

Opinnäytetyö YAMK

Kulttuuriala, Kulttuurihyvinvointi

2022

Heini Brushane

# TAITEELLA TARINOIDEN TULEVAISUUTEEN

– Taide- ja kulttuurilähtöiset työtavat  
ratkaisukeskeisessä neuropsykiatrisessa  
valmennuksessa



Opinnäytetyö YAMK | Tiivistelmä

Turun ammattikorkeakoulu

Kulttuuriala, kulttuurihyvinvointi

2022 | 62 sivua, 17 sivua liitteitä

Heini Brushane

## Taiteella tarinoiden tulevaisuuteen

- Taide- ja kulttuurilähtöiset työtavat ratkaisukeskeisessä neuropsykiatrisessa valmennuksessa

Opinnäytetyö tarkastelee taide- ja kulttuurilähtöistä työtettä ja siihen liittyviä sanoituksia nepsy-valmentajien työssä valmentajille suunnatun Webropol-kyselyn ja kehittämistyöpajan avulla. Työn tavoite on selvittää, millaisia taide- ja kulttuurilähtöisiä työtapoja valmentajilla on käytössään ja millaisia käyttökokemuksia näistä työtavoista on. Lisäksi tavoite on selvittää, onko tarvetta verkostolle, joka kokoaa yhteen näiden työtapojen osaajia ja mahdollistaa valmentajille ammatillista tukea sekä mahdollisesti myöhemmin lisäkoulutusta.

Työn tarkoituksena on vahvistaa taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen asemaa ja madaltaa kynnystä niiden käyttöönottoon nepsy-valmennuksessa, tuottaa valmentajille työvälineitä ja tarjota mahdollisuutta verkostoitumiseen.

Opinnäytetyö määrittelee kulttuurisen nepsy-valmennuksen käsitettä ja ehdottaa *kulttuurinen nepsy-valmennus* -termin käyttöön ottoa, koska tätä kokonaisuutta kuvaavaa sanaa ei ole vielä alalla käytössä. Taidelähtöiset ja kulttuuriset työtavat ovat luonteva osa nepsy-valmennusta eli kyse ei ole uudesta menetelmästä vaan nepsy-valmennuksen jäsentyvistä alakäsitteistä.

Asiasanat:

Kulttuurihyvinvointi, taidelähtöiset menetelmät, neuropsykiatrinen valmennus

Master's Thesis | Abstract

Turku University of Applied Sciences

Master of Culture and Arts, Creative well-being

2022 | 62 pages, 17 pages in appendices

Heini Brushane

## Narrative Art for a Better Future

- Arts- and culture-based working practices in solution-focused neuropsychiatric coaching

The thesis examines the use of arts- and culture-based approach and related terminology in the work of neuropsychiatric coaches through a Webropol survey and development workshop for coaches. The aim of the work is to find out what kind of arts- and culture-based working practices coaches use and what kind of user experiences they have of these working practices. In addition, the aim was to find out whether there is a need for a network that would bring together experts in the field and provide coaches professional support and further training organized by the network.

The purpose of the work is to strengthen the role of arts- and culture-based working practices, to lower the threshold for their use in neuropsychiatric coaching and to provide coaches with tools and an opportunity for networking.

The thesis defines the concept and suggests the use of the term *cultural neuropsychiatric coaching* because there is not yet a concept or term that describes the approach in use. Arts- and culture-based working practices are a natural part of neuropsychiatric coaching, so it is not a new method but a sub-concept of neuropsychiatric coaching.

Keywords:

Creative Well-being, arts-based methods, neuropsychiatric coaching

# Sisältö

<b>1 Johdanto</b>	<b>7</b>
<b>2 Kulttuurisen nepsy-valmennuksen käsitteestä ja tietoperustasta</b>	<b>9</b>
2.1 Kulttuurihyvinvointi nousevana alana	10
2.2 Kulttuurinen nepsy-valmennus uutena käsitteenä	11
2.3 Ratkaisukeskeinen neuropsykiatrinen valmennus	13
2.4 Taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen hyvinvointivaikutuksista	15
<b>3 Kehittämistyö: Taide ja kulttuuri nepsy-valmennuksessa</b>	<b>18</b>
3.1 Kehittämistehtävän taustat	18
3.1.1 Tarve	19
3.1.2 Tavoitteet	20
3.1.3 Tarkoitus	21
3.1.4 Lähtökohdat	21
3.2 Kehittämistyön menetelmät	22
3.2.1 Kysely nepsy-valmentajille	22
3.2.2 Teams-työpaja / kehittäjäyhteistyö	23
3.2.3 Aineiston käsittely	25
3.3 Kehittämistyön toteutus	26
3.3.1 Suunnittelu	26
3.3.2 Toteutunut aikataulu	27
3.3.3 Syntynyt aineisto	28
3.3.4 Kehittämistehtävän eettiset kysymykset	28
<b>4 Kehittämistyön tulokset ja johtopäätökset</b>	<b>30</b>
4.1 Kysely	31
4.1.1 Osa 1: Taidelähtöiset ja kulttuuriset työtavat	32
4.1.2 Osa 2: Kulttuurisen nepsy-valmennuksen kehitystyö	39
4.1.3 Osa 3: Kutsu kehittämistapaamiseen	42
4.2 Työpajatyöskentely	44
4.2.1 Ryhmätyö taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen käytöstä	45

4.2.2 Verkoston suunnittelu	52
4.3 Lopputulos ja sen hyödyntäminen	52
<b>5 Kulttuurinen nepsy-valmennus tulevaisuudessa</b>	<b>54</b>
5.1 Kehittämistehtävän herättämät ajatukset ja visiot	54
5.2 Kulttuurinen nepsy-valmennus osana kulttuurihyvinvointialan työtä	55
5.3 Ihmekysymys	56
<b>6 Pohdinta</b>	<b>57</b>
<b>Lähteet</b>	<b>59</b>

## **Liitteet**

Liite 1. Kysely: Taide ja kulttuuri nepsy-valmennuksessa.

Liite 2. Saatteet kyselyyn nepsy-valmentajille

Liite 3. KUTSU kehittämistyöpajaan

Liite 4. Muistutus / KUTSU

Liite 5. Työpajan ohjelma

Liite 6. PP-esitys: Kysely valmentajille 2022

## **Kuvat**

Kuva 1. Kulttuurinen nepsy-valmennus	12
Kuva 2. Malliesittäytyminen Padlet alustalla.	24
Kuva 3. Sanapilvi luovista työtavoista.	32
Kuva 4. Taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen käytön hyötyjä.	45
Kuva 5. Taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen käytön haasteista.	48
Kuva 6. Millaisia taide- ja kulttuurilähtöisiä tehtäviä käytät usein?	51

## **Taulukot**

Taulukko 1. Vastaajien käyttämät työtavat taiteenaloittain.	34
Taulukko 2. Vastaajien käyttämiä harjoituksia, tehtäviä ja työtapoja.	36
Taulukko 3. Vastaajien toiveet verkoston hyödyistä itselle.	40

# 1 Johdanto

Opinnäytetyöni *Taiteella tarinoiden tulevaisuuteen – Taide- ja kulttuurilähtöiset työtavat ratkaisukeskeisessä neuropsykiatrisessa valmennuksessa* tarkastelee taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen soveltamista ratkaisukeskeisten neuropsykiatristen valmentajien eli nepsy-valmentajien työssä ja ehdottaa tälle työotteelle termiä *kulttuurinen nepsy-valmennus*.

Kehitystehtävän suunnitelman mukaisena tavoitteena oli selvittää, millaisia taide- ja kulttuurilähtöisiä työtapoja neuropsykiatrisilla valmentajilla on käytössään, millaisia käyttökokemuksia näistä työtavoista on ja löytyisikö hyviä käytäntöjä jaettavaksi. Lisäksi tavoitteena oli selvittää, onko tarvetta verkostolle, joka kokoaisi yhteen taidetta ja kulttuuria valmennustyössään soveltavia nepsy-valmentajia ja mahdollistaisi valmentajille ammatillista tukea sekä mahdollisesti myöhemmin lisäkoulutusta.

Työn tarkoituksena oli vahvistaa taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen asemaa ja madaltaa kynnystä niiden käyttöönottoon nepsy-valmentajien keskuudessa, tuottaa valmentajille työvälineitä ja tarjota mahdollisuutta pysyvämpään verkostoitumiseen.

Tärkeäksi yksityiskohdaksi opinnäytetyön aikana muodostui myös kulttuurisen nepsy-valmennuksen käsitteen rakentaminen, koska työtettä kuvaavaa käsitettä tai termiä ei ole vielä jäsentyneenä kokonaisuutena käytössä. Taide- ja kulttuurilähtöiset menetelmät ja työtavat ovat kuitenkin luonteva osa nepsy-valmennusta ja koulutuksissa niitä kannustetaan käyttämään, jos osaamista on. Eli kyse ei ole uuden menetelmän keksimisestä vaan alakäsitteen muodostumisesta nepsy-valmennuksen menetelmän alle. Kiinnostusta kuitenkin tätä työtettä kohtaan on ja siksi koen tärkeäksi tehdä kehitystyötä aiheen parissa.

Opinnäytetyöni aineisto koostuu nepsy-valmentajille suunnatun Webropol-kyselyn tuloksista ja kyselyssä vapaaehtoisena kehittäjäyhteistyöhön

ilmoittautuneiden voimin toteutetusta kehittämistyöpajan tuotoksista sekä tietoperustasta nepsy-valmennuksen, taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen ja kulttuurihyvinvoinnin alueella. Näitä aiheita käsittelen opinnäytetyöraportissa omissa luvuissaan ja viimeisissä kahdessa luvussa pohdin opinnäytetyöni vaikutuksia ja kulttuurisen nepsy-valmennuksen tulevaisuutta.

Itselleni tärkein oppimistavoite tässä opinnäytetyössä oli jäsentää omaa osaamistani kulttuurisen nepsy-valmennuksen parissa sote- ja kulttuurialan yhdyspintaosaajana. Minulla on vuosien kokemus taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen soveltamisesta ja narratiivisesta lähestymistavasta erilaisissa työtehtävissä nuorisotyössä sekä sosiaalialalla. Minulle on ollut koko ajan selvää, että taide- ja kulttuurilähtöinen työote ja narratiivisuudelle ominainen tarinoiden kautta asioiden käsittely on osa omaa ammatillisuuttani, missä sitten työskentelenkin. On ollut hämmentävää kokea sanoituksen puutetta tässä asiassa. Tähän halusin muutosta tällä opinnäytetyöllä. Opinnäytetyöni tarjosi mielenkiintoisen mahdollisuuden nähdä miten muut taide- ja kulttuurilähtöisiä työtapoja soveltavat valmentajat näkevät näitä yhteyksiä ja millaisia sanoituksia he ovat työlleen löytäneet. Myös yhteisen uuden jäsentyneemmän sanoituksen muodostumisesta tuli tärkeä osa työtäni matkan varrella.

## 2 Kulttuurisen nepsy-valmennuksen käsitteestä ja tietoperustasta

Tässä luvussa avaan lyhyesti näkökulmia aiheeseeni liittyvään tietoperustaan. Kulttuurihyvinvointiala, jonka alueelle kulttuurinen nepsy-valmennus työotteena sijoittuu, on nouseva ala ja kulttuurihyvinvoinnin käsite on vakiintunut suomenkieliseksi kattokäsitteeksi 2010-luvulla (Houni ym. 2021, 17). Alan edelleen jatkuva muotoutuminen osaltaan selittää myös opinnäytetyöni ajankohtaisuutta ja uusien käsitteiden muodostumisen tarvetta.

Nepsy-valmennus on rantautunut Suomeen 2003, jolloin puhuttiin vain ADHD-valmennuksesta, mutta nykyään nepsy-valmennuksen kohderyhmänä on laajemmin neurologisia erityisvaikeuksia omaavat henkilöt (Huoviala 2007, 7–9). Nepsy-valmennus on siis myös melko uusi kuntoutusmuoto ja kentällä tehdään edelleen paljon erityisesti palveluiden rakenteellista kehitystyötä. Aiheeni on siis hyvin ajankohtainen myös tästä näkökulmasta.

Opinnäytetyössäni kulkevat rinnakkain sanat taide- ja kulttuurilähtöinen. Se johtuu yksinkertaisesti siitä, että oma kokemukseni erilaisten ihmisen luovuuteen perustuvien työtapojen kanssa ulottuu yli taidelähtöisten työtapojen kulttuurilähtöisten työtapojen puolelle. Näen näiden käsitteiden suhteen osittain päällekkäisenä, kun kulttuurilähtöiset työtavat pitävät sisällään myös taidelähtöiset työtavat, mutta myös paljon muuta. Kulttuuri on käsitteenä hyvin laaja kokonaisuus, jonka Yhdistyneiden kansakuntien kasvatus-, tiede- ja kulttuurijärjestö Unesco määrittelee näin: *"Kulttuuri on yhteiskunnan tai ihmisryhmän henkisten, aineellisten, älyllisten ja emotionaalisten ominaisuuksien koostumus, ja se sisältää taiteiden ja kirjallisuuden lisäksi elintavat, yhteiselämän, arvojärjestelmät, traditiot ja uskomukset"* (Hyyppä 2021).

Omaan valmennustyöhöni ammennan erilaisia harjoituksia ja tehtäviä esimerkiksi kädentaidoista, tarinoista ja filosofioista, joiden ajattelen olevan kulttuurilähtöisiä ei niinkään taidelähtöisiä. En kuitenkaan selvyiden vuoksi

halunnut puhua vain kulttuurilähtöisistä työtavoista, vaikka se olisi kattanut koko kokonaisuuden. Taidelähtöinen on käsitteenä tunnetumpi ja sanana informatiivisempi sekä ilmiönä tutkitumpi, joten sen oli oltava mukana sellaisenaan. En kuitenkaan ollut valmis luopumaan myöskään kulttuuri-sanasta työtapoja kuvaillessani, joten molemmat ovat mukana, vaikka pääpaino on taidelähtöisillä työtavoilla siitä syystä, että niistä on helpompi löytää tutkimustietoa.

## 2.1 Kulttuurihyvinvointi nousevana alana

Kulttuurihyvinvointiala on monialainen sekä tasoinen ja vielä monin paikoin hahmottumassa oleva, kuitenkin jo monenlaista ammattilaisuutta sisäänsä kätkevä työkenttä. Työ kulttuurihyvinvointialalla tapahtuu usein sektorirajoja ylittäen, kun kulttuurialan ammattilaisten osaamista hyödynnetään esimerkiksi kasvatus-, hoiva- ja hyvinvointialoilla (Ansio ym. 2018, 5). Tulevassa sosiaali- ja terveydenhuollon uudistuksessa painotetaan moniammatillisen ja monisektorisen yhteistyön merkitystä (Laurila 2020, 8) ja monialaisella kulttuurihyvinvointityöllä on moniosainen paikkansa tällä sosiaali- ja terveysalan osaamisalueella, kun kulttuurinen työ yhdistyy hyvinvointityöhön monilla tasoilla monitoimijuusajatuksen mukaisesti (Laurila 2020, 10). Kulttuurihyvinvoinnin työkenttä on siis laaja ja hyvin moniulotteinen, mutta meillä Suomessa on tehty paljon hyvää työtä ammattialan eteen. Tarvitaan kuitenkin edelleen kehittämis- ja tutkimustyötä, sekä monialaista dialogia, jotta voimme luoda kansallisesti ja kansainvälisesti merkittävää monitoimijaista kulttuurihyvinvointialaa (Huhtinen-Hildén 2021).

Tähän alan keskusteluun ja kehittämistyöhön haluan ottaa osaa tällä opinnäytetyölläni jalat tukevasti omilla osaamisalueillani sote- ja kulttuurialalla. Taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen soveltamisesta sosiaalialalla minulla on useiden vuosien kokemus, ja nepsy-valmentajanakin olen taittanut ammatillista matkaa jo muutaman vuoden. Taide- ja kulttuurilähtöinen työote on aina ollut osa valmentajuuttani, joten nyt on aika löytää muita, jotka tekevät samaa, saada nimi

sille mitä teen ja alkaa kehittää tekemistä vahvemaksi yhdessä. Ainakin tällainen haave minulla on.

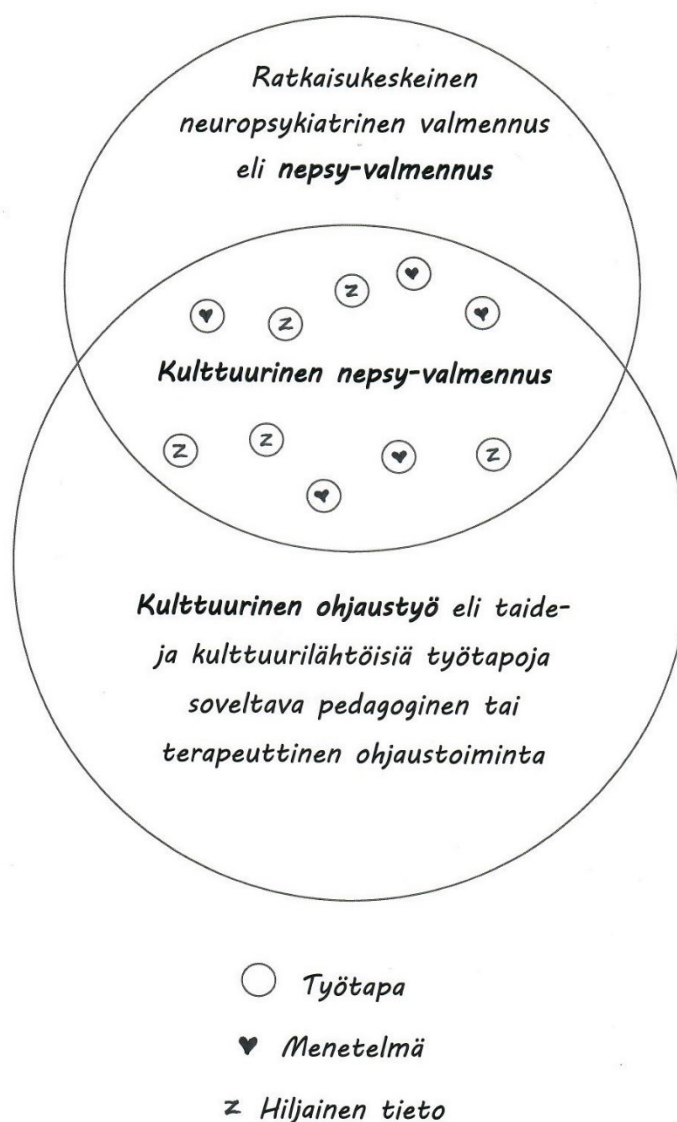
## 2.2 Kulttuurinen nepsy-valmennus uutena käsitteenä

Kulttuurinen nepsy-valmennus ei ole vielä käsitteenä käytössä. Haluaisinkin ehdottaa, että tällainen käsite voitaisiin tunnistaa ja ottaa käyttöön. Siinä yhdistyisivät ratkaisukeskeinen neuropsykiatrinen valmennus sekä taide- ja kulttuurilähtöinen työote. Termiksi eli nimeksi tälle käsitteelle ehdottaisin yksinkertaisesti *kulttuurinen nepsy-valmennus*, koska se on mielestäni hyvin linjassa jo olemassa olevien kulttuurinen-etuliitteisten kulttuurisen ohjaustyön termien kanssa. Esimerkiksi *kulttuurinen nuorisotyö* tai *kulttuurinen vanhustyö*.

Opetus ja kulttuuriministeriön rahoittama Nuori Kulttuuri -toiminta määrittelee kulttuurisen nuorisotyön olevan *"taiteen ja kulttuurin voimin tehtävää nuorisotyötä"* (Nuori Kulttuuri 2021) ja Kohti luovaa arkea -kulttuurisen vanhustyön tutkimusraportti määrittelee kulttuurisen vanhustyön olevan *"taiteen, taidetoiminnan, luovuuden ja kulttuurin tuomista eri tavoin osaksi vanhustyötä ja sen kehittämistä"* (Huhtinen-Hildén ym. 2017, 22). Kyseessä ei siis kummassakaan tapauksessa ole mikään yksittäinen menetelmä, malli tai palvelu, vaan tapa toimia niin, että perustyötä rikastetaan taide- ja kulttuuritoiminnalla. Juuri tätä minä koen tekeväni nepsy-valmentajana ja ajattelen, että kulttuurinen nepsy-valmennus on kuvaava termi sille mitä minä ja varmasti myös monet muut tekevät.

Esimerkiksi teen valmennettavien kanssa usein jakson aluksi nepsy-valmennuksen klassikkoharjoituksen, onnistumispäiväkirjan ja valmiin vihon antamisen sijaan sidomme yhdessä päiväkirjan japanilaisen kirjansidonnan menetelmin. Jo tämä pieni lisä tekee harjoituksesta monipuolisemman, koska se muun muassa lisää siihen yhdessä tekemistä luomaan luontevaa yhteyttä, mahdollisuuden kokea ja kirjata jo ensimmäisen onnistumisen, sekä mahdollisuuden havainnoida asiakkaan motorisia taitoja tai ajatuksia omasta osaamisesta.

Kulttuurinen nepsy-valmennus on siis näkemykseni mukaan työote, joka sijoittuu nepsy-valmennuksen ja kulttuurisen ohjaustyön yhdyspinnalle (Kuva 1). Kulttuurinen ohjaustyö on taide- ja kulttuurilähtöisiä työtapoja soveltavaa pedagogista tai terapeutista ohjaustoimintaa. Kulttuurisen ohjaustoiminnan ammattilaiset työskentelevät hyvin erilaisissa toimintaympäristöissä yksilöiden sekä ryhmien kanssa (Ohjaustoiminnan artemoni 2014, 4). Näin tekevät myös nepsy-valmentajat omassa viitekehyksessään.



Kuva 1. Kulttuurinen nepsy-valmennus

Kulttuurisen nepsy-valmennuksen erilaisten toimintatapojen ytimessä on näkemykseni mukaan sekä erilaisista koulutuksista tai muista lähteistä hankittua menetelmäosaamista, mutta myös paljon kokeilevaan työtapaan perustuvaa osaamista. Hiljaista tietoa eli työkokemuksen synnyttämää usein vaikeasti sanoitettavaa osaamista, mikä koostuu uskomuksista, mielikuvista, ajatusrakennelmista ja näkemyksistä ihmisen toiminnan taustalla (Pohjalainen 2012, 1–2). Tällaista tietoa olisi tärkeää saada kerättyä talteen valmentajayhteisölle jaettavaksi ja kehittämistyön pohjaksi.

### 2.3 Ratkaisukeskeinen neuropsykiatrinen valmennus

Ratkaisukeskeinen neuropsykiatrinen valmennus eli nepsy-valmennus on suunnitelmallinen ja sopimuksellinen kuntoutusmenetelmä, joka täydentää muita yhteiskunnan palveluita. Nepsy-valmennuksessa ei ole kyse terapiasta eli sairauden tai vamman parantamiseksi annetusta hoidosta, mutta lähestymistapa on vahvasti terapeuttinen. Nepsy-valmennuksessa tehdään valmennussopimus ja toimintasuunnitelma, joihin kirjattujen tavoitteiden saavuttamista tuetaan ohjauksella, harjoittelulla, yhdessä tekemisellä, uusien toimintamallien opettelulla sekä seurannalla ja arvioinnilla. Nimensä mukaisesti nepsy-valmennus on tarkoitettu henkilöille, joilla on neuropsykiatrisia erityisvaikeuksia ja valmennuksessa tärkeää on ratkaisukeskeinen ajattelutapa. (Huotari & Tamski 2019, 10–16.)

Ratkaisukeskeisessä ajattelutavassa keskiössä on näkemys, että ihmisellä on itsessään se tieto siitä, miten ongelma ratkaistaan ja ongelman kääntöpuolelta löytyy toive muutoksesta, jota kohti päästään valmennettavan voimavaroja ja aikaisempia onnistumisia tarkastelemalla, sekä asettamalla pieniä tavoitteita kohti parempaa (Hirvihuhta & Litovaara 2003, 15). Ongelmia ratkaisevia oivalluksia herätellään erilaisilla harjoituksilla ja tehtävillä, joita tehdään valmennuksessa ja valmennusten välisinä aikoina itsenäisesti.

Nepsy-valmennus on ajallisesti sopimuksella rajattu prosessi. Sopimuksessa määritellään tapaamiskertojen määrä, kesto ja niiden tavoitteet. Tavallisesti

valmennettavaa tavataan 1,5–2 tuntia viikossa. Valmennussuhde päättyy, kun sovitut kerrat on käytetty tai tavoite saavutettu. Tavoitteet asetetaan yhdessä valmennettavan kanssa ja käytetyt valmennusmenetelmät valitaan yksilöllisesti tavoitteen ja tarpeen mukaan. (Huotari & Tamski 2019, 15; Puustjärvi 2019.)

Nepsy-valmennusta tarjotaan monien eri palveluiden yhteydessä ja lisäksi sitä tarjoavat yksityiset yritykset. Maksaja voi olla valmennettava, valmennettavan perhe tai valmennukseen voi saada maksusitoumuksen tai tukea sosiaali- ja terveydenhuoltopalveluiden kautta. Valmennusta voidaan suositella osana kuntoutusta tai siihen voi hakeutua oma-aloitteisesti.

Ratkaisukeskeisen kuvataideterapian työtavat sopivat sovellettavaksi osaksi nepsy-valmennusta mainiosti, koska pohjalla oleva käsitys ihmisestä kokonaisvaltaisena olentona on yhteinen ja *Ratkaisukeskeisen kuvataideterapian oppikirjassa* mainitaankin neuropsykiatrinen valmennus yhtenä ratkaisukeskeisen kuvataideterapian käyttömahdollisuutena (Salmela & Hiekkänen 2013, 4). Tämä on ollut toistaiseksi ainoa kirjallinen lähde, jossa olen nähnyt nämä asiat yhdessä. Vaatii tietysti nepsy-valmentajan koulutuksen lisäksi taideterapiatyöhön perehtymistä ennen kuin voi valmennustyössään näitä työtapoja menestyksekkäästi valmennuksessa käyttää.

Ratkaisukeskeisyyden lisäksi toinen nepsy-valmennusmenetelmän taustalla vaikuttava näkökulma on tarinallisuus eli narratiivisuus, mikä myös tukee hienosti erilaisten taide- ja kulttuurilähtöisten harjoitteiden ja tehtävien käyttöä valmennuksessa.

Narratiivisessa työtavassa pidetään ihmistä oman elämänsä asiantuntijana ja ongelmiin suhtaudutaan ihmisestä erillisinä asioina, joihin voidaan vaikuttaa yksilön omia resursseja käyttäen. Narratiivisen lähestymistavan keskiössä ovat erilaiset elämäntarinat eli syntyneet tulkinnat elämäkokemuksista, joita ihmisillä on useita yhtä aikaa. Näihin tarinoihin ja niiden vaikutuksiin tutustumalla narratiivisessa työskentelyssä eri menetelmin pyritään saamaan aikaan positiivinen muutos tukemalla ja syventämällä sellaisia tarinoita, jotka eivät tue ongelmakeskeistä ajattelua. (Morgan 2008, 10–12, 23.)

Ajattelen, että erilaisilla taide- ja kulttuurilähtöisillä harjoituksilla ja tehtävillä voidaan tehdä näkyväksi näitä tarinoita, muokata niitä ja osoittaa niitä epätosiksi eli käyttää taidetta tarinoinnin välineenä paremman tulevaisuuden muokkaamiseksi. Voidaan myös rakentaa aivan uusi tarina, tulevaisuuskuva, jota kohti halutaan kulkea, mennä kohti tarinoiden parempaa tulevaisuutta. Huotarinen ym. (2019, 46) mukaan vertauskuvallinen ongelman lähestyminen voi saada aikaiseksi aivan uuden kokemuksen tai oivalluksen ja hallitsevien, usein ongelmallisten tarinoiden rinnalle syntyy vaihtoehtoisia tarinoita. Kun näitä uusia vaihtoehtoisia tarinoita vaalitaan, niiden merkitys ihmisen elämässä kasvaa.

#### 2.4 Taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen hyvinvointivaikutuksista

WHO julkaisi laajan tutkimuksen taidetoiminnan vaikutuksista terveyteen vuonna 2019. Tutkimusraportin mukaan taidetoiminnalla voi olla hyvin monenlaisia terveyttä edistäviä elementtejä ja taide voi vaikuttaa psyykkiseen, fyysiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin sekä käyttäytymiseen. Positiivisia vaikutuksia voivat olla esimerkiksi minäpystyvyyden tunteen tai tunnesäätelyn taitojen lisääntyminen, matalampi stressitaso, yksinäisyyden kokemusten väheneminen ja lisääntynyt liikunta tai taitotaso. (Fancourt & Finn 2019, 3.)

Nämä ovat usein tavoiteltuja hyvinvointivaikutuksia, kun puhutaan nepsyvalmennuksen asiakaslähtöisistä tavoitteista. On tietenkin selvää, että tällaiset hyvinvointivaikutukset eivät ilmesty kuin tyhjästä heti, kun pensselit tai marakassit kaivetaan esiin, vaan toimintaa ohjaavan ammattilaisen täytyy tuntea sekä soveltamiensa työtapojen terapeuttiset mahdollisuudet että kohderyhmä tai asiakas, ennen kuin tällaisiin vaikutuksiin päästään. Nepsyvalmennuksen niin kuin varmasti monen muunkin terapeuttisen työn osalta vaikutusten syntyminen vaatii aikaa ja toistoja. Välillä myös epäonnistumista, jotta sopiva työskentelymuoto löytyy. Onkin mielestäni todella tärkeää pitää mielessä ammattitaidon merkitys, kun puhutaan taiteen terapeuttisesta käytöstä.

Taiteen terapeuttisia vaikutuksia ihmisten hyvinvointiin on hyödynnetty jo vuosituhansia. Luovien terapioiden ammatillinen kehitys on alkanut, kun useat yliopistot eri maissa ottivat niitä oppiaineikseen 1940- ja 1950-luvulla (Punkanen ym. 2016, 306). Suomessa taideterapioiden asema on pääsääntöisesti rinnasteinen nepsy-valmennuksen kaltaiseksi kuntouttavaksi toiminnaksi, joissa määrittävänä tekijänä on ohjaajan tai terapeutin koulutus. Poikkeuksena tässä taidepsykoterapeutti, jolla on siis sekä psykoterapeutin että taideterapeutin pätevyys ja hän voi antaa taidepsykoterapiaa. Psykoterapeutin ammattinimekkeen voi myöntää vain Sosiaali- ja terveysalan lupa- ja valvontavirasto Valvira. (Putkisaari 2013, 11–12.)

Eli taideterapia on luonteeltaan ennaltaehkäisevää, hoitavaa ja kuntouttavaa kasvatus sekä sosiaali- ja terveysalan koulutetun ammattilaisen tavoitteellista työtä, taiteellisen ilmaisun välineitä käyttäen, asiakaslähtöisten tarpeiden toteuttamiseksi. Taidetyöskentelyn voidaan katsoa olevan itsessään terapeuttista ja taidemenetelmiä voidaan käyttää, mutta se ei ole taideterapiaa. (Putkisaari 2013, 10–11.)

Ajattelen, että taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen soveltaminen nepsy-valmennuksessa on rikkaus, joka kannattaa ottaa vastuullisesti käyttöön. Valmentajan on huolehdittava itse osaamisestaan ja asianmukaisesta tutustumisesta taide- ja kulttuurilähtöisiin työtapoihin, jotta työn laatu pysyy hyvänä ja valmennettavat voivat siitä hyötyä.

Taiteella ja hyvinvoinnilla nähdään olevan vahvoja yhteyksiä. Aikoina, jolloin arjen asiat ja tavarat tehtiin itse käsin, olivat taide ja luovuus jokamiehen oikeus ja arjen sisältö. Arjen muuttuessa luova toiminta ja taiteen tekeminen muuttui monille vieraaksi, kun taiteen kuluttaminen muuttui enemmänkin passiiviseksi vastaanottamiseksi kuin aktiiviseksi tekemiseksi. Tällä näyttäisi olevan sellaisia vaikutuksia ihmisen hyvinvointiin, että ongelmanratkaisukyky ja elämänhallinta heikkenevät, elämys ja tunnemaailma kapenevat, minkä johdosta ihminen tarvitsee entistä nopeammin ammattiapua. Tämä on vaikuttanut luovien terapioiden ammatilliseen kehittymiseen. (Punkanen ym. 2016, 306.)

Nepsy-valmentajaa tarvitaan juuri tämän tapaisissa tilanteissa, kun yhteys omaan luovuuteen on heikentynyt. Tuntuu siis minusta luontevalta, että nepsy-valmentajan työkalupakissa olisi taide- ja kulttuurilähtöisiä työtapoja, jotta valmennettavalle voitaisiin rakentaa kykyä itse auttaa itseään tulevaisuudessa. Ajattelen, että tästä nepsy-valmennuksessa kokonaisuudessaankin on kyse. Valmennettavalle opetetaan ratkaisukeskeistä ja luovaa sekä omiin vahvuuksiin uskovaa tapaa ajatella ja toimia haastavassa tilanteessa.

Meneillään oleva muutos taiteen soveltamisesta eri yhteiskunnan osa-alueilla ja kulttuurin tuottamisen mahdollistuminen yhä useammalle esimerkiksi sosiaalisen median kautta (Lilja-Viherlampi 2016, 91) tuovat yhteiskuntaamme oman tervetulleen muutoksensa, joka toivottavasti mahdollistaa ihmisille luontevamman suhteen omaan luovuuteen ja näin ollen lisää ihmisten hyvinvointia.

Monilla ihmisillä erilaisten luovien menetelmien käyttö ajatustyön lisänä nopeuttaa ja helpottaa olennaisen asioiden äärelle pääsyä verrattuna vain puhumiseen (Punkanen ym. 2016, 307). Neuropsykiatrisia erityisvaikeuksia omaamilla henkilöillä voi myös olla vaikeuksia sanallisessa ilmaisussa, joten senkin takia taide- ja kulttuurilähtöiset harjoitukset saattavat auttaa kommunikoinnissa. Tarvitaan kuitenkin ammattitaitoa osata löytää juuri asiakkaalle sopiva harjoitus, ettei vaikutus muutu haitalliseksi, kun valmennettava kavahtaa vaikealta tuntuvaa harjoitusta.

Taiteen kautta henkisesti vaikean asian käsittely saa mahdollisuuden myös metaforiseen suojaan eli asian käsittelyyn epäsuorasti, jolloin vaikeaankin asiaan on mahdollista päästä käsiksi, voi tulla esille jotain mihin ei aiemmin ole löytynyt sanoja tai voi syntyä uusia oivalluksia (Känkänen 2013, 99). Tämä metaforinen suoja on omassa työssäni osoittautunut tärkeäksi, kun valmennettavan pitäisi alkaa puhua minulle, uudelle ihmiselle, vaikeista asioista. Se onnistuu helpommin erilaisten vertauskuvien kautta.

### 3 Kehittämistyö: Taide ja kulttuuri nepsy-valmennuksessa

Tässä luvussa esittelen lukijalle opinnäytetyön taustoja ja tavoitteita. Kerron millaisiin työskentelytapoihin olen päätenyt ja miten opinnäytetyötäni suunnittelin. Luvussa kuvataan työn vaiheittaista etenemistä sekä omia ajatuskulkujani työn edetessä.

#### 3.1 Kehittämistehtävän taustat

Aloitin opinnäytetyöni tekemisen tilanteessa, jossa minulla ei ollut ennestään kontakteja muihin nepsy-valmentajiin, jotka käyttävät taide- ja kulttuurilähtöisiä työtapoja valmennustyössään. Verkostooni kuuluu paljon muita sosiaali- ja terveys- sekä kasvatustalon ammattilaisia, joille taide- ja kulttuurilähtöiset työtavat ovat hyvin laajasti osa omaa työtä ja siksi minulle itselleni on ollut alusta asti selvää, että taide- ja kulttuurilähtöiset työtavat ovat myös osa minun nepsy-valmentajuuttani. Monilta nepsy-valmentajilta on tullut ihailevaa palautetta tavastani käyttää taide- ja kulttuurilähtöistä työotetta. Opinnäytetyöni aihetta pohtiessa tämä palaute muotoutui kysymykseksi: Olisiko tarvetta ideapankille ja ideoiden jakamiselle?

Kaikki nämä mainitsemani ihmiset ovat minulle tuttuja ammatillisten verkostojen kautta. Siitä syntyi ajatus selvittää, tarvittaisiinko Suomessa taide- ja kulttuurilähtöistä työotetta aktiivisesti käyttäville nepsy-valmentajille oma verkosto. Ensin tietysti piti selvittää olisiko sellainen verkosto jo olemassa, mutta en löytänyt Suomesta mitään siihen viittaavaa. Myöskään kirjallisuudesta en onnistunut löytämään paljonkaan, mikä puhuisi juuri tästä aiheesta. Yhdessä ratkaisukeskeisen taideterapian oppikirjassa mainitaan nepsy-valmennus listassa, jossa luetellaan erilaisia hoitosuhteita ja konteksteja, joissa ratkaisukeskeistä kuvataideterapiaa voidaan soveltaa (Salmela & Hiekkänen 2013, 4). Totesin olevani uuden äärellä ja haluavani aloittaa keskustelun siitä

olisiko tämä aihe sellainen, jonka ympärille haluttaisiin kerääntyä keskustelemaan ja kehittämään käsitteistöä sekä hyviä käytäntöjä.

### 3.1.1 Tarve

Koin opinnäytetyöni tekemisen tarpeen kovin vahvasti, koska halusin tarjota mahdollisille työyhteisössään yksin taide- ja kulttuurilähtöisen työtteen kanssa toimiville nepsy-valmentajille vertaistukea. En toki voinut olla aloittaessani varma, että kollegani ovat asiassa samalla tavalla yksin monialaisena osaajana työpaikallaan kuin itse olen. Mutta vuosien kokemukseni kulttuurihyvinvointialan yhdistyksen *Kulttuurisen ohjaustoiminnan ammattilaiset – OTA ry:n* hallitustyössä on tarjonnut minulle aitiopaikan seurata, miten monet taide- ja sote-alan hybridiosaajat kokevat usein ammatillista yksinäisyyttä. Tällaisessa tilanteessa ammatillisen verkoston merkitys kasvaa.

Hybridiosaaja on ammattilainen, jolla on laaja-alaista osaamista omalla ammattialalla sekä sen yli useammalle ammattialalle ja hybridiosaajalta vaaditaan jatkuvaa osaamisen kehittämistä, hyviä meta- ja työelämätaitoja (Jalonen ym. 2019). Ajattelen että tällainen ammatillaisuus on erityisen tärkeää silloin, kun kehitetään yhdyspintatyötä. Jos kehittäjäryhmässä ei ole yhtään ammattilaista, joka ymmärtää asiaa laajemmin voi jo yhteisen kielen löytyminen kestää kohtuuttoman kauan. Hybridiosaaja voi toimia ikään kuin tulkkina yhdyspinnalla.

Monille nepsy-valmentajille arjen kiire on myös enemmän kuin tuttua. Tuntuu, että neuropsykiatrisen osaamisen tarve kasvaa ja palveluita kehitetään niin vauhdilla, että nepsy-valmentajilla on valtava kiire. Palveluntarpeen kasvaminen johtunee lisääntyneestä diagnosoinnista. Esimerkiksi aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriön esiintyvyyden ei kansainvälisten tutkimusten perusteella ole katsottu lisääntyneen (Polanczyk 2014, 434). Kansainväliset kriisit covid-19-pandemia ja Euroopassa tälläkin hetkellä riehuva sota, eivät ainakaan vähennä asiakasryhmämme tuentarvetta. Kiireen keskellä verkostot ideapankkeineen ja vertaistukitapaamisineen ovat ainakin itselleni verraton apu. Ideapankista löytyy

juuri se idea, jota nopeasti tarvitsee tai vertaistapaamisessa on lupa hengähtää hetkeksi ymmärtäväisessä seurassa.

### 3.1.2 Tavoitteet

Opinnäytetyön tavoitteeksi muodostui selvittää, millaisia taide- ja kulttuurilähtöisiä työtapoja neuropsykiatrisilla valmentajilla on käytössään, millaisia käyttökokemuksia niistä on ja löytyisikö hyviä käytäntöjä jaettavaksi. Lisäksi tavoitteena oli selvittää, onko tarvetta verkostolle, joka kokoaisi yhteen kulttuuririkasteisen nepsy-valmennuksen osajia ja mahdollistaisi valmentajille ammatillista tukea sekä mahdollisesti myöhemmin lisäkoulutusta.

#### **Tutkimuskysymykset:**

#### **1) Miten laajasti erilaiset kulttuuriset työtavat ovat käytössä neuropsykiatrisilla valmentajilla?**

- a) Kuinka moni kyselyyn vastanneista käyttää kulttuurisia työtapoja?
- b) Millaisia erilaisia työtapoja on käytössä?
- c) Miten usein/paljon valmentaja käyttää näitä työtapoja

#### **2) Millaisia käyttökokemuksia valmentajilla on kulttuuristen työtapojen käytöstä?**

- a) Miten valmentajat ovat kokeneet käyttämiensä työtapojen hyödyn/haasteet?
- b) Millaisissa tilanteissa työtapoja voi/ei voi käyttää?
- c) Onko käytössä jotain vakioharjoituksia tai -tehtäviä kaikille? Millaisia?

#### **3) Millaista kehitystyötä voisi kulttuurisen nepsy-valmennuksen parissa tehdä?**

- a) Miten moni valmentaja kokee verkostoitumisen tarvetta?
- b) Millaista hyötyä verkostolta odotetaan?
- c) Millaiseen tietoon vastaajien toiminta perustuu?

### 3.1.3 Tarkoitus

Opinnäytetyön tarkoituksena oli vahvistaa taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen asemaa ja madaltaa kynnystä niiden käyttöönottoon nepsy-valmentajien keskuudessa, tuottaa valmentajille työvälineitä ja tarjota mahdollisuutta pysyvämpään verkostoitumiseen.

Opinnäytetyöni alkoi kartoittaa tuntematonta kenttää. Ainakaan tietääkseni Suomessa ei aikaisemmin ollut nepsy-valmentajien yhteisöjä, joilla yhdistävänä tekijänä olisivat taide- ja kulttuurilähtöiset työtavat. Neuropsykiatristen häiriöiden hoidossa terapiapuolella oli ja on toki käytössä taideterapian muotoja, mutta matalamman kynnyksen taidetyöskentely asiakkaiden kanssa oli vielä kartoittamatonta aluetta. Opinnäytetyöni tarkoituksena oli siis selvittää, onnistuisinko löytämään kentältä muita kaltaisiani taide- ja kulttuurilähtöisen työotteen omaavia nepsy-valmentajia ja voisiko verkostoitumalla saada tämän työotteen asemaa vahvistettua.

Koin tärkeäksi myös avata keskustelun kulttuurisen nepsy-valmennuksen käsitteen muodostamisesta. Eli toivoin opinnäytetyöni myös toimivan keskustelun herättäjänä tämän uuden käsitteen osalta.

### 3.1.4 Lähtökohdat

Aloitin opinnäytetyöni siis aika lailla tyhjältä pöydältä. Minulla ei ollut selvää teoriaa mihin nojata vaan tieteellinen tieto oli hajallaan nepsy-valmennuksen ja terapeutin taiteen käytön kirjallisuudessa, mitä sitten piti alkaa soveltaa kulttuuriseen nepsy-valmennukseen. Minulla ei ollut tietoa löydänpö edes yhtä ainutta valmentajaa vastaamaan kysymyksiini, eikä työni keskiössä oleva käsite vaikuttanut olevan vielä käytössä alalla. En voinut kuin todeta koko asian olevan niin uusi, että sitä pitäisi alkaa kartoittaa ja määritellä, jotta tietoa olisi asiasta helpompi saada, jos sitä etsii. Halusin alkaa kokoamaan tätä palapeliä!

Moni asia alussa hirvitti ja onneksi opinnäytetyötäni ohjaava yliopettaja Liisa-Maria Lilja-Viherlampi kehotti rohkeasti eteenpäin. Mielen päällä pyöri

mahdollinen tuleva pettymys ja aiheen vaihto, jos vastaajia ei löydy. Myös nepsy-ammattilaisten mahdollinen reaktio mietitytti. Voisiko aiheeni herättää jonkinlaista vastustusta? Näihin pohdintoihin sai vastauksen vain yhdellä tavalla, ryhtymällä työhön.

### 3.2 Kehittämistyön menetelmät

Toteutin opinnäytetyöni kokonaan sähköisenä ja aineisto koostuu kahdesta osasta: valmentajille suunnatun Webropol-kyselyn vastausaineistosta ja Teams-videopuhelupalvelulla toteutetun työpajatyöskentelyn tuotoksista. Halusin suunnitella työni täysin verkossa toteutettavaksi, koska tavoittelin kyselyyn vastaajia ja työpajatyöskentelyyn osallistujia ympäri Suomen ja covid-19-pandemiatilanne aiheutti edelleen rajoituksia tapaamisille. Myös aineiston käsittely ja varsinaisen opinnäytetyöraportin kirjoittaminen tapahtui täysin sähköisiä työvälineitä käyttäen ja kaikki ohjaus oli mahdollista suorittaa etänä. Vain tietoperustaa varten pääsin välillä vierailemaan ihan fyysisesti kirjastoon. Se oli tervetullutta vaihtelua päätetyöskentelyyn.

#### 3.2.1 Kysely nepsy-valmentajille

Kyselyn valinta tavaksi etsiä valmentajia oli aika selvä alusta asti, koska verkossa toteutettavalla kyselyllä tavoittaa helposti suurenkin määrän ihmisiä laajalla alueella. Sitä pystyy levittämään henkilökohtaisilla vastauslinkeillä ja siihen pystyy avaamaan julkisen linkin. Koska minulla ei ollut tietoa missä mahdolliset vastaajat ovat, piti kysely suunnitella niin, että sitä voi lähettää suoraan vastaanottajille ja sen voisi löytää verkossa. Kerättävä tieto oli pääosin niin yksinkertaista ja tärkeimmässä roolissa oli kehitystyöhön yhteistyökumppaneiden löytäminen, että kysely tuntui parhaalta vaihtoehdolta. Toki kysely oli valmisteltava huolella erilaisten kyselyaineistolle tyypillisten haasteiden välttämiseksi. Näitä voisivat olla väärinymmärretyt kysymykset, epäsoyvät vastausvaihtoehdot, kyselyn suuntaaminen väärille ihmisille ja

vastaajakato (Hirsjärvi ym. 2012, 195). Suurimpana riskinä pidin sitä, että vastaajia ei löydy tarpeeksi.

Kyselyn tavoitteena oli saada vastauksia tutkimuskysymyksiin ja löytää vapaaehtoisia taide- ja kulttuurilähtöisen työtöteen käytöstä kiinnostuneita nepsy-valmentajia kehittäjäyhteistyöhön. Halusin rakentaa kyselyn mahdollisimman kevyeksi, jotta siihen olisi helppo vastata. Tärkeimmiksi selvitettäviksi asioiksi tutkimuskysymysten näkökulmasta tässä vaiheessa nousivat kysymykset siitä, miten laajasti erilaiset taide- ja kulttuurilähtöiset työtavat ovat käytössä neuropsykiatrisilla valmentajilla ja millaista kehitystyötä voisi kulttuurisen nepsy-valmennuksen parissa tehdä? Tärkeää oli myös saada tietää mitä vastaajat ajattelivat taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen olevan eli miten he käsittivät tämän kokonaisuuden.

Valitsin kyselyn toteuttamisen työkaluksi Webropol-ohjelman, koska se oli minulle entuudestaan tuttu ja oppilaitos tarjoaa opiskelijoille mahdollisuuden käyttää sitä maksutta. Kyselyssä (Liite 1) oli kaksi osaa, yksi kysymyssivu osaa kohti ja yhteensä yhdeksän kysymystä. Lisäksi kyselyssä oli aloitussivu ja kiitossivu. Kysely toimitettiin vastaanottajille ja julkaistiin saatteiden (Liite 2) kanssa.

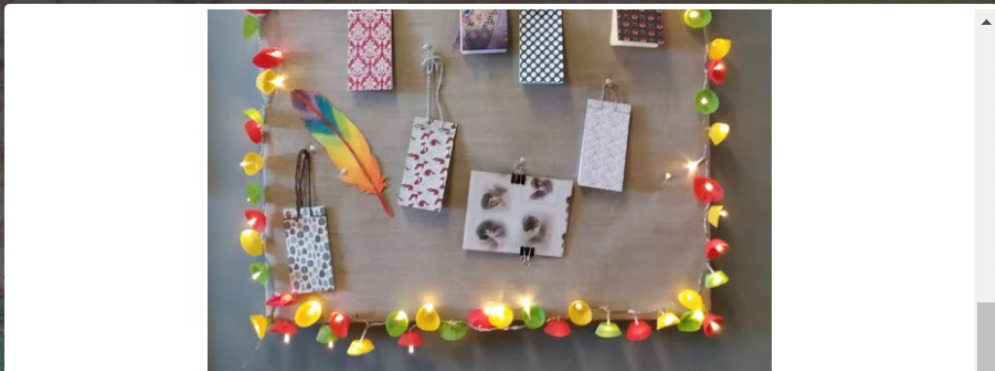
Halusin myös testata kyselyn pienellä ryhmällä tuttuja valmentajia, jotta saisin palautetta mahdollisista puutteista kysymysten asettelussa tai teknisissä asioissa. Testiryhmäksi valikoitui pieni 16 valmentajan ryhmä, joka pääsi vastaamaan kyselyyn reilu viikko aikaisemmin kuin muut. Mitään korjattavaa ei testiryhmän vastausaikana kyselyssä ilmennyt.

### 3.2.2 Teams-työpaja / kehittäjäyhteistyö

Aineiston keruun toiseksi vaiheeksi valikoitui Teams-työpaja eli kyselyssä vapaaehtoiseksi ilmoittautuneiden kehittäjäyhteistyön toteutus etäyhteyksin. Valitsin tämän toimintatavan, koska itselläni on paljon kokemusta tämän tyyppisestä tavasta kerätä tietoa ja pidin tärkeänä saada aikaan kontakteja sekä keskustelua. Työkaluksi valikoitui Teams, koska sekin oli itselleni tuttu ja se olisi

oletettavasti tuttu myös monille muille. Teams on myös helppokäyttöinen ja toimii tarvittaessa ilman rekisteröitymistä, mikä oli tärkeää, jotta mahdollisimman moni pääsisi mukaan.

Työpajaan kutsuttiin kaikki, jotka kyselyssä antoivat sähköpostinsa kutsun lähettämistä varten. Kutsu (Liite 3) toimitettiin noin kuukautta ennen työpajaa ja osallistujille muistutusviesti (Liite 4) lähetettiin viikkoa ennen työpajaa. Kutsu sisälsi myös ennakkotehtävän, jonka tarkoituksena oli tehdä työpajassa esittäytymisestä mukavampaa ja samalla jo vähän innostaa ja aloittaa yhdessä ideapankin keräämistä. Ennakkotehtävässä valmentajan tehtävänä oli tehdä Padlet-alustalle lyhyt ammatillinen esittäytyminen ja kuvailla itselle mieluinen nepsy-valmennukseen liittyvä taide- tai kulttuurinen harjoitus tai tehtävä, jota usein käyttää. Padlet alustalla oli valmiina malli (Kuva 2) esittäytymisestä.



**Heini esittäytyy**

Hei kaikki!

Olen Heini Brushane, ohjaustoiminnan artonomi, sosionomi, nepsy-valmentaja, nepsy-perheen äiti ja paljon muuta. Työskentelen Paraisten kaupungilla Nuorten paja Aktivassa starttivalmentajana/ vastaavana ohjaajana ja työhöni sisältyy koko ajan myös nepsy-valmennusprosesseja asiakastarpeen mukaan.

Tehtävä, jonka teen kaikkien asiakkaitteni kanssa on varmaan kaikille nepsy-valmentajille tuttu onnistumispäiväkirja, mutta valmistamme sen myös itse japanilaisen kirjansidonnin menetelmin. Yhdessä tekeminen on kivaa ja juttu luistaa siinä tehdessä, näin saadaan yhteys auki ja päiväkirjasta tulee heti tärkeämpi, kun sen on itse tehnyt.

Kuva 2. Malliesittäytyminen Padlet alustalla.

Työpajan tavoitteena oli saada vastauksia kyselyssä kartoittamattomaan tutkimuskysymykseen: Millaisia käyttökokemuksia valmentajilla on taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen käytöstä? Lisäksi tavoitteena oli tehdä kokoontuvalla joukolla päätös mahdollisesta verkoston perustamisesta ja ensimmäisistä yhteisistä tehtävistä. Tärkeää oli myös havainnoida ja löytää yhteistä sanoitusta ja ymmärrystä kulttuurisen nepsy-valmennuksen kokonaisuuteen, vaikka sitä en alkuperäiseen tavoitteeseen osannut aikanaan kirjatakaan.

Työpajan ohjelma (Liite 5) rakentui esittelykierroksesta ennakkotehtävän avulla, kyselyn tulosten (Liite 6) esittelystä, ryhmätehtävästä käyttökokemusten kartoittamiseksi, tauosta, verkostotyöskentelyn aloittamisen suunnittelusta ja lopetuspuheenvuorosta sekä palautetehtävästä. Suunnittelin työpajan toimivaksi tarpeen mukaan joko osittain pienryhmissä tai kaikki yhdessä, sen mukaan paljonko osallistujia olisi paikalla. Esittäytymiset, kyselytulosten läpikäynti ja työpajan lopetus olivat suunniteltu toteutettavaksi kaikille yhteisesti. Ryhmätehtävät koskien työtapojen käyttökokemuksia ja verkostoitumisen suunnittelua oli mahdollista toteuttaa pienryhmissä kuitenkin niin, että tulokset purettaisiin yhteisesti.

### 3.2.3 Aineiston käsittely

Pyrin opinnäytetyössäni luomaan mahdollisimman selkeän ja helppolukuisen aineiston, jotta tietoa tarvitsi muokata esitettävään muotoon mahdollisimman vähän. Varmistin aineiston yhtenäisyyttä, laatua ja muuttumattomuutta käyttämällä aineistonkeruussa syntyneitä tietoja tässä raportissani sellaisenaan, kuin se oli kyselyvastauksissa ja työpajan tuotoksessa. Käsittelin aineistoa työn eri vaiheissa mahdollisimman vähän. Esitän sen tässä raportissa mahdollisuuksien mukaan sellaisenaan ja poistin vain sellaiset asiat, joita ei voi asiakkaiden tai valmentajan yksityisyyden suojaamiseksi esittää. Kysymykset ja tehtävät pyrin jo asettelemaan niin, että tällaista tietoa sisältävää aineistoa syntyisi mahdollisimman vähän.

Suurimman aineiston käsittelyn suoritti Webropol-ohjelma, joka laski valmiiksi vastaajamääriä sekä järjesteli kerättyä tietoa. Tästä järjestelystä tiedosta oli helppo tehdä kyselyä koskeva esitys (Liite 6). Käsittelin vain kahden kyselykysymyksen vastauksia itse diaesitystä ja tätä raporttia varten. Nämä olivat avoimet kysymykset ”3. *Kuvaile lyhyesti käyttämiäsi taidelähtöisiä tai kulttuurisia tehtäviä tai lähestymistapoja.*” ja ”6. *Millaisiin tavoitteisiin tähtäät käyttämälläsi taiteen ja kulttuurin lähestymistavoilla?*”. Nämä kaksi kysymystä vaativat pientä luokittelua asettuakseen esitettävään muotoon. Vastaukset olivat kuitenkin helposti luokiteltavissa, koska aineisto oli näiden kysymysten osalta aika pieni ja yhdenmukainen. Työpajan tehtävien tulokset voidaan esittää tässä raportissa sellaisenaan, niitä ei ole tarvinnut käsitellä.

### 3.3 Kehittämistyön toteutus

Toteutin opinnäytetyöni kehittämistoiminnan osuuden lukuvuoden 2021–2022 aikana. Suunnitteluvaihe alkoi keväällä 2021 ja eteni päätökseensä syyskaudella 2021. Aineistonkeruun sekä kirjoitustyön tein kevätkaudella 2022 suunnitelmien mukaan. Työ pääsi etenemään pääsääntöisesti suunnitellussa aikataulussa ja suunnitellulla tavalla.

Monet elämäntilanteet kuitenkin häiritsivät sen verran toteutusta, että esimerkiksi työpajan aikataulu jäi lähettämättä muistutusviestin yhteydessä, niin kuin oli tarkoitus. Sillä saattoi olla jonkinlainen vaikutus osallistumisintoon. Sitä en toki voi tietää ja kutsu kuitenkin jo avasi työpajan sisältöä. Siksi ajattelen, että aikataulun esittelyllä vasta tilaisuuden alussa ei olisi merkittävää vaikutusta osallistujamäärään.

#### 3.3.1 Suunnittelu

Suunnittelin opinnäytetyötäni pitkään. Minulla oli oikeastaan jo opintojeni alussa vahva käsitys siitä, että haluaisin tehdä jotain mikä liittyy kulttuuriseen neopsy- valmennukseen, vaikka en sellaiseksi asiaa osannut silloin vielä nimetä.

Alkuperäiseen ideaan liittyi ajatus oppaasta, joka keräisi taide- ja kulttuuririkasteiseen nepsy-valmennuksen hyviä käytäntöjä ja parhaita tehtäviä, mutta pian suunnittelutyön alussa tuli selväksi, että sellainen ei ole mahdollista. Työtä oli tehtäväksi liikaa yhteen opinnäytetyöhön, koska piti ensin löytää ja koota ne ihmiset, jotka olisivat voineet kanssani sellaista tietoa tuottaa.

Ajattelin myös löytäväni enemmän tietopohjaa juuri nepsy-valmennuksen ja taidelähtöisten menetelmien tai työtapojen yhdistämisestä, mutta suoraan näitä kahta asiaa yhdistäviä lähteitä oli vaikea löytää. Jouduin siis aika lailla muovaamaan suunnitelmiani ennen kuin ne joulukuussa 2021 olivat viimein muotoutuneet Tutkimus- ja kehittämissuunnitelmaksi.

### 3.3.2 Toteutunut aikataulu

Tutkimus- ja kehittämissuunnitelmassani 17.12.2021 kaavailen aikatauluksi seuraavaa ja aikataulu on pitänyt.

- Suunnitelman valmistuminen ja opinnäytetyösopimus joulukuussa 2021
- Kysely tammi-helmikuussa 2022
- Väliseminaari eli opinnäytetyön suunnitelman esittely osana opintoja 27. tammikuuta 2022
- Workshop: maaliskuussa 2022
- Raportti esitarkastukseen huhtikuun 2022 loppuun
- Loppuseminaari eli valmiin työn esittely osana opintoja 19.5.2022
- Opinnäytetyöraportin julkaisu toukokuussa 2022

Aikataulu on tuntunut loppua kohden hurjalta, kun alun suunnitteluvaihe oli niin pitkä ja välillä suorastaan turhauttavan junnaava. Suunnitelman valmistuttua alkoi vauhdikkaampi tekemisen vaihe. Aikataulu piti mielestäni hyvin ottaen huomioon erilaiset haasteet, joita työn, perheen ja opiskelun yhteensovittaminen toi minulle juuri tämän opinnäytetyöprosessin aikana.

### 3.3.3 Syntynyt aineisto

Suunnitteluvaiheessa ajattelin, että kyselyn tärkeimpänä tehtävänä on löytää minulle ne innokkaat ammattilaiset, jotka haluavat lähteä tekemään tätä kehittämistyötä kanssani. Tavallaan kysely oli silmissäni aluksi se vähemmän tärkeä aineisto ja työpajassa syntynyt aineisto olisi se tärkein. Toisin kävi.

Kysely tuotti mielestäni hyvän kuvan siitä maaperästä, jolla tätä kulttuurisen nepsy-valmennuksen kehittämistyötä voidaan alkaa tehdä. Kyselyyn tuli odottamaani enemmän vastauksia ja aihetta pidettiin tärkeänä. Kysely osoitti, että kentällä on monenlaista osaamista ja ennen kaikkea kiinnostusta nostamaani keskustelua kohtaan. Kyselyssä syntyi enemmän luvuksi ja sanoiksi puettavaa tietoa, kuin osasin odottaa. Aineisto oli helppo koota esitykseksi (Liite 6), jossa on paljon mielenkiintoista tietoa.

Työpajassa syntynyt aineisto oli ehkä odotuksiani suppeampi, todennäköisesti pienen osallistujamäärän takia. Tämäkin aineisto kuitenkin tukee hyvin niitä ajatuksia mitä minulla on ollut kulttuurisesta nepsy-valmennuksesta, sen sisällöstä ja käyttömahdollisuuksista. Sekin on todella tärkeää. Kun eri puolilta Suomea poimitut valmentajat voivat todeta työotteelle yhteisiä selviä raameja ja ominaispiirteitä ollaan mielestäni vahvasti sellaisen asian äärellä, joka tarvitsee nimen ja määrittelyä. On olemassa yhteinen lähtökohta mistä lähteä eteenpäin!

### 3.3.4 Kehittämistehtävän eettiset kysymykset

Opinnäytetyössäni jouduin melko vähän pohtimaan näitä eettisiä kysymyksiä aineistonkeruun tai tutkimuslupien näkökulmasta, koska tietoisesti vältin keräämästä sellaista materiaalia, missä olisi tietosuojan liittyviä haasteita. Työpajan kutsun lähettämistä varten jouduin kuitenkin kyselyssä keräämään yhteystietolistan.

Verkkokyselyyn vastaaminen oli vapaaehtoista ja kyselyn alussa vastaajalle kerrottiin mihin tarkoitukseen tietoa kerätään. Vastaamalla kyselyyn vastaaja

antoi suostumuksensa mainittujen tietojen keräämiseen ja käyttämiseen opinnäytetyössä. Kysely sisälsi omana osanaan vapaaehtoisen ilmoittautumisen kehittämistyön työpajaan. Ilmoittautuminen oli mahdollista jättää tekemättä. Kyselyvastauksia ei pystynyt yhdistämään työpajaan ilmoittautumiseen. Ilmoittautujalta kerättiin nimi ja sähköpostiosoite etätyöpajakutsua varten. Syntynyt yhteystietolista hävitetään opinnäytetyön valmistumisen jälkeen ja kehittämistyössä muodostunut kehittäjäyhteisö toimii opinnäytetyön jälkeen erillisenä toimijana, eikä saa käyttöönsä kuin opinnäytetyöstä julkistetun materiaalin. Kyselyaineiston raakatiedon tarkastelun oikeudet ovat vain opinnäytetyön tekijällä eli minulla ja aineisto tuhotaan opinnäytetyön valmistuttua.

Työpajassa syntynyt aineisto julkaistaan opinnäytetyön yhteydessä, koska se ei sisällä mitään sellaista tietoa mitä pitäisi valmennettavien tai valmentajien suojaamiseksi poistaa. Työpajan lopussa kerrottiin osallistujille syntyvän aineiston säilyttämiseen ja jakamiseen liittyvistä periaatteista sekä siitä missä opinnäytetyön lopputulos julkaistaan. Lähtökohtana se, että yhdessä tuotettu ja työpajassa jaettu materiaali on opinnäytetyössä käytössä tekijänoikeuksia kunnioittaen.

Kyselyn (Liite 1) ja esityksen (Liite 6) kuvitukseen käytetyt kuvat olen ottanut itse, ellei kuvan yhteydessä toisin mainita. Kuvien julkaisuun tämän opinnäytetyön yhteydessä kysyin luvan kuvissa esiintyviltä tai teoksen tehneiltä valmennettavilta. Teosten tekijöiden nimiä ei yhteisestä sopimuksesta mainita tietosuojasyistä.

Olin myös suunnitelmissani varautunut siihen, että jos opinnäytetyö tuottaa julkaistavaa materiaalia työpajassa, jokaisen kuvituksessa käytetyn kuvan käyttöoikeus julkaisussa tarkistetaan erikseen kirjallisesti. Muu kuin julkaisukäyttöön tuleva tai opinnäytetyöraporttiin tallentuva aineisto tuhotaan opinnäytetyöntekijän arkistosta opinnäytetyön valmistuttua. Tällaista materiaalia ei työpajassa syntynyt.

## 4 Kehittämistyön tulokset ja johtopäätökset

Tässä neljännessä luvussa käyn läpi kehittämistyön eli nepsy-valmentajille suunnatun kyselyn ja sitä seuranneen kehittämistyöpajan tuloksia, sidon ne jo olemassa olevaan tietoperustaan ja esitän asiasta omia näkemyksiäni.

Koko kehittämistyön ajan tiedonkeruun ja keskustelun lähtökohtana oli selvästi valmentajien omat kokemukset, ei niinkään tutkittu tieto. Ajattelen, että tässä ollaan hiljaisen tiedon äärellä. Vaikka monet asiat tuntuivat itsestäänselvyyksien tallentamiselta ja kertaamiselta koin, että tieto on tärkeä kerätä talteen. Ajattelen, että tämä eri puolilta Suomea kerätty hyvin samankaltaisena kuvautuva tieto auttaa osoittamaan kulttuurisen nepsy-valmennuksen olevan kokonaisuus, jolla on ominaispiirteitä. Haluan vielä tässä luvussa sitoa tämän hiljaisen tiedon terapeuttisen taiteenkäytön teoriaan, jotta kulttuuriselle nepsy-valmennukselle alkaisi muodostua teoriapohjaa.

Lähdin kyselyssä ja työpajassa avaamaan keskustelua hyvin vapaasti ilman tarkkoja määritelmiä käsitteistä tai sanoituksista. Näin toisaalta siksi, että oma sanoitukseni asioille oli vasta ”kypsymässä”, mutta toisaalta myös siksi, että halusin kaiken mahdollisen aiheeseen liittyvän nousevan tässä vaiheessa esiin riippumatta määritelmistä, käsitteistä tai käytetyistä sanoista. Kutsuin kyselysaatteessa valmentajia kertomaan ajatuksistaan näin:

*”Saatat ehkä vielä pohtia mitä näillä taidelähtöisillä, luovilla tai kulttuurisilla työtavoilla tarkoitetaan eikä ihme, sillä rakkaalla lapsella on monta nimeä. Taidelähtöiset menetelmät, kulttuuriset menetelmät, luovat menetelmät, taidetoiminta, visuaaliset menetelmät, toiminnalliset menetelmät tai erilaiset yhdistelmät näistä ovat tavallisia ilmaisuja, joita on käytössä. Nyt haetaan matalalla kynnyksellä luovuuteen liittyviä työtapoja.”*

Käytin kyselyn kysymyksissä sanaa ”tehtävä” kuvaamaan erilaisia tehtäviä, harjoituksia tai strukturoituja keskusteluja jopa menetelmiä, joita valmentaja voisi valmennuksessa käyttää. Tehtävä-sana tuntui helposti lähestyttävältä, riittävän laajalta ja helposti ymmärrettävältä, jotta valmentajien olisi helppo

vastata, vaikka ei olisi omaa työtään niin teoreettisesti pohtinutkaan. Tämä näkyy tietysti puhunnan jäsentymättömyytenä vastauksissa ja kirjauksissa, mutta tärkeämpää mielestäni oli saada laajasti tietoa konkreettisesta toiminnasta kentällä ja tarkemman jäsentelyn aika on myöhemmin.

#### 4.1 Kysely

*Taide ja kulttuuri nepsy-valmennuksessa* -kysely toimitettiin ensin 7. tammikuuta julkisena linkkinä testiryhmälle vastattavaksi. Testiryhmä oli pieni 16 henkilön valmentajien suljettu ryhmä Facebookissa. Testiaikana tuli vain muutama vastaus, mutta niiden perusteella en nähnyt tarvetta muutoksille. Testiryhmä pystyi vastaamaan kyselyyn koko kyselyn aukioloajan. Seuraavaksi 20. tammikuuta kysely toimitettiin ilman muutoksia yhteensä 142 nepsy-valmentajalle henkilökohtaisella kutsulla sähköpostiin. Sähköpostit keräsin julkisista valmentajalistauksista verkosta. Sähköpostikutsun saaneille kyselyyn vastaamattomille lähetin muistutusviestin 3. helmikuuta. Lisäksi julkaisin 2. helmikuuta vastauslinkin saatteineen nepsy-valmentajille tarkoitetussa Facebook-ryhmässä, jossa oli 221 jäsentä. Vastausaikaa oli 10.2. asti. Vastauksia tuli yhteensä 24 kappaletta, joista 20 tuli sähköpostilinkkien kautta ja 4 julkisen vastauslinkin kautta.

Pohdin linkin julkaisemista myös julkisilla valmentajille suunnatuilla Facebook-kanavilla tai muissa avoimissa foorumeissa kuten LinkedIn, mutta tuloin siihen tulokseen, että otos on näinkin opinnäytetyöhöni riittävä ja näillä valinnoilla rajaan mahdollisten roskavastausten määrää kuitenkin tehokkaasti. Seurasin vastausten kertymistä säännöllisesti koko kyselyn ajan ja vastauksia tuli aika tasaisesti. Pienet vastauspiikit olivat toki havaittavissa aina viestien lähettämisen jälkeen. Itse en virallisesti vastannut kyselyyn, koska ajattelin oman vastaukseni dominoivan mahdollisesti pieneksi jäävän otoksen vastausten kokonaiskuvaa eli kyselyssä olisi noussut esiin kaikki ne asiat mitkä itse koen tärkeäksi. Ajattelin, että pystyn tuomaan näkemykseni kysymyksiin esiin tässä raportissa.

#### 4.1.1 Osa 1: Taidelähtöiset ja kulttuuriset työtavat

Kyselyn ensimmäinen osa koostui kuudesta kysymyksestä, jotka koskivat taide- ja kulttuurilähtöisiä työtapoja valmentajien arjessa.



Kuva 3. Sanapilvi luovista työtavoista.

#### 1. Käytätkö työssäsi nepsy-valmentajana jotain sanapilven osoittamista työtavoista?

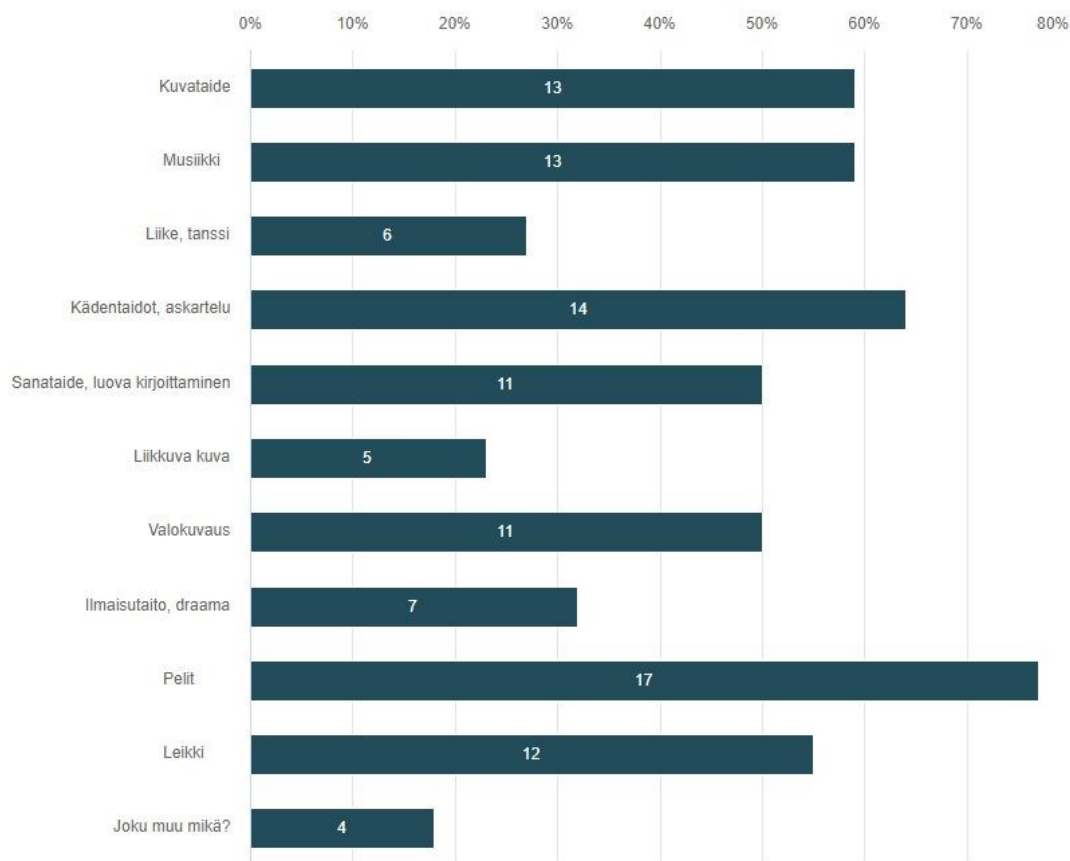
Kysymyksen vastausvaihtoehtoina oli *kyllä* ja *ei*. Kysymykseen vastasivat kaikki 24 vastaajaa, josta 22 vastasi *kyllä* ja 2 *ei*. Tästä voisi ehkä päätellä, että vain taide- ja kulttuurilähtöisiä työtapoja käyttävät tai niistä kiinnostuneet valmentajat vastasivat kyselyyn, vaikka kiinnostus tai käyttö ei ollut vastaamisen edellytys. Kyselyyn vastanneita ei voi siis pitää minään hyvänä otoksena koko valmentajakunnasta, vaan pitää käsitellä tätä erityisen kiinnostuksen näitä työtapoja kohtaan omaavana joukkona.

Kysymyksen tavoitteena oli sanapilven (Kuva 3) avulla orientoida vastaajaa aiheen äärelle ja selvittää kuinka moni vastaajista käyttää näitä työtapoja. Ajatukseni oli, että kaikki valmentajat voisivat vastata riippumatta siitä käyttävätkö he näitä työtapoja tai ei. Tämän kysymyksen vastauksen jälkeen kysely ohjasi jo viimeisiin kysymyksiin ja vastausaika olisi jäänyt pariin minuuttiin. Arvelin toki, että vastaajat valikoituvat juuri niin kuin ne tässä valikoituivat. Mutta pidin silti tätä kysymystä tärkeänä aiheeseen johdattelevan luonteensa takia.

Idea sanapilven käytöstä muodostui opintoihin kuuluvan väliseminaarin yhteydessä, missä esittelin laatimaani kyselyä ja siihen toivottiin toisaalta informatiivisuutta, mutta myös keveyttä. Taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen sisältöä pyydettiin avaamaan paremmin vastaajalle. Se olisi ollut tekstimuotoisena raskas, joten päätin tehdä sanapilven avaamaan asiaa. Sanapilven tuotin oikeastaan aika lailla ajatuksenvirtatekniikalla luettelemalla kaikkia niitä taide- ja kulttuurilähtöisiä työtapoja, joita itse käytän työssäni. Kysyin vielä palautetta opiskelijatovereilta ja kokonaisuus koettiin hyväksi.

## **2. Mihin taiteenalaan tai luovaan toimintaan liittyviä työskentelytapoja käytät? Valitse kaikki sopivat vaihtoehdot.**

Vastaajista 22/24 vastasi tähän kysymykseen ja yhteensä tehtiin 113 valintaa. Pelit valitsi 17 vastaajaa, kädentaidot ja askartelun 14 vastaajaa, kuvataiteen ja musiikin 13 vastaajaa, leikin 12 vastaajaa, valokuvauksen ja sanataiteen 11 vastaajaa, tanssin ja liikkeen kuusi (6) vastaajaa, liikkuvan kuvan viisi (5) vastaajaa ja neljä (4) vastaajista ilmoitti käyttävänsä myös muita luovia työskentelytapoja, mutta eivät tässä kohdassa tarkentaneet vastaustaan, vaikka siihen oli mahdollisuus. Oli vain yksi tarkennus ja se oli: *”kaikkia asiakkaan tarpeen ja kiinnostuksen mukaan”*.



Taulukko 1. Vastaajien käyttämät työtavat taiteenaloittain.

Kysymyksen tavoitteena oli saada hyvä yleiskäsitys siitä millaisia taide- ja kulttuurilähtöisiä työtapoja kyselyyn vastanneet valmentajat käyttävät. Vastaus yllätti iloisesti miten laajasti erilaiset taiteen ja tekemisen tavat olivat edustettuina vastauksissa (Taulukko 1). Mukavaa oli myös huomata, että monet vastaajista käyttivät useita eri taiteen ja tekemisen tapoja, niin kuin itsekin teen. Osaamista jo kokemuksia voisi olettaa olevan jo tällä vastaajajoukolla aiheen parissa aika paljon.

### 3. Kuvaile lyhyesti käyttämiäsi taidelähtöisiä tai kulttuurisia tehtäviä tai lähestymistapoja

Vastaajista 17/24 vastasi tähän kysymykseen. Vastauksissa nostettiin esiin monipuolisesti erilaisia taidelähtöisiä harjoituksia, tehtäviä ja työtapoja.

Erityisesti esiin nousivat nepsy-valmennukselle tyypillisesti asiakkaan mielenkiinto tai tarve. Esimerkiksi tilanne, jossa sanat tai hahmotuskyky ei riitä. Ryhmittelin tähän taulukkoon (Taulukko 2) vastauksissa mainitut työtavat, harjoitukset ja tehtävät:

<b>Kuvataide</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Piirtäminen</li> <li>• Värittäminen</li> <li>• Muovailu/savityöt</li> <li>• Maalaaminen</li> </ul>
<b>Musiikki</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Musiikin kuuntelu</li> <li>• Rentoutuminen musiikkia kuunnellen</li> <li>• Laulutunnit</li> <li>• Yhteislaulu/-soitto</li> </ul>
<b>Liike, tanssi</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erilaiset keholliset harjoitteet</li> <li>• Kävely</li> <li>• Improvisointi musiikin tahtiin</li> </ul>
<b>Kädentaidot, askartelu</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kollaasit</li> <li>• Kutominen</li> <li>• Perinteiset käsityöt helpoin käsityökaluin</li> </ul>
<b>Sanataide, luova kirjoittaminen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tajunnanvirta</li> <li>• Päiväkirjat</li> <li>• Tarinallinen henkilö, jonka ongelmia kirjoittaja voi auttaa ratkaisemaan</li> <li>• Kirjallisuuden lukeminen/kuuntelu</li> <li>• Runot</li> </ul>
<b>Liikkuva kuva</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Videoiden katselu</li> <li>• Dokumentit ajatuksen herättäjänä</li> </ul>
<b>Valokuvaus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kuvien katselu</li> <li>• Kuvaaminen</li> </ul>
<b>Ilmaisutaito, draama</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nukketeatteri, käsinuket</li> <li>• Roolileikit</li> </ul>
<b>Leikki</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lautapelit</li> <li>• Palloleikit ja pelit</li> <li>• Rakennuspelit</li> <li>• Muistipelit</li> <li>• Tunnepelit</li> </ul>
<b>Joku muu, mikä?</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Runokuva</li> <li>• Unelmakartta</li> <li>• Kortit (erilaisia)</li> <li>• Näyttely tehdyistä töistä</li> <li>• Sosiaaliset tarinat</li> <li>• Satuhieronta</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tarinallistaminen</li> <li>• Leipominen</li> <li>• Tunnesanoitus</li> <li>• Green Care</li> <li>• Taidenäyttelykäynnit</li> <li>• Kulttuurikävelyt kaupungilla</li> <li>• Esineet tutustumisleikkinä tai hahmottamisen parantamiseksi</li> </ul>
--	---

Taulukko 2. Vastaajien käyttämiä harjoituksia, tehtäviä ja työtapoja.

Kysymyksellä alun perin tavoiteltiin yksinkertaisesti tarkempaa kuvaa siitä millaisia tehtäviä ja lähestymistapoja vastaajat käyttävät, jotta syntyisi kuva siitä mitä esimerkiksi sanataiteen käytöllä tarkoitetaan. Kysymys tuottikin ihan mielenkiintoisen listan asioita jaettavaksi kiinnostuneille ideoiksi omaan työhön. Vastaukset osoittivat myös laajaa osaamista eri taiteen ja kulttuurin alueilla. On hyvä huomata, että ihan kaikkia mainittuja ideoita ei voi ottaa käyttöön noin vain tutustumatta ensin menetelmään tai työtapaan tarkemmin. Mutta näen nämäkin nostot tärkeinä ajatusten laajentajina ja innostajina muille valmentajille, jotka tähän listaan tutustuvat. Haluan uskoa, että tämä herättelee innostuneita ajatuksia sekä ideoita ja houkuttelee tutustumaan erilaisiin menetelmäosaamistakin vaativiin aiheisiin.

#### **4. Miten usein käytät taidelähtöisiä tai kulttuurisia tehtäviä tai lähestymistapoja?**

Vastausvaihtoehtoja oli päivittäin, viikoittain, kuukausittain ja harvemmin. Vastaajista 22/24 vastasi tähän kysymykseen. Viisi (5) vastasi päivittäin, kuusi (6) vastasi viikoittain, yhdeksän (9) vastasi kuukausittain ja kaksi (2) vastasi käyttävänsä taide- ja kulttuurilähtöisiä tehtäviä tai lähestymistapoja harvemmin kuin kuukausittain.

Tavoiteltiin kysymyksellä ymmärrystä siitä miten aktiivisesti taide- ja kulttuurilähtöiset työtavat ovat valmentajien käytössä. Kysymys ei anna

kovinkaan tarkkaa tietoa siitä käyttääkö valmentaja näitä työtapoja valmennustyössään paljon vai vähän, koska nepsy-valmentajien työnkuvat ovat yksinkertaisesti niin erilaisia. Toinen valmentaa työssään joka päivä ja toinen ehkä vain kerran viikossa muun työn ohella. Tästä tietoisena halusin kuitenkin kysymyksellä tietää miten säännöllisesti nämä työtavat ovat osa vastaajien omaa työtä, koska siitä voisi mahdollisesti päätellä miten keskeisestä osa-alueesta tässä on kysymys vastaajien työssä.

Vastauksista näkyy, että suurin osa vastaajista käyttää näitä työtapoja päivittäin tai viikoittain, mikä on mielestäni ilahduttavan paljon. Ajattelen tästä voitavan päätellä, että vastanneiden keskuudessa taide- ja kulttuurilähtöiset työtavat ovat merkittävä osa heidän valmennustyötään. Tämä saa minut hymyilemään. Kentällä siis on meitä valmentajia, joille taide ja kulttuuri on luonteva osa nepsy-valmennusta. Itselleni oikeastaan erottamatonkin osa. Ehkä joku vastaajistakin kokee näin.

## **5. Käytätkö kuvailemiasi tehtäviä tai lähestymistapoja kaikkien asiakkaittesi kanssa?**

Vastausvaihtoehdot olivat *"Kyllä"* tai *"En, vain osan kanssa. Millaisten asiakkaiden kanssa?"* Vastaajista 22/24 vastasi tähän kysymykseen. 11 vastasi kyllä ja 11 en. Perustelut oli kirjannut neljä (4) vastaajista. Perusteluissa nostettiin esiin asiakkaan kiinnostusta luoviin tehtäviin, ikätason vaikutusta tehtävien valintaan sekä erilaisia rajoitteita, kuten kielelliset kyvyt ja oppimisen haasteet.

Tämä kysymys tarkensi edellisen kysymyksen jälkeen ymmärrystä siitä, miten paljon ja missä tilanteissa valmentajat käyttävä taide- ja kulttuurilähtöisiä työtapoja. Olin ilahdunut siitä, että jopa puolet käyttävät näitä työtapoja kaikkien valmennettavien kanssa. Olin yllättynyt, vaikka itsekin kuulun tähän joukkoon. Vastaukseen vaikuttaa myös se millaisia taide- ja kulttuurilähtöisiä työtapoja valmentaja käyttää. Jos valikoima on kovin yksipuolinen tai käytössä on joku tietty menetelmä, ei se varmasti sovi kaikille. Mutta jos käytössä on laaja

valikoima erilaisia harjoitteita, tehtäviä ja tekemistä eri taiteenaloilta, on varmasti helpompi keksiä jokaiselle jotakin. Yksittäisen vastaajan vastauksia tarkastelemalla olisi voinut tutkia, pitääkö ajatukseni paikkansa, mutta en nähnyt sitä tässä kokonaisuuden kannalta niin merkittäväksi, että olisin sen tehnyt.

Olisi ollut myös mielenkiintoista tietää, miten erilaiset mainitut haasteet vaikuttavat harjoitusten ja tehtävien valintaan muuta kuin kiinnostuksen kautta. Haasteita mainittiin selittämään ei-vastausta eli ilmeisesti valmentajat kokivat, että mainittujen haasteiden takia ei voisi käyttää taide- ja kulttuurilähtöisiä työtapoja. Erilaisilla taide ja kulttuurisilla harjoituksilla kuitenkin voi mitä mainioimmin kuntouttaa oppimisvaikeuksia tai kiertää kielellisiä vaikeuksia. Ehkä tästä voisi ajatella, että osalla valmentajista puuttuu taiteen ja kulttuurin kuntouttavan ja terapeuttisen käytön osaamista ja siinä voisi olla tulevaisuudessa täydennyskoulutuksen tarvetta.

## **6. Millaisiin tavoitteisiin tähtäät käyttämilläsi taiteen ja kulttuurin lähestymistavoilla?**

Vastaajista 20/24 vastasi tähän kysymykseen. Kysymykseen vastattiin avoimeen tekstikenttään ja olen luokitellut vastaukset alla olevaan listaan:

**Tavoitteena on asiakkaan, kuntoutus, hyvinvoinnin tukeminen ja asiakkaan näkyväksi tekeminen mm. seuraaviin asioihin vaikuttamalla:**

- **Valmennussuhteen luominen:** vuorovaikutuksen rikastaminen ja vahvistaminen, luottamuksen rakentaminen ja yhteyden luominen.
- **Tunnetyöskentely:** tunteiden tarkastelu, tunnistaminen, nimeäminen, hyväksyminen, ilmaisu ja käsittely.
- **Taitojen harjoittelu:** toiminnanohjaus, sosiaaliset taidot, motoriikan kehittyminen ja monet muut taidot.

- **Voimavaratyöskentely:** voimavarojen vahvistaminen ja näkyväksi tekeminen, luonnollisen itseilmaisuuden tukeminen, kiinnostuksen kohteiden toteuttaminen ja onnistumiskokemuksen tuottaminen.
- **Rentoutuminen:** rentoutuminen valmennustilanteessa ja rentoutumistaidon harjoittelu.
- **Uusien näkökulmien otto:** uudet ajatusmallit ja hahmottamisen helpottuminen.

Tavoittelin kysymyksellä aivan ensisijaisesti ymmärrystä siitä, miten vastaajat hahmottavat taiteen ja kulttuurin käytön mahdollisuuksia nepsy-valmennuksessa. Vastaukset muodostivat hyvän, melko kattavan listauksen keskeisimmistä tavoitteista. Tunnistin näistä omassa työssäni kaikki ja iloitsin siitä, että ne tuli vastaajienkin toimesta sanoitettua. Se vahvisti ajatustani siitä, että tässä todella ollaan yhteisen tärkeä määriteltävän asian äärellä.

#### 4.1.2 Osa 2: Kulttuurisen nepsy-valmennuksen kehitystyö

Kyselyn toinen osa koostui kolmesta kysymyksestä, jotka koskivat kulttuurisen nepsy-valmennuksen kehitystyötä.

### **7. Olisiko taidelähtöisiä ja kulttuurisia työtapoja käytävillä nepsy-valmentajilla mielestäsi tarpeellista olla oma verkosto?**

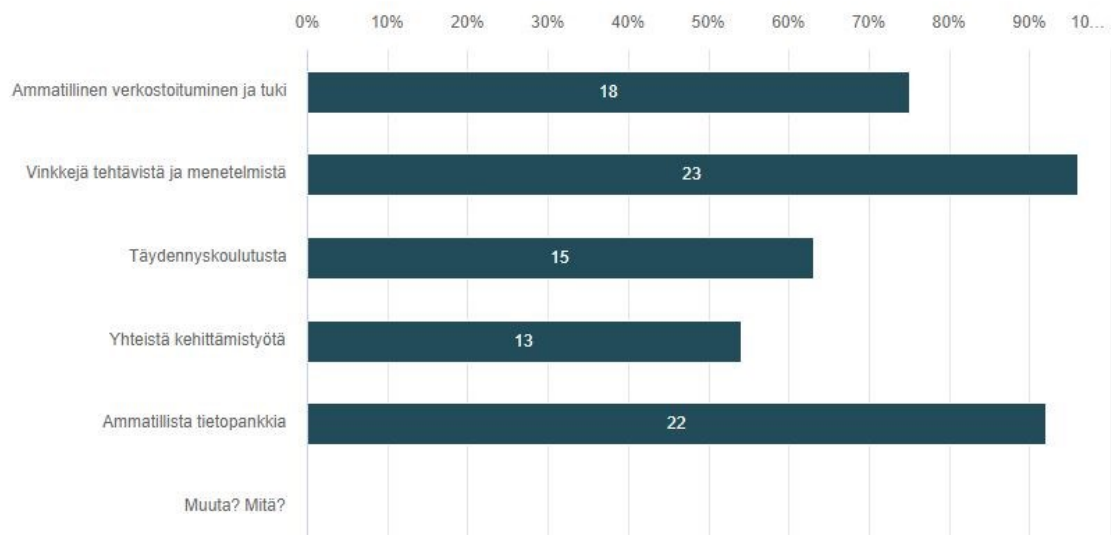
Vastausvaihtoehdot olivat kyllä ja ei. Molemmat vaihtoehdot oli mahdollista perustella. Vastaajista 23/24 vastasi tähän kysymykseen. 20 vastaajista oli sitä mieltä, että verkosto olisi tarpeellinen ja perusteluissa nostettiin esiin, ideoiden jakaminen, ammatillinen tuki, helppo väylä keskustelulle ja alan kehittäminen. Vastaajista kolme (3) ei pitänyt verkostoa tarpeellisena eikä perustellut vastaustaan.

Kysymys verkoston tarpeellisuudesta alusti opinnäytetyöni seuraavaa vaihetta eli mahdollista tulevaa työpajaa. Jos kyselyyn ei olisi löytynyt vastauksia tai

verkosto olisi koettu turhana ei työpajassa luonnollisestikaan olisi lähdetty pohtimaan verkoston perustamista vaan opinnäytetyöni olisi muuttanut kurssiaan tavalla tai toisella. Vastaajista kuitenkin merkittävä osa oli verkoston kannalla, joten tämä kysymys vahvisti sen, että toteuttaisin opinnäytetyöni loppuun suunnittelemani tavalla.

### 8. Millaista hyötyä toivoisit mahdolliselta verkostolta itsellesi?

Vastausvaihtoehdoissa oli viisi erilaista mahdollista hyötyä sekä mahdollisuus kirjata joku muu hyöty. Vastauksista voi valita kaikki itselleen sopivat vaihtoehdot. Tähän kysymykseen vastasi 24/24 vastaajaa ja valintoja tehtiin 91. Vastaajista 23 halusi vinkkejä tehtävistä ja menetelmistä, 22 ammatillista tietopankkia, 18 ammatillista verkostoitumista ja tukea, 15 täydennyskoulutusta, 13 yhteistä kehittämistyötä ja yksikään vastaajista ei maininnut muuta toivomaansa hyötyä.



Taulukko 3. Vastaajien toiveet verkoston hyödyistä itselle.

Tällä kysymyksellä halusin kartoittaa, mitkä olisivat niitä verkostojen yleisiä hyötyjä, joita vastaajat mahdolliselta verkostolta tässä tapauksessa kaipaisivat (Taulukko 3). Toki myös halusin herätellä vastaajaa ajattelemaan mitä

mahdollista iloa hänelle voisi verkostosta olla ja sillä tavalla ehkä onnistuisin innostamaan ilmoittautumaan työpajaan kyselyn lopussa. Taisin onnistua innostamisessa koska nekin vastaajat, jotka eivät kokeneet verkostoa tarpeelliseksi löysivät tässä kysymyksessä hyötyjä, joita sitten kuitenkin toivoivat itselleen.

### **9. Haluaisitko suositella itseäsi hyödyttäneitä kirjaa, tutkimusartikkelia tms., joka käsittelee nepsy-asiakkaan kuntoutumista taidelähtöisillä tai kulttuurisilla työtavoilla?**

Kysymykseen vastattiin vapaasti kirjoittaen tekstikenttään ja vastauksia tuli viisi (5). Kolme (3) vastaajista ilmoitti ettei, osaa mainita tällaista kirjallisuutta. Yksi (1) kertoi auttavansa mielellään, jos musiikin käyttäminen valmennustyössä kiinnostaa ja yksi (1) antoi sanataiteeseen liittyvän kirjavinkin, joka ei kuitenkaan sisällä tietoa nimenomaan nepsy-asiakkaan kuntoutumisesta, mutta on varmasti sanataideharjoitusten menetelmäoppaana oivallinen myös nepsy-valmentajien käytössä.

Tavoittelin tällä kysymyksellä kahta asiaa. Ensimmäinen tavoittelin ymmärrystä siitä miten paljon vastaajat perustavat toimintaansa kirjallisuuteen vai perustuuko osaaminen enemmän kokeilevaan työtapaan. Toiseksi haaveissa oli kerätä lisää luettavaa kirja- ja linkkilistaan, jonka voisi jakaa verkostossa. Mitään merkittävää listaa ei nyt valitettavasti syntynyt, mutta lisään tämän yhden mainitun teoksen keräämäni kirjalistaan taide- ja kulttuurilähtöisistä menetelmistä sekä alan tutkimuksesta ja jaan sen verkostolle. Toivon, että se innostaisi muitakin lisäämään sekä menetelmäkirjallisuutta että tutkimuskirjallisuutta yhteiseen tietokantaan.

#### 4.1.3 Osa 3: Kutsu kehittämistapaamiseen

Kyselyn kolmas osa keräsi ilmoittautumiset kehittämistyöpajaan, tarkemmat tiedot vastaajien koulutustaustasta ja vapaaehtoisen sanallisen palautteen seuraavin kysymyksin:

**10. Nimesi ja sähköpostiosoitteesi kutsun lähettämistä varten**

**11. Tarkemmat tiedot suorittamastasi nepsy-koulutuksesta\***

Koulutuksen nimi

Järjestäjä

Laajuus

\* Viimeinen koulutukseen liittyvä kysymys on pakollinen vastaajien koulutustaustan kartoittamiseksi. Siihen vastaaminen ei edellytä yhteystietojen jättämistä.

**12. Tähän voit halutessasi jättää palautetta tästä kyselystä tai kehittämistyöstä.**

Työpajailmoittautumiset olivat tietysti itse kyselytiedon tuottamisen ohella kyselyn tärkein asia, koska se mahdollisti suunnitelman mukaisen etenemisen. Ilmoittautumisia tuli yhteensä 18/24 kappaletta. Se oli mielestäni tosi hieno tulos. Pidin alusta asti hyvin todennäköisenä, etteivät kaikki ilmoittautuneet osallistu työpajaan. Päätelin kuitenkin aiheen kiinnostavan, koska niin moni vastaajista jätti yhteystietonsa kutsun lähettämistä varten.

Tätä päätelmää tuki myös annettu palaute, joka oli todella kannustavaa ja innostavaa. Palaute vaikutti merkittävästi haluun tehdä työtä eteenpäin ja se vaikuttaa edelleen intoon jatkaa tätä työtä varsinaisen opinnäytetyön päätyttyä. Palautetta antaneet kokivat aiheen tärkeäksi ja inspiroivaksi sekä mahdollisen verkoston toteutumisen hyväksi asiaksi. Tarkemmin näihin palautteisiin voi tutustua liitteissä (Liite 6).

Kysymys vastaajien koulutustaustasta oli kyselyn ensimmäisen kysymyksen lisäksi ainoa pakollinen kysymys. Koin tämän tärkeäksi tiedoksi kerätä, koska kyselyä levitettiin myös vapaamuotoisissa verkostoissa, joissa valmentajien taustoja ei tarkisteta. Koin tärkeäksi selvittää millaisen nepsy-valmentajakoulutuksen vastaajat ovat käyneet, koska nepsy-koulutusta on monenlaista. Halusin tietää, vaikuttaako koulutustausta taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen käyttöön.

Suurimmalla osalla vastaajista 20/24 oli taustalla noin 20–30 opintopisteen koulutus, jonka on tuottanut jokin nepsy-koulutusta tuottava yritys, joko itsenäisesti tai yhteistyössä jonkin kesäyliopiston tai muun oppilaitoksen kanssa. Kolme (3) vastaajista ei ilmoittanut koulutuksensa opintopistemäärää. Yhdellä (1) oli takanaan 50 opintopisteen nepsy-valmentaja opinnot ammattikorkeakoulusta. Koulutuspaikkojen kirjaamisessa oli epäselvyyttä, koska toisinaan oli mainittu vain yritys tai oppilaitos, jotka yhteistyössä tuottavat koulutusta. Tässä jouduin tekemään hieman taustatyötä mitä kirjaukset tarkoittavat. Kaksi 2/24 koulutustaustamerkinnoistä olivat sellaisia, ettei voinut tietää mikä taho on vastannut koulutuksesta. Vastaajista 11/24 oli KirsiConsulting Oy:n koulutuksen käyneitä eri koulutuspaikoissa. Loput 11/24 olivat saaneet koulutuksensa kymmeneltä (10) eri koulutuksen tarjoajalta.

Itse tämän KirsiConsulting Oy:n koulutuksen kesäyliopistoyhteistyönä käyneenä tiedän, että taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen käyttöön kannustetaan tässä koulutuksessa, jos osaamista ja mielenkiintoa on. On vaikea sanoa, voisiko tästä päätellä, että tämän kouluttajan koulutuksissa ovat taide- ja kulttuurilähtöiset työtavat jotenkin paremmin esillä, kuin muissa. Vai onko tämä alalla merkittävän koulutuksen järjestäjän runsas esiintyminen kyselyyn vastanneiden taustatiedoissa enemmänkin sattumaa.

## 4.2 Työpajatyöskentely

Kehittäjäyhteistyön työpaja järjestettiin Teams-alustalla 18.3.2022 kello 14:00-15:30. Tilaisuuteen saapui kolme (3) henkilöä itseni lisäksi. Ohjelmassa (Liite 5) oli virittäytyminen (25 minuuttia), taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen käyttökokemukset (25 minuuttia), tauko (5 minuuttia), verkostoituminen (25 minuuttia) ja lopetuspuheenvuoro (10 minuuttia). Virittäytymisosassa paikallaolijat esittäytyivät, esittelin kyselytulokset ja tilaisuuden ohjelman. Ryhmätyö taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen käytöstä tehtiin valmistellulle Jamboard-alustalle yhteisesti ilman pienryhmiä. Taukoa ei koettu tarpeelliseksi vaan siirryimme suoraan keskustelemaan verkostoitumisesta. Keskustelu oli vapaamuotoinen ja suunniteltua tehtävää ei varsinaisesti tehty pienen osallistujamäärän takia. Päätimme kuitenkin perustaa suljetun Facebook ryhmän, jonne kaikki työpajaan kutsutut saivat kutsun. Tämä tarjoaa mahdollisuuden innokkaille jatkaa verkostoitumista niin halutessaan.

Seuraavissa alaluvuissa nostan esiin keskusteluissa yhteisesti kirjatut keskeiset asiat ja peilaan niitä mielestäni osuvaan tietoon taide- ja kulttuurilähtöisten menetelmien ja työtapojen käytöstä sekä omaan kokemukseeni nepsy-valmennuksesta. En koe mielekkääksi edes yrittää referoida käytyjä polveilevia keskusteluita sellaisenaan vaan kirjaukset puhukoot puolestaan. Ajattelen, että tärkeintä on luoda nyt näitä yhteyksiä valmentajien kokemuksellisen tiedon ja olemassa olevan teoretiedon välillä.

Käydyt keskustelut olivat luonteeltaan vapaamuotoisia, eivätkä ne keskittyneet niinkään tarkkoihin sanoituksiin tai asioiden määrittelyyn vaan enemmän sellaiseen omasta työstä kertomisen kautta toisiimme tutustumiseen ja keskustelua kuljetteli ryhmätyön teemat. Tämä näkyy kirjauksissakin epätarkkana puhuntana. Esimerkiksi tehtävistä puhuttaessa kirjattiin tehtäviä, harjoituksia, menetelmiä ja toimintaa. Mutta tässäkin kohdassa oli mielestäni tärkeintä saada kokonaiskuvaa siitä toiminnasta mitä valmentajat työssään toteuttavat ja tärkeää oli myös tutustua, jotta saataisiin hyvä alku yhteistyölle.

#### 4.2.1 Ryhmätyö taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen käytöstä

Taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen käyttökokemuksia esiin nostava ja erilaisia tehtäviä keräävä ryhmätyö tehtiin Jamboard-alustalle siten, että keskustelimme tehtävän teemoista ja minä kirjasin keskustelua näyttöä jakaen eli syntynyt materiaali tuotettiin yhdessä ja se on tässä esillä sellaisenaan. Muita muistiinpanoja työpajasta ei ole. Keskustelimme taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen koetuista hyödyistä ja haasteista valmennustyössä, erilaisista harjoituksista ja tehtävistä, joita käytämme sekä tunteista, joita valmentajallakin voi herätä asiakkaan taidetyöskentelyn aikana.

## HYÖDYT



Kuva 4. Taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen käytön hyötyjä.

**Monipuoliset menetelmät.** Taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen käytön hyötyinä (Kuva 4) koettiin olevan menetelmien monipuolisuus. On helppo löytää vähän jokaiselle jotakin sopivaa, vaikka ei varsinaisesti olisikaan kiinnostunut taiteesta. Ratkaisukeskeinen työote on eklektinen eli työskentelyssä voi hyödyntää erilaisia hyväksi koettuja menetelmiä, työtapoja ja tehtäviä (Putkisaari 2013, 82). Kun osaamista on riittävästi, löytyy taide- ja kulttuurilähtöisten menetelmien ja työtapojen loputtomasta valikoimasta varmasti jokaiselle joku harjoitus tai tehtävä, millä viedä valmennusta eteenpäin.

**Yhdessä tekeminen auttaa keskustelun kuljettamista, kun huomio on tekemisessä ei tilanteessa.** Tämän koettiin auttavan erityisesti tutustumisvaiheen alkukankeudessa. Alku on hyvin tärkeä valmennuksen kohta saada onnistumaan, koska koko valmennus perustuu hyvälle luottamussuhteelle, joka puolestaan perustuu arvostavaan kohtaamiseen ja aidon osallisuudentunteen luomiseen. Erilaiset toiminnalliset ja luovuutta hyödyntävät työtavat ovat luonteva tapa tukea valmennettavan osallisuutta yhteisen tekemisen ja vuorovaikutuksen kautta (Karkkulainen ym. 2015, 13).

**Vuorovaikutuksen harjoittelu: Kun ryhmässä tehdään, ei tarvitse katsoa muita/kokea ryhmäpainetta.** Nepsy-valmennusta voi tehdä myös ryhmämuotoisena toimintana, jolloin sen tavoitteena on vahvistaa valmennettavien identiteettiä, itsetuntoa, vuorovaikutustaitoja ja elämänhallintaa (Huotari & Tamski 2019, 188). Taide- ja kulttuurilähtöiset työtavat yksinkertaisesti tarjoavat toiminnan kautta suojaa, kun pitäisi alkaa harjoitella edellä mainittuja taitoja muiden kanssa yhdessä.

**Oman onnistumisen näkeminen ja kokeminen on taidemenetelmissä konkreettista.** Nepsy-valmennuksessa keskiössä on valmennettavan vahvuuksien löytyminen ja niille rakentaminen (Tamski & Huotari 2015, 5) Hyvin valitut ja asiakkaalle sopiviksi suunnitellut taide- ja kulttuurilähtöiset harjoitukset tuottavat kokemuksiin mukaan melko helposti onnistumisenkokemuksia, joihin pyritään ja tasoa on sitä mukaa helppo nostaa, kun onnistumisia tulee. On myös hyvä muistaa, että onnistumista on monenlaista. Joskus nepsy-valmennuksessa tekemisen keskiössä voi olla jonkun tietyn taidon

konkreettinen harjoittelemine tai opettelemine, kun taas joskus on kyse syntyvän tuotoksen oivaltavuudesta eikä ollenkaan taiteellisista tai teknisistä ansioista. Ratkaisukeskeisessä kuvataideterapiassa tuotos nähdään ajattelun, ideoinnin ja vuorovaikutuksen välineenä eikä lopputuloksen esteettisillä ansioilla ole merkitystä (Putkisaari 2013, 51). Valmennusharjoitus voi siis olla varsin onnistunut, vaikka mitään esteettisesti edistynyttä taideteosta ei syntyisi lopputuloksena.

***Mahdollisuus paloitella tehtävät riittävän pieniksi ja kasvattaa siitä.*** Nepsyhenkilöille on tyypillistä muistin heikkous ja toiminnanohjauksen vaikeus (Virta & Koponen 2019, 362). Arjessa tämä näkyy esimerkiksi moniosaisten ohjeiden noudattamisen vaikeutena. Tästä syystä valmennuksessa käytettyjen harjoitusten ja tehtävien on tärkeää olla helposti pilkottavia. Usein myös lähdetään harjoittelemaan tai käsittelemään vaikeiksi koettuja asioita, jolloin ei voi sukeltaa suoraan ”syvään päähän” vaan on tärkeää aloittaa matalalla kynnyksellä, jotta voidaan onnistua. Valmennuksessa on tärkeää tuottaa onnistumisen kokemuksia ja nostaa niitä esiin. Onnistumiskeskineen näkökulma siirtää huomiota epäonnistumisesta ja sen murehtimisesta onnistumisiin ja vahvuuksiin, jolloin valmennettava onnistuu enemmän, innostuu onnistumisesta ja haluaa onnistua enemmän (Kallio 2016, 90–93). Näin päästään valmennuksessa eteenpäin kohti tavoitteita.

***Työkaluja sanoittamiseen kuvien tai sanataiteen kautta. Löytää sanoituksia ja uusia näkökulmia.*** Valmennukseen tullaan, kun joku asia on jumissa eikä se etene. Usein asiaa ympäröivät erilaiset haitalliset uskomukset, ne yksipuoliset ongelmalähtöiset tarinat, joista kirjoitin luvussa 2. Taidelähtöiset harjoitukset ja tehtävät ovat omiaan saamaan aikaan muutosta tällaisessa tilanteessa, jossa tarvitaan ehkä laajempaa kuvaa tilanteesta, uusia ajattelumalleja tai sanoja vielä tunnistamattomalle haasteen alkulähteelle. Visuaalinen ajattelu on ihmiselle ominainen tapa jäsentää tunteita, ajatuksia ja havaintoja, mikä levittäytyy oikeastaan huomaamattamme kaikille elämämme osa-alueille aina arkisista askareista unien näkemiseen (Malchiodi 2007, 9). Ei

ole siis erityisen hämmästyttävää, että taide ja kulttuurilähtöisiä harjoituksia ja tehtäviä voi käyttää tällaisten tavoitteiden edistämiseksi.

# HAASTEET



Kuva 5. Taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen käytön haasteista.

Taide- ja kulttuurilähtöisiin työtapoihin koettiin liittyvän myös haasteita (Kuva 5).

***Vaatii valmentajalta ammattitaitoa käyttää menetelmiä ja reagoida odottamattomaan.*** Keskustelimme kokemastamme taidetehtävien ominaisuudesta viedä toisinaan keskustelu yllättävän suoraan vaikean asian ytimeen. Se voi olla valmentajallekin hämmentävää, jos se tapahtuu jollain tavalla odottamatta. Vaatii valmentajalta osaamista ensinnäkin valita sopiva harjoitus, jolla on asian käsittelyä edistävä vaikutus, mutta myös hallita tilannetta, jossa edessä voi olla isokin asia aivan auki. Valmentajan pitää osata

harkita, voidaanko esiin noussut asia käsitellä valmennuksessa vai pitääkö valmennettava ohjata muiden palveluiden piiriin (Mannström-Mäkelä & Saukkola 2008, 46). Tämä on tietysti osa ihan kaikkea valmennusta, eikä koske yksin taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen esiin nostamia asioita.

***Löytää taitotasolta sopivia tehtäviä.*** Tämän haasteen osalta on mielestäni kaikkein tärkeintä soveltaa nepsy-valmennuksen keskeistä periaatetta asiakaslähtöisyydestä ja ei-tietämisestä. Nepsy-valmentajalla on erilaisia rooleja suhteessa valmennettavaan, joiden välillä hänen tulee ketterästi liikkua. Välillä tarvitaan asiantuntijaa, joka ohjaa ja neuvoo. Esimerkiksi silloin, kun valmennettava tarvitsee muita palveluita. Valmennettava on kuitenkin oman elämänsä tärkein asiantuntija ja ei-tietämisen tai ”tyhjän pään tilaa” tarvitaan, jotta valmennettava tulee nähdyksi, kuulluksi ja ymmärretyksi toivomallaan tavalla. Ei-tietäminen tarkoittaa valmentajan luopumista omista määritelmistään, tulkinnoistaan ja ennakkokäsityksistään, jolloin hän perustaa vuorovaikutuksen aitoon dialogiin (Huotari & Tamski 2019, 50). Valmennusharjoitusten valinnassa tämä tarkoittaa yksinkertaisesti sitä, että harjoitukset valitaan yhdessä valmentajan ammattitaidolla tarjoamista vaihtoehdoista. Vaihtoehtojen tarjoamisessa taas tarvitaan hetkellisesti asiantuntijaroolia, koska valmennettava ei muuten tiedä mistä valita. Ei-tietäminen ei siis täysin ratkaise haastetta. Valmentajalla on oltava työkalupakissaan paljon erilaisia harjoitusvaihtoehtoja ja niitä on osattava soveltaa. Tässä on varmaankin syy sille, miksi ideapankkia kaivataan.

***Joillekin asiakkaille osa tehtävistä on tosi vaikeasti lähestyttäviä.*** Toisille, joskaan ei ollenkaan kaikille, neuropsykiatrisia erityisvaikeuksia omaaville henkilölle voi abstraktien asioiden hahmottaminen olla vaikeaa (Parikka ym. 2017, 71) ja taiteeseen tai käsillä tekemiseen olla niin vahvoja kokemuspohjaisia esteitä, että se vaikuttaa harjoitusten ja tehtävien valintaan. Tällöin näkisin, että riittävän matalan kynnyksen harjoitukset ja sanoittamisen valinta niin, ettei puhuta taiteesta, voisi auttaa. Toki jos tilanne on sellainen, että valmennettava hyötyy eniten vain keskusteluun perustuvasta valmennuksesta, on asia sitten niin, eikä taide- ja kulttuurilähtöisiä harjoituksia pidä väkisin

valmennukseen sisällyttää. Itse en ole tällaiseen tilanteeseen vielä valmentajana törmännyt, ettemme olisi valmennettavan kanssa löytäneet valmennuksen aikana mitään taide- tai kulttuurilähtöistä harjoitusta, joka veisi valmennusta eteenpäin.

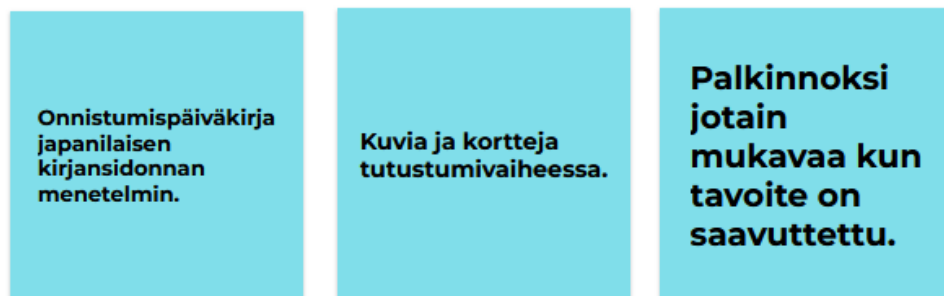
***Huonot kokemukset koulussa saattavat vaikuttaa tekemiseen.*** Hyvin monella valmennukseen tulevalla on valitettavan huonoja kokemuksia koulusta taito- ja taideaineiden opetuksesta ja jo puhekin, vaikka taidetehtävistä voi saada valmennettavan vuolaasti kertomaan miten epätaiteellinen hän on. Otan tämän aina leikkimielisenä haasteena ja usein naureskelemme valmennettavan kanssa valmennuksen loppumetreillä, että ehkä valmennettavasta ei tullut taiteilijaa, mutta asenne luovaan työskentelyyn on muuttunut. Ottaen huomioon, miten tärkeä asia luovuus on ihmisen hyvinvoinnille, pidän tätä tärkeänä valmennuksen sivutuotteena.

Lisäksi keskustelimme hetken erilaisista harjoituksista mitä itse käytämme valmennettaviemme kanssa paljon (Kuva 6). Tehtävän tarkoituksena oli herätellä keskustelua ja jakamisen iloa eikä niinkään kerätä mitään kattavaa tietoa. Ajattelin, että tällä tehtävällä saisimme alun tehtäväpankille ja siinä onnistuimme niin kuin tällainen pieni ryhmä voi onnistua hyvin rajallisessa ajassa. Toivon todella, että saisimme aikaan keskustelevan verkoston, missä voitaisiin jakaa tätä osaamista, mistä saimme nyt vain pieniä näytteitä kerättyä.

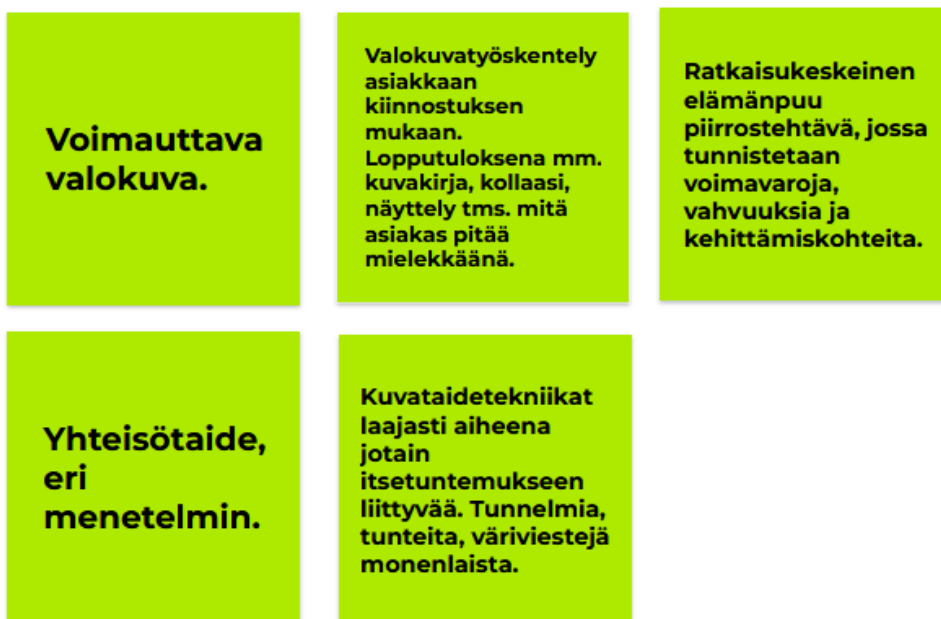
Keskustelussa nousi esille vahvasti nepsy-valmennukselle tyypillisiä tehtäviä, kuten erilaisia onnistumisia, vahvuuksia ja voimaannuttavia asioita esiin nostavia päiväkirjoja ja kuvatyöskentelyä eri tekniikoin. Osallistujat kertoivat myös usein käyttävänsä taide- ja kulttuurilähtöistä toimintaa palkintona edistymisestä tai vaikeasta harjoituksesta selviytymisen jälkeen sekä tutustumiseen valmennuksen alkuvaiheessa.

# Millaisia tehtäviä käytät usein?

## Tehtäviä kaikille



## Usein käytettyjä



Kuva 6. Millaisia taide- ja kulttuurilähtöisiä tehtäviä käytät usein?

#### 4.2.2 Verkoston suunnittelu

Verkostonsuunnittelutehtävä jätettiin tekemättä, koska paikalla oleva ryhmä koki, että keskustelua olisi hyvä käydä suuremmalla porukalla ja niin päätimme siirtää varsinaisen verkostotyön suunnittelua koskevan keskustelun myöhemmäksi. Tätä varten päätimme kuitenkin perustaa verkostolle suljetun Facebook ryhmän nimeltä *Kulttuurinen nepsy-valmennus*, missä keskustelua voidaan käydä kaikessa rauhassa asia kerrallaan, kun olemme tavoittaneet asian äärelle enemmän ihmisiä.

Kutsu Facebook-ryhmään lähti kaikille työpajaan ilmoittautuneille pian työpajan jälkeen. Kun opinnäytetyöni on julkaistu, lähetän vielä tiedotteen kyselyyn vastanneille, missä kerrotaan mahdollisuudesta tutustua kyselyn ja työpajan tuloksiin julkaistussa opinnäytetyössä tai verkoston *Kulttuurinen nepsy-valmennus* Facebook-ryhmässä. Tähän sähköpostiin liitän luonnollisesti myös kutsun verkostoon. Tämän jälkeen poistan kyselyyn vastanneiden yhteystietolistan. Verkoston Facebook-ryhmä on toki löydettävissä jatkossakin niin kauan, kuin se on olemassa.

#### 4.3 Lopputulos ja sen hyödyntäminen

Opinnäytetyöni lopputuloksena on jonkinlainen ymmärrys siitä, että kulttuurinen nepsy-valmennus voisi olla käsite. Sillä on jonkinlaiset yhteisesti koetut raamit ja joukko ammattilaisia toimii jo aiheen parissa kentällä. Innokkaita kehittäjiä ja oppijoita varten on perustettu verkosto, ja aika näyttää miten aktiivinen verkostosta tulee ja täyttääkö se kyselyyn vastanneiden odotuksia. Toivoisin tietysti, että tästä tekemästani työstä olisi hyötyä muillekin kuin itselleni. Olen kokenut tämän valtavan kasvattavana matkana kulttuurisen nepsy-valmennuksen käsitteeseen, tietopohjaan ja niihin hyviin käytäntöihin, joita jo on olemassa. Jostain itsestään selvästä, hiljaisena tietona kasvaneesta aiheesta on muotoutunut jotain paremmin selitettävää, kuvailtavaa ja määriteltävää. Kokonaisuus, jonka olemuksesta tästä eteenpäin voidaan keskustella, kun se on tehty näkyväksi ja nostettu esiin.

Koko opinnäytetyön prosessin lopputuloksena minulle on kertynyt tietoa, jonka olen muotoillut esitettävään muotoon ja toivon voivani hyödyntää sitä erilaisissa yhteyksissä. Esimerkiksi omassa työssäni kehitämme paikkakuntalaisten nepsy-palveluita yli sektorirajojen ylittävän ohjausryhmän ja pienemmän valmentajista koostuvan nepsy-tiimin kanssa. Pääsen varmasti kertomaan kulttuurisesta nepsy-valmennuksesta näille yhteistyötahoille ja kuka tietää, kun sana leviää valmentajien keskuudessa, myös kertomaan asiasta muualle missä asiasta haluttaisiin kuulla ja keskustella.

Varmaankin tärkein hyödynnettävyysarvo työlläni on nimenomaan keskustelun lähtökohta, piste, josta alkaa rakentaa selvempiä ja yksityiskohtaisempia kuvia siitä mitä kulttuurinen nepsy-valmennus on. Toivoisin saavani tehdä aiheen parissa kehitystyötä vielä pitkään, sillä koen jollain tavalla olevani oman osaamisen ytimessä ja elämäntyöni äärellä. Odotan innolla mikä on se seuraava käänne ja tulokulma, kun löydän itseni aiheen parista kehittämästä. En usko, että tämä jää tähän ja toivon voivani innostaa myös muita asian äärelle.

## 5 Kulttuurinen nepsy-valmennus tulevaisuudessa

Tässä luvussa kuvaan opinnäytetyöprosessin aikana läpikäymiäni tunteita, ajatuksia ja heränneitä visioita. Kerron miten kulttuurinen nepsy-valmennus liittyy kulttuurihyvinvointikentän tulevaisuuteen ja miten näen oman roolini kulttuurisen nepsy-valmennuksen osajana tulevaisuudessa.

### 5.1 Kehittämistehtävän herättämät ajatukset ja visiot

Opinnäytetyön tekeminen on tietysti herättänyt monenlaisia ajatuksia pitkin matkaa. Olen kokenut innostusta ja ihastusta, kun tein ohjauksessa oivalluksia, kun kyselyvastauksia alkoi tipahdella tai kun työpajan keskustelut saivat nyökyttelemään. Turhautumisen tunteita on herännyt yksin puurtamisesta, kun opiskelutovereilla ja työelämäyhteyksillä tuntuu olevan omat kiireensä eikä eteenpäin vievää dialogia oikein syntynyt missään. Epätoivon tunteita nousi pintaan, kun toivottua tietopohjaa ei tuntunut löytyvän ja pettymystä, kun työpajailmoittautumisia ei hyvän kyselyvastaussaldon jälkeen tullutkaan kovin montaa. Innostus ja ihastus ovat kuitenkin olleet voimakkaampana mielessä, ja ne ovat pitäneet sitä visiota yllä mikä suunnitteluvaiheessa muotoutui siksi lopulliseksi päämääräksi sitten joskus. Selvää on ollut alusta asti, että tämä opinnäytetyö on vasta alkusysäys toivottavasti joskus toimivalle kulttuurisen nepsy-valmennuksen verkostolle ja koko käsitteen vakiinnuttamiselle.

Toivoisin, että joskus tulevaisuudessa meillä kulttuurisen nepsy-valmennuksen ammattilaisilla olisi oma vireä verkosto, jossa tuotettaisiin yhdessä tietoa, ideapankkia ja jossain vaiheessa jopa koulutusta aiheen tiimoilta. Olen iloinen siitä, miten tämä opinnäytetyö on kehittynyt tähän muotoonsa eikä toteutunut suunnittelemani pienenä ohjekirjasena, joka tuskin olisi löytänyt tietään kollegojen näytöille. Koen, että olen jo tässä vaiheessa kurottanut kohti muita toimijoita ja saanut itselleni ainakin muutaman hyvän kontaktin ja sille on hyvä rakentaa.

On selvää, että verkosto ei toimi eikä kasva ilman määrätietoista työtä ja verkoston jäsenten halua jakaa osaamistaan yhtä paljon kuin hyötyä toisten osaamisesta. Haluan jatkossakin tehdä parhaani tämän verkoston eteen ja tulevina vuosina näen mihin se riittää.

## 5.2 Kulttuurinen nepsy-valmennus osana kulttuurihyvinvointialan työtä

Ajattelen, että kulttuurinen nepsy-valmennus on vain yksi niistä ”pienistä sienistä”, jotka pian nousevat maasta sote- ja kulttuurialan yhdyspinnoille, kun kulttuurihyvinvoinnin käsitteen tutuksi tuleminen virkistää ”sateen lailla” sosiaali- ja terveydenhuollon sekä kulttuurikenttää. Uskon, että on paljon tällaista yhdyspintatyötä, jota jo tehdään ja joka kaipaa nimeä, määrittelyä ja liittämistä tietoperustaan.

Ihmisen kulttuurisiin perusoikeuksiin kuuluvat oikeus osallistua taiteisiin ja kulttuuriin, kehittää itseään ja yhteisöään niiden avulla sekä mahdollisuus ilmaista itseään vapaasti. Nämä oikeudet on turvattu ihmisoikeussopimuksissa ja perustuslaissa. Sekä kuntien kulttuuritoimella että tulevilla sosiaali- ja terveysalalla hyvinvointialueilla, on merkittävä rooli ja velvollisuus sekä erilaisten kulttuuripalveluiden tuottamisessa että kulttuuri- ja taidetoiminnan järjestämisessä hyvinvointia tukevana osana sosiaali- ja terveydenhuollon rakenteisiin, kuten kuntoutustyöhön. (Lehikoinen & Rautiainen 2016.)

Tästä syystä ajattelen, että tällä yhdyspinnalla on suorastaan pakko alkaa tehdä jo olemassa olevaakin tärkeää työtä näkyväksi ja antaa sille resursseja. Varsinais-Suomessa toteutetun kuntien kulttuurihyvinvointialan työtä koskevan selvityksen mukaan juuri tällainen perustietoa, toimijoiden välistä yhteistyötä ja resursseja lisäävä kulttuurihyvinvointialan työn edistäminen olisi erityisen kaivattua kunnissa kulttuuri ja sote-kentän yhteistyön parantamiseksi (Brushane & Rosenlöf 2021).

### 5.3 Ihmekysymys

Opinnäytetyöprosessin aikana ohjaaja kysyi meiltä opiskelijoilta aina, mitä teet seuraavaksi, jotta työsi etenee? Olin aina varautunut ja osasin vastata. Nyt en ole varma mitä teen opinnäytetyöni kanssa, kun se on pian valmis ja julkaistu. Tämähän kuitenkin oli vasta alku jollekin, enkä halua tämän jäävän tähän.

Nepsy-valmennuksessa käytetään ratkaisukeskeisestä ajattelutavasta tuttua ihmekysymystä, kun ei ole aavistustakaan, miten pitäisi asioiden ratkaisemiseksi edetä. Sen ideana on suunnata ajatus tulevaisuuteen ja irrottautua pinttyneistä ajattelumalleista kohti luovaa ongelmanratkaisua, jolloin huolellisesti valittujen jatkokysymysten kautta on mahdollista löytää toimintatapoja kohti toivottua tilannetta (Cauffman 2019, 119).

Kysyn siis itseltäni: Jos opinnäytetyöni julkaisun jälkeen aamulla heräisin ja kaikki toiveeni opinnäytetyöni vaikutuksista olisi toteutuneet, mitä olisi tapahtunut? Hymyilen tietysti kysymyksen älyttömyyttä, mutta vastaan, että verkostoon olisi tullut kymmenittäin yhteydenottoypyyntöjä rautaisilta ammattilaisilta jopa ulkomailta. Nämä tulokkaat haluaisivat verkostoitua ja jakaa osaamistaan. Joku ystävällinen apumoderaattori olisi jo laskenut kaikki innokkaat sisään ja ammatillinen keskustelu, ideapankki, kirjallisuuslistat, koulutussuunnittelu sekä säännöllisten tapaamisten järjestelyt olisivat jo täydessä vauhdissa. Kaikki haluaisivat jakaa omaa osaamistaan ja tukea muita.

On aika vaihtaa roolia takaisin valmentajaksi ja kysyä itseltäni uusi kysymys: Mikä olisi se yksi pieni asia minkä sinä voit tehdä ensimmäisenä, jotta tämä kaikki toteutuisi? Vastaukseni kirkastuu. Enhän voi tehdä muuta, kuin toimia esimerkkinä ja jakaa omaa osaamistani sille pienelle yhteisölle, mikä nyt on saatu kasaan ja sillä tavalla innostaa muitakin jakamaan omaa osaamistaan. On myös tärkeää pitää asiaa esillä muilla foorumeilla, jotta mukaan saadaan uusia osajia. Pitää kulkea silmät ja korvat auki sekä tarttua jokaiseen nousevaan mahdollisuuteen pitää kulttuurisen nepsy-valmennuksen lippua korkealla.

## 6 Pohdinta

Opinnäytetyöni on ollut mielenkiintoinen matka sekä valitsemaani aiheeseen että omaan ammatilliseen osaamiseeni. Uskoin aloittaessani kokoavani työni selvennistä jo olemassa olevista kokonaisuuksista enkä ymmärtänyt lähteväni käsittelemään uutta käsitettä ja termiä *kulttuurinen nepsy-valmennus*. En ole voinut olla pohtimatta miksi sellaista ei ole jo otettu käyttöön, kun se tuntuu niin selvältä kokonaisuudelta? Vastausta en tähän kysymykseen luonnollisestikaan löytänyt eikä se ole merkityksellistikään. Ehkä sen aika vaan ei ole ollut vielä.

Opinnäytetyöni eri vaiheet tuli toteutettua pääsääntöisesti hyvin ja suunnitelmien mukaan. Aikataulu piti ja paperityöt tulivat tehtyä ajallaan. Siitä pitää olla ylpeä, koska työn, perheen ja opintojen yhdistäminen korona-ajan ja Euroopassa riehuvan sodan vaikutusten aikana ei ole ollut yksinkertaista. Mutta minulla on ollut tämän työn tekemiseen niin valtava palo, että se on kantanut niidenkin hetkien yli, kun haasteita on ollut enemmän kuin riittävästi.

Opinnäytetyölleni asettamat tavoitteet toteutuivat ainakin osittain hyvin. Tavoitteena oli selvittää, millaisia taide- ja kulttuurilähtöisiä työtapoja neuropsykiatrisilla valmentajilla on käytössään, millaisia käyttökokemuksia niistä on ja löytyisikö hyviä käytäntöjä jaettavaksi. Kysely vastasi näihin kysymyksiin hyvin. Sain kerättyä mielestäni hyvän tietopaketin näistä aiheista. Tämän tietopaketin avulla on hyvä kertoa asiasta eteenpäin ja sillä tavalla toivottavasti täyttää opinnäytetyön tarkoitusta eli vahvistaa taide- ja kulttuurilähtöisten työtapojen asemaa nepsy-valmennuksessa. Tarjolle saatiin jo muutama harjoitusideakin, mutta itse olisin toivonut jo tässä vaiheessa ”suurempaa saalista”. Tähän ideapankkiin toivottavasti saadaan vielä runsaasti yksityiskohtaisempaa aineistoa tulevaisuudessa.

Lisäksi tavoitteena oli selvittää, onko tarvetta verkostolle, joka kokoaisi yhteen taide- ja kulttuurilähtöistä työtettä käyttäviä nepsy-valmentajia ja mahdollistaisi valmentajille ammatillista tukea sekä mahdollisesti myöhemmin lisäkoulutusta. Verkoston tarve todettiin, verkosto perustettiin ja tätä voi pitää jo onnistumisena, vaikka itse verkosto on vielä jäsenmäärältään ja toiminnaltaan vaatimaton.

Erilaiset verkostotoimintaa liittyvät toiveet tuli kartoitettua ja suunta on selvä, kunhan saadaan verkoston harteita kasvatettua.

Haluan myös ajatella, että työni jättää edes jonkinlaisen jäljen kulttuurihyvinvoinnin ja ennen kaikkea nepsy-valmennuksen kenttään nostamalla esiin jotain tärkeää. Asiani ei nouse kummallakaan kentällä keskiöön tai tee mitään mullistavaa uutta keksintöä, mutta toivottavasti sillä on merkitystä niille toimijoille nyt ja tulevaisuudessa, jotka etsivät tietoa taide- ja kulttuurilähtöisten menetelmien tai työtapojen käytöstä nepsy-valmennuksessa niin kuin minä tein. Haluan myös uskoa, että syntynyt verkosto lähtee toimimaan tästä pikkuhiljaa.

Työn edetessä hahmottunut sanoitus kulttuuriseen nepsy-valmennukseen liittyville käsitteille ja tavalle puhua tästä työotteesta oli lopulta yksi tärkeimmistä opinnäytetyöni tuloksista. Se vaikutti paljon tapaan, jolla itse nyt osaan jäsentyneemmin puhua asiasta ja toivottavasti se tulevaisuudessa vaikuttaa myös muiden ammattilaisten tapaan puhua. On selvää, että asioista on helpompi keskustella, kun on ensin luotu puhuntaan yhteisiä raameja sille mistä puhutaan. Toivon, että tästä voisi lähteä käyntiin ammatillinen keskustelu ja kehitystyö kulttuurisen nepsy-valmennuksen parissa. Toivon, että muutkin ammattilaiset innostuisivat pohtimaan keskustelunavaukseni pohjalta, mitä tämä työote pitää sisällään, miten sitä voisi parhaiten kuvata ja miten voisimme yhdessä kehittää kulttuurista nepsy-valmennusta.

Haastan teidät kaikki, jotka koette olevanne kulttuurisen nepsy-valmennuksen ammattilaisia, osallistumaan keskusteluun ja kehitystyöhön kanssani!

## Lähteet

Ansio, H., Houni, P. & Piispa, M. 2018. *“Ei ole keksitty sitä ammattinimikettä, mikä olisin” Sosiaalisesti sitoutuneen taiteen tekijät ja hybridinen työ*. Viitattu: 15.4.2022

[https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/136024/YP1801\\_Ansioym.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/136024/YP1801_Ansioym.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Brushane, H. & Rosenlöf, A.-M. 2021. *Selvitys: Kulttuurihyvinvoinnin tärkeinä tavoitteina kuntalaisten osallistaminen ja kulttuuritapahtumien järjestämisen tuki*. Viitattu: 24.4.2022. <https://vshyvinvointialue.fi/selvitys-kulttuurihyvinvoinnin-tarkeina-tavoitteina-kuntalaisten-osallistaminen-ja-kulttuuritapahtumien-jarjestamisen-tuki/>

Cauffman, L. 2019. *Ratkaisukeskeinen coaching. Opas myönteiseen muutokseen*. Helsinki: Lyhytterapiainstituutti Oy.

Fancourt, D. & Finn, S. 2019. *What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being?*, World Health Organization. Viitattu: 16.4.2022.

<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/329834/9789289054553-eng.pdf>

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2012. *Tutki ja kirjoita*. 15.–17. painos. Helsinki: Tammi.

Hirvihuhta, H. & Litovaara, A. 2003. *Ratkaisun taito*. Helsinki: Tammi.

Houni, P., Turpeinen, I. & Vuolasto, J. 2021. *TAIDETTA! Kulttuurihyvinvoinnin käsikirja*. Helsinki: Taiteen edistämiskeskus (TAIKE). Viitattu: 21.5.2022

<https://www.taike.fi/documents/10921/1332027/Taidetta%21+Kulttuurihyvinvoinnin+k%C3%A4sikirjan+uudistettu+laitos/95970ba6-302c-5e63-f483-8fea9a5ec857>

Huhtinen-Hildén, L., Puustelli-Pitkänen, A., Strandman, P. & Ala-Nikkola, E. 2017. *Kohti luovaa arkea - Kulttuurinen vanhustyö asiakaslähtöisyyden edistäjänä, Tutkimusraportti*. Viitattu 15.4.2022.

[https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/124164/kohti\\_luovaa\\_arkea\\_tutkimusraportti.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/124164/kohti_luovaa_arkea_tutkimusraportti.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Huhtinen-Hildén, L. 2021. *Kulttuurihyvinvointialan yhteistä ymmärrystä rakentamassa - Tikissä*. Viitattu: 15.4.2022.

<https://blogit.metropolia.fi/tikissa/2021/02/02/kulttuurihyvinvointialan-yhteista-ymmarrysta-rakentamassa/>

Huotari, A. & Tamski, E.-L. 2019. *Tammerterhon tarinoita: kirja valmennuksesta*. Uusittu painos. Mikkeli: Eeva-Liisa Tamski.

Huoviala, A-K. E. 2007. *Neuropsykiatrinen valmennus – Ohjaustyöhön perustuvan kuntoutusmenetelmän jäsenitys*. Pro gradu -tutkielma. Kuopion yliopisto. Viitattu: 21.5.2022.

[https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/9415/urn\\_nbn\\_fi\\_uef-20090028.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://erepo.uef.fi/bitstream/handle/123456789/9415/urn_nbn_fi_uef-20090028.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Hyyppä, M. T. 2021. *Kulttuuri ja terveys*. Duodecim. Viitattu: 21.5.2020

<https://www.terveyskirjasto.fi/dlk01283>

Jalonen, V., Kärnä, E. & Tuomainen, T. 2019. *Moniosaajasta jatkuvasti itseään kehittäväksi hybridiosaajaksi*. Haaga-Helia. Viitattu: 22.5.2022

<https://julkaisut.haaga-helia.fi/moniosaajasta-jatkuvasti-itseaan-kehittavaksi-hybridiosaajaksi/>

Karkkulainen, M., Ala-Vannesluoma, T., Pirhonen, P., Kastu, R. & Airaksinen, R. 2015. *Toimii! Hoitajan opas luoviin menetelmiin*. Helsinki: Edita.

Kallio, J. 2016. *Opettamisen vallankumous Opettajasta elinikäisen oppimisen valmentajaksi*. Helsinki: Tietosanoma.

Känkänen, P. 2013. *Taidelähtöiset menetelmät lastensuojelussa - kohti tilaa ja kokemuksia*. Helsinki: Terveysten ja hyvinvoinnin laitos.

Laurila, M. 2020. *MONITOIMIJUUS SOSIAALI- JA TERVEYDENHUOLLON PALVELUJÄRJESTELMÄN KEHITTÄMISESSÄ Työkirja korkeakouluopetukseen ja täydennyskoulutukseen*. Viitattu: 15.4.2022.

[http://www.muova.fi/fi/yhteistyö/julkaisut/monitoimijuus\\_sosiaali-ja\\_terveydenhuollon\\_palvelujarjestelman\\_kehittamisessa\\_laurila.pdf](http://www.muova.fi/fi/yhteistyö/julkaisut/monitoimijuus_sosiaali-ja_terveydenhuollon_palvelujarjestelman_kehittamisessa_laurila.pdf)

Lehikoinen, K. & Rautiainen, P. 2016. *Kulttuuristen oikeuksien toteuttaminen osaksi sote-palveluja, ArtsEqual Policy Brief*. Viitattu: 24.4.2022.

<https://www.artsequal.fi/documents/14230/26193/Sote-sektori+suositus/df5a3d5e-ae2-413d-baea-cedce6db2575>

- Lilja-Viherlampi, L-M. 2016. *Taidetyöskentely kokemuksen ja oivalluksen väylänä innovaatiopedagogiikassa*. Teoksessa Komulainen, M., Konst, T. & Keinänen M. (toim.) *Uudistuva korkeakoulu Esimerkkejä innovaatiopedagogiikan soveltamisesta opetuksessa ja korkeakoulun toiminnassa*. Turku: Turun ammattikorkeakoulu. Viitattu 15.5.2022  
<https://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522166449.pdf>
- Malchiodi, C.A. 2007. *The Art Therapy Sourcebook*. New York: The McGraw-Hill.
- Mannström-Mäkelä, L. & Saukkola, K. 2008. *Voimaannuttavan ohjaamisen käsikirja*. Helsinki: Palmenia.
- Morgan, A. 2008. *Johdatus narratiiviseen terapiaan*. Ilola: Kuva ja Mieli Ky.
- Nuori Kulttuuri 2021. *Kulttuurinen nuorisotyö - Nuori Kulttuuri*. Viitattu: 15.4.2022. <https://nuorikulttuuri.fi/kulttuurinennuorisotyö/>
- Ohjaustoiminnan artonomi – osaava mutta tuntematon*. 2014. Helsinki: Taide- ja kulttuurialan ammattijärjestö TAKU ry. Viitattu 21.5.2022  
[https://www.akavanerityisalat.fi/files/4590/Artonomiopas\\_2014.pdf](https://www.akavanerityisalat.fi/files/4590/Artonomiopas_2014.pdf)
- Parikka, J., Halonen-Malliarakis, N. & Puustjärvi, A. 2017. *Vaikeudesta voimaksi. Neuropsykiatriset häiriöt ja niiden huomioiminen koulussa*. Helsinki: Finn Lectura.
- Pohjalainen, M. 2012. *Hiljaisen tiedon käsite ja hiljaisen tiedon tutkimus: katsaus viimeaikaiseen kehitykseen*. Informaatiotutkimus 31/3 Viitattu: 22.5.2022 <https://journal.fi/inf/article/view/7079/5613>
- Polanczyk, G. V. 2014. *ADHD prevalence estimates across three decades: an updated systematic review and meta-regression*. International Journal of Epidemiology, 2014, Vol. 34 No. 2, 434–442. Viitattu: 22.5.2022  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24464188/>
- Punkanen, M., Erkkilä, J., Mäki, S., Hurme, P., Leijala-Marttila, M. & Huttula, K. 2016. *Luovat terapiat kuntoutuksessa*. Teoksessa Autti-Rämö, I., Rajavaara, M., Salminen, A-L. & Ylinen, A. (toim.) *Kuntoutuminen*. Helsinki: Duodecim.
- Putkisaari, H. 2013. *Ratkaisukeskeiset kuvat -menetelmän opaskirja: kuvalliset menetelmät ratkaisukeskeisen asiakastyön tukena*. Liminka: Artera.

Puustjärvi, A. 2019. *Neuropsykiatrien valmennus*. Duodecim Käypä hoito. Viitattu: 22.5.2022 <https://www.kaypahoito.fi/nix01018>

Salmela, J. & Hiekkänen, N. 2013. *Ratkaisukeskeisen kuvataideterapian oppikirja*. Helsinki: Alfa Partners.

Tamski, E.-L. & Huotari, A. 2015. *Tammenterhon tarinoita: Neuropsykiatrisen valmentajan työkirja*. Mikkeli: Eeva-Liisa Tamski.

Virta, M. & Koponen, V. 2019. *Kehitykselliset neuropsykiatriset häiriöt*. Teoksessa Jehkonen, M., Saunamäki, T. & Hokkanen, L. (toim.) *Klininen neuropsykologia*. Helsinki: Duodecim.

## Kysely: Taide ja kulttuuri nepsy-valmennuksessa

Taidelähtöisten ja kulttuuristen menetelmien käyttö ratkaisukeskeisessä neuropsykiatrisessa valmennuksessa.

Heini Brushane  
YAMK opinnäytetyö

**TURKU AMK**

### Kysely nepsy-valmentajille taidelähtöisten ja kulttuuristen työtapojen käytöstä

Hienoa, kun tulit vastaamaan kyselyyn ja kehittämään nepsy-valmennuksen luovia työtapoja!

Kysely on lyhyt ja vastaamiseen kuluu aikaa keskimäärin muutamasta minuutista vartiin riippuen siitä, paljonko kuvailit työskentelytapojasi avoimissa kysymyksissä.

Saatat ehkä vielä pohtia mitä näillä taidelähtöisillä, luovilla tai kulttuurisilla työtavoilla tarkoitetaan eikä ihme, sillä rakkaalla lapsella on monta nimeä. *Taidelähtöiset menetelmät, kulttuuriset menetelmät, luovat menetelmät, taidetoiminta, visuaaliset menetelmät, toiminnalliset menetelmät* tai erilaiset yhdistelmät näistä ovat tavallisia ilmaisuja, joita on käytössä. Nyt haetaan matalalla kynnyksellä luovuuteen liittyviä työtapoja. Seuraavalla sivulla on sanapilvi, jossa näet tarkemmin mitä kaikkea tämä voi muun muassa olla!

**OSA1****TAIDELÄHTÖISET JA KULTTUURISET TYÖTAVAT**

Kyselyn ensimmäinen osa kartoittaa millaisia erilaisia taidelähtöisiä ja kulttuurisia tehtäviä tai lähestymistapoja nepsy-valmentajat käyttävät työssään. Olen kiinnostunut laajasti erilaisista luovista työtavoista. Kerro rohkeasti millaisia tehtäviä ja lähestymistapoja käytät.



1. Käytätkö työssäsi nepsy-valmentajana jotain sanapilven osoittamista työtavoista?
  - Kyllä
  - En. Voit siirtyä suoraan seuraavalle sivulle kyselyn 2. osaan.

2. Mihin taiteenalaan tai luovaan toimintaan liittyviä työskentelytapoja käytät?  
Asiakas voi olla itse tekijänä tai vain kokijana. Valitse kaikki sopivat vaihtoehdot
- Kuvataide
  - Musiikki
  - Liike, tanssi
  - Kädentaidot, askartelu
  - Sanataide, luova kirjoittaminen
  - Liikkuva kuva
  - Valokuvaus
  - Kuvakortit
  - Ilmaisutaito, draama
  - Pelit
  - Leikki
  - Joku muu mikä? \_\_\_\_\_
3. Kuvaile lyhyesti käyttämiäsi taidelähtöisiä tai kulttuurisia tehtäviä tai lähestymistapoja.
4. Miten usein käytät taidelähtöisiä tai kulttuurisia tehtäviä tai lähestymistapoja.
- Päivittäin
  - Viikoittain
  - Kuukausittain
  - Harvemmin
5. Käytätkö kuvailemiasi tehtäviä tai lähestymistapoja kaikkien asiakkaittesi kanssa?
- Kyllä
  - En, vain osan kanssa. Millaisten asiakkaiden kanssa?
6. Millaisiin tavoitteisiin tähtäät käyttämälläsi taiteen ja kulttuurin lähestymistavoilla?



## OSA 2

### KULTTUURISEN NEPSY-VALMENNUKSEN KEHITYSTYÖ

Kyselyn toinen osa selvittää millaista kehitystyötä nepsy-valmentajien mielestä voisi tehdä kulttuurisen nepsy-valmennuksen eli taidelähtöisiä ja kulttuurisia työtapoja hyödyntävän nepsy-valmennuksen parissa?

7. Olisiko taidelähtöisiä ja kulttuurisia työtapoja käytävillä nepsy-valmentajilla mielestäsi tarpeellista olla oma verkosto?
  - Kyllä, perustelut:
  - Ei, perustelut:
  
8. Millaista hyötyä toivoisit mahdolliselta verkostolta itsellesi?
  - Ammatillinen verkostoituminen ja tuki
  - Vinkkejä tehtävistä ja menetelmistä
  - Täydennyskoulutusta
  - Yhteistä kehittämistyötä
  - Ammatillista tietopankkia
  - Muuta, mitä?
  
9. Haluaisitko suositella itseäsi hyödyttäneitä kirjaa, tutkimusartikkeliä tms., joka käsitelisi nepsy-asiakkaan kuntoutumista taidelähtöisillä tai kulttuurisilla työtavoilla?

Tule jakamaan ideoita ja verkostoitumaan!



Älä koskaan epäile pienen, sitoutuneen ihmisryhmän kykyä muuttaa maailmaa.  
Se on itse asiassa ainoa tie muutokseen.  
— Margaret Meade

### OSA 3

#### KUTSU KEHITTÄMISTAPAAMISEEN

Haluaisin kutsua sinut lyhyeen noin 1,5 h mittaiseen workshop tyyppiseen Teams-palaveriin nepsy-valmennuksen taidelähtöisten ja kulttuuristen työtapojen kehittämistyön merkeissä maaliskuussa 2022. Toivon, että jätät yhteistietosi niin voin olla sinuun yhteydessä kehittämistapaamisen aikatauluista.

Yhteystiedon jättäminen ei luonnollisestikaan sido sinua osallistumaan. Jos et pääse osallistumaan tapaamiseen saat yhteenvedon tapahtumasta ilmoittamaasi sähköpostiin. Tässä kerätty yhteystietolista hävitetään opinnäytetyön valmistuttua ja mahdollisesti syntyvä verkosto muodostetaan erikseen yhdessä sovitulla tavalla.

Halutessasi voit kysyä lisätietoja:

[heini.brushane@edu.turkuamk.fi](mailto:heini.brushane@edu.turkuamk.fi)

10. Nimesi ja sähköpostiosoitteesi kutsun lähettämistä varten

Etunimi Sukunimi

Sähköposti

**11. Tarkemmat tiedot suorittamastasi nepsy-koulutuksesta\***

Koulutuksen nimi

Järjestäjä

Laajuus

\* Viimeinen koulutukseen liittyvä kysymys on pakollinen vastaajien koulutustaustan kartoittamiseksi. Siihen vastaaminen ei edellytä yhteistietojen jättämistä.

12. Tähän voit halutessasi jättää palautetta tästä kyselystä tai kehittämistyöstä.

## Saatteet kyselyyn nepsy-valmentajille

### SAATE TESTIRYHMÄLLE

Hei teille taas! Nyt siis haluaisin pyytää teiltä sellaista pientä palvelusta, että kävisitte vastaamassa alla olevaan kyselyyn ja tarvittaessa antaisitte palautetta, virheistä, epäselvyyksistä tms. mitä kannattaisi ottaa huomioon ennen kuin kysely julkaistaan. Tavoiteajankohta julkaisulle olisi 17.1. eli jos ehditte sitä ennen, niin olisi hienoa. Vastaamalla nyt testiryhmän mukana saa vastauksensa mukaan myös lopulliseen aineistoon. Alla saate ja linkki kyselyyn. Hienoa jos ehditte olla avuksi. <3

Testiryhmänä toimii oma nepsy-valmentajien opiskeluryhmäni Turun kesäyliopistolta 2019.

### SÄHKÖPOSTISAATE

Otsikko: Kysely – Taide ja kulttuuri nepsy-valmennuksessa

Hyvä nepsy-valmentaja,

Toivoisin sinun vastaavan lyhyeen kyselyyn, jonka tavoitteena on selvittää, millaisia luovuutta hyödyntäviä työtapoja neuropsykiatrisilla valmentajilla on käytössään ja löytyisikö hyviä käytäntöjä jaettavaksi. Lisäksi tavoitteena on selvittää, onko tarvetta verkostolle, joka kokoaisi yhteen kulttuurisen nepsy-valmennuksen osaajia ja mahdollistaisi valmentajille ammatillista tukea sekä mahdollisesti myöhemmin lisäkoulutusta.

Kysely on osa kulttuurihyvinvoinnin koulutusohjelman YAMK-opinnäytetyötäni ja tarkoituksena on vahvistaa taidelähtöisten ja kulttuuristen työtapojen asemaa ja madaltaa kynnystä niiden käyttöönottoon nepsy-valmentajien keskuudessa sekä tuottaa valmentajille työvälineitä ja tarjota mahdollisuutta pysyvämpään verkostoitumiseen.

Kyselyn lopussa sinulla on mahdollisuus jättää yhteystietosi alustavasti verkoston kokoamista varten. Opinnäytetyöhöni liittyen järjestän maaliskuun aikana lyhyen noin

1,5 h kestävä workshop työskentelyyn, jossa pohdimme yhdessä kulttuurisen nepsytyön kehittämistä. Tämä työskentely järjestetään Teams-alustalla covid-19-pandemiatilanteen takia.

Toivoisin sinun vastaavan, vaikka et käyttäisi luovia työskentelytapoja.

Jos sinulla on kysyttävää vastaan mielelläni. Kysymyksesi voi lähettää sähköpostilla [heini.brushane@edu.turkuamk.fi](mailto:heini.brushane@edu.turkuamk.fi) tai numerossa *numero poistettu* (myös WhatsApp).

Pääset vastaamaan kyselyyn alla olevasta linkistä. **Vastaamisaikaa on 10.2 asti.**

<https://link.webropol.com/s/kulttuurinennepsyvalmennus>

Yhteistyöterveisin,

Heini Brushane

Nepsy-valmentaja

Kulttuurihyvinvoinnin YAMK opiskelija



### **SÄHKÖPOSTIMUISTUTUS 3.2.2022**

Otsikko: Kysely – Taide ja kulttuuri nepsy-valmennuksessa

Hei taas hyvä nepsy-valmentaja!

Muistathan, että sinulla on mahdollisuus vastata lyhyeen kyselyyn, jonka tavoitteena on selvittää, millaisia luovuutta hyödyntäviä työtapoja neuropsykiatrisilla valmentajilla on käytössään ja löytyisikö hyviä käytäntöjä jaettavaksi. Lisäksi tavoitteena on selvittää, onko tarvetta verkostolle, joka kokoaisi yhteen kulttuurisen nepsy-valmennuksen osaajia ja mahdollistaisi valmentajille ammatillista tukea sekä mahdollisesti myöhemmin lisäkoulutusta.

Kysely on osa kulttuurihyvinvoinnin koulutusohjelman YAMK-opinnäytetyötäni ja tarkoituksena on vahvistaa taidelähtöisten ja kulttuuristen työtapojen asemaa ja madaltaa kynnystä niiden käyttöönottoon nepsy-valmentajien keskuudessa sekä tuottaa valmentajille työvälineitä ja tarjota mahdollisuutta pysyvämpään verkostoitumiseen.

Kyselyn lopussa sinulla on mahdollisuus jättää yhteystietosi alustavasti verkoston kokoamista varten. Opinnäytetyöhöni liittyen järjestän maaliskuun aikana lyhyen noin 1,5 h kestävä workshop työskentelyn, jossa pohdimme yhdessä kulttuurisen nepsy-työn kehittämistä. Tämä työskentely järjestetään Teams-alustalla covid-19-pandemiatilanteen takia.

Jos sinulla on kysyttävää vastaan mielelläni. Kysymyksesi voi lähettää sähköpostilla

[heini.brushane@edu.turkuamk.fi](mailto:heini.brushane@edu.turkuamk.fi)

tai numeroon *numero poistettu* (myös WhatsApp).

Pääset vastaamaan kyselyyn tämän viestin lopussa olevasta henkilökohtaisesta vastauslinkistä.

**Vastaamisaikaa on 10.2. asti.**

Yhteistyöterveisin,

Heini Brushane

Nepsy-valmentaja

Kulttuurihyvinvoinnin YAMK opiskelija



## FACEBOOKSAATE

Hyvä nepsy-valmentaja,

Tarjoan sinulle mahdollisuutta vastata kyselyyn, jonka tavoitteena on selvittää, millaisia luovuutta hyödyntäviä työtapoja neuropsykiatrisilla valmentajilla on käytössään ja

löytyisikö hyviä käytäntöjä jaettavaksi. Lisäksi tavoitteena on selvittää, onko tarvetta verkostolle, joka kokoaisi yhteen kulttuurisen nepsy-valmennuksen osaajia ja mahdollistaisi valmentajille ammatillista tukea sekä mahdollisesti myöhemmin lisäkoulutusta.

Kysely on osa kulttuurihyvinvoinnin koulutusohjelman YAMK-opinnäytetyötäni ja tarkoituksena on vahvistaa taidelähtöisten ja kulttuuristen työtapojen asemaa ja madaltaa kynnystä niiden käyttöönottoon nepsy-valmentajien keskuudessa sekä tuottaa valmentajille työvälineitä ja tarjota mahdollisuutta pysyvämpään verkostoitumiseen.

Kyselyn lopussa sinulla on mahdollisuus jättää yhteystietosi alustavasti verkoston kokoamista varten. Opinnäytetyöhöni liittyen järjestän maaliskuun aikana lyhyen noin 1,5 h kestävän workshop työskentelyn, jossa pohdimme yhdessä kulttuurisen nepsy-työn kehittämistä. Tämä työskentely järjestetään Teams-alustalla covid-19-pandemiatilanteen takia.

Jos sinulla on kysyttävää voit olla yhteydessä minuun yksityisviestillä tai esittää kysymyksesi tämän julkaisun alla. Pääset vastaamaan kyselyyn alla olevasta linkistä. **Vastaamisaikaa on 10.2 asti.**

<https://link.webropol.com/s/kulttuurinennepsyvalmennus>

## KUTSU kehittämistyöpajaan

Otsikko: Tiedote – Taide ja kulttuuri nepsy-valmennuksessa kehittämistyöpaja

pvm: 15.2.2022

Hei sinulle!

Olet vastannut kyselyyn ”*Taide ja kulttuuri nepsy-valmennuksessa*” ja ilmoittautunut yhteiseen kehittämistyöpajaan. Työpaja järjestetään **perjantaina 18.3. klo 14:00-15:30 Teams alustalla**. Viestin lopussa olevasta linkistä pääset mukaan.

Työpajassa esittelen lyhyesti kyselytuloksia, tutustumme toisiimme, jaamme kokemuksia ja vinkkejä taidelähtöisistä ja kulttuurisista työtavoista nepsy-valmennuksessa sekä suunnittelemme yhteistä kehittämistyötä ja verkostoa.

Toivoisin sinun valmistautuvan työpajaan ja itsesi esittelyyn valitsemalla yhden nepsy-valmennuksessa käyttämäsi taidelähtöisen tai kulttuurisen tehtävän, jonka avulla esittelet itsesi lyhyesti (1 min/esittely). Käy tallentamassa lyhyt esittely ja tehtävä alla olevalle Padlet alustalle. Näin tallennamme tehtävävinkit kaikille ja nekin, jotka eivät pääse paikalle pääsevät esittäytymään.

Esittely Padlet: [linkki poistettu](#)

Vahvistathan tulosi hyväksymällä tai hylkäämällä tämän kutsun. Jos sinulla on kysyttävää vastaan mielelläni s-postilla heini.brushane@edu.turkuamk.fi tai numerossa *numero poistettu* (myös WhatsApp). Odotan innolla tapaamistanne työpajassa!

Iloisin yhteistyöterveisin,

Heini Brushane

Nepsy-valmentaja

Kulttuurihyvinvoinnin YAMK opiskelija

  
**TURKU AMK**

## Muistutus / KUTSU

Otsikko: Muistutus: Taide ja kulttuuri nepsy-valmennuksessa kehittämistyöpaja

pvm: 11.3.2022

Hei teille hyvät luovat nepsy-valmentajat!

Viikon päästä jo tavataan verkostoitumisen ja työpajan merkeissä. Muistattehan käydä esittäytymässä Padlet alustalla ja ilmoittaa pääsettekö paikalle hyväksymällä tai hylkäämällä kutsun niin tiedän, keitä odotan paikalle. Tarkempia tietoja työpajasta ja esittäytymisestä edellisessä postissani alla.

Esittely Padlet: [linkki poistettu](#)

Iloisin yhteistyöterveisin,

*Heini Brushane*

Nepsy-valmentaja

Kulttuurihyvinvoinnin YAMK opiskelija

**TURKU AMK** 

## Työpajan ohjelma



### Taiteella tarinoiden tulevaisuuteen TYÖPAJA Kulttuurisen nepsy-valmennustyön kehittämiseksi

18.3.2022

14.00 - 15:30

**Kokoonkutsuja:** Heini Brushane, Taideakatemia, kulttuurihyvinvoinnin YAMK koulutusohjelma

**Osallistujat:** Ilmoittautuneet

**Valmistaudu:** Esittäytymistehtävä: [linkki poistettu](#)

14:00 - 14:25	<b>Virittäytyminen</b> Koollekutsuja esittäytyy Esittäytymiskierros ennakkotehtävän kanssa Opinnäytetyöprojektin esittely ja päivän aihe	25 min
14:25 - 14:50	<b>Käyttökokemukset</b> Ryhmätyöskentely käyttökokemuksista Tehtävän purku yhteisesti	25 min
14:50-14:55	<b>TAUKO</b> Biotauko Vapaamuotoista keskustelua halukkaille	5 min
14:55 - 15:20	<b>Verkostoituminen</b> Verkoston toiminnan suunnittelua Verkoston perustaminen ja 1. yhteinen tehtävä: esim. Yhteisöllinen kirjalista	25 min
15:20 - 15:30	<b>Lopetus</b> Kiitokset ja lopetustehtävä ONT:n julkaisusta ja arviointikyselystä	10 min

**Työskentelyalustat:** Jamboard

**KYSELY  
VALMENTAJILLE  
2022**

20.1.-10.2.2022

*Webropol-kysely lähetettiin sähköpostilla 142 vastaanottajalle ja vastauslinkki oli jaossa suljetussa valmentajien kansallisessa Facebook-ryhmässä.*



Taidelähtöisten ja kulttuuristen menetelmien käyttö ratkaisukeskeisessä neuropsykiatrisessa valmennuksessa.

Heini Brushane  
YAMK opinnäytetyö

**TURKU AMK** 

Tämä opinnäytetyö toteutetaan Turun ammattikorkeakoulun Taideakatemian kulttuurihyvinvoinnin YAMK koulutusohjelmassa. Ohjaavana opettajana yliopettaja Liisa-Maria Lilja-Viherlampi.



Kyselyyn vastasi yhteensä 24 valmentajaa, joista kaksi ei käytä taidelähtöisiä tai kulttuurisia työtapoja.

MIHIN TAITEENALAAAN  
TAI LUOVAAN  
TOIMINTAAN LIITTYVIÄ  
TYÖSKENTELYTAPOJA  
VASTAAJAT KÄYTTÄVÄT?

- Kuvataide 13
- Musiikki 13
- Liike, tanssi 6
- Kädentaidot, askartelu 14
- Sanataide, luova kirjoittaminen 11
- Liikkuva kuva 5
- Valokuvaus 11
- Ilmaisutaito, draama 7
- Pelit 17
- Leikki 12
- Joku muu 4

## TAIDELÄHTÖISTEN JA KULTTUURISTEN LÄHESTYMISTAPOJEN KÄYTÖSTÄ

Miten usein vastaajat käyttävät taidelähtöisiä tai kulttuurisia tehtäviä tai lähestymistapoja?

Kysymykseen vastasi 22/24 valmentajaa:

Päivittäin 5

Viikoittain 6

Kuukausittain 9

Harvemmin 2

Käytävätkö vastaajat em. lähestymistapoja kaikkien asiakkaiden kanssa?

Puolet eli 11 kysymykseen vastannutta valmentajaa käyttää taidelähtöisiä ja/tai kulttuurisia menetelmiä kaikkien asiakkaidensa kanssa.



Kuvaaja: Heini Brushane

Tärkein mainittu käytettävien menetelmien valintaperuste oli asiakkaan kiinnostus.

Muita olivat asiakkaan ominaisuudet, kuten:

ikä

oppiminen

kielelliset kyvyt

## MILLAISIIN TAVOITTEISIIN VALMENTAJAT TÄHTÄÄVÄT TAITEEN JA KULTTUURIN LÄHESTYMISTAVOILLA?

Tavoitteena on asiakkaan, kuntoutus, hyvinvoinnin tukeminen ja asiakkaan näkyväksi tekeminen mm. seuraaviin asioihin vaikuttamalla:

- **Valmennussuhteen luominen:** vuorovaikutuksen rikastaminen ja vahvistaminen, luottamuksen rakentaminen ja yhteyden luominen.
- **Tunnetyöskentely:** tunteiden tarkastelu, tunnistaminen, nimeäminen, hyväksyminen, ilmaisu ja käsittely.
- **Taitojen harjoittelu:** toiminnanohjaus, sosiaaliset taidot, motoriikan kehittyminen ja monet muut taidot.
- **Voimavaratyöskentely:** voimavarojen vahvistaminen ja näkyväksi tekeminen, luonnollisen itseilmaisun tukeminen, kiinnostuksen kohteiden toteuttaminen ja onnistumiskokemuksen tuottaminen.
- **Rentoutuminen:** rentoutuminen valmennustilanteessa ja rentoutumistaidon harjoittelu.
- **Uusien näkökulmien otto:** uudet ajatusmallit ja hahmottamisen helpottuminen.



Kuvaaja: Olli Koskinen

## TARVITAANKO TAIDELÄHTÖISIÄ JA KULTTUURISIA TYÖTAPOJA KÄYTTÄVILLE NEPSY-VALMENTAJILLE OMA VERKOSTO?

20/23 mielestä KYLLÄ

- Ideoiden jakaminen ja ammatillinen tuki koettiin ”kyllä” vastanneiden keskuudessa tärkeiksi asioiksi.
- Kolmea ei-vastausta ei ole kyselyvastauksissa perusteltu.



## MILLAISIA HYÖTYJÄ VASTAAJAT TOIVOIVAT ITSELLEEN VERKOSTOLTA?

Vastaajia 24/24 ja valintoja yhteensä 91

- Ammatillinen verkostoituminen ja tuki 18
- Vinkkejä tehtävistä ja menetelmistä 23
- Täydennyskoulutusta 15
- Yhteistä kehittämistyötä 13
- Ammatillista tietopankkia 22



Microsoft 365 kuvapankki

KYSELYSTÄ TULI KANNUSTAVAA JA  
KEHITTÄMISTYÖHÖN INNOSTAVAA PALAUTETTA!

Tosi hienoa, jos tällainen toteutuu.

Verkoston rakentaminen on varmasti hyvä idea.

Kiitos inspiroivasta kyselystä!

Tämä todella toimii ja on kokonaisvaltaisesti  
kuntouttavaa autismikirjon asiakkaille.



Tärkeää työtä!!



Hienon asian äärellä ollaan!