koet oman hyvinvointisi yleisesti?

erittäin hyväksi

aika hyväksi

aika huonoksi

erittäin huonoksi

13. Käytätkö säännöllisesti sosiaali- ja terveydenhuollon palveluita?

\_kyllä

\_en

\_en halua kertoa

Kiitos vastauksistasi! Jos haluat sähköpostiisi tietoa Seinäjoen kaupungin tarjoamista kulttuurisisällöistä, voit tilata ne tästä osoitteesta: <http://seinajoen-kaupunki.mail-eur.net/>

Arvomme kyselyyn osallistuneiden kesken yhden (1) lahjakortin taide- ja kulttuurikeskus Kalevan Navetan palveluihin (arvo noin 50 €). Arvonnan voittaja saa itse päättää, mihin palveluihin haluaa lahjakortin (esim. Äärellä-ravintola, Taito Shop Seinäjoki, Taidelainaamo Parsi). Jos haluat osallistua arvontaan, jätä yhteystietosi.

(Etunimi)

(Sukunimi)

(Puhelinnumero)

(Sähköposti)