

Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveuteen

Palvelumallien kehittämistä
kansalaislähtöisesti



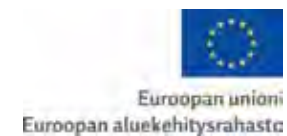
Pumppu-hanke, TEHU-osahanke: Tuotteistetut hyvinvointipalvelut tehokkaan toiminnan edellytys seudullisesti toimivassa tuottaja-tilaajamalleissa.
Turun seudun osio.

TURUN AMMATTIKORKEAKOULUN OPPIMATERIAALEJA 89
Turun ammattikorkeakoulu
Turku 2014

Graafinen suunnittelu ja taitto: Satu-Maaria Mäkipuro
Kuvat: Satu-Maaria Mäkipuro, Suvi Kivelä sivut 47 ja 52–89

ISBN 978-952-216-493-3 (painettu)
ISSN 1457-7933 (painettu)
Painopaikka: Saarijärven offset Oy, Saarijärvi 2014

ISBN 978-952-216-494-0 (pdf)
ISSN 1796-9972 (elektroninen)
Jakelu: loki.turkuamk.fi



Helena Malmivirta & Suvi Kivelä (toim.)

Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveuteen

Palvelumallien kehittämistä
kansalaislähtöisesti





Sisälllys

1. Johdanto	9
<i>Helena Malmivirta & Suvi Kivelä</i>	
2. Muistisairauksien lisääntyminen ja ennaltaehkäisevien uudenlaisten palvelumallien kehittämisen tarve	15
<i>Suvi Kivelä & Helena Malmivirta</i>	
2.1. Muistisairauksien ennaltaehkäisyllä kohti muistiystävällistä yhteiskuntaa	15
2.2. Katsaus aiempiin tutkimus- ja kehityshankkeisiin	19
2.3. Kolmas sektori hyvinvointipalveluiden tuottajana	22
<i>Suvi Kivelä</i>	
3. Kolmas ikä ja taiteen mahdollisuudet vastata hyvinvoinnin ja terveyden haasteisiin	25
<i>Helena Malmivirta</i>	
3.1. Kolmas ikä elämänvaiheena	25
3.2. Taiteen, terveyden ja hyvinvoinnin liitto	27
4. Toimintatutkimuksen strategiaa soveltaen palvelumallien kehitystyöhön ja toteutukseen	29
<i>Helena Malmivirta</i>	
4.1. Avaimia kehittämään ja tutkimaan	31
4.2. Pedagogisella toiminnalla kohti tavoitteellista palvelumalliajattelua	34
4.2. Kokemustiedosta toimintaan ja taidetoimintaan John Deweyn ajattelua seuraten	35
4.3. Taidekasvatukseen kiinnittyvä agora	37
4.4. Sosiokulttuurinen ajattelu palvelumallien taidetoiminnan ohjauksessa	41
5. Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen -tutkimus- ja kehitystyön tehtävät	45
<i>Helena Malmivirta</i>	
6. Mitä haluan elämästäni muistaa?	50
<i>Helena Malmivirta</i>	
6.1. Taiteen kokijana, näkijänä ja tekijänä	52
6.2. Mitä haluan elämästäni muistaa? – kokemuksesta tietoon	70
6.3. Avainten rakentuminen	76

7. Keltainen tupa ja perunamaa	92
<i>Helena Malmivirta</i>	
7.1. Kuvaus palvelumallista ja kehkeytyvistä avaimista	93
7.2. Inhimillinen kasvu	116
8. Muistojen näyttämö	130
<i>Suvi Kivelä</i>	
8.1. Draamaharjoituksilla kohti vapaampaa itseilmaisua	141
8.2. Draaman merkityksestä elinikäiselle kasvulle ja oppimiselle	146
8.3. Tutkiva ja kokemuksellinen oppiminen draamatyöskentelyssä	150
8.4. Muistojen näyttämön toiminnan arviointia	155
8.5. Muistojen näyttämöllä muodostuneita avaimia	157
9. KehoNero	170
<i>Jonna Aaltonen</i>	
9.1. Esimerkkejä KehoNeron keinoista ja tavoitteista	173
9.2. Kokemukset pilotoinnista	176
9.3. Avainten rakentuminen KehoNerossa	178
<i>Helena Malmivirta</i>	
10. Taiteesta ja kulttuurista avaimista aivoterveeseen	187
<i>Helena Malmivirta</i>	
10.1. Aivoterveysten avaimet	188
10.2. Tutkimus- ja kehitystyön arviointia	191
11. Kolmannen sektorin toimijoiden puheenvuorot	193
11.1. Iloa ja hyvinvointia kulttuurin keinoin	193
<i>Mari Luonsinen & Hanne-Maarit Suokas</i>	
11.2. Tanssin monista mahdollisuuksista	195
<i>Lotta Skaffari</i>	
Kirjoittajat	196
Lähteet	200



1. Johdanto

Helena Malmivirta & Suvi Kivelä

Väestön ikääntyminen haastaa julkisen talouden kestävyden. Tilastokeskuksen väestöennusteen (2012) mukaan vuonna 2030 jo neljännesosa suomalaisista on yli 65-vuotiaita. Väestöllinen huoltosuhde heikkenee, ja väestön ikääntyessä myös kustannukset kohoavat. Tässä yhteiskunnallisessa tilanteessa on erityisen tärkeää huolehtia omasta terveydestään ja hyvinvoinnistaan toimintakyvyn säilyttämiseksi mahdollisimman pitkään. Sosiaali- ja terveyspolitiikan strategiassa tavoitteena onkin huomioida terveystarpeet kaikessa yhteiskunnallisessa päätöksenteossa, elinkeinoelämässä, työpaikoilla ja järjestöissä. Julkisen vallan vastuu perusoikeuksista ei silti poista yksilön vastuuta valinnoistaan, vaan tasapaino yhteiskunnan oikeuksien ja velvollisuuksien välillä edistää sosiaalista kehitystä. Muistin hoitaminen ja samalla aivoterveysten edistäminen on näin kaikkien vastuulla. (Sosiaali- ja terveyspolitiikan strategia 2011.)

Huoli muistin terveydestä koskettaa monia meistä. Huolen taustalla ovat vaikuttamassa joko oman läheisen, sukulaisen tai tuttavien muistisairaus, jota on seurattu läheltä. Jotta terveys ja erityisesti aivoterveys säilyisivät, siihen tulisi kiinnittää huomiota tietoisesti jo varhain. Liikuntaan ja ruokavalioon liittyvillä omilla valinnoilla sekä aivojen sopivalla aktivoinnilla on mahdollista vaikuttaa omaan terveyteen ja samalla myös aivoterveuteen. Tiedostamalla itselle mieluisten harrastusten ja terveellisten elämäntapojen merkityksen aivoterveyttä edistävinä tekijöinä jokaisella on mahdollisuus vaikuttaa ennaltaehkäisevästi muistisairauksiin (Muistiliitto 2013). Nyt 2000-luvun alkupuolella väestöllisesti suuri joukko on saavuttamassa eläkeiän edeltäjiään paremmassa kunnossa. Terveitä elinvuosia on vielä pitkään odotettavissa, jos huolehtii terveydestä ja aivoterveystestä. Yksistään sosiaali- ja terveyshuollon palvelut eivät tule tulevaisuudessa riittämään kaikille muistisairausten kanssa eläville ihmisille. Painopistettä tulee siirtää varsinaisesta sairauden hoidosta hyvinvoinnin tietoiseen aktiiviseen edistämiseen ja oman elämänlaadun parantamiseen sekä hyvinvoinnista ja terveydestä huolehtimiseen. Samalla vähennetään painetta julkisen sektorin palvelujen tarpeelle ja hillitään sosiaalimenojen kasvua. (Malmivirta 2013.)

Ylimaakunnallisessa Pumpu-hankkeessa tavoitteena on ollut vastata yhteiskunnalliseen tarpeeseen luomalla uudenlaisia hyvinvointipalveluita ja niiden tuottamisen tapaa kehittämällä monituottajuuden toimintatapoja, käyttäjälähtöisesti suunniteltuja palvelukonsepteja sekä palveluiden saumattomuutta. Tähän on pyritty kohtauttamalla palveluntarjoajia ja asiakkaita sekä tuotteistamalla osaamista ja palveluita. Hankkeessa on pyritty vahvistamaan käyttäjän roolia ja tarvelähtöisyyttä palveluprosesseissa.

Euroopan aluekehitysrahaston Pumppu-hanke (Kansalaislähtöiset monituottajamallit hyvinvointipalveluissa) jakautui viiteen alueelliseen osahankkeeseen, joista yksi oli TEHU-osahanke (tuotteistetut hyvinvointipalvelut tehokkaan toiminnan edellytys seudullisesti toimivassa tuottaja-tilaajamalleissa). TEHU osahankkeessa kehitettiin alueellisia hyvinvointipalvelurakenteita kansalaislähtöisestä näkökulmasta. Hanke toteutui ajalla 1.5.2011–31.5.2014. TEHU-osahankkeessa rahoittajina olivat Etelä-Suomen aluekehitysrahasto 70 % ja Turun ammattikorkeakoulu 30 % kokonaisbudjetista. Osahanketta koordinoi Turun ammattikorkeakoulun hyvinvointipalvelujen tutkimus-, kehitys- ja innovaatioyksikkö, joka vuoden 2014 alusta toimii yhdistettynä terveyden ja hyvinvoinnin yksikkönä.

Turun ammattikorkeakoulun Terveys ja hyvinvointi -tulosalueen tutkimus- ja kehitystoiminnan hallinnoimassa TEHU-hankkeessa kehitetään alueellisia hyvinvointipalvelurakenteita kansalaislähtöisesti tuotteistamalla hyvinvointipalveluista uusia palvelukonsepteja ja -tuotteita.

TEHU-hanke muodostui osioista, joiden tavoitteena oli palvelutuotannon kehittäminen tehokkaammaksi uusien tuotteiden tai uusien työnjakomallien kautta. Päättävöitteena oli saada seudulliset hyvinvointialan resurssit optimaaliseen käyttöön. Osiot olivat seuraavat:

- a) Saattohoidon ja palvelurakenteen kehittäminen Loimaan seudulla -osio
- b) Aivoterveyttä edistäviä menetelmiä ja työkaluja Turun seudun palvelurakennetta täydentämään -osio
- c) Kotihoito vanhustyön sydämenä ja kotiin vietävät palvelut -osio, joka toteutui Härkätien kunnissa.

Tässä julkaisussa keskitytään Turun seudun TEHU-osioon *Aivoterveyttä edistäviä menetelmiä ja työkaluja Turun seudun palvelurakennetta täydentämään*. Suunnitteluvaiheessa hankeosion nimi täsmentyi seuraavaksi: *Aivoterveyttä ja muistin toimintaa edistävät taide- ja kulttuurilähtöiset palvelumallit Turun seudun palvelurakennetta täydentämään*, josta jatkossa tässä julkaisussa käytetään nimeä *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveyteen*. *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveyteen* -tutkimus- ja kehitystyössä tavoitteena oli luoda uudenlaisia, kolmannen sektorin käyttöön soveltuvia aivoterveyttä ja muistin toimintaa edistäviä palvelumalleja julkisen sektorin tarjoamia palveluita täydentämään. Hankeosiossa kehitettiin neljä ennaltaehkäisevää palvelumallia.

Kehittämistoiminta suunnattiin 65–75-vuotiaille aivojen ja muistin toiminnan aktivoimisesta ja aivoterveystään kiinnostuneille kolmasikäisille. Kolmasikäiset eivät ole enää pääsääntöisesti työelämässä, mutta elävät edelleen aktiivista elämää eläkkeelle jäämisen kynnyksellä, jolloin vointi on usein vielä hyvä. Hyvä terveys tekee mahdolliseksi tekemisen, ja tekeminen puolestaan tukee terveyttä. Tämä on hyvä syy tehdä vielä uusi aloitus juuri eläkkeelle jäämisen kynnyksellä (Karisto 2009, 38, 41). Ikävaiheelle on tyypillistä se, että on aikaa keskittyä henkilökohtaiseen hyvinvointiin. Vielä on aikaa itsensä toteuttamiselle ja uusille mahdollisuuksille. Se on myös riippumattomuuden ja toimeliaisuuden aikaa, jolloin voi kiinnittää huomiota oman terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen ja ylläpitämiseen sekä erityisesti aivoterveystä huolehtimiseen.



Omasta terveydestään ja hyvinvoinnistaan kiinnostuneiden 65–75-vuotiaiden kolmasikäläisten terveys- ja itsehoitokäyt-täytymiseen on mahdollista vaikuttaa uudella tavalla kansalaislähtöisillä palvelumalleilla. Osallistavalla aktiivisella taide- ja kulttuuritoiminnalla, jolle on asetettu päämäärätietoisesti hyvinvointiin ja terveyteen liittyviä tavoitteita, voidaan saavuttaa voimaantumista ja oman voiman kasvua (*empowerment*). Tämä puolestaan herättää aktiivisen kiinnostuksen omasta hyvinvoinnista ja terveydestä huolehtimiseen. Kun osallistavaa taide- ja kulttuuritoimintaa toteutetaan sosiokulttuurisen innostamisen hengessä, on hyvinvointia ja terveyttä mahdollista tukea olemassa olevista resursseista omassa kulttuuriympäristössä.

Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen -tutkimus- ja kehitystyössä ihminen ymmärretään fyysisenä, psyykkisenä, sosiaalisena ja kulttuurisena olentona, joka toteuttaa itseään aktiivisena toimijana, jolloin hyvinvoinnin terveysulottuvuus kietoutuu läheisesti ihmisenä olemisen kokonaisuuteen. Honkasalo (2012) tuo esille Gadamerin (1996) näkemyksen terveyden, sairauden ja parantamisen yhteyden kulttuuriseen muutokseen ja olemassaoloon. Pelkästään lääketieteellinen tieto ei riitä näiden jäsentämiseen, vaan tarvitaan ihmisen olemassaolon laajempaa ymmärrystä. (Gadamer 1996; Honkasalo 2012.) Honkasalo on myös tutkinut terveyttä ja sairautta kulttuurin piiriin kuuluvina ilmiöinä tavoitteenaan luoda keskusteluyhteyksiä ja siltoja eri tieteen alojen välille pyrkien ymmärtämään terveyden ja sairauden kulttuurisuutta tieteiden välisestä perspektiivistä (Honkasalo 2012). Terveys ei ole kaikille itseisarvo sinänsä, vaan sitä voidaan pitää välineenä muiden arvokkaina pidettyjen asioiden saavuttamisessa. Terveys voidaan määrittellä Honkasalon (2012) mukaan kyvyksi saavuttaa arvokkaina pidettyjä päämääriä. Terveys voidaan nähdä välineellisessä mielessä fyysisenä, henkisenä ja sosiaalisena pääomana sekä ominaisuuksina, tietoina ja taitoina, joita ihmiset tarvitsevat elämänsä hallinnassa ja tavoitteidensa toteuttamisessa.

Useiden taidetta, kulttuuria, terveyttä ja hyvinvointia yhdistävien hankkeiden tuloksissa osallistavan taide- ja kulttuuritoiminnan on todettu saaneen aikaan henkistä virkeyttä, puheen palautumista, merkityksellisyyden kokemuksen tunnetta ja läsnäolon kokemuksen vahvistumista sekä ryhdin kohentumista aktiivisen läsnäolon seurauksesta muistisairailla henkilöillä. *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen* -tutkimus- ja kehitystyön alkuvaiheessa perehdyttiin kuvataiteen ja visuaalisen havaitsemisen sekä yleisemmin taiteen eri alueita ja aivojen aktivoitumista yhdistävään kirjallisuuteen ja tutkimuksiin. Alkuoletuksena oli, että taiteen ja sosiaalisen yhdistävällä ja kokemukselliseen taideoppimiseen perustuvalla päämäärätietoisella taidepedagogiikalla (Malmivirta 2011) on mahdollista edistää aivojen ja muistin aktivoitumista. Inhimillistä elinikäistä kasvuprosessia sekä osana tätä prosessia on mahdollista tietoisesti aktivoida aivojen ja muistin toimintaa aivoterveysteen edistämiseksi (Malmivirta 2013). Tutkimus- ja kehitystyössä luodaan siltaa tieteiden väliseen keskusteluun kuvaamalla sitä, mitä monitieteisesti rakentuvassa sekä osallistavassa ja omaan henkilöhistoriaan perustuvassa tavoitteisessa taide- ja kulttuuritoiminnassa tapahtuu. Osallistavassa taide- ja kulttuuritoiminnassa rakentuvia kokemuksia tarkastellaan osallistujien haastattelujen, havainnoinnin, valokuvien ja videoinnin avulla kerätyyn aineiston ja sen analysoinnin avulla. Narratiiviksi kutoutuvan aineiston analyysin jälkeen päädytään niihin avaimiin, joilla osallistujien mukaan on merkitystä aivoterveysteen edistämiseksi.

Johdannon jälkeen julkaisun toisessa luvussa tarkastellaan Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysten -palvelumallien kehittämistä kansalaislähtöisesti väestön ikääntymisestä ja muistisairauksien lisääntymisestä johtuvaa ajankohtaista tarvetta ennaltaehkäiseviin toimenpiteisiin. Luvussa perehdytään valtionhallinnon ja kuntien keinoihin aivoterveysten edistämiseksi muun muassa erilaisten ohjelmien ja asiakirjojen avulla. Lisäksi käydään läpi aiempia tutkimus- ja kehityshankkeita sekä kolmannen sektorin roolia palveluiden tuottajana. Kolmannessa luvussa määritellään kolmatta ikää elämänvaiheena sekä taiteen ja kulttuurin merkitystä hyvinvoinnille ja terveydelle tässä aktiivisessa elämänvaiheessa. Neljännessä luvussa keskitytään palvelumallien kehittämisen taustalla olevaan praktiseen toimintatutkimuksen strategiaan, osallistavan päämäärätietoisen taidetoiminnan pedagogiseen viitekehykseen, taidekasvatukselliseen näkemykseen osana elinikäisen oppimisen ajattelua sekä sosiokulttuuriseen ajatteluun palvelumallien osallistavan taidetoiminnan ohjauksessa.

Viidennessä luvussa Palvelumallien rakentuminen toimintatutkimuksen strategiaa soveltaen kuvataan *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysten* -tutkimus- ja kehitystyön tehtävät. Luvuissa 6, 7, 8 ja 9 käsitellään palvelumallien käytännön kehittämistä ja pilotointia sekä taideinterventioita ja niihin sisältyvää osallistavaa taidetoimintaa. Lisäksi kuvataan haastattelujen ja havainnoinnin avulla saatuja tuloksia ja kehitettyjä avaimia aivojen ja muistin toiminnan edistämiseksi. Lopuksi luvussa 12 rakennetaan siltia hankkeessa kehitetyistä avaimista aivoterveysten määritelmiin sekä arvioidaan toteutettua tutkimus- ja kehitystyötä.

Kiitämme toimintaan osallistuneita aktiivisia ja sitoutuneita ryhmiemme jäseniä. Tutkimus- ja kehitystyö on toteutettu käytännössä ja käytäntöä kehittäen ryhmiin osallistuneiden aitoa ääntä kuunnellen. Kiitämme myös kanssaohjaajiamme ja suunnittelijoitamme kuvataiteilija Satu-Maaria Mäkipuroa Salon Taiteilijaseura ry:stä, toimintaterapeutti Hanne-Maarit Suokasta Varsinais-Suomen Muistiyhdistys ry:stä, nukketheateritaiteilija Tiina Purasta Rahtiteteatterista sekä tanssitaiteilija Jonna Aaltosta Läntisen tanssin aluekeskuksesta. Taiteen eri alueiden osaaminen ja uuden kehittämisen halu, lukuisat yhteiset suunnitteluhetket, reflektiiviset pohdinnat sekä syvällinen paneutuminen palvelumallien kehitystyöhön mahdollistivat tämän sykleittäin etenevän palvelumallien tutkimus- ja kehitystyön. Kiitämme myös Turun Lähimmäispalveluyhdistys ry Kotikunnaan Helena Norokalliota ja Salon taidemuseo Veturitallin johtajaa Laura Luostarista ja intendentti Pirjo Juusejaa sekä taidemuseon henkilökuntaa saamastamme tuesta, tilojen käytöstä sekä toimintamme edistämisestä muilla tavoin. Lisäksi kiitämme opiskelija-assistentti Anni Rumpusta haastattelu- ja videomateriaalin litteroinnista.





2. Muistisairauksien lisääntyminen ja ennaltaehkäisevien uudenlaisten palvelumallien kehittämisen tarve

Suvi Kivelä & Helena Malmivirta

Kansainvälisen Muistiliiton kattojärjestön Alzheimer's Disease Internationalin (ADI) mukaan vuonna 2010 jo noin 35,6 miljoonaa ihmistä sairastaa muistisairautta, ja vuoteen 2030 mennessä määrä saattaa arvioiden mukaan nousta jopa 65,7 miljoonaan. Suomessa etenevän muistisairauden diagnoosin saa vuosittain yli 13 000 ihmistä, ja sairastuneita on kaikkiaan jo lähes 130 000. Määrän uskotaan kasvavan lähitulevaisuudessa. Jatkuvasti lisääntyvät muistisairauksien määrä ja niistä johtuva huoli asettavat merkittävän haasteen sosiaali- ja terveysalalle koko Euroopassa. Julkisen sektorin voimavarat ja mahdollisuudet vastata tähän haasteeseen ovat rajalliset, ja terveydenhuollon kustannuksien jatkuvasti kasvaessa yhteisiin talkoisiin kaivataan myös muita tahoja ja uusia ennaltaehkäiseviä keinoja.

2.1. Muistisairauksien ennaltaehkäisyllä kohti muistiystävällistä yhteiskuntaa

Suomessa tähän kansanterveydellisesti sekä kansantaloudellisesti merkittävään tilanteeseen on pyritty varautumaan sosiaali- ja terveysministeriön asettaman työryhmän laatiman *Kansallisen muistiohjelman 2012–2020, Tavoitteena muistiystävällinen Suomi* (STM 2012) avulla. Kansallisen muistiohjelman avulla pyritään tukemaan kuntia ja kuntayhtymiä varautumaan muistisairaiden ihmisten määrän kasvuun sekä eettisesti, sosiaalisesti ja taloudellisesti kestäväen hoito- ja palvelujärjestelmän kehittämiseen. Ohjelmalla pyritään vaikuttamaan muun muassa kuntien päätöksentekijöihin, jotka ovat avainasemassa kuntien palvelujärjestelmien kehittämisessä ja kestävien ratkaisujen tekemisessä 1. aivoterveiden edistämiseksi, muistisairauksien ennalta ehkäisemiseksi ja muistioireiden tunnistamiseksi mahdollisimman varhain sekä 2. oikea-aikaisen hoidon, kuntoutuksen ja muun tuen turvaamiseksi sairastuneille ja heidän läheisilleen. Poliittisilla valinnoilla ja päätöksillä voidaan merkittävästi edistää kansanterveyttä, parantaa hoidon ja palveluiden laatua ja vaikuttavuutta sekä hillitä kustannusten kasvua ikääntyvässä Suomessa.

Muistisairauksien mittavat kustannukset johtuvat sairastuneiden suuresta määrästä ja runsaasta sosiaali- ja terveyspalvelujen käytön tarpeesta; ympärivuorokautisen hoidon asiakkaista jopa kolmella neljästä on muistisairaus. Muistiohjelman työryhmän arvion mukaan vain puolella sairastuneista on diagnoosi, ja vain neljännes Alzheimer-potilaista saa asianmukaista lääkeli-

toa. Muistisairauksien varhaisen diagnostiikan, hoidon ja kuntoutuksen avulla sairastuneiden toimintakykyä ja elämänlaatua on mahdollista parantaa, ja siten voidaan hillitä myös kokonaiskustannusten kasvua. Ennaltaehkäisevillä palveluilla ja aivoterveiden edistämällä voidaan vähentää merkittävästi muistisairauksien esiintyvyyttä ja tulevaa palveluntarvetta. Samalla hillitään kustannusten kasvua. Pienilläkin vaikuttavuustietoon perustuvilla toimintatapojen muutoksilla voi olla merkittäviä vaikutuksia sekä inhimillisesti että taloudellisesti. Investoinnit aivojen terveyden edistämiseen ja ennaltaehkäisyyn tulevat kansantaloudellisestikin kannattaviksi. (STM 2012.)

Muistiystävällinen Suomi tukeutuu neljän kivijalan varaan:

1. aivoterveiden edistäminen
2. oikeat asenteet aivoterveuteen, muistisairauksien hoitoon ja kuntoutukseen
3. hyvän elämänlaadun varmistaminen muistisairaille ihmisille ja heidän läheisilleen oikea-aikaisen tuen, hoidon, kuntoutuksen ja palvelujen turvin
4. kattavan tutkimustiedon ja osaamisen vahvistaminen.

Ohjelma kytkeytyy yhteen sosiaali- ja terveystalouden tavoitteiden ja olemassa olevien hoito- ja laatusuositusten kanssa. Sen toimeenpano kytketään mm. uuden vanhuspalvelulain ja ohjelmien, kuten Kaste-ohjelman, toimeenpanoon. Palvelutarpeiden kasvuun varautuminen edellyttää yhteisvastuullisia toimia Suomessa. Talkoisiin haastetaan valtio, kunnat ja kuntayhtymät, yliopistot ja tutkimuslaitokset, kolmas sektori sekä itse kansalaiset toimijoiksi ja vastuutahoiksi muistiystävällisen Suomen saavuttamiseksi. Turun seudun TEHU-osion *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveuteen* -hankkeessa vastataan sekä kivijalan mukaisiin tehtäviin että muistiohjelmassa linjattuun haasteeseen, jossa kunnat ja kuntayhtymät järjestävät yhdessä kolmannen sektorin kanssa kuntalaisille mahdollisuuksia osallistua aivoterveyttä tukevaan toimintaan ja ottaa toiminnan järjestämisessä huomioon kuntalaisten erilaiset tarpeet. (STM 2012.)

Valtakunnallinen Muistiliitto ry koordinoi kansallisen muistiohjelman järjestöllistä toteuttamista valtakunnallisesti Raha-automaattiyhdistyksen vuodesta 2013 eteenpäin tehtävään myöntämisen kohdennetun toiminta-avustuksen avulla. Muistiliiton muistiohjelmatyössä keskitytään aivoterveiden edistämiseen ja asenteisiin. Muistiliitto on mm. kerännyt paikallisyhdistyksiltään materiaalipankin aivoterveiden edistämisen hyvistä järjestöllisistä käytännöistä, ja sillä on edustaja kansallisen muistiohjelman ohjausryhmässä. Muistiliitto on myös koonnut sairastuneiden ja läheisten asiantuntijaryhmän, jonka tehtävänä on tuoda esille sairastuneiden ihmisten ja heidän läheistensä ajankohtaisia näkemyksiä Muistiliiton toiminnasta sekä nostaa esiin tärkeitä teemoja, ideoita ja näkemyksiä. (Muistiliitto ry 2014.) Turun seudun TEHU-osiossa kehitysyhteistyötä on tehty paikallisten muistiyhdistysten Varsinais-Suomen Muistiyhdistys ry:n ja Salon Muistiyhdistys ry:n kanssa.

Suuntaviivat ikäihmisille järjestettävistä palveluista syntyvät niin valtakunnan kuin kuntatason linjauksista. Terveiden edistämisen politiikkaohjelman (2007) osana käynnistettiin poikkihallinnollisen kulttuurin hyvinvointivaikutusten toimintaohjelman

valmistelu vuosille 2010–2014. Tälle Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia -ohjelmaksi tarkentuneelle toimintaohjelmalle valittiin kolme strategista painopistealuetta, joilla terveyttä ja hyvinvointia edistetään taiteen ja kulttuurin keinoin:

1. kulttuuri osallisuuden, yhteisöllisyyden, arjen toimintojen ja ympäristön edistäjänä,
2. taide ja kulttuuri osana sosiaali- ja terveydenhuoltoa ja
3. työhyvinvoinnin tukeminen taiteen ja kulttuurin keinoin.

Tavoitteena on näin hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen taiteen ja kulttuurin keinoin sekä osallisuuden lisääminen yksilön, yhteisön ja yhteiskunnan tasoilla. Taide- ja kulttuuripalvelut nähdään, ja niitä voidaan ennakointiohjelman mukaan käyttää ennakoivana mahdollisuutena osana sosiaali- ja terveydenhuoltoa ja syrjäytymisen ehkäisemistä. (Liikanen 2010, 3, 25.)

Voimavarojen tunnistaminen ja vahvistaminen sekä riskitekijöiden tunnistaminen ja ehkäiseminen ovat terveyden edistämisen kaksi lähtökohtaa, joita voi tarkastella sekä yksilö- että yhteisötasolta käsin. Taide- ja kulttuuritoiminnan yhdistämistä hyvinvointiin ja terveyteen voidaan tarkastella myös ennaltaehkäisevän työn näkökulmasta. Sosiaali- ja kulttuuripalveluilla sekä yhteistyöllä eri kansalaisjärjestöjen kanssa voidaan vahvistaa yhteisöllisyyttä ja osallisuuden tunnetta sekä kehittää uudenlaisia kansalaislähtöisiä palvelumalleja. Useiden toimintaohjelmaan sitoutuneiden hankkeiden yhteisenä tuloksena voidaan todeta, että taide ja kulttuuri kuuluvat hyvän elämän eväisiin. Ne voimaannuttavat ja hoitavat sekä mieltä että kehoa. Ehkäisevä sosiaali- ja terveyspolitiikka on jo selkeästi muuttamassa muotoaan. Samalla taide ja kulttuuri ovat jo osin vakiintuneet osaksi sosiaali- ja terveyspalveluja mm. ikäihmisten kulttuuripalvelusuunnitelmien ja työikäisten kulttuuripalveluseteleiden muodossa.

Hyvinvointipalvelut on perinteisesti ymmärretty sosiaali- ja terveysalojen vastuualueiksi, mutta nykyisessä ajattelussa koko kunnan tarjoamilla palveluilla ja toiminnalla ymmärretään olevan merkitystä asukkaiden hyvinvoinnille. Asukkaiden terveyttä ja hyvinvointia edistäviä toimia tehdään esimerkiksi koulutus-, nuoriso- ja liikuntatoimen alueilla. (Kokos 2010, 183–84.) Kuntaliiton sivistyspoliittisen Sivistyksen suunta 2020 -ohjelman tavoitteeksi on asetettu, että tulevaisuuden kunnassa kulttuuripalveluilla on suuri merkitys hyvinvoinnin edistäjänä sekä työssä että vapaa-aikana. Kulttuuripalvelut parantavat ihmisten elämänlaatua ja edistävät myönteistä sosiaalista ilmapiiriä, rakentavat yhteenkuuluvuutta ja paikallista identiteettiä. (Suomen kuntaliitto 2011; ks. Malmivirta & Taivainen 2012.)

Sosiaali- ja terveysministeriön, Suomen Kuntaliiton ja Stakesin valmistelemassa *Ikäihmisten palvelujen laatusuosituksessa* (STM 2008) tavoitteena on tukea kuntia kehittämään ikäihmisten palveluja paikallisista tarpeista ja voimavaroista lähtien yhteistyössä ikäihmisten, muiden kuntalaisten, palvelun käyttäjien ja heidän läheistensä, järjestöjen, yrittäjien ja seurakuntien kanssa. Ikäihmisten tarpeisiin voidaan eri kunnissa vastata erilaisin palvelukokonaisuuksin. Tarve lisätä ennaltaehkäisevää, toimintakykyä ylläpitävää toimintaa on yhteistä kaikille kunnille. Ikääntyneiden hyvinvoinnin turvaaminen ja väestörakenteen

muutoksiin varautuminen edellyttävätkin kunnilta tietoista ikääntymispolitiikkaa. Sosiaali- ja terveysministeriö on asettanut tavoitteeksi, että kaikilla kunnilla on kunnanvaltuuston hyväksymä ikääntymispoliittinen strategia, jonka linjauksia noudatetaan ikäihmisiä koskevassa päätöksenteossa. Ikääntymispoliittinen strategia laaditaan yhdessä kunnan eri hallintokuntien, kuntalaisten, järjestöjen, elinkeinoelämän ja muiden toimijoiden kanssa, ja siinä määritellään, miten kunnassa edistetään ikäihmisten hyvinvointia ja terveyttä ja miten eri toimijoiden vastuut jaetaan. (STM 2013, Suomen Kuntaliitto 2014.)

Turun kaupungin ikäpoliittisen strategian (2009–2012) tarkoituksena on luoda suuntaviivoja palvelutuotannon järjestämiseen tulevaisuuden palvelutarpeen ja toimintaympäristön muutokset huomioiden ja ohjata vanhuspalvelujen tuottamista ja kehittämistä sekä tukea kaupungin päätöksentekoa. Ikääntymispoliittinen strategia kohdistuu 75 vuotta täyttäneiden palvelurakenteeseen ja ehkäisevän vanhustyön osalta myös 65–74-vuotiaisiin. Kaupunki vastaa palvelujen järjestämisestä, mutta osa palveluista hankitaan kuitenkin yksityisiltä ja kolmannen sektorin palveluntuottajilta mm. palvelusetelin tyyppisten ratkaisujen avulla, jotta kuntalaisten valinnan mahdollisuuksia voidaan lisätä. Ikääntymispoliittisessa strategiassa korostetaan kuntalaisten omatoimisuuden tukemista, vastuun kasvattamisen huomioimista sekä kuntalaisten valinnanmahdollisuuksien lisäämistä osana palvelutuotannon järjestämistä. (Turun kaupungin ikääntymispoliittinen strategia vuosille 2009–2012.)

Ennaltaehkäisevien palveluiden merkitys tärkeänä osana kaupungin vanhuspalveluita on tiedostettu Turussa. Turun kaupungin hyvinvointitoimialan Ennaltaehkäisevien vanhuspalveluiden toimintasuunnitelmassa vuosille 2013–2016 poikkihallinnollisen yhteistyön tekeminen kolmannen sektorin, oppilaitosten, seurakunnan, järjestöjen ja yhdistysten, vapaaehtoisten sekä yksityisten toimijoiden kanssa on otettu huomioon, ja sitä toteutetaan mahdollisimman osallistavana toimintana. Turussa vanhuspalveluiden painopistettä siirretään 1.1.2014 lähtien kohti terveyttä ja hyvinvointia edistäviä ennaltaehkäiseviä palveluita, joihin panostaminen nähdään tärkeänä ja tuottavana investointina tulevaisuuteen. Ennaltaehkäisevän palvelukokonaisuuden toiminta-ajatuksena on hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen sekä niihin liittyvän neuvonnan ja palveluohjauksen turvaaminen. Tavoitteena on ikäihmisten elämänlaadun tukeminen ihmisyyttä kunnioittaen. Ei pelkästään vuosia elämään, vaan elämää vuosiin.

Ennaltaehkäisevän palvelukokonaisuuden toimintasuunnitelmassa ovat edustettuina kaikki kaupungin tarjoamat ennaltaehkäisevät vanhuspalvelut sekä useita hankkeita ja projekteja, joissa kaupunki on mukana. Taustalla ovat vaikuttamassa valtakunnalliset lait, suositukset ja ohjelmat, kuten 1.7.2013 voimaan tullut ikälaki, *Ikäihmisten palvelujen laatusuositus* (STM 2008), Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämissuunnitelma Kaste (2008), Terveyden edistämisen laatusuositus (STM 2006), *Terveys 2015 -ohjelma* (2001), Kansallinen muistiohjelma (STM 2012), *Tie hyvään vanhuuteen – vanhusten hoidon ja palvelujen linjat vuoteen 2015* (STM 2007), *Ikäihmisten hoitoa ja palveluja koskeva laatusuositus* sekä Stakesin *Laatua laatusuosituksella -asiakirja*. Edellä mainitut ohjaavat asiakirjat, suositukset ja lait ovat taustalla ohjaamassa myös Turun seudun TEHU-hankeosion suunnittelua ja toteutusta.

2.2. Katsaus aiempiin tutkimus- ja kehityshankkeisiin

Kansalaislähtöisten *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveuteen* -palvelumallien suunnittelussa on huomioitu viimeaikaisten tutkimus- ja kehittämishankkeiden tulokset, jotka osoittavat taiteella ja kulttuurilla olevan merkitystä ikääntyvien terveydelle ja hyvinvoinnille. Taidetoimintaan osallistumisella on todettu olevan vaikutusta puheen palautumiseen, sanavaraston aktivoitumiseen, keholliseen muutokseen, aktiiviseen läsnäolemiseen, sosiaalisen vuorovaikutuksen lisääntymiseen sekä koettuun terveyteen ja hyvinvointiin.

Turun kulttuuripääkaupunkivuoden 2011 erityispiirteenä voidaan nähdä kulttuurin vaikutus hyvinvointiin laajana ja poikkitieteellisenä teemana. Kulttuuria ja hyvinvointia yhdistävästä työstä on muodostunut alueellisesti, kansallisesti ja kansainvälisesti merkittävä uusi osaamisalue, jonka merkitys kasvaa nopeasti koko Euroopassa. Turun tulevaisuus kulttuuripääkaupunkina rakentuu tämän monialaisen yhteistyön jatkumiselle ja syventymiselle. Kulttuuripääkaupunkivuoden jatkoryhmän loppuraportissa (2011) huomioidaan, että taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutusten tutkimusta tulisi toteuttaa kansatutkimuksena suorassa vuorovaikutuksessa taide- ja kulttuuritoiminnan kanssa. Kulttuuri- ja hyvinvointialojen yhteistyön tuleekin olla ensisijaisesti toiminnallista, mutta myös tutkimuksellista ja koulutusjärjestelmiin vaikuttavaa.

Taiteen, kulttuurin ja hyvinvoinnin yhdistäviä projekteja ja toimintaa on Turun ja Salon seudulla toteutettu aiemmin useita. Kohderyhmät ovat vaihdelleet lapsista työikäisiin ja vanhuksiin sekä erityisryhmiin. Aivoterveuteen ja muistin toiminnan edistämiseen liittyvissä hankkeissa keskitytään useimmiten terveellisiin elämäntapoihin, kuten liikuntaan, uneen, ravitsemukseen ja sosiaaliseen vuorovaikutukseen sekä muistin apukeinojen käyttöön, kuten esimerkiksi Miina Sillanpään säätöön Muista Pääasia – ikääntyvän ihmisen kognitiivisen toimintakyvyn ylläpitäminen (2008–2011) ja Salon Muistiyhdistyksen Käytä pääomaasi -projekteissa (2012–2014).

Muista Pääasia -hankkeeseen liittyneen tutkimuksen perusteella kurssimuotoisen koulutuksen todettiin vaikuttaneen myönteisesti osallistujien kognitiiviseen toimintakykyyn sekä omaan arvioon arjen toimintakyvystä ja muistin toiminnasta. Koetussa terveydentilassa havaitut vaikutukset olivat säilyneet myös puoli vuotta myöhemmin tehdyssä seurannassa. Kehittämishankkeen tulokset viittasivat siihen, että mahdollisimman varhaisessa vaiheessa saatu tieto ja omaan elämään sovelletut taidot aivojen terveyden ylläpitämiseksi ja hyvinvoinnin edistämiseksi kannattavat. (Rolig, Kurki & Ojanen 2011.)

Yksi esimerkki liikuntaan keskittyvistä hankkeista on Ikäinstituutin koordinoima valtakunnallinen Voimaa vanhuuteen – ikäkäiden terveystoimintaohjelma (2005–2014), jonka tavoitteena on edistää kotona asuvien toimintakyvyltään heikentyneiden yli 75-vuotiaiden itsenäistä selviytymistä ja elämänlaatua kehittämällä ja lisäämällä liikuntaneuvontaa, lihasvoimaa ja tasapainoa harjoitettavaa liikuntatoimintaa, arkiliikunnan mahdollisuuksia ja ulkoilua kohderyhmän iäkkäille. Toiminta järjestetään järjestöjen ja julkisen sektorin eri hallintokuntien yhteistyönä. Ikäinstituutin ohjaaman vuorovaikutteisen oh-

jauksen tuloksena kehitettiin myös mentorointimalli iäkkäiden terveystoimijoiden toimijoille (ks. Ikäinstituutin verkkosivut). Voimaa vanhuuteen -ohjelman kohderyhmä laajenee vuonna 2011 julkistetun ikäihmisten liikunnan kansallisen toimenpideohjelman Liikunnasta terveyttä ja hyvinvointia myötä uusiin elämäntilanteisiin: eläkkeelle siirtyviin ja hoivan piirissä oleviin ikäihmisiin. (Karvinen, Kalmari & Koivumäki 2011.)

Taiteen ja hyvinvoinnin yhdistävät hankkeet ovat puolestaan useimmiten suunnattu jo muistisairauksiin sairastuneille ja pitkäaikaissairaanhoidon asiakkaille. Salon hallinnoimassa viiden kunnan alueella toteutetussa Hymykuopat – hyvinvointipalveluiden monialaiset yhteistuotannot -hankkeen tulokset kertovat taiteen ja kulttuurin olleen merkittäviä. Pitkäaikaissairaanhoidossa olevien muistisairaiden kehollisuudessa, merkityksellisyyden tunteen, sosiaalisen vuorovaikutuksen ja puheen aktivoitumisessa koettiin tapahtuneen muutosta (Malmivirta & Taivainen 2012). Samanlaisia vaikutuksia havaittiin Turun KUVA – kulttuuria vanhuksille -hankkeessa (Koponen 2012). Salon Muistiyhdistys ry:n meneillään olevassa Kulttuurin keinoin muistisairaudesta haasteita päin -projektin (2012–2014) tavoitteena on tukea muistisairaiden elämäntilanteita ja arjessa selviytymistä sekä ylläpitää toimintakykyä kulttuurin tarjoamin keinoin. (Salon Muistiyhdistys ry 2014.)

Turun kaupungin vapaa-aikatoimialan Eviva-hankkeessa (2011–2015) asukkaita halutaan osallistaa aktiivisemmin vapaaajan palveluiden käyttöön, suunnitteluun ja toteuttamiseen uudenlaisen kaupunkikulttuurin kehittämiseksi. Tavoitteena hankkeessa on siirtää painopistettä korjaavista ja yhteiskunnalle kalliista palveluista ennaltaehkäiseviin toimintoihin ja palveluihin, jolloin samalla kevennetään kuntatalouden taakkaa ja ikäihmisten yksinäisyydestä johtuvien sosiaali- ja terveyspalveluiden kysyntää. (Ekroos 2011.)

Elämäntilanne nähdään voimavarana ja mielen hyvinvoinnin perustana myös Ikäinstituutin Vanhuuden mieli (RAY 2011–2014) -tutkimus- ja kehittämishankkeessa. Projektin tavoitteena on osallistaa, koota ja rohkaista ikäihmisiä keskustelemaan sekä pohtimaan keinoja ja mahdollisuuksia ylläpitää mielen hyvinvointia. Eletty elämä ja sen myötä kertyneet elämäntilanteet nähdään ikääntyvän ihmisen merkittävimpinä voimavaroina. (Laine 2011, 14–15; Jokinen, Laine, Fried & Heimonen 2012, 42–43.) Eletyn elämän ja muistojen merkitys ikääntyneelle ja hänen identiteetilleen on keskeistä myös TIKUTUS-hankkeessa, jossa uudenlaista teknologiaa, muistitikkua, on kehitetty vuorovaikutukselliseksi työkaluksi ja muistelun välineeksi Helsingin yliopiston ja Lappeenrannan teknillisen yliopiston hankkeessa (2010–2013) yhteistyössä julkisen sektorin ja kolmannen sektorin vanhustyön ja sosiaali- ja terveysalan toimijoiden kanssa. (Karisto & Pekkarinen 2013.)



2.3. Kolmas sektori hyvinvointipalveluiden tuottajana

Suvi Kivelä

Kolmannesta sektorista on olemassa useita erilaisia määritelmiä. Kolmannella sektorilla tarkoitetaan useimmiten yksinkertaisesti julkisen sektorin, yksityisen sektorin ja kotitalouksien väliin jäävää aluetta, ns. toisin toimimisen aluetta, jolle tyypillistä on toiminnan vapaaehtoisuus, voittoa tavoittelemattomuus ja riippumattomuus. Kolmatta sektoria kutsutaan toisinaan myös kansalaisyhteiskunnaksi tai yhteisöksi, kun halutaan korostaa siihen sisältyvän toiminnan luonnetta, järjestäytymisen tapaa tai suhdetta valtioon, kuntiin ja yrityksiin. Kolmannella sektorilla tarkoitetaankin yleensä niitä järjestöjä, yhdistyksiä ja säätiöitä sekä osuustoiminnallisia organisaatioita, joiden toiminnan lähtökohtana ei ole voiton tavoittelu tai muun välittömän taloudellisen hyödyn hankkiminen. Useimmissa tapauksissa tämä käytännössä tarkoittaa yleishyödyllisiä rekisteröityneitä yhdistyksiä. (Koivisto ym. 2010, 13; Anheier 2005; Matthies 1997; Helander 1998.)

Kolmannen sektorin toimijoista osa on täysin vapaaehtoisuuteen perustuvia yhteisöjä tai yhdistyksiä, kun taas osassa järjestöjä on palkattuja ammattilaisia ja eri aihepiirien huippuosajia. Järjestöjen suhde valtioon ja kuntiin vaihtelee myös runsaasti. Osa yhdistyksistä saattaa saada pientä toiminta-avustusta kunnilta, kun taas osa toimii hyvin läheisesti osana julkista palvelutuotantoa huolehtien esimerkiksi erilaisista viranomaistehtävistä. Osa kolmannen sektorin toimijoista lähestyy palvelutoiminnassaan yritysmäistä toimintaa, kun taas osa organisaatioista painottaa toiminnan arvoperustaa vastavoimana kaupallistumiselle. Kolmannen sektorin kentällä toimijoiden koko ja toimintaympäristö vaihtelee pienistä paikallisesti toimivista yhdistyksistä suuriin kansainvälisiin ja globaaleihin organisaatioihin, kuten WHO. (Anheier 2005; Koivisto ym. 2010.)

Suomalaisen hyvinvointivaltion palvelujärjestelmässä kolmannella sektorilla on merkittävä rooli, ja viime aikoina sen merkitys on kasvanut erityisesti väestön ikääntymisestä ja julkisen sektorin rahoitusvaikeuksista johtuen. Palveluiden tuottamista tarjotaankin kolmannen sektorin organisaatioille yhä enenevässä määrin. Muita kolmannen sektorin toimintaympäristön laajenemiseen liittyviä tekijöitä ovat viime vuosikymmeninä olleet muun muassa kansainvälistyminen ja globalisaatio, yhteiskunnan monimuotoistuminen ja eriytyminen, kulutustottumusten muutos sekä tieto- ja viestintäteknologian kehitys. Kolmannen sektorin laajenemiseen on vaikuttanut myös yleinen elintason nousu ja vapaa-ajan lisääntyminen. (Koivisto ym. 2010, 12–14.)

Kolmannen sektorin toimijat edistävät usein hyvinvointia perustoiminnallaan ilman, että ne tietoisesti tuottaisivat hyvinvointipalveluita. Järjestöt voidaan nähdä hyvinvointipalveluiden voimavarana, sillä jo perustoiminnoiltaan ne ovat toiminnan mahdollistajia, toteuttajia ja edistäjiä. Järjestöt eivät vain täydennä kuntien palvelutarjontaa, vaan edistävät yhteistä hyvää ja ovat jo pitkään myös paikanneet kuntien palvelutarjonnan aukkoja varsinkin sellaisilla alueilla, joissa julkiset palvelut ovat puutteellisia tai jossa ei ole edellytyksiä kaupalliselle palvelutarjonnalle. Järjestöt ovat myös toimineet edeltäjinä monille myö-

hemmin hyvinvointivaltion ja kuntien tarjoamiksi palveluiksi kehittyneille palveluille. Suomessa hyvinvointipalvelujen historialliset juuret ovat seurakuntien ja valtion toimissa, 1800-luvulta alkaen aatteellisessa järjestötoiminnassa sekä 1900-luvulta alkaen kuntien toiminnassa. (Cederlöf 2010, 95.)

Urheiluseurojen toimintaan, teatteriryhmän esityksiin tai konsertteihin ja harrastuksiin sisältyy itsestään hyvinvoinnin edistämisen elementtejä. Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen - hankkeessa, kuten monen muunkin hankkeen yhteydessä oleellista on kiinnittää erityistä huomiota sellaisten kolmannen sektorin hyvinvointipalvelujen tuottamiseen, jossa asiakkaan tai kohderyhmän hyvinvoinnin edistäminen nähdään tietoisesti määriteltynä päämääränä. (Koivisto ym. 2010, Kansallinen muistiohjelma 2012–2020.)

Kuntien taloudellisen tilanteen heikentyessä niiden rooli palvelujen tarjoajana on muuttumassa. Palvelujen kehittämisessä ja järjestämisessä tulee Kuntaliiton mukaan arvioida vaihtoehtoisten toimintatapojen käyttämistä, joista esimerkkinä voidaan mainita erilaiset ostopalvelut, palvelusetelin aiempaa laajempi käyttöönotto sekä kolmas sektori uudenlaisten palvelujen tuottajana. (Suomen Kuntaliitto 2014.) Kolmas sektori nähdään kunnissa merkittävänä toimijana asukkaidensa hyvinvoinnin ja terveyden edistämässä ja ylläpitämisessä. Sosiaali- ja terveysministeriön tekemän Tie hyvään vanhuuteen – Vanhusten hoidon ja palvelujen linjat vuoteen 2015 -selityksen (2007) mukaan toiminnallisia tavoitteita ovat mm. asukkaiden toimintakyvyn edistäminen ja palvelurakenteiden kehittäminen alueellisena kokonaisuutena.

Kolmannen sektorin rooli palvelujen tuottajana on perinteisesti ollut vahva taiteen ja kulttuurin alalla. Joillain paikkakunnilla yhdistykset ja säätiöt ovat hyvin keskeisiä toimijoita museoiden, teattereiden, orkestereiden ja taideoppilaitosten perustajina ja ylläpitäjinä. (Ks. Ruusuvirta & Saukkonen 2010.) Kulttuurialan kolmas sektori koostuu hyvin monenlaisista toimijoista pienistä paikallisista harrastus- ja kyläyhdistyksistä ammattimaisesti toimiviin suuriin taide- ja kulttuurilaitoksiin. Perinteiset kulttuuripalvelut, kuten kirjastot, museot, opistot ja teatterit, luovat perusedellytyksiä taiteesta ja kulttuurista nauttimiseen. Kulttuurialan yhteisöjen toiminta ulottuu kuitenkin huomattavasti laajempaan osaan yhteiskuntaa liittyen muun muassa elinympäristöjen kohentamiseen, yhteisöllisen toiminnan vahvistamiseen, työhyvinvoinnin edistämiseen, luovuusterapioihin ja taidekasvatukseen. Kolmannen sektorin rooli ja merkitys kansalaisten hyvinvointia lisäävien palveluiden turvaamisessa on nostettu esiin myös kulttuurialalla. (Koivisto 2010; Brandenburg 2008, 11, 37; ks. myös Liikanen 2010.)

Viime aikoina kuntien ja yhteisöjen väliset suhteet ovat alkaneet muuttua. Aiemmin järjestöjen ja kuntien välistä vuorovaikutussuhdetta kuvasti järjestöjen toimiminen jäsenistönsä tai edustamansa asian edunvalvojina suhteessa kuntaan. Järjestöt ovat nyt muuttumassa enenevässä määrin kuntien kanssa yhteistoiminnassa toimiviksi palvelujen tuottajiksi ja kumppaneiksi. (Helander 2004, 17–18; Mottönen & Niemelä 2005, 151–155.) Lisäksi puhutaan myös uudesta kolmannesta sektorista, joka poikkeaa perinteisestä kansanliikepohjaisesta ja voittoa tavoittelemattomasta ja vapaaehtoisuuteen perustuvasta yhdistystoiminnasta (ks. Ruusuvirta & Saukkonen 2010).



3. Kolmas ikä ja taiteen mahdollisuudet vastata hyvinvoinnin ja terveyden haasteisiin

Helena Malmivirta

Kolmatta ikää kuvataan juuri eläkkeelle jäämisen ja varsinaisen vanhuuden väliin jääväksi ikävaiheeksi. Tämä elämänkulun ikävaihe muuttaa aiempaa lapsuutta, nuoruutta, keski-ikäisyyttä ja vanhuutta kuvaavien ikäkausien määrittelyä. Kolmannen iän näkyväksi tulemiseen ovat vaikuttaneet kolme tekijää:

1. Lähivuosina tähän ikään tulee kuulumaan suurten ikäluokkien ikääntymisen seurauksesta entistä suurempi joukko väestöstä.
2. Eläkeikä saavutetaan entistä paremmassa kunnossa ja aktiivisia elinvuosia on odotettavissa aikaisempaa enemmän.
3. Tähän ikävaiheeseen saavutaan usein odotuksin ja asentein ja odotuksin aktiivisista eläkeläisvuosista. Kolmasikä-läiset eivät omaksu enää perinteistä vanhuksen roolia. Eläkeikään kohdistuu näin uudenlaisia odotuksia. (Karisto & Konttinen 2004, 13–14; Haarni 2010, 8–9.)

3.1. Kolmas ikä elämänvaiheena

Kyllähän me vanhoja olemme, mutta emme mitään vanhuksia ole. Emme me halua mitään tanhu- ja puuhasteluterhoja. (hankkeen KehoNero-palvelumallin taidetoiminnan osallistuja)

Kolmatta ikää kuvataan vahvana vanhenemisena, terveellisenä vanhenemisena, aktiivisena ikääntymisenä, tuottavana ikääntymisenä ja voimavaroihin suuntaavana ikävaiheena (Kautto 2004, 7–8; Koskinen 2004, 30). Kolmanteen ikään katsotaan kuuluvan itsensä toteuttamisen, riippumattomuuden ja toimeliaisuuden toteuttamista (Jyrkämä 2005, 305–355 ; Haarni 2010, 9). Kolmatta ikää määritellään myös henkilökohtaisella kokemuksella. Ihmiset eivät koe olevansa vielä vanhoja tai vanhuksia. Psykkisessä hyvinvoinnissa merkityksellistä on itselle ominaisen ja itse halutun aktiivisen tason säilyttäminen. Samoin osallisuudella on vahva rooli mm. kuulumisena johonkin, olla osallisena jotakin itseä laajempaa: osana perhettä, erilaisia yhteisöjä, kuten esimerkiksi harrastuksiin liittyvä yhteiskuntaa ja laajemmin ihmiskuntaa ja ihmisyyttä ja maailmankaikkeutta. Sosiaalipoliittisesti kolmannessa iässä olevien sanotaan olevan kiinnostava ryhmä mm. asumisen ja terveyden edistämisen näkökulmasta. (Karisto 2004.)

Aktiiviseen, onnistuneeseen ja hyvään vanhenemiseen pyrkivän ajattelun taustalla on ajatus ikääntymisestä myönteisenä prosessina ja voimavaroja sisältävänä vaiheena. Aktiivisuutta ylläpitävillä ja edistävillä toimenpiteillä pyritään myös huolehtimaan siitä, että ikääntyvät ihmiset omaksuisivat terveitä elämäntapoja. Tärkeänä nähdään eläkkeelle jäämisen jälkeinen tuottavuus esimerkiksi osallistumisella omaishoitoon ja vapaaehtoistyöhön. Yhtenä tärkeimpänä viestinä vanhuuteen liittyvissä puheissa on, miten ehkäistä ja siirtää palvelujen tarvetta. (Koskinen 2004; Haarni 2010.) Eläkeläisiä haastetaankin ottamaan vastuuta omasta terveydestään ja hyvinvoinnistaan.

Kansalaislähtöisessä ajattelussa keskeistä on oman toimijuuden vahvistaminen, jolloin yksilöt ovat avainasemassa oman aivoterveytensä huomioimisessa elämäntavoissa, vapaa-ajan harrastuksissa, työelämässä, kulttuuripalveluissa ja yhteiskunnallisessa päätöksenteossa (Virjonen 2013, 9). Yhteisesti jakamamme huoli on, miten säilyttää muistimme hyvänä ja aivot joustavina ja siten ennaltaehkäistä muistisairauteen liittyvää palveluntarvetta.

*Nuoruus, kerskaileva,
voimallinen, rakastava –
nuoruus täynnä suloa,
voimaa ja viehätystä.
Tiedätkö, että sinun jälkeesi
voi tulla Vanhuus
yhtä suloisena,
voimakkaana ja viehättävänä?*

Walt Whitman



Whitmanin runo kuvaa hausalla tavalla ihmisen nuoruutta ja vanhuutta ja sitä, miten myös vanhuus on odotettavaa, rikasta aikaa. Tämän päivän kolmasikäiläiset viettivät nuoruuttaan 1950–1960-luvulla ja loivat aikanaan uudenlaisen nuorisokulttuurin, jolla on ollut voimakas vaikutus elämäntyyli- ja makuihanteisiin, kulutustottumuksiin, vapaa-ajan teollisuuteen ja koko talouteen (Karisto & Konttinen 2004, 14; Kautto 2004, 7). Nyt 2010-luvulla ikääntymistä tarkastellaan yhteiskuntapolitisessa keskustelussa myös resurssina. Ikääntyvien odotetaan toimivan edelleen aktiivisina kansalaisina myös työstä pois siirtymisen jälkeen. Heidän toivotaan osallistuvan kansalais- ja vapaaehtoistoimintaan, auttavan muita ja tekevän palkatonta työtä. (Haarni 2010, 32–33.) Tämä tarkoittaa uudenlaista myönteistä seniorikulttuuria, jossa ikääntyminen nähdään myönteisesti voimavarana.

3.2. Taiteen, terveyden ja hyvinvoinnin liitto

Eläkeikäisten vapaaehtois- ja kansalaistoimintaan osallistumista on tarkasteltu myös terveyden edistämisen ja ylläpitämisen näkökulmasta, ja sen on havaittu edistävän merkittävästi eläkeläisten hyvinvointia ja koettua terveyttä (Haarni 2010, 10; ks. Sirven & Debrand 2008). Aihepiiriä tutkineiden mukaan kansalais- ja vapaaehtoistoimintaan osallistuminen näyttäisi hidastavan eläkeläisten toimintakyvyn ja koetun terveyden huononemista sekä ehkäisevän masennusta. Aktiivisuudella ja osallistumisella vapaaehtoistyöhön myös harrastustoiminta mukaan lukien, näyttäisi olevan merkitystä myös tyytyväisyyden ja onnellisuuden kokemukseen sekä hyvään itsetuntoon. (Hyyppä & Liikanen 2005; Hyyppä 2013.) Väestön hyvinvoinnin ja terveyden kehitykseen olisi mahdollista vaikuttaa myönteisesti, jos taide- ja kulttuuriharrastusten osuutta ja tavoitteellisuutta pystyttäisiin lisäämään passiivisten ajanviettopojen, kuten tv:n katselun sijasta.

Hyyppän ja Liikasen (2005) mukaan kulttuuriharrastukset ja taide parantavat ihmisten hyvinvointia ja terveyttä, kun terveyttä tarkastellaan kokonaisvaltaisesti ja koettuna terveytenä. Gadamer on pohtinut teoksessaan *The Enigma of Health* (1996) terveyden olemusta fenomenologian ja hermeneutiikan lähtökohdista, jolloin terveys määrittyy eräänlaiseksi läsnäoloksi muiden ihmisten kanssa ja aktiiviseksi osallistumiseksi siihen, mikä koetaan elämässä tärkeäksi. Terveys ja sairaus liittyvät hänen mielestään kulttuuriseen muutokseen ja olemassaoloon. Hyvinvoinnin terveysulottuvuus ei olisi näin mitattavissa ainoastaan lääketieteellisin keinoin, vaan siihen tarvitaan myös ihmisen olemassaoloa koskevaa laajempaa ymmärrystä (Honkasalo 2012, 7). Konlaanin tutkimus *Cultural experience and health – The coherence of health and leisure time activities* (2001) nähdään yhtenä urauurtavana taiteen, kulttuurin ja hyvinvointivaikutusten näkyvyyden kulmakivenä pohjoismaissa. Tutkimuksella on ollut merkittävä rooli suomalaisessa taide- ja hyvinvointikeskustelussa. Konlaanin mittavassa 25 000 ruotsalaisen terveystietoja ja kulttuuriharrastamista käsitelleessä tutkimuksessa kulttuurin kuluttamisen ja taideharrastusten todettiin edistävän terveyttä ja estävän muistisairautta. Tutkimuksen mukaan kulttuuria harrastavat elävät harrastamattomia pidempään. (Konlaan 2001; Brandenburg 2012.)

Taiteen kokemisella sekä itse tekemällä että vastaanottamisella ja taiteessa läsnä olemisella on todettu olevan suoria vaikutuksia terveyteen. Maalaamisen, tanssimisen, musiikin kuuntelemisen, soittamisen, laulamisen, tarinan kertomisen ja elokuvien katsomisen on todettu vaikuttavan aistitoimintojen aktivoitumiseen ja edistävän aivotoiminnan säilymistä joustavana. Aivotutkimuksissa on saatu selville, että sekä lyhyt- että pitkäkestoisen muistin stimuloinnilla on keskeinen merkitys aivojen hyvinvoinnille ja siten myös kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille. Aivojen kuvantamisella on osoitettu, että aivoissa syntyy uusia hermoverkkosolujen yhteyksiä, kun niitä stimuloidaan visuaalisilla, auditivisilla, verbaalisilla ja kinesteettisillä aistiärsykkeillä. Itselle mieluinen toiminta ja merkityksellisten asioiden harrastaminen, uusien taitojen oppiminen ja kehittäminen muovaa aivoja ja pitää niitä kunnossa. (Diamond 2000; Cohen 2006; Muller 2007; Zeki 2010; Malmivirta 2013) Taiteen on todettu lisäävän sosiaalista yhteenkuuluvuutta ja osallisuutta. Osallisuuden ja yhteenkuuluvaisuuden tunteen on todettu alentavan verenpainetta ja vähentävän stressiä ja sen myötä lääkityksen tarvetta. (Cohen 2006; Hyyppä & Liikanen 2005; Zeki 2009; Liikanen 2010; Lehikoinen 2011.)



4. Toimintatutkimuksen strategiaa soveltaen palvelumallien kehitystyöhön ja toteutukseen

Helena Malmivirta

Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveuteen -tutkimus- ja kehityshankkeessa kehitettiin neljää erilaista kansalaislähtöistä palvelumallia, joissa kunkin palvelumallin kehittämisen prosessi tuo jotakin uutta huomioitavaa seuraavaan tutkimus- ja kehitystyön vaiheeseen.

John Dewey (1929, 24; Malmivirta 2011, 75) on tuonut esille ajatuksen tutkimuksesta, joka liittyy kiinteästi ihmisyhteisöjen arki-toimintaan. Dewey on pohtinut myös reflektiivistä ajattelua toiminnan perustana, mikä on nykyisen toimintatutkimuksellisen ajattelun peruslähtökohtia. Tutkimus- ja kehitystyön suunnittelun alkuvaiheessa perehdyttiin aiheeseen liittyvään kirjallisuuteen, aiempiin tutkimuksiin ja tutkimus- ja kehitystyön hankkeisiin. Näiden pohjalta luotiin hypoteeseja siitä, miten eri taiteen keinoilla voidaan aktivoita aivoja ja edistää muistin toimintaa. Tämän jälkeen hahmoteltiin neljä erilaista kansalaislähtöistä palvelumallin aihiota, joille kirjoitettiin palvelumallien sisältöä suuntaava viitekehys. Tämän jälkeen käytiin yhteistyöneuvotte-luja kolmannen sektorin eri toimijoiden kanssa. Yhteistyökumppaneiden varmistuttua tarkennettiin neljän palvelumallin peda-gogiset suunnitelmat, joita lähdettiin testaamaan ja pilotoimaan käytännössä.

Palvelumalleja testattiin 1.3.–27.11.2013 siten, että kukin palvelumalli toteutettiin kolmannen sektorin toimijoiden kanssa yhteistyössä. Käytännössä palvelumallien tutkimus- ja kehitystyössä kuhunkin kehitettävään palvelumalliin sisältyi kuudesta yhdeksään taideinterventiota. Taideinterventioiden aikana ja niiden jälkeen osallistavan taidetoiminnan suunnittelijat ja ohjaajat havainnoivat ryhmäläisten ja omaa toimintaansa suhteessa tavoitteisiin. Muutostarpeet kirjattiin tavoitteiden suuntaisesti, ja pedagogisia suunnitelmia täsmennettiin, muotoiltiin ja tarvittaessa muutettiin toimintatutkimuksen syklisen mukaisesti. Tutkimus- ja kehitystyö seurasi näin toimintatutkimuksen strategiaa, jossa päämääränä oli saada aikaan muutoksia sosiaalisissa toiminnoissa. Samalla näitä tuloksia tutkittiin, ja tarvittaessa tehtiin muutoksia aina ennen seuraavan kehittämissyklin alkua. (Jary & Jary 1991, 5; Kemmis & Wilkinson 1998, 21; Kuula 1999, 10–11; Malmivirta 2011, 75.)

Tässä toimintatutkimusta soveltavassa tutkimus- ja kehitystyössä toteutuu toimintatutkimuksen yhteisöllinen ja itsereflektiivisen tutkimus- ja kehittämistoiminnan tapa siten, että jokainen neljän eri kehitettävän palvelumallin ryhmä muodostaa sosiaalisen yh-



teisön. Näiden sosiaalisten yhteisöjen jäsenet sitoutuivat kukin omalla tavallaan kehittämään yhteisönsä käytänteitä järkevimmiksi ja oikeudenmukaisemmiksi. Samalla pyritään ymmärtämään paremmin niitä toimintatapoja ja tilanteita, joissa itse toiminta tapahtuu. Käytänteitä kehittävässä tutkimus- ja kehitystyössä ollaan kosketuksissa käytännön toimintaan arjen todellisuudessa, jossa tutkimus- ja kehitystyötä tekevät taidetoiminnan ohjaajat toimivat yhteistoiminnallisesti ja pyrkivät lisäämään ymmärrystä kehitystyön aikana tapahtuvasta muutokseen tähtäävästä prosessista. (Kuula 1999, 204–205; Kiviniemi 1999, 66; Malmivirta 2011, 74.)

Kaikki tähän soveltavaan tutkimus- ja kehitystyöhön liittyvät kysymykset rakentuvat siihen osallistuvien henkilöiden persoonallisesta tietovarannosta, jossa huomioidaan osallisina olevien menneisyyden ja nykyisyyden kokemukset. Ohjaajien ja ryhmään osallistuvien persoonallinen tieto on avain palvelumallien pedagogisessa suunnittelutyössä sekä *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveuteen* -tutkimus- ja kehitystyön prosesseissa. Tutkimus- ja kehitystyö tapahtuu luonnollisissa olosuhteissa, joissa henkilöhistoriassa kertyneet kokemukset ja toimintaa ohjaavat teoriat kohtaavat neljän palvelumallien konkreettisesti kehitystyössä: sisällön suunnittelussa, pedagogisissa suunnitelmissa ja niiden käyttöön viemisessä. Tällöin käytäntöä ohjaavat teoriat ja ajatukset saavat arvonsa juuri käytännöllisen merkityksen perusteella. (Connelly & Glaninin 1988, 4, 18–19; Malmivirta 2011, 74.) Puhutaan käytäntöä kehittävästä käytännöllisestä toimintatutkimuksesta, jossa tavoitteena on kaikkien osallistujien omien ajatusten, käsitysten ja sisäisen tiedon ilmaisemisesta ja hiljaisen tiedon jäsentämisestä ja niiden tekemisestä itselleen tietoiseksi. (Carr & Kemmis 1986, 31–40; Heikkinen 2001, 157–158; Malmivirta 2011, 75.) *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveuteen* -tutkimus- ja kehitystyön luonnollisissa olosuhteissa tapahtuvissa taideinterventioissa tavoitteena oli saada taiteen eri keinoin näkyväksi osallistujien omia ajatuksia, kokemuksia ja sisäistä hiljaista tietoa. Kun omaan henkilöhistoriaan kiinnittyviä kokemuksia tuodaan näkyväksi, ne samalla jäsenyivät ja reflektion myötä rakentavat oman elämän merkityksellisyyttä.

4.1. Avaimia kehittämään ja tutkimaan

Tässä *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen* -tutkimus- ja kehitystyössä kehitetään sekä aivojen ja muistin toimintaa aktivoivia palvelumalleja että näiden palvelumallien sisältöä. Aiemmissa tutkimuksissa on osoitettu, että näiden prosessien tietoisella ohjauksella ja päämäärätietoisella taidepedagogiikalla voidaan aktivoida aivojen ja muistin toimintaa. *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen* -tutkimus- ja kehitystyön prosessia voidaan kuvata seuraavalla kuviolla:

Kuvio 1. Toimintatutkimuksen spiraali sovellettu *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen* -tutkimus- ja kehitystyössä (Heikkinen 2001, 39; Malmivirta 2011, 82).



Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen -tutkimus- ja kehitystyö kiinnittyy käytäntöä kehittävään ja sitä tutkivaan käytänteitä kehittävään toimintatutkimuksen strategiaan. Näin tämä tutkimus- ja kehitystyö hahmottuu itsereflektiivisenä kehänä, jossa koko prosessia tarkastellaan kokonaisuutena. Tutkimus- ja kehitystyön alkuvaiheessa perehdyttiin aiheeseen liittyviin tutkimuksiin ja hankkeisiin ja luotiin neljän palvelumallien aihiot. Tämän jälkeen suunniteltiin tarkemmin kunkin palvelumallin taideinterventoiden taidetoiminta. Taidetoiminnan aikana havainnoitiin toiminnan aikana tapahtuvaa: sekä osallistujien toimintaa ja osallisuutta että ohjaajien toimintaa ja valittujen taidetoiminnan muotojen, menetelmien ja materiaalien soveltuvuutta ja käytettävyyttä. Toiminnan jälkeen reflektotiin toteutettua toimintaa, jonka jälkeen tarkennettiin jälleen pedagogisia suunnitelmia sekä seuraavaa palvelumallin suunnitelmaa. Suunnittelu ja toiminta seurasivat toisiaan vuorotellen neljän toisiaan seuraavan syklin mukaisesti. Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen -tutkimus ja kehitystyötä kuvataan tässä spiraalilla (ks. kuvio 1), joka kulkee ajassa etenevänä sykleittäin (Kemmis & Mc Taggart 1988, 5–6; Heikkinen 2001, 139; Malmivirta 2011, 80–82). Spiraalissa neljän palvelumallin kehittäminen näkyy toiminnan ja ajattelun liittymisessä toisiinsa toiminnan, havainnoinnin, reflektion ja uudelleen suunnittelun sykleinä (Lewin 1946, 205).

Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen -tutkimus- ja kehitystyön neljän palvelumallin suunnittelua ja käytännön toteuttaminen koostuu neljästä palvelumallista:

1. Mitä haluan elämästäni muistaa?
2. Kelainen tupa ja perunamaa
3. Muistojen näyttämö
4. KehoNero

Näiden palvelumallien tutkimuksellista kehitystyötä ja kokonaisuuden ymmärtämisen kehittymistä kuvataan kuviossa 1 neljällä syklillä, joissa jokaisessa opitaan jotakin edellisestä siihen liittyvien havaintojen ja toimintaan osallistuneiden kokemusten avulla kuuntelemisella. Näin jokaisessa syklissä tapahtunut ja siihen reflektiivisesti suhtautuneessa ajattelussa seuraava sykli on rakentanut jälleen seuraavaa sykliä. Ensimmäisessä syklissä (*reconnaissance*) tunnusteltiin ja selviteltiin aiheeseen liittyviä aiempia tutkimus- ja kehitystyön hankkeita ja tutkimuksiasekä luotiin viitekehys neljälle toisistaan eroavalle palvelumallille (*planning*), jolloin tapahtui samalla jo palvelumallien toiminnan sisällön suunnittelua. Tunnusteluvaiheen jälkeen koeteltiin ensimmäinen palvelumalli *Mitä haluan elämästäni muistaa?* käytännössä, jota kuvataan pilotointina (*enacting*). Tässä vaiheessa käytännössä tapahtuvaa taidetoimintaa havainnoitiin (*observing, monitoring*) ja reflektotiin. Lisäksi siitä kerättiin havainnointitaineistoa (Kemmis 1988; Elliot 1991; Malmivirta 2011, 80). Seuraavissa sykleissä toteutuvat uusi suunnitelmavaihe, lisätietojen tutkiminen ja tämän pohjalta uudelleen seuraavan palvelumallin *Kelainen tupa ja perunamaa* kehittäminen. Jälleen siirrytään uuteen vaiheeseen, havaintojen ja aineiston pohjalta uuden suunnitelman ja toiminnan *Muistojen näyttämö* -palvelumallin kehittämiseksi. Viimeinen vaihe oli *KehoNero*-palvelumallin suunnittelu ja toteuttaminen käytännössä, jonka jälkeen kaikki neljä palvelumallia on kehitetty ja koeteltu käytännössä. Kaikkien palvelumallien toteutusvaiheessa teh-

tiin uusia ratkaisuja toiminnan edelleen kehittämiseksi ja rakentumiseksi eheiksi palvelumalleiksi. Toimintasuunnitelmia ja käytäntöä kehitettiin siten, että tavoitteet huomioitiin ja perusteltiin huolellisesti, jolloin myös toiminnan sisällä tapahtui koko ajan pienempiä kehittymisen syklejä. Kaikkea tätä tutkimus- ja kehitystyötä on ohjaamassa aiemman kokemuksen merkitys uuden oppimisessa ja uusien suunnitelmien käytäntöön viemisessä.

Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveuteen -tutkimus- ja kehitystoiminnassa tuotettu aineisto rakentui taidetoiminnan aikaisista ohjaajien havainnoista, taidetoiminnan aikana otetuista valokuvista ja videoista sekä narratiivisuuteen perustuvista yksilö- ja ryhmähaastatteluista. Narratiivi (Bruner 1996, 19; Malmivirta 2011, 156) on tapa järjestää ihmisen elämän aikana kertynyttä tietoa kertomuksen muotoon. Narratiivi alkaa siitä hetkestä, kun ihmisen elämä alkaa toimintana tiettyssä paikassa, tietyssä aikana ja on sidottu tiettyyn tapahtumaan. Muodostamme elämässämme tarinoita ja kertomuksia luomalla niille alun, keskikohdan ja lopun. Todellisessa elämässä nämä eivät seuraa toisiaan aina jatkumona eivätkä ole selkeitä. Narratiiveja voidaan ajatella ja tarkastella eletyn elämän kuvauksina. (Glandinin & Connely 2007, 78; Bruner 2002, 17; Malmivirta 2011, 156.) Narratiivi auttaa ajattelemisen ja tuntemisen mallina ihmisiä luomaan erilaisia versioita sekä maailmasta että itsestä, jolloin narratiivi toimii mielen instrumenttina merkityksien muodostumiselle (Bruner 1996, 41).

Narratiivinen ajattelu saa muotonsa kognitiivisten työkalujen, tarinoiden ja metaforien avulla. *Mitä haluan elämästäni muistaa?* -palvelumallin käytännön toiminnassa, osallistavan taidetoiminnan prosesseissa rakentuneet visuaaliset kertomukset (kuvaus luvussa 6) ovat palvelumallin toteutuksen jälkeen tehdyissä osallistujien haastatteluissa narratiivin muoto. *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveuteen* -tutkimus- ja kehitystyössä narratiivinen ajattelu on se taidetoiminnan aikainen prosessi, jossa nämä visuaaliset kertomukset ovat rakentuneet. Narratiivista ajattelua tapahtuu edelleen *Mitä haluan elämästäni muistaa?* -palvelumallin toteuttamisen jälkeen tapahtuneissa osallistujien haastattelussa, jossa haastateltavan edessä oleva omaan elämään kiinnittyvä taidetoiminnan prosessissa aikaansaatu kuvataiteen teos avautuu uudelleen kerrottavaksi. Ajattelu syvenee uudellen kerrottaessa, ja kokemuksista rakentuu yhtenäistä tarinaa episodeineen. Kerronnassa tämä ilmenee siinä, että teoksissa näkyvissä olevien kuvien ja värien takana on aina uusia tarinoita, jotka avautuvat kertomisen aikana ja saavat uudenlaisia merkityksiä (Bruner 1986, 92; Malmivirta 2011, 156).

Ensimmäisen palvelumallin *Mitä haluan elämästäni muistaa?* pilotoinnin aikaisten kokemusten haastattelut toteutettiin yksilöhaastatteluna ja kolmen muun pilotin haastattelut toteutettiin ryhmähaastatteluina. Haastattelut tehtiin jokaisen pilottivaiheen lopussa. Haastattelun suorittivat Malmivirta ja Kivelä. Lisäksi ryhmiin osallistuneille tehtiin kyselyt pilottitoiminnan alussa ja lopussa. *Keltainen tupa ja perunamaa* -palvelumallin ryhmähaastattelu osoittautui ohueksi, jolloin päädyttiin litteroimaan viimeisen tapaamiskerran videokoosteet kertovamman aineiston saamiseksi. Palvelumalleissa *Mitä haluan elämästäni muistaa*, *Keltainen tupa ja perunamaa* sekä *Muistojen näyttämö* toteutettuja kuvallisuuteen perustuvia erilaisia teoksia, visuaalisia kertomuksia tarkasteltiin narratiiveina, jolloin narratiivit toimivat tapana järjestää tietoa sekä saada tietoa maailmasta ja muodostaa maailma. Se antaa muodon elämän todellisille asioille. Narratiivi toimii myös ajattelemisen ja tuntemisen mallina

silloin, kun mukana olevat ja toimivat ihmiset luovat erilaisia versioita sekä maailmasta että itsestä. Narratiivi toimii näin mielen instrumenttina merkityksien muodostumiselle, jolloin narratiivinen ajattelu saa muodon kognitiivisten työkalujen, tarinoiden ja metaforien avulla (Bruner 1985, 113; 1986, 92).

Narratiivinen näkökulma fokusoituu tässä tutkimus- ja kehitystoiminnassa narratiivien kasvatukselliseen, elinikäiseen kasvun prosessin näkökulmaan. *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen* -tutkimus- ja kehitystyön kolmen ensimmäisen pilottin taidetoiminnan aikana rakentuvat elämäkerralliset visuaaliset kertomukset ovat visualisoituja kertomuksia elämän merkityksellisistä kokemuksista, joille taidetoimintaan osallistuneet ovat antaneet visuaalisen muodon ja joita tarkastelemalla voi palata prosessin aikana tapahtuneeseen ja kokemuksiin (Bruner 1996, 40; Malmivirta 2011, 156). Taidetoimintaan osallistuvilla tarjotaan mahdollisuus kertoa heidän taidetoiminnan ajan kokemuksistaan ja tuottamastaan teoksesta, visuaalisesta kertomuksestaan. Lisäksi heille tarjotaan mahdollisuus kertoa heille merkityksellisestä prosessin aikana tapahtuneesta ja siitä uudesta, mitä he ovat oivaltaneet prosessin kuluessa sekä sitä jälkeensä reflektoituaan. Osallistujien kertoma palvelee myös tutkimus- ja kehitystyön metodina saada selville, minkälaisia avaimia tämä pilottitoiminta on tuottanut aivojen aktivoimiseksi ja muistin toiminnan edistämiseksi, jolloin saadaan vastaus siihen, olemmeko osanneet kehittää oikeanlaisia palvelumalleja aivoterveysteen edistämiseksi.

4.2. Pedagogisella toiminnalla kohti tavoitteellista palvelumalliajattelua

Pedagogisesti taitava opettaja ja ohjaaja eivät selviä tempuilla tai menetelmälaatikoilla. Oppimista ja elinikäistä oppimista sekä aidosti muutokseen pyrkivä toiminta edellyttää syvällistä ymmärrystä pedagogiikan lähtökohdista ja sen tietoperustasta, joka luo samalla myös sekä teoreettista että kokemuksellista ymmärrystä opettamisen, ohjauksen ja oppimisen käytännön ilmiöihin. Käytännön toiminnassa tietoperusta näyttäytyy pedagogisena ajatteluna, joka ohjaa koko toiminnan etenemistä kohti asetettua tavoitetta. Pedagogista ajattelua on määritelty opettamista ja oppimista koskevaksi päätöksenteoksi, joka pohjautuu opetussuunnitelmaan, sen tavoitteisiin ja päämääriin. Pedagogiikan toteuttamisessa tulevat näkyväksi omien taustaoletuksien tiedostaminen, sitoutuminen omiin taustaoletuksiin, valintojen tekeminen pyrittäessä haluttuun päämäärään ja oman päätöksenteon perustelevinen. (Dewey 1951, 21; 1997, 112; 1960, 4-8; Kansanen 1996, 45-46; Kansanen ym. 2000, 5; Aaltonen 2003; Aaltonen & Eskola-Kronqvist 2013, 40-44; Malmivirta 2011, 263.)

Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen -hankkeen eri pilottien suunnitteluvaiheessa käytiin palvelumallien ohjaajien kesken useita keskusteluja siitä, miten ymmärrämme ihmisen ja erityisesti ikääntyvän ihmisen elinikäisenä oppijana kokonaisvaltaisesti muutokseen pyrkivänä toimijana. Keskustelua käytiin myös siitä, miten tulisi ohjata osallistavien taideinterventioiden toteutusta nämä seikat huomioiden.

4.3. Kokemustiedosta toimintaan ja taidetoimintaan John Deweyn ajattelua seuraten

Kansalaislähtöisen *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveuteen* -tutkimus- ja kehitystoiminnan ydin on mukana toimivien ihmisten elämäkokemukset. Tavoitteena on palvelumallien kehitysprosessien aikana luoda tiloja taiteen eri keinoin ja oppia omista kokemuksista. Tavoitteena on myös saada aikaan tilanteita, jolloin on mahdollista havahtua omiin kokemuksiin sisältyvistä kehitysmahdollisuuksista ja voimavaroista oman aivoterveytensä edistämiseksi. John Dewey (1859–1952) on kehittänyt oman kokemuskäsityksensä, jonka ytimessä on ihmisen kyky oppia omista kokemuksistaan. Tällä aikanaan uudella käsitteellä inhimillisestä kokemuksesta Dewey loi pragmatistisen filosofiansa perustan. (Dewey 1934/1980; 1997; Pihlstöm 2001.) Peruslähtökohtana on käsitys aktiivisesta, toiminnallisesta ja olennaisesti arvosidonnaisesta ihmisestä, joka kiinnittyy kulttuurisena olentona osaksi sosiaalista ympäristöönsä monenlaisten käytäntöjensä kautta. Älyllisen ongelmanratkaisutoimintansa avulla hän pyrkii toteuttamaan erilaisia inhimillisiä pyrkimyksiä ja siten selviytymään ongelmallisista tilanteistaan. Pragmatismissa filosofiset käsitteet ja ongelmat kietoutuvat kiinteästi käytäntöön (Pihlstöm 2001, 14; Malmivirta 2011, 54).

Deweyn (1951, 111–112) progressiivisessa kasvatustieteessä korostuvat voimakkaasti toiminnan ja tiedon, kokemuksen ja ajattelun ykseys. Keskeistä on, miten yksilö kykenee hyödyntämään kokemuksissaan olevia kasvun edellytyksiä ja mahdollisuuksia sekä käyttämään niitä voimavaroina. Päämääränä on emansipoitunut yksilö, joka määrää oman uransa. Elinikäisesti jatkuvassa kasvun ja oppimisen prosessissa ihmisestä tulee kriittinen toimija tai toimijoiden yhteisö, joka realisoii toiminnassaan demokratian moraalista ideaalia (Väkevä 2004, 109–210; Malmivirta 2011, 54). Dewey kuvaa tekemällä ja toimimalla oppimisen perusajatusta seuraavasti:

Jokaisen kasvattajan prosessin tulee alkaa siitä, että tehdään jotain; – aistihavainnon, mitä muistin, mielikuvituksen ja arvostelukykyyn – harjoittamisen tulisi kasvaa esiin sen ehdoista ja tarpeista, mitä tehdään. Sen, mitä tehdään, ei tulisi olla luonteeltaan sattumanvarainen tehtävä, jonka työnjohtaja (taskmaster) antaa, vaan jotain sisäistä merkityksellistä ja sen luonteista, että oppilas arvostaa sen tärkeyttä tarpeeksi omaksuakseen elävän kiinnostuksen sitä kohtaan. (Dewey MW 4, 185; Väkevä 2004, 111.)

Keskeistä Deweyn pragmatistisessa, kokemuksia korostavassa ”learning by doing” -pedagogiikassa on sen ajatus tekemällä ja toimimalla oppimisesta. Tekemällä ja toimimalla oppimisessa korostetaan oppijan, toimijan omaa aktiivisuutta tiedon rakentajana ja uuden tiedon ja opittavan asian kytkemisellä oppijan ja toimijan oman elämän käytäntöön ja omaan elämänsä historiaan. *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveuteen* -tutkimus- ja kehitystyössä pedagogista toimintaa ohjaavassa ajattelussa oppimiskäsitys kiinnittyy deweyläiseen kokemukseelliseen oppimisen ja taideoppimisen ajatteluun. Toiminnan suunnittelussa kiinnitetään erityistä huomiota siihen, että tiedon lähteenä on jokaisen osallistujan oma elämänsä maailma, ensisijaiset ja toissijaiset kokemukset, joita jokaiselle on kertynyt elämän aikana.

Deweyn (MW 4, 185; Väkevä 2004, 111; Malmivirta 2011, 54) mukaan tekemällä oppimisen tulee tapahtua "suhteessa ideoiden testaamiseen tai johonkin projektin läpiviemiseen tai jonkin tekemiseksi välttämättömäksi käsillä olevan tehtävän kannalta". Dewey oli ensisijaisesti kiinnostunut teorian ja käytännön välisen suhteen ymmärtämisestä ja tavoista ymmärtää käytäntö älyllisesti produktiivisena. *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen* -tutkimus- ja kehitystyön prosessissa testataan taiteen ja kulttuurin eri alueiden, menetelmien, materiaalien ja välineiden soveltuvuutta aivojen aktivoimiseen ja muistin toiminnan edistämiseen sekä uudenlaisen idean läpiviemiseen. Tavoitteena on saada näkyväksi tiedoksi se, miten taustalla olevat teoriat kohtaavat neljän palvelumallin käytännön tutkimus- ja kehitystyössä, sekä se, mitä uutta tietoa tästä kohtaamisesta on kehkeytynyt. Taidetoimintaan osallistuvien kokemukset ovat avaintietoa siinä, minkälaisia avaimia aivojen ja muistin aktivoimiseksi tässä tutkimus- ja kehitystyössä on mahdollista kehittää.



Kuvio 2. Deweyn reflektiivisen ajattelun ja tutkimisen peruspiirteet kuvattuna kuviona (Miettinen 1998, 90–92; Malmivirta 2011, 56–60).

Reflektiivisen oppimisen lähtökohtana Deweylle on totunnaisten toimintatapojen murtumisesta johtuvan ongelmatilanteen ratkaiseminen kokeellisen toiminnan avulla. Yhdistävänä perusteena on elämäntoiminta ja siinä tapahtuva ongelmien ratkaiseminen (Miettinen 1998, 87). Kokemukset ovat toisistaan eroavia ensisijaisia ja toissijaisia kokemuksia. Ensisijainen kokemus on esineellistä toimintaa ja vuorovaikutusta ympäristön kanssa. Esineiden kuvataan olevan (Dewey 1958, 21) "käsittelyn, käytön, tekemisen, nautinnon ja kärsimisen kohteita enemmän kuin tiedon kohteita". Ne ovat esineitä, jotka ovat ihmisellisessä toiminnassa olevia tiedostamattomia esineitä. Toissijainen kokemus on reflektiivistä kokemusta, joka tekee ympäristöstä ja sen esineistä tietämisen ja tiedostamisen kohteita. Ensisijaisten tekojen vaikeudesta ja keskeytyemisestä kasvava epävarmuus on reflektiivisen ajattelun perusta. (Miettinen 1998, 90; Malmivirta 2011, 56.)

Deweyn reflektiivisen ajattelun ja tutkimusprosessin kulkua ja peruspiirteitä voidaan kuvata (Miettinen 1998, 90–92; Malmivirta 2011, 56–60) kuviolla:

Ensimmäisessä vaiheessa kohdataan vaikeus ja ongelmatilanne, joka on ei-reflektiivinen, epävarma, ja hallitsematon. *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen* -tutkimus- ja kehitystyössä kaikkien palvelumallien kehittymisen prosessit sisälsivät suuremmissa ja pienemmissä sykleissä sekä ohjaajilla että ryhmiin osallistujilla näitä ensimmäisen vaiheen epävarmuuden paikkoja, vaikeutta ja ehkä hallitsemattomuuttakin, kun osal-

listujat kohtasivat aiemman kokemuksen uudessa kontekstissa. Toisessa vaiheessa vaikeus älyllistetään ja ongelma määritellään. Osallistuja tutkii tilanteen ehtoja ja muotoilee ongelman. Ongelman määrittäminen on tärkeä vaihe ajatteluprosessin etenemisen turvaamiseksi. Tätä vaihetta kuvaa kehitystyössä koko prosessin kehittäminen ja tavoitteiden määrittäminen. Saman prosessin kävi läpi myös jokainen ryhmäläinen aina suunnitellessaan omaa prosessiaan taidetoiminnan alkuvaiheessa, jossa ollaan jo osin kolmannessa vaiheessa, tilanteen ehtojen tutkimisessa ja työhypoteesin luomisessa. Neljäs päättelyn vaihe koostuu ”ideoiden merkityksen työstämisestä suhteessa toisiinsa”. Päättelyssä tehdään ajatuskokeita, joissa arvioidaan asetetun työhypoteesin kestävyyttä käytettävissä olevan aikaisemman teorian tiedon, kokemuksen ja välineistön avulla. Neljän palvelumallin osallistavan taidetoiminnan prosessien eri vaiheissa havainnoitiin sitä, miten päämäärätietoiset taidepedagogiset suunnitelmat toimivat käytännössä. Havaitun perusteella tehtiin korjauksia ja täsmennettiin suunnitelmia jokaisen tapaamiskerran jälkeen. Myös jo itse taidetoiminnan aikana tehtiin käytännön toimien tarkentamista. Ryhmäläisillä tämä vaihe näyttäytyi jatkuvana kokeiluna ja päätösten tekemisenä omassa toiminnassa. Vaiheet eivät seuraa toisiaan systemaattisesti, vaan ne voivat limittyä toisiinsa jatkuvana testaamisena – työhypoteesin koetteluina käytännössä (vaihe 5). Kun hypoteesia kokeillaan käytännössä, tapahtuu samalla päättelyä. Pelkkä ajattelu ei riitä, vaan tarvitaan ulkoisia ja fyysisiä tekoja. Olettamusten koettelussa käytännössä käytetään taide ja kulttuuriesineitä, joista taide ja kulttuuri eri muotoineen toimivat ajattelun välineinä. (Dewey 1916/1966, 14; Miettinen 1998, 91; Malmivirta 2011, 58.)

4.4. Taidekasvatukseen kiinnittyvä agora

Askel kohti luovuutta on se, että ihminen kokee tahdon ja vastatahdon taistelevan itsessään
(Uusikylä 2003, 74; Sava 2007)

Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen -tutkimus- ja kehitystyö kiinnittyy osaltaan hyvinvointipoliittiseen uudistustyöhön luomalla agoran, tilan ja paikan osallistua, toimia yhdessä ja oppia uutta, oppia vaalimaan omaa hyvinvointiaan sekä kiinnittämään huomiota aivoterveysteen ja muistin toiminnan edistämiseen taiteen ja kulttuurin keinoin. Preventiivisen emotionaalisen sosiaalialan työn ja hoitotyön interventiot jäivät tehottomiksi, mikäli ne eivät edistä yksilön kykyä elää olemassaolonsa kulkua jollain sellaisella reflektiivisellä tavalla, jossa hän voi kuvata elämänsä ja ymmärtää omaa rooliaan toimijana ja kokijana. (Bardy & Känkänen 2005.)

Aivoterveyttä ja muistin toimintaa edistävät palvelumallit suunniteltiin sellaisiksi, että ne voivat vahvistaa mukana olevia kanssaihmissä elämänsä mittaisessa minä- ja maailmasuhteen tarkastelemisessa. Samalla kiinnitettiin jatkuvaa huomiota taiteen tekemisen prosesseissa siihen, miten omaelämäkerrallisessa taiteen tekemisessä visuaalinen havainnointi, visuaalinen ajattelu ja reflektiivinen ajattelu ovat läsnä. Taiteen tekemisen prosessien suunnittelussa ja toteuttamisessa pyritään luomaan tilaa ja välineitä taiteen ja kulttuurin keinoin voimavaraistumiseen, rohkeuteen kasvaa teon kohteesta tekijäksi ja näkijäksi sekä oman terveytensä vaalijaksi. Näin *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen* -tutkimus- ja kehitystyö kiinnittyy samaan aikaan sekä postmoderniin taidekasvatukseen, taiteeseen että uutta rakentavaan taidepedagogiseen ajatteluun. (Malmivirta 2011, 263.)





Elinikäisen oppimisen ajattelua seuraten taidekasvatus on aistimaan ja näkemään saattamista elinikäisessä kasvuprosessissa. Taidekasvatus on myös sen huomioimista, miten taide eri muodoissaan voi toimia valaistumisen tai oman elämänkokemuksen ja yhteiskunnallisten toimintojen paljastumisen välineenä. Greene (1995, 274–287; Sava 2007, 107) toteaa, että asioiden paljastuminen ja esille tuleminen ei kuitenkaan tapahdu itsestään, vaan kaiken kohdalla on ensin jouduttava oikean valaisimen alle, jotta se tulee nähdä. Postmodernissa taidekasvatuksessa keskiössä on itseohjautuva ihminen, joka valitsee tietoisesti ne arvot, jotka ovat hänelle merkityksellisiä. Itseohjautuvuus edellyttää reflektiivistä suhdetta todellisuuteen. Reflektiossa pyritään saamaan näkyviin sellaista, mikä ei ole aiemmin ollut näkyvässä. Reflektiossa on mahdollista kohdata omat tuntemukset, toiminnan syy- ja seuraussuhteet, henkilökohtaiset arvot, käsitteiden käyttö ja niiden merkitykset, ajattelun ja päättelyn, ymmärtämisen ja tiedostamisen sekä omien uskomusten ja olettamusten kriittinen tarkastelu. Parhaimmillaan reflektiivinen oppimisprosessi voi vaikuttaa koko persoonallisuuteen. Omaan henkilöhistoriaan liittyvien kokemusten reflektointi palvelumallien osallistavassa taidetoiminnassa voi johtaa muutokseen niin taiteen kuin oman elämänkin alueella. Taidetoiminnassa tapahtuva reflektointi voi saada aikaan muutosta oman elämään ja itseen sekä kulttuuriin suhtautumiseen. (Malmivirta 2011, 217.)

Taidetoiminnan ohjaaja toimii taidekasvattajan roolissa inhimillisen elinikäisen kasvun tukemisessa. Ohjauksessa luodaan monipuolisia, aina syvemmälle meneviä tilanteita taiteen keinoin, missä ryhmän osallistujat tarkastelevat omaa elämänsä historiaansa. Taidetoimintaa ohjataan siten, että siinä on mahdollista tapahtua näkemisen ja havaitsemisen prosesseissa aivojen ja muistin aktivoitumista. Ohjaajat toimivat taidekasvattajina tilojen luomisessa, jolloin voi tapahtua valaistumista oman elämänsä tarkastelussa. Pragmatistista taidekasvatusajattelua (Deweyn MW 4, 185; Malmivirta 2011, 262) toteuttavassa taidetoiminnassa toimintaan osallistuvien on mahdollista tutkia kokemuksissaan ilmenevää elämisaailmaansa; inhimillistä ja historiallista maailmaansa. Oletuksena on, että he voivat ylittää totut rajat ja rakentaa merkityksiä purkavan ja selkiyttävän taidetoiminnan avulla jotakin uutta omaan historiaansa nähden. Toimintaa on ohjaamassa ajatus aktiivisesta, toiminnallisesta ja arvosidonnaisesta ihmisestä, joka monenlaisten käytäntöjensä kautta kiinnittyvänä kulttuuriolentona pyrkii älyllisen ongelmanratkaisutaitonsa avulla toteuttamaan erilaisia inhimillisiä pyrkimyksiään ja selviytymään haasteellisista tilanteistaan. Keskeistä taidetoiminnan suunnittelussa ja toteuttamisessa on toimijan oman aktiivisuuden korostaminen ja tutkittavan asian kiinnittäminen toimijan omaan elämänsäkäytäntöön, jolloin käytäntö ymmärretään älyllisesti produktiivisena toimintana.

Eksistentiaalis-fenomenologinen ihmiskäsitys näkee ihmisen valintoja tekevänä persoonana, jolloin hän luo oman kasvunsa ja elinympäristönsä toimintakokonaisuuksia ja pyrkii omilla teoillaan antamaan merkitystä elämälleen. Ihminen on tällöin olemassa omien valintojensa ja itsetajuisuutensa kautta. Tämä myös holistisena ihmiskäsityksenä (Rauhala 1983, 1989; 2009; Malmivirta 2011) tunnettu käsitys näkee ihmisen todellistuvan kokonaisuutena kolmessa eri olemassaolon perusmuodossa. *Kehollisuudessa* korostuu olemassaolon orgaaniset tapahtumat. *Tajunnallisuudessa* korostuu olemassaolo psyykkis-henkisenä, kokemisen erilaisina laatuina ja asteina. *Situationaalisenä* olemassaolon suhteutuneisuutena omaan elämäntilan-

teeseensa - situaatioonsa. Tajunnallisuudessa erottuvat psyykkisen ja henkisen tason kerrokset, mielen kerrokset (*noemat*) ilmenevät ja ovat oivaltavalla tavalla olemassa. Tässä prosessissa taide ja taidetoiminta ovat merkittävässä asemassa. Taide liikuttaa mieltä, eikä se ole ainoastaan teosten tai esitysten tuottamista. Se on myös tapa rakentaa tai luoda elämää laajentamalla tajuntaa, muotoilemalla uusia näkökulmia, rakentamalla merkityksiä, luomalla ja vakiinnuttamalla sosiaalista vuorovaikutusta muiden ihmisten kanssa ja jakamalla yhteistä kulttuuria. (Rauhala 2007, 97; Eisner 2002, 3; Bateson 1987, 128–156; Bardy 1998, 53; Malmivirta 2011, 76–77.)

4.5. Sosiokulttuurinen ajattelu palvelumallien taidetoiminnan ohjauksessa

Sosiokulttuurisessa oppimiskäytännössä painotetaan yksilöllisten saavutusten, ihmisten välisten suhteiden ja kulttuuristen toimintojen välistä yhteyttä (Säljö 2001, 19). Kun taidetoiminta tässä tutkimus- ja kehitystyössä sitoutuu elinikäiseen oppimiseen ja elinikäiseen inhimillisen kasvun prosessiin, siinä tulee huomioida henkilökohtainen taso kulttuurisen kontekstin painotuksen ohella. Henkilökohtainen taso tarkoittaa tässä yksilöllisten kognitioiden, emotioiden, käyttäytymisen, arvojen ja uskomusten huomioimista toiminnan suunnittelussa ja toteuttamisessa. (Rueda ym. 2000, 75; Kupila 2007, 24; Malmivirta 2011, 146.) Tavoitteena on, että ryhmäläiset sitoutuvat yhteiseen tavoitteeseen toimintaan, tarkoitukseen ja päämäärään sisäisen motivaationsa kannattamana huolimatta siitä, että siinä säilyy loppuun asti avonainen ja ehkä epämääräinenkin näyttäytyvä luonne. Yhteisessä toiminnassa heillä on mahdollisuus oppia, omaksua ja tulla tutuksi taidetoiminnassa käytettäviin menetelmiin sekä hankkia jatkuvasti kokemustensa näkyväksi saattamiseen tarvittavia tietoja ja taitoja. Prosessia voi näin kuvata elinikäiseksi reflektiiviseksi oppimisen prosessiksi, jota eletään yhteisesti pohtimalla ja yhdessä toimien ja uutta oppien. Yhteisessä toiminnassa emotionaalisuudella on merkityksensä. Suunnittelussa kiinnitetään huomiota erityisesti siihen, että osallistujien aiemmat elämäkokemukset, hänen aiemmat tietonsa ja kokemuksena ovat kaiken toiminnan lähtökohtana. Näin pääsemme lähelle *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen* -työn ydintavoitetta: saada muistin eri kerrokset liikkeelle ja samalla aktivoita muistia ja aivojen toimintaa.

Sosiokulttuurisessa toiminnassa työskentely tapahtuu arjen erilaisissa konteksteissa käyttämällä kulttuurin jäsenten ”kulttuurisia välineitä tai työkaluja” (Vygotsky 1981; Säljö 2001; Malmivirta 2011, 254). Vygotskyn (1981, 137) mukaan ihmiset käyttävät kahdenlaisia kulttuurisia välineitä ja työkaluja sosiaalisen välittymisen välineinä: teknisiä työkaluja ja psykologisia työkaluja, esimerkiksi sanoja ja käsitteitä. Laskemisjärjestelmät, muistitekniikat, taideteokset, kirjoittaminen, suunnitelmat ja vakiintuneet merkit, kuten ikonit, symbolit, koodit ja ei-kielelliset merkit ja sekä eleet ovat esimerkkejä psykologisista välineistä, joilla saadaan asioita tehdyksi ja kuulluksi. Myös sosiokulttuuriseen toimintaan liitetään kulttuurisia työkaluja (Peavy 2002, 35–36; Malmivirta 2011, 255):



- ei-verbaalinen kieli, jossa kaikki ilmaisu toimii välineenä, joka tähtää keskustelukumppanien välisen ymmärtämisen parantamiseen
- viestintä, joka on dialogista ja tapahtuu itsen ja toisen rajalla (ks. Bakhtin 191, 293)
- kulttuuriset välineet (esimerkiksi taiteen eri muodot ja menetelmät, kerronnan muodot) elämänkentän kartoittamisen välineenä, joka auttaa muuttamaan implisiittisen, ilmaisematoman ja koordinoimattoman eksplisiittiseksi, ilmaistuksi ja koordinoituksi
- kulttuuriset välineet reflektion välineenä, jolla kytketään henkilökohtaisia ja sosiaalisia prosesseja toisiinsa (esimerkiksi taiteen eri muodot ja menetelmät, kerronnan muodot)
- kulttuuriset välineet metaforan välineenä, jolla luodaan uusia välineitä (esimerkiksi taiteen eri muodot ja menetelmät, taide metaforana ja symbolina, kerronnan muodot)
- kulttuuriset välineet visuaalisoituina skenaarioina toimintaan valmistumisen välineenä, jonka avulla tavoitellaan informaatiota.

Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen -tutkimus- ja kehitystyön pilotoinnin aikaisten kokemusten palvelumallien taide toimii ei-verbaalisena kielenä, jonka avulla pyritään ymmärtämään omaa elämää ja elämän tarinan merkityksellisiä asioita. Pilottien aikaisessa osallistavassa taidetoiminnassa luodaan taiteen keinoin tilanteita, joissa tapahtuu itsen ja toisen rajalla aitoa dialogista keskustelua. Päämäärätietoinen taidetoiminta tarjoaa mahdollisuuden kartoittaa omaa elämänhistoriaa ja siinä tapahtunutta, jolloin tavoitteena on saattaa ensisijaisten kokemusten ja toissijaisten kokemusten ilmaisu implisiittisestä hiljaisesta tiedosta eksplisiittiseksi, ilmaistuksi ja jäsennekyksi taiteen kielellä. Taiteen kieli toimii näin reflektion välineenä, jolla jäsennetään henkilökohtaisia ja sosiaalisia prosesseja toisiinsa, jolloin taide toimii myös metaforan kaltaisena välineenä uuden luomisessa. Koko Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen -tutkimus ja ke-

hitystyön suunnittelun lähtökohtana on ollut ymmärrys siitä, että taide ja kulttuuri eri muodoissaan luovat uudenlaisia kulttuurisia välineitä – avaimia – aivoterveyden ja muistin toiminnan edistämiseksi.

Tämän ajattelun vieminen käytäntöön vaatii ohjaajilta käsitystä ja ymmärrystä sosiokulttuurisen oppimiskäytännön perusajatuksista. Sosiokulttuurinen innostaminen kietoutuu Kurjen (2007, 7, 9–14; Malmivirta 2011, 25–257) mukaan kulttuurisen demokratisaation ja kulttuurisen demokraation välille. Kulttuurisessa demokratisaatiossa tavoitteena on saada aikaan kulttuurista diskursusia. Ohjaajien pyrkimyksenä on toimia pilottien toteuttamisessa tuon innostamisen välittäjinä ja myös välittäjinä taiteen ja siihen sitoutuvien ryhmiin osallistuvien välillä.

Taidetoiminnan tavoitteena on avata taiteen laajempaa käsitettä luomalla tiloja, joissa voidaan nauttia perinteisistä kulttuuritoiminnan tuotteista, kuten kuvataiteista, valokuvista, kirjallisuudesta, tanssitaiteesta ja taiteen alueita integroiden myös musiikista. Ohjaajat toimivat myös kulttuurisen demokratian hengen mukaisesti. Ohjaajat pyrkivät toimimaan sosiokulttuurisina innostajina katalysaattorin tavoin: he herättävät kiinnostuksen taiteeseen aivoterveyden edistäjän ja muistitoiminnan aktivoijana ja toimivat siten, että toimintaan osallistuvat voimaantuvat oman aivoterveytensä vaalijoiksi taiteen ja kulttuurin keinoin. Toiminnan tavoitteena on sellaisen toiminnan lisääminen, jossa mukaan tulevat ihmiset ovat todellisia osallistujia ja toimijoita ja myös oman kulttuurinsa tuottajia. Kulttuurisen toiminnan hyväksyminen tarkoittaa sitä, että kulttuuri on osa inhimillisen käyttäytymisen rakennetta ja toimintaa.

Sosiokulttuurinen innostaminen perustuu aina tietoiseen suunnitteluun ja päämäärätietoiseen toimintaan, jolloin innostamisen kulttuurisella toiminnalla tavoitellaan luovuuden ja monipuolisen ilmaisun kehittymistä ja toiminnassa korostuvat eri taiteen alueet. Innostaminen koskee kaikkia elämän alueita, mikä liittyy yhteen kaikki yksilön elinikäiseen kasvu- ja kehitysprosessiin liittyvät tekijät. Sosiokulttuurisen innostaminen keskeisiä tekijöitä ovat yhteisöllisyys, osallistuminen, herkistyminen, pyrkiminen aitoon dialogiin, luovuus ja toimintaan sitoutuminen, joita pyritään saavuttamaan taiteeseen ja kulttuuriin sitoutuvalla toiminnalla. (Ks. Kurki 2000, 14; Malmivirta 2011, 256.)

Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveyteen -toiminnan suunnittelun vaiheessa taiteen alueina näyttäytyvät kuvataide eri muotoineen ja menetelmineen, henkilökohtaiset ja omaan elettyyn elämään kiinnittyvät ympäristöarkkitehtuuriin valokuvat, henkilökohtaiset tarinat, paperiteatterin keinot ja tanssitaide. Sosiokulttuurisen innostamisen sosiaalinen ulottuvuus keskittyy ryhmään ja ryhmän toiminnan edistämiseen, integroitumiseen yhteiskuntaan omalla osallistumisella. Päämäärätietoisella taidetoiminnalla tavoitellaan tässä tutkimus- ja kehitystyössä ihmisen ydintä, persoonaa ja sen kehittymistä, asenteiden muutosta, kriittisen ajattelun kehittymistä, oman vastuun tiedostamista, herkistymistä ja motivaation heräämistä sekä vahvistumista oman aivoterveytensä edistämiseksi. (Kurki 2000, 44, 46–47.) Näin ajatellen aktiivinen osallistuja ja toimija voi toimia myönteisesti ja pyrkiä muuttamaan elämänsä kulkua. Se haastaa siirtymään minäkeskeisyydestä kohti minän ja maailman dialogia. Emansipaation tavoitteena on näin saada mukana olevat ryhmäläiset ottamaan vastuu aivoterveytensä ja muistin toiminnan aktivoimisesta.



5. Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen -tutkimus- ja kehitystyön tehtävät

Helena Malmivirta

Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen -tutkimus- ja kehitystyön tehtävinä ovat

- a. suunnitella ja pilotoida neljä erilaista taiteen ja kulttuurin kehikseen sitoutuvaa palvelumallia praktista ja emansipatorista toimintatutkimuksen strategiaa soveltaen
- b. kuvata, minkälaisia avaimia aivoterveysteen ja muistin toiminnan edistämiseksi Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen -piloteissa on kehitetty.

Seuraavassa kuvataan neljä taustatutkimuksesta kehitettyä *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen* -palvelumallia, niiden toteuttamisen prosessia ja arviointia. Kunkin palvelumallin toteutusta kuvataan tarkemmin seuraavissa pääluvuissa.

Kansalaislähtöisten palvelumallien suunnittelu aloitettiin alkusyksystä 2012 Helena Malmivirran toimesta, jolloin luotiin neljän palvelumallin alustava viitekehys ja käytiin alustavia keskusteluja tulevien yhteistyökumppaneiden kanssa. Yhteistyöneuvotteluja jatkettiin myöhemmin syksyllä, jolloin myös Suvi Kivelä oli mukana. Ensimmäisen pilotoinnin suunnittelusta ja toteuttamisesta sovittiin Turun seudun Muistiyhdistys ry:n Hanne-Maarit Suokaksen sekä Varsinais-Suomen ja Satakunnan Muistiluotsin Minna Rosendahlin kanssa. Toisen pilotin Keltainen tupa ja perunamaa yhteistyöneuvottelut käytiin Salon taidemuseon Laura Luostarisen ja Pirjo Juuselan sekä Salon Taiteilijaseuran kuvataiteilija Satu-Maaria Mäkipuron kanssa. Rahtiteatterin edustajan Tiina Purasen kanssa käytiin neuvottelut kolmannen pilotin toteuttamisesta. Läntisen tanssin aluekeskus ry:n tuottaja Riikka Campomanesin ja tanssitaiteilija Jonna Aaltosen kanssa yhteistyöneuvottelu käytiin neljännen pilotin toteuttamisesta.

Kolmannen sektorin toimijoiden ja taiteilijoiden valinnoissa lähtökohtana oli, että he olivat tehneet aiemmin osallistavaa taide-työtä ikääntyvien tai ikääntyneiden kanssa osana omaa taiteilijan työtään. Muistiyhdistys ja Muistiluotsi tekevät tavoitteidensa mukaisesti muistiin liittyvien asioiden kanssa työtä, ja siten ne olivat hyvin luontevia valintoja yhteistyökumppaneiksi. Salon Taiteilijaseuran kuvataiteilija Satu-Maaria Mäkipuro, nukketheateritaiteilija Tiina Puranen ja tanssitaiteilija Jonna Aaltonen ovat ansiokkaasti tehneet kehitystyötä toimiessaan vanhuspalveluiden alueella. He ovat luoneet menetelmiä ihmisten hyvinvoinnin ja

merkityksellisyden lisäämiseen ja vahvistamiseksi luopumatta silti korkeatasoisen taiteen vaatimuksesta (Varto 2011). He olivat kiinnostuneita kolmasikäisille kohdentuvasta taiteen ja aivoterveiden yhdistävästä tutkimus- ja kehitystyöstä.

Taustatutkimuksen ja yhteissuunnittelun tuloksena Turun seudun TEHU-osiossa tavoitteeksi asetettiin luoda ja pilotoida uudenlaisia kansalaislähtöisiä palvelumalleja. Nämä aivoterveyttä ja muistintoimintaa edistävät palvelumallit ovat valmistuttuaan kolmannen sektorin käytettävissä ja julkisia palveluja täydentämässä. Kehitystoiminta suunnataan 65–75-vuotiaille aivoterveystä ja muistin aktivoimisesta kiinnostuneille. Tutkimus- ja kehitystoiminnan aikana tavoitteena on luoda neljä aivoterveyttä ja muistin toimintaa edistävää palvelumallia julkisen sektorin tarjoamia palveluja täydentämään. Palvelumallien kehitystyötä toteutettiin seuraavilla teemoilla:

1. Mitä haluan elämästäni muistaa?

Tavoitteena on luoda elämän merkittävistä kokemuksista ja muistoista kuvallisia kertomuksia siten, että hyödynnetään asiakkaan omia lapsuuden aikaisia valokuvia, tarinoita ja kuvataiteen keinoja aivoja ja muistin toimintaa aktivoiden.



2. Keltainen tupa ja perunamaa

Tavoitteena on aktivoida aivoja ja muistin toimintaa tutkimalla lapsuuden aikaisia kodin ja ympäristön arkkitehtuuria valokuvien, henkilökohtaisten tarinoiden ja kuvataiteen keinoin.



3. Muistojen näyttämö

Tavoitteena on aktivoida aivoja ja muistin toimintaa omien vanhojen merkittävien valokuvien, lehtien ja muun kuvamateriaalin avulla sekä paperiteatterin keinoin.



4. KehoNero

Tavoitteena on aktivoida aivojen ja muistin toimintaa luovan liikunnan ja luovan itseilmaisun harjoitteita hyödyntäen, liikkuen, tanssien, havainnoiden, kuunnellen, kohdaten ja kannustaen löytämään uutta ja tekemään toisin.







MITÄ HALUAN ELÄMÄSTÄNI MUISTAA?

6. Mitä haluan elämästäni muistaa?

Helena Malmivirta

Ryhmän luotsaajina toimivat Helena Malmivirta, Hanne-Maarit Suokas ja Suvi Kivelä.

Mitä haluan elämästäni muistaa? -pilotissa luodaan elämän merkittävistä kokemuksista kuvallisia, visuaalisia kertomuksia hyödyntäen omia lapsuuden aikaisia valokuvia, tarinoita ja kuvataiteen keinoja. Osallistavassa taidetöinnässä asiakkaan aivoja ja muistin toimintaa aktivoidaan niin, että palataan nykyisyyden hetkestä lapsuuden aikaan ja omiin lapsuuden ajan valokuvien tunnelmaan ja muistoihin hiljaisesti omia muistoja kuunnellen. Muistot jaetaan muiden ryhmäläisten kanssa. Kuvataiteen keinoin tarinat kehkeytyvät näkyviksi sekä itselle että toiselle.

Ensimmäisen palvelumallin nimeksi muotoutui *Mitä haluan elämästäni muistaa?* Tavoitteiden saavuttamiseksi tehtiin yksityiskohtainen pedagoginen suunnitelma, jossa säilytettiin kuitenkin avoimuus ja jatkuvan kehittymisen ja muutoksen mahdollisuus prosessin edetessä ja niin vaatiessa. Ryhmään tulleet jäsenet olivat saaneet tietoa tulevasta ryhmätoiminnasta sekä sanomalehden, Muistiyhdistys ry:n että Kotikunnas ry:n henkilökunnalta. Myös paikalliset Marttayhdistykset ja ystävät toimivat tiedon välittäjinä. Ryhmään tuli 6 aktiivista muistinsa aktivoimisesta kiinnostunutta 65–75-vuotiasta naista, joista yksi joutui jättämään ryhmän henkilökohtaisten syiden vuoksi.

Kahdeksan tapaamiskerran (6.3.–27.4.2013) aikana edettiin pedagogisen suunnitelman mukaisesti. Tarvittaessa pysähdyttiin ja syvennyttiin johonkin aiheeseen tarkemmin ryhmäläisten toimintaa seuraten ja heitä kuunnellen, jotta saavutettiin aito dialogi. Kaikilla kerroilla tavoitteena oli tietoisesti aktivoida aivojen näkö- ja kielellistä aluetta kuvataiteen ja kerronnan keinoin. Jokaisella tapaamiskerralla kerrottiin ja jaettiin kokemuksia viikon aikana tapahtuneesta ja heräävän kevään luontohavainnoista. Viikkopäiväkirjalla pyrittiin aktivoimaan havaitsemista ympärillä olevaan ja tapahtuvaan sekä myös tarkastelemaan pysähtymisen hetkiä. Päiväkirjan avulla harjoiteltiin näkemään ja erottamaan tarkemmin silmän ja aivojen toiminnan aikaansaamasta jatkuvasta havaintovirrasta jokin merkityksellinen. Näin ajatellen silmä tavoittaa jotakin uutta ja merkityksellistä ympärillä olevasta. (Arnheim 1974, 1, 5; Malmivirta 2011, 221.) Havaintojen kirjaaminen päiväkirjaan osoittautui hyväksi menetelmäksi. Menetelmän avulla kerran viikossa tapahtuvien tapaamisten välille muodostui jatkumo, joka lisäsi tarkkaavaisuutta ja havainnointia. Jatkumoa pyrittiin pitämään yllä myös erilaisilla välitehtävillä, kuten omien valokuvien ja itseä kiinnostavien kuvataideteosten etsimisellä. Myös nämä välitehtävät vaikuttivat siihen, että osallistujat kiinnostuivat enemmän taiteesta ja luonnosta.



Kevään odotusta rinnassa, pajunkissojen tuleminen, valoisuuden lisääntyminen, lintujen laulu, jääpuikot, lumen sulaminen, ensimmäiset leskenlehdet, pilke silmäkulmassa ja herääminen talviunesta. (Osallistuja 3)

Istuin kalliolle, nautin auringosta. otin D:tä. Iltaisin mustarastaat viheltevät, niillä on kevätsezonki. Luonto käy nyt täysillä kierroksilla. (Osallistuja 1)

6.1. Taiteen kokijana, näkijänä ja tekijänä

Jokaisen tapaamiskerran alussa tarkasteltiin jotakin kuvataiteen teosta, jotta kiinnostus taidetta kohtaan heräisi. Taideteoksen vastaanottamiselle ja sen kokemiselle järjestettiin tietoisesti tilaa. Ryhmäläisillä oli mahdollisuus luoda oma kokemuksensa taiteesta tarkastellessaan taideteosta. Ensimmäisten kertojen taideteosten valinta tapahtui Zekin *Inner Vision An Exploration of Art and the Brain* -teoksen (1999) innoittamana hollantilaisen kuvataiteilijan Jan Vermeerin (1632–1675) kuvataiteen teoksiin, joita Zeki oli tutkinut aivojen näköalueen ja kuvataiteen välisestä yhteydestä. Zeki (1999, 1–2) mukaan kaikki visuaalinen taide on aivojen toiminnan tuotosta, ja esteettisen teorian tulisi pohjautua aivojen kognitiivisten prosessien tapahtumiin. Zeki on kiinnostunut esteettisen havaitsemisen biologisista tapahtumista ja puhuu tässä yhteydessä neuroestetiikan käsitteestä. (ks. Malmivirta 2013.) Aktiivinen tarkkailija kirjoitti päiväkirjaansa seuraavalla tavalla:

Katseltiin taas taideteoksia. Tällä kertaa tutustuttiin hollantilaisen, oliko se Vermeer, taiteilijan maalaukseen "Soittotunti", jossa erikoista oli se, että matto oli nostettu pöydän päälle ikään kuin pöytäliinaksi. Maalaus oli erittäin tarkkaa työtä. Kuvassa tyttö seisoj selin, mutta näkyi peilistä rintakuvana. Opettaja seisoj soittopelin 1600 – luvun "pianon" sivulla. Sello lojui lattialla. tunnelma oli virallisen järjestäytyneen oloinen. (Osallistuja 1)

Näemme, jotta saisimme tietoa maailmasta. Näkeminen on maailman hahmottamista värien, muotojen, pintojen ja struktuurien avulla. Se ei kuitenkaan ole ainoa tapa hankkia tietoa ympärillä olevasta maailmasta. Näemme ympärillä olevaa maailmaa jatkuvassa muuttuvassa havaintojen virrassa; eri suunnista ja etäisyyksistä eri olosuhteissa, kun valot ja varjot muuttavat kokonaisuutta. Näkeminen on näin aktiivinen prosessi, jossa jonkin kokonaisuuden hahmottamisessa tapahtuu yksityiskohtien havaitsemista ja epäoleellisen hylkäämistä oleellisesta. Visuaalisen tarkastelun kohteena olevaa verrataan menneisyyden muistin varastossa oleviin havaintoihin, ja havaittua jäsennetään jo olemassa olevan tiedon avulla. (Zeki 1999, 5–6.) Zeki viittaakin kuuluisan kuvataiteilijan Henri Matisseen (1972), jonka mukaan näkeminen on "luova prosessi, jossa katsojalta vaaditaan aktiivisia pyrkimyksiä".

Kuvataiteessa teos on näin ajatellen taiteilijan näköaivojen moninaisen toiminnan tulos, jonka katsoja puolestaan rakentaa lopulliseen muotoonsa havainnoillaan sen väreistä, muodosta ja rytmistä. Kuvataiteen vastaanottamisen ja



kokemisen alku on aina tuntematon ennen kuin muisti liittyy sen johonkin aiempaan kokemukseen. Kun taideteosta tai kuvaa hahmotetaan, aivojen muistivara-
rastot ovat aktiivisesti liikkeessä. Tässä havaitsemisen, hahmottamisen ja luomisen tapahtumassa esiintyy myös suhteita, jotka liittyvät taitelijan kokemusmaailmaan. Myös katsojan täytyy järjestää kokonaisuudesta osatekijät järjestykseen samalla tavalla kuin taitelija on tehnyt teosta maalatessaan. Jos katsoja ei luo teosta uudelleen, hän ei havaitse sitä taideteoksena. Taitelija on teosta luodessaan ja maalatessaan valikoinut väreit ja yksinkertaistanut muotoja, selkeyttänyt kokonaisuutta sekä karsinut ja tiivistänyt kokemustaan oman mielensä mukaisesti. Katsoja käy samat toimenpiteet ja vaiheet läpi mieltymystensä ja kokemustensa saattamana omasta näkökulmastaan. Sekä teoksen tehnyt taitelija että sen vastaanottaja pyrkivät merkitysten paikantamiseen ja ymmärtämiseen. Teosten äärelle on siis syytä pysähtyä ja antaa aivoille tehtäviä: katsoa, hahmottaa ja nähdä. (Zeki 1999; Dewey 1934/1980; 2010; Malmivirta 2011; 2013.)

Sosiokulttuurisessa oppimiskäsityksessä (Säljö 2004, 18–19; ks. Vygotsky 1934/1986) välineellä ja työkalulla tarkoitetaan sekä kielellisiä että fyysisiä keinoja, joiden avulla ymmärrämme ympäristöämme ja toimintaamme ympäristössä.







Uuden oppiminen on puolestaan sidoksissa siihen kontekstiin, jossa tietoa opitaan ja käytetään. *Mitä haluan elämästäni muistaa?* -ryhmäläiset opastettiin seuraavaksi maalaus pohjien, akryylivärien ja siveltimien maailmaan. Tehtävänä oli tuoda hiljaisena tietona olevia lapsuuden merkittävimpiä muistoja väreillä ilmaistavaksi, eksplikoitua tiedoksi, näkyväksi itselle ja toiselle. Tavoitteena oli myös tutustuttaa värien kiehtovaan maailmaan, kokeilemaan ja sekoittelemaan värejä, löytämään uusia sävyjä perusvärejä yhdistämällä ja sävyttämällä uudelleen. Ryhmäläiset innostuivat tutkimaan värejä, he kokeilivat, havainnoivat ja värien loputtua aloittivat uudelleen värikokeilunsa. Tila toimi hetkellisesti värilaboratoriona. Tietoa rakennettiin näiden keinojen, välineiden ja työkalujen avulla. Sekoitettiin värejä sopivan värin löytämiseksi. Kokeiltiin värejä maalaamalla ensin paperille ja lopulta kankaaseen maalaus pohjaan. Alussa väriä käytettiin hieman ohuesti, mutta jo seuraavalla kerralla väri alkoi toista maalaus pohjaa maalatessa liukua maalaus pohjalla runsaamman värin ja siveltimen tuttuuden seurauksesta.

VALOKUVAT OMAELÄMÄKERRALLISEN MUISTIN HERÄTTÄJINÄ

Visuaalisten kertomusten seuraavassa vaiheessa tavoitteena oli kuljettaa ajatuksia lapsuuden tapahtumiin henkilökohtaisten lapsuuden aikaisten valokuvien avulla. Ryhmäläisiä pyydettiin tuomaan lapsuuden ajan merkittäviä valokuvia mukanaan seuraaville kerroille. Jokaisen osallistujan merkitykselliset valokuvat kopioitiin ja suurennettiin toiveiden mukaisesti seuraavaa visuaalisen kertomuksen vaihetta varten. Valokuvien etsinnällä pyrittiin edistämään aktiivista havaitsemisen prosessia ja aktivoimaan muistia myös viikoittaisten ryhmätapaamisten välillä. Visuaalisessa kertomuksessa kuvallinen ja kielellinen ilmaisu näyttäytyvät toisilleen rinnakkaisina ja toisiaan tukevinä tarinan kerronnan muotoina. Juonellista kulkua ei välttämättä tarvita visuaalisten kertomusten metaforamaisessa ilmaisussa, sillä visuaalinen kertomus toimii kokonaisuutena yhtenä tarinan muotona. Tarinoinnissa etsitään jotakin sellaista, joka ei ole vielä olemassa ja mitä ei vielä tunneta taidetoiminnan alkuvaiheessa. Kuvallisen tarinan ja kerronnan avulla tehdään näkyväksi asioita ja tapahtumia, jotka ovat piilossa, piiloutuneita ja vailla näkyvää muotoa (Sava 2004, 32). Valokuva itsessään ja sen käsittely luovat silttaa itseän ja omaan henkilöhistoriaan. Samalla valokuvalla on kiinteä yhteys todellisuuteen sen esittävyiden perusteella. (Bardy & Känkänen 2005, 83; Malmivirta 2011, 179.)

Omaelämäkerrallinen muisti on muistissa olevaa menneisyyden tapahtumaa, joka ovat sidoksissa aikaan ja paikkaan. Henkilökohtaisella menneisyyden muistamisella sanotaan olevan suuri merkitys itselle. (Sandström 2010, 114–115.) Elämäkerrallisessa työskentelyssä henkilökohtaisilla valokuvilla on kahdenlainen rooli: niitä voidaan katsoa oman elämän ja itsen todistusaineistona, peleinä elettyyn elämään ja myös toisenlaisen todellisuuden mahdollisuuksina. Mentaalissa aikamatkailussa tapahtumiin liittyvät aistitut yksityiskohdat ja tunteet ovat merkityksellisiä. Henkilökohtaiset lapsuuden ajan valokuvat saavat henkilökohtaiset muistiin painuneet tarinat ja tapahtumat liikkeelle, jolloin kuvan ja muistamisen välinen sidos on vahva. Kuviin ja niihin liittyviin kertomuksiin kiteytyvät yksilön itselleen antamien merkitysten lisäksi eletty aika, paikka ja kulttuuri, joka on ominaista yksityisille kokemuksille.

Ryhmäläisten kuvat olivat hyvin pieniä, joten niistä oli haasteellista erottaa yksityiskohtia. Kun kuvia suurennettiin, niiden monitasoisuus ja yksityiskohdat hahmottuivat tarkemmin. Kuvan hiljaiseen ja moninaiseen kehystettyyn tarinaan on vangittu tarina, joka on sidoksissa omistajansa menneisyyteen ja nykyisyyteen, mikä saa aikaan katsojassaan merkitysten myrskyn. Valokuvien tarkastelu sai





aikaan valokuviiin kätettyjen tarinoiden jakamisen, jolloin historiasta löytyi myös yhteisiä samantapaisia, vaikeitakin kokemuksia, kuten sota-ajan kokemuksia kodin menettämisestä ja uuteen paikkaan kiinnittymisen vaikeuksista. Valokuvaa katsoessa siinä olevat yksittäiset kuvat tuovat mieleen palasia ja muistoja, jotka laittavat liikkeelle katsojassa sellaisiakin muistikuvia, jotka eivät näy valokuvassa. (Mäkiranta 2008, 25; Salo 2009, 23; Malmivirta 2011, 180–181.)

Valokuvien tarkastelemisella on yhteneväisyyksiä valokuvaterapiaan ja sen menetelmiin, joissa keskeisinä teemoina ovat näköaisti, visuaalisuus, muisti, tunteet ja kokemukset (Halkola 2009, 50). Valokuvaa on kutsuttu aikanaan (Salo 2009, 23) peiliksi, jolla on muisti. Valokuvalla on kyky säilyttää kuvajainen, joka on katsomisen hetkeen asti ollut piilossa tekijöidensä käsistä haihtumalla tai mustumalla umpeen. Valokuvissa on rakentunut sekä historiallinen että yksilöllinen muistin paikka. Yksittäiset valokuvat tuovat mieleen palasia ja muistoja, jotka kirvoittavat katsojassa sellaisiakin muistikuvia, joita ei selkeästi näy valokuvissa. Valokuvien ja niiden käsittelyn voi ankkuroida omaan itseen ja omaan elämänselämään (Bardy & Känkänen 2005, 83). Valokuvien toiminnallisuutta voidaan määritellä sen aiheuttaman tunteen mukaan studium- ja punctum-kuviksi (Halkola 2009, 56). Studium-kuvat ovat luonteeltaan tavallisia kuvia, jotka ovat yleisluonteisia ja katsojalle vähemmän merkityksellisiä. Punctum-kuviin katsojalla on jokin henkilökohtainen suhde, ja valokuvissa nousee esille jokin yksityiskohta tai tekijä, joka iskee kokijaansa kuin nuoli. Valokuvien avulla on mahdollista päästä tunneyhteyteen oman elämän merkityksellisiin tapahtumiin. (Halkola 2009, 56; Barthes 1984; Malmivirta 2011, 182.) Valokuvien tarkastelua ja syvälukemista tapahtui ryhmäläisellä koko ajan, ja prosessia pyrittiin vahvistamaan siten, että tärkeitä yksityiskohtia nostettiin esille pastelliliituvärien avulla. Muistiin palautui vaatteiden yksityiskohtia ja värejä, rakennusten ja luonnon muotoja sekä merkityksellisten läheisten ihmisten kasvopiirteitä.





Visuaalisten kertomusten työstämisen seuraavassa vaiheessa aloitettiin valittujen kuvien sommittelu maalatulle kangaspohjalle decoupage-tekniikalla. Pastelliliiduilla korostetut valokuvat löysivät paikkansa väripohjalla, ja samalla kuviin kätkeytyt tarinat alkoivat purkautua näkyviksi itselle ja toisille. Kuva ja kieli yhdistyivät niin, että lapsuuden muistoista rakentui visuaalinen kertomus. Taiteen keinoin näkyväksi saattaminen, visuaaliseksi tehty elämäntarina heijastuu itselle takaisin katsottavaksi. Siinä taidetoimija tekee itsestään jäljen maailmaan, koee itsensä katsomalla tekemäänsä jälkeä ja vertaa sitä jälleen itseensä. Hän hahmottaa itseään ulkoapäin; hän pysähtyy kunkin tarinan ja kertojan äärelle. Maalaukseltaan kuvaankin muistin taiteeksi. Kuvan tekeminen antaa aikaa ajatella ja palata ajassa taaksepäin menneisyyteen ajan kanssa.



Taide liikuttaa mieltä ja saa mielen kerrokset liikkeelle, jolloin sekä psyykkisen että henkisen tason kokemusvarastot ovat liikkeessä. Psykeen tason kokemukset siirtyvät henkiselle tasolle (Rauhala 2007). *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen* -tutkimus- ja kehitystyön tavoitteiden mukaisesti muistin toiminnan aktivoituminen tapahtuu *Mitä haluan elämästäni muistaa?* -pilotissa juuri lapsuuden aikaisten kuvien tuomilla muistoilla, kun niitä käsitellään kuvataiteen keinoin. Visuaalisen kertomuksen tekemisessä tapahtuu jatkuvasti henkilökohtaista valintojen tekemistä, päättelyä, kuvien sommittelua, värien valintaa, rajauksia, menetelmien oppimista ja eteen tulevien ongelmien ratkaisemista. Visuaalisessa työskentelyssä käsitellään asioita ja tunteita. Visuaalisessa työskentelyssä tunnemme, katsoessamme näemme ja kuunnellessamme kuulemme. Käsi liikuttaa sivellintä. Silmä seuraa ja havainnoi käden liikkeitä ja liikkeiden tuomaa kuvallista jälkeä. (Dewey 2010, 67.) Maalaus- ja piirustusmateriaalit tekevät elämässä koettua näkyväksi ja saattavat siten mahdollistaa pääsyn kadonneeseen hetkeen. Taidetyöskentely synnyttää itsessään aikaa ja tilaa, jolloin läsnäolon avulla on mahdollisuus kohtaamiseen ja uuden löytämiseen. Taidetoiminta sai aikaan kokemuksen etäisyydestä, välistä, tilasta, sillasta ja kuilustakin sekä jostakin, jossa oli aikaa viivähtää. Omien lapsuuden ajan valokuvien tarkastelemisella ja kuvataiteen menetelmillä ja välineillä luotiin siltia menneisyyden merkitykselliseen hetkeen, jolloin menneisyyden kokemukset hahmottuivat selkeämmin. (Varto 2001, 69; Malmivirta 2011, 190.)



TAIDENÄYTTELYSSÄ

Prosessin puolivälissä osallistujat vierailivat taidemuseossa, jolloin he jo tunsivat toisiaan ja heillä oli takanaan omia kokemuksia taiteen tekemisestä. Tuula Lehtisen monipuolinen ja monia taiteen tekniikoita yhdistävä näyttely ”Kauneudesta” oli houkutteleva ja ryhmää kiinnostava sekä ryhmän aiheeseen sopiva. Wäino Aaltosen taidemuseo toimi intiiminä taiteen kohtaamisen paikkana.

Finlandia -teokset upeita, yhdistetty valokuvia, maalauksia ja oleskelulupia Venäjälle. Paljon värejä ja kukkia. Ihana katsella ja nauttia kauneudesta... Tuli todella nautittua intohimolla ja aistia ilmapiiriin, joka jäi seesteiksi. Rauhoittava tunnelma jäi minulle vielä koko päiväksi. Näyttelyn sanoma oli todella osuva. (Osallistuja 3)

Ryhmäläiset kokivat taidenäyttelyn kiinnostavana, koska myös Lehtinen oli työstänyt omaa historiaansa taiteen keinoin. Ryhmäläiset pysähtyivät kuvataiteen teosten äärelle, rakensivat teosta mielessään, hahmottivat siitä rytmejä ja värejä sekä sen sisältämää tarinaa. He siirtyivät lähelle ja kauas, tarkensivat ja etäännyttivät katsettaan. Oman taidetekemisen ja -kokemuksen siivittämänä he osasivat myös tarkastella Lehtisen käyttämiä menetelmiä. He myös keskustelivat toistensa kanssa teoksista ja viipyivät niiden äärellä ikään kuin kuunnellessa niissä olevia tarinoita. Ryhmäläisten kertoman mukaan taidenäyttely avautui heille monitasoisemmin, koska heillä oli omakohtaista kokemusta taiteen tekemisestä. Kun osallistujat palasivat aiempaan taiteen kokemiseen, myös näyttelyn teosten kokemisessa ja vastaanottamisessa tapahtui teosten uudelleen luomista siten, että teokset refleктоituivat omaan kokemusmaailmaan. Taide ei näyttelyn ja sen tuomien kokemusten myötä sulkeutunut omaan maailmaansa. Ryhmäläiset pysähtyivät teosten äärelle tarkastelemaan teoksissa olevaa viestiä, teoksissa olevaa rytmiä, viivoja, värejä ja muotoja. Ryhmäläiset tavoittivat jotakin merkityksellistä esillä olevista teoksista, koska he olivat perehtyneet hyvin samanlaisiin taiteen tekemisen tapoihin kuin mitä Tuula Lehtinen oli teoksissaan käyttänyt. Lisäksi teokset olivat elämäkerrallisia samalla tavalla kuin heidän omat teoksensa olivat. Ryhmäläisten aiemmat kokemukset taiteen tekemisestä saivat aikaan aktiivista teoksiin perehtymistä. Dewey (2010,







30) selittää tätä aktiivisen vuorovaikutuksen tapahtumaa "idullaan olevaksi taiteeksi". Parhaimmillaan tämä taiteen tekemisen prosessi tarkoittaa täydellistä minän, maailman objektien ja tapahtumien tunkeutumista toinen toisiinsa. Osallistujat tavoittivat Deweyn kuvaaman ihastuttavan havaitsemisen tavan, esteettisen kokemuksen. Näkeminen ja havaitseminen ovat näin enemmän kuin vain asioiden tunnistamista.

Visuaalista kertomusta jatkettiin alussa maalatulla toisella kangaspohjalla. Henkilökohtaisista valokuvista valittiin yksi itselle merkittävä kuva, joka suurennettiin A4-kokoiseksi, ja kopiosta otettiin kalvokopio. Tämä taide-toiminnan menetelmä toi jälleen näkyväksi valokuvien kätköissä olevia itselle merkittäviä asioita. Kalvokopion liittäminen maalattuun pohjaan etäännytti ja toi uudelleen lähelle kuvassa olevan. Tarkan tutkimisen ja havainnoinnin jälkeen tapahtui hiljentymisen:

... ai, tuoltako minä näytinkin, en ole koskaan oikein nähnyt itseäni kuvista, minkä näköinen olen. Ja tuossa, tuolta se äiti näytti. Niin pilvessähän se äiti onkin..Niin tai pilven reunalla (Osallistuja 5).

No, siit näyttelyst. Se Tuula Lehtisen. Joo. Siel... Hänhä oli käyttäny tomosii jottai pitsei ja... Ni mä siit niinku hoksasin ton, et et mä otan mukaan. (Osallistuja 4).

Visuaalisten kertomusten alkuvaiheessa kangaspohjia maalatessa maalilautasille jäi aina värejä, joita ei voinut enää laittaa väripul-loihin takaisin. Säästimme kaikki paperilautaset, joille oli kertynyt paksusti kolmiulotteisia monivärisiä värikerroksia. Tapaamisker-tojen loppuvaiheessa tehtävänä oli löytää itselle mieluisia kohtia näistä värikylläisistä kolmiulotteisista väripinnoista. Tä-män pienen harjoituksen tavoitteena oli tietoisesti tarkentaa katse pieniin yksityiskohtiin, tehdä valintoja ja päätöksiä, mikä olisi se omin neliö talteen otettavaksi. Neliö leikattiin lautasesta ja siihen kiinnitettiin lyöntimetallia esteettisen kokemuksen rikastamiseksi. Valmis neliö kiinnitettiin paksul-le akvarellipaperille, jolloin siitä kehkeytyi miniatyyritaulu. Yllättäen tästä pienestä taiteen tekemisen harjoituksesta tulikin merkittävä. Jäljelle jääneet lautasten reunat ja lyön-timetallit lähtivät mukaan ja jalostuivat uudelleen kotona korteiksi ystävälle lähetettäväksi. Pieni on kaunista.



SOSIOKULTTUURINEN OSALLISTAVA TOIMINTA

Tekemisen prosessi oli hyvin intensiivinen jokaisella tapaamiskerralla, ja jokainen keskittyi omaan teokseensa. Jokaisen kerran alussa katsotut kuvataiteen teokset toimivat rytmittävinä ja keskustelun avauksina. Taidetoiminnan prosessin aikana ryhmäläiset piipahtelivat toistensa teosten äärelle, jolloin tapahtui hyvin luontevasti kokemuksita kertomista. Kokemuksia jaettiin taiteen tekemisestä ja sen haasteista ja lapsuuteen liittyvistä kokemuksista. Sosiokulttuurisessa oppimisen käytännöissä oppiminen tapahtuu juuri ihmisten välisessä toiminnassa, jossa korostuu dialogin ja yhteisen tiedonrakentamisen merkitys. Dialoginen suhde on mahdollinen vain, jos ylitämme yksilöllisyytemme, suuntaudumme toisiamme kohti ja annamme toisen tuoda itseään esille sellaisena kuin hän on. Taidetoiminnan aikana ryhmäläiset piipahtelivat toistensa teosten äärellä. Kokemuksia vaihdettiin sekä menetelmistä että esiin tulleista muistoista. Kokemusten reflektoidessa ja uusien oivallusten rakentumisessa kehkeytyi yhteinen alue, välitila, joka oli kummankin kohtaavan yhteinen aikaansaannos. (Buber 1962; Värri 2004; Malmivirta 2011, 273.) Kohtaamisessa koettu molemminpuolisuus mahdollisti yhdessä koetun tapahtuman elämisen myös toisen osapuolen näkökulmasta. Dialogisuuden minän ja sinän välitön molemminpuolisuus toteutuu vain, jos pidättäydymme käyttämästä toista ihmistä keinona tai välineenä omiin päämääriimme. Sosiokulttuurisessa oppimiskäytännössä korostuu myös ajattelun kollektiivinen prosessi, joka tapahtuu ihmisten välillä ja heidän sisällään (Säljö 2004, 108). Vuoropuhelua ja keskustelua pitää koossa se, että välitämme ja vastaanotamme merkityksiä tiettyjen pelisääntöjen mukaan ja ajattelemme yhdessä ääneen.

Osallistavan taidetoiminnan viimeisellä kerralla ennen yhteistä juhlaa ja näyttelyä käytiin keskustelua jokaisen osallistujan taiteeteoksista, niiden syntyprosessista ja esille tuomista asioista. Jokaisella oli mahdollisuus kertoa haluamansa asiat. Ryhmälle tuntui olevan erityisen merkityksellistä yhteisen jakamisen vaihe, kaikkien visuaalisten kertomusten yhtäaikainen tarkasteleminen. Keskustelussa päästiin lähelle elettyä elämää, elämän merkityksellisiin tapahtumiin ja tunteisiin. Sava (2007, 108–109) vertaakin taidetta uneen, jossa voi muuntaa torjutut ja arkaaiset tunteet ja ajatukset aistittavaan, näkyvään muotoon kuviksi, joita on turvallista tarkastella. Bardyn ja Känkäsen (2005, 42–43; Malmivirta 2011, 205) mukaan ”elettyä elämää lähelle ei pääse vain tiedolla”, vaan tarvitaan tarinoiden virta. Kanssakäymisestä tulee merkityksellistä silloin, kun ulotutaan siihen, mitä mielessä liikkuu.

Taidetoiminnassa rakentuneet omaan lapsuuden maailmaan ankkuroituneet visuaaliset kertomukset (Malmivirta 2011, 210) ovat mahdollistaneet osallistujille matkan lapsuuteen. Taidetekeminen on avannut oven menneisyyteen. Prosessin aikana pyrittiin luomaan taidetekemiselle rauhallinen tilasekä antamaan hyvät välineet ja materiaalit taiteen tekemiselle. Ryhmäläiset sitoutuivat työhön sisäisestä kiinnostuksestaan, mikä toi oman rauhansa työskentelyyn. Taidetekemiseen keskittyminen ja palaaminen menneisyyden hetkiin loivat yhteiseen tilaan rauhallisen ja hiljaisen olemisen tilan. Kun muistot visualisoituivat, pääsy kadonneisiin hetkiin tapahtui hetkessä.

Omaelämäkerrallisessa työskentelyssä aihetta merkityksellisempää sanotaankin olevan itse tekemisen tilanne, taidetekemisen prosessi. Rauhallisten työskentelyolosuhteiden luominen, kiireettömyyden tuntu ja aika ovat hyvien materiaalien ja







Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?

Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?

Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?

Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?

Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?

Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?

Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?

Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?

Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?

Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?
Mikä on pöytä (table)?

välineiden lisäksi edellytyksiä kuvien ja tarinoiden syntymiselle (ks. Vesanen-Laukkanen 2004, 64–65; Malmivirta 2011, 193). Oman elämän kuvien tekeminen on prosessi, jossa tehdyillä kuvilla on vaikutusta uusien kuvien syntyyn. Kuvat synnyttävät tarinoita ja uudet tarinat puolestaan uusia kuvia. Sosiokulttuurisen ajattelun mukaisesti jakamisen vaiheessa korostettiin ajattelun kollektiivista prosessia, joka tapahtui ihmisten välillä ja heidän sisällään. Vuoropuhelua ja keskustelua piti koossa se, että merkityksiä välitettiin ja vastaanotettiin tiettyjen pelisääntöjen mukaan, arvostamalla toisen kertomusta kuuntelemalla sitä keskittyneesti.

Yhteisessä visuaalisten kertomusten jakamisen vaiheessa ryhmän jäsenet oppivat toisiltaan, kun toista kuunnellaan aidosti ja keskustelu on dialogista. (Vygotsky 1978; Säljö 2004; Malmivirta 2011, 267.) Varto (2007, 63) sanoo taideteoksien olevan tärkeitä dialogisuudessa. *Mitä haluan elämästäni muistaa?* -pilotissa visuaalisen kertomuksen tekijät ilmaisevat itsestään ja omasta lapsuuden aikaisesta maailmastaan jotakin toiselle nähtäväksi ja itselleen katsottavaksi. Teokset ovat täynnä merkityksiä, jotka ovat lähtöisin tekijän omasta kokemusmaailmasta. Rakentuneissa teoksissa on siten aina läsnä joitain samoja piirteitä, jotka ovat teoksen vastaanottajankin ymmärrettävissä. Toinen ihminen saavuttaa teoksen avulla jonkin yhteisen maailman olemassaolon. Näyttäisi siltä, että yhteisiä piirteitä ja muistin paikkoja löytyi mm. siinä, että ryhmäläiset olivat eläneet lapsuuttaan lähes samojen vuosien aikoina.

Visuaalisten kertomusten jakamisen vaiheessa teoksista syntyi paljon kerrottavaa ja jaettavaa. Kaikilla oli takanaan sama prosessi ja myös siihen liittyvät kokemukset. Prosessin aikana ilmassa oli runsaasti muistista heränneitä hetkiä, joita kerrottiin, ja toiveena oli, että kertomuksella olisi kuulija. Ohjaajat olisivat halunneet vangita jokaisen kertomuksen, ja osa niistä saatiin nauhoitettua, kun taas osa oli läsnä vain siinä kertomisen hetkellä. Merkityksellistä aivojen ja muistin toiminnan aktivoitumisen näkökulmasta on se, että jokainen osallistavassa taidetoiminnassa mukana ollut on saanut mahdollisuuden kertoa itselle merkityksellisistä asioista toiselle. Omaa elämäntulkua muisteltiin yhdessä prosessin aikana, jolloin hiljaisena piilossa olleet lapsuuden tarinat tulivat kuulluksi ja nähdyksi kertomalla ja visualisoimalla taiteen keinoin. Omaa elämää sanoittamalla välitetään samanaikaisesti sanallisia ja sanattomia viestejä. tarinat tarvitsevat kuulijansa, ja samaistumalla toisen tarinaan myös vuorovaikutuksesta tulee merkityksellistä. Aktiivisella tarinan kuuntelemisella ja läsnäololla on myönteistä merkitystä aivojen toimintaan visuaalisen hahmottamisen, visuaalisen ajattelun ja reflektiivisen ajattelun lisäksi. (Siegel 1999; Madore 2010; Malmivirta 2013.)

AIVOJEN JA MUISTIN TOIMINNAN AKTIVOIMINEN

Palvelumallien suunnittelussa varattiin luentoaika Varsinais-Suomen Muistiyhdistys ry:n toimintaterapeutti Hanne-Maarit Suokalle. Ryhmätapaamisten puolesta välissä luennoitiin aivojen ja muistitoiminnan aktivoimisen tärkeydestä sekä yleisesti aivojen toiminnasta. Hanne-Maarit Suokaksen mukaan perinteiset aivoterveyslunnot eivät sovi tämän tyyppiseen intensiivi-

seen toimintaan. Aivoterveiden teemojen tuominen täytyy sulauttaa taiteen teemaan, jolloin kokonaisuus säilyy eheänä. Aivoterveydestä puhumiseen liittyy aina riski syyllistämisen ja saarnaamisen tunteesta. Tässä yhteydessä aivojen aktivoiminnan merkitystä on hyvä korostaa. Aivoterveyteen ja muistiin liittyvän yleisen puheen aikana tuli esille, että osallistujat kokivat jo ryhmätoiminnan puolivälissä muistinsa parantuneen. Osallistujat kokivat virkistyneensä ja kertoivat, etteivät ole unohtelleet niin paljoa viime aikoina. Tässä vaiheessa kukaan ei tuonut esiin esimerkiksi läheistensä muistisairauksia. Ryhmän puolivälin jälkeen puheessa ei enää ilmennyt muistiin liittyvää huolta. Ainoastaan yksi osallistuja kertoi viimeisillä kerroilla huolestaan, joka liittyi suvussa esiintyvään muistisairauteen.

Hanne-Maarit totesi taiteen katsominen ja niistä keskustelemisen työllistävän aivoja. Tutkimusten mukaan (ks. Hyyppä 2005) aivojen verenkierto lisääntyy 10 prosenttia tietynlaista taidetta katsoessa. Silmän liikkeiden ja taiteen katsomisen vaikutusten lisäksi seuraavalla ryhmäkerralla tapahtuva mieleen palauttaminen aktivoi muistin toimintaa. Aivojen aktivoiminnan voidaan ajatella alkavan jo siitä hetkestä, kun ryhmäläiset suunnittelevat lähtöä ryhmään ja orientoituvat tulevaan. Jokainen ryhmän vaihe aktivoi aivoja. Ryhmän työskentelytapa oli hyvin intensiivinen. Ryhmäläiset keskittyivät ohjeiden kuunteluun, visuaaliseen hahmottamiseen, tekniseen suorittamiseen ja muisteluun hyvin intensiivisesti kahden tunnin ajan. Ryhmäläiset kokivat nämä kohdennetut esitelmät tärkeinä.

Oikein mielenkiintoinen aihe ja siitäkin syystä, että vielä on toivoa kehittää aivotoimintaansa eri tavoin. Tanssi, liikunta, taide ja yleensä olla kiinnostunut eri asioista eikä jäädä vain jäädä kotiin dementoitumaan ja antamaan periksi. (Osallistuja 3)

6.2. Mitä haluan elämästäni muistaa? – kokemuksesta tietoon

HAASTATTELUAINEISTON KÄSITTELY

Narratiivisen aineiston kanssa työskentelemisessä tarvitaan kolmenlaista dialogia (Kujala 2007, 27; Malmivirta 2011, 160): kertojan ääneen kuuntelemista, sen teorian kuuntelemista, joka tuo sisältöä ja työkaluja tulkintaan, sekä reflektiivistä ajattelua litteroidun haastatteluaineiston lukemisen aikana, jonka perustalta rakennetaan johtopäätöksiä haastateltavien kertomuksista. Tässä tutkimus- ja kehitystyössä oleellista oli saada selville, mikä taidetoiminnassa on juuri se merkityksellinen asia, joka saa aikaan muistin toiminnan ja kognitiivisten kykyjen aktivoitumisen.

Haastattelujen luennan alkuvaiheessa sovellettiin kategorista sisällöllistä lähestymistapaa narratiivisessa analyysissä. Tällöin haastatteluissa muodostuneet kertomukset palasteltiin ja niiden sisältämät ilmaisut tai sanat, jotka on luokiteltu tiettyihin ka-

tegorioihin, kerätään kaikesta haastatteluaineistosta. Haastattelukertomuksista on luettavissa *Mitä haluan elämästäni muistaa?* -pilotin prosessin kulku ja siinä tapahtuneet yksittäiset kullekin mukana olleelle merkitykselliset asiat. Prosessin vaiheiden kerronnassa on luettavissa tälle tutkimus- ja kehitystyölle sopivat pääluokat; ne esiintyvät haastattelujen kertomuksissa tiheästi. (Ks. Lieblich ym. 1998, 12; Malmivirta 2011, 161.)

Haastattelujen luentaa jatketaan, jolloin saadaan selville pääkategorioiden alla olevat alakategoriat. Tavoitteena on säilyttää haastatteluissa oleva kerronnan rikkaus ja kuitenkin järjestää sitä sopivasti alakategorioihin. Kategorisoinnin edetessä jokaista kategorisoitua sisältöä voidaan käyttää kuvailussa, kun muodostetaan yleisempää kuvaa siitä, mitkä asiat ja tapahtumat ovat olleet merkityksellisiä *Mitä haluan elämästäni muistaa?* -taideprosessien aikana. Tämän vaiheen selkeydyttyä, palattiin aiheeseen liittyvään kirjallisuuteen. Kirjallisuuden tuoman lisäymmärryksen ja jäsenyyksen jälkeen on mahdollista vastata tutkimus- ja kehitystoiminnan toiseen tehtävään, minkälaisia avaimia aivoterveysten taiteesta ja kulttuurista on löydettävissä näissä toimintaa osallistuneiden kerronnassa ja siitä tehdyssä analyysissä.

Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysten -osahankkeen kansalaislähtöisten kaikkien palvelumallien taidetoiminnan suunnittelussa otettiin huomioon taidetoiminnan kiinnittyminen metodisesti hallitun älyllisen taidetoiminnan säätelyyn. Jotta taidetoiminta mahdollistaisi elinikäisen oppimisen ja muutosta ajattelutavoissa, siihen tuli sisältyä kokemus ja älyllisyys. Taidetoiminnan suunnittelussa huomioitiin, että toiminta olisi osallistavaa, kokemuksia rikastavaa ja reflektiivistä ajattelua rakentavaa. Näin pyrittiin tietoisesti vaikuttamaan aivojen ja muistin toiminnan aktivoimiseen. Jotta taidetekeminen ei jäisi aistivaikutelmien keräymäksi, vaan sillä olisi merkitystä ajatteluun, tekemisen tuli olla aktiivista ja osallistavaa. Kaikkien palvelumallien nimillä oli merkitystä taidetoiminnan sisällön suunnittelussa ja itse aktiivisessa toiminnassa. *Mitä haluan elämästäni muistaa?* -palvelumallin nimellä haluttiin tuoda näkyväksi taidetoiminnan kiinnittyminen henkilökohtaisesti omaan elämään, ja samalla aihe kiinnitettiin omiin muistoihin ja muistissa olevan näkyväksi saattamiseen. Näin jokaisen osallistujan henkilöhistorian aikana kertyneet kokemukset ovat taidetoiminnan alkuna ja tiedonlähteenä.

Deweyläinen kokemuksellinen oppiminen painottaa toimijan (oppijan) oman näkökulman laajentamista muiden näkökulmia hyödyntäen. Toiselle ei voi ojentaa tietoa totena, vaan kommunikaation tehtävänä on aktivoida toista henkilöä löytämään, oivaltamaan ja ymmärtämään itse uusi idea. Tavoitteena ei ole pelkästään jakaa toisen löytämiä ideoita. Idea on näin aina jotakin työstämistä vaativaa. Se on haaste, joka odottaa vastaustaan ja kamppailua esiin tullakseen. Opettajan ja ohjaajan tehtävänä on tarjota sellaiset olosuhteet, jossa tätä kamppailua voi turvallisesti tapahtua, ja toimija voi saada ohjausta ja opastusta tarvittaessa. Uuden oivaltaminen on aina toimijan omassa vallassa. Opettajat ja ohjaajat ryhmien luotsaajina näkevät vaivaa sen eteen, että ryhmän toimintaan mukaan tulevat voivat sitoutua kokemustensa saattelemana uusiin merkityksellisiin tilanteisiin, joissa he oman toimintansa pohjalta osaavat luoda ja yhdistää havaitsemiaan merkityksiä ja yhteyksiä. (Dewey MW 9, 164–166; Väkevä 2004, 202–203, 162–163; Malmivirta 2011, 163.)

VISUAALINEN KERTOMUS IKKUNANA

Kun osallistujat kertoivat haastattelutilanteessa kokemuksiaan taidetoiminnasta jokaisen omaelämäkerrallista kuvataidetta, valokuvia ja henkilökohtaisia tarinoita integroiva visuaalinen kertomus toimi ikkunana ”päästä takaisin sinne” ja muistaa elävästi lapsuuden ajan tapahtumia. He kertoivat itsestään itselle, tapahtumaa voidaan kuvata minun muistamisena. Kuka olen ja mistä tulen? Teoksen kokonaisuuden hahmottamisessa sormella osoitettu ja havaittu kohta oli osa kokonaisuutta, joka kuljetti aina uuteen. Silmä tavoitti näkemänsä, se seurasi nähdyn paikkaa suhteessa kokonaisuuteen, sen sijaintia tilassa, sen kokoa, sen kirkkautta ja etäisyyttä. Kertoja havaitsi näkemänsä kohteen muodot, värit, liikkeen ja valon, ja hän havaitsi myös kaikkien näiden välillä olevat sisäiset yhteydet ja jännitteet, psykologiset voimat. Havaintokokemuksessa ihmisen fyysisen ja psyykkisen järjestelmät luovat strukturoidun valikoiman, joka auttaa päättämään jokaisen kuvallisen elementin tasapainoisesta sijainnista nähdyssä kokonaisuudessa. Visuaalista kokemusta ei ole mahdollista kuvata pelkästään lukuina tai mittoina, määrällisenä kuvauksena. Havainnon laatu ja sen ilmaisuvoima ovat näissä visuaalisissa kertomuksissa havaittavissa olevissa jännitteissä ja yhteyksissä. Jokaisella siveltimen vedolla, pastelliliidun sipaisulla ja valokuvien piilossa olevilla tarinoilla on merkityksensä kokonaisuudessa. Ne herättävät uinuvan ja liikuttavat tilaa. Näkeminen näyttäytyy näin aktiivisena ja toiminnallisena havaitsemisena. (Arnheim 1974, 10–15; Mal-mivirta 2011, 221–222 .)

Haastattelutilanteessa kukin ryhmään osallistunut kertoi siitä, mistä olivat saaneet tietää ja mikä houkutteli heidät mukaan juuri tähän toimintaan. He kertovat olleensa uteliaita lähtemään katsomaan, mitä toiminta pitäisi sisällään. Lähes kaikilla oli kokemusta muistisairauksista joko läheisen muistisairauden myötä tai omaan työhön liittyen.

Ei, ei mulla, mä tiedän, että mun äidillä todettiin Alzheimer, et mun tää mummu, näi jälkeepäi, et hänellä varmaa oli kanssa. Et eihä se pitäis olla periytyvää, mut todennäköisesti on niitä geenejä sit kumminki. (Osallistuja 2)

Heti mun korvat kato ”ai ai, mul on muistis vikaa, nyt täytyy ottaa heti tää näi, et ai ai”. Sit ajattelemat niinku mitää enempää. (Osallistuja 3)

Taide ja kulttuuri sanoina sekä hämmensivät että kiehtoivat ja herättivät kysymyksen, osaanko ja opinko. Rohkeus kuitenkin voitti mielen heillä, jotka tulivat mukaan ryhmään. Osa ryhmän jäsenistä tunsivat toisensa vapaaehtoistoiminnasta ja osa aiemman kaukaisen ystävyys- tai sukulaisuuden kautta. Ensimmäiseen tapaamiskertaan tullessaan he kertovat olleensa hieman jännittyneitä ja odotuksen vallassa, mutta kokivat ryhmän hyväksi heti ensimmäisellä tapaamiskerralla. He tulivat joka kerta luottavaisina mukaan, vaikka pilottitoiminnan ja ryhmätapaamisten sisältö säilyi loppuun asti hieman salaisena.

Oli jossain mainos.. Et jostain tämmösest, ja ku mä oon tämmöne innostun vähä kaikesta, mikä on vähä outoo ja uutta, ni attelin, että no, mullahan on aikaa, ni mä nyt katon, mitä se on. Nii, ja semmone, että jotain uutta. Ku sanotaa, että taidetta, ni mä ajattelin siellä ny maalataa ja... Tai no mä en oikeestaa osannu mitään kuvitella mut niinku maalausta jotain. Et mä vaan sitten päätin, et mä ilmottaudun ja... (Osallistuja 2)

No tää oli nyt ainaki ihan uutta mulle, ei mitään tän tyylistäkään, siis et emmä, mä en oo mitään, mä oon niinku kauhee lukemaan kirjoja. (Osallistuja 5)

No, mä yleensäkin oon sellanen hiukan impulsiivinen, että mä innostun, innostun helposti, ja jotenkin tää, ku tää oli täällä Kotikunnaassa, missä mä oon ennenkin ollut. On tuttu paikka, ja sitten tää oli tämmönen lyhyt, ettei ihan pitkään. (Osallistuja 1)

... ja sitten jotenkin tää taide-sana siinä kiehto kyllä kans. Ja muisti. Niin, et se oli niin ku asiapohjaa siinä, koska en nyt kuitenkaan oo semmonen taiteilija itte, mut et... mut tää... Mutta siis kyl mun mielest se just, että, et se oli niin ku tavallaan asiapohjainen tää. No just tämä muisti. Ja sit siin on kuitenkin tämmöstä niinku keveyttä tämä taide siinä että, et siin on niin ku, tai vakavaahan ne molemmat on, mutta taide ja muisti, muistaminen, mutta.... (Osallistuja 1)

Edessään olevaa visuaalista kertomusta tarkastellessaan osallistujat kertoivat, että tekemisen tapa, taidetekeminen, oli heille kaikille uutta. Värien sekoittaminen ja löytäminen oli ollut haasteellista ja hauskaa kokeilua. Sivellin oli alkanut liukua, kun siihen oli saanut opastusta. Välineet ja materiaalit tulivat prosessin aikana tutuksi. He myös kertovat arvostaneensa sitä, että aivan heitä varten oli hankittu hyvät välineet ja materiaalit. Taidetekeminen muuttui harjoittelun ja tekemisen myötä taiten tekemiseksi.

Haastattelun aikana kukin tarkasteli vuorollaan tekemäänsä teosta hämmentyneenä, ylpeänä ja riemuitenkin osaamisestaan. "Hyppäsin tuntemattomaan ja opin uutta", osallistujat kertoivat.

No mun mielest tä on semmosta lisää kaikki, et tää on ollu tosi semmost hauskaa tä homma ja just semmosta uteliaisuutta herättävää, et et mitä nyt seuraavalla kertaa. (Osallistuja 1)

Joo kato, ko siin oli se taide, niin sit mä ajattelin, et no kyl mä nyt jottai voin varmaa vääntää, et kyl mä eneki jotai oon, ihan vaan niinku tälle ykskaks ja hep. Niinku mähän oon tämmöne ex tempor. (Osallistuja 3)

LUOVA AJATELLE

Taiteen tekemisessä ja kokemisessa ollaan aina uuden edessä. Kokemukset ovat merkityksellisiä silloin, kun niissä ovat läsnä erilaiset tavat ajatella, kokea, kuulla, puhua ja toimia. Kysymys on perimmäitään luovuudesta. Luovuuteen sanotaan liittyvän epämääräisyyden sietokykyä, rohkeutta ylittää omat rajansasekä sietää keskeneräisyyttä ja kiitoksen viivettä. Luovuuteen liitetään myös kyky tehdä päätöksiä. Varton (2001, 100–109; Malmivirta 270–271) kuvaamassa uuden luomisen näkökulmassa ihmiselle on annettu tapa elää ja toimia, mikä itsessään antaa mahdollisuudet elää luovasti. Tapa pitäisi vain löytää. *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveydelle* -osahankkeen kaikkien palvelumallien tutkimus- ja kehitystyössä ryhmän viikottaisissa tapaamisissa luotiin tila ja paikka taiteen kokemiselle ja tekemiselle, jolloin oli mahdollisuus löytää itsestään piilossa olevia voimavaroja. Ryhmäläisten kerronnassa kuulee, että he ovat olleet uteliaita, uuden kokeilijoita. Tätä voidaan kuvata myös ihmisen tarpeena luoda uutta. Taidetoiminnan harjoituksissa luotiin deweyläiseen pedagogiseen ajatteluun perustuen tietoisesti (Malmivirta 2011, 270) myös jatkuvia epäjatkuvuuden tiloja, jolloin olemassa olevan henkilökohtainen kokemusmaailma oli vastakkain kaiken koetun kanssa. Nämä epäjatkuvuuden tilat ovat luovuuden ehto. Epäjatkuvuuden tila on läsnä kaikkialla ihmisen elämässä, luonnossa, kulttuurissa ja kokemisen ehdoissa. Epäjatkuvuuden tiloista pelastautuminen synnyttää aina uutta, uudenlaista ajattelua ja toiminnan muutosta.

No mun mielest tä on semmosta lisää kaikki, et tä on ollu tosi semmost hauskaa tä homma ja just semmosta uteliaisuutta herättävää, et et mitä nyt seuraavalla kertaa. (Osallistuja 1)

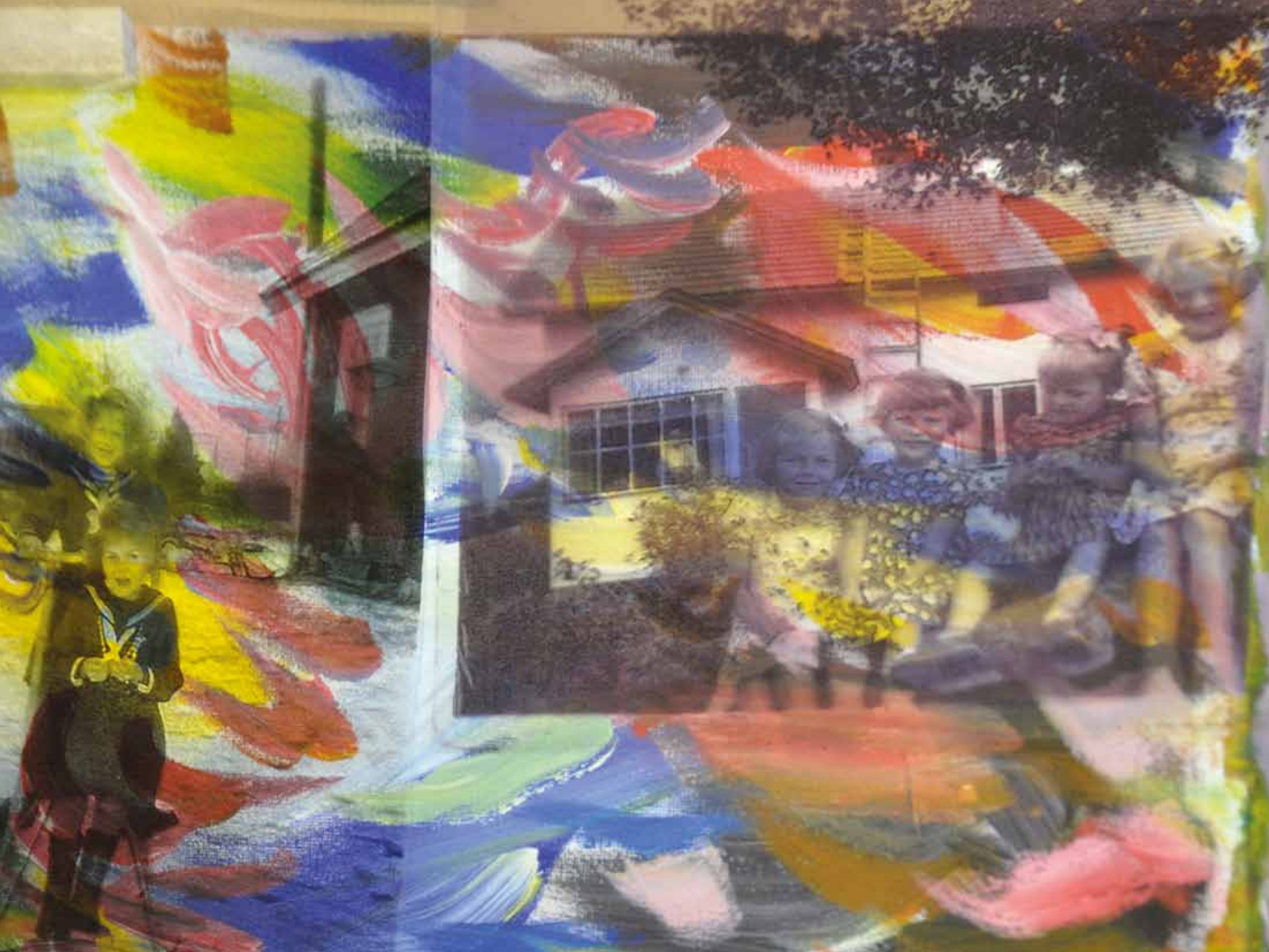
Joo kato, ko siin oli se taide, niin sit mä ajattelin, et no kyl mä nyt jottai voin varmaa vääntää, et kyl mä enneki jotai oon, ihan vaan niinku tälle ykskaks ja hep. Niinku mähän oon tämmöne ex tempor. (Osallistuja 3)

Ettei ajatusradat olis niin urautuneita. Joo. Joo, kyl tää joka tapaukses oli koko aika semmost jännää ja hauskaa. : No ei oikeestaan. Aino se, että kun ei sit oo mikään maalari, niin tuntus, ettei tästä nyt tullut semmosta, kun, kun oli mielikuva, tai ajatus. (Osallistuja 1)

Joo, mut kyl mä jossain ajattelin, et on tässäki tarvinnu olla sit kuitenkin semmonen punane lanka niinku opetuksessa. Et mitä mikäkin kohta tehdään. Mitä, millä, mitä kunakin kertana tehdään ja sil lail. (Osallistuja 1)

Luovuuteen katsotaan kuuluvaksi uuden tuottaminen ja oivaltaminen, voidaan puhua myös luovasta ajattelusta. Luovuus olisi näin jotakin uutta tekijälleen, vanhoista käsityksistä ja menettelytavoista irtoamista sekä tilanteiden aiempaa tehokkaampaa, inhimillisempää ja omaperäisempää ajattelua ja toimintaa. Luovuus ja luova ajattelu on kykyä havaita erilaisia näkökulmia. Se on mentaalista ja aktiivista toimintaa ja kattaa koko inhimillisen toiminnan kentän arkielämän askareista, työstä, ihmissuhteista, taloudesta ja tekniikasta taiteisiin, tieteisiin ja filosofiaan. (Rogers 1976; Guilford 1987; Csikszentmihalyi 1996.) Luovuuden näkyväksi saattamiseksi tarvitaan kuitenkin turvallinen ja luottamuksellinen ilmapiiri.





Mielenkiintosta siinä mieles, et sai tehdä jotain uutta ja sitte oli, mite mä ny, niinku hyvä henki täällä. Semmonen tietty hyvä, hyvät vetäjät. Et seki on, seki on paljo, että...Tavallaan niinku odotti sitä keskiviikkoaamuu. Mut jotain, että nyt on tänään jotain kivaa, kiinnostavaa. (Osallistuja 2)

Kaikki oli niinku vähä niinku yhtä köyttä tai sillai, tai ei nyt täs mitää köyttä vedetty, mutta ei tullu mitään semmosia soraääniä eikä, mun mielest ainakaa. Kukaan olis mitään. Nii, joo. Joo, tosi mukavaa oli kyllä. (Osallistuja 1)

Ni sit se on niinku erilaine, mut ku se tulee niinku se varmaan on se luovuus sitä et, et se niinku tulee niinku sillai itseään, sitä täytyy vähä kutittaa. (Osallistuja 1)

... Nii tota... Olik siin joku semmone sit, et ois itteki tehty, olik siin se maininta sit, et tehdä ite jottai, ni tietty se sit houkutteli, mite sitä osais. (Osallistuja 4)

No ihan kivasti, et enhän mä oo mikkään, mä en oo nyt mikkään seuraihminen hirveesti, hirveesti, mut kyl mä niinku tykkään, tykkään, ja te olitte nyt aika, siis siitä oikein yllätyin, et... Noku on tottunu johonki töihin, kyllähä meilläki töis oli kohteliasta, et meillä aina niinku johtajat tervehtivät aamusin, aina, että. Kyllä, kyl mun mielest se tuntuu ihan kivalta, et sit on niinku huomioitu kuitenkin, et on tullu. : Niin. No munst oli kans ihan kivaa todella tulla, et... (Osallistuja 5)

6.3. Avainten rakentuminen

Haastatteluaineistosta esiin tulleen ja sen jäsentämisen jälkeen kuvataan niitä aivojen ja muistin toimintaa edistäviä avaimia, joita on rakentunut Mitä haluan elämästäni muistaa? -palvelumallin tutkimus- ja kehitystyön prosessissa. Ensimmäiseksi avaimiksi tässä palvelumallissa on rakentunut luovuuden avain:



Avain 1.

LUOVUUS JA LUOVA AJATTELU

- Rohkeus hypätä tuntemattomaan
- Rohkeus kokeilla ja yrittää
- Keskeneneräisyyden sietokyky
- Päätöksentekokyky
- Uuden tuottaminen
- Oivaltaminen

VISUAALINEN HAHMOTTAMINEN JA VISUAALINEN AJATELU

Rakentuneet teokset, visuaaliset kertomukset heijastavat peilin tavoin koko prosessin aikana tapahtunutta, tarkkoja yksityiskohtia ja niiden merkityksiä itselle. Teos on myös ikkuna näkyvissä olevien tarinoiden taakse. Osallistujat katsoivat haastattelun aikana tarkkaan teostaan, silmä seuraa siveltimen jälkeä, palauttaa mieleen maalaamiseen liittyvät tapahtumat. He kertovat väreistä, niiden merkityksestä. Sormi liikuu usein jo yli teoksen reunan hahmottaen jotakin sieltä vain kertojalle näkyvissä olevaa. Teoksessa on paikkoja, joista kertoja pääsee aina syvemmälle ja syvemmälle, ja hän unohtuu menneeseen paikkaan jääden siellä yksityiskohtiin, joista palaa kuitenkin aina välillä takaisin. Jo seuraavassa mietitäänkin tulevaa, mitä pitäisi tehdä tai mitä voisin tehdä, ja ehkä kotona otetaan värit esille. Välitehtäväksi annettu lapsuuden aikaisten kuvien etsiminen oli koettu hauskana ja valokuvuihin oli uppouduttu jo kotona. Seuraavaksi avaimeksi rakentui visuaalisen hahmottamisen ja visuaalisen ajattelun avain.



Avain 2.

VISUAALINEN HAHMOTTAMINEN JA VISUAALINEN AJATELU

Visuaalinen hahmottaminen

- Kuvien valinta
- Värien valinta, sommittelu ja maalaaminen
- Yksityiskohtiin tarkentaminen ja yksityiskohtien valinta

Visuaalinen ajattelu

- Valokuvien liittäminen ja sitominen tarinaan
- Visuaalinen kertomus ikkunana uusiin menneisyyden tarinoihin
- Ajattelun kulkeminen nykyisyys-menneisyys-tulevaisuusjatkumolla

Ryhmäläisten työstämät visuaaliset kertomukset toimivat muistin paikkana sekä itse prosessista kerrottaessa että muistin syvyyksistä esiin nousevien tarinoiden kuulluksi tulemisessa. Kerronnan ja havaintojen perusteella voidaan todeta, että taidetekemisen, oman visuaalisen kertomuksen tekemisen prosessi koettiin hyvin tärkeänä (ks. Matarasso 1997). Valokuvien ja niiden yksityiskohtien tarkastelemiseen keskityttiin, niistä haluttiin kertoa ja niissä olevia muistoja haluttiin jakaa. Visuaalinen hahmottaminen sai aikaan visuaalista ajattelua.

... et iha niinku ois ollu siin sisäl siin maalaukses, tota ku oli jonkun, eks se ollu semmone kuva. (Osallistuja 3)

Joo, kyl iha oi-, ihan sillee, että rupes miettimää sitä, millasta se sit oikeesti olikaa ja, ja totanoi... Yritti oikein kovin muistella... Ku kattoo niit vanhoi valokuvii ja kaikkii tääl, ni sillohan just tulee niinku mielee asioita. ... Joo, ku mä ajattelin just tästäki näistäki, ku näit oli erilaisii vaatteit ja muita, ni sit mä aattelin, et "Jaa-a, et missähän

välissä meidän äiti noiki on tehny?” tai jotai et, et kuitenki, ku oli, oli hirveesti hommaa ja kaikkii. Nii, ja sitte...et kyllä vähä pitää niinku, nyt vähä kunnioitus nousee. (Osallistuja 3)

Kyl mulle tuli kauheest, ja just mul tuli täst ajasta. Me muutettii joskus kymmen, mä olin joku kymmenen vanha, silloin muutettiin omaan taloon sitten, et me oltiin niinku, isä oli talonmiehenä ja kävi töissä ja... Se oli semmosta niinku työteliästä, ku täs oli niinku semmonen kerrostalo, ja me asuttiin sit täällä piharakennuksessa. Et se oli, se oli semmost, mut, mut oli silti kivaa, mut sillo joutu justis, et rappujen siivoukset ja saunan lämmitykset ja, ja niitä puita, ku silloin puilla vielä oli keskuslämmitys, ni semmoset kaikki. (Osallistuja 5)

Nii, en tiä. Ja tästä tuli nyt tumma toisaalt, ku mä ajattelin tätä ruohoo ja sit sitä pihaa, koska semmonen kaupan piha nyt... Ni sehän on niinku aika kauhee semmone Mut se, se oli iso piha, ni se, se oli semmonen. Ja se on ihanasti ne jotenki tonne. (Osallistuja 5)

REFLEktiivinen Ajattelu

Prosessin aikana ohjaamisessa pyrittiin tietoisesti siihen, että valokuvien valinnassa, värien valinnassa, taustan maalaamisessa ja valokuvien kiinnittämisessä maalaus pohjaan ja koko visuaalisen kertomisen saattamisessa lopulliseen muotoonsa tapahtuisi jatkuvaa etäantymistä tekemisestä lähelle ja kauas. Valokuvat itsessään saivat aikaan katseen suuntaamiseen yksityiskohtiin ja niiden tarkempaan näkemiseen. Havaitut kohdat saivat aikaan muistojen vyöryn, joita lähdettiin edelleen tuomaan näkyväksi siirtämällä kuvat maalaus pohjaan, tuomalla siihen värejä. Näytti siltä, että tässä vaiheessa muistot alkoivat elää, kertojat kulkivat lapsuuden maisemassaan, he olivat kuin oikeasti siellä. Sama tapahtui visuaalista kertomusta havainnoidessa. Muistot lähtivät liikkeelle ikään kuin sormen näyttäessä niille suuntaa teoksen pinnassa kulkien. Arnheim (1974, 10–11; Malmivirta 2011, 220–221) sanookin visuaalisessa hahmottamisessa jokaisen havaittavan objektin olevan osa jotakin kokonaisuutta. Silmän tavoittaessa näkemänsä katse seuraa nähdyn paikkaa suhteessa kokonaisuuteen, sen sijaintia tilassa, sen kokoa, sen kirkkautta ja etäisyyttä. Kohteen muodon, värin, liikkeen ja koon välillä havaitaan myös niiden välillä olevat sisäiset yhteydet ja jännitteet, psykologiset voimat.

Eli sitä lapsuuden kesäpäivän värit eli ne siniset, keltaset ja vihreet ja... Toi oja on ollu kyl nii hallitseva silloin lapsuudessa että, ja se on vieläki tärkeä. Se on mun mielest tosi hieno siinä semmone, vaikka se on nyt vähä hoitamaton ja semmone mut, mut jotenkin ku se kohisee kes-, kevään ja syksyin. Se on ihan semmost kohinaa, niinku kosken kohinaa. Sen paikan nimi onki Koskenranta. (Osallistuja 1)





Mä en niinku muista mitää, mut muutaku nää serkut, et ne on ollu mulle. Ja sit jälkeen päi, ku on ollu, ni tää tausta, ni se on vieläki oli semmone sillo ku mä viimeks kävin. Et siin oli toi aita ja sit tääl on nää talot ja ladot mitä siellä oli. Ja tässä on sitte, et semmone väli oli. Mummu asu toise enon kans täällä, ja tä toine eno asu vaimonsa ja näitte poikien kans tuolla, että, et siin oli niinku näköyhteys tämä, heil on siis tää väli. ... Noita mä en niin paljo muista, et ne oli sen verra isompia, et emmä noitte kanssa nii paljo, et ne piti enemmän huolta musta. Katto mun perää, ette mä nyt niin kauheest touhuis. Et nää oli sitten täällä naapuris täällä ni samanikäne poika, jonka kans me sit pahuuksii tehtii. Mehä eksyttii sinne korpeeki kerra. ... No joo, meiät löydettii. Mul oli kova ääni ollu, ku mä oon parkunu niin suuree äänee. Nii, me lähdettii niin kun sen pojan setää vastaan, ku se oli jossain siellä töissä. Me kierrettii, ja se muka ties, mistä mennää, ja me eksyttii. No oltii onneks sen polun vieres, mistä hän kulki, ni totta kai mummu ja häne vanhemmat, ni. (Osallistuja 2)

Kerronnassa näyttää tapahtuvan Arnheimin (1974) kuvaamaa havaintokokemusta, jossa ihmisen fyysiset ja psyykkiset järjestelmät luovat strukturoidun valikoiman, joka auttaa päättämään jokaisen kuvallisen elementin tasapainoisesta sijainnista nähdyssä kokonaisuudessa. Kertoja kertoo yksityiskohtia säilyttäen mielessään kuvallisen tarinan kokonaisuuden. Näkeminen on aktiivista ja toiminnallista havaitsemista, jolloin aivojen näköalue ja muisti ovat aktiivisessa tilassa (Zeki 1999). Katsojan katseen ulottuvissa on kaikki, mitä periaatteessa voi nähdä. Katsomisessa ja havaitsemisessa ovat läsnä taidetekemisen prosessin aikana kertyneet kokemukset ja myös taidetekemiseen kirvoittaneet psyykkisen ja henkisen tason kokemukset. Merleau-Ponty (1993, 26) kuvaakin katsetta katseena, jolla on jokin kolmas silmä: ”Ymmärrämme, että fyysiset silmämme ovat jo sinänsä paljon enemmän kuin valon, värien ja viivojen vastaanottamista. Ne ovat maailman prosessoreita, joilla on näkemisen lahja.” Merleau-Ponty pyrkii löytämään näkemisestä ja näkyvästä sen, mitä ne edellyttävät ajatuksilta. Voidakseen ajatella maisemaa katsojan on palautettava maisema mielensä sisäisen katseen avulla muistinsa uumenista.

Sekä taidetekemisen prosessissa että visuaalisten kertomusten havaitsemisessa tapahtuu aktiivista tutkimista, valintoja, olemiseen tarttumista, pelkistämistä, abstrahoimista, analysointia, syntetisointia, täydentämistä, korjaamista, vertaamista, ongelmaratkaisua samoin kuin yhdistämistä, erottelua ja kontekstoimista. Näillä kognitiivisilla operaatioilla tarkoitetaan mentaalisia, mielellisiä tapahtumia, joita tapahtuu informaation vastaanottamisessa, varastoimisessa ja käsittelemisessä: aistisessa havainnossa, muistamisessa, ajattelussa ja oppimisessa. Arnheim sisällyttää ajattelun (*thinking*) käsitteeseen havaitsemisen (*perception*). Havaitseminen on näin määriteltynä visuaalista ajattelua. (Arnheim 1970, 14; Malmivirta 2011, 223.)

Taidetoiminnan aikana osallistujia ohjattiin päämäärätietoisesti suuntaamaan katsetta aktiivisesti havainnon kohteena oleviin taideteoksiin, valokuviiin ja niiden yksityiskohtiin sekä oman taideteoksen rakentamiseen, jättäen kuitenkin tilaa jokaisen omille valinnoille ja päätöksenteolle. Havaintojen jäsentämisessä ihmismieli operoi elämän aikana kertyneiden muistin eri kerroksissa olevan valtavan kuvien määrän ja muistin kanssa sekä järjestää elämänaikaisten kokemusten kokonaisuuden systemaattisiksi visuaalisiksi käsitteiksi (Arnheim 1970, 294).

Tää oli semmone mielenkiintone, että tehdä, et ku ei oo koskaan niin kun kuvista mitään tämmöstä tehny, ni siin oli semmone, että niinku tä sommittelu, et mite se näyttää nyt hyvälle. No siin on just, et kaukaa näyttää erilaiselta, ku sä katot tästä, et tässä se ei oo mitää hyvän näköne. Mut sit ku sä katot kauempaa, n isit se on paremman näköne. Tä on ihan semmone niinku maalais, niinku mä muistan, et mummula. (Osallistuja 2)

Kertoessaan havaintojaan visuaalisesta kertomuksestaan ja siihen liittyvistä kokemuksistaan ryhmäläiset luovat kielellisiä ja älyllisiä kategorioita, joita he ovat oppineet käyttämään aiemmin saamiensa kommunikaatioissa tapahtuneiden kokemustensa avulla. Kieli on aktiivisen ja luovan ihmisen tapa ja kyky rakentaa omaa todellisuuttaan. Kielen tarjoamien älyllisten välineiden avulla on mahdollista tarkastella ja käsitellä ympäristössä ja elämässä tapahtuvia asioita ja kokemuksia monimutkaisellakin tavalla, jolloin näkökulmien ja paikantumisen runsaus muodostavat tärkeän tietovaraston. Elämäkokemusten järjestämistä visuaaliseen ja narratiiviseen muotoon voidaan tarkastella merkityksellistämisen lähteenä. Tarinoita kertoessamme katsomme elettyä elämää taaksepäin. Reflektoidessa on mahdollista palata henkilökohtaisiin lapsuuden valokuvien paikkoihin, esireflektiivisiin paikkoihin ja olla läsnä näissä ensisijaisesti nyt havaintojen avulla järjestyvissä paikoissa. Lapsuuden ajan valokuvilla ohjattiin taidepedagogisin keinoin lapsuuden ajan visuaalisen tutkimusprosessin alkuun, jonka perustana on reflektiivinen ajattelu. (Säljö 2004, Greene 1995; Malmivirta 2011.) Seuraavaksi avaimeksi rakentui reflektiivinen ajattelu.



Avain 3.

REFLEKTIIVINEN AJATTELU

Visuaalinen kertomus muistin paikkana

- Omaan elämän historiaan sidottu taidetoiminta tuo piilossa olevat tarinat näkyväksi.
- Teos mahdollistaa reflektiivisen katseen luomisen, jolloin voi tapahtua muutosta ajattelussa.
- Työkalu, psykologinen väline, jonka avulla käsitellään lapsuuteen liittyviä asioita.

Reflektiivinen ajattelu saa aikaan yhä syvemmälle muistoihin menevän hetken. Muistoista kehkeytyy aina toinen muisto, joista muodostuu muistojen ketju, jatkumo. Tässä jatkumossa on havaittavissa reflektiivisen ajattelun ja tutkimuksen vaiheita ja peruspiirteitä (Dewey 1997, 112; Miettinen 1998, 90–92; Malmivirta 2011, 225).

Jaa, mut siin on niinku ehkä sen kirjottamisenkin ansiosta, niin näitä asioita on niinku ajatellu enemmän sit vielä. Mut sit, mutta sitte mä ajattelin, no tästä jää joku dokumentti mulle, että sit mä muistan sen itteki joskus. Myöhemmin. Kyl näit aina sit kattelee ja muistelee näitäki juttuja, et.. Ja sit aina kaikesta tulee sitte semmosta, et muistikuva synnyttää muistikuvan, toisen muistikuvan, et se... Tulee uusia ja uusia, sen takia ne puheet monta kertaa rönnyilee. (Osallistuja 1)

Noku siin oli sillee, että et nää kaikki kato nää värit oli sillai, et oli sitä vaaleenpunasta ja, ja oli vihreetä ja sinistä niinku meri ja sitte taivas ja pilvet ja, ja sitte totanoi tätä ruskeeta ja sit tää keltane, ko se oli semmone ener-, mä oon niin energine kato ihmine, ni tää on tätä punasta ja keltasta ja lier-, niinku tuulen, tulen lieskat kato, ko lähtee tost noi. Se on just niinku roihu kato hiukka, ku pistää totanoi tulitikun ni sit se jo roihahtaa. Ni se oon minä. Niin, tä on varmaan niinku kuvattu sitä lähinnä. Ja sit tätä vihreetä. Mä oon aina tosiaan tykänny tost luonnosta ja vihreestä. (Osallistuja 3)

Siis mä olin, mä olin ekaluokal ja lähdin pikkuveljen kans hiihtämää, ja tota sit me eksyttii, ja tuli pimiää. ... Joo, se on kyl varmaa ollu iso... Mutta hienosti sä oot hoitanu sen asian sitte kuitenkin. ... Noku mä kävin sit jo kouluu, ni sit, ku se mies tuli vastaa siel, siel metsäs sit, ni mä kysysi et, et mis on Kähärin koulu. B: Joo, mä niinku ajattelin, et lukemist ja eläimii, mökki ja sit tämä hiih-, et missäs hiihto, et mistäs hiihtokuvan löytäis nykyisin tota, ja kyl... Mä muista, mist lehdest mä tämän sit. .. Se on vanha. Sen takia mä olinki tyytyväine, et... Mist lehdest se mahtoi olla sit. Joo, sillo oli oikee... Karvalakki ja töppö-, huopätöppöset. Ja sellaset lyhyet housut ja.... (Osallistuja 4)

Joo, tos oli paljo enemmän värejä ku tähän. Et mä tein toisen sit kyllä melkeen tietosesti vähän toisenlaisen. Et ei ihan noi räiskyvä. Mut tässäkin mä sitä ajattelin, onha elämäki, jos lasketaa väreissä. No tummaa on toi, et kaiken näköstä on iloo surua. ... Nii-i. Ni, vähä rupe näkee, että mitä tehdään. Nii. Siin mielessä sitä on sit niin kun jo, näki vähän toisel lailla, et mitä niin kun kuvittelis tulevan. Näki sen vähän (Osallistuja 5)

Päämäärätietoisessa osallistavassa taidetoiminnassa aiheutettiin tietoisesti uusia tilanteita, joissa ryhmäläiset olivat vaikeuden älyllistämisen vaiheessa, jolloin he ottivat haasteen myös vastaan. He kokeilivat värejä, hakivat tiettyä sävyä. He kokeilivat, miten sommitella kuvapintaa parhaimmalla tavalla kertovaksi ja itselle mieluisaksi. He etsivät välillä kotona lisäkuvia kertoakseen näkyväksi sen, mikä muistista esiin tuli. He tarkastelivat ja tutkivat tilanteen ehtoja ja muodostivat johtoidean visuaalisen teoksen muodosta, sallimalla kuitenkin prosessin kulkea siihen, mitä reflektiivinen ajattelu toi tullessaan. Reflektiivisen ajattelun jatkumossa merkitykset koskevat tekojen ja niiden seurausten ja vaikutusten suhdetta. Tätä merkityssuhdetta voi pitää sekä ajattelun että päättelyn lopputuloksena (Miettinen 1998, 92). Ryhmäläiset olivat taidetoiminnan aikana käänneleet elämänsä liittyviä asioita mielessään ja muuntaneet niitä kuviksi, visuaaliseksi kertomukseksi kuvataiteen, valokuvien ja tarinoiden keinoin. He ovat pysähtyneet aktiivisesti ja sitoutuen pohtimaan ja harkitsemaan elämänsä tapahtumia ja kertyneitä kokemuksia sekä siitä kehkeytynyttä valmista teosta. Reflektio viittäisi näin merkityksentuoton prosessin älylliseen vaiheeseen, kykyyn käänellä asioita mielessä ja alistaa ne vakavalle ja johdonmukaiselle harkinnalle. Visuaalinen kertomus toimi sekä taiteen tekemisen prosessin vaiheissa että haastattelussa psykologisena välineenä (Säljö 2004; Malmivirta 2011) kertoa tapahtuneesta sekä itselle että kuulijalle.

ELINIKÄINEN OPPIMINEN

Deweyn (Alhanen 2013, 59–60) kokemuksen perusrakenteessa elävän olennon ja ympäristön toiminnallinen vuorovaikutus koostuu teoista (*acts*) ja niiden seurausten läpikäymisestä (*undergoing of consequences*). Teot ja niiden koetut seuraukset koostuvat yleensä monista seikoista, kuten kehon liikkeistä, havainnoista, tunteista ja ajatuksista. Kokemuksen ytimessä on pyrkimys vaikuttaa, saada aikaan muutosta. Sisäisiä mielentoimintoja Dewey kuvaa ajatteluna, muistina ja kuvitteluna, ja ne liittyvät aina jollain tavalla ihmisen pyrkimyksiin vaikuttaa ympäröiviin olosuhteisiin. Tämän tutkimus- ja kehitystoiminnan pyrkimys on vaikuttaa yleisemmin ymmärrykseen ja muutokseen, että taiteella ja kulttuurilla on merkitystä aivotoiminnan ja muistin aktivoimisessa. Pilottitoiminnassa pyrkimyksenä oli saada aikaan ymmärrystä ja muutosta oman aivoterveiden huolehtimiseen taiteen ja kulttuurin keinoin. Toiminnan, tekojen ja niihin reflektiivisen katseen suuntaamisessa tapahtui myös muuta. Menneiden kokemusten tarkastelussa ryhmän jäsenillä tapahtui muutosta totunnaisissa toimintatavoissa. Seuraavaksi avaimeksi muotoutui



Avain 4.

ELINIKÄINEN OPPIMINEN

- Myönteisen asian löytyminen reflektiivisen ajattelun avulla
- Ymmärrys nykyisyydestä käsin lapsuuden aikaisiin kokemuksiin
- Itsensä ylittäminen, oman identiteetin rakentaminen
- Ymmärrys taiteesta, taito ja menetelmällinen osaaminen
- Uuden oppiminen
- Esteettinen kokeminen

Osalla muutosta ajattelussa ja toimintatavoissa tapahtui menneisyyden muistojen uudelleen ymmärtämisessä, suhtautumisessa tapahtuneeseen, osalla rohkeudessa tulla mukaan, vaikka taide sanana aiheutti hämmennystä ja ihmettelyä. Osalla rohkeus oli kokeilua hakea ja löytää uutta, ja osalla jo lähteminen mukaan toimintaan oli rohkea teko. Tarkastellessaan haastattelun ja taidetoiminnan aikana rakentunutta ymmärrystään eletystä elämästä ryhmäläiset kertoivat ymmärtävänsä paremmin lapsuuden aikaisia tapahtumia. Elettyjä tapahtumia tarkasteltiin kokonaisuutena, siihen liittyvinä yhteiskunnassa tapahtuvina kaikkia koskevinä tapahtumina, kuten sodan tuomilla muutoksilla jokaisen arjessa.

Dewey (LW 7, 171–172; Alhanen 2013, 88–89) tarkastelee ihmiskokemukseen sisältyviä toimintoja tottumusten näkökulmasta tarkoittaen sitä, että kokemusten kehittyminen on osin tottumusten muodostumista. Tottumusten hän ajattelee olevan joko jähmeitä tai toistaalta myös joustavia. Tottumukset ovat jähmeitä siksi, että kun ne ovat kerran muodostuneet, ne ohjaavat toimintaamme johonkin tiettyyn suuntaan. Näin ne vain voimistavat itseään. Joustavia ne ovat

siksi, että ne eivät ole synnynnäisiä eivätkä siten myöskään ennalta määrättyjä, vaan ne omaksutaan toiminnan myötä. Niiden on mahdollista myös muuntua toiminnan myötä. Kun taidetoiminnassa tarkastelun kohteeksi nousevat reflektiivisen ajattelun seurauksesta totuttu toiminta, toiminnan mallien on mahdollista muuttua joustavampaan suuntaan.

Taiteessa ja taidetekemisessä tapahtuva kokeilu voi toimia mielikuvituksen ja luovan ajattelun paikkana ja myös uusien aidosti tavoiteltavien päämäärien luojana ja muokkaajana.

Nii, kato ku mäki aattelin, et sen takia mäki, ku mä rupeen miettimään niinku mun isää ja äitii, ni nehän on tehny niinku parhaansa. Nii. Kaikki varmaan tekee. Ja virheitä varmaan sattuu ja tapahtuu, niil ei voi ollenkaa mitään. (Osallistuja 3)

Mä oon aina yrittäny sillai, et emmä oo halunnu kauheesti muistella, ku mul on mun mielestäni niin kamala sillee totanoi lapsuus, et ei siel ol niin kauheesti muisteltavaa. Mut nyt, ku mä huomaan ni, niin tota, mitä sitä on miettiny, ni olihan, se oli semmost kauheen huoletonta ja, ja kuitenkin semmone, et oli semmoset mehevimmät marjat ja kaikki tämmöset kukat ja kaikki muut niinku, niinku oli, oli tosi paljo, mitä nykyään ei ole varmaan. Luonto.... Ni ja kaikkien varmaan pitäis olla nii, et pitäis jotenki niinku käsitellä varmaa sitä lapsuutta, et sit niinku oikeesti kieltää sen, jos ei niinku käsittele mitenkään. (Osallistuja 3)

Ja sit mä ajattelin siinä, et mitä värejä siellä nyt on. Vaik meil oli aika paljo työtäki siel kotona, mut kuitenkin mä muistan se auringon, ne aurinkoiset kesäpäivät. (Osallistuja 1)

Omaan elämänhistoriaan kutoutuva taidetoiminta ja visuaalisen kertomuksen tekeminen kulkevat nykyisyyden ja menneisyyden jatkumossa (Immonen 2013), lapsuuden maailmaa on tarkasteltu nykyisyydestä käsin. Kertomuksissa polveilevat henkilökohtaiset asiat kertojan itsensä, itseytensä ja identiteettinsä kautta nähtyinä, joiden muotoutumiseen ovat vaikuttaneet sekä sosiaalinen vuorovaikutus sosiaalisessa yhteisössä että ajan yhteiskunnallinen tilanne, jossa hän on elänyt. Kysymys on identiteetin elämänmittaisesta muutosprosessista. Identiteetin rakentumista voidaan tarkastella elämäntarinallisena (Ropo 2009, 141; Malmivirta 2011, 218). Identiteetti on kertomus siitä, mistä tulen, kuka olen ja mihin olen menossa. Tähän teemaan palataan *Keltainen tupa ja perunamaa* -pilotin tarkastelussa lähemmin.

Visuaalisten kertomusten tarkastelussa sekä haastattelussa että päätöstilaisuuden taidenäyttelyssä kaikki osallistujat olivat ylpeitä teoksistaan ja niiden saamasta huomiosta ja kiitoksesta. He kertoivat oppineensa paljon taidetekemisestä ja itsestään prosessin aikana. Värit saivat aivan uuden merkityksensä. Värit symboloivat eri asioita kullekin.

Et mä oon niinku just värien sekoituksista ja kaikista niinku näit kirjoja on, ni olen, olen kauheesti lukenu ja kaikkee, mut sit mä huomasin, et ei siitä... No kyl, olen mä sen verran nyt joskus tän Vilman kans niinku tehny kans, et mä oon huomannu, et ei se oookkaa nii helppoo. Et sen verran jotai taloo tai jotai tehny, ni... . Nii, no nyt mäki, kyl mä niinku ajatellu tätä ihan oon sil lailla just, että niinku mä luulen, et se värien sekoitus on varmaan se kaikkist hienoin, et saa niinku jonku värin, mistä tykkää ... (Osallistuja 5)

Joo. Ja täsä, ku mun ei kerran se väri riittäny, ni tässä mä osasin ottaa sitä sit enämpi. Ni sen takia. Se sit luisti. Nii, nii. Nii, että tässä näkee just. Nää on just niitä, ku koska siveltimest loppu sit väri. Mut siihen todella niinku, kun mä sit huomasin, et ku otti paljon väriä, ni se niin hyvin liuku. (Osallistuja 5)

Kyl sä sanoit. Joo, sä sanoit, et ei saa kuuluu rahinaa. Koska sehän on ihan, ku vetää nii. Ku se loppuu. Ni tässä mä sain sil lailla sit, osasin ottaa. (Osallistuja 1)

Et mä olen vaa niinku kattonu sen taiteen niinku semmosena et, et oi ku kaunis tai jotai ja sit niitte värien mukaa enempi kato niinku sillai, et nyt kato, ku maalannu tommosen taideteoksen, ni se on niinku tosi hienosti niinku sillai, mut joku tämmöne niinku kokonaisuus. (Osallistuja 5)

Myös suhtautumisessa taiteeseen tapahtui muutosta.

Varmaan niinkun väreihin, muotoihin. Et vähän toisella lailla. Sit tulee aina semmonen mielikuva, et jos löytää jotain, ni tosta nyt vois jotain tehdä, laittaa. (Osallistuja 5)

Et sen takia tuli semmonenki et, et totanoi yhä enemmän, et kyl niinku mitä vanhemmaks on tullu tai sillai niinku sillee kiinnostunu taiteest ja kattonu niinku muuta, mut nyt tosiaa ni, ni tää niinku herätti semmost nii, et nyt täytyyki enemmän tätä harrastaa sillee. (Osallistuja 3)

Et taidetta nykyään tai voi tehdä kaiken näköstä eri materiaalista, et se on mulle ihan uutta. Et mä oon aina, et joko patsaita tai ma-, tauluja tai se on taidetta. Mut sitte... Nii-i. Tätä voi tehdä ihan, ihan millä tavalla vaan. Mielikuvitus on rajana (Osallistuja 2)

Ryhmäläiset kertovat myös siitä, miten he kiinnittivät huomiota sommitteluun, väreihin ja ympäristön kauneuteen ja siihen, mikä heille on yleisemmin kaunista.

Et näkee, että mihin mikin kuuluu. Niinku tässä nyt, että jos mä oisin pistäny ton toho ja ton tohon, ni...Puun tohon keskelle, ni et se... Nii, sommittelu. Se näkyy.

Ja sit kuitenkin se, että sopiiks toi nyt tohon kohtaa ja miten toi laitetaa ja, tai näi. Tosi mielenkiintosta (Osallistuja 1)

Niin, tai emmä tiä, mitä koristelua se sit on, mut semmost kuitenkin et, et meiltä näkee selvästi sillon, ku on pääsiäinen ja sillon, ku on joulu, et ei tartte epäillä sitä, et... ..niin, tai emmä tiä, mitä koristelua se sit on, mut semmost kuitenkin et, et meiltä näkee selvästi sillon, ku on pääsiäinen ja sillon, ku on joulu, et ei tartte epäillä sitä, et... (Osallistuja 5)

No jotkut värit on, mä tykkään väreistä. Joo. Et, emmä muuta osaa semmosta. No kyllä aika paljo, mut kyllähä niinku kättelee värejä toisel lailla. Ku mä en nyt niin kauheest taiteesta ymmärrä, mut kumminkin, mikä mun silmää viehättää, mikä on silmissä kaunista. (Osallistuja 2)

Dewey (Alhanen 2013, 181) kuvaa sitä, miten esteettiset kokemukset tulisi kytkeä kiinteästi ihmisten arkisiin kokemuksiin. Deweylle esteettisyys ei ensisijaisesti tarkoita kauneutta yleisesti, vaan hän määrittelee esteettisyyden laajemmin. Esteettiset kokemukset (*esthetic experiences*) ovat voimakkaita täyttymyksen hetkiä, jolloin elävä olento kokee joko tiedostaen tai tiedostamattaan ponnistelujensa tulleen päätökseen niiden saavutettua suhteen ympäristöönsä. Estettinen kokemus ei ole erillinen tavallisesta kokemuksesta. Dewey määrittää esteettisen kokemuksen olevan kiinteän osan elävän olennon ja tämän ympäristön välistä luontaista rytmiä, jossa olento kadottaa hetkellisesti tasapainonsa ja joutuu rakentamaan uudenlaista suhdetta ympäristöönsä. Esteettiset kokemukset eivät näin ole irrallisia elämyksiä, vaan luonnollisia ja olennaisia vaiheita kunkin elävän olennon kokemusjatkumossa. Esteettisillä kokemuksilla on näin tärkeä asema kokemisen kehittämisessä, sillä ne muuttavat ihmisen tapaa kokea maailmaa. (LW 10 (AE): 19–26); Alhanen 2013, 181–183.) *Mitä haluan elämästäni muistaa?*-ryhmäläisillä tapahtui kertoman mukaan taidetoiminnan prosessin aikana muutosta suhtautumisessa taiteeseen, tapaan nähdä ympärillä olevaa aiempaa tarkemmin ja tapaan kokea ja tehdä taidetta. Esteettistä kokemusta käsitellään *Keltainen tupa ja perunamaa*-pilotin yhteydessä uudelleen.

Mitä haluan muistaa elämästäni?-pilotin taidetoiminta on ollut tila ja mahdollisuus sen jäsenille käsitellä elämänaikaisia kokemuksiaan. Yksilön kyky käsitellä kokemuksiaan määrittää ratkaisevasti hänen tulevaisuuttaan. Karttuneet kokemukset muovavat aina myös tulevia kokemuksia. Uudet kokemukset tuovat parhaimmillaan toimintaan muuntelun mahdollisuuksia, herkkyyttä ja joustavuutta. Ne tukevat ja edistävät luovaa sopeutumista eteen tulevissa haasteissa ja tilanteissa. John Deweyn (1916/1966; 1951) ajattelussa yksilön henkinen kasvuprosessi jatkuu elämän loppuun asti. Sopeutumisen ja uuden oppimisen ehto on reflektiivisen ajattelun suuntaaminen omaan toimintaan ja omiin kokemuksiin sekä näistä kokemuksista oppiminen. Syvimmässä ja vaativimmassa merkityksessä oppiminen muodostaa kokemusten muuntumisen ytimen ja avaa mahdollisuuden elämän mittaiselle jatkuvalla uudistumiselle muuttuvissa ympäristöissä ja alati muuttuvissa tilanteissa. Elinikäisen oppimisen yksilöllisten perustelujen alku pohjautuu näkemykseen ihmisen henkisen kehitysprosessin jatkumisesta koko eliniän ajan.

SOSIAALINEN VUOROVAIKUTUS

Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveeseen -toiminnassa on sosiokulttuurisen oppimistoiminnan myötä löydetty jokaisessa olevia inhimillisiä voimavaroja. Ryhmäläiset valtautuivat tutkimaan itseohjautuvasti valokuviaan ja niihin liittyviä muistoja, keskustelivat muistoistaan toistensa kanssa ja löysivät uutta itsestään ja toisistaan. He hankkivat tietoa taiteen tekemisen menetelmistä, materiaaleista ja välineistä sekä kehittivät taitojaan taiteen tekemisessä. He oppivat näkemään ja katsomaan taidetta avoimesti ja toisin kuin aiemmin. He oppivat ymmärtämään henkilöhistoriassaan tapahtuneiden asioiden kulun osana laajempaa kokonaisuutta.

Mitä haluan elämästäni muistaa? -palvelumallin taidetoimintaa on ohjattu päämäärätietoisesti taidepedagogiikan avulla, jolloin ihmisen kokemusmaailma on ollut taidetoiminnan keskiössä. Osallistujille on mahdollistettu omien elämänkokemusten tarkastelu ja niiden arvon näkeminen inhimillisen kasvun ja oppimisen elinkäisessä jatkumossa. Taidetoiminnassa syntyneet teokset ovat olleet yksilön historiaan kiinnittyvää kuvallista ilmaisua, joka on toiminut merkitysten rakentumisessa ja pyrkimyksessä ymmärtää ja rakentaa ja jälleen uusia merkityksiä. Tässä prosessissa kaikilla osallistujilla oli tärkeä rooli. Osallistajat muodostivat turvallisen ryhmän, jossa oli hyvä jakaa omia hyvinkin henkilökohtaisia kokemuksia. Syntyneet kuvataiteen teokset ovat näin toimineet kommunikaation muotona itselle ja muille ryhmän jäsenille. Teoksen tekeminen on prosessi, jonka avulla toisten havaittavaksi ja jaettavaksi tulee se, mikä on ollut ensin henkilökohtaista. (Dewey 2010, 84; Malmivirta 2011, 106.) Sosiaalisella vuorovaikutuksella oli oma erityinen merkityksensä koko *Mitä haluan elämästäni muistaa?* -prosessin aikana, josta rakentui seuraava avain:



Avain 5

SOSIAALINEN VUOROVAIKUTUS

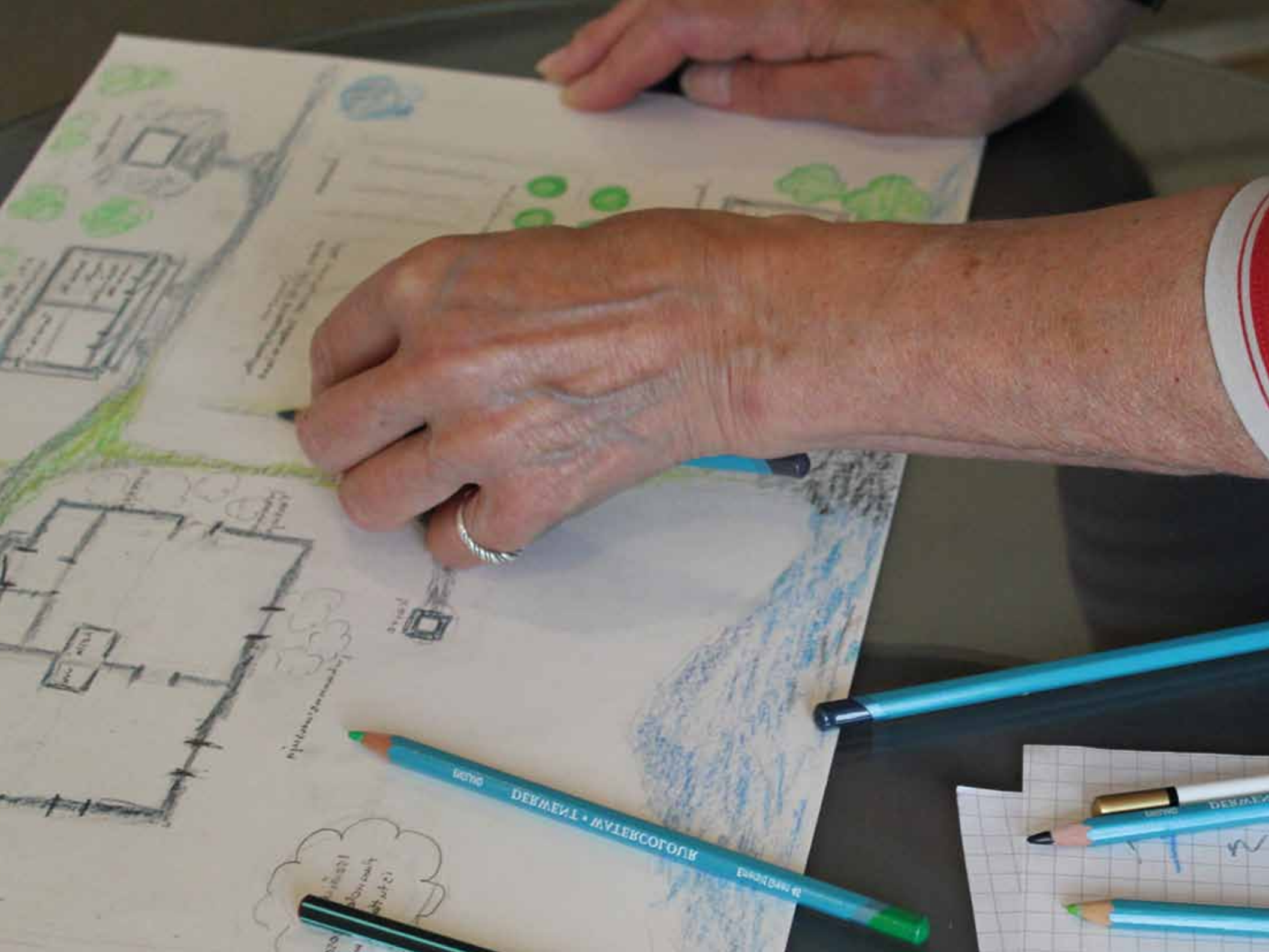
- vuorovaikutus itsen kanssa
- vuorovaikutus oman kuvallisen työskentelyn kanssa
- vuorovaikutus toisen kanssa

KOONTA

Sosio-kulttuurisessa ajattelussa pedagogisen toiminnan ohjauksen ydin on innostaminen. Innostaminen perustuu aina suunnitteluun ja päämäärätietoiseen toimintaan. Innostamisen kulttuurisen toiminnan avulla tavoitellaan erityisesti luovuuden ja monipuolisen ilmaisun kehittymistä. Tällöin toiminnassa korostuvat taiteen eri alueet niiden ilmaisukykyyn vuoksi. Sosiaalinen ulottuvuus keskittyy ryhmään ja yhteisön vahvistamiseen. *Mitä haluan elämästäni muistaa?* -taidetoiminnan pedagogisessa ohjaamisessa kiinnitettiin tietoisesti huomiota jokaisen osallistujan osallisuuden vahvistamiseen erilaisin harjoituksin jokaisella kerralla. Ohjauksessa pyrittiin myönteiseen emansipoituneeseen toimintatapaan, jossa keskeisenä ajatuksena on saada aikaan jokaisella ryhmäläisellä minän ja maailman dialogia. Ohjaajat ja opettajat toimivat myös oppijoina ja kuuntelijoina tarkistaen koko ajan käsityksiään suhteessa toisen kertomaan hyväksyen samalla oman kasvunsa keskeneräisyyden osana aitoa dialogisuutta. Värri (2004, 18) toteaa, että dialoginen suhde on mahdollista vain, jos ylitämme yksilöllisyytemme ja suuntaudumme toisamme kohti ja annamme toisen tuoda itseään esille sellaisena kuin hän on. *Mitä haluan elämästäni muistaa?* osallistujien ryhmäytyminen tapahtui jo ensimmäisellä tapaamiskerralla. Ryhmän jokainen jäsen koki itsensä tärkeäksi ryhmän jäseneksi. He kokivat myös, että ilmapiiri oli turvallinen, luottamusta herättävä ja toista kunnioittava, mikä vapautti puolestaan toimimaan vapautuneemmin, kertomaan ja jakamaan hyvinkin henkilökohtaisia asioita elämästään. Omien muistojen kertominen koettiin luontevana juuri toista kunnioittavassa ja arvostavassa ilmapiirissä, mikä lisäsi myös merkityksellisuuden kokemusta.









KELTAINEN TUPA JA PERUNAMAA

7. Keltainen tupa ja perunamaa

Helena Malmivirta

Ryhmän luotsaajina toimivat Satu-Maaria Mäkipuro, Helena Malmivirta ja Suvi Kivelä.

Keltainen tupa ja perunamaa -pilotissa tavoitteena oli aktivoida aivoja ja muistin toimintaa tutkimalla lapsuuden kodin ja ympäristön arkkitehtuuria valokuvien, henkilökohtaisten tarinoiden ja kuvataiteen keinoin. Paikantamalla valokuvien valinnan lapsuuden kodin ja ympäristön valokuviin kiinnitettiin huomiota ajan kulttuuriseen ympäristöön, rakennuksiin ja niihin tarinoihin, jotka ympäröivät kyseessä olevan ryhmän lapsuuden aikaista maailmaa.

Pilotti toteutettiin Salon taidemuseo Veturitallissa 4.9.–30.10. ja 27.11.2013. Veturitallissa järjestettiin alkuorientaationa yleisöluento, johon kutsuttiin luennoijaksi paimiolainen perinnemaiseman ja kulttuuriympäristöjen arvojen suojelijana palkittu arkkitehti Viri Teppo-Pärnä. Paikalle saapui runsaasti innokkaita kuulijoita, ja tilaisuudessa ryhmään ilmoittautui aiheesta kiinnostuneita. Ryhmän koko oli alussa kahdeksan jäsentä, ja ryhmä täydentyi vielä yhdellä jäsenellä kolmannella tapaamiskerralla. Useita kyselyjä tuli vielä myöhemminkin, mutta koska prosessi oli kuitenkin jo edennyt melko pitkälle, ryhmä suljettiin kolmannen tapaamisen jälkeen. Ryhmä kokoontui viikottain taidemuseon kahvilan tiloissa. Tila on luontevasti osa taidemuseon avointa tilaa, olimme taidemuseossa. Taidemuseo on ollut osallistujille paikka, jonne he ovat aiemmin tulleet tutustumaan näyttelyihin, nyt se oli heille toisenlainen toiminnan ja tekemisen paikka. Kokonaisuuden suunnittelussa otimme huomioon pilotin aikana toteutuvat taidenäyttelyt.

Seuraavassa kuvataan *Keltainen tupa ja perunamaa* -palvelumalli ja sen kehittymisen prosessi. Samalla kuvataan ne avaimet, jotka rakentuivat tämän palvelumallin tutkimus- ja kehitystyön aikana. Osallistujien äänen ja kokemusten kuulemiseksi kerättiin aineistoa ryhmähaastattelulla. Ryhmähaastattelussa kaikki osallistujat olivat yhtäaikaisesti läsnä. Osallistujien kerronta kokemuksistaan muodostaa sen aineiston, mitä tässä on käytetty. Aineistoa on analysoitu ja kategorisoitu samalla tavalla kuin *Mitä haluan elämästäni muistaa?* -palvelumallissa. Aineisto osoittautui analyysin edetessä kuitenkin liian ohueksi kertomaan sitä, mitä osallistavan taidetoiminnan aikana tapahtui. Aineistoa täydennettiin viimeisen tapaamiskerran jakamisen vaiheesta videoidulla materiaalilla, joka litteroitiin ja analysoitiin samalla tavalla kuin ensimmäisen palvelumallin aineisto.

Keltainen tupa ja perunamaa -palvelumallin taidetoiminnassa tuotetut lapsuuden kodin ja ympäristön arkkitehtuuria, valokuvia ja henkilökohtaisia tarinoita sisältävät kansiot toimivat ikkunana kertoa taidetoiminnan prosessista ja sieltä esiin nousevista tarinoista. Palvelumallin tutkimus- ja kehitystyön aikaisten ryhmätapaamisten jälkeen käytiin ohjaajien kesken arviointikeskustelua, ja arvioinnin perustalta seuraavan kerran sisältöä suunnattiin tavoitteiden mukaan. Ohjaajat kävivät pohtivia keskusteluja kuvataiteesta, kuvataiteen menetelmistä, oppimisesta ja ohjaamisesta sekä taiteen, kulttuurin ja tekemisen tarpeen ymmärtämisestä. Tärkeänä nähtiin, että kaiken taidetoiminnan lähtökohtana on ihminen ja hänen henkilöhistoriansa. Omien kokemusten käsitteleminen on tärkeää, ja kokemuksista lähtevä taidetekeminen tuo tunteen osaamisesta ja mielekkyyden tekemiseen.

7.1. Kuvaus palvelumallista ja kehkeytyvistä avaimista

SUKELLUS LAPSUUDEN KODIN JA YMPÄRISTÖN ARKKITEHTUURIN VALOKUVIIN

Viri Teppo-Pärnän luento kirvoitti ajatuksia eteenpäin niin vauhdilla, että seuraavan viikon tapaamisessa ryhmäläisillä oli jo nippu valokuvia lapsuuden aikaisista pihapiireistään ja leikkiympäristöistään. Valokuvaan kietoutuneet tarinat olivat läheneet lentoon jo kotona valokuvia etsittäessä. Kodin valokuva-arkistoista on valittu ja tuotu mukaan emotionaalisesti magneetin tavoin kiinnostusta herättäneitä valokuvia, ja nyt niiden sisältöä tarkasteltiin hyvin tarkkaan ja niistä keskusteltiin (Halkola 2009, 57). Oli tapahtunut sama punctum-kuvan katsomisen tapahtuma kuin *Mitä haluan elämästäni muistaa?* -ryhmän jäsenillä tapahtui kuvien katselemisessa. Valokuvien katsoja ui syvälle kuvaan ja siellä olevat tarinat lähtivät liikkeelle. Kun valokuva on itselle merkityksellinen, se luo jännitteen kuvaushetken ja kuvan tarkasteluajan välille ja saa katsojansa kulkemaan ajassa taaksepäin. Hentinen (2002, 41) toteaaakin, että kuva voi toimia yllykkeenä ajatuksille, tunteiden ja muistojen herättäjänä sekä kehollisaistimuksellisen tiedon välittäjänä. Yhteen kuvaan on mahdollista pysähtyä pitkäksi aikaa. Ryhmässä annettiin tietoisesti aikaa kuvista kehkeytyville tarinoille ja ohjaajat toimivat kuuntelijoina mielen kätköistä pulppuaville tarinoille.

Nykyisen Salon kaupungin aiemmat kymmenen itsenäistä kuntaa palautuivat valokuvien välityksellä eteemme aiemmin itsenäisine kuntineen, kortteleineen ja henkilöineen. Keskustelussa löydettiin yhteisiä asioita, palattiin yhteisiin matkoihin sekä löydettiin tuttavuus- ja sukulaisuussuhteita mutkan takaa. Menneet henkilöt, tiet, talojen sisäpihat, korttelit, puretut kauniit vanhat talot ja niissä asuneet henkilöt heräsivät henkiin tarinoiden runsaassa kerronnassa. Valokuvien rajat häipyivät, tarinat jatkuivat kuvien kulmien ulkopuolelle. Siinä kuvien vieressä olevat talot ja niissä asuneet ihmiset olivat läsnä tarinoissa ja arjen kuvauksissa.



Tuol on tommone Turhala, ja tää on palokunta. Se on semmone kaheksankulmaine, tämmöne katto, lasit... Se oli se Jääskeläine, joka omisti ton tien, mis me asuttiin, ni hänen mielestä se on turhaa. Siel oltiin. Toi on toi, mikä on vieläki olemas. Asemakatu menee tuolta. Joo. Tämmönen pihatie menee sinne. Ja tänne ei pojat saanu koskaan mennä, mut sunnuntaisin oli kahvi- tai teetarjoilu, tai kaakao, mut itte ei saanu mennä tän kukaistutuksen ja mökin välii. Se oli semmone kielletty alue. (Osallistuja 6)

...Tää oli tän pojan, täähän oli ottolapsi, joka piti siihen aikaan, tä on vanhempi kuva tää, mut täs oli Valokuvaamo Ritva. Ja se oli sitte tässä kuvassa, missäs se oli? Se oli täällä. Portist sisää, se oli täs, tää oli päärakennus. Ja se oli kyl sit vähä karsittu näit hienouksii täältä pois siihen aikaan, kun mä olin siinä, tai oltiin siinä. (Osallistuja 6)

... Joo, se näkyy täällä takana. Eli se oli... Täs oli se valokuvaamo, täs oli väli ja täs oli joku tämmönen vanha kaivo, mis oli tämmöne harjakatto ja ämpäriveivi. Ni se oli täs välis. Ja tääl oli tämmönen, orapihlaja-aidas, tämmönen lehtiportti. Ja täs oli tää piha-alue. Tää on joku meidän sukujuhla, ja meidän sukujuhlat on niin kauan, kun mun isäniki jo muisti, ni siel pelattiin tämmöst keilapeliä. (Osallistuja 6)

Punctum-kuvien tarkastelussa omaelämäkerrallisessa toiminnassa on mahdollista tavoittaa tunneyhteys elämän merkityksellisiin ihmisiin, paikkoihin ja tapahtumiin. Punctum-kuvan katsomista kuvataankin kuin kohtaisi kuvassa sattuman, joka herättää mielen (Halkola 2009, 56). Kuvat ovat myös koskettavia siksi, että niihin sisältyvissä tunteissa on erityismerkityksensä. Arkkitehti Viri Teppo-Pärnän luento ja myöhemmin myös salolaisen arkkitehti Lauri Hollmenin luento Salon historiasta sekä etukäteen annetut ohjeet innostivat ryhmäläisiä tarkastelemaan valokuvissa olevia rakennuksia, ympäristöä ja myös piilossa olevia leikkiympäristöjä sekä taloissa asuneita ihmisiä. Sosiokulttuurisen oppimistoiminnan ajattelu toteutui parhaimmillaan, ja ryhmäläiset olivat jo ensi tapaamisella valtautuneet täysivaltaisiksi toimijoiksi ja oman toimintansa ohjaajiksi.

LAPSUUDEN LEIKKIPAikkojen REITIT

Valokuvien parissa työskentelyä jatkettiin siten, että valokuvissa olevat lapsuuden kodin ja ympäristön leikkipaikat ja reitit piirrettiin kartoiksi. Kotia ja ympäristöä kuvaavia valokuvia lähestyttiin eri suunnista. Tampereen, Lappeenrannan ja Salon kaupunkia ja lähemmin niissä olevia paikkoja ja yksityiskohtia tarkasteltiin lintuperspektiivistä. Omassa muistissa olevat kokemukset liikahtivat ja siirtyivät papereille. Lintuperspektiivistä katsoen lapsuuden ympäristöt näyttäytyivät oman talon ja ympäröivien peltojen viivoitetulta maisemalta tai geometrisilta kuvioilta.

Sandström (2010, 114–115) selittää omaan elämänhistorian kokemusten tallentuvan omaelämäkerralliseen muistiin, jolle on ominaista kokemus minän pysyvyydestä, joka puolestaan luo pohjan minätietoisuudelle ja itselle merkityksellisten tapahtumien muistamiselle. Episodisen muistin perusolemuksesta määritellään (Tulving 2002, 1–25; Sandström 2010, 114) kolmella toisiinsa liittyvällä käsitteellä: itse, tässä ja nyt -tietoisuus sekä subjektiivisella käsityksellä ajasta. Subjektiivisella ajalla tarkoitetaan kykyä siirtyä ajattelemaan aiemmin omassa elämässä tapahtunutta. Perusajatuksena Tulvingin määritelmässä on, että muistelija ymmärtää olevansa sama ihminen sekä nyt-hetkessä että myös eilen tapahtuneen kokija. Tapahtumaa kuvataan mielensisäisenä aikamatkailuna, johon kuuluu myös kyky siirtyä ajatuksissa tulevaisuuteen kuvittelemaan tulevia tapahtumia. Ryhmäläiset ymmärsivät olevansa oman elämänsä tarkkailijoita, ja aikamatkailu jatkui hyvin intensiivisenä vuosikymmenten taakse, jonka ajasta, kokemuksista ja tapahtumista jokainen halusi kertoa. Lintuperspektiivistä kuvatut maisemat ja samalla niihin liittyvät valokuvat värittyivät tarinoilla.



Kyllä. Et jos hänel on paljo ympäristöö, ni tota täs on nyt meiän sit se pihapiiri, mitä mä olen nyt niinku koittanu muistaa sitten, mimmonen se oli lapsuudes. Eli täs oli semmone vanha, tai on edelleenki siis rintamamiestalo, ja sitte tota navetta rakennettiin, se rakennettiin, -52 se valmistu, et ennen oli täälä semmonen pitkä makasiini, mikä oli silloin jo, kun he tulivat tänne, ja siel toises pääs oli navetta, että he joutu aina aamul viemää kaikki kuumat vedet ja kaikki sinne jollai kelkal tai kärryllä täält kotoota kunnes tää sit valmistu. Sit tos oli sauna, tai on edelleenki siis. Sit mun setä, meil oli semmone, et tääl asu mun isovanhemmat eli isän äiti ja isä, hänen poikamiesveljensä ja sitten oli meitä äiti ja isä ja meit oli kolme lasta, mä olin keskimmäine. Ni tota yleensä oli vaan niinku sauna ja pukuhuone, mut ku tää Antti-setä oli semmonen, hän teki paljo käsillään, ni hän sai sitte luvan rakentaa tähän semmosen niinku saunatuvan, jossa hänel oli sit höyläpenkki ja semmoset mis hän, hän on nyt melkee kaikki meiän huonekalut ja kaikki sellaset tehny. (Osallistuja 7)





LAPSUUDEN SALATUT REITIT

Karttateemaa kuljetettiin vielä seuraavaan tapaamiseen. Seuraavalla kerralla oli mahdollista tarkentaa lintuperspektiivin karttaa lähempää ja piirtää lapsuuden salatut reitit näkyviksi. Kartat olivat myös innoittaneet tutkimaan ja hankkimaan viikon varrella oman kotikaupungin kortteli- ja kaupunginosan karttoja, joita tarkasteltiin yhteisvoimin. Vuosikymmenten takaisiin ja nykyisiin karttoihin havainnollistettiin sormilla osoittamalla jo tuhoutuneiden tai purettujen talojen paikkoja, aitoja ja pihvoja. Kiinnostavat ja uteliaisuutta herättävät tarinat saivat jälleen kuulijansa. Sandström (2010, 115) selittää, että ajalla ei ole merkitystä, kun palautetaan mieleen omaan menneisyyteen liittyviä tosiasioita, kuten omaan identiteettiin, persoonallisuuden piirteisiin tai syntymäpaikkaan liittyvää tietoa. Muistin kerrokset ja visuaalinen hahmottaminen olivat aktiivisessa liikkeessä tässä kerronnan, valokuvien ja karttojen integroitumisessa toisiinsa. Elämäkerrallinen muisti ja elämäkerrallinen kuvallinen työskentely edellyttävät varsin monimutkaista kognitiivisten ja emotionaalisten prosessien välistä yhteistyötä, jotka aktivoivat aivojen eri alueita (Sandström 2010, 115).

KUVATAITEEN RIKKAUDEN HYÖDYNTÄMINEN

Ohjaajat kuuntelivat tarinoita ja opastivat tuomaan karttoja ja lapsuuden ajan ympäristön kuvauksia esille kuvataiteen moninaista rikkautta hyödyntäen: maalaamalla, piirtämällä ja näitä tekniikoita yhdistämällä. Valokuvien suurentaminen ja yksityiskohtien tarkentaminen pastelliiduilla ja liittäminen isolle paperille sekä valokuvien sisältäminen tarinoiden kirjoittaminen kuvien yhteyteen sai aikaan jälleen palaamisen valokuvien aikaisiin tapahtumiin ja mielenmaisemiin. Taidetoiminnan lähtökohtana ja tietona oli näiden mukana olevien ihmisten henkilökohtaiset omaan henkilöhistoriaan liittyvät kokemukset. Omaan elämäntarinaan liittyvä omaelämäkerrallinen aikamatkailu laittoi omat lapsuuden ajan kokemukset liikkeelle, ja niiden tiedostaminen elämän merkityksellisinä ja tärkeinä kokemuksinateki välillä kipeääkin (Halkola 2009, 57). Lapsuuden leikkipaikkojen karttojen piirtämisessä tapahtui visuaalista hahmottamista, visuaalista ajattelua, matkojen ja paikkojen sijoittamista aikaan ja oman elämänkulun tapahtumasarjaan. Prosessissa tapahtui päätöksen tekemistä, valintaa, mielikuvitusta ja luovaa ajattelua ennen kuin nämä elämäntapahtumat piirtyivät muistiin kätkeyistä monimutkaisesta kudelmosta näkyviksi kuvataiteen keinoin itselle ja toiselle uudelleen katsottavaksi ja jaettavaksi. Valokuvien aikaiset tapahtumat ikään kuin kirkastuivat niitä suurennettaessa ja kun niitä käsiteltiin värein, kuten kaksi osallistujaa edessä olevaa teostaan kuvaavat:

Ja sit ihan vähän laitoin noil värikynil sihe värii, ni ykskaks, et niinku se aurinko tuli sielt. Se on ihan mustavalkosest väritetty. Se teki, se niinku hyppäs sielt ihan. Eli tota täs päädys on nyt sitte toi keinu, puutarhakeinu ja tää on se näkymä niinku sielt puutarhakeinust sitte, eli ohrapeltoo se kuva, ja tos on makasiini, ku mä aattelin, et jos sen sinne jonneki laittais sitte. Ku täst on nimittäin sitte melkee Paimioo asti näkymää. (Osallistuja 7)

Ja totanoi sinne mun vanhemmat on muuttanu sillon sitten evakosta, ni se oli Sysmästä, ni tänne. Ja ensiks tämmöse, tä oli Fulkkilan kartanon tämmönen mökki, ni siihen. Fulkkila. Ja tota siihen kuulu vaan tupa ja kamari ja tämmöne, et se oli tosi piän, mut meit oli siel kumminki näin paljon sitten. Ajatella, nii. Et tota hyvi sinne sit on mahduttu. Sit oli, navetta oli, toi on niinku toi Hakämäentie, ni navetta oli täl puolel tietä, et se nyt on vieläkin siinä. Ja tota, no sit rakennettiin sillon, joskus 50-luvun alus sit valmistu tää talo, et siihen muutettiin, ja tota täst on näkymä sinne niinku, tos on sitä peltoo, se mökki oli täs ja tääl on semmone iso mäki, mis on semmone, se mitä nää kiviroykkiöt on semmosii... (Osallistuja 8)

AVAJEN RAKENTUMINEN

Keltainen tupa ja perunamaan taidetoiminnassa lapsuuden kodin ja ympäristön arkkitehtuurin tutkiminen valokuvien avulla toi henkilökohtaiset tarinat näkyviksi, niistä kerrottiin ja niitä jaettiin edelleen. Valokuvissa avautui kerronnan ja työstämisen avulla ajan rakennuskulttuuria, maaseudun arjen kulttuuria, kaupunkien sodan aikaista ja sodan jälkeistä elämää. Valtava



määrä hirstoriallista tietoa oli läsnä jokaisella tapaamiskerralla. Ryhmäläiset olivat arjen kulttuurisen tiedon tuottajia ja kertojia taiteen keinoin. He olivat aktiivisia toimijoita ja myös sosiokulttuurisia innostajia suhteessa toisiinsa ja ohjaajiin. Ohjaajien rooli olla kuuntelijana ja hienovaraisena ohjaajajana, miten saada piilossa olevat tarinat näkyväksi kullekin sopivalla tavalla.

Keltainen tupa ja perunamaan koko prosessi oli vuorottaista visuaalista ajattelua ja reflektiivistä ajattelua; tarkennettiin katsetta, katsottiin etäältä, hahmotettiin muotoja ja ja valittiin värejä korostamaan havaittua. Sormi ohjasi sekä kertojaa että katsojaa kulkemaan kuvassa, seuraamaan kehkeytyneen kuvan ja kuvien muotoja, värejä ja ääriviivoja ja kulkemaan myös kerronnan mukana katsomalla syvälle valokuvien kätkeytyihin tarinoihin. Läsnäollen, havaintojen, kuvamateriaalin ja videoista litteroidin ja aineiston analysoinnin perusteella samoin kuin ensimmäisessä palvelumallissa myös tässä *Keltainen tupa ja perunamaa* -palvelumallin tutkimus- ja kehitystyössä kahdeksi ensimmäiseksi avaimiksi muodostuivat:



Avain 1.
VISUAALINEN AJATTELU JA VISUAALINEN HAHMOTTAMINEN



Avain 2.
REFLEKTIIVINEN AJATTELU

Keltainen tupa ja perunamaan -palvelumallin taidetoiminnassa osallistujat etenivät omaan tahtiinsa; tarinat saivat aikansa ja näkyväksi tuleminen oman aikansa. Ohjaajilta tämä vaati kykyä kuunnella aidossa dialogissa. Postmodernissa taidekasvatusajattelussa puhutaan havaintotodellisuuden tulkinnasta ja uudelleen esittämisestä. Taideteokset ovat representaatioita, jotka nostavat näkyviin lukemattoman määrän erilaisia todellisuuksia. Lapsuuden ajan ympäristöä kuvattiin nyt kartoilla ja uudelleen tulkituilla kartoilla, muodoilla metaforamaisesti ja myös sanoilla kertoen. Taiteessa metaforat ja kielikuvat auttavat jäsentämään asioita, joille ei ole olemassa vielä kieltä ja käsitettä mutta kuitenkin tarve antaa hahmo arjen kokemuksille. Sanallisen ja kuvallisen kielen sanotaan olevan (Säljö 2004, 107, 95–96; Malmivirta 2011, 224) aktiivisen ja luovan ihmisen perustava osatekijä kyvyssä rakentaa todellisuutta. Kielen tarjoamien älyllisten välineiden avulla on mahdollista tarkastella ja käsitellä ympäristöä monimutkaisella tavalla, jolloin näkökulmien runsaus muodostaa ihmisen tärkeän tietoresurssin. Elämän kokemusten järjestäminen narratiiviseen muotoon on samalla kokemusten merkityksellistämistä (Taylor 1989, 51–52; Greene 1995, 75; Malmivirta 2011, 224).

Tarinoita kerrottaessa reflektoidimme elämäämme taaksepäin. Reflektoidessa on mahdollista olla läsnä havaintojen avulla rakentuissa paikoissa. Tarvitaan havaitun prosessoimista näkyväksi tietoisesti aktiivisen ajattelun sekä taiteen materiaaleja ja välineitä saadakseen mielessä oleva näkyväksi. Näköaistin avulla tapahtuvat havainnot ovat tärkeitä, mutta ne eivät yksin riittäviä jäsenettäessä havaittua. Myös muut aistit ja mielen prosessit, ajattelu ja mielikuvitus ovat läsnä aktiivisessa näkemisessä. (Sava 2007, 98; Dewey 2010, 73; Malmivirta 2011, 225.)

Toine, joka tuli aika selvästi esille, oli tämmönen kun TTT, tekemisen tai toimen tekemisen tarkoitus tai työn tekemisen tarkoitus nyt, kun työ on meillä jo tiedossa. Mut semmonen, et teiän todella kannattaa mieltiä, et miks tekee, ja tääkin työ niin kun tai yritelmä, niin kun koostaa sitä. (Osallistuja 9)

Taidetekemisen prosessissa tapahtui myös korkeamman kyvykkyyden kirvoitusta:

Sitten tuota tullaan tähän eli mulla oli tietkö vastustus, tän mä tein mielelläni vielä, sen talon, mut tuota taiteellisiin välineisiin niinku värikynään tai vesiväriin tai johonki muuhun väriin tarttuminen oli mielestäni niin... Jossain vaiheessa entistä elämää tein yhteisöjen kulttuurin kehittämishankkeessa, ja sieltä niin kun nyt tuli palautteenä... Kyvykkyyksien kirvoittaminen tässä on tapahtunut. (Osallistuja 9)

Taiteen avulla voidaan tavoitella ja manifestoida sitä, mikä käsitteellisessä kielessä jää saavuttamatta. Taiteessa hiljaisuuden tehtävänä on kätkeä merkityksiä ja paljastaa niiden todellisuus kirkkaassa valossa. *Keltainen tupa ja perunamaa* -palvelumallin taidetoiminnassa tuotiin esille erilaisia mahdollisuuksia ilmaista henkilökohtaista tarinaansa visuaalisesti. Taiteen tekemisessä kehittyivät myös tietoa ja taitoa materiaalien ja välineiden käytöstä ja soveltuvuudesta itse kullekin sopivalla tavalla (Filander 1997, 140; Malmivirta 2011, 230). Ymmärrystä taiteelliseen ajatteluun *Keltainen tupa ja perunamaa* -ryhmäläisillä rakentui sekä taidenäyttelyiden teosten vastaanottamisessa että oman elämän merkityksellisten tapahtumien ja tarinoiden visualisoimisessa. Taidetekemisen prosessissa kehittyivät myös taidot, jolloin omalle ilmaisulle löytyy sopiva kieli. Voidaan puhua myös taiteellisesta ajattelusta, tavasta nähdä, ajatella ja tehdä toisin sekä kertoa toisin. (Varto 2008, 81–84; Houessou 2010, 46–47.)

TAIDENÄYTTELYSSÄ

Taidemuseon intendentti Pirjo Juuselan kanssa sovittiin, että palvelumallin kokonaisuuden osaksi voidaan liittää kaksi opastettua taidenäyttelyä. Museoamanuenssi Mia Erpi johdatteli osallistujat japanilaisen Hiroyuki Masuyaman Transform-näyttelyn teoksiin. Valokuvanäyttely sopi erinomaisesti pilotin alkuvaiheeseen, jolloin näyttelyn valokuvateokset herättivät uudelleen tulkinnan mahdollisuuksia myös omiin valokuviin. Pirjo Juuselan opastamana ryhmäläiset pääsivät osallisiksi nuorena menehtyneen kuvataiteilija Ilkka Lammin teoksista. Nämä kuvataiteen teokset ja niiden tarinoin tutustuminen kuljettivat työstämisen vaiheessa olevien omien valokuvien sisältä ja muistin kätköissä piilevien tarinoiden näkyväksi ja kuulluksi tulemista. Kävimme ennen näyttelykierrosta keskustelua siitä, miten opastuksessa voisi huomioida katseen tarkentamista, läheltä ja etäältä katsomista. Tavoitteena oli erityisesti kiinnittää huomiota katseen tarkentamiseen teosten muotojen, värien ja viivojen sekä tarinan esiintymiseen kuvapinnalla, jolloin aivojen näköalue olisi tietoisesti aktiivisena passiivisen silmäilyn sijasta. Zeki (1999, 21) kuvaa visuaalista havaitsemisen prosessia aktiiviseksi aivojen kokonaisvaltaiseksi toiminnaksi. Aivojen avulla etsitään tietoa visuaalisesta maailmas-

ta, hylätään, valitaan havaitusta oleellinen. Samalla vertaillaan valittua tietoa jo muistissa olevaan tietoon, jolloin havaittu kuva saa hahmonsaa.. Tämä prosessi on huomattavan samanlainen kuin mitä taiteilija tekee luodessaan teostaan. Aivojen näköalueet prosessoivat eri puolia näkemästään, kuten muotoa, värejä ja liikettä. Katsoja luo taiteilijan tekemän teoksen kokonaisuuden osatekijät järjestykseen samalla tavalla kuin taiteilija on esimerkiksi teosta maalatessaan tehnyt. Sekä teoksen tehnyt taiteilija että sen vastaanottaja pyrkivät merkitysten paikantamiseen ja ymmärtämiseen.

Ryhmäläiset tarkastelivat teoksia hyvin tarkasti. He viipyivät teosten äärellä viipyillen ikään kuin kuunnellen niissä olevia tarinoita, katsoivat teoksessa näkyvää ja järjestivät havaitsemaansa. Erityisesti Ilkka Lammin työt saivat aikaan keskustelua taiteen voimasta kertoa, tekemisen tavoista ja eri aikakausien taiteilijoiden tavasta tehdä taidetta. Keskustelua syntyi myös siitä, mikä on taidetta ja miten taidetta määritellään ja siitä, miten taidetta arvostetaan.

TAITEEN MÄÄRITTELYÄ

Deweyn (Alhanen 2013, 182) mukaan taide kykenee ilmaisemaan jotain äärimmäisen syvällistä ihmisten elämää koskevista ihanteista. Dewey on todennut teksteissään (1934/1980) taiteen olevan vaarassa muuttua vain museoiden omaisuudeksi, kun se irrotetaan alkuperäisestä kokemuksellisesta ympäristöstään elitistiseksi arvoesineeksi tai elitistiseksi itseilmaisun muodoiksi. Näin ne voivat koskettaa vain pientä korkeakulttuurin vihkiytyntä ryhmää. Deweyn ajattelussa taide tulisi kytkeä kiinteästi ihmisten arkisiin kokemuksiin ja taiteen tuottamiin esteettisiin kokemuksiin.

Esteettisiin kokemuksiin liittyy voimakas täyttymyksen hetki. Esteettisyyden kokemus on osa elävän olennon ja ympäristön välisen vuorovaikutuksen luontaista rytmiä, jossa yksilö aika ajoin kadottaa tasapainonsa







ja joutuu jälleen rakentamaan uutta suhdetta ympäristöönsä. Esteettisillä kokemuksilla on merkityksensä kokemuksen kehittämisessä, sillä ne muuttavat aina jollakin tavalla ihmisen tapaa kokea maailmaa. (Dewey LW 10 (AE), 25; Alhanen 2013, 182.) Deweylle taideteoksen luominen ja sen havaitseminen tapahtuu kokemuksen kehityksen rytmistä ja sen huipentumisesta käsin. Aisteilla on tehtävänsä siinä, missä yksilö osallistuu suoraan ympärillä olevaan maailmaan. Maailman vaihtelevuus tulee todeksi aistien välityksellä. Tämä aistien välityksellä tuleva tieto, kokemuksen aines, on keino, joilla elävän olennon vuorovaikutus ympäristön kanssa mahdollistuu. Aistisessa vuorovaikutuksessa elävän ympäristön kanssa tapahtuu erottelua ja vastakohtaisuuksien tarkastelua. Vastarinnalle ja jännitteelle avautuu reflektiivisen tarkastelun seurauksesta enemmän tilaisuuksia kokeilulle ja keksimiselle, jolloin myös oma toiminta voi uudistua sekä ajattelun ja tuntemuksen ala laajentua ja syventyä. Elämisen kokonaisuunnitelmat laajenevat ja rikastuvat, kun tapahtumien monimutkaistuksessa kamppailun ja täyttymyksen rytmit vuorottelevat. (Dewey 2010, 34.)

Elämän kokoiset tarinat kutoutuivat symbolisiksi maalauksiksi: peltojen sävyiksi, viivoiksi ja sivelten jäljiksi, talojen ja pihapiirien valoisiksi kuviksi. Maalauksista kerrottaessa muistin kätköistä paljastui paljon tietoa, joka näkyi erilaisina tapoina, rutiineina, käytäntöinä ja tuntemuksina. *Keltainen tupa ja perunamaa* -ryhmäläiset kertoivat kokemuksistaan:





Salon taidemuseon Ilkka Lammi ja menneisyyden kaiku -näyttely syksyllä 2013.





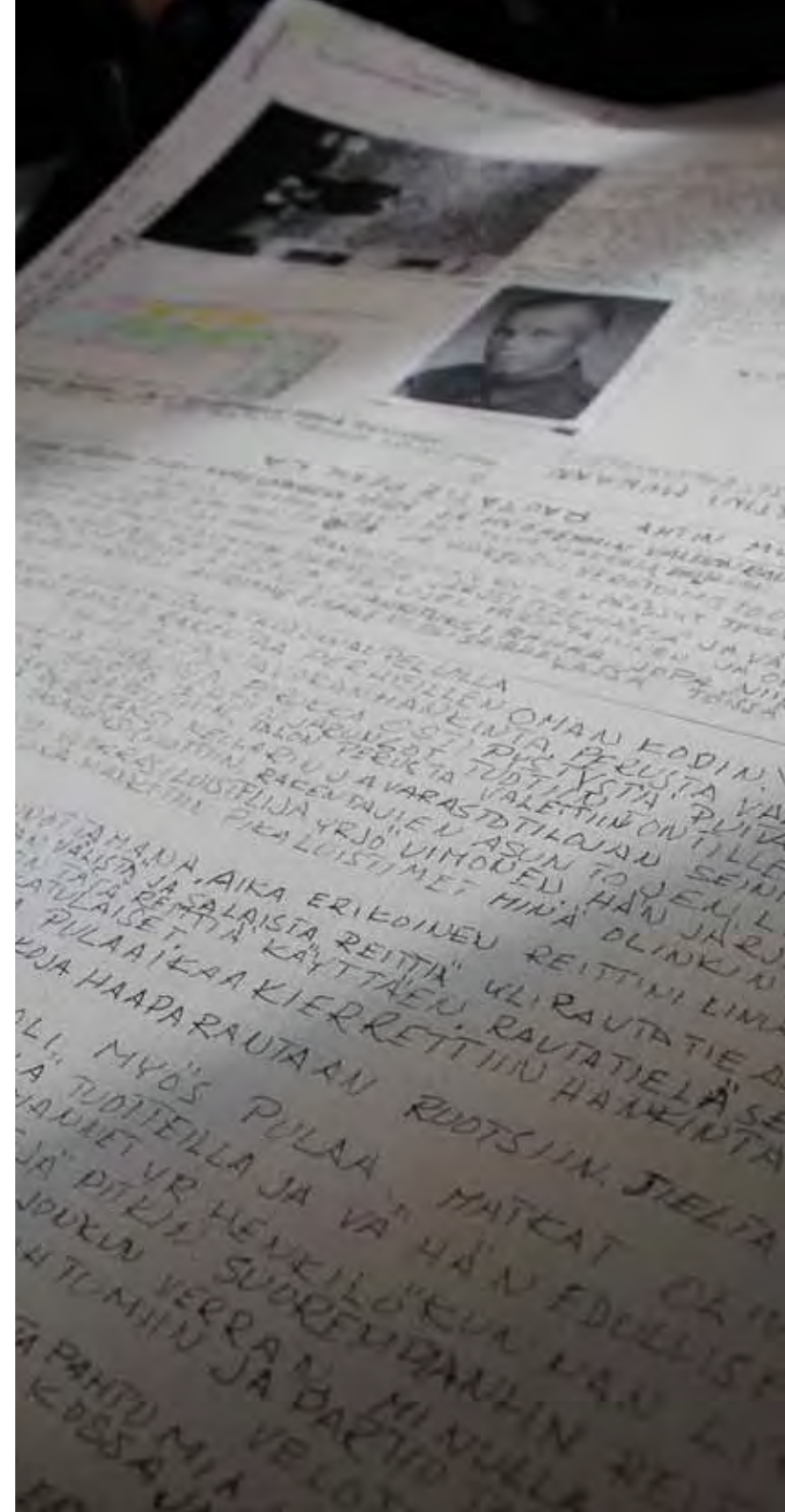
Rautatie oli erittäin merkittävä, se täälläkin tulee esille. Mutta tuota minä niinkun oikeestaan koko sen lapsuuden olin tuota rautatien kanssa tekemisissä. Aluks tuota sillie, että kävin aina katselemassa junia, ja joskus sain jopa selkääni sen takia, ku oli liian lähellä rataa. Tehtiin semmosia juttuja, et tota ku siinä on, meiän pihasta lähti semmonen oikeen penkka sinne, missä sitte rautatie oli alempana, ihan aika huomattavasti alempana, ja tuota sit siin oli oja, ja tuota me menttiin tietysti sinne ojaan, ku se oli kuivana ja tuota sitte katottiin, mitenkö lähelle uskalletaan mennä. (Osallistuja 11)

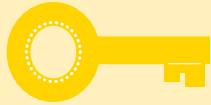
Me pistettiin vaan markkaa junan kiskoille, pyörän alla ja... (Osallistuja 9)

Kaupunki on murskannu koko talon ja... Ukki oli tuota tommonen erikoismuurari. Hän kiersi ympäri Suomee, kaikki tehtaan piiput hän oli Suomeen rakentanu. Siit on paljo, ukista juttuja, monet on kertonu myöhemmin niitä, että tuota "on se kummallinen tuo Taavetti, että se tuolla piipun päässä aina touhuu ja tuota ei sitä koskaa pelota", niin joku toinen tokas, että "no ei sitä pelota, kun sil on aina ruukissa nuo silmälasit. Ei se nää mittää". Mutta tuota, ukki on tosiaan kaikki nämä suuret tehtaanpiiput tähän ympäristöön... (Osallistuja 11)

HILJAINEN TIETO

Ymmärrys itsestä ja toisesta ihmisestä rakentui prosessin aikana paitsi keskustellen myös hiljaisesti taidetoiminnassa. Hiljaisuudessa ei varsinaisesti paljastunut merkityksiä, vaan ne olivat kätkeytyneet ja verhoutuneet taiteen kieleen vastavoimana sanojen latistavalle voimalle. (Blomstedt 192, 15; Malmivirta 2011, 230.) Jokaisessa tapaamisessa tapahtui myös intensiivistä hiljaista keskittymistä ja omaan työhön syventymistä. Ryhmäläiset totesivatkin jakamisen vaiheessa, kuinka erilaisilla tavoilla itse kukin oli tarinaansa kertonut. Taidetoiminnan aikaisesta työskentelystä kehkeytyi seuraava avain:





Avain 3.

HILJAINEN TIETO

- Viivoihin, väreihin ja muotoihin kätkeytyt tarinat
- Käsitteellinen ja aistinen tieto
- Intuitiivinen tieto

Polanyin (1966, 4; Malmivirta 2011, 229) hiljaisen tiedon ytimessä on ajatus, että tiedämme enemmän kuin osaamme kertoa. Meillä on paljon tietoisuutta, jota emme osaa pukea sanoiksi, mutta joka näkyy erilaisina tapoina, rutiineina, käytäntöinä ja tuntemuksina. Puhutaan intuitiivisesta tietämyksestä, joka karttuu ihmiselle toiminnallisen kokemuksen välityksellä. Hiljainen tieto sisältää käsitteellistä ja aistista tietoa sekä mielikuvituksen avulla kertynyttä tietoa. Taiteen tekemisessä ja vastaanottamisessa tapahtuu itselle merkityksellisten ja itselle tärkeiden asioiden poimimista mielen varastosta (ks. Rauhala 2009).

KOKEMUS TAITEEN YTIMESSÄ

Keltainen tupa ja perunamaan taidetoimintaan osallistuneiden kuvataiteen, valokuvien ja kerronnan vuorovaikutuksessa rakentuneissa kokonaisteoksissa ja niihin kätkeytyneistä tarinoista rakentui kerronnassa tila, joka oli jotakin enemmän kuin tyhjää. Se oli väljä ja kattava näyttämö, jossa jäsenyi kaikki se moninainen tekeminen, johon ihminen osallistuu elämänsä aikana. Aika ei siinä kerronnan ja tarkastelemisen hetkessä ole loputon ja yhtenäinen virta tai hetkittäisten pisteiden kooma. Tapahtumaa voi pikemminkin kuvata toistuvalla sykkeellä, eteen- ja taaksepäin suuntautuvalla liikkeellä, vuorotaisella vastuksella ja joustamisen järjestyneellä ja järjestävällä toteutuksella ja täyttymyksellä. Dewey (2010, 35) kuvaa tätä prosessia kasvun ja kypsytymisen järjestyneisyydeksi.

Se oli jalat edellä silloin. Onko teillä vielä tallella näitä, näitä tämmösiä muistikirjoja? Tuota laivalla oli tämmöset, tuolta merenkulkuhallituksesta oli tämmöset henkilöt, jotka kirjotteli sinne sitte mun muistikirjaani kans värssyjä, ja silloin oli sitte, siel ei ollu saunaa tällä aseman nimellä silloin aluksi, niin sitte he tietysti keksi nämä laivamiehet, että loistosta, siis majakasta, mutta me puhutaan tuolla Järvi-Suomessa loistoista, ja tietteks te mistä ne on tehty? Rautaa. Vahvaa, vahvaa rautaa, ja niis sitte he teki saunan, tämmösen loistosauunan, ja tuota sit tuossa pieni tuota tommonen vaatejuttu, että johon sai jättää, ni hirmuhyvät löylyt, ei siinä mitään. Ja sitten siitä Armi Harmarberg kirjoitti, että "Mirja se on uimarityttö, soutaa alta ja Saimaan, välillä juoksee lämpiämään hauskaan loistosauunaan". Ja tässä on sitte se, sehän on oikeen historiallinen laiva, ja tuota tässä sitte siellä, mikähän tsaari siellä sitten olikaan, oliko se Aleksanteri joku, nyt en tarkkaan muista, mutta on ollu. (Osallistuja 12)



Kokemusten jakamisessa kerrottiin itsestä ja samalla eläydyttiin toisen kertomukseen. Voidaan puhua myös narratiivisen identiteetin rakentumisesta, jolloin ihminen liittyy ilmiöihin, asioihin ja toisiin ihmisiin merkityksellisten kokemusten välityksellä. Merkitys viittaa sekä kognitiiviseen että emotionaaliseen kokemuksen ulottuvuuteen. Kansakäymisestä tulee merkityksellistä silloin, kun ulotutaan siihen, mitä mielessä liikkuu. Se, mikä on tärkeätä itselle ja muille ja mitä meissä tapahtuu, vahvistaa luottamusta ja luo tilaa vastavuoroisuudelle. (Malmivirta 2011, 235.) Kerronnan aikana kuunneltiin keskittyneesti toisen kertomusta ja kommentoitiin omilla samaan tarinaan liittyvissä kokemuksilla, jotka rikastuttivat toisen kertomusta, jolloin tarinoista tuli vielä aiempaa enemmän "meidän tarinoita". Sosiaalisen vuorovaikutuksen ja tähän yhteisöön kuulumisen sai aivan oman merkityksensä. Sosiaalisilla kokemuksilla voidaan edistää narratiivien eli kertomusten syntymistä (Siegel 1999; ks. myös Madore 2010).

Eli mä löysin tommosen, aika mun mielest kivan näkösen tommosen fontin sieltä, ja mä olen nyt sil sit, tietokoneel laittanu. Eli tämän kansion omistaa Maj-Riitta, et vaik mua Majks sanotaan, ni mul on tommone nimi, joka johtuu siitä, että kun mä oon sota-aikana syntynyt, välirauhan aikana tota periaattees, ni tota on ollu tämmönen yhteiskaste siel synnytyssairaalas, ja äidin mukaan, ni must piti tulla Maritta, ja se pappi on kirjottanu sen noin. Sitte must tuli Maj-Riitta, mut ku mun piti aina sit tavata, ni mä oon joskus teini-iässä jättänyt ota Riittaa pois, ettei mun aina tarvii, et "se kirjoitetaan j:llä ja viiva Riitta". Sit se käy semmosena. Ja mä annoin täl nimen nyt, se on tämmöne, et Lapsuuteni maisemat ja tapahtumat muistojen lokeroista ammennettuna... (Osallistuja 13)

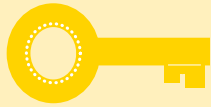






SOSIAALINEN VUOROVAIKUTUS

Jakamisen vaiheessa korostui myös sosiaalisen vuorovaikutuksen merkitys. Ryhmään kuulumisen ja osallisuus ryhmässä koettiin myös tämän palvelumallin kehitystyön aikana merkityksellisenä. Seuraavaksi avaimiksi rakentui:



Avain 4.

SOSIAALINEN VUOROVAIKUTUS

- Yhteisöön kuuluminen
- Osallisuus
- Kokemusten ja tarinoiden jakaminen

Ryhmäläiset kokivat hyvin tärkeänä itselle merkityksellisten tarinoiden kertomisen toiselle. Omaa elämää sanoittamalla ja kuvittamalla ja siitä kertomalla välitetään samanaikaisesti sanallisia ja sanattomia hiljaisia viestejä, joita kuulijat ottavat vastaan. tarinat taritsevat kuulijansa, jotta niistä tulisi merkityksellisiä. Samaistumalla toisen tarinaan myös vuorovaikutuksesta tulee merkityksellistä.

7.2. Inhimillinen kasvu

Omien kokemusten tarkastelu kuvataiteen, valokuvien ja kerronnan keinoin on ollut ajan muuttuvassa järjestyksessä tapahtuvaa kasvua (Dewey 2010, 35). Kasvu on sitä, että ihmiselämässä tapahtuvassa muutosten vaihtelevassa sarjassa tulee tauon ja levon välejä, päättymisiä, joista puolestaan kehkeytyy uusien kehityskulkujen alkupisteitä. Yhdelle ryhmäläisistä tämä taiteen tekemisen prosessi avasi menneisyyden lukot täysin avoimeksi. Kokemusten runsauden tulva tarvitsi ison paperin ja laajat liikkeet tulivat esille.

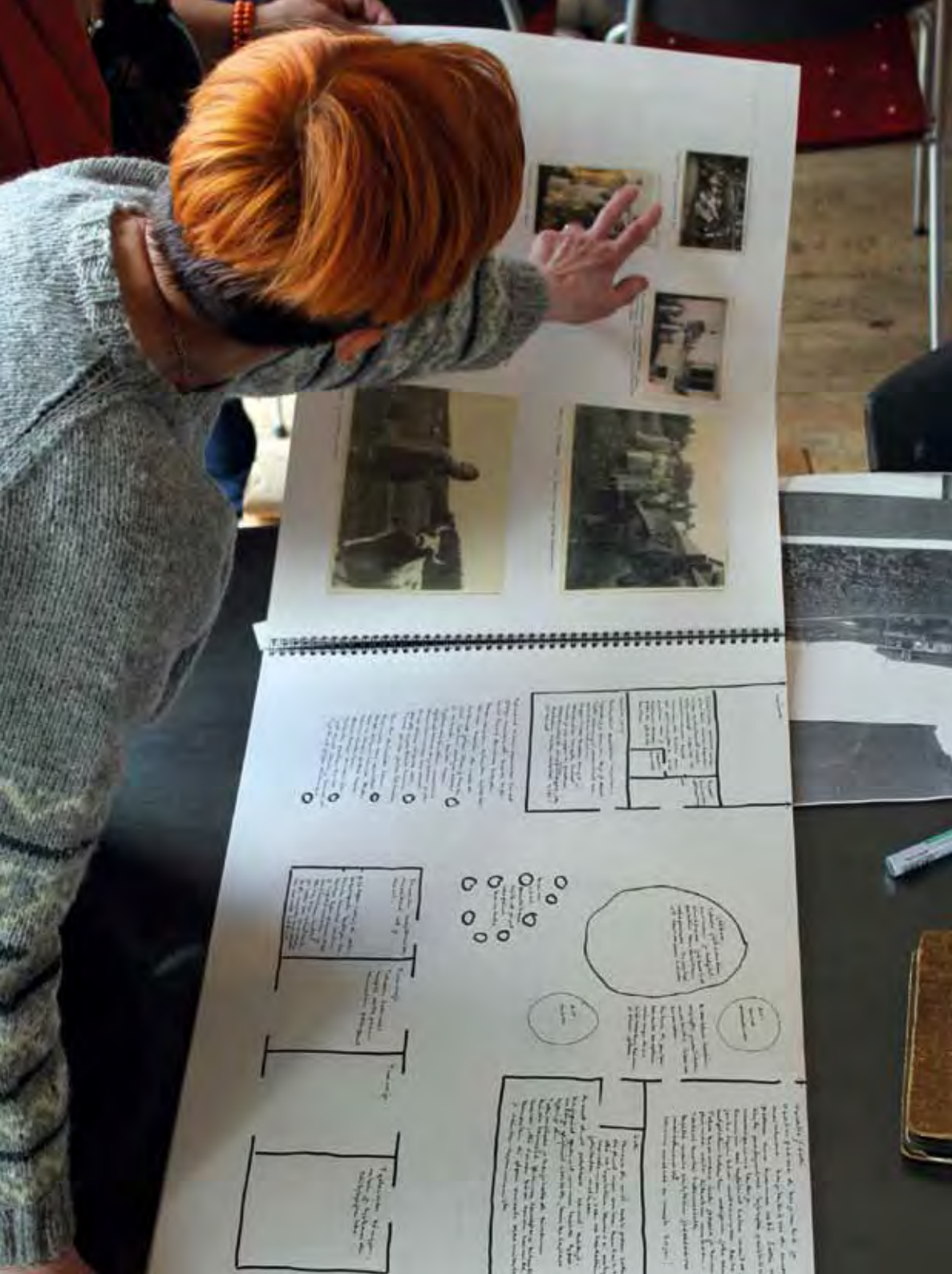
Tätä viivaksi lähtemisen ja tapahtumisen hetkeä voi kuvata Deweyn (2010, 35) kuvaamalla leimahduksella, joka valaisi tekijänsä pimeän maiseman ja jossa tunnistettiin välähdyksenomaisesti siinä näkyvät kohteet. Sodan aikaiset muistot lähtivät liikkeelle, pommikoneet ja juoksevien ihmisten hädän kokemuksen liikkeet piirtyivät paperille. Osallistujalle ja kokemustensa kertojalle näiden kohteiden tunnistaminen ei ole itsessään vain pelkkä tuon hetken ajankohta. Se on ajan mittaan elämäkokemuksiin liittyvien hitaiden tapahtumien kypsyminen myötä yhteen pisteeseen keskittynyt huijpentuma. Tämä hetkellinen pysähtymä on järjestyneen ja ajallisen kokemuksen jatkumossa ilmenenevä äkillisen erillisen huijennuksen hetki, joka purkautui auki prosessistaan. Vieressä on kuva piirtämisen ja muistojen tulvan näkyväksi saattamisen hetkestä:

Ja se, että mitä tä prosessi niinku toi mulle, niin mä olin jollakin lailla niinku halunnu unohtaa kaiken. Joo, mä en halunnu muistaa oikeestaan yhtään mitään. Mul oli niin hirveen traumaattinen suhde äitiin, ja koko se... Jotenki mä halusin sulkea sen pois, ja nyt sitte, ku mä tein tätä, niin ennen kaikkee se sota nousi sielt. Mä oon itkeny niin hirveesti, koska se on se sota. (Osallistuja 10)

Kuten *Mitä haluan elämästäni muistaa?* -palvelumallissa jokaisen ryhmäläisen visuaalisten kertomusten ja samoin kuin nyt *Keltainen tupa ja perunamaan* ryhmäläisten työstetyissä kuvataiteen, lapsuuden ajan ympäristön ja arkkitehtuurin yhdistävissä teoksissa taiteissa (2010, 35) esiintyvä muoto on kehkeytynyt taidoksi tehdä selkoa siitä, mikä avaruuden ja ajan järjestyksessä sisältyy jo ennalta kehittyvän jokaiseen elämäkokemuksen jokaiseen käänteeseen. Osallistujamme jatkaa kertomustaan nostoen kuvakertomuksestaan hänelle tärkeitä asioita:

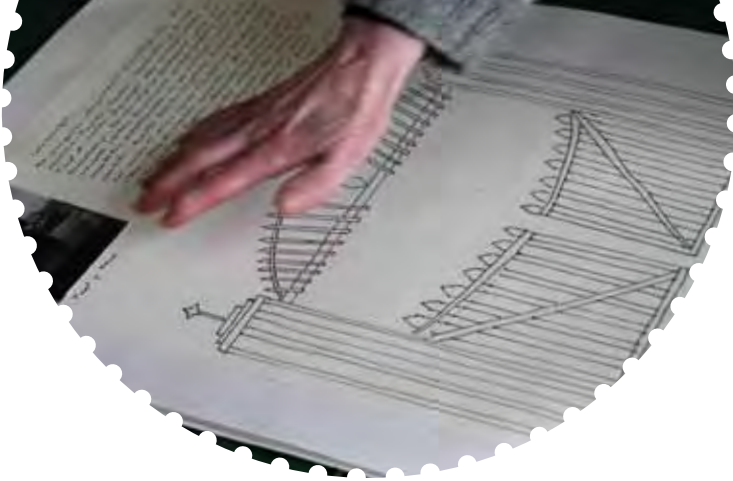
Juu. Nonii, tää eka sivu on tota yleiskuva siitä mun kotitalost, ja sit sen mul on Kari tehny, koska musta se oli niin tympeätä aatella, että mikä on pohjone ja mikä on etelä, ei. Ja tota mun, meidän poika, ku hänelle esitettiin viikko sitte tätä, näitä meidän töitä, ni hän oli tosi onnellinen molemmista. Siis ja toivo tietysti mahdottomia, et meidän pitää jatkaa ihan hirveesti. No sitte täs on mun, täs on semmonen yleiskuva 1900-luvun alusta, siitä, miltä se näytti, ja täs on mun isoisäni ja isoäitini sillon, kun he ovat sinne tulleet, ja tää on varmaan joskus, joskus sillon kans sillon vuossadan alussa otettu yleiskuva. Karviaistensalmen rannalla. Nii, joo. Kyllä, joo. Ja sitten mä oon tota piirtäny päärakennuksen pohjan, ja joka huoneessa mä oon kirjottanut ne ihmiset ja tarinat, joita siinä huoneessa oli. Ja ku täst tuli tää sota, niin sodan jälkeen, ja sillon, niin Karviaisissa oli 70 siirtolaista majoitettu hätäapumajotukseen, ja samanaikaisesti sitte, kun miehet kaikki oli rintamalla, niin vangit oli työssä eli sotavangit, ni sit siel oli siis hurja määrä myöski siis sotavankeja. Elikkä mä olen aivan uskomattoman ihmispaljouden sisällä niinku kasvanut. Ja sitte mulla on tota kaikista ulkorakennuksista, ja tääl on sitte niitä stooreja niistä kaikista taloista, ja sitte on, minusta aivan ihana sivu on tota sitä työkalttuuria, joka on sillon ennen sotia ollu (Osallistuja 10)





...Sit tää on semmonen nostalginen sivu. Tässä on sotavanki Pavel, ja täs on mun pikkuveljeni Hans. Ja täs on sit portti, jonka nää sotavangit, tai Pavel varmaanki rakensi, ja tää portti erotti sisäpihan ulkopihasta. Ja sitte on tarinaa sitte päärakennuksesta rantaan, ja tota sitte täs on niinku semmosta mun henkilökohtast historiaa sillä lailla, että tässä on ne ainoot kuvat (Osallistuja 10)

... Ja täs on meidän oman elämämmen sankarit. Ja sitte tota tää kuva. Ei se nyt oikeen, kun en mä, mut mä sitä kuitenkin yritin ikään kuin saada siihen sen grafiikkajutun, mut et tää on se iso valtava vahtera, joka oli siinä viljamakasiinin vieressä, ja siinä oli se keinu. Ja siinä keinussa mä aina istuin ja keinuin, ja ku mä ajattelin, että kyllä mun jotenki tähän puuhun pitää saada liittää tää, jotenkin se yksinäisyys. Et silloin ku mä oon ollu ihan pieni, niin piha oli täys kaikenlaisia lapsia, mutta sitte, kun siirtolaiset lähti, niin ei pihalla ollu enää lapsia. Mä oon jotenki sillee kauheen yksinäinen ollu. (Osallistuja 10)



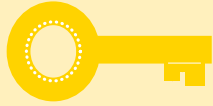
TOTUNNAISTEN TOIMINTATAPOJEN MUUTOS

Taiteen tekemisessä näkeminen ja havaitseminen on enemmän kuin vain asioiden tunnistamista. Siinä meneillään olevassa ja tutuksi tunnistamisessa on aina jotakin sellaista, joka on itse koettua. Menneisyys kulkeutuu nykyisyyteen laajentaen ja syventäen nykyisyyden sisältöä. Taide saa esimuotonsa elämän perusprosesseissa (Dewey 2010, 35), joita ryhmäläiset ovat kuvanneet teoksissaan. Näissä kuvatuissa elämän tapahtumaketjuissa jostakin luonnollisesta ärsykkeestä on tullut merkitysten kantaja ja liikevasteista ilmaisu- ja viestintävälineitä.

Mä oon sitä kans miettiny, kun mun veljeni on syntyny -38, ja tuota hän on niin kun, ja mä oon syntyny -45, kun isä oli raivaamassa tuolla rannikolla, niin tuota meil on aivan erilainen suhde ollu. Et se sukupolvi, joka on eläny sen sodan, menny lapsena siihen jo, niin ja kun on isät ollu poissa, äidit on taistellu siitä elämästään ja suvustaan ja kaikesta. Et se siitä, et selviä, niin se on ihan erilainen lähtökohta. Ja tuota todennäköstä nyt on, että pikkuhiljaa meidän lapset, tai siis heidän lapsensa lapset, alkavat sitten, ja ovat jo alkaneet niinku selvittää näitä sukujuuriansa, ja just tämmösiä tulee monessa esille. Et on niinku sulkenu pois asioita, jotka tietysti asiat, jotka sulkee pois, niin ne nousee kahta suurempana sitten. (Osallistuja 12)

Ryhmäläiset koostivat itselleen muistojen kansion tai lehtiön, joihin he liittivät merkittäviä lapsuuden ympäristön ja henkilöiden valokuvia. He lisäsivät tekstejä, piirsivät pohjapiirroksia, karttoja ja reittejä, joita pitkin oli päässyt eri paikkoihin. Koostetuissa kansioissa ja lehtiöissä oli voimakkaasti läsnä myös tunnemaismat. Yhdelle lehtiöistä kehkeytyi suuri kirja, josta tuli lahja omalle pojalle suvun muistojen perintönä. Toisen kansion nimeksi tuli upeasti: "Lapsuuteni maisemat ja tapahtumat muistojen lokeroista ammennettuna". Jokaisen osallistujan muistot saivat arvoisensa näköisen kansion, joista he jakamisen vaiheessa ylpeänä kertoivat. Työstäminen jatkuu projektin jälkeenkin. Tämä oli vasta alkua, totesivat ryhmäläiset projekin päättyessä. Prosessin tästä vaiheesta avaimeksi muotoutui:





Avain 8.

TOTUNNAISTEN TOIMINTATAPOJEN MUUTOS

- Kokemuksellinen oppiminen
- Kokemuksellinen taideoppiminen
- Merkitykselliset kokemukset ja niihin suhtautumisessa tapahtunut muutos
- Inhimillinen kasvu ja eheys, identiteetin muutos



ELÄMÄN MERKITYKSELLISTÄMINEN JA IDENTITEETIN JATKUVA RAKENTUMINEN

Omasta elämästä ja elämän merkittävistä kokemuksista, muistoista ja tapahtumista koostettu visuaalinen kertomus on eräänlainen minän kertomus, identiteetin kooste. Se kertoo omista arvoista ja arvostuksista, joiden tausta tai synty on vaikuttamassa jatkuvassa muutoksessa olevaan identiteettiin. Identiteetillä tarkoitetaan myös ihmisen olemassaolon erityistä tapaa, ihmisen kokemusta itsestään ja elämästään, jolloin on kysymys persoonallisesta identiteetistä itseyden merkityksessä (Ricour 1992, 118 – 120; Heikkinen 2001, 117; Malmivirta 2011, 232). Keltainen tupa ja perunamaa -pilotin omaelämäkerrallinen työskentely taiteen keinoin sai liikkeelle myös omaan elämänsä historiaan liittyvien asioiden syvällistä tarkastelua. Turvalliseksi koettu ilmapiiri antoi tilan omien ja toisten kertomusten seuraamiselle, jolloin myös oman identiteetin työstäminen oli mahdollista. Prosessin aikana lapsuuden ajan valokuvia ja niihin piiloutuneisiin tarinoihin palattaessa tarinoihin löytyi uusia näkökulmia, jolloin tarinat muokkautuivat ja myös tarinan kertoja muokkautui. Identiteetti on näin muutoksessa ja jäsentämisestä on tapahtunut narratiivisella itseilmaisulla, jota nämä *Keltainen tupa ja perunamaa* -pilotin taidetoiminnassa tehdyt kerronnan muodot olivat. Eletyssä elämässä tapahtuneet asiat saivat ulkoisen näkyvän hahmon, vertauskuvaallisia tai symbolisia ilmaisuja, jotka parhaimmillaan loivat vaikeatkin kokemukset merkityksellisiksi kokemuksiksi (Sava 2004, 55; Malmivirta 2011, 233.) Identiteetin hahmottaminen on aina uudenlaisen suhteen luomista ja rakentamista

niihin ilmaisuihin, joita ihminen itsestään rakentaa. Identiteetin rakentumisessa on tärkeää se, että narratiivinen kertomus itsestä on jatkuvassa liikkeessä. Käsitys itsestä ja omasta elämästä ei ole pysyvä tila, vaan rakentuu aina uudelleen ja uudelleen uusien kokemusten verkottuessa aiempiin kokemuksiin. (Giddens 1991, 54; Malmivirta 2011, 233.)

Lapsuuden aikaa ja siihen kuuluvaa elämän moninaisuutta jäsenneettiin nykyisyydestä käsin, jolloin tässä samoin kuin *Mitä haluan elämästäni muistaa?* -pilotin aikana kuvataiteen, lapsuuden ajan ja lapsuuden ajan ympäristön valokuvien ja henkilökohtaisen elämänhistorian kokemuksia yhdistäen ryhmäläiset ovat koostaneet kokemuksissaan ilmenevää elämismaailmaansa. Tutkivan ja merkityksiä purkavan, selkiyttävän ja siltä pohjalta uudelleen rakentavan taidetoiminnan avulla ryhmän jäsenten on ollut mahdollista ylittää maailmansa totut rajat ja tavoittaa jotakin uutta omassa historiassaan (Malmivirta 2011). Dewey (LW 10, 19–26; Ahlanen 2013, 72–73) selittää kamppailujen olevan välttämättömiä yksilön kokemuksen kehittymiselle. Totunnaisissa toimintatavoissa aiheutuneet tilanteet ja kamppailun avulla saavutettu uusi suhde ympäristöön ja tapahtuneeseen muodostavat elämiselle ja kokemiselle ominaisen rytmin ja muodon. Näiden vaiheiden läpikäyminen rikastuttaa ja vahvistaa yksilön, elävän olennon toimintakykyä. Dewey toteaaakin (LW 10, 20–21):
“ – – Elämän rikastuessa asioiden korjautuminen ei ole koskaan vain paluuta aiempaan tilaan, sillä elämä rikastuu, jos sen onnistuu kulkea läpi erilaisuuden ja vastarinnan tilan. – – Jos olento ei aika ajoin vieraannu tavanomaisessa toiminnassaan, sen elämä on vain hengissä pysyttelyä. Elämä rikastuu, kun eliö (yksilö) pääsee tilapäisesti syrjäytymällä parempaan tasapainoon elinolojensa kanssa.”





Joen ja kauppapaikan Saito



Helena: *Oliks tämä sitte hyvä tapa käydä läpi?*

Oli. Siis mä oon tosi kiitollinen tästä kurssista. Siis mä en ois ikinä, mä aina sanoin, et mä ehkä rupeen, mut sitte mä oisin kuitenkin aina pihataloon ja ruvennu tekee kuvia, et mä en ois ikinä tehny tätä. Ja poikamme on hirveän kiitollinen siitä, et tää on tullu tehdyks. Et tää on aivan... Kiitos teille kaikille, tää on ollu aivan ihanaa. (Osallistuja 10)

Te ootte tuoneet luottamuksen ilmapiiriin meille mitä suurimmissa määrin. Semmosen avautumisen ja vapautumisen olon. (Osallistuja 12)

Taide näyttäisi näissä kahdessa kuvatuissa palvelumallien pilotoinnin prosesseissa olevan Deweyn (2010, 37) kuvaama elävä ja kouriintuntuva osoitus siitä, että ihminen kykenee tietoisesti merkitysten tasolla taltioimaan elävälle olennolle ominaisen yhteyden aistimisen, tarpeen, yllykkeen ja toiminnan välillä. Ryhmäläiset sitoutuivat taide-toimintaan täysin ja tekivät tietoisia päätöksiä, sääntelivät näkyväksi saattamisen prosessejaan valikoiden ja jäsentäen esille tulevaa ja näkyväksi muotoutuvaa. Eri suunnista tarkasteleminen ja toteuttaminen sekä taiteen keinoja vaihdellen myös taidot muuntautuivat ja rikastuivat monella tavalla inhimillisen kasvun ja eheyden kokemuksessa.



SATU-MAARIA MÄKIPURON KUVAUS KOKEMASTAAN KELTAINEN TUPA JA PERUNAMAAN -RYHMÄN TAIDETOIMINNAN OHJAAJANA

Kuvataiteilija Satu-Maaria Mäkipuro (2014) kertoo keskustelussamme ryhmän luotsaamisen kokemuksistaan ja havainnoistaan seuraavalla tavalla:

Minusta oli jotenkin hienoa että ryhmäläiset saivat aikaiseksi kirjan elämästään. Hienoa kun omaa elämää voi tarkastella tuolla tavalla... Kun on tarkkaillut historiaansa järjestelemällä asioita ja tutkinut sekä havainnut niitä kokonaisuutena ja toisiinsa liittyvinä asioina on saanut varmasti aika huiman elämyksen. Siinä alkaa kunnioittaa ihmisen elämää ja sitä ihmeellistä taivalta, jonka jokainen täällä kulkee. On varmasti valtava tunne tehdä historiikki tai pala siitä itsestä itselle. Siinä pääsee tarkkailemaan itseään sekä sisä- että ulkopuolelta ja sitten saa vielä tehdä ihan oman näköisen jutun". Satu jäsentää kokemusta edelleen. "Rakentuneet kuvat toimivat kielenä kertoa ja tarkastella omaa elämää itselle sopivalla tavalla. Kuten yleensä kaikkeen uuteen tapaan toimia, liittyy myös tähän toimintaan uuden oppiminen. Keltainen tupa- ja perunamaa -pilotissa opeteltiin taiteen kieltä, jolla saada näkyväksi menneisyyden kokemuksia. Taidemuseon kahvila ja siellä toteutettu Keltainen tupa ja perunamaa -pilotti oli itsessään oma tila ja rauha saada näkyväksi ja nähdä asiat uudelleen, joita oli sitten mahdollisuus käsitellä taiteen keinoin. Omaan elämään liittyvien asioiden käsittely toi ymmärrystä omaan olemassaoloon, ja samalla se edisti oman identiteetin eheytymistä.

Kielen muodoista kirjoittaminen näytti olevan osalla paremmin hallittavissa kuin kuvan kanssa toimiminen. Kuvan tekemisen prosessi on mystisempää. Se tuo menneisyydestä jonkin näyn, mikä koetaan voimakkaasti tunteiden tasolla. Oman lapsuuden ajan ympäristön näkyväksi tuominen olikin prosessin edetessä monelle enemmän kuin ympäristö, siinä alkoivat elää myös ympäristöön kuuluneet henkilöt ja sen ajan kulttuuri. Työskentely eteni usein hiljaisesti omiin muistoihin vaipuen, keskeytyen välillä, kun tuli tarve kertoa omasta kokemuksestaan tai halusi kuulla toisen tarinaa. Meille ohjaajille näissä tilanteissa tuli uudenvuoden rooli, aktiivisen, aitoon dialogiin pysähtyvän ja kykenevän kuuntelijan rooli. Ihmistä, tarinan kertojaa, ei jätetty yksin. Visuaalinen oman lapsuuden ajan ympäristöön kietoutuva kuvallinen kertomus toimi hiljaisina metaforamaisina kertomuksina myös itsen ja toisen välillä ja yleisemmin ryhmäläisten lapsuuden ajan kulttuurin kertomuksina. Ymmärrys itsestä ja toisesta rakentui paitsi yhdessä toisten kanssa keskustellen myös yksin hiljaisesti taidetoiminnassa.











MUISTOJEN NÄYTTÄMÖ



8. Muistojen näyttämö

Suvi Kivelä

Ryhmän luotsaajina toimivat Tiina Puranen, Helena Malmivirta ja Suvi Kivelä.

Muistojen näyttämöllä aktivoidaan aivojen ja muistin toimintaa vanhojen valokuvien, lehtien ja muun kuvamateriaalin avulla sekä paperiteatterin keinoin. *Muistojen näyttämöllä* palataan vanhojen valokuvien avulla omiin muistoihin ja jaetaan muistoja muiden kanssa, kirjoitetaan muistosta käsikirjoitus ja puetaan se paperiteatterinäytelmän muotoon tekemällä itse nukkeja ja lavasteita, jakamalla rooleja ja syventymällä myös muiden tarinoihin sekä lopulta esittämällä näytelmät yleisölle.

Kolmas pilotti suunniteltiin ja toteutettiin yhteistyössä Rahtiteatterin nukketeatteritaitelija Tiina Purasen kanssa. Tavoitteiden saavuttamiseksi laadittiin etenemissuunnitelma kahdeksalle tapaamiskerralle 19.9.–21.11.2013. Suunnitelma sisälsi tapaamiskertojen sisältöjä, menetelmiä, materiaalien hankintaa ja tapaamiskertojen välitehtäviä. Suunnitelmalla luotiin runko *Muistojen näyttämön* toteuttamiselle, mutta samalla säilytettiin joustavuus toimintatutkimuksellisen etenemisen ja reflektiivisen ajattelun mukaisesti. Ryhmästä tiedotettiin Auralan seniorimessuilla, paikallisissa sanomalehdissä, hyvinvointikeskusten ilmoitustauluilla, Kotikunnaassa sekä muun muassa eläkeläisyhdistysten ja marttayhdistysten kautta. Mukaan tulivat viisi jo ensimmäisessä pilotissa ollutta, jotka olivat innostuneet taiteesta ja valmiita ottamaan vastaan uuden haasteen. Lisäksi toiselle tapaamiskerralle osallistui yksi mies, mutta hänestä ryhmä ei saanut pysyvää jäsentä.

TYÖSKENTELYYN ORIENTOITUMINEN, OMA ELÄMÄNTARINA JA YHTEINEN AJANKUVA

Työskentelyyn orientoituttiin kertomalla ensin itsestään muille ja kuuntelemalla muiden kertomusta itsestään. Jokainen kertoi muille itsestään oleellisena pitämistään asioita, millaista työtä on tehnyt, mitä harrastaa tai on harrastanut ja millaisia







asioita on tehnyt elämänsä aikana liittyen taiteeseen. Elämäntarinoissa jaettiin monenlaisia asioita lapsuudesta, omista harrastuksista ja taidoista lapsuudesta lähtien, käsitöistä, liikunnan merkityksestä osana lapsuutta ja nuoruutta, kuten uimakouluista ja hiihtokilpailuista, muistoista lapsuuden merkityksellisissä ympäristöissä ja sen ajan kohteliaisuuskäytännöistä, kuten että "hypättiin pyörän päältä niaamaan". Merkityksellisinä nousivat esiin myös omat vanhemmat ja heihin liittyvät kokemukset. Lapsuudesta puhuttaessa nousi esiin myös sen ajan elämän työteliäisyys, kuten yhteiset kokemukset sokerijuurikaspedoilla työskentelystä.

Joo, jos me maattiin vähä auringos, ni "Likat, tulkaas tänne." (Osallistuja 1)

Sama meilläki oli, niska limassa. Sit oli viel joku kilpailuki, ku oli juurikasmaalla, kuka eniten kato sai.
(Osallistuja 3)

Osallistajat kertoivat myös omista lapsistaan ja lapsenlapsistaan. Vanhemmuus ja isovanhemmuus ovatkin monelle merkittävä osa identiteettiä, ja omaa elämää kuvattiin osana sukupolvien jatkumoa. Ajatukset siirtyivät kohti *Muistojen näyttämön* fokusta keskusteluissa lapsuuden nukeista ja paperinukeista sekä niille tehdystä vaatteista ja kiiltokuvien ja runojen keräämisestä värssykirjoihin.

MUISTOJEN NÄYTTÄMÖN IDEA JA TEKNINEN TOTEUTUS

Tiina Puranen

Muistojen näyttämö -kokonaisuus palauttaa muistoja tiettyyn hetkeen merkitykselliseen tapahtumaan omakohtaisten valokuvien ja paperiteatterin kautta. Ryhmäläiset tuovat mukanaan omia valokuviaan muistoista, joita he haluavat jakaa muiden ryhmäläisten kanssa. Jokainen saa ryhmässä vuorollaan näyttää valitsemansa valokuvan ja kertoa siihen liittyvän muiston. Ryhmässä keskustellaan yhdessä muistosta, ja muut ryhmäläiset voivat kertoa tuohon muistoon liittyviä omakohtaisia kokemuksia esimerkiksi ajankuvasta. Jokainen kirjaa muistonsa ylös, jonka jälkeen siitä lähdetään muokkaamaan käsikirjoitusta. Ryhmäläiset palauttavat mieliin asioita, mitä tuolloin on sanottu, millaista elämä on tuolloin ollut, kenen kanssa on muisto koettu, miten pukeuduttiin ja millaisessa ympäristössä elettiin. Käsikirjoitusten ei tarvitse olla pitkiä, ne voivat olla yhden kohdauksen kokonaisuuksia, lyhyitä muistoja tai pidempiä monen muiston ryppäitä.







Kun käsikirjoitukset ovat valmiit, alkaa paperiteatterinuk-
kien ja lavasteiden valmistus. Nuket voidaan skannata
ja tulostaa suoraan olemassa olevasta valokuvasta tai
ne voidaan piirtää itse. Nukkia voidaan myös leikata esi-
merkiksi aikakauslehdistä. Jos kuvat ovat skannattu ja tu-
lostettu vanhoista mustavalkokuvista, ne voidaan värit-
tää tai niiden päälle voi liimata kangasta. Näin voidaan
palauttaa mieliin esimerkiksi kuvassa olleen leningin väri.

Nukkejen taakse liimataan pahvi, ja niihin liimataan
myös jalustat ja tuet, jotta ne pysyvät pystyssä. Lopuksi
nukkeihin liitetään ohjauskepit joko vaakasuoraan jalus-
tan suuntaisesti tai pystysuoraan jalustan vastaisesti. Oh-
jauskepin suunta valitaan sen mukaan, millaista liikettä
halutaan nukan tekevän. Jos nukan halutaan esimerkiksi
pyörähtävän oman akselinsa ympäri, on keppi laitetta-
va pystysuoraan.

Paperiteatterinäyttämö on yksinkertainen. Kurssilla käy-
tetty näyttämö on miniatyyri teatterinäyttämöstä. Etu-
alalla on näyttämöaukko, johon voi halutessaan kiinnit-
tää myös esiripun. Itse näyttämö on noin 50 cm leveä
ja 40 cm syvä, ja sitä voidaan käyttää pöydän päällä.
Näyttämön takana on levy, johon taustakuvat kiinnite-
tään. Pieni valaisin on kiinnitetty näyttämöaukon ylä-
osaan. Taustakuvat voidaan maalata tai piirtää itse,
niihin voi leikata kuvia lehdistä tai niissä voi käyttää valo-
kuvia. Näyttämöaukko, sen etäisyys taustakuvasta sekä
valo luovat illuusion kolmiulotteisuudesta. Kolmiulottei-
suutta voidaan myös lisätä näyttämölle laitetuilla kaksi-
ulotteisilla lavaste-elementeillä. Tällaisia voivat olla mm.
puut, talot tai huonekalut. Paperiteatterinäyttämön voi
rakentaa myös itse esimerkiksi pahvilaatikosta (Näyttä-
mörakennusohjeet Taikametsän kylä-sivut 2014).





Nukkejen ja lavasteiden valmistuttua aloitetaan esityksen harjoitus. Tätä varten ryhmäläiset ovat lisäksi miettineet sopivaa musiikkia tai muuta äänimaisemaa tukemaan esityksensä kulkua. Nukettajia näyttämön pienuudesta johtuen esityksessä voi olla korkeintaan kaksi. Lisäksi valitaan joku hoitamaan äänentoistoa. Nuketuksessa tärkeintä on keskittyä nukkeensa ja sen liikkeisiin. Katseen fokus tulisi olla nukessa lähes koko ajan, jolloin nukettajan tunteet ja ajatukset välittyvät nukkeihin.

Harjoituksissa muut ryhmäläiset toimivat ohjaajina. He istuvat katsomossa antamassa neuvoja näkyvyydestä, rytmistä, kuuluvuudesta sekä muista esityksen kulkuun vaikuttavista asioista puuttumatta kuitenkaan itse sisältöön. Harjoituskertoja toistetaan, kunnes esitys tuntuu sujuvalta.

Koska näyttämö paperiteatterissa on pieni, yleisömäärä esityksessä ei voi olla kovin suuri. Tämä sopii hyvin intiimien esitysten luonteeseen. Esityksen jälkeen keskustellaan yleisön kanssa esityksistä, herättivätkö ne katsojissa omakohtaisia muistoja ja muita tunteita.









8.1. Draamaharjoituksilla kohti vapaampaa itseilmaisua

Muistojen näyttämöllä tutustuttiin teatterin maailmaan ja käytettiin draamakasvatuksen menetelmiä avoimina lämmittelyharjoituksina toisella, kolmannella ja neljännellä tapaamiskerralla, kunnes itse paperiteatteri vei mukanaan. Harjoituksissa olennaista oli mm. sosiaalisen vuorovaikutuksen vahvistaminen, havainnointi- ja hahmottamiskyvyn, keskittymiskyvyn ja päätöksentekokyvyn kehittäminen sekä luovan ajattelun ja reflektiivisen ajattelun edistäminen. Harjoitusten avulla tutustutaan draamalliseen työskentelyyn, pyritään irtautumaan totutuista toimintatavoista ja löytämään uusia ajattelu- ja toimintatapoja sekä ajatusratoja erilaisten harjoitusten kautta ja niistä saaduista kokemuksista keskustelemalla. Seuraavaksi käydään läpi kaksi esimerkkiharjoitusta sekä niiden tavoitteita.

BUSSIPYSÄKKI

Tiina Puranen

Harjoituksen tavoitteena on empatiakyvyn vahvistaminen, tarkkaavaisuuden ja visuaalisen havainnointikyvyn edistäminen ja sosiaalisen vuorovaikutuksen vahvistaminen. Harjoituksessa opitaan tunnistamaan ja löytämään eri tunnetiloja itsestään, muuntamaan tunnetilaa ja kommunikoimaan toisten kanssa eri tunnetiloissa oman tunnemuistin pohjalta.

Lattialle laitetaan 4 tuolia bussipysäkiksi. Neljä ryhmäläistä seisoo reunalla jonossa. He tulevat vuorotellen bussipysäkille. Yleisö päättää ensimmäiselle tunnetilan, jolla tämän tulee tulla pysäkille ja istuutua penkille. Hän voi puhella yksikseen saamassaan tunnetilassa. Kun ensimmäinen on ollut pysäkillä riittävän kauan, on seuraavan vuoro tulla pysäkille. Jälleen kerran yleisö päättää tälle tunnetilan, jolloin myös ensimmäisenä paikalle tulleen tunnetila muuttuu samaksi kuin toisena tulevan. Ensimmäinen ja toinen alkavat keskustella pitäen toisena tulleen tunnetilan.

Kun nämä kaksi ovat viettäneet riittävästi aikaa keskenään, tulee paikalle kolmas, jolle taas yleisö määrää tunnetilan ja kahden ensimmäisen tunnetila muuttuu kolmanneksi tulleen tunnetilaksi. Neljännen paikalle tulleen kohdalla toimitaan samoin.

Kun neljäs paikalle tullut tuntee olleensa paikalla tarpeeksi kauan, hän poistuu. Tällöin pysäkillä kaikkien tunnetilat muuttuvat kolmannen tunnetilaksi kunnes tämä poistuu. Jälleen jäljelle jääneiden kahden tunnetilaksi tulee toisena pysäkille tulleen tunnetila. Harjoitus päättyy, kun ensimmäisenä tullut jää yksin tunnetilansa kanssa ja päättää poistua pysäkiltä.



OLEN PUU -HARJOITUS

Tiina Puranen

Harjoituksen tavoitteena on tutustua ryhmään ja aktivoita aivoja ja muistin toimintaa yhteistoiminnallisen tehtävän avulla. Tavoitteena on tarkkailla muiden toimintaa ja muokata omaa ajattelua ja toimintaa sen mukaisesti. Tavoitteena on edistää havainnointi- ja reagoitukykyä, päätösten teko- kykyä, luovaa ajattelua sekä reflektiivistä ajattelua.

Joku aloittaa leikin menemällä näyttämölle ja sanoen "Olen puu". Seuraava tulee kuvaan sanomalla esimerkiksi "Olen lintu, joka istuu puun oksalla" ja taas seuraava tulee kuvaan sanoen uuden asian. Kun kaikki ovat kuvassa, kuva puretaan ja seuraava saa aloittaa leikin sanomalla esim. "Olen vene".

Lämmittelyharjoituksissa osallistujat heittäytyivät mukaan mielikuvitusleikkiin, jossa jokainen lisäsi yhteiseen kuvaan uuden elementin. Olen puu -harjoitus tuli esiin sekä kyselyssä että ryhmähaastattelussa, jossa asioita muisteltiin yhdessä ja osallistujat toivat keskusteluun uusia asioita muistikuvien palautuessa vähitellen mieleen. Harjoituksessa haasteena irtautua totunnaisista toimintatavoista:

Sen puun mä muistan. Se jäi mieleen. Jokaine meni aina siihen. (Osallistuja 4)

Se oli ainaki hyvä, ku mä muistan ainaki sen, ku mä menin siihen... Mä olin se koira, ku pissas sen puun juurel. Se, et oli se yks semmonen ja sit siihen piti keksii jotai, et se puu jotai, mikä liitty sit siihen. Ja muistan sen ainaki kato, ku sul oli totani, ku joku on oppilas ja sit sä... sanot, et mä olen sen oppilaan ajatukset. (Osallistuja 3)

Se ku jokainen oli jotain. Se lisäänty aina se. (Osallistuja 1)





Mut se oli just, et se oli mun mielest ihan kauheen... Se oli just, et mä en keksi niinku mitään, mikä... Ei tuu kerta kaikkiaan ajatustakaan päähän. (Osallistuja 5)

Se on kumma ku totani ei oo mitään mielessä. Voi kauhea, mul on seuraavaks vuoro. Sit melkeen vasta siel mennessä, ni mä oonki se tai mä oonki jotenki näi... Monta kertaa keksii niinku viime tingassa sen. (Osallistuja 1)

Alkuun mielikuvituksen käyttäminen ja luova ajattelu oli haasteellista, mutta harjoituksen edetessä osallistujat innostuivat ja oivallukset koettiin palkitsevina. Olen puu-harjoitus auttoi osallistujia pääsemään irti jäykästä todellisuudesta normeineen kohti teatterin ja improvisaation leikkisempää maailmaa.

Muistojen näyttämöllä lämmittelyharjoitukset avasivat ovea teatterin maailmaan leikin keinoin: improvisointiin, erilaisissa rooleissa toimimiseen ja mielikuvituksen hyödyntämiseen. Lämmittelyharjoituksissa draaman leikkisyys oli vahvasti näkyvässä, ja osallistujien oli heittäydyttävä rohkeasti mukaan irrottautuen arkielämän jäykistä käyttäytymistavoista ja normeista. Harjoituksissa oli selkeät säännöt, joiden puitteissa toiminta tapahtui dynaamisessa vuorovaikutuksessa osallistujien kesken (vrt. Vygotsky 1930/1995; 1978; Lindqvist 1995). Oleellista harjoituksissa olikin seurata muita, reagoida nopeasti ja sulautua mukaan muuttaen toimintaansa aina jokaisen kuvitellun tilanteen mukaiseksi. Draaman leikkisyys oli mukana myös näytelmien tekemisessä ja harjoittelussa. (Heikkinen 2002.)

TUNTEIDEN TUTKIMINEN DRAAMAN VÄLINEENÄ

Draamakasvatuksessa ja draamatyöskentelyssä asioiden tutkiminen ja toisten tekemisen seuraaminen sekä toiminnan tavoitteellisuus ovat tärkeitä. Keskeistä on kokeileminen ja asioiden reflektointi, toisten kuuntelemisesta oppiminen sekä yhteisten merkittävien kokemusten syntyminen. Draaman maailman avulla käsiteltävät asiat tulevat erilaisiksi, sillä käytössä on laaja kirjo oppimisen mahdollisuuksia ja hahmottamisen välineitä: käytössä ovat puhutun kielen ja loogisen ajattelun lisäksi myös tunteet. (Heikkinen 2002, 120.)

Draamassa tunteiden merkitys on tärkeä, ja draama voikin toimia löytöretkenä tunteiden maailmaan. Tunteet koetaan reaaliajassa, ja ne kertovat yksilölle kuka minä olen ja mitä tämä merkitsee minulle. Tunteet toimivat arvomaailman perustana ja jäsentävät asioille annettavia merkityksiä. Tunteet ovat henkilökohtaisia ja ne on löydettävä itse, eikä niitä voi opettaa, mutta draamaharjoitusten avulla niitä on mahdollista etsiä ja oppia kanavoimaan voimansa niiden kautta. (Kujasalo 1994.)

Draamassa roolien merkitys on keskeinen. *Muistojen näyttämöllä* rooleissa ollaan paperiteatteriteatterissa nukkejen kautta ja harjoituksissa erilaisissa rooleissa ja tunnetiloissa. Roolissa olijan tulee olla aktiivinen ja roolissa toimiminen luo mahdollisuuden kokeilla itselleen vieraita asioita. *Muistojen näyttämön* bussipysäkkiharjoituksessa sekä osallistujien kokemuksiin perustuvissa näytelmissä rooleissa toimiminen mahdollisti erilaiset tunnekokeilut ja eläytymisen. Draamassa merkityksellistä onkin kyky liikuttaa ja muuttaa sekä esiintyjä että yleisöä ja myös vahvistaa ja kyseenalaista arvoja, kulttuureita ja samaistumisia. (Heikkinen 2002, 121; Bolton 1986, 218–219.) *Muistojen näyttämön* näytöksessä yleisön eläytyminen tuli esiin nauruna käännekohtissa ja hiljaisuutena jännittävissä vaiheissa. Yleisönä olivat läheisen päiväkodin lapset ja ikääntyneet Kotikunnaan dementiapäiväosastolta.

Muistojen näyttämön draamaharjoituksissa kokeiltiin nopeita tunnetilojen vaihtoja ja uusiin rooleihin hyppäämistä. Myös näytelmien harjoituksissa ja esityksessä nopea roolien vaihto oli tärkeää. Kaikki saivat kokeilla erilaisia rooleja ja toimia näytöksessä juontajina esitysten välillä. Haastattelussa osallistujat pohtivat tunteita ja niiden tarttumista



itseensä. Pohdittiin sitä, onko harjoittelun avulla mahdollisuus oppia tunnistamaan omia ja muiden tunteita. Vapaaehtoistyössä ja ihmisten auttamiseen liittyvissä tehtävissä tämä on erityisen merkittävää. Ammatillisesta taustasta koettiin olevan myös hyötyä tunteiden käsittelyyn tai tunteisiin suhtautumisessa.

Mut se on muute ihan totta, se tunnejuttu, et ku menee jonneki ja sit siel on nii negatiivinen... (Osallistuja 3)

Joo, ja sen vaistoo, ku sä meet. Vaik sä oot kuin vieras, ku sä meet sinne, niin sen vaistoo. Tai emmä tiä... (Osallistuja 2)

Mite sä saat siit voimaa, et sä niinku pystyt itte totanoi, niinku ettet mene siihen? (Osallistuja 3)

Se on varmaan, mun työtausta on siinä kans, että... Nii, et mä osaan ottaa, et mä meen nyt, mä olen hänen kans, mitä hän tarvii. Sit mä lähen sieltä, se on siinä, ja mä meen kottii. Mul on omat hommat siellä. Et mun täyty jo töissäki se tehdä, että ku oli sairaita, et ku mä läksin, et kui se ny pärjää. Se oli vaan, et sä olit siellä... Se oli niinku pakko. Se oli niinku pakko opetella se. (Osallistuja 2)

Mut tota, et helposti voi kyl, et tommoset tunnetilat tarttuu. Pitäs olla niinku sillai hiukan erillään tai yläpuol tai alapuol, misä... Ulkopuolel tarkotan. Et vois niinku nähdä sen tilanteen. Eikä tota niin, ettei olis heti siel josain viidakos, ettei ittekä tietäis, missä oikeen menee. Se ois hieno taito. (Osallistuja 1)



8.2. Draaman merkityksestä elinikäiselle kasvulle ja oppimiselle

Muistojen näyttämöllä pedagoginen ajattelu kiinnittyy pedagogisen draamaan, jonka teho perustuu (O'Neill & Lambert 1991, 11) aktiiviseen kuviteltuihin rooleihin ja tilanteisiin samaistumiseen, jossa opitaan tutkimaan asioita, tapahtumia ja niiden välisiä suhteita. Draamallisessa toiminnassa ei tarvita hienoja teatteritaitoja, vaan antautumista ja syventymistä mielikuvitusmaailmaan, jonka rakentumisessa voidaan käyttää hyödyksi todellisuudesta saatuja tietoja ja kokemuksia sekä haaveita. Draamakasvatuksessa pedagogiikan keinoin voidaan hyödyntää leikin, draaman ja teatterin laajaa kirjoa. Työskentely voi olla tekstipohjaista, improvisoitua tai esitykseen tähtäävää, mutta olennaista siinä on se, että se on osallistumista aktivoivaa ja osallistavaa. Näytelmiä kirjoitetaan ja harjoituksia tehdään, tutkitaan ja näytellään yhdessä. Tavoitteena on avartaa näkemyksiä ja keskustelua sekä avata silmiä maailman tarkasteluun. (Heikkinen 2002.)

Draamatyöskentelyssä rakennetaan siltaa teatterin, henkilökohtaisen kasvun ja oppimisen, eettisen ja esteettisen sekä yksilön ja ryhmän välille (Heikkinen 2002). Oppimista tapahtuu, kun sitoudutaan draamatyöskentelyn sisältöön liittyvään aiheeseen ja sen tutkimiseen. Muistojen näyttämöllä osallistujat sitoutuivat harjoitusten aiheisiin sekä oman muistonsa syventämiseen teatterin, kuvataiteen ja musiikin keinoin. Tutkimisella tarkoitetaan tässä syventymistä valokuvassa näkyvään ja taustalla olevaan muistoon: millaisessa ympäristössä ja tilanteessa valokuva oli otettu, mitä tunteita silloin koettiin ja jopa sitä millainen yhteiskunta oli silloin verrattuna nykyhetkeen. Kasvamisen mahdollisuuksia taas syntyy, kun fiktiivisestä maailmasta luodaan analogioita sosiaaliseen todellisuuteen. Draamallinen lukutaito kehittyy, kun teatterin muodot ja kieli tulevat tutuiksi. Samassa prosessissa tapahtuu esteettistä ja taiteellista oppimista sekä kasvamista draaman ja taiteen maailmaan. Draamaa verrataan leikkiin ja leikillisyyteen, joka ei kuulu vain lapsille. (Heikkinen 2002.)

Nii, että tässähan tuli sitä leikkiä kans täs. Et meidän aikuisten leikkiä. (Osallistuja 5)

Ettei ollukaan niin vakava koko aika. (Osallistuja 3)



Draamassa aikuinen saa mahdollisuuden heittäytyä leikkiin ja siten poiketa totunnaisista toimintatavoistaan. Oppimista ja kehittymistä tapahtuu Vygotskyn (1930/1995; 1978) mukaan yksilön joutuessa alttiiksi ympäristön vaikutuksille. Draamassa toimitaan mielikuvituksen avulla fiktiivisissä tilanteissa ja *Muistojen näyttämöllä* uudelleen elävöitettyissä muistoissa. Vygotskyn mukaan mielikuvitus on merkityksellinen yhtenä tietoisuuden muodoista. Tietoisuus liittyy tunteeseen merkityksen, sisällön, ajatuksen ja tunteen. Mielikuvitusprosessi on samalla tulkitsemisprosessi, joka sisältää useita muutoksia, eroavaisuuksia, uudelleen ryhmittelyä, tiivistämisä ja liioitteluja eli aktiivista merkityksen antamista ja tulkitsemista sekä asioiden liittämistä aiempiin kokemuksiin. Tietoisuutta voidaan kuvata dynaamisena ja muuttuvana tilana, joka heijastaa ympäröivää kulttuuria sekä sisällöltään että muodoltaan. (Lindqvist 1998, 67.)

Draaman vakava leikkisyys luo mahdollisuuden ottaa riskejä ja heittäytyä tuntemattomaan sekä kokeilla ja leikkiä asioilla, jotka eivät ole todellisuudessa mahdollisia. Erot ja erilaiset näkökulmat tuleekin nähdä voimavaroina. Oppimisella ja toiminnalla on oltava merkitystä osallistujille, sillä tulee olla suunnitelma ja tarkoitus, mutta ohjaajan tulee olla avoin myös muille näkökulmille. Keskeistä toiminnan ohjauksen taustalla on näkemys siitä, että jokaisella ihmisellä on voimavaroja muuttaa omaa käyttäytymistään ja suhdettaan maailmaan ja siten voimaantua aktiiviseksi toimijaksi. (Heikkinen 2002, 141.)

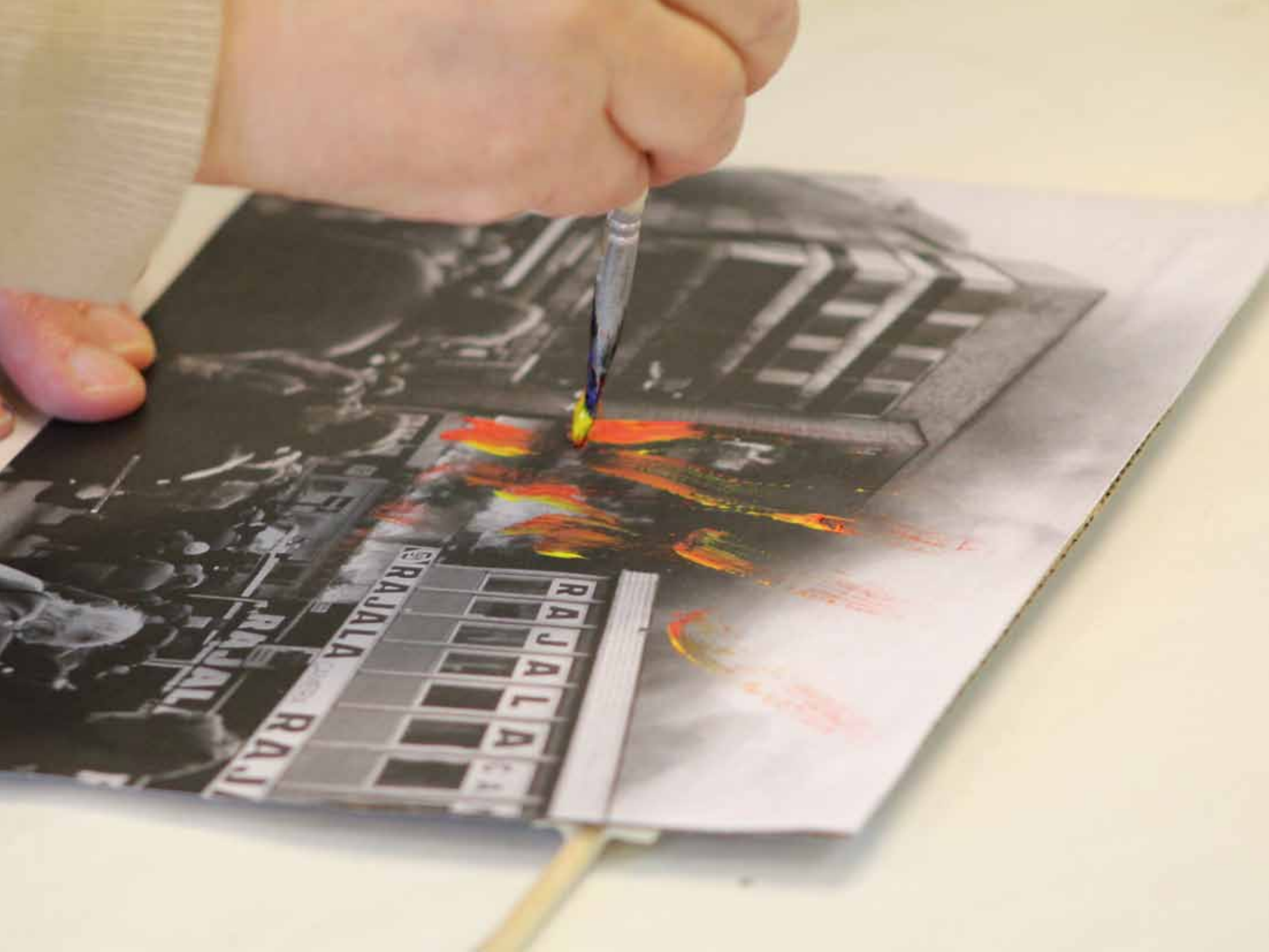
Muistojen näyttämöllä omaan tiettyyn valokuvaan liittyviä muistoja ja elämän merkityksellisiä kokemuksia lähdettiin purkamaan paperiteatterin keinoin, jolloin työskentelyssä keskeistä on mahdollisuus merkitysten muuttumiseen ja uuden oppimiseen. Muiston työstämisprosessissa tapahtuu jatkuvaa päätöksen tekoa ja yhteisen todellisuuden rakentamista. Prosessin aikana muisto muovautuu käsikirjoitukseksi, nukeiksi ja toimintaympäristöksi lavasteineen sekä lopulta harjoituksiksi ja esitettäväksi näytökseksi. Käsikirjoituksissa hahmoteltiin tilanteiden kulkua, yhdisteltiin hauskoja sattumuksia ja luotiin tarinallinen kokonaisuus tapahtumien kulusta. Käsikirjoituksia työstettiin yhdessä pohtien ja kirjoitettiin vuorosanoja tarinassa esiintyville hahmoille. Harjoitusten myötä vuorosanat täsmentyivät ja muuttuivat. Näytelmät alkoivat elää omaa elämäänsä ja muuttuivat runsaammiksi ja elävämmiksi yhteisissä mielikuvitusprosesseissa. (Lindqvist 1995, 51; 1998, 68; Heikkinen 2002.)



Muistojen näyttämöllä luodaan draamakasvatuksen tavoin mahdollisuuksien tila uusien merkitysten rakentamiselle (vrt. Dewey 1934/1980; 2010). Kyseessä on siis ennen kaikkea henkisen ja fiktiivisen tilan luominen, jossa on mahdollista toteuttaa luovaa ajattelua ja toimintaa. Leikin merkitys tuleeekin epäsuorasti taiteellisen kokemisen ja tekemisen kautta. (Heikkinen 2002.) Leikkiä voidaanakin verrata taiteeseen, sillä se kuvastaa todellisuutta hyvin syvällisellä tasolla ja siinä muokataan merkityksiä. Taiteella on esteettinen muoto: draamalle hahmotellaan tietyt raamit ja toiminta tapahtuu eri sääntöjen dynaamisessa vuorovaikutuksessa, jossa tunteella on suuri merkitys. Taide kehittää abstraktia ajattelua, sillä draamassa luodaan kuvitteellinen ja fiktiivinen tilanne, jossa kaikki toiminta tapahtuu mielikuvituksen ja todellisuuden välisessä vuorovaikutuksessa. (Lindqvist 1995; 1998.) Sosiaalinen todellisuus on draamassa mukana viitteinä ja vertauskohteena, vaikka toimisimmekin mielikuvitukseen perustuvassa fiktiivisessä kehityksessä. Draaman ja leikin kautta käsittelemme usein asioita, joita tahdomme tutkia siitä todellisuudesta tai elämismaailmasta, jonka tunnemme. (Heikkinen 2002.)

Osallistavan teatterin muodot (ks. Korhonen 2009) ovat sosiaalisia leikkejä korostetummin kuin näyttämöesitykset, sillä taidepedagogiikan mukaisessa draamatoiminnassa keskeistä on huomioida aktiivisen osallistumisen ja osallistamisen, esittämisen, katsomisen ja keskustelun mahdollistuminen. Merkityksellistä draamassa on myös esteettinen kokemus, sillä molemmissa on kyse säännöistä ja muodoista, jotka määräävät toimintaa ja tulkintaa. Draama ja leikki luovat myös mahdollisuuden vakavien asioiden käsittelyyn, joista keskusteleminenkin voi tuntua mahdolliselta. Draamassa on mahdollisuus toimia sosiaalisen todellisuuden normeista vapaana ja tehdä eettisiä kokeiluja sekä sosiaaliseen todellisuuteen palaamisen jälkeen tarkastella niiden herättämiä tunteita ja reflektoida niitä omaan elämismaailmaan. (Heikkinen 2002, 60–61, 68; Toivanen 2009.) Kujasalon (1994) mukaan juuri siirtymät ”tässä ja nyt”-tilasta fiktiiviseen tilaan sisältävät oppimispotentiaalin.





8.3. Tutkiva ja kokemuksellinen oppiminen draamatyöskentelyssä

Muistojen näyttämöllä tutkimisessa ja oppimisessa on kysymys menneen haltuun ottamisesta sekä uuden luomisesta. Kokemuksellisuus onkin keskeistä. Oleellista on se, millaisia kokemuksia yksilöllä on ollut, millaisia kokemuksia kohdataan ja miten näihin kokemuksiin suhtaudutaan. Kokemukset voivat vahvistaa odotuksia tai ne voivat ravistella ja tuottaa uusia kokemuksia, joita voi verrata entisiin kokemuksiin. Draamakasvatuksessa pyritään usein kohtaamaan uusia kokemuksia, jotka ravistavat, ovat draamallisia ja joissa on jännite. (Heikkinen 2002, 71.)

Muistojen näyttämön työskentelyssä osallistujille annettiin välitehtäviä tapaamiskertojen välillä tehtäviksi ja ajateltaviksi. Välitehtävät olivat merkityksellisiä oman muisteluprosessin virittäjinä ja uusien ajatusten ja ajattelutapojen herättäjinä, kuten muissakin pilotoitavissa ryhmissä. Välitehtävien avulla haluttiin säilyttää jännitettä tapaamisten välillä: ajatukset suuntautuivat seuraavaan tapaamiseen ja siihen valmistautumiseen. *Muistojen näyttämön* ensimmäisenä välitehtävänä oli valita jokin valokuva ja kirjoittaa siihen liittyvä muisto vihkoon. *Muistojen näyttämössä* osallistujat valitsivat kaikki valokuvan ja siihen liittyvän tarinan, jossa tapahtui jännittäviä käänteitä tai erityisen vahvasti mieleen painuneita muistoja, joissa koettiin monenlaisia tunteita.

Ja mä ainaki, sit mulle niinku heti se, ku mul oli ne valokuvat. (Osallistuja 5)

Juu, ja mäki tota ni rupesin vanhaa valokuvakansioo kattomaa ja sit, ku sielt löytys näit kuvii, ni mä aattelin, et no tästhä vois tulla, ku oli useampi kuva. – – Tai ainaki se, minkä muisti. Ku kaikist (valokuvista) ei muista, mitä kaikis tapahtu. (Osallistuja 4)

Mulle tuli se, et ku piti joku, et joku semmonen muisto, ni mulle, ku mietti sitä, että mikä vois olla semmone, ni mulle tuli heti se sillon mielee, että ku se oli semmone... Ku sä heräät aamuyöl, tai illalla kauheeseen kolinaa, sä oot pojan kans kahdestaan kotona. Tai enhä mä tienny, onks se kotona. Nii, et tuli semmonen, emmä nyt pelänny, mut peljästys sillä hetkellä. (Osallistuja 2)

Ja mul oli kyl se, et ku se oli niin, se oli iha oikeesti niinku semmonen, et hengenvaarassa. Ihan oikeesti se oli niinku nii, et ne oli niinku niin pelottavia ja sit ne tuli tiäks sä sillai, se oikee niinku näin rupes tekee ja sit ku me juostii. Mä en oo ikinä, siis mä olin iha valkone ja ihan semmone niinku, et... Molemmat tärisi ja vapisi ja... Sit mä aattelin, et eihän noi mullikat mitää. Ei mul ollu kato semmost hajuakaa, et ne voi olla niin kamalan villei. Kato ku mä aattelin, et joo, nehän on, ku mä oon tottunu tommosiin, "hushus" ku vähä sanoo, "menes pois ny", ni ne lähtee. Ei ollukaa kuule ihan... (Osallistuja 3)

Nii ja mua huvitti, ku mä olen ihan samanlaises tilantees ollu ku sä. Et mentiin pienee saaree ja ei ens huomattu, veneen kans siihe ja sit ku kierrettii, ni sit huomattii, et siel on kauhea lauma niit mullikoi. Ni sit, et kui täält nyt pääsee pois, et kierrettii sielt kaukaa kato näi ja vatsaa sisää, et pääsee... (Osallistuja 4)

Jokainen osallistuja kirjoitti oman tarinansa, joista kahden ja kolmen hengen ryhmissä työstettiin käsikirjoitukset. Käsikirjoituksiin sisällytettiin vuorosanoja ja roolit hahmojen esittämiseen jaettiin ryhmän kesken. Muiston läpikäyminen ja työstäminen teki muiston uudelleen eläväksi ja samalla se herätti muistelemaan muitakin asioita. Muisto herätti toisen muiston ja niin edelleen. Muistelemaan antautuminen oli merkityksellistä, ja yhteisen jakamisen kautta sai huomion ja kuulihoita omalle muistolleen, ja siten muistosta muodostui yhteinen kokemus, johon myös muut eläytyivät. (Ks. myös Hohenthal-Antin 2009, 23–29.)

Muistot liittyivät nuoruuteen tai aikuisuuteen, niissä oli mukana lapsia tai muita merkittäviä aikuisuuteen liittyviä asioita, kuten työ ja perhe:

Siis kyllä sitä niinku aikuisenaki on kaikennäkösiä muistoja. Mut ehkei niist sit halua niin seikkaperäisesti tuol näyttämölä. Että tommoset lapsuuden ja nuoruuden muistot, ne on semmosii tavallaan kevyitä... varmaan niinku lapsena jää, ja nuorena, aivoihin paremmin kaikki asiat. Muistaa yksityiskohdat ja kaikki. Mut tota, tää oli, taikka – – täs, et oli kiire mieltii, että minkä muiston, minkä valokuvan mä nyt otan sieltä. (Osallistuja 1)

Osallistuja päätyi merkityksellisen nuoruusmuiston valintaan rippikouluajalta. Hänen tarinassaan oli teatterille ominaisia hauskoja käännteitä, jännityksellinen juoni ja aiheen tutuus. Tarinaan oli siten mahdollisuus samaistua ja löytää yhteistä ymmärrystä. Draamaa voidaan kuvata prosessina ja toimintana, joka voi edistää kysymyksiä heräämistä, kriittistä ja rakentavaa ajattelua, ongelmanratkaisukyvyä kehittymistä, vertailun, tulkitsemisen, arvostelemisen ja arvostamisen sekä erottelun taitoja sekä oppimisvalmiuksia ja tutkivaa otetta. (O'Neill & Lambert 1991, 15–16, Salmivaara 1994, 25.)









Draaman perustana on ihmisen kyky kuvitella olevansa joku muu tai jotain muuta kuin mitä on. Kuvittelun avulla on mahdollista tutkia, miten ihmiset käyttäytyvät erilaisissa oloissa ja tilanteissa. Keskeistä on siis elämyksellisyys ja rooliin eläytyminen, jota voi tapahtua sekä katsojana että itse näytellessä. Draamassa osapuolet testaavat omia näkökantojaan toisten näkökantoja vastaan vuorovaikutuksessa. Näin tapahtuu heti, kun kaksi henkilöä ottaa roolit draamassa ja alkavat toimia niissä. Roolit edustavat eri näkökantoja, ja niiden välinen vuoropuhelu ja konfliktit vievät draamaa eteenpäin. Draamassa koetaan ja mahdollisesti ratkaistaan erilaisia tulkaliakin tilanteita ja samalla opitaan kohtaamaan erilaisia älyllisiä, fyysisiä, sosiaalisia ja emotionaalisia haasteita. (Neelands 1992, 2-3, Salmivaara 1994, 24-25.)

OHJAAJIEN ROOLI DRAAMALLISESSA MUISTOIHIN PERUSTUVASSA TYÖSKENTELYSSÄ

Menneisydessä koetut voimakkaat tuntemukset jäävät syvimmin mieleen ja muodostavat kokemustietoa oman itsen suhteesta ympäröivään maailmaan. Yksilön kokemukset epäonnistumisineen ja pettymyksineen nähdäänkin *Muistojen näyttämöllä* voimavaroina, joista kertynyttä tietoa osallistujat ja ohjaajat voivat hyödyntää yhteiseen kokemukseen henkilökohtaisia tarinoita työstettäessä sekä harjoituksia tehdessä. Ohjaajan tehtävänä on draamaharjoituksissa järjestää harjoitukset, improvisaatiot, roolit ja esitykset sellaisiksi, että jännite säilyy ja osallistujien mielenkiinto pysyy yllä. Ohjaajalla on

tärkeä rooli turvallisen ja luottavaisen ilmapiirin luomisen lisäksi ohjata ryhmäläisiä löytämään ajatuksilleen ja tunteilleen draamallinen muoto paperiteatterin näyttämölle sekä muuntaa ryhmäläisten kokema juonellisuus myös läsnä olevan hetken tutkimiseksi. Ohjaajan ja osallistujien tärkeimpinä työkaluina onkin yksilö itse: hänen oma persoonallisuutensa tunteineen ja muistoineen sekä kokemuksistaan kertyneine tietoineen että hänen minäkuvansa ja tiedonkäsitteensä. (Kujasalo 1994, 35.)

8.4. Muistojen näyttämön toiminnan arviointia

Muistojen näyttämön arviointi on kulkenut pienempinä toimintatutkimuksellisina sykleinä jokaisen tapaamiskerran välillä, jolloin seuraavan kerran suunnitelmassa on otettu huomioon edellisen tapaamiskerran tapahtumat. Jokaisen tapaamiskerran jälkeen on käyty ryhmän ohjaajien kesken keskustelua siitä, mitä seuraavalla kerralla tulee ottaa huomioon. Arviointia on tehty aineistotriangulaatiota hyödyntäen. Ensimmäisellä tapaamiskerralla kartoitettiin osallistujien taustaa ja alkutilannetta alkukyselyn avulla. Jokaisella tapaamiskerralla ohjaajat tekivät osallistuvaa havainnointia. Lisäksi tapaamiset videoitiin ja valokuvattiin myöhempää palaamista varten. Pitkin matkaa osallistujien kanssa käytiin keskustelua siitä, miltä osallistuminen tuntui. Lopuksi viimeisen tapaamisen päätteeksi tehtiin ryhmähaastattelu, jossa tehtiin yhteistä arviointia sekä annettiin osallistujille kotona täytettäväksi loppuarviointikyselyt.

Ryhmähaastattelun ja loppuarviointikyselyn perusteella *Muistojen näyttämö* oli kaikille osallistujille ja myös ryhmän vetäjille onnistunut kokemus. Osallistujien heittäytyminen mukaan, itsensä likoon laittaminen, ryhmätyöskentely, avoimuus ja ryhmän yhteishenki nousivat esiin haastatteluissa, loppuarviointikyselyssä sekä tapaamiskerroilla. Kaikki osallistajat olivat motivoituneita ja innostuneita työskentelemään. Tehtäviin sitouduttiin ja paneuduttiin aktiivisesti.

Ryhmässä osallistajat ylittivät omia rajojaan osallistuen aktiivisesti kaikkeen draamaharjoituksista käsikirjoitusten ja lavasteiden tekemiseen. Varsinkin esiintyminen yleisölle oli monelle hyvin jännittävää ja haasteellista. Merkittävää oli osallistujien paneutuminen työskentelyyn, keskittyminen, yrittäminen ja kokeileminen.

Ni kyl niinku siis se (yllätti), että ei tämmöstä nytten tee muuten, eikä edes ajattele enää tekevänsä... et tää oli aivan niinku tosi hienoo.” (Osallistuja 5)

Mun mielest ainaki se, et edes pystyy kato tämmöseen. Ni mun mielest seki on ollu jo nii suuri saavutus. (Osallistuja 3)

Joo, se on totta. On tää nyt kuitenkin erilaista ku mitä oli jollainlailla odottanu, vaikka ei ollukaa mitään odottanu. Se oli siis ihan uutta. (Osallistuja 1)

Mielenkiintost, tosi mielenkiintost oli. Ei tullu edes mieleen. (Osallistuja 4)

Toisten tekemistä ja tuloksia myös arvostettiin.

Kyl siin sit, ku mä kotona... Ni toisil oli kaikkee, niil oli nii hienot. Kyl näyttää, toisen näyttää aina hienommalta. (Osallistuja 5)

Nyt täyty vaa tyytyy siihe, et kaikki tekee parhaansa. Et ei ollu mittää matkinu toisiamme. (Osallistuja 3)

Sitoutuminen tavoitteisiin ja ajattelutyö sekä valmistautuminen seuraaviin tapaamisiin sekä esiintymiseen jatkui tapaamisten välillä kotona.

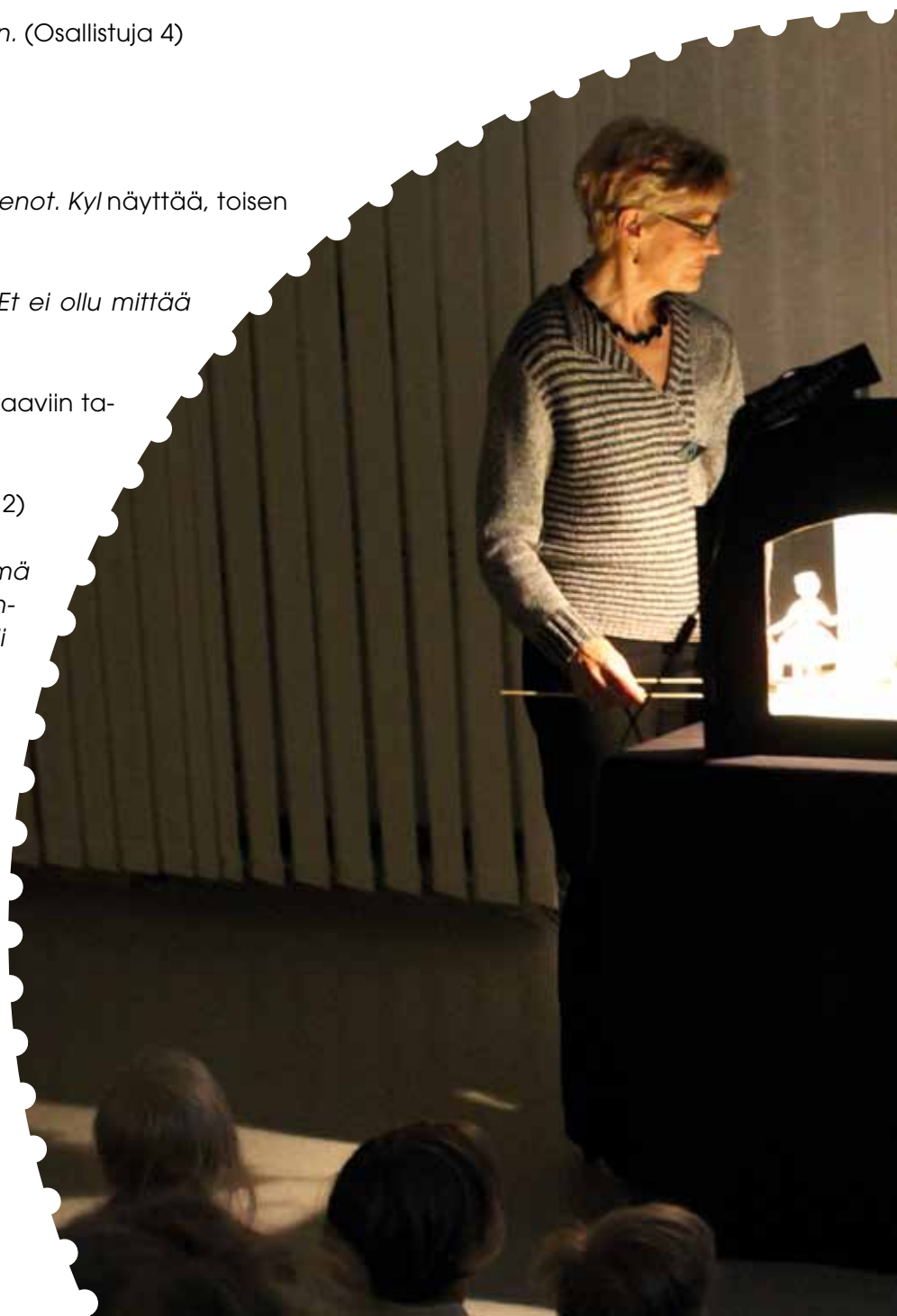
Ja sit, ni mietti jo koton semmosii etukäteen. (Osallistuja 2)

Kyllä niinku kauheesti miettii. Mä ihan niinku, et sillai, et mä osasin vuorosanat niinku yöllä hyvin. Et kyl sitä usein, niinku et miettii, kyl niitä ihan miettii. Tai siis et tuli, tai siin tuli niinku tietenki se, ni sit sitä ajatteli ja sit, et millai vähä vois vaihtaa niitä ja... Nii tai sillai niinku ihan niinku mukamastas lausuin niitä, et... (Osallistuja 5)

Näytelmien esitykseen valmistauduttiin huolella ja tosissaan paneutuen. Esiintyminen olikin monelle se kaikkein jännittävin kokemus, jossa ylitettiin omia rajoja. Jännitys ja täydellinen keskittyminen näytelmään tulevat esiin mm. seuraavasta osallistujan kysymyksestä:

Mä en kuullu mun musiikkia olleenkaan. Soiks se? (Osallistuja 5)

Musiikki oli esityksessä tiiviisti mukana ja välillä soi erittäin kovinkin. Toiset yllättyivät, sillä he olivat kokeneet juuri tämän henkilön ot-



taneen tilanteen tyynesti ja he ihailivat hänen rauhallisuuttaan. Esiintymiseen liittyi kuitenkin monella suorituspainetta ja positiivista stressiä:

No mul on aina, et jos mä joudun esiintymään, ni mul on aina. (Osallistuja 2)

Esitysten näkeminen tuntui hienolta ja sekä omia että toisten saavutuksia arvostettiin.

Ei, mut emmä siit, et se oma esitys on niinku ihan, et sit ku näki nää muut, ni siinä sen vast näki, et ne oli niin hienoja. (Osallistuja 5)

8.5. Muistojen näyttämöllä muodostuneita avaimia

Ryhmähaastattelussa ja loppuarviointikyselyssä kerrotun sekä omien havaintojen ja valokuvien tarkastelun jälkeen *Muistojen näyttämöllä* on rakentunut seuraavanlaisia aivojen ja muistin toimintaa edistäviä avaimia: 1. Visuaalinen hahmottaminen ja visuaalinen ajattelu, 2. Reflektiivinen ajattelu, 3. Sosiaalinen vuorovaikutus ja yhteisöllisyys, 4. Elinikäinen oppiminen, 5. Tutkiva oppiminen ja 6. Luova ajattelu. *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen* -hankeosiossa palvelumallien kehittäminen on tehty toimintatutkimuksen mukaisesti siten, että edeltävissä palvelumalleissa saadut kokemukset on otettu huomioon seuraavien palvelumallien kehittämisessä. Kutakin palvelumallia on kuitenkin arvioitu ja tutkittu myös erikseen palvelumallien erityispiirteiden huomiointiseksi. *Muistojen näyttämöllä* rakentuneiden avaimien kuvauksissa keskitytään lähinnä paperiteatterin ja draamatyöskentelyn erityispiirteisiin. Tarkempaan kuvaukseen muun muassa visuaalisesta hahmottamisesta ja visuaalisesta ajattelusta voi perehtyä lukemalla ensimmäisen ja toisen palvelumallin kuvaukset.



Avain 1.
VISUAALINEN HAHOITTAMINEN JA VISUAALINEN AJATTELU



Avain 2.
REFLEKTIIVINEN AJATTELU

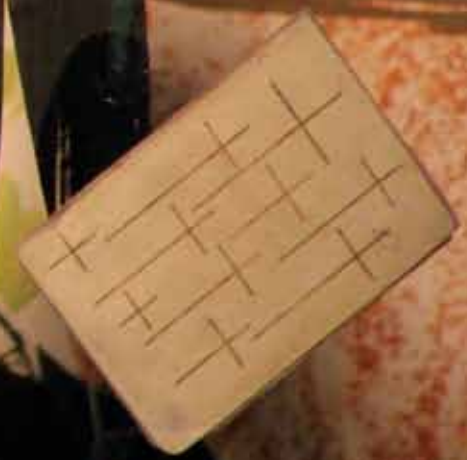
Muistojen näyttämöllä visuaalista ajattelua ja hahmottamista tapahtui näyttämön, lavasteiden ja nukkejen sekä kokonaisuuden hahmottamisessa ja suunnittelussa. Muistot saivat tarinallisen muodon ja tarinat visuaalisen hahmon näyttämöllä. *Muistojen näyttämöllä* tapahtui reflektiivistä ajattelua muiston saattamisessa narratiiviseen muotoon kuvallisena kertomuksena sekä juonellisena tarinana, jota erilaiset tapahtumakulut ja vuorosanat sekä nukeiksi tehdyt roolihahmot toivat esiin. Valokuvat toimivat muistin herättäjinä ja visuaalisten mielikuvien palauttajina mieleen. Muisto kirjoitettiin käsikirjoituksen muotoon, ja käsikirjoituksen kirjoittamisen jälkeen alettiin pohtia ja hahmotella ympäristöä, jossa muisto oli tapahtunut. Maalaamalla ja piirtämällä hahmoteltiin lavasteita toimintaympäristöksi tarinalle, yksityiskohtat palautuivat mieleen: miten aurinko paistoi ja vesi kimmelsi ja kuinka korkea kallio toimi pelastajana mullikoiden hyökkäyksessä. Lavasteisiin tehtiin tausta ja tuotiin kolmiulotteisuutta sijoittamalla näyttämön etualalle ja keskivaiheille mm. huonekaluja, kallioita, kiviä ja pensaita, ihmisjoukkoja sekä aaltoilevaa vettä. Jokainen hahmotti ja työsti oman muistonsa eläväksi visuaaliseksi kertomukseksi, jossa nuket toimivat muistojen uudelleen esiin tuojina. Nukkejen työstämisessä visuaalinen hahmottaminen oli tärkeää. Mustavalkoisia valokuvia suurennettiin ja osallistujat nostivat niistä värien avulla esiin tärkeitä yksityiskohtia. Samalla he palauttivat mieleen, millaisia vaatteita silloin käytettiin, minkä värinen mekko oli päällä ja miltä se tuntui. Nukkejen valmistamisessa osallistujat hahmottivat myös ihmisen ja ympäristön mittasuhteita.

Teatteriesityksessä muisto saa fyysisen ja konkreettisen muodon. Näyttämöllä eletty elämä nähdään uudelleen elettyinä ja ennen kaikkea se, miten asiat ja tekeminen on koettu. Tämän vuoksi *Muistojen näyttämöllä* näkyvät osallistujien valitut merkitykselliset hetket elävällä ja kiinnostavalla tavalla sekä hiljaisina olleet kokemukset paperiteatterin värikkääseen ja moniulotteiseen muotoon puettuina. (Hohenthal-Antin 2013, 76.) Osallistujien mieleen nousi merkityksellisiä hetkiä ja yhä uusia yksityiskohtia omasta muistostaan: esimerkiksi miten yksi tyttö uskalsi käyttää huulipunaa uhmaten pappia ja sen ajan tapakulttuuria näyttäen Brigitte Bardot'ita, miten osallistuja kulki pitkän matkan pyörällä rippikouluun ja mihin hän jätti pyöränsä tapaamisen ajaksi ja kuinka heti rippikoulun jälkeen lähdettiin tanssimaan. Taidetoiminnassa kiinnitettiin huomiota muistoihin palaamisen ja nykyisyyden väliseen vuoropuheluun ja valokuvissa ilmenevän tarkasteluun. Nämä muistot ohjattiin tuomaan näkyväksi kuvataiteen ja paperiteatterin keinoin. Oleellista on tekemisessä syntyvä luova prosessi ja muisteluprosessi, sitoutumisesta prosessiin syntyy toiminnan ja näkyvän esteettinen kvaliteetti. (Vrt. Hohenthal-Antin 2013, 67.)



TANSSILAVA

KIRJAINEN
KANSALLISEN
KATEKISMUS
KIRJAINEN
KANSALLISEN
KATEKISMUS
KIRJAINEN







Avain 3.

SOSIAALINEN VUOROVAIKUTUS JA YHTEISÖLLISYYS

- Yhteisen tiedon rakentuminen
- Identiteetin muovautuminen
- Itsetuntemuksen kehittyminen

Muistojen näyttämön seuraavaksi avaimeksi rakentui sosiaalinen vuorovaikutus ja yhteisöllisyys. Taiteessa tapahtuvassa oppimisessa persoonallinen tieto yhdistetään sosiaaliseen tietoon, jolloin syntyy ainutlaatuista ja henkilökohtaista tässä ja nyt -kokemustietoa (Kujasalo 1994, 43–44). *Muistojen näyttämöllä* tämä syvempi ymmärrys taiteen tekemisestä tuli ryhmähaastattelussa esiin lisääntyneenä taiteen arvostuksena sekä kiinnostuksena sitä kohtaan. Osallistujat olivat sosiokulttuurisen ajattelun mukaisesti valtautuneet aktiiviksi taiteen ja kulttuurin toimijoiksi ja taidetapahtumiin osallistujiksi. Osallistujat olivat ryhmässä saamiensa kokemusten innostamina kiinnostuneet taiteesta ja lähteneet itseohjautuneesti etsimään uusia kulttuurisia kokemuksia. Osallistujien kertoman mukaan heidän olonsa oli muuttunut virkeämmäksi ja esiintymisjännitys oli vähentynyt, ja he olivat saaneet lisää itseluottamusta ja sitä myöden myös uskallus kokea ja tehdä uusia asioita oli lisääntynyt. He kertoivat myös saaneensa rohkeutta olla oma itsensä, he hyväksyivät toisensa ja oppivat ymmärtämään paremmin erilaisuutta.

Toivasen (2009) mukaan draamaprosessissa tapahtuu henkilökohtaista oppimista ja itsetuntemuksen ja asenteiden muutosta. Ilmaisutaitojen ja valmiuksien kehitymisellä on myönteisiä vaikutuksia itseluottamukseen ja itsetuntemukseen. Toivasen (2009) tarkastelemien väitöskirjatutkimusten mukaan draama- ja teatterityöskentely kehittää yksilön pitkäjänteisyyttä, keskittymiskykyä, itseluottamusta ja itsetuntemusta sekä vahvistaa ryhmää. Lisäksi sen on todettu lisäävän sosiaalisuutta ja ymmärrystä toisia kohtaan, toisten hyväksymistä, vastavuoroisuutta ja empatiakykyä. Väitöskirjoissa oli käsitelty lasten ja nuorten kokemuksia, mutta tulokset kertovat myös yleisemmin draamatyöskentelyn merkityksestä. Toivasen mukaan draamassa merkityksellistä onkin juuri piilevien potentiaalien esiin nouseminen.

Yhteisten elämäntarinoiden, omien valokuvien ja niihin liittyvien kertomusten avulla osallistujat ja ohjaajat tutustuivat toisiinsa syvemmin ja jokainen sai tilaisuuden kertoa itsestään ja nousta esiin arvokkaana ainutkertaisena persoonana, jonka elämällä on merkitystä. Muistelussa ja yhteisessä jakamisessa tapahtui sosiaalista vuorovaikutusta ja yhteistä tiedon rakentumista. Muistelussa oli tärkeänä osana myös muistelun sosiaalinen ulottuvuus: muistelu liittyy yhteen erityisesti saman sukupolven edustajia, joilla on ai-



kalaisina samankaltaisia kokemuksia ja yhteisiä muistoja (Karisto & Pekkarinen 2013). Kertomukset herättivät ajatuksia ja kysymyksiä ja toivat esiin yhteisiä kokemuksia, joihin voi samaistua ja joiden kautta voi peilata myös omia kokemuksiaan.

Muistojen näyttämöllä osallistujat ylittivät totunnaisten toimintatapojen kynnyksen ja astuivat teatterin maailmaan. Työskentelylle merkityksellistä olikin osallistujien aitous, avoimuus ja heittäytyminen yhteiseen työskentelyyn. Ryhmän kesken syntyi luottamuksen ilmapiiri, jossa osallistujat pystyivät jakamaan vaikeitakin asioita. Muistojen uudelleen eläminen loi mahdollisuuden uuden oppimiseen ja samalla uusien muistojen syntymiseen. Jokaisen omista muistoista muotoutuikin näin sosiaalisessa vuorovaikutuksessa yhteisiä muistoja, joihin jokainen pääsi yhdessä eläytymään. Ryhmässä merkityksellistä oli myös jokaisen oma kokeminen ja tekeminen. Elämäntarinoiden jakamisessa merkityksellistä on se, että toinen ihminen välittää elämästäni ja haluaa kuulla tarinani. Yksilön identiteettityölle merkityksellistä on kuulluksi tuleminen ja se, että saa kuulla myös toisen elämästä. *Muistojen näyttämöllä* tapahtuvassa yhteisessä muistojen jakamisessa ja esittämisessä jokainen osallistuja sai mahdollisuuden olla näkyvissä ja läsnä aktiivisena toimijana (ks. Hohenthal-Antin 2009). Puhutaan tarinallisesta identiteetistä, jolloin identiteetti ei rakennu ainoastaan itsessä kerrotuissa kertomuksissa vaan eläytymisestä myös muiden tarinoihin. Elämäntarina koskettaa, sillä se aktivoi kuulijan omia kokemuksia. Toinen ihminen ikään kuin kertoo myös kuulijan tarinaa kertomalla omaansa. (Sava 2004, 53–55.)

SITOUTUMINEN OSALLISTUJIEN YHTEISEEN VAKAAN LEIKKIIN

Leikin sopimus toteutuu *Muistojen näyttämöllä* samoin kuin teatterissa ja elokuvissa, kun uppoudumme sisään fiktion. *Muistojen näyttämö* -ryhmässä tapahtui heittäytymistä ja leikkiin sitoutumista, jolloin leikillisuus säilyi ja tavoitteet oli mahdollista saavuttaa. (Heikkinen 2002.)



Avain 4.
ELINIKÄINEN OPPIMINEN



Avain 5.
TUTKIVA OPPIMINEN

Muistojen näyttämön merkittäviksi avaimiksi nousivat myös mahdollisuus elinikäiseen oppimiseen ja tutkivaan oppimiseen. Draamakasvatuksessa ovat jatkuvasti läsnä mahdollisuus muuttua, kasvaa ja opiskella elämänhallintaa. Läsnä on jatkuva keskeneräisyys ja prosessinomaisuus sekä jatkuva muutos. Draamatyöskentely voidaan nähdä hyvin kokonaisvaltaisena, ja sen tavoitteena onkin kehittää sekä osallistujien älyllisiä, sosiaalisia, fyysisiä, emotionaalisia että moraalaisia alueita. (Heikkinen 2002, 125; O'Neill 1995.) Draamatyöskentelyssä keskeistä on löytää oma



kokemustietonsa ja oppia käyttämään sitä lähteenään ja voimavaranaan (Kujasalo 1994, 39; Neelands 1984, 39; vrt. Dewey 1934/1980).

Draamakasvatuksessa merkittävää on sen vaikutusten ylettyminen tarinoiden kertomisen, teatterin tekemisen ja kokemuksen lisäksi myös ihmisten kasvulle eli oman itsensä ja oman identiteettinsä hahmottamiseen maailmassa. Draamaprosessin kokemus voikin olla parhaimmillaan transformatiivinen, rajoja rikkova ja siten uusia näkökulmia avaava kasvatuksellinen ja pedagoginen prosessi. Vaikutuksen voi kokea sekä yleisönä että draamaprosessissa. (Heikkinen 2002, 72.) Pedagogis-esteettinen kasvuprosessi tekee mahdolliseksi erilaisten taitojen harjoittamisen ja erilaisten merkitysten tarkastelemisen ja rakentamisen. (Heikkinen 2002, 121; Bolton 1986, 218–219.)

Draamatyöskentelyssä oppimista tapahtuu, kun osallistujat sitoutuvat draaman sisältöön ja aiheeseen ja lähtevät käsittelemään sitä tutkivalla otteella (O'Neill & Lambert 1991, 15–16; Heikkinen 2002). *Muistojen näyttämöllä* osallistujien sitoutuminen, innostuneisuus ja tehtäviin syventyminen tuli esiin jokaisella tapaamiskerralla ja myös välitehtävien kautta. Jokainen uppoutui oman muistonsa työstämiseen ja teki parhaansa. Esimerkkinä tästä voidaan mainita yhden osallistujan uppoutuminen näytelmäänsä sopivan musiikin etsimiseen moneksi tunniksi.

Ja sit mä innostusin iha hirveesti, ku mul oli sit se, se ku piti sitä musiikkii hakee tai jotai, ku mä plarasin ja plarasin, varmaan monta monta tuntii, mä... (- -) monta tuntii kato ja sit ei tää oo hyvä, eiku tää, eiku tää. Sit tuli jo semmone, et ei enää tienny, minkä ois valinnu. Mut huomias, et siel oli tosi paljo hyvää musiikkii. (Osallistuja 3)

Musiikkivalinnat olivatkin erittäin onnistuneita tukien hienosti näytelmien sisältöä ja tunnelmaa. Netistä löytyvä valtava määrä musiikkia teki valinnan vaikeaksi osallistujan pyrkiessä täydellisyyden tavoitteluun. Samalla tätä välitehtävää tehdessään osallistuja havaitsi, miten paljon hyvää musiikkia löytyy netistä, ja tästä innostuneena hän päätti, että voi mennä uudestaankin nettiin etsimään musiikkia. *Muistojen näyttämön* yksi erityispiirre olikin eri taiteiden alojen integroiminen työskentelyyn. *Muistojen näyttämöllä* taiteiden välinen integraatio tapahtui draamaa, kuvataidetta ja musiikkia sekä kirjoittamista hyödyntäen.



Avain 6.

LUOVA AJATTELU

- Flow-kokemus
- Päätöksentekokyky

Muistojen näyttämö on edellyttänyt osallistujilta luovaa ajattelua ja luovaa päätöksentekoa kaikissa työskentelyn vaiheissa. *Muistojen näyttämöllä* -työskentelyssä tapahtui jatkuvaa päätöksen tekoa valokuvan ja muiston valinnasta alka-

en. Käsikirjoituksen kirjoittamisessa luova ajattelu on merkityksellistä oman muiston sanoittamisessa ja tarinalliseen muotoon saattamisessa. Luovuudella tarkoitetaan muistojen näyttämöllä taiteellisen luovuuden lisäksi uudenlaisten yllättävien ratkaisujen tekemistä. Luovassa muistelutyössä luovia ja taidelähtöisiä toimintamuotoja käytetään järjestelmällisesti muistojen herättämisessä, jolloin elämäkokemukset tulevat työskentelyn kautta näkyviksi teatterin ja muiden taideaktiiviteettien avulla (Hohenthal-Antin 2009, 23). Hohenthal-Antinin mukaan taide toimiiikin apuvälineenä, jonka avulla ihminen prosessoi itseään muistojensa kautta ja saa siten oikeutuksen tulla näkyville.

Myös harjoituksissa nopea reagoitokyky uusiin tilanteisiin vaati osallistujilta täydellistä keskittymistä ja päätöksentekoprosesseja. Draamaharjoituksissa kokeiltiin tunnetilojen vaihtoja ja uusiin rooleihin hyppäämistä nopeina vaihtoina. Myös näytelmien harjoituksissa ja esityksessä nopea roolien vaihto oli tärkeää. Kaikki saivat kokeilla erilaisia rooleja ja toimia juontajina esitysten välillä näytöksessä. Leikin avulla vapautetaan lapsenomaista intuitiota, luovuutta ja estottomuutta sekä yrittämistä, jolloin sisäistetty vanhempi väistyy (ks. Laitinen 1994). Tässä ohjaajan tietoisella tavoitteisuudella, taidepedagogiikalla ja ryhmän turvallisella ilmapiirillä luomisella on suuri merkitys.

Muistojen näyttämön työskentelyssä keskeiseksi aivojen ja muistin toimintaa edistäväksi avaimeksi nousi luovuuden merkitys. Luovuudella tarkoitetaan tässä totunnaisista toimintatavoista irtautumista (ks. Dewey 1997) ja uudenlaisen ajattelun löytymistä. Csikszentmihalyi (1996) näkee luovuuden antavan ihmiselle tarkoituksen elämäään. Ihmisten kiinnostavimmat, tärkeimmät ja inhimillisimmät saavutukset perustuvat ihmisen kykyyn luovaan ajatteluun. Luovuuden taustalla merkittäviä ovat ihmisen kielelliset kyvyt, arvot, taiteellinen ilmaisu, tieteellinen ajattelu ja teknologia. Oppimisen kautta tietoja ja taitoja siirretään muille. Csikszentmihalyin mukaan luova toiminta saa ihmisen tuntemaan elävänsä täyttä elämää ja tuntemaan itsensä osaksi jotakin itseään suurempaa. (Csikszentmihalyi 1996, 1–2.)

Luovuus vaatii tilaa, ajan ja paikan, jonka *Muistojen näyttämö* tarjosi tässä osallistujille. Luovuus vaatii myös mielen pitämistä avoimena uusille asioille:

Mä oon yleensä semmonen, et ku mä menen jonneki, ni mä en haluakaan, et mul on semmoset (ennakko-odotukset), et sit siel on sitä ja sit siel on tätä, koska mä oon huomannu sen, et sit ku sä menet jonneki... ja sä oot ajatellu, et se on näin, ni sit se onki ihan jotai muuta. Eli avoimin mielin joka paikkaan niinku mä oon menny yleensä aina niin, et mä katon sitte. (Osallistuja 3)

Muistojen näyttämön työskentelyssä luova ajattelu ja ongelmanratkaisutaitojen käyttäminen ovat jatkuvasti läsnä. Valokuvien valitseminen ja muiston työstäminen tarinalliseksi käsikirjoitukseksi, lavasteiksi ja nukeiksi vaativat osallistujilta jatkuvaa valintojen tekemistä ja luovaa ajattelua, keskeneräisyyden sietokykyä, visuaalista ajattelua ja hahmottamista ja uudenlaisen näkökulman ottamista omaan muistonsa. Havainnoinnin perusteella muistojen näyttämöllä tapahtuva luova prosessi

näytti johtavan osallistujien ajoittaiseen, ellei jatkuvaankin flow-tilaan (Csikszentmihalyi 1996, 2007). Osallistujat oppivat uutta, valtautuiivat työskentelyyn ja ponnistelivat löytääkseen uusia ratkaisuja, työskentely oli haasteellista ja vaati siksi osallistujilta paljon ajattelutyötä. Ratkaisujen löytäminen sai aikaan onnistumisen kokemuksia.

Muistojen näyttämöllä osallistujien kokemusta määritteli itsensä ylittäminen ja innostuneisuus omaan taidetekemiseen. Aika tuntui loppuvan kesken osallistujien keskittyessä täydellisesti omaan työskentelyynsä. Osallistujat olivat yllättyneitä omista kyvyistään ja aikaansaannoksistaan, joista he ja ohjaajat antoivat hyvää palautetta toisilleen. Csikszentmihalyin (2007, 87) mukaan ihminen saa flow-kokemuksen, kun hän tuntee olevansa oman haaste- ja taitotasonsa yläpuolella. Vastakohtana flow-kokemukselle on apatia, jossa haasteet ja taidot ovat vähäiset. Muita näiden välille sijoittuvia kokemuksia haasteiden ja taitojen kohtaamisesta ovat huolestuminen, ahdistuminen, vireytyminen, hallinta, rentoutuminen ja ikävystyminen, joita ihminen käy läpi elämässään jatkuvasti sekä arjen askareissaan että vastatessaan uusiin haasteisiin. (Csikszentmihalyi 2007, 87–91.)

Joo, ja mun mielest sit siin kuitenkin ku on, ni sit niinku innostuu jotenki tai tieks sä, emmä tiedä, emmä ossaa selittää, mut se on vaan niin. Ku lähtee jonneki ja niinku saa jotain muuta, et sä oot vaan niinku, sitä ihminen niin tylsistyy ja sitä on vaan niinku kotona ja sillai, et pitäis vaa saada ihmiset niinku liikkeeseen ja... (Osallistuja 3)

Ja on tyytyväine itteki sit, et on päässy lähtemää ja on päässy käymää nämä kaikki. (Osallistuja 4)

Osallistujien kokemusten kerronnassa tärkeintä näytti olevan kotoa pois lähteminen ja uusien haasteiden vastaanottaminen, jolloin mahdollisuudet uusiin kokemuksiin ja uuden oppimiseen ovat läsnä. *Muistojen näyttämöllä* osallistujat kokivat uutta, olivat valppaina ja keskittyneinä työskentelyyn, innostuneita uudesta ja tyytyväisiä omaan uuteen osaamiseensa. Osallistujat kokivat onnistumisia soveltaessaan aiempien palvelumallien taidetoiminnassa oppimaansa. Asenne taidetta kohtaan oli muuttunut avoimeksi ja tutkivaksi: miten voisin soveltaa oppimaani omassa elämässäni. Flow'n dynamiikan mukaisesti oman toiminnan kehittyminen ja uusien taitojen oppiminen kulkee jatkuvan itsensä haastamisen avulla portaittain (Csikszentmihalyi 2007, 81). Muistojen näyttämöllä jokainen osallistuja haastoi itsensä ylittäen vähintäänkin Csikszentmihalyin (2007, 87–91) kuvaaman apatian tilan, jossa ihminen kokee haasteet ja taidot vähäisiksi ja saattaa kokea masennusta ja surullisuutta. Tehtävän ollessa liian vaikea eli haasteiden ohittaessa taidot yksilö saattaa kokea huolestuneisuutta, surua, stressiä sekä ahdistumista, jolloin hän on myös valpas, vireytynyt ja keskittynyt. Taitojen ohittaessa haasteet ihminen ikävystyy, jolloin hän voi kokea masentuneisuutta ja toisaalta tyytyväisyyttä ja rentoutumista. Yksilö on tyytyväinen ja varma kokiessaan, että hallitsee asian tekemisen, tällöin kokemusta määrittää varmuus omista taidoista sekä kokemus onnellisuudesta. Flow-kokemus syntyy, kun ihminen ylittää oman haaste- ja taitotasonsa, ja hän on onnellinen ja keskittynyt. (Csikszentmihalyi 2007, 87.) Merkityksellistä aivojen aktivoimiselle onkin, että yksilö kohtaa erilaisia uusia haasteita, pieniä ja suurempia sekä haastaa itseään toimimaan toisin, havaitsemaan, näkemään ja kokemaan uutta. Muistojen näyttämöllä tämä uusien näkökulmien ja toimintatapojen kokeileminen ja itsensä haastaminen uuden oppimiseen toteutui monipuolisesti taidetoiminnassa, näyttämöllä ja sosiaalisessa vuorovaikutuksessa muiden kanssa.





KEHONERO

9. KehoNero

Jonna Aaltonen

KehoNerossa aktivoidaan aivoja ja muistin toimintaa luovan liikkumisen ja luovan itseilmaisun harjoitteita hyödyntäen: liikutaan, tanssitaan, nähdään, kuunnellaan, kohdataan ja kannustetaan lempeästi rikkomaan rajoja ja tekemään toisin.

Seuraavassa tanssitaitelija Jonna Aaltonen kuvaa *KehoNeron* tausta-ajattelua ja toteuttamisen viitekehystä, itse toteutusta ja toteutuneen toiminnan arviointia palvelumallin ohjaajan, kehittäjän ja tanssitaitelijan roolista ja näkökulmasta. *KehoNero* toteutettiin loka–marraskuun aikana syksyllä 2013. Ryhmä kokoontui kuusi kertaa Turun Lähimmäispalveluyhdistys ry:n Kotikunnaan tiloissa. Aktiivisia osallistujia ryhmään tuli yhdeksän. *KehoNeron* toiminnasta tuli useita kyselyjä toiminnan aikana ja toiminnan jälkeen. Läntinen tanssin aluekeskus ry on toteuttanut *KehoNerossa* kehittämänsä mestari-kisällimentorointimallia, jossa tanssitaitelijat Saara Annala ja Jennifer Joffs olivat kisälliopissa *KehoNeron* ryhmätapaamisissa opettelemassa Jonnan opastuksella *KehoNeron* harjoitteita. *KehoNeron* arviointia oli tekemässä psykofyysiseen fysioterapiaan suuntautunut opiskelija Saara Hyyrynen ja fysioterapian lehtori Niina Katajapuu. *KehoNeron* aikaista kehollista muutosta arvioitiin BAS-mittarin sovelluksella.

Useissa tutkimuksissa on todettu, että kulttuuri, taide ja sosiokulttuurinen toiminta vaikuttavat myönteisesti muisti- ja aivotoimintoihin (Särkämö ym. 2008; Hannemann 2006; Holthe ym. 2007; Wilson ym. 2007; Small ym. 2007; Götell ym. 2008; Ravelin 2008). Sosiaalinen kanssakäyminen, kohtaaminen, kosketus, vuorovaikutus ja yhteisöllisyys, kaikenlainen innostava tekeminen, liikunta, uuden oppiminen, rutiinien rikkominen sekä ajatus- ja toimintamallien pienikin muuttaminen aktivoivat aivoja monipuolisesti ja edistävät siten aivoterveyttä ja muistin toimintaa. Kaikki nämä elementit ovat juuri sitä ydintä, joiden perusteella olen kehittänyt *KehoNero*-työpajoissa käyttämäni erilaiset harjoitteet.

Ihminen on fyysinen, psyykinen, sosiaalinen ja kulttuurinen toimija. Ohjaajan on tärkeää onnistua luomaan turvallinen, lämmin ja kannustava ilmapiiri alusta lähtien. Tällöin syntyy aito luottamus ohjaajan ja ryhmäläisten välillä, ja huumori, luovuus ja luova hulluus pääsevät kukkimaan. Luottamuksellinen ilmapiiri ja kokonaisvaltainen ajattelu ovat olleet myös *KehoNero*-työpajojen perusta, johon olen yhdistellyt sekä kehon ja mielen että sosiaalisen kanssakäymisen harjoitteita. Tämä harjoitusten kombinaatio tekee *KehoNerosta* ainutlaatuisen ja erottaa sen esim. monille tutusta kuntojumpasta. Jokaisella teettämälläni harjoituksella on tavoite. Kaikki työpajassa tehtävät harjoitukset linkittyvät pedagogisesti loogiseksi ja toimivaksi kokonaisuudeksi.

KehoNero-työpajan kehittämistyön ja siihen nojautuvan analyysini perusteella luovan ilmaisun harjoitteet, olivatpa ne luonteeltaan liikkumista, sosiaalisia kontakteja tai kielellisiä tehtäviä, ylläpitävät ja kehittävät kognitiivisia taitoja. Esimerkiksi tilallisia rajoja, omia rajoja tai toisten rajoja havainnoivat tehtävät vahvistavat visuaalista hahmottamiskykyä, jolla on keskeinen rooli ihmisen arjessa. Luova liikkuminen aktivoi luovaa ajattelua. Improvisatoriset tehtävät kehittävät päätöksenteon elastisuutta. Myös rutiinien rikkominen ja toisin tekeminen lisäävät joustavuutta omassa toiminnassa. Lastentautiopin professori, arkkiaatri ja suomalaisen neuvolajärjestelmän isänä tunnettu Arvo Ylppö totesi jo 95-vuotisjuhlahaastattelussaan, että aivojen hermovverkko on jatkuvassa dynaamisessa muutostilassa ja valmiina mukautumaan muutoksiin (Juntunen 2014). Ilmiötä kutsutaan plastisuudeksi eli muotoutuvuudeksi. Jatkuva uuden oppiminen on mahdollista, kun aivot pysyvät plastisina ja synapsien eli hermoverkkoyhteyksien vahvistumisilmiö toimii. Toisin sanoen, kun oma toiminta on joustavaa ja monimuotoista, myös aivojen plastisuus lisääntyy ja uusia hermoverkkoyhteyksiä voi syntyä.

KehoNero-työpajassa toteutan elinikäisen oppimisen ideaa, jonka mukaan ihminen oppii koko elämänsä ajan. Pyrin pitämään työpajatilanteen jatkuvasti avoimena ja olla ohjaajana läsnä juuri siinä hetkessä, juuri kyseiselle ryhmälle. Haluan toteuttaa omaa suunnitelmaani joustavasti, kommunikoiden ryhmän kanssa ja heidän reaktioitaan ja herkkyyksiään kuunnellen, aistien ja havainnoiden. Haluan siten olla valmis muuttamaan omaa suunnitelmaani tilanteen vaatimalla tavalla. *KehoNero*-pilottityöpajan edetessä huomasin





saavuttaneeni vuorovaikutukselle ja oppimiselle olennaisen asettamani tavoitteen: ryhmäläisille oli muotoutunut sisäsyntyinen motivaatio yhdessä toimimiseen, monenlaisen uuden kokeilemiseen ja harjoituksiin heittäytymiseen. Väillemme syntyi positiivinen yhteinen tahtotila, minkä ansioista toimintaa oli helppoa ja antoisaa ohjata. Ennalta arvaamattomat harjoitukset ja kyky heittäytyä niihin ovat palkitsevia ja synnyttävät sisäisen eheytyksen kokemuksen. Itseluottamus ja itsetuntemus kasvavat ja rohkeus uusien asioiden kohtaamiseen lisääntyy. Rohkeuden kasvaessa uskaltaudutaan uusiin, haastaviinkin sosiaalisiin tilanteisiin. Näin syntyy positiivinen, nousujohteinen sykli.

9.1. Esimerkkejä KehoNeron keinoista ja tavoitteista

TAVOITE 1:

Päätöksenteon elastisuuden ja luovan ajattelun sekä omien ja toisten rajojen tunnistamis- ja tilan hahmottamiskyvyn lisääminen

KEINOT:

esimerkkiharjoitus ”Liikehuoneet”

Rajaan tilan neljään eri osaan esim. maalarinteipillä. Yhdessä keskustelemme ja löydämme erilaisia liikelaatuja, tempoja ja dynamiikkoja (esim. nopea, hidas, terävä, pyöreä). Jokaisessa tilan neljänneksessä saamme liikkua vain yhdellä näistä liikkumisen tavoista. Liikumme tilassa vapaasti ”huoneesta” toiseen. Aina vaihtaessamme ”huonetta” vaihdamme myös liikkumisemme tapaa.

Lisäämme liikelaadulle sitä kuvaavan äänen. Liikumme edelleen yhdessä vapaasti ”huoneissa” yhdistäen äänen ja liikkeen. Tilanteen kehittymisen mukaan voimme myös lisätä kommunikointia toisten kanssa. Näin rakennamme liike- ja äänikeskusteluja. Teemme saman myös kahdessa ryhmässä, jolloin toinen ryhmä liikkuu ”huoneissa”, toinen ryhmä katsoo ja havainnoi. Molemmat ryhmät sekä liikkuvat että havainnoivat vuorollaan. Harjoituksen jälkeen keskustelemme havainnoistamme. Harjoitteen perusta on, että toisten liikkumista katsellessa nk. peillisolut aktivoituvat. Peillisolut ovat hermosoluja, jotka aktivoituvat sekä silloin, kun toimintaa suoritetaan, että silloin, kun sitä tarkkaillaan. Sekä liikkeen ja tanssin katselu että itse liikkuminen muokkaavat aivoja (Cross ym. 2009). Aivojen aktivoituminen on voimakkaampaa silloin, kun katsellaan liikettä ja liikkumista, jonka oma keho tunnistaa ja jota itse on harjoitellut aikaisemmin (Calvo-Merino ym. 2005).

TAVOITE 2:

Keho-mieliyhteyden lisääminen, kosketuksen merkityksen ja voiman havaitseminen, itseluottamuksen ja rohkeuden vahvistaminen, oman persoonan näkyväksi tekeminen, uusien kommunikaatiokeinojen etsiminen





KEINOT:

esimerkkiharjoitus "Kosketusmuisto"

Mietimme jokainen itsellemme jonkin mieluisan kosketusmuiston joko lapsuudestamme tai nykyhetkestämme. Muodostamme parit. Näytämme kumpikin toiselle oman kosketusmuistomme ja kerromme siitä. Vaihdamme pareja, kunnes jokainen on saanut näyttää oman muistonsa jokaiselle. Lopuksi keskustelemme yhdessä harjoituksen herättämistä ajatuksista ja tuntemuksista.

Kosketusmuisto-harjoite perustuu kokemuksiin tanssin ja luovan liikkeen vaikutuksista ikääntyneiden parissa. Kosketuksen tärkeys korostuu erityisesti vaikeasti muistisairaana kanssa kommunikoitaessa: tunnemuisti säilyy, vaikka muut kognitiiviset taidot olisivat vaurioituneet. Taiteen keinoin voidaan ohittaa mielen lukkoja.

TAVOITE 3:

Visuaalisen hahmottamiskyvyn parantaminen, omien rajojen tiedostaminen, oman kinesfäärin ja sosiaalisen etäisyyden tunnistaminen, itseluottamuksen ja itsetuntemuksen vahvistaminen

KEINOT:

esimerkkiharjoitus "Katsekontakti"

Kävelemme tilassa vapaasti. Havainnoimme tilaa ja muita tilassa liikkujia. Katsomme vastaantulijoita erilaisin tavoin: katsomme pitkään, katsomme pitkään jotain kehon osaa erityisesti, katsomme vilkaisten jne. Lopuksi jäämme katsomaan vastaantulijaa silmiin. Katsomme pitkään. Vaihdamme paria useaan kertaan. Pyrimme tekemään koko harjoituksen neutraalein ilmein. Lopuksi keskustelemme yhdessä harjoituksen herättämistä ajatuksista ja tuntemuksista.

Ryhmässä toteutettavien yhteisten harjoitteiden lisäksi aivojen joustavuutta voidaan vahvistaa myös arjessa. Kehitin *KehoNero*-työpajaan kotitehtäviä, jotka vahvistavat muita harjoituksia. Esimerkiksi "Tee jotain itsellesi epätyypillistä" -kotiharjoituksessa annan kotitehtäväksi tehdä jotain itselle epätyypillistä (esim. kävellä kaupungilla taka-perin vähintään 100 metrin matka). Seuraavalla kerralla keskustelemme siitä, mitä kukin teki, miltä se tuntui, minkälaisia reaktioita toisin tekeminen aiheutti ympäristössä, itsessä tai minkälaisia tuntemuksia ja ajatuksia toisin tekeminen herätti.





9.2. Kokemukset pilotoinnista

Pilottityöpajoihin osallistuneiden palautteessa ryhmäläiset kertoivat saaneensa työpajasta mm. uusia ajatuksia, ideoita, mielen virkistymistä, uutta energiaa, innostusta, uteliaisuutta ja rohkeutta tarttua uusiin haasteisiin, aivoille lääkettä ja ”pölytystä”. Monet kokivat tasapainonsa ja läsnäolonsa parantuneen. ”Olen alkanut hengittää!”, oli itselleni eräs mieleenpainuvimmista ja pysähdyttävimmistä kommentteista palautteissa.

Pilottiryhmän kanssa työskentely osoitti

1. yhteishengen lisääntymistä luottamuksellisen ja turvallisen vuorovaikutuksen avulla
2. sosiaalisen joustavuuden kehittymistä
3. motivoituneisuuden ja sitoutuneisuuden kasvua ryhmäytymisen myötä
4. luovan ajattelukyvyyn lisääntymistä harjoitusten syvetessä
5. kehollisen luovuuden ja liikkeellisen mielikuvituksen paranemista oman henkilökohtaisen liikesanaston karttuessa
6. sopeutumis- ja muutoksensietokyvyyn lisääntymistä ennalta arvaamattomiin tehtäviin paneutuessa
7. heittäytymiskyvyyn ja rohkeuden lisääntymistä improvisaatioharjoituksiin eläytyessä
8. aistiherkkyyden kasvua esim. kosketuksen ja välittämisen tunteen lisääntyessä ryhmäläisten keskuudessa.

KehoNero-työpajat ovat olleet minulle taiteilijana erityisen innostavia ja inspiroivia. Aiemmin toteuttamani PolvennostoSeikkailu-työpajakonseptin ja erityisesti tämän kehittämiskokemukseni perusteella olen yhä vakuuttuneempi tämän tyyppisen työpajatoiminnan toimivuudesta ja tarpeellisuudesta sekä sen tehokkuudesta aivoterveiden ylläpitäjänä. *KehoNeron* avulla saavutetaan merkittävää kansantaloudellista hyötyä, kun muistisairauksien ilmaantuminen ja eteneminen viivästyvät. Ikääntyvä sukupolvi pysyy aktiivisena pidempään ja pystyy asumaan ja toimimaan itsenäisesti kauemmin.



9.3. Avainten rakentuminen KehoNerossa

Helena Malmivirta

KehoNerossa avaimiksi näyttäisi rakentuvan ryhmäläisten kokemuksestomassa seuraavat avaimet:



Avain 1. KEHOTIETOISUUDEN VAHVISTUMINEN

KehoNeron harjoitusten on osallistujien kertoman mukaan koettu vaikuttaneen lyhyelläkin aikavälillä kehotietoisuuden vahvistumiseen, parempaan tasapainoon, uusien liikeratojen löytämiseen ja kokonaisvaltaiseen kehon käyttöön. Liikkuminen ja tanssiminen eivät ole pelkästään mielihyvän ja virkistyneen lähteitä eivätkä yksinomaan fyysisen kunnan ja terveyden osatekijöitä. Eeva Anttila (2009) toteaa liikkeen ja kehon avulla tapahtuvan ymmärrystä itsestä suhteessa ympäröivään maailmaan, jolloin kokemus itsestä jäsentyy ja vahvistuu ja erilaisten näkökulmien on mahdollista avautua. Liikkuessaan tilassa ja ryhmässä ihminen kohtaa itsensä, toiset ihmiset ja ympäröivän tilan moniulotteisena yhtäaikaaisesti abstraktina ja konkreettisenä. Tunne omasta kehosta vahvenee ja ihminen saa kosketuksen

itseensä. Tanssillisessa ilmaisussa on tärkeää tavoittaa oma sisäinen kokemus liikkeestä.

Luovaan ja ilmaisulliseen tanssiin on merkityksellistä tuottaa omakohtaisia liikkeitä, jolloin omat liikeradat ja oman kehon rajallisuudet tulevat huomioituksi. Ryhmäläiset totesivatkin havainneensa omassa kehossaan KehoNeron alun ja lopun välillä tapahtuneen muutosta. (Anttila 2009, 87–88.) Myös opiskelija havaitsi kahden ryhmäläisen aktiivisessa autenttisessa havainnoinnissa muutosta liikekielessä jo tässä lyhytkestoisessa liikekieltä aktivoivassa harjoitesarjassa.

Huomaa, että on jotain tehnyt, kun illalla menee kotiin. (Osallistuja 2)

Molemminpuolista liikehdintää, aivot saaneet kumpikin puoli rasitteensa. (Osallistuja 14)

Kokonaisvaltaista, piti tosissaan miettiä, mitä teen; kädet, jalat ja pää. (Osallistuja 3)





Avain 2.

LUOVA AJATELUN

- Sopeutumis- ja muutoksensietokyvyn lisääntyminen ennalta arvaamattomiin tehtäviin paneuduttaessa
- Heittäytymiskyvyn ja rohkeuden lisääntyminen improvisaatioharjoituksiin eläytyessä

KehoNeron ohjausinterventiot pohjautuvat taidekasvatukseen ja taidepedagogiikan viitekehukseen, jolloin päämäärätietoisesti toteutettua tanssi- ja liikeilmaisua on mahdollista tarkastella taidekasvatuksen viitekehuksesta. Karen Kohn Bradley (2002) on todennyt artikkelissaan, että päämäärätietoisella taidekasvatukseen perustuvalla tanssin ja liikkeen ohjaamisella näyttäisi olevan yhteys luovan ja kriittisen ajattelun kehittymiseen. Ajattelun sujuvuus ja virtaavuus kehittyy tanssiin sisältyvän fyysisen toiminnan avulla. Eräänlaista ajattelun virtaavuutta on mahdollista saavuttaa virtaavan liikkeen avulla. Jokaisella *KehoNeron* tapaamiskerralla toteutetut harjoitteet oli rakennettu liikkeen jatkuvuuden mahdollistamiseksi. Bradley (2002) puhuu myös ideoiden kääntämisestä ylösalaisin ja niiden tarkastelemisesta ylösalaisin. Konkreettista kehollista kääntelyä *KehoNeron* harjoitteissa tapahtui esimerkiksi taaksepäin kävelyllä, solmuharjoitteissa sekä hitaan ja nopean että eri tasoilla liikkumisessa. Näillä harjoitteilla pyrittiin edistämään toisenlaista tapaa ajatella ja liikkua sekä vahvistaa kehollisen ja henkisen yhteyttä.

Kun menee lenkille, menee eri kautta, vaihtelua, eri tavalla, suhtautuu ihmisiin eri tavalla. (Osallistuja 3)

Olen alkanut hengittää. (Osallistuja 5)

Olen opetellut läsnäoloa. (Osallistuja 16)

Sitä mukavampi muisto jää, kun on ollut vaikeeta ja on voinut ylittää itsensä. (Osallistuja 15)

Omien rajojen ylittäminen; uskalsin olla kaikessa mukana, vaivoista huolimatta pystyi tekemään. (Osallistuja 5)





Avain 3.

SOSIAALINEN VUOROVAIKUTUS

- Yhteishengen lisääntyminen luottamuksellisen ja turvallisen vuorovaikutuksen avulla
- Sosiaalisen joustavuuden kehittyminen
- Motivoituneisuuden ja sitoutuneisuuden kasvu ryhmäytymisen myötä

KehoNeron tanssiin ja luovaan liikeilmaisuuun liittyi runsaasti sosiaalista vuorovaikutusta. *KehoNerossa* ilmaisu, kommunikatio ja merkitysten välittäminen olivat tärkeitä. Niitä oli tietoisesti suunniteltu jokaiseen tapaamiskertaan. Ilmapiiiri kehkeytyi turvalliseksi jo ensimmäisellä kerralla ja ryhmäläiset kertovat mukaantulon ja mukanaolon olleen helppoa. Ryhmäläiset kannustivat toisiaan ja kunnioittivat jokaisen tapaa liikkua ja ilmaista itseään. Kuljettiin piirissä, jolloin tapah-tui myös toisen huomioimista tilan antamisella, yhteisten kuvioiden rakentamista, vuorottaista kuuntelevaa työskentelyä luovan liikkeen keinoin.

Ihmetys siitä, miten nopeasti ryhmätoiminta muotoutui, luottamus syntyi. (Osallistuja 14)

Ryhmän toiminta antaa positiivista säteilyä. (Osallistuja 17)

Positiivinen olo, kun tutustuu uusiin ihmisiin KehoNerossa. (Osallistuja 15)

Porukka oli aidosti mukana, hyvästä yhteishengestä, jokainen laittoi itsensä likoon. Tekemisen meininki. (Osallistuja 4)

KehoNeron osallistujien toimintaa arvioineen fysioterapia-opiskelija Saara Hyyryläisen havainnot (2013) ovat samansuuntaisia. Saara on havainnut, että kaikki orientoituivat tehtäviin erityisen hyvin ja uskalsivat kokeilla erilaisia harjoitteita. Ryhmäytymisen edetessä tiivis yhteistyö ja avoimuus lisääntyivät. Kaikki kannattelivat kaikkia. Kaikki mahtuivat mukaan ja jokaisella oli merkitystä. Tunne ryhmään kuulumisesta vahvistui ja ryhmä muodostui erittäin tiiviiksi. Tehtävien suorittamisvaiheessa energia suunnattiin keskittyneesti työskentelyyn. Ryhmäläiset tiesivät sanomattakin, mitä seuraavaksi tehdään (alku- ja loppuharjoitteet). Ryhmän jäsenet tukivat toisiaan tehtävän suorittamisessa ja rooleista tuli joustavampia. Kaikki ryhmäläiset keskittyivät vain tähän tilanteeseen.



Avain 4.

MENTAALINEN AKTIIVISUUS

- Aistiherkkyiden vahvistumista
- Liikkeiden mielikuvat



Sosiaalisessa vuorovaikutuksessa tapahtuva tanssi aktivoi aivojen tunnekeskusta ja harjoituksissa tarkoituksenmukaisesti käytetty mukaansa tempaava musiikki liikkeeseen yhdistettynä sai aikaan tunnekokemuksia, mentaalista aktiivisuutta. Hannaford (2003; Malmivirta 2013) on kuvannut kehon ja liikkumisen roolia älyn, tunteiden ja taitojen kehittämisessä. Liike herättää ja aktivoi henkisiä kykyjämme. Liikutamme päätämme, jotta aistisimme ympäristöämme silmillämme, korvillamme ja nenällämme. Liikkeessä hahmotamme maailmaa ja siinä olevaa tilaa kolmiulotteisena, jossa silmä tarkentaa yksityiskohdat. Käsien liikkeillä kosketamme, käsitlemme ja hahmotamme maailmaa. Jalkojen ja koko kehon liikkeillä liikumme paikasta toiseen ja vaihdamme asentoa huomattammekin. Kehon liikemuisti ohjaa meitä erilaisiin tiloihin ja paikkoihin. Näistä siirtymistä syntyy mielikuvia, ja liike liittää ja ankkuroi tiedot ja kokemukset aivojen hermoverkkoihin. (Hannaford 2003; Malmivirta 2013.)

KehoNeron jokaisessa päämäärätietoisessa tapaamisessa tapahtui näitä edellä kuvattuja liikkumisen tapoja. *KehoNerossa* tanssi oli liikettä ja rytmiä, askellusten sarjoja ja kokonaisvaltaista kehollista ja mielellistä liikettä, joka yhdisti ajattelun ja liikkeen. Kun tanssin tavoitteeksi asetetaan mentaalisen aktiivisuuden lisääminen, siihen tulisi sisältyä erityisesti osallistavaa aktiivisuutta, jossa tapahtuu nopeaa päätöksentekokykyä. Tällöin tanssi integroi useita aivojen toimintoja yhtäaikaaisesti. Merleau-ponty (1962) kuvaa tapahtumaa seuraavalla tavalla: ”Kehoni ottaa vastaan värejä ja ääniä, ja kokemusta on vaikea rajoittaa yhden aistin alueelle – se levittäytyy spontaanisti muidenkin aistien yli”.

Tanssissa ja luovassa liikkeessä tapahtuu kaikkien aistien ristikkäistä aktivoitumista. Tanssin kuluessa tapahtuvat nopeat päätökset ovat tutkimusten mukaan avain älykkyyteen. Säännöllinen tanssin harrastus rakentaa kognitiivista varantoa. (Powers 2010.) Tanssiin tulisi sisältyä haastetta, jotta se aktivoisi aivoja.

Erikoiset liikkeet, hitaat, nopeat, erittäin nopeat. Antoi eväitä tehdä samoja harjoituksia kotona (Osallistuja 1)

Huomasi, että asioita voi tehdä uudella tavalla, uskaltaa enemmän, piristi päivää, tuli enrginen olo. (Osallistuja 4)

Tästä on esimerkkinä Jonnan kuvaama *KehoNeron* neliöharjoitus, jossa liikehdintä tapahtui teipillä rajatuissa neljässä erilaisessa liikehuoneessa. Opiskelija Saara Hyyrynen oli rakentanut ohjaavan opettajansa Nina Katajapuun kanssa taustakehyksen, josta arvioinnin alkuvaiheessa löydettiin siltä *KehoNerossa* tapahtuvan arviointiin. Opiskelijan arvioinnin taustalla ollut psykofyysisen fysioterapian lähestymistapa perustuu psykofyysiseen ihmiskäsitykseen, missä ajatellaan kehon ja mielen muodostavan kokonaisuuden ja jatkuvan keskinäisen vuorovaikutuksen. Yksilö toimii aina jossakin suhteessa ympäristöönsä tietyssä tilassa, ajassa ja tilanteessa, jolloin yksilön tietoisuus



omasta toiminnasta on hyvin merkittävä osa kaikessa yksilön toiminnassa ja tekemisessä. Kehon tuntemukset vaikuttavat mieleen, toisaalta tunteet ja ajatukset heijastuvat liikkumiseen ja kokemukseen omasta kehosta.

Paljon käsiä ja jalkoja yhdessä sumpussa, lämmin turvallinen olo. (Osallistuja 1)

Niin monipuolisesta liikunnasta pienissä ympyröissä. Kunka voi löytyä niin paljon liikkeitä, olla vaan paikoillaan ja hikoilla. (Osallistuja 15)

Saara Hyyrynen käytti sovelletusti havainnointimittarina Roxendalin (1985) kehittämää Body Awareness Scale -mittaria valikoiduin osin. Havainnoitsijalle kehotietoisuuden kokonaisuuden arviointi antaa tietoa havainnoitavan kehotietoisuudesta ja kehon hallinnasta, tutkittavan itsensä ilmaisemana (kyselylomake) ja ulkopuolisen arvioimana. Havainnointi kohdistui *KehoNerossa* seuraaviin osa-alueisiin: kävely, istutuminen ja istuminen, makuulle meno ja makaaminen, painonsiirto jalalta toisella ja yhdellä jalalla seisominen, suhde keskilinjaan, erilliset kehon liikkeet sekä katsekontakti. Havaintojensa ja niiden koonnin perustalta opiskelija päätyi johtopäätökseen, että ryhmäläisten kokonaisvaltaisessa liikkumisessa ja yksittäisissä tarkasteltavissa liikkeissä ja liikeradoissa tapahtui tämän kuuden viikon *KehoNeron* toiminnan ja aktivoivien välitehtävien aikana havaittavaa kehollista muutosta alkutilanteeseen.

Kyllä, tulee useammin lähdettyä kävelemään. (Osallistuja 6)

Kävely tullut, kävelen tänne ja muualle, ennen olisin hypännyt bussiin. (Osallistuja 2)

Valmiutta ottaa vastaan uusia haasteita. (Osallistuja 3)









10. Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveYTEEN

Helena Malmivirta

YHTEENVETO JA JOHTOPÄÄTÖKSIÄ

Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveYTEEN -tutkimus- ja kehitystyön neljän eri palvelumallin osallistavaan taidetoimintaan osallistui yhteensä 17 henkilöä. Näistä viisi henkilöä osallistui kaikkiin kolmeen Turussa toteutettuihin palvelumallien osallistavaan taidetoimintaan. *KehoNeroon* osallistui yhdeksän henkilöä ja Salon Taidemuseon Veturitallissa toteutettuun taide-toimintaan osallistui myös yhdeksän henkilöä.

Kaikkien osallistujien kertoma on kuultu joko yksilö- tai ryhmähaastattelussa, heidän päiväkirjamerkintöjään ja kirjallisia palautteitaan on luettu sekä ohjaajien autenttiset havainnot ja videoinnit ryhmätoiminnoista on huomioitu. Osallistujien kertomassa tulee esille osallistavan taidetoiminnan olleen merkityksellistä, elämään rytmisyyttä tuovaa. Taidetoimintaan osallistuminen on osallistujien kertoman mukaan saanut aikaan muistin aktivoitumista, uuden oppimista, asioiden tarkastelemista toisenlaisesta näkökulmasta. Osallistajat kertovat myös oppineensa taiteesta uutta ja uudenlaista suhtautumista taiteeseen. He ovat osallistuneet erilaisiin taidetapahtumiin aiempaa aktiivisemmin ja tarkastelevansa taidetta aiempaa tarkemmin.

Osallistajat kertovat taiteen kokemisen vaikuttaneen virkeyteen ja tuoneen henkiseen vireystilaan myönteistä muutosta. Taidetoiminnassa taiteen eri muodot ja menetelmät koettiin mielenkiintoisina ja yllättävinäkin. Taidetoiminta on aktivoinut palaamaan muistoissaan menneeseen ja takaisin nykyisyyteen, ajattelemaan toisin ja saanut miettimään asioita tarkemmin. Oma ajattelu on myös rikastunut yhteisen jakamisen ja kerronnan myötä. Osallistava taidetoiminta on tuonut muistin kätköihin unohtuneita asioita mieleen ja yhteistä historiaa on voitu jakaa. Ryhmään kuuluminen ja osana yhteisöä oleminen koettiin erityisen tärkeänä, ja yhdessä toisten kanssa toimiminen on kertoman mukaan lisännyt virkeyttä. Uusien asioiden oppiminen ja kokemusten jakaminen on koettu ryhmässä olleen helpompaa. Toisten kannustus ja tekemisen arvostaminen on myös koettu tärkeänä. Osallistujien kertoman mukaan he tunnistivat tavoitteisuuden taidetoiminnassa, vaikka aina heillä ei ollut selkeästi tietoa, mitä seuraavaksi tapahtuu. Epätietoisuus lisäsi kiinnostusta. Taidetoimintaa ei koettu puuhasteluna, vaan tärkeänä tavoitteisena toimintana. Taidetoiminta koettiin tärkeänä ja merkittävänä oman elämän kokemusten jäsentämisessä. Taidetoiminta on mahdollistanut myös itselle vaikeiden asioiden käsittelyn ja tuoneen uudenlaista ymmärrystä esimerkiksi sodan aikaisiin kokemuksiin, tapahtumiin ja omien vanhempien välillä etääntyneeseen läsnäoloon.

Viisi osallistujaa osallistui kolmeen osallistavan taidetoiminnan palvelumalliin vuoden 2013 aikana. Yksi osallistujista kuvaa kokemuksiaan seuraavasti:

Kaikissa joutui laittamaan itsensä "likoon". Kaikissa muistot eletystä elämästä mukana. Haastavin, vaikea saada muistot väreinä paperille; mielenkiintoista tutustutaan kuvataiteeseen (Mitä haluan elämästäni muistaa?), liikunnallisiin; tunteisiin vetoava, inspiroiva, erilaisia kehon liikkeitä ja ääniä käytettiin harjoituksissa, hauska (Ke-hoNero)". Verbaalin keinoin muisto elämästä, siihen liittyvä musiikki ja paperinuket, mielenkiintoinen tapa toteuttaa muisto (Muistojen näyttämö). (Osallistuja 3)

Osallistujat kokivat taiteen olevan myös moniaistista ja vaikuttaneen keholliseen virkeyteen:

Mut kyl mä uskon kans siihen. Siin jotenkin tulee just sitä kihelmöintiä, jos on mielenkiintoinen (esim. teatteriesitys). (Osallistuja 1)

Niin ja kelaa sitä, mitä on nähny tai kuullu... joo, kyllä koska näkö-, kuuloaistit koko ajan mukana, niin... (Osallistuja 2)

Ja tuntoki meil oli. (Osallistuja 4)

Nii, ja kyl joskus huomaa, että tulee posket ihan punaseks tai jotain, kuumaa semmonen... (Osallistuja 1)

10.1. Aivoterveiden avaimet

Aivotutkimuksen suosioon on vaikuttanut osaltaan kolmasikäläisten kiinnostus omasta terveydestään. Nussbaum (2011) toteaa artikkelissaan *Brain Health: Bridging Neuroscience to Consumer Application*, että on kehittynyt uusi käytäntöön kiinnittyvä tutkimusala, joka on yksi tämän ajan tärkeimmistä terveyden ja hyvinvoinnin alan puheenaiheista. Aivoterveudesta puhuminen erilaisissa yhteyksissä on nostanut esille tarvetta määritellä aivoterveyttä luotettavasti tieteen eri käsittein.

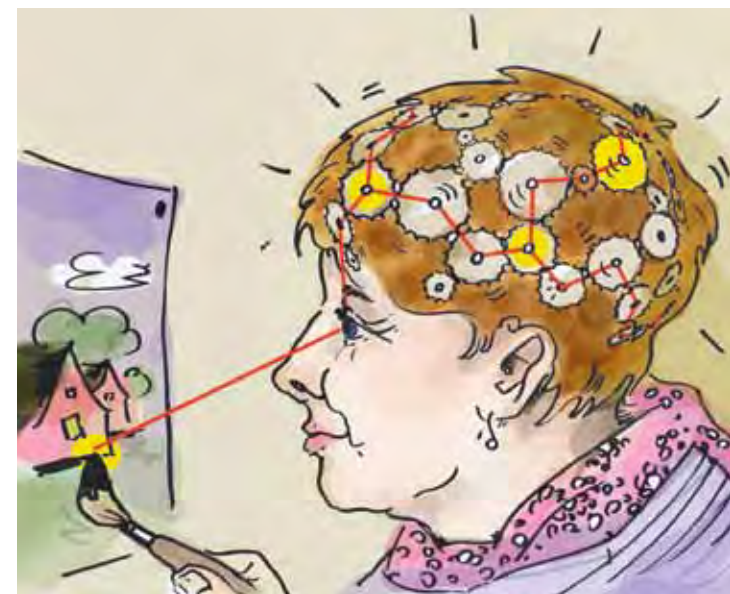
Muistiliitto (2013) määrittelee aivoterveiden tarkoittavan aivojen hyvinvointia, jota tukevat terveelliset elämäntavat, kuten terveellinen ravinto, liikunta, päihteettömyys sekä aivojen sopiva haastaminen. Riittävä lepo ja stressin välttäminen kuuluvat hyvään aivoterveeseen. Ympäristötekijät vaikuttavat aivojen toimintaan jatkuvasti, ja aivojen muokkautuminen on elinikäinen prosessi. Muistiliiton jäsenyyksien mukaan myös älylliset haasteet ja aktiivinen sosiaalinen elämä luovat uusia hermosolujen verkko-yhteyksiä ja vaikuttavat siten positiivisesti muistiin. Hyvin verkottuneet aivot ovat myös vastustuskykyisemmät muistisairauksien aiheuttamille

muutoksille. Aivot rakastavat esimerkiksi kulttuuria, palapelejä, musiikkia, opiskelua, lukemista ja kaikenlaista rutiineista poikkeavaa – kaikkea, missä ne joutuvat jumppaamaan hermosolujaan. Tärkeää aivoterveysten edistämiseksi on, että tekemiseen liittyy iloa ja mielen virkistystä. (Muistiliitto 2013.)

Merkitystä näyttäisi olevan sillä, että aivoissa olevat mahdollisuudet aktivoidaan omalla toiminnalla. Itselle mieluisten asioiden harrastaminen, taitojen kehittäminen ja oppiminen muovaa aivoja ja pitää niitä osaltaan kunnossa terveellisen ruokavalion ja liikunnan ohella. Müllerin (2003) mukaan esimerkiksi tanssimisen liikkeillä ja liikesarjoilla yhdistettynä musiikkiin voidaan aktivoida eri hermoverkostoja, jotka toiminnallisesti muodostavat kokonaisuuden, ja näin hermoverkkojen väliset yhteydet vahvistuvat. Tanssiaskelia opetellessaan ja pohtiessaan ihminen pitää huolta myös oppimisvalmiuksistaan ja samalla huomaamattaan hioo loogis-analyttisiä taitojaan. Tanssimiseen liittyy useimmiten myös sosiaalinen vuorovaikutus, kun tanssitaan ryhmässä tai parin kanssa. Näin aivojen tunnekeskukset aktivoituvat ja samalla musiikin ja liikunnan yhdistelmä tuottaa tunnekokemuksia, jotka edistävät osaltaan aivojen hyvinvointia.

Nussbaum (2011, 6–12) määrittelee aivoterveyttä seuraavasti: ”Aivoterveys on seurausta dynamisesta prosessista, jossa yksilö sitoutuu sellaiseen käyttäytymiseen ja toimintaympäristöön, jotka edistävät aivoterveysten terveellisempää elämää”. Fokuksena on löytää ja identifioida niitä käyttäytymisen malleja ja toimintaympäristöjä, jotka edistävät aivoterveyttä. Nussbaum erottaa aivojumpan (*brain fitness*) ja samankaltaiset käsitteet aivoterveysten määritelmästä, joihin ei liity älyllistä ponnistelua. Aivojen terveyteen vaikuttavat älyllisen ponnistelun, kognitiivisten kykyjen vahvistamisen lisäksi ravinto sekä emotionaalinen, hengellinen, sosiaalinen ja fyysinen toiminta. Nussbaum (Diamond & Hopson 1998; Nussbaum 2010; Nussbaum 2011, 6–12) monipuolinen aivoterveellinen elämäntapa sisältää sosiaalista, fyysistä ja psyykkistä aktiiviteettia sekä mentaalista stimulointia, jotka ovat tärkeitä ympäristössä ja ympäristöstä käsin tapahtuvaa aivojen aktivoitumista edistäviä tekijöitä.

Kognitiiviset kyvyt ovat Michelin (2006) mukaan kykyjä, joilla ratkomme yksinkertaisia ja monimutkaisia tehtäviä elämässämme. Kognitiivisella kyvykkyydellä on merkitystä oppimiseen, muistamiseen, ongelmaratkaisuun ja havaitsemiseen. Kognitiivista, älyllistä haastetta sisältävän toiminnan määrittämällä edellä olevan mukaisesti edistävään aivojen aktiivisuutta ja myös aivoterveyttä. Päämäärätietoiseen taidepedagogiikkaan perustuvalla taidetoiminnalla ja sosiokulttuuriseen oppimiskäytäntöön perustuvalla ohjauksella ja taidetoiminnan rakentamisella on *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysten* -palvelumallien pilottien osallistavassa taidetoiminnassa on tapahtunut kognitiivista kyvykkyyttä edistävää toimintaa. Muistin kerrokset ovat olleet aktiivisessa liikkeessä valokuvien ja elämäntarinoiden paikantua kuvataiteen ja teatterin keinoin visuaalisiin kertomuksiin, kansioihin ja muistojen näyttämölle. Kielellisen kyvykkyyden kirvoittamista tapahtui tarinoiden kerronnassa. Visuaalista



ajattelua ja visuaalista ja mentaalista prosessointia tapahtui valokuvien katsomisessa, taidekuvien tarkastelemisessa, valokuvien ja elämänhistoriaan liittyvien tarinoiden yhdistämisessä ja käsittelyssä kuvataiteen sekä paperiteatterin keinoin. Samoin *KehoNerossa* tapahtui visuaalista hahmottamista ja kuvantamista oman ja toisen liikkeen seuraamisessa. *KehoNerossa* aktivoitiin kehoa monenlaisin liikkein, joissa jokaiseen oli tavoitteisesti sisällytetty myös ongelmanratkaisua ja päätöksentekoa. Kaikkien palvelumallien taidetoiminnassa opittiin uutta lapsuuden ajan kulttuurisesta ympäristöstä ja arjen kulttuurisista tavoista ja historiasta.

Sosiaalisen vuorovaikutuksen merkitystä korostetaan aivoterveyden edistäjänä. Sosiaalisen vuorovaikutuksen merkitys korostui kaikkien palvelumallien ryhmätoiminnassa. Tärkeänä koettiin yhteisöön kuuluminen, osallisuuden kokemus, kokemusten ja tarinoiden jakaminen ja jakamisen myötä omien kokemusten ja ymmärryksen rikastuminen.

Uuden oppimista tapahtui tavassa nähdä, kohdata ja tehdä taidetta. Usealle osallistujalle osallistavan taidetoiminnan muodot, keinot ja menetelmät olivat aivan uusia, ja niiden oppimisessa tapahtui muutosta taiten tekemiseksi. Nussbaum (2011, 6–12; Kramer & al. 2004) sanoo aivoterveyden olevan eliniän jatkuva proaktiivinen prosessi, jossa aivot muovautuvat ympäristössä olevista ärsykeistä. Aivot voivat hyvin, kun ympäristö on aktivointia edistävä ja kun siinä tapahtuu myös sosiaalista vuorovaikutusta. Aivojen terveyden kannalta on merkityksellistä, että aivot tekevät työtä uudenlaisten ja monimutkaisten tehtävien kanssa koko elinikänsä ajan, jolloin myös aivojen käyttämätön reservi voi edistää aivojen terveyttä ja kykenee viivästyttämään muistisairauden ilmaantumisesta. *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveyteen* -palvelumallien tutkimus- ja kehitystyössä jokainen mukana ollut löysi itsestään uusia taitoja ja kyvykkyyttä tehdä ja toteuttaa uutta taiteen ja kulttuurin keinoin. Aivojen käyttämätön resurssi pääsi käyttöönsä.

Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveyteen -tutkimus- ja kehitystyössä neljässä eri palvelumallissa kehkeytyivät seuraavat aivoterveyttä edistävät avaimet: Luova ajattelu, visuaalinen hahmottaminen ja visuaalinen ajattelu, reflektiivinen ajattelu, hiljainen tieto, mentaalinen aktiivisuus, elinikäinen oppiminen ja sosiaalinen vuorovaikutus.

Tässä yhteenvedossa on törmäytetty monitieteisestä viitekeyhyksestä rakennetun *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveyteen* palvelumallien tutkimus- ja kehitystyössä rakentuneita avaimia aivoterveyttä kuvaavien määritelmien kanssa. Tässä tarkastelussa edellä kuvatut taiteen ja kulttuurin keinoin rakentuneet avaimet näyttäisivät vahvistavan aivoterveyttä edistävää elämäntapaa.

Paul Howard-Jonesin (2007, 30) mukaan lisääntyvä tieto aivoista tuottaa odotuksia uudelle tietämykselle opetuksen alalle ja elinikäiseen oppimiseen. Samaan aikaan neurotieteilijät ovat yhä kiinnostuneempia siitä, miten aivot toimivat ”oikeaa elämää” kuvaavissa monimutkaisissa ympäristöissä. Koulutuksen ja elinikäisen oppimisen maailmasta olisikin Howard-Jonesin mukaan tulossa mielenkiintoinen ja haasteellinen alue kognitiiviselle neurotieteelle, kun se pyrkii löytämään uusia konteksteja tutkimukselleen. Lisääntyvät yhteiset mielenkiinnon kohteet korostavat tarvetta neurotieteiden ja oppimisen alojen asiantuntijoiden väliselle vuoropuhelulle elämänlaajuisesta oppimisesta, josta voi olla hyötyä molemmille aloille. *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveydelle* tutkimus- ja kehitystyö on tapahtunut oikeassa, aidossa elämässä, jossa on kuunneltu aidosti siihen osallistuneiden kokemuksia.

10.2. Tutkimus- ja kehitystyön arviointia

Tässä tutkimus- ja kehitystyössä on pyritty hakemaan vastausta taiteen ja kulttuurin mahdollisuuksista aivoterveiden edistämiseen. Neljän palvelumallin rakentumista ei voitu ennalta päättää loppuun asti. Palvelumallit kehittyivät ja jäsenyivät koko prosessin ajan ja vielä tämän prosessin aukikirjoittamisen aikana. Kirjoittajat ovat olleet aktiivisessa roolissa palvelumallien kehittämisessä, taidetoiminnan suunnittelussa ja toteuttamisessa sekä tunnistavat oman roolinsa tulkinnoissa. Ymmärtämistä tapahtui syklisesti toiminnan ja reflektiivisen ajattelun seurauksesta. Kirjoittajat ovat olleet palvelumallien taidetoiminnassa reflektiivisiä tutkijoita ja kehittäjiä pyrkien olemaan avoimia jatkuvasti kehittymässä olevalle, toimintaa on siis ohjannut reflektiivinen asenne (Elliot 1991, 23). Pedagogisia suunnitelmia muutettiin ja täydennettiin tilanteen niin vaatiessa. Oman työn ja sen muutosmahdollisuuksien tutkiminen on mahdollista vasta reflektiivisen ajattelun avulla silloin, kun murretaan jollakin tavalla rutiinit ja käytänteet. Aiempaa olemassa olevaa tutkimustietoa hyödynnettiin *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveiden palvelumallien suunnittelussa, toteuttamisessa ja arvioinnissa*. Taide ja kulttuuri tuotiin uuteen kontekstiin: aivojen ja muistin toiminnan aktivoimisen yhteyteen. Tutkimus- ja kehitystyön aikaiset havainnot ja ryhmän osallistujien aidot ja autenttiset kokemukset, heidän kertomien kokemustensa analysointi ja jäsentäminen ovat tuottaneet uudenlaista tietoa taiteen, kulttuurin ja aivoterveiden yhdistämisestä. Tässä toimintatutkimuksen strategiaa soveltavassa tutkimus- ja kehitystyössä uskottavuutta voidaan tarkastella sillä, onko tutkimus- ja kehitystyö sekä siihen nivoutunut teoria tuottanut parempaa uutta käytäntöä. Tutkimus- ja kehitystyössä on tuotettu neljä uudenlaista palvelumallia aivoterveiden edistämiseen sekä tuotettu tämän raportin avulla laadullista, kuvailevaa tietoa tästä prosessista ja siihen osallistuneiden kokemuksista taiteesta ja kulttuurista aivojen ja muistin toiminnan edistämiseksi. Yleistettävyydessä on huomioitava, että tässä tutkimus- ja kehitystyössä tieto ymmärrettiin kokemuksellisenä ja kertomuksellisenä. Näkökulma avaa mahdollisuuksia useanlaiseen totuuteen. (Kvale 1989, 75–90; Eisner 1991, 37; Eisner 2002, 30; Malmivirta 2011, 280–281.) Tässä on päädytty päätelmään, että taiteesta ja kulttuurista on avaimia aivoterveiden edellä kerrotun ja kuvatun mukaisesti.

Tutkimus- ja kehitystyössä kaikki mukana olleet ovat oppineet uutta. Mukana olleet taiteilijat ovat laajentaneet ammatillisen toimintansa viitekehystä. Taiteilijat kertovat myös, että heidän oma taiteen tekemisensä on rikastunut tämän tutkimus- ja kehitystyön prosessin myötä. Kehittäminen, tutkiminen sekä prosessin aukikirjoittaminen ovat rikastuttaneet ja vahvistaneet ymmärrystä taidekasvatuksen ja taidepedagogiikan tärkeydestä aiemmin sille vieralla alueella, aivoterveiden, taiteen ja kulttuurin yhdistämisessä.

Nämä kehitetyt ja kuvatut palvelumallit ovat nyt kolmannen sektorin käytettävissä ja edelleen kehitettävissä tai sovellettavissa kulloiseenkin käyttöön.



11. Kolmannen sektorin toimijoiden puheenvuorot

11.1. Iloa ja hyvinvointia kulttuurin keinoin

*Toiminnanjohtaja Mari Luonsinen ja palvelu- ja kehittämisspäälikkö Hanne-Maarit Suokas,
Salon Muistiyhdistys ry ja Varsinais-Suomen Muistiyhdistys ry*

Muistisairaudet ovat merkittävä ikääntyvien ihmisten sosiaali- ja terveyspalveluiden tarvetta aiheuttava sairausryhmä, ja siksi ne muodostavat huomattavan yhteiskunnallisen haasteen myös tulevina vuosina. Muistisairaiden määrä kasvaa huomattavasti vielä lähivuosikymmeninäkin. Muistisairaudet eivät ole kuitenkaan vain ikääntyneiden sairauksia, vaan niitä ilmenee myös työikäisillä. Suomessa on tällä hetkellä yli 120 000 muistisairasta henkilöä ja vuosittain todetaan noin 13 000 uutta sairastapausta. Joka päivä 36 suomalaista sairastuu johonkin etenevään muistisairauteen. Lisäksi muistisairaudet koskettavat monia läheisiä, naapureina ja työtovereina.

Muistiliitto ja muistiyhdistykset ovat nostaneet aivoterveiden vaalimisen yhdeksi painopisteeksi tuleville vuosille. Myös Kansallisessa muistiohjelmassa 2012–2020 on muistisairauksien ennaltaehkäisy nostettu merkittävään osaan. Muistisairauksien riskien pienentäminen ja sairauden mahdollisen puhkeamisen viivästäminen ovat kulmakiviä, kun rakennamme aivoterveellistä yhteiskuntaa. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2012.) Perinteisesti on korostettu terveellisten elämäntapojen, ravinnon ja liikunnan merkitystä aivoja huollettaessa. Tiedetään myös, että älylliset haasteet ja aktiivinen sosiaalinen elämä luovat uusia hermotelujen yhteyksiä ja vaikuttavat siten positiivisesti muistiin. Hyvin verkottuneet aivot ovat myös vastustuskykyisemmät muistisairauksien aiheuttamille muutoksille. Muistisairauksien lykkääntyminen viidellä vuodella voisi viidessäkymmenessä vuodessa puolittaa muistisairaiden ihmisten määrän (Brookmeyer 1998; 88): 1337–1342.) ja tältä osin terveitä, elinvoimaisia vuosia saataisiin enemmän elämän loppuun asti.

Eteneviä muistisairauksia tutkitaan laajalta ympäri maailman. Vielä ei tiedetä Alzheimerin taudin aiheuttajaa, mutta tiedetään riskitekijät, joiden on voitu todeta lisäävän riskiä sairastua muistisairauteen. Alzheimerin taudin riskitekijät liittyvät monilta osin elämäntapoihin, mutta myös "aivojen käyttämättömyys" lisää riskiä sairastua.

AIVOT JA IHMINEN

Aivojen muokkautuminen on koko elämän jatkuva prosessi. Aivojen kehittymiseen vaikuttavat mm. ympäristötekijät, sosiaaliset suhteet ja älylliset haasteet. Aivojen aktiivinen käyttäminen luo uusia hermoverkkoja, ja elinikäinen oppiminen on mahdol-

lista niin kauan, kun aivot ovat riittävän terveet. (Muistiliitto 2014). Muistamme yksilöllisesti sen, mitä pidämme merkittävänä ja mistä pidämme. Opimme ja ajattelemme eri tavoin ja muistiimme jää jälkiä eri keinoin. Meitä kuitenkin yhdistää halu muistella merkityksellisiä asioita ja kohdata kauneutta. Taiteen ja kulttuurin on voitu todeta olevan yhteydessä myös ihmisen koettuun terveyteen, parempaan työkykyyn sekä hyvään elämään (Liikane, 2010). Joidenkin tutkimusten mukaan vireä kulttuurin käyttäminen ja harrastaminen voi tuoda lisää elinvuosia, keskimäärin kahdesta kolmeen vuotta. Kulttuurin harrastamisella on näin ollen todettu olevan terveyttä edistäviä vaikutuksia, kuten liikunnalla, terveillä elintavoilla tai oikealla ravitsemuksellakin! (Hyppä 2013, 20.) Ikääntyessä myönteisen mielialan ylläpitäminen ja yksinäisyyden ehkäiseminen ovat tärkeitä myös muistisairauksien välttämiseksi.

KULTTUURILLA JA TAITEELLA AIVOTERVEYTTÄ

Aivoterveyden edistäminen on Suomessa jo tunnettu asia. Tarvitsemme kuitenkin uusia keinoja, millä motivoimme terveet eläkeikäiset kansalaiset huolehtimaan aivoterveydestään. Aivoterveydestä puhumisen ja aivoterveyden eteen työskentelyn ei siis tarvitse olla totista harjoittelua tai riskitekijöiden toistoa. Aivojaan voi haastaa esimerkiksi uusilla kokemuksilla, uusilla tavoilla ja totutuista toimintavoista poikkeamalla. Taiteen keinoin voidaan luoda positiivinen ja salliva ilmapiiri, jossa toiminnan mielekkyys ja tekemisen ilo näkyvät. Itsessään taiteella, sen katsomisella ja tekemisellä, on positiivisia vaikutuksia aivoissa. Lisäksi esteettisestä kokemuksesta syntyvä mielihyvä lisää positiivisia vaikutuksia. Ihmisen motivaatiolla on suuri merkitys muistamisessa ja oppimisessa. Jokaiselle meistä on muodostunut oma elämänhistoriamme ja kulttuurimaailmamme. Taide ja kulttuuri koetaan aina henkilökohtaisesti, omien muistojen kautta. Omien muistojen työstäminen taiteen keinoin uusiksi muistoiksi eheyttää ja täyttää ikään liittyvää tarvetta käydä läpi elettyä elämää.

Kolmannen sektorin roolia myös aivoterveyden edistämässä voidaan jatkossakin hyödyntää monipuolisesti. Monissa järjestöissä on laaja-alaisesti tietoa, taitoa, tahtoa ja osaamista mm. vapaaehtoistyöhön ja vertaistukitoimintaan liittyen, ja tähän voitaisiin jatkossa panostaa edelleen. Jatkossa on tarpeen pohtia, voidaanko kehittää uudenlaisia menetelmiä, joissa hyödynnetään taiteen ja kulttuurin osa-alueita erilaisissa ikääntyneiden vertaisryhmätoiminnoissa ja näin ollen edistää hyvinvointia ja aivoterveyttä.

Tulevaisuudessa taloudellisia resursseja tulisi suunnata edelleenkin entistä enemmän sairauksien hoidosta niiden ennaltaehkäisyyn. Toisaalta tulevaisuudessa tullaan tarvitsemaan enenevässä määrin juuri tämän hankkeen toimintamallin mukaista eri sektorirajat ylittävää yhteistyötä ja toimintaa terveyttä edistävissä ja hyvinvointia tukevassa toiminnassa. Tämän projektin kautta saavutetut tulokset osoittavat, että kulttuurilla, taiteen kokemisella ja tekemisellä saadaan aikaan tuntuvia vaikutuksia aivoterveyden saralla. Taiteen tekeminen yhdessä ja sen jakaminen ryhmän kesken antaa osallistujalle sen tunteen, että hän on osa jotakin tärkeää, ikääntyessäänkin.

11.2. Tanssin monista mahdollisuuksista

Toiminnanjohtaja Lotta Skaffari, Läntinen Tanssin aluekeskus ry

Läntisen tanssin aluekeskuksella on usean vuoden kokemus tanssitaiteen toteuttamisesta uusissa konteksteissa. Yhdistys on kehittänyt kulttuurin hyvinvointipalveluiden käytäntöjä muun muassa erillishankkeissa (*Tanssikummi, Kummi kotona*) sekä rakenteena (Honkanen & Skaffari 2012; Honkanen, Skaffari & Solkio 2013). Työ on sopinut hyvin tanssin aluekeskuksen tehtäviin, joiksi päärahoittaja opetus- ja kulttuuriministeriö on määrittänyt toimialan kehittämisen, tanssin saatavuuden ja saavutettavuuden alueellisen ja sosiaalisen edistämisen sekä näihin elimellisesti nivoutuvan tanssitaiteilijoiden työllisyyden parantamisen. *KehoNero* on aluekeskuksen uusi palvelukonsepti, jonka käynnistäminen tarkoitti näin yhdistyksen näkökulmasta toimintamuotojen laajentamista. Kehittämismotivaatioita kasvatti hankkeen aito monialaisuus, itse toiminnan tulostavoitteet sekä niistä muodostuva uusi haastava näkökulma. Toimintatukimuksellinen lähestymistapa sopi mainiosti alalle, jossa tunnustetaan osallistavat, kriittiset ja yhteisölliset lähtökohdat sekä käytännössä että tutkimuksen tasolla (ks. Lehikoinen 2014, 218).

KehoNeron kehittäjä, tanssitaiteilija Jonna Aaltonen esittelee kehittämistyötään toisaalla tässä julkaisussa *KehoNeroa* kuvaavassa tekstissä. Harjoitteiden vaikutukset rikastuttivat tosiaan ja syntyvät monella tasolla. Jo toisen liikkeen katsominen tehostaa oman tekemisen vaikutuksia. Juuri monikerroksisuuden ansioista lyhyessäkin ajassa on mahdollista saavuttaa merkittäviä tuloksia. Taiteen käytännön merkitys piilee sen kyvyssä liikuttaa aisteja, tunteita ja mieltä tavalla, johon muilla keinoin on vaikea päästä (Bardy 2007, 21). Tanssin erityisyys on, että se ”liikuttaa” paitsi aisteja ja mieltä, aina myös kehoa. Kognitiivisen neurotieteen liikeaivokuorelle paikantamat peilineuroonit syttyvät sekä itse liikkumalla että toisen liikettä katsomalla (ks. Lehikoinen 2014, 136–137). Tämä tapahtuu tahdosta riippumatta, mikä selittänee osaltaan tanssin käytöstä dementiatyössä saatuja merkittäviä tuloksia.

Taiteilijatyöskentely *KehoNerossa* noudatti yhteisötaiteelle ominaisia inhimillisiä arvoja. Yhteisötaiteen toiminta on tilannesidonnaista, osallistujalähtöistä, välittävää ja prosessinomaista ja sen ihmiskäsitys on kunnioittava, moniulotteinen, henkilökohtainen ja tasavertainen. Olemassaololla on arvo, jota ei mitata suorituksilla. (Ks. esim. Bardy 2007.) *KehoNerossa* kyse oli kuitenkin mittaamisesta Kehittämislähtökohta sitoutui tavoitteelliseen taidepedagogiikkaan. Toiminnalle asetettu selkeä päämäärä (aivoterveiden edistäminen) erottaa prosessin yhteisötaiteesta. Jos tämänkaltaisia eroja ei eksplikoida, taiteen ns. soveltava käyttö liudentuu takaisin siihen epämääräisyyteen, josta vasta viime aikoina on saatu käsitteellistä ymmärrystä. Tanssitaiteen hyvinvointipalveluiden tulevaisuuden kannalta molemmat lähtökohdat tavoitteineen ovat merkittäviä ja niissä on valtavaa kehittämispotentiaalia. Myös Läntisen tanssin aluekeskus toteuttaa eri painotuksia jatkossa. Taiteen kommunikatiivinen itseisarvo koskettaa näkijää. Sen yhteisölliset painotukset tuottavat kokemuksia osallisuudesta. Miksi kuitenkin tyytyä vain tähän, jättää käyttämättä taidetta tai sen metodeita välineenä, jos keinot osoittautuvat käyttökelpoisiksi, toteutus on motivoitunutta ja osaavaa sekä tulokset enemmän kuin toivottuja? Ei taide hajoa siksi, että sitä käytetään.

Kirjoittajat

Aaltonen Jonna, tanssitaiteilija, Läntinen tanssin aluekeskus

Jonna Aaltonen on valmistunut Turun konservatoriosta 1995 ja työskentelee freelance-tanssitaiteilijana. Hän on työskennellyt nykytanssiteoksissa sekä tanssiteatteri-, musikaali- ja oopperaproduktioissa. 20-vuotisen kansainvälisen uransa aikana hän on toiminut tanssijana yli 70 teoksessa lukuisien eri koreografien kanssa. Aaltonen on työskennellyt kiinnityksellä Tanssiteatteri Erissä, Norrdansissa ja Älvsborgsteaterissa Ruotsissa sekä VolksOperan baletissa Wienissä, Itävallassa. Kaudella 2007–2008 hän esiintyi Tukholman Kuninkaallisessa oopperassa koreografi Mats Ekin ohjaamassa teoksessa Orphée. Aaltonen on tanssinut lukuisissa freelance-produktioissa sekä Suomessa että ulkomailla ja esiintynyt laajalti useissa Euroopan maissa, Kanadassa ja Japanissa. Vuodesta 2006 lähtien hän on työskennellyt freelance-tanssijana Suomesta käsin. Jonna Aaltonen toimii myös harjoittajana, ohjaajana, koreografina, koreografian assistenttina sekä tanssinopettajana. Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen -tutkimus- ja kehitystyössä Jonna Aaltonen oli Kehonero-palvelumallin suunnittelija, ohjaaja ja kehittäjä.

Kivelä Suvi, VTM, projektisuunnittelija, Turun ammattikorkeakoulu

Suvi Kivelä on valmistunut valtiotieteen maisteriksi Turun yliopistosta vuonna 2004 pääaineena sosiologia. Hän työskentelee projektisuunnittelijana Turun ammattikorkeakoulun Terveys ja hyvinvointi -tulosalueella. Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen -hankeosiossa hän on toiminut projektisuunnittelijana osallistuen hankkeen kaikkien palvelumallien suunnitteluun, toteutukseen, arviointiin ja viestintään. Suvi Kivelä on aiemmin työskennellyt Varsinais-Suomen lastensuojelujärjestöt ry:ssä projektisuunnittelijana sekä tutkimusassistenttina Turun yliopiston koulutussosiologian tutkimuskeskuksessa, jossa hän teki tutkimusta liittyen nuorten syrjäytymisen ehkäisyyn ja koulutustakuuseen sekä tekemällä ja kokemalla oppimiseen ammattikorkeakoulussa. Turun ammattikorkeakoulussa Kivelä on työskennellyt vuodesta 2012 alkaen. Hän toimii Lasten ja nuorten osallisuus tutkimusryhmässä vetäjän työparina ja on mukana useissa hankevalmisteluissa liittyen lapsiin, nuoriin ja lapsiperheisiin sekä aktiiviseen ikääntymiseen.

Luonsinen Mari, toiminnanjohtaja, Salon Muistiyhdistys ry

Mari Luonsinen on Salon Muistiyhdistys ry:n toiminnanjohtaja. Salon Muistiyhdistys on tiedottanut aktiivisesti Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen -tutkimus- ja kehitystyöstä omissa verkostoissaan. Lisäksi tutkimus- ja kehitystyössä aikaansaatuja tuloksia on esitetty Muistiyhdistyksen tilaisuuksissa.

Malmivirta Helena, KT, LTO, opettaja, tutkija, hankesuunnittelija, Turun ammattikorkeakoulu

Helena Malmivirta on väitellyt kasvatustieteen tohtoriksi vuonna 2011. Väitöstutkimuksessaan hän on yhdistänyt taiteen ja sosiaalisen sekä kehittänyt deweyläiseen kokemukselliseen taideoppimiseen pohjautuvan taidepedagogiikan. Väitöstutkimuksessa kehitettyä ja kuvattua sekä sen tuloksia on sovellettu ja hyödynnetty Taiteesta ja kulttuurista avaimia

aivoterveysteen tutkimus- ja kehitystyössä. Malmivirta on suunnitellut TEHU Turun seudun hankeosion kokonaisuuden ja luonut samalla siltaa taiteen, kulttuurin ja aivoterveysten välille. Hän on vastannut hankeosion kokonaisuudesta ja toiminut pedagogisena suunnittelijana, ohjaajana, kehittäjänä ja tutkijana palvelumallien tutkimus- ja kehitystyössä. Helena Malmivirta toimi Oulun ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan yksikössä taideaineiden ja kasvatustieteellisten aineiden lehtorina 25 vuotta, josta hän siirtyi valtakunnallisen Hymykuopat – hyvinvointialojen monialaiset yhteistuotannot -hankkeen projektipäälliköksi vuonna 2011. Turun ammattikorkeakoulun Terveys ja Hyvinvointi -tulosalueella hän toimii opettajana, kouluttajana, tutkijana ja hankesuunnittelijana sekä on Aktiivinen ikääntyminen -tutkimusryhmän vastaava.

Mäkipuro Satu-Maaria, kuvataiteilija, Salon taiteilijaseura ry

Satu-Maaria Mäkipuro on valmistunut taiteen maisteriksi vuonna 1992 Taideteollisesta korkeakoulusta (nykyään Aalto-yliopisto). Hän toimii omassa yrityksessään graafisena suunnittelijana, kuvataiteilijana ja lavastajana sekä kuvataiteiden tuntiohjaajana Salon kansalaisopistossa. Satu-Maaria Mäkipuro on ollut mukana vuodesta 2004 vanhuksille ja vanhaikodeille suunnatuissa taide- ja kulttuurihankkeissa, joita ovat olleet tuottamassa sekä Salon taiteilijaseura että alueen taiteilijaryhmittymät. Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen -tutkimus- ja kehitystyössä Satu-Maaria Mäkipuro on ollut Keltainen tupa ja perunamaa -palvelumallissa pedagogisena suunnittelijana, ohjaajana ja kehittäjänä yhteistyössä Malmivirran ja Kivelän kanssa.

Puranen Tiina, nukketeatteritaitelija

Tiina Puranen on valmistunut vuonna 1997 Turun taiteen ja viestinnän oppilaitoksesta nukketeatterilinjalta teatteri-ilmaisun ohjaajaksi. Valmistumisensa jälkeen hän on toiminut vapaana nukketeatteritaitelijana erilaisissa esityksissä, projekteissa ja hankkeissa. Soveltavaa taidetta hän on tehnyt erityislasten, nuorten ja vanhusten kanssa. Vuonna 2009 hän oli perustamassa RahtiTeatteri/ FraktTeatern-kiertueteatteria, jossa hän pääosin toimii nykyään. Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen -tutkimus- ja kehitystyössä Tiina Puranen on toiminut Muistojen näyttämö -palvelumallin yhtenä suunnittelijana, ohjaajana ja kehittäjänä yhteistyössä Malmivirran ja Kivelän kanssa.

Lotta Skaffari, Läntisen tanssin aluekeskuksen toiminnanjohtaja

Lotta Skaffarin vastuualueena on tanssin vapaan kentän toimintaedellytysten ja rakenteiden vahvistaminen. Yhdistyksen ydintehtäviin kuuluu tanssin tuotantotoiminnan lisäksi kulttuurihyvinvointipalveluiden kehittäminen.

Suokas Hanne-Maarit, toimintaterapeutti

Hanne-Maarit Suokas on Varsinais-Suomen Muistiyhdistyksen palvelu- ja kehittämispäällikkö. Hän vastaa yhdistyksessä toiminnan kehittämisestä ja hallinnosta. Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen -tutkimus- ja kehitystyössä Hanne-Maarit Suokas on toiminut Mitä haluan elämästäni muistaa? -palvelumallissa yhtenä suunnittelijana, ohjaajana ja kehittäjänä yhteistyössä Malmivirran ja Kivelän kanssa.





Lähteet

- Aaltonen, K. 2003. Pedagogisen ajattelun ja toiminnan suhde. Opetustaan integroivan opettajan tietoperusta lähihoitajakoulutuksessa. Joensuu: Joensuun yliopisto.
- Aaltonen, K. & Eskola-Kronqvist, A. 2013. Menetelmäopista pedagogiseen ajatteluun. Teoksessa Aaltonen, K. & Eskola-Kronqvist, A. (toim.). *Meidän Helmet. Aikuispedagogiikan ja -koulutuksen hyviä käytänteitä, uusia toimintamalleja ja välineitä*. Hämeen ammattikorkeakoulu. Ammatillinen opettajakorkeakoulu. HAMKin e-julkaisuja 9/2011.
- Aaltonen, K. 2013. John Dewey'n kokemusfilosofia. Helsinki: Hakapaino.
- Anheier, H. K. 2005. *Nonprofit Organizations. Theory, management and policy*. New York, London: Routledge.
- Anttila, E. 2009. Tanssin kosketus. Teoksessa Aro, A.; Hartikainen, M.; Hollo, M.; Järnefelt, H.; Kauppinen, E.; Ketonen, H.; Manninen, M.; Pietilä, M. & Sinko, P. (toim.) *Taide ja taito - kiinni elämässä! Taide- ja taitokasvatus*. Opetushallituksen moniste 2/2009, 83-89.
- Arifullen-Hämäläinen, U. 2011. *Muista Pääasia - ohjaajan opas*. Miina sillanpään säätien Julkaisuja b:33.
- Arnheim, R. 1969. *Visual thinking*. Berkeley: University of California Press.
- Arnheim, R. 1970. *Visual thinking*. London: Faber and Faber.
- Arnheim, R. 1974. *Art and Visual Perception. A Psychology of the Creative Eye. The New Version*. London: University of California Press.
- Arnheim, R. 1986. *New Essays on the Psychology of Art*. London: University of California Press.
- Bakhtin, M.M. 1981. *The dialogic Imagination*. Austin: University of Texas Press.
- Bardy, M. (toim.) 1998. *Taide tiedon lähteenä*. Jyväskylä: Atena.
- Bardy, M. & Känkänen, P. 2005. *Omat ja muiden tarinat Ihmisyyttä vaalimassa*. Helsinki: Stakes.
- Bardy, M. 2007. *Taiteen paluu arkeen*. Teoksessa Bardy, M.; Haapalainen, R.; Isotalo, M. & Korhonen, P. (toim.) *Taide keskellä elämää*. Nykyaikaisen taiteen museo Kiasman julkaisuja 106/2007.
- Barthes, R. 1984. *Talvipuutarha-valokuvan sanoma*. *Taide* 2/84.
- Bateson, G. 1987. *Steps to Ecology of Mind*. Northvale: Jason Aronson Inc.
- Blomstedt, J. 1982. *Sanojen takana; Kirjallisuudesta ja hiljaisuudesta*. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Bolton, G. 1986. *Theatre form in drama teaching*. In Davis, D. & Lawrence, C. (Eds.) *Selected writings of Gavin Bolton*. London: Longman, 164-180.
- von Brandenburg, C. 2012. *Taiteen hyödyntämisestä hyvinvoinnin edistämisessä*. Teoksessa Honkasalo, M.-L. & Salmi, H. *Terveyttä kulttuurin ehdoilla. Näkökulmia kulttuuriseen terveystutkimukseen. k & h Kulttuurihistoria*, Turun yliopisto.
- Bradley, K. K. 2002. *Informing and reforming dance education Research*. Teoksessa Deasy, R. J. (toim.) *Critical links: Learning in the Arts and Student Achievement and Social Development*. Washington, DC: AEP, 16-18.
- Brookmeyer, R.; Gray, S. & Kawas, C. 1998. *American Journal of Public Health*. 1998; 88(9): 1337-1342.
- Buber, M. 1962. *Ich und Du*. Teoksessa Buber, M. & Werke, E. B. *Schriften zur Philosophie*. Kösel-Verlag: Verlag Lambert Schneider, 79-170.
- Bruner, J. 1985. *Narrative and Paradigmatic Modes of Thought*. Teoksessa Eisner, E. (toim.) *Learning and Teaching the Ways of Knowing*. Chicago: University Press of Chicago Press, 97-115.
- Bruner, J. 1986. *Actual Minds, possible Words*. Cambridge MA.: Harvard University Press.
- Bruner, J. 1996. *The Culture and Education*. Cambridge: Harvard University Press.
- Bruner, J. 2002. *Making Stories. Law, Literature, Life*. New York: Farrar, Strauss and Giroux.
- Calvo-Merino, B.; Glaser, D.E.; Grèzes, J.; Passingham, R. E. & Haggard, P. 2005. *Action observation and acquired motor skills: An fMRI study with expert dancers*. *Cereb Cortex* 2005; 15:1243-9.
- Cederlöf, P. 2010. *Hyvinvointipalvelujen tuottamisen malleja kolmannella sektorilla*. Teoksessa Koivisto, N.; Lehtikainen, K.; Pasanen-Willberg, R.; Ruusuvirta, M.; Saukkonen, P.; Tolvanen, P. & Veikkolainen, A. *Kolmannella lähteellä. Hyvinvointipalveluja kulttuurin, liikunnan ja nuorisotyön aloilta*. Kokos-julkaisuja 1, 94-103.
- Cohen, G. D. 2006. *Research on creativity and Aging: The Positive Impact of Arts on Health and Illness*. *Generations*. Vol. XXX; 7-15.
- Cross, E. S.; Kraemer, D. J. M.; Hamilton, A. F. C.; Kelley, W. M. & Grafton, S. T. 2009. *Sensitivity of the action observation network to physical and observational learning*. *Cereb Cortex* 2009(a); 19: 315-26.
- Connelly, F. M. & Glandin, D. J. 1988. *Teachers as Curriculum Planners: Narratives of Experience*. New York (N.Y.): Teachers college.

- Csikszentmihalyi, M. 1996. *Creativity, Flow and the Psychology of Discovery And Invention*. New York: HarperCollins Publishers.
- Csikszentmihalyi, M. 2007. *Hyvä bisnes. Johtaminen, flow ja tarkoituksen luominen*. Suom. Jännes, M. Helsinki: Rasalas Kustannus.
- Dewey, J. 1929. *The Quest for Certainty*. Boston: D.C. Heath & Co.
- Dewey, J. 1934/1980. *Art as Experience*. New York, NY: Pedigree Books.
- Dewey, J. 1951. *Experience and Education*. New York: MacMillan.
- Dewey, J. 1960. *How we think: a restatement of the relation of reflective thinking to be educative process*. Lexington: D.C. Heath, cop.
- Dewey, J. 1997. *How we think*. Mineola: Dover.
- Dewey, J. 2010. *Taide kokemuksena*. Suom. Immonen, A. & Tuusvuori, J. S.. Tampere: Eurooppalaisen filosofian seura ry. Tampere: niin & näin.
- Dewey, J. LW = *Later Works 1925–1953*. Ed. Jo Ann Boydston, 17 Vols. Carbondale & Evansville. Southern Illinois: University Press.
- Dewey, J. MW = *Middle Works 1899–1924*. Ed. Jo Ann Boydston, 15 Vols. Carbondale & Evansville. Southern Illinois: University Press.
- Diamond, M. 2000. *Older brains and new connections*. San Luis Obispo, CA: Davidson Publications.
- Diamond, M. C., and Hopson, J. 1998. *Magic Trees of the Mind*. New York: Plume.
- Eisner, E. W. 1991. *The Enlightened Eye. Qualitative Inquiry and the Enhancement of Educational Practise*. New York: Macmillan.
- Eisner, E. W. 2002. *The Arts and the Creation of Mind*. Harrisonburg: Yale University Press.
- Elliott, J. 1991. *Action Research for Educational Change*. Philadelphia: Open University Press.
- Ennaltaehkäisevien vanhuspalveluiden toimintasuunnitelma vuosille 2013–2016. Turku Hyvinvointitoimiala.
- Erkinjuntti, T.; Hietanen, M.; Huovinen, M.; Kivipelto, M. & Strandberg, T. 2009. *Pidä aivosi kunnossa. Käytä aivojasi – valitse henkisesti virkistävää tekemistä*. Teoksessa *Pidä aivosi kunnossa*. Helsinki: WSOY.
- Ekroos, T. (2011) *EViva! Uusi ennaltaehkäisevä virikkeellinen vapaa-ajan toimintaohjelma 2011–2015*. Turun kaupungin Kulttuuri-, liikunta- ja nuorisotoimen koordinoiman hyvinvointihankkeen esittely Kolmannella lähteellä –verkostotapaamisessa 12.5.2011. Viitattu 25.4.2014 <http://www.slideshare.net/KolmasLahde/kolmannella-lhteell-verkostotapaaminen-1252011-toni-ekroos-turun-kaupungin-evivahanke>
- Filander, K. 2000. *Kehittämistyö murroksessa: sitoutuminen, sopeutuminen ja vastarinta julkisella sektorilla 1990-luvulla*. Tampere: Tampereen yliopisto.
- Gadamer, H.-K. 1996. *The Enigma of Health. The Art of Healing in a Scientific Age*. Stanford: Stanford University Press.
- Glandinin, J. D. & Connelly, F. M. 2000. *Narrative Inquiry: Experience and Story in Narrative Research*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Greene, M. 1995. *Releasing the Imagination. Essays on Education, the Arts, and Social Change*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Guilford, J. P. 1987. *Creativity Research: Past, Present and Future*. In Saksen, S.G. (Ed.) *Frontiers of creativity research: Beyond the basics*. Buffalo, NY: Bearly Limited, 33–65.
- Götell, E. & Ekman, SL. 2008. *The influence of caregiver singing and background music on vocally expressed emotions and moods in dementia care: A qualitative analysis*. *International J Nursing. Stud.* January, 30.
- Haarni, I. 2010. *Kolmas elämä. Aktiiviset eläkeikäiset kaupungissa*. Helsinki: Gaudeamus.
- Halkola, U. 2009. *Mitä valokuvaterapia on?* Teoksessa Halkola, U.; Mannerman, L.; Koffert, T. & Koulu, L. (toim.) *Valokuvan terapeuttinen voima*. Helsinki: Otava, 13–22.
- Hannaford, C. 2003. *Viisaat liikkeet – aivojumpalla apua oppimiseen*. Helsinki: Hakapaino.
- Hanneman, T. B. 2006. *Creativity with Dementia patients*. *Gerontology* 52, 59–65.
- Howard-Jones, P. 2007. *Neuroscience and Education – recent developments in Britain. Brain-based Strategies for learning and training*. CICERO Learning. *Cicero Papers* 4. Helsingin yliopisto, 27–32.
- Heikkinen, H. 2002. *Draaman maailmat oppimisalueina. Draamakäsvatuksen vakava leikkisyys*. *Jyväskylä Studies in Education, Psychology and Social Research* 201.
- Helander, V. 1998. *Kolmas sektori: Käsitteistöä, ulottuvuuksista ja tulkinnoista*. Helsinki: Gaudeamus.
- Helander, V. 2004. *Paikallisyhdistykset kunta-areenalla*. Helsinki: Suomen kuntaliitto.
- Hohenthal-Antin, L. 2009. *Muistot näkyviksi. Muistelutyön menetelmiä ja merkityksiä*. Juva: PS-Kustannus.
- Hohenthal-Antin, L. 2013. *Muistellaan. Luovat menetelmät muistisairaiden tukena*. Juva: PS-Kustannus.

- Holthe, T.; Thorsen, K. & Josephsson, S. 2007. Occupational Patterns of People with Dementia in Residential Care – an Ethnographic Study. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*. 14, 96–107.
- Honkanen, R. & Skaffari, L. 2012-. Luova tanssilähtöinen liiketoiminta, case: Tanssikummit Oy. Konseptisuunnitelma, CreaDemo. Painamaton.
- Honkanen, R.; Skaffari, L. & Solkio, S. 2013. Selvitys Varsinais-Suomen ja Satakunnan hyvinvointipalvelutuotanto-osaamiskustarpeesta. HINTA – hyvinvointia ikääntyneille ja nuorille tuotekehityksen avulla -hankkeen osaraportti, Lapin ELY-keskus/ Manner-Suomen ESR-ohjelma. Painamaton.
- Honkasalo, M.-L.; Salmi, H. & Launis, V. 2012. Johdanto. Teoksessa Honkasalo, M.-L. & Salmi, H. (toim.) Terveyttä kulttuurin ehdoilla. Näkökulmia kulttuuriseen terveystutkimukseen. Kulttuurihistoria, Turun yliopisto.
- Houessou, J. 2010 Teoksen synty – kuvataiteellista prosessia sanallistamassa. Aalto-yliopisto. Taideteollisen korkeakoulun julkaisusarja A 108.
- Howard-Jones, P. 2007. Brain-based Strategies for Teaching and Learning. In *Lifelong Learning and the Brain. Neuroscience meets Education*. CICERO Learning. University of Helsinki, 27–33.
- Hyypä, M. T. & Liikanen, H.-L. 2005. Kulttuuri ja terveys. Helsinki: Edita Prima.
- Hyypä, M.T. 2013. Psykosomatiikan ja terveyden tutkija, Markku T. Hyypän haastattelu. Helsingin Sanomat 4.5.2013.
- Hyypä, M. 2013. Kulttuuri pidentää ikää. Helsinki: Duodecim.
- Ikäihmisten palvelujen laatusuositus, STM 2008. Sosiaali- ja terveysministeriö julkaisuja 2008:3. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö ja Kuntaliitto. Viitattu 25.4.2014 http://www.kunnat.net/fi/asiantuntijapalvelut/soster/sosiaalipalvelut/ikaantyneet/laatusuositus/Documents/02_ikaihminen_laatusuositus_2008.pdf.
- Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2013:11. Sosiaali- ja terveysministeriö ja Kuntaliitto, Helsinki.
- Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista 980/2012.
- Ikääntymispoliittinen strategia, STM, Kunnat.net. Viitattu 25.4.2014. http://www.stm.fi/sosiaali_ ja_ terveyspalvelut/ikaihmiset/palvelujen_laatu <http://www.kunnat.net/fi/asiantuntijapalvelut/soster/sosiaalipalvelut/ikaantyneet/ikaantymispoliittiset-strategiat/Sivut/default.aspx>
- Liikkeellä voimaa vuosiin – Ikäihmisten liikunnan kansallinen toimenpideohjelma 2013.
- Immonen, A. 2012. Ikääntymisen kulttuurihistoria -tutkimuksen haastattelu ja kyselyaineisto 2011. Haastattelu 26.11.2012.
- Jary, D. & Jary, J. 1991. *Collins Dictionary of Sociology*. Glasgow: Harper Collins.
- Jokinen, P.; Laine, M.; Fried, S. & Heimonen, S.-L. 2012. Elämäkokemus voimavarana ja mielen hyvinvoinnin peruskivenä. *Vanhustyö* 1/2012, 42–43.
- Juntunen, J. 2014. Arvo Ylppö Arkkiaatri 1887–1992. Pitkän ja aktiivisen iän salaisuus. Viitattu 3.4.2014 http://www.ylppo.fi/pitkan_ian_salaisuus
- Jyrkämä, J. 2001. Vanheneminen ja vanhuus. Teoksessa Sankari, A. & Jyrkämä, J. Lapsuudesta vanhuuteen. Iän sosiologiaa. Tampere: Vastapaino.
- Jyrkämä, J. 2005. Syntynyt 1947, kuollut...? Suuret ikäluokat ja elämänkulkutulevaisuus. Teoksessa Karisto, A. (toim.). Suuret ikäluokat. Tampere: Vastapaino.
- Kansallinen muistiohjelma 2010–2020. Tavoitteena muistiystävällinen Suomi. Sosiaali- ja terveysministeriön raportteja ja muistioita 2012:10. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
- Kansanen, P. 1988. Mitä jäljellä kasvatus- ja opetusopista? *Kasvatus* 29 (2), 156–165.
- Kansanen, P. 1996. Opettajan pedagoginen ajattelu ja sen ”opettaminen”. Teoksessa Ojanen, S. (toim.) Tutkiva opettaja 2. Helsingin yliopiston Lahden tutkimus- ja koulutuskeskus. *Oppimateriaaleja* 55, 45–50.
- Kansanen, P.; Tirri, K.; Meri, M.; Krokfors, L.; Husu, J. & Jyrkämä, R. 2000. Teachers’ pedagogical thinking. Theoretical landscapes, practical challenges. New York: Pedigree Books.
- Karisto, A. 1996. Invisible social policy. Teoksessa Matarasso, F. & Hall, S. (ed.) *The art of regeneration*. Nottingham Conference Papers. Comedia: Gloucester.
- Karisto, A. 1998. Rajan käyntiä – kognitiivisen, esteettisen ja moraalisen suhteista. Teoksessa Bardy, M. (toim.) *Taide tiedon lähteenä*. Jyväskylä: Atena, 63–80.
- Karisto, A. 2004. Kolmas ikä – uusi näkökulma väestön vanhenemiseen. Julkaisussa Ikääntyminen voimavarana. Tulevaisuusselonteon liiteraportti 5. Valtioneuvoston kanslian julkaisusarja 33/2004, 91–103.
- Karisto, A. & Konttinen, R. 2004. Kotiruokaa, kotimatkailua, kaukomatkailua. Tutkimus ikääntyvien elämäntyyleistä. Helsinki: Palmenia.
- Karisto, A. 2009. Kolmas ikä ja mielenterveys. Suomen mielenterveysseura.

- Koulutusseminaari. Ikääntymisen uudet tuulet. Helsinki 9.3.2009.
- Karisto, A. & Pekkarinen, S. 2013. Elämäntäyteistä teknologiaa – kahden pilottikokeilun tarkastelua. *Gerontologia* 27 (2), 73–86.
- Karvinen, E.; Kalmari, P. & Koivumäki, K. 2011. Ikäihmisten liikunnan kansallinen toimenpideohjelma. Liikunnasta terveyttä ja hyvinvointia. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2011:30.
- Kautto, M. 2004. Ikääntyneet resurssina, ikääntyminen mahdollisuutena. Ikääntyminen voimavarana. Tulevaisuusselonteon liiteraportti 5. Valtioneuvoston kanslian julkaisusarja 33/2004, 7–22.
- Kemmis, S. 1988. Action Research. Teoksessa Keeves, J. P. (toim.) *Educational Research, Methodology and Measurement. An International Handbook*. Oxford: Pergamon, 42–48.
- Kemmis, S. & McTaggart, R. (toim.) 1982. *The Action Research Reader*. Deakin, Viktoria: Deakin University Press.
- Kemmis, S. & Wilkinson, M. 1998. Participatory Action Research and the Study of Practice. Teoksessa Atweth, B.; Kemmis, S. & Weeks, P. (toim.) *Action Research in Practice. Partnerships for social justice in education*. London: Routledge, 21–36.
- Kiviniemi, K. 1999. Toimintatutkimus yhteisöllisenä prosessina. Teoksessa Heikkinen, H. L. T.; Huttunen, R. & Mollanen, P. (toim.) *Siinä tutkija, missä tekijä. Toimintatutkimuksen perusteita ja näköaloja*. Jyväskylä: Atena, 63–82.
- Koivisto, N.; Lehikoinen, K.; Pasanen-Willberg, R.; Ruusuvirta, M.; Saukkonen, P.; Tolvanen, P. & Veikkolainen, A. 2010. Johdanto. Teoksessa Koivisto, N.; Lehikoinen, K.; Pasanen-Willberg, R.; Ruusuvirta, M.; Saukkonen, P.; Tolvanen, P. & Veikkolainen, A. *Kolmannella lähteellä*.
- Hyvinvointipalveluja kulttuurin, liikunnan ja nuorisotyön aloilta. Kokos-julkaisuja 1, 10–30.
- Koivunen, H. 1998. Hiljainen tieto. Helsinki: Otava.
- Konlaan, B. B. 2001. Cultural experience and health. The coherence of health and leisure time activities. Umeå University: Medical Dissertations, New Series no. 706.
- Korhonen, P. 2009. Omien ajatusten vakoiluun – teatterilähtöiset menetelmät. *Projektitoiminta* 1/2009. Projekttyhdistys ry:n jäsenlehti Vol. XXXII, 30–33.
- Koskinen, S. 2004. Ikääntyneiden voimavarat. Julkaisussa Ikääntyminen voimavarana. Tulevaisuusselonteon liiteraportti 5. Valtioneuvoston kanslian julkaisusarja 33/2004, 24–90.
- Kramer, A. F.; Bherer, L.; Colcombe, S. J.; Dong, W. & Greenough, W. T. 2004. Environmental Influences on Cognitive and Brain Plasticity During Aging. Review Article in *Journal of Gerontology; MEDICAL SCIENCES*, Vol. 59 A, No. 9, 940–957.
- Kujala, T. 2007. Kerronnallinen tutkimus opettajan ikääntymisestä. Teoksessa Syrjäläinen, E.; Eronen, A. & Värri, V. M. (toim.) *Avauksia laadullisen tutkimuksen analyysiin*. Tampere: Tampereen yliopistopaino, 13–39.
- Kujasalo, P. 1994. Draamaopettaja – kasvattaja vai teatteriohjaaja? – Gavin Boltonin, Jonathan Neelandsin ja Viola Spollinin käsityksiä draamaopettajan tehtävästä. Teoksessa Lehtonen, J. & Tanttu-Knapp, H. (toim.) *DRAAMA*. NYT. Kirjoituksia ilmaisukasvatuksen alalta. Jyväskylän yliopiston täydennyskoulutuskeskus. Tutkimuksia ja selvityksiä 14. Jyväskylän opettajan koulutuslaitos. Opetuksen perusteita ja käytänteitä 11.
- Kupila, P. 2007. Minäkö asiantuntija? Varhaiskasvatuksen asiantuntijan merkitysperspektiivin ja identiteetin rakentuminen. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.
- Kurki, L. 2000. Sosiokulttuurinen innostaminen. Muutoksen pedagogiikka. Tampere: Vastapaino.
- Kuula, A. 1999. Toimintatutkimus – Kenttätyötä ja muutospyrkimyksiä. Tampere: Vastapaino.
- Kvale, S. 1989. Issues of Validity in qualitative Research. Lund: Studentlitteratur.
- Laine, M. 2011. Vanhuuden mieli – tarkoitusta täynnä. Memo 4/2001, 14–15.
- Laitinen, H. 1994. Transaktioanalyysi ja draama. Teoksessa Lehtonen, J. & Tanttu-Knapp, H. (toim.) *DRAAMA*. NYT. Kirjoituksia ilmaisukasvatuksen alalta. Jyväskylän yliopiston täydennyskoulutuskeskus. Tutkimuksia ja selvityksiä 14. Jyväskylän opettajan koulutuslaitos. Opetuksen perusteita ja käytänteitä 11.
- Lehikoinen, K. 2012. Arts-based work with people with dementia: Building a curriculum framework for trainer training, in Smith, Ali (ed.) *Quality of Life: Using the arts to help people living with and affected by dementia*. Quality of Life Project, London: Live Music Now, 49–66.
- Lehikoinen, K. 2014. Tanssi sanoiksi: tanssianalyysin perusteita. *Kinesis* 4. Tanssin koulutusohjelma. Helsinki: Taideyliopiston teatterikorkeakoulu.
- Leskinen, E. 1994. Luokkailmasto ja draama. Teoksessa Lehtonen, J. & Tanttu-Knapp, H. (toim.) *DRAAMA*. NYT. Kirjoituksia ilmaisukasvatuksen alalta. Jyväskylän yliopiston täydennyskoulutuskeskus. Tutkimuksia ja selvityksiä 14. Jyväskylän opettajan koulutuslaitos. Opetuksen perusteita ja käytänteitä 11.
- Lewin, K. 1946. Action Research and minority Problems. *Journal of Social Issues* 2 (4).

- Lieblich, A.; Tuval-Mashiach, R. & Zilber, T. 1998. *Narrative Research. Reading, Analysis and Interpretation*. London: Sage Publications.
- Lindqvist, G. 1995. *The Aesthetics of Play. A Didactic Study of Play and Culture in Preschools*. Uppsala: Uppsala Studies in Education 62.
- Lindqvist, G. 1998. *Leikin mahdollisuudet. Luovaa leikkipedagogiikkaa päiväkotiin ja kouluun. Koulutuksen tutkimuslaitos. Jyväskylän yliopisto.*
- Liikunta ja ikääntyminen – Liikkeellä voimaa vuosiin. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2013:5.
- Liikanen, H.-L. 2010. *Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia – ehdotus toimintaohjelmaksi 2010–2014. Opetusministeriön julkaisuja 2010: 1.*
- Madore, L. L. 2010. *Therapeutic Thematic Arts Programming – menetelmä ikääntyneiden aikuisten hoidossa ja kuntoutuksessa. Hämeenlinna: Hämeenlinnan ammattikorkeakoulu.*
- Malmivirta, H. 2011. *Taide siltana sosionomiaksi kasvamiseksi. Toimintatutkimus taide- ja ilmaisuaineiden kehittämisestä postmodernin taidekasvatuksen suuntaan Oulun seudun ammattikorkeakoulun sosiaalialan koulutusohjelmassa vuosina 2001–2004. Acta Universitatis Tamperensis. Tampere: Juvenes Print.*
- Malmivirta, H. 2013 *Muistin menestykseksi. Teoksessa Virjonen, K. (toim.) Muistin ongelmat. Toimiva palvelukokonaisuus ehkäisystä hoitoon. Helsinki: PS-kustannus, 15–36.*
- Malmivirta, H. & Taivainen, A. (toim.) 2012. *Merkittävien ihmisten yhteiskunta. Hymykuopat-hanke kunnan tarpeisiin vastaajana. Kulttuuripalvelut. Salo: Salon kaupunki.*
- Matarasso, F. 1997. *Use or ornament? The social impact of participation in the arts*. Bournes Green, Stroud: Comedia.
- Matthies, A. 1997. *Kolmas sektori länsimaisten hyvinvointivaltioiden murroksessa. Teoksessa Nylund, M. (toim.) Hyvinvointivaltio & kolmas sektori. Helsinki: Kansalaisareena ry.*
- Merleau-Ponty, M. 1993. *Silmä ja mieli. Helsinki: Taide.*
- Michelon, P. 2006. *What are Cognitive Abilities and Skills, and how to Boost them. Viitattu 25.4.2014 <http://sharpbrains.com/blog/2006/12/18/what-are-cognitive-abilities/>.*
- Miettinen, R. 1998. *Miten kokemuksesta voi oppia? Kokemus ja reflektiivinen ajattelu John Deweyn toiminnan filosofassa. Aikuskasvatus 18, 84–97, 182–183.*
- Muistiliitto ry. 2013. *Aivoterveys. Viitattu 29.1.2013 <http://www.muistiliitto.fi/fi/muisti-ja-muistisairaudet/aivoterveys/>.*
- Muistiliitto ry 2014. *Muistiliiton sivut. Viitattu 4.3.2014 <http://www.muistiliitto.fi>.*
- Müller, K. 2003. *Aivokutinaa. Helsinki: Työterveyslaitos.*
- Müller, K. 2007. *Aivojen virittelyä musiikin keinoin. Luento Meilahden avoin kampuspäivä 6.3.2007.*
- Mäkipuro, S. 2014. *Arviointikeskustelu 24.1.2014.*
- Mäkiranta, M. 2008. *Kerrotut kuvat. Omaelämäkerralliset valokuvat yksilön, yhteisön ja kulttuurin kohtaamispaikkoina. Rovaniemi: Lapin yliopistokustannus.*
- Neelands, J. 1984. *Making Sense of Drama. A guide to classroom practice. Oxford: Heinemann educational books.*
- Neelands, J. 1992. *Learning through Imagined Experience. London: Hodder & Stoughton.*
- Nussbaum, P. D. 2010. *Save Your Brain. New York: McGraw Hill.*
- Nussbaum, P. D. 2011. *Brain Health: Bridging Neuroscience to Consumer Application. Generations: Journal of the American Society on Aging. Vol. 35 No 2, 6–12.*
- Taikametsän kylä 2014. *Näyttämörakennusohjeet. Viitattu 26.2.2014 <http://kuu.zoo-gate.fi/asiakkaat/taikametsa/main.php?pid=8&id=da050bd17d547e30460e60d721b142d7&alasivu=Paperiteatteri%20-%20Toy%20Theatre>.*
- O'Neill, C. 1995. *Drama Worlds – A framework for Process Drama. Portsmouth: Heinemann.*
- O'Neill, C. & Lambert, A. 1991. *Drama Structures. A practical handbook for teachers. Portsmouth: Heinemann.*
- Peavy, V. 2002. *AmmatINVALinnan ja urasuunnittelun ohjaus postmodernina aikana. Teoksessa Onnismaa, J.; Pasanen, H. & Spangar, T.(toim.). Ohjaus ammattina ja tieteenalana I. Ohjauksen lähestymistavat ja ohjaustutkimus. Jyväskylä: Ps-Kustannus, 14–28.*
- Pihlström, S. 2001. *Filosofian käytännöt. Pragmatismien vaikutus suomalaisessa filosofassa 1900-luvun filosofassa. Joensuu: Joensuun yliopisto.*
- Polanyi, M. 1966. *The Tacit Dimension. London: Routledge & Kegan.*
- Powers, R. 2010. *Use It or Lose It: Dancing Makes You Smarter. Alkuperäinen artikkeli: Leisure Activities and the Risk of Dementia in the Elderly. The New England Journal of Medicine 2003; 348: 2508–2616.*
- Rauhala, L. 2009. *Henkinen ihminen. Henkinen ihmisessä ja ihmisen ainutlaatuisuus. Helsinki: Gaudeamus.*

- Ravelin, T. 2008. Tanssiesitys auttamismenetelmänä dementoituvan vanhuksen hoitotyössä. Lääketieteellinen tiedekunta. Universitatis Ouluensis. D 986.
- Rogers, C. 1976. Frihet att lära: om att själv få styra sitt sikande efter kunskap. Översättning E. Rosell och T. Wolwan. Stockholm: Wahlström & Wikstrand.
- Rolig, K.; Kurki, M. ja Ojanen, V. 2011. Muista Pääasia – ikääntyvän ihmisen kognitiivisen toimintakyvyn ylläpitäminen. Tutkimuksen raportointi. Miina sillanpään säätön julkaisuja B, 33.
- Ropo, E. 2009. Näkökulmia narratiiviseen opetussuunnitelma-ajatteluun opettajankoulutuksessa. Teoksessa Jaatinen, R.; Kohonen, V. & Moilanen, P. (toim.) Kielikasvatus, opettajuus, ja kulttuurienvälinen toimijuus. Helsinki: OKKA-säätiö, 141–157.
- Rueda, R.; Gallego, M. A. & Moll, L. C. 2000. The least restrictive Environment. A Place or a Context? Remedial and Special Education 21, 70–78.
- Ruusuvirta, M. & Saukkonen, P. 2010. Kunnat, hyvinvointi ja kolmas sektori. Teoksessa Koivisto, N.; Lehtikoinen, K.; Pasanen-Willberg, R.; Ruusuvirta, M.; Saukkonen, P.; Tolvanen, P. & Veikkolainen, A. Kolmannella lähteellä. Hyvinvointipalveluja kulttuurin, liikunnan ja nuorisotyön aloilta. Kokos-julkaisuja 1.
- Salmivaara, I. 1994. Pedagogista draamaa vai teatteria? Teoksessa Lehtonen, J. & Tanttu-Knapp, H. (toim.) DRAAMA. NYT. Kirjoituksia ilmaisukasvatuksen alalta. Jyväskylän yliopiston täydennyskoulutuskeskus. Tutkimuksia ja selvityksiä 14. Jyväskylän opettajan koulutuslaitos. Opetuksen perusteita ja käytänteitä 11.
- Salo, M. 2009. Peilin, muistin ja toiston taide – valokuvataiteen ja -terapian yhteyksiä. Teoksessa Halkola, U.; Mannermaa, L.; Koffert, T. & Koulu, L. (toim.). Valokuvan terapeutinen voima. Helsinki: Otava, 23–34.
- Salon muistiyhdistys 2014. Käytä pääomaasi -projekti 2012–2014. Viitattu 3.4.2014 http://www.alzsalon.fi/muistiyhdistys/?page_id=93.
- Sandström, M. 2010. Psykye ja aivotoiminta. Neurofysiologinen näkökulma. Helsinki: Wsoypro.
- Sava, I. 2004. Kasvattajan oikeus – ja vastuu – omaan elämään. Teoksessa Sava, I. & Vesanen-Laukkanen, V. (toim.) Taiteeksi tarinoitu oma elämä. Helsinki: WS- Bookwell, 42–58.
- Sava, I. 2007. Katsomme – näemmekö? Luovuudesta, taiteesta ja visuaalisesta kulttuurista. Taideteollisen korkeakoulun julkaisusarja B 81. Helsinki: Bookwell.
- Siegel, D. 1999. The Developing mind: How relationships and the brain interact to shape who we are. New York: Guilford Press.
- Small, B. J.; Hughes, T. F.; Hultsch, D. F. & Dixon, R. A. 2007. Lifestyle activities and late-life changes in cognitive performance. Teoksessa Yaakov Stern (Ed.) Cognitive Reserve. Theory and Applications. New York: Taylor & Francis, 173–186.
- Sosiaali- ja terveyspolitiikan strategia 2011. Sosiaalisesti kestävä Suomi 2020. Sosiaali- ja terveyspolitiikan strategia. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2011:1. http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=39503&name=DLFE-14357.pdf
- Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämisohjelma KASTE 2008. Viitattu 25.4.2014 http://www.stm.fi/vireilla/kehittamisohjelmat_ja_hankkeet/kaste/ohjelma.
- STM 2007. Tie hyvään vanhuuteen. Vanhusten hoidon ja palvelujen linjat vuoteen 2015. Viitattu 25.4.2014 http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=28707&name=DLFE-3595.pdf&title=Tie_hyvaan_vanhuuteen__Vanhusten_hoidon_ja_palvelujen_linjat_vuoteen_2015_fi.pdf.
- Säljö, R. 2001. Oppimiskäytännöt. Sosiokulttuurinen näkökulma. Helsinki: Wsoy.
- Särkämö, T.; Tervaniemi, M.; Laitinen, S.; Forsblom, A.; Soinila, S.; Mikkonen, M.; Autti, T.; Silvennoinen, H. M.; Erkkilä, J.; Laine, M.; Peretz, I. & Hietanen, M. 2008. Music listening enhances cognitive recovery and mood after middle cerebral artery stroke. Brain: a journal of neurology. 131, 3, 866-876.
- Särkämö, T. 2008. Musiikin kuuntelu edistää aivojen toipumista. Akateeminen väitöskirja. Helsinki: Helsingin yliopisto.
- Terveyden edistämisen politiikkaohjelma 2007. Viitattu 25.4.2014. <http://valtioneuvosto.fi/tietoarkisto/politiikkaohjelmat-2007-2011/terveys/ohjelman-sisaelfoe/fi.pdf>.
- Terveyden edistämisen laatusuositus, Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2006:19. Viitattu 25.4.2014 <http://pre20090115.stm.fi/pr1158139777250/passthru.pdf>.
- Sosiaali- ja terveysministeriö 2001. Terveys 2015 -ohjelma. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2001:4. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
- Toivanen, T. 2009. Draamakasvatuksen mahdollisuudet – Itsetuntemusta, vuorovaikutustaitoja ja elämänhallintaa. Teoksessa Taide ja taito – kiinni elämässä! TaiTai Taide ja taitokasvatus. Opetushallituksen moniste 2/2009.
- Turun kaupunki 2014. Turun kaupungin ikääntymispoliittinen strategia vuosille 2009–2012. Viitattu 3.4.2014 <http://www.kunnat.net/fi/asiantuntijapalvelut/soster/sosiaalipalvelut/ikaantyneet/>

- ikaantymispoliittiset-strategiat/
Documents/0100_turku.pdf.
- Uusikylä, K. 2008. Taide moraali ja kauneuden kaipuu. Teoksessa S. Karppinen, I. Ruokonen, K. Uusikylä (toim.) Nuoret ja taide. Iloja ja innolla, uhmalla ja uhollla. Kirjoituksia murrosikäisten taito- ja taidekasvatuksesta. Anjalankoski: Solver Palvelut, 15–22.
- Vanhuuden mieli -hanke 2011–2014. Ikäinstituutti. Viitattu 25.4.2014 <http://www.ikainstituutti.fi/tutkimus+ja+kehittaminen/vanhuuden+mieli/>.
- Varto, J. 2001. Kauneuden taito. Tampere: University Press.
- Varto, J. 2007. Dialogi. Teoksessa M. Bardy, R. Haapalainen, M. Isotalo, P. Korhonen (toim.) Taide keskellä elämää. Helsinki: Otava, 63–65.
- Varto, J. 2011. Taidepedagogiikan käytäntö, tiedonala ja tieteenala: Lyhyt katsaus lyhyen historian juoneen. Teoksessa E.-L. Anttila (toim.) Taiteen jälki: taidepedagogiikan polkuja ja ristyksiä. Helsinki: Edita Prima.
- Virjonen, K. 2013. Lukijalle. Teoksessa Virjonen, K. (toim.) Muistin ongelmat. Toimiva palvelukokonaisuus ehkäisystä hoitoon. Helsinki: PS-kustannus.
- Voimaa vanhuuteen – iäkkäiden terveysliikuntaohjelma 2005–2014. Ikäinstituutti. Viitattu 24.4.2014. <http://www.ikainstituutti.fi/tutkimus+ja+kehittaminen/voimaa+vanhuuteen/>
- <http://www.voimaavanhuuteen.fi/fi/etusivu/>
Voutilainen, P. (toim.) 2007. Laatua laatusuosituksella? Ikäihmisten hoitoa ja palveluja koskevan laatusuosituksen seuranta ja arviointi. Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus, Stakesin raportteja 2/2007, Helsinki.
- Väkevä, L. 2004. Kasvatuksen taide ja taidekasvatus. Estetiikan ja taidekasvatuksen merkitys John Dewey'n naturalistisessa paradigmassa. Oulu: Oulu University Press.
- Välimäki, M. 2013. Eläköön-huuto harrastuksille. Sosiaali- ja terveystieteellinen aikakauslehti Tesso 6.5.2013. Viitattu 3.4.2014 <http://www.tesso.fi/artikkeli/elakoon-huuto-harrastuksille>.
- Värri, V.-M. 2004. Transsendentin merkitys kasvatuksessa. Teoksessa R. Jaatinen, P. Kaikkonen & J. Lehtovaara (toim.) Opettajuudesta ja kielikasvatuksesta. Puheenvuoroja siltanrakentajille. Tampere: Yliopistopaino, 15–25.
- Vygotsky, L. S. 1978. Mind in Society: The Development of higher psychological Processes. Cambridge: Harvard University Press.
- Vygotsky, L.S. 1930/1995. Fantasi och kreativitet i barndommen. Göteborg: Daidalos.
- Vygotsky, L.S. 1934/1986. Thought and Language. Käänn. A. Kozulin. Cambridge: Harvard University Press.
- Wilson, R. S.; Barnes, L. L. & Bennett, D. 2007. Assessment of lifetime participation in cognitive stimulating activities. Teoksessa Yaakov Stern (Ed.) Cognitive Reserve. Theory and applications. New York: Taylor & Francis, 159–172.
- Zeki, S. 1999. Inner Vision. An Exploration of Art and the Brain. Oxford: University Press.
- Zeki, S. 2001. Artistic Creativity and the Brain. Science 6 July 2001: Vol. 293 no. 5527, 51–52.
- Zeki, S. 2009. Splendors and miseries of the brain: love, creativity, and the quest for human happiness. Chichester Malden, MA: Wiley-Blackwell.

