

Opinnäytetyö YAMK

Kulttuurihyvinvointi

2024

Niina Laine

Kohtaamisia sanataiteen keinoin

– korvaruno synnytyskokemuksen sanoittajana



Opinnäytetyö YAMK | Tiivistelmä

Turun ammattikorkeakoulu

Kulttuurihyvinvointi

2024 | 44 sivua

Niina Laine

Kohtaamisia sanataiteen keinoin

– korvaruno synnytyskokemuksen sanoittajana

Tässä opinnäytetyössä kokeiltiin ja tutkittiin Korvaruno-nimistä sanataidemetodia kohtaamisissa synnyttäneiden perheiden kanssa. Tavoitteena oli selvittää, soveltuuko kyseinen menetelmä synnytyskokemuksen läpikäymiseen tavanomaisten hoitotyön menetelmien rinnalla. Korvarunojen toivottiin lisäävän vanhempien kuulluksi tulemisen kokemusta ja auttavan synnytyskokemuksen sanoittamisessa.

Opinnäytetyöhön osallistui 17 synnyttänyttä äitiä ja kahdeksan synnytyksessä mukana ollutta isää. Osallistujat kertoivat synnytyskokemuksestaan ja kertomusten pohjalta tehdyistä muistiinpanoista muodostettiin runoja, jotka lausuttiin heille ääneen. Hetkien jälkeen osallistujat saivat jättää palautetta suullisesti ja kirjallisesti. Kokeilun tuloksena syntyi kaikkiaan 19 korvarunoa, joista muodostettu sanataidenäyttely on kiertänyt TYKS Naistenklinikan osastoja ja on tätä kirjoitettaessa edelleen siellä nähtävillä.

Osallistujapalautteen perusteella menetelmä auttoi synnytyskokemuksen jäsentämisessä ja sen suoma mahdollisuus nähdä tapahtumat ”toisin silmin” koettiin merkittäväksi. Palautteissa nousi esiin myös kokemuksen jakamisen tärkeys ja ilo kiireettömästä läsnäolon hetkestä. Runohetkissä päästiin arkipäiväistä keskustelua syvällisemmälle vuorovaikutuksen tasolle. Runojen julkaiseminen koettiin tärkeäksi, sillä ne voivat tarjota vertaistukea muille vanhemmiksi tuleville. Tulokset osoittavat korvarunomenetelmän edistävän merkityksellisten kohtaamisten syntymistä ja hetkeen pysähtymistä, ja taipuvan siten hyvin synnytystapahtuman purkamiseen ja käsittelyyn.

Asiasanat: synnytyskokemus, sanataide, korvaruno

Master's Thesis | Abstract

Turku University of Applied Sciences

Creative well-being

2024 | 44 pages

Niina Laine

Encounters via methods of literary art

– ear-poems articulating childbirth experience

In this thesis mothers and fathers with newborn babies were encountered by using a literary art method called ear-poem. The purpose was to explore whether this method can be utilised by healthcare professionals in order to discuss and go through the experiences of mothers and fathers after the childbirth. The method was supposed to help parents to articulate their experiences and to have their voices heard.

Altogether 17 new mothers and 8 fathers attended an arts-based session before they left the hospital after their delivery. Simultaneously while they described their experiences, notes were taken and organized into ear-poems. The poems were then read aloud and given as a memorabilia to the participants. A total of 19 ear-poems were made and later shown in an exhibition held at the Turku University Hospital. According to the feedback, the participants found it easier to express and analyze their emotions by attending this arts-based session. They also believed that their poems could benefit others in the same situation. The method seemed to enhance interaction on a deeper level than everyday conversation, which can be appreciated by healthcare providers.

Based on the results, the ear-poem method can generate meaningful interaction between care workers and new parents and complement the existing, more traditional methods in postnatal care.

Keywords:

childbirth experience, literary art, ear-poem

Sisältö

1 Johdanto	7
2 Taide terveydenhuollon toimintaympäristössä	10
2.1 Synnytyskokemus	10
2.2 Sanataide ja korvarunot	12
2.3 Taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutukset	14
2.4 Taide- ja runotyöskentely eri konteksteissa	15
3 Kehittämishankkeen toteutus	18
3.1 Tavoitteet	18
3.2 Opinnäytetyön lähestymistapa	18
3.3 Suunnitteluvaihe	19
3.4 Eettiset kysymykset	21
3.5 Osallistujien rekrytointi ja runohetkien toteutus	23
4 Tulokset	25
4.1 Runoaineisto: taidetta ja synnytyskokemuksen kuvaaja	25
4.1.1 Epätoivo	25
4.1.2 Yhteinen kokemus	26
4.1.3 Vierellä kulkija	27
4.1.4 Helpotus	27
4.1.5 Ihastus	28
4.2 Palaute	29
4.3 Lopputulos ja sen hyödyntäminen	31
4.4 Arviointi	34
5 Pohdinta ja johtopäätökset	37
Lähteet	39

Liitteet

Liite 1. Palautelomake

Kuvat

Kuva 1. Taidetyöskentely asiakkaan ja ammattilaisen kohtaamisen välineenä. 15

Kuva 2. Sidosryhmät.....20

Kuva 3. Ote sanataidenäyttelystä.33

Omenan kuoressa on reikä.

*Jos siihen painaa
korvansa kiinni
ja kuuntelee tarkasti,
voi veden ja tuulen
ääniltä erottaa
astioiden helinää.*

Toukka tiskaa.

-Risto Rasa 1971-

1 Johdanto

Tämä työ oli tarpeen toteuttaa, koska synnyttäjillä ja heidän synnytyksessä mukana olleilla läheisillään on suuri tarve käsitellä kokemaansa, mikä ilmenee niin erilaisten palautekyselyjen yhteydessä kuin vaikkapa seuraamalla aiheesta mediassa käytäviä keskusteluja. Synnytys on useimmille elämää mullistava kokemus, jolla on vaikutusta moneen elämän osa-alueeseen, muun muassa minäkuvaan ja suhtautumiseen puolisoon ja syntyneeseen lapseen. Siksi sen käsittelyn ei tulisi rajoittua vain pariin lyhyeen kysymykseen synnytyssairaalasta kotiuduttaessa, vaan kokemuksen purkamiseen tulisi olla useampia väyliä.

Myös terveydenhuollon ammattilaisten keskuudessa on aistittavissa kiinnostusta tuulettaa totuttuja toimintatapoja ja ottaa käyttöön entistä enemmän taidelähtöisiä menetelmiä asiakkaiden/potilaiden kanssa tapahtuvan vuorovaikutuksen tueksi. Tässä opinnäytetyössä kokeilin ja tutkin korvarunonimisen sanataidemenetelmän ulottuvuuksia kohtaamisissa synnyttäneiden perheiden kanssa. Tavoitteena oli selvittää, soveltuuko kyseinen menetelmä synnytyskokemuksen läpikäymiseen tavanomaisten hoitotyön menetelmien rinnalla. Runojen laatiminen tapahtui kesällä ja alkusyksystä 2022 Turun Yliopistollisen Keskussairaalan Majakkasairaalassa, jossa toimin kättilönä. Toteutuksen tueksi olin hankkinut edeltävästi itselleni sanataideohjaajan koulutuksen, josta olikin merkittävä apu toiminnan läpiviemisessä.

Tutkimusten mukaan odottajien synnytyspelko on lisääntynyt, ja fyysisesti hyvin edenneeseenkin odotusaikaan liittyy usein monenlaista epävarmuutta ja huolta (ks. esim. Crane, Buultjens & Fenner 2021). Osa tästä voi kummuta aiemmasta synnytyskokemuksesta, jonka läpikäyminen synnytyssairaalassa on saattanut jäädä pinnalliseksi tai riittämättömäksi, mikä selittynee osin terveydenhuollon niukoilla resursseilla ja lyhyillä hoitoajoilla. Pitkään kättilötyötä tehneenä olen havainnut, että synnytyskeskusteluissa painottuvat herkästi fyysiset tapahtumat kuten synnytyksen kesto, erilaiset toimenpiteet ja käytetyt kivunlievitykset. Olenkin pohtinut, miten näiden lyhyiden kontaktien aikana parhaiten edistää

asiakkaan kohtaamista tunnetasolla ja siten myös psyykkisen ja emotionaalisen palautumisprosessin käynnistymistä. Tutustuttuani korvarunomenetelmään toimiessani vapaaehtoistyöntekijänä Olohuone-taidefestivaalilla, syntyi halu kokeilla, voisiko kyseinen metodi toimia äänitorvena synnytyskokemuksen avaamisessa ja lisätä synnyttäjien ja puolisoitten kuulluksi tulemisen kokemusta.

Korvarunojen kirjoittaminen perustuu vuorovaikutukselle. Henkilö, jolle runoa kirjoitetaan puhuu, kun taas runon laatija kuuntelee tarkasti ja kokoaa sitten kuulemastaan runon, joka luetaan puhujalle ääneen. Toinen tähän kehittämistyöhön inspiraatiota antaneen kirjan *Korvarunoja* toimittajista, sanataiteilija Timo Harju (2019,72), perustelee taiteen viemistä hoitolaitoksiin näin: ”Pelkkä taide ei välttämättä tarvitse muita perusteita kuin tämän: sen kokeminen kuuluu inhimilliseen elämään.”

Suomessa taidetta on pyritty tuomaan ja juurruttamaan osaksi terveyspalveluja 1990-luvulta saakka (Jakonen & Lahtinen 2019, 24). Taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutukset tunnustetaankin tätä nykyä jo yleisesti, sillä aiheesta löytyy varsin paljon tutkittua tietoa. Taiteelliseen toimintaan ja kulttuuriin osallistumista voidaan pitää yksilön perusoikeutena. Se on huomioitu myös poliittisissa linjauksissa, esimerkiksi taiteiden ja kulttuurin käytön ja tarjonnan edistäminen sosiaali- ja terveydenhuollossa on ollut yksi aiemman hallituksen kärkihankkeista (OKM 2019).

Tätä työtä aloittaessani tutustuin Varsinais-Suomen sairaanhoitopiirin kulttuurihyvinvoinnin suunnitelmaan (VSSH 2020), jossa kuvattuja tavoitteita olivat mm. erilaisten taiteen ja kulttuurin toteutusmuotojen luova hyödyntäminen toiminnassa, alaan liittyvän tiedon ja ymmärryksen lisääminen sekä kulttuurihyvinvointia tukevan toiminnan mahdollistaminen potilaille. Sairaanhoitopiirit on sittemmin lakkautettu, mutta Varsinais-Suomen hyvinvointialue VARHA jatkaa samalla, kulttuurihyvinvointia tukevalla linjalla. Tämän kehittämistyön tarkoituksena on omalta osaltaan edistää näitä tavoitteita ja toivon mukaan virittää lisää keskustelua taidetoiminnan paikoista, hyödyistä ja toteuttamismahdollisuuksista osana terveydenhuoltopalveluja.

Raportti etenee siten, että tarkastelen aluksi työn keskeisiä käsitteitä ja taidetyöskentelyn tietopohjaa. Kuvaan sitten opinnäytetyön käytännön toteutusta ja esittelen toiminnan tuloksia runokatkelmien avulla. Esittelen samassa yhteydessä myös saamaani palautetta ja runojen jatkojalostamista näyttelyksi. Lopuksi pohdin, miten oma oppimiseni jäsentyi työtä tehdessä ja millaista laajempaa hyödynnettävyyttä menetelmällä saattaisi olla.

2 Taide terveydenhuollon toimintaympäristössä

2.1 Synnytyskokemus

Lapsen odotus ja synnytys ovat ainutlaatuisia ja merkittäviä tapahtumia yksilön elämänsäkaarella. Synnytyskokemuksella viitataan kokonaisvaltaiseen elämukseen, jonka lapsen syntymä vanhemmissa herättää. (Eskola & Hytönen 2005, 10–12.) Se on yksilöllinen elämäntapahtuma, joka sisältää monimutkaisia psykologisia ja fysiologisia prosesseja, eikä siten subjektiivisesti suodatettuna aina noudata suoraviivaisesti synnytyksen synnytysopillista kulkua (Joensuu 2023, 15). Synnytyskokemuksella on lukuisissa tutkimuksissa todettu olevan kauaskantoisia seuraamuksia mm. äidin psyykkiseen hyvinvointiin, suhtautumiseen syntyneeseen lapseen sekä tuleviin raskauksiin ja synnytyksiin (mm. Joensuu 2023; Piensoho 2001; Klemetti & Raussi-Lehto 2016; Kalvas 2017). Myös isien/puolisoiden kokemuksista on viime vuosina oltu enenevässä määrin kiinnostuneita: niiden kuuleminen ja selvittäminen edistää hoitotyön kehittämistä entistä perhekeskeisempään suuntaan. Hoitohenkilökunnan antama empaattinen tuki ja huolten todesta ottaminen tekevät siirtymän miehestä isäksi helpommaksi ja sulavammaksi, jolla puolestaan on suotuisa vaikutus koko perheen hyvinvointiin (Poh, Koh & He 2014).

Kokemus ilmiönä kiinnostaa monien eri tieteenalojen tutkijoita. Kokemukset ovat keskeinen osa inhimillistä vuorovaikutusta ja värittävät kaikkea toimintaamme: niistä voi oppia, mutta ne voivat myös haavoittaa. Tieteellisesti tarkasteltuna ihmiselle lajityypillistä on, että se pystyy sanallistamaan kokemuksiaan. (Hyyppä, Kiviniemi, Kukkola, Latomaa & Sandelin 2015.)

Vuonna 2018 Maailman terveysjärjestö julkaisi uuden ohjeistuksensa hyvästä synnytyksen hoidosta. Siinä synnytyskokemus nostettiin nyt muun hyvän hoidon ohella entistä keskeisempään osaan määrittelemällä positiivinen kokemus sellaiseksi, joka täyttää tai jopa ylittää naisen aiemmat henkilökohtaiset uskomukset ja odotukset. (WHO 2018, 10.) Synnyttäjän kokemusta pidetäänkin nykyään yhtenä tärkeimmistä hoidon laadun mittareista, ja sillä on todettu

olevan yhteyttä jopa syntyvyyteen (Joensuu 2023, 5), joka on maassamme tällä hetkellä ennätysellisen alhaisella tasolla koronavuosien aiheuttaman hetkellisen elpymisen jälkeen. Suomessa Sosiaali- ja terveysministeriö on ohjeistanut Seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelmassaan hyvästä syntymän hoidosta muun muassa että jokaisella tulee olla mahdollisuus synnytyskokemuksen läpikäymiseen (Klemetti & Raussi-Lehto 2013).

Usein synnytyskokemus muuttaa muotoaan läpi elämän erilaisten kokemusten, oivallusten ja uusien raskauksien myötä. Ei liene olemassa yhtä tiettyä oikeaa aikaa käydä läpi synnytystä, vaan siihen voi palata vielä vuosien ja vuosikymmentenkin jälkeen. Itse halusin toteuttaa tämän hankkeen perheiden kanssa, joille kokemus oli vielä tuore, jottei mielikuvia olisi tarpeen herätellä kaukaa menneisyydestä. Oletukseni oli, että he voisivat hyötyä tästä toiminnasta sen edistäessä synnytyksestä palautumista tunnetasolla ja tukiessa vanhemmaksi kasvun prosessia.

Synnytyskokemusta on lähestytty tutkimuksissa usein siitä näkökulmasta, mitkä tekijät vaikuttavat siihen, muodostuuko kokemuksesta positiivinen vai negatiivinen (ks. esim. Addler, Rahkonen & Kruit 2020; Johansson & Finnbogadottir 2019; Joensuu 2023). Tavanomainen tapa käydä läpi synnytyskokemusta on kättilön kanssa käytävä synnytyskeskustelu, jota tarjotaan kaikille ennen sairaalasta kotiutumista. Keskustelun olisi hyvä sijoittua hoitajakson loppupuolelle, jotta kokemusta olisi ehtinyt hieman jo jäsenellä. Sen tarkoitus on käydä läpi, selkiyttää ja palauttaa mieleen synnytyksenaikaisia tapahtumia sekä antaa tilaisuus purkaa tunteita ja ajatuksia. Keskustelun avulla on myös tarkoitus tunnistaa ne henkilöt, joiden synnytyskokemus on ollut negatiivinen tai suorastaan traumaattinen, ja tarjota heille tehostettua tukea ja jatkohoitoa. Ihanteellisinta olisi, jos synnyttäneen perheen kanssa keskustelua kävisi synnytystä hoitanut kättilö. Usein käytännössä tämä ei ole kuitenkaan vuorotyön luonteesta ja niukoista ajankäytöllisistä resursseista johtuen mahdollista. Hoitohenkilökunnan vähyys, ajoittain ruuhkautuva potilastilanne ja lyhyet hoitoajat vaikuttavat siihen, paljonko keskustelulle on todellisuudessa aikaa ja kuinka syvälliseksi se muodostuu.

2.2 Sanataide ja korvarunot

Kehittämistyöni keskeisiin käsitteisiin kuuluu sanataide ja sen erityinen ilmentymä korvarunous. Sanataiteilija Hanna Dufva määrittelee sanataiteen vuorovaikutukselliseksi elementiksi, jonka avulla tyydytämme kohdatuksi ja ymmärretyksi tulemisen perustarvetamme. Taidelajina sanataide ei mahdu mihinkään tiettyyn muottiin tai lokeroon, vaan jokaisella on lupa ymmärtää se tavallaan. Sanat lähtevät kehosta: keho reagoi eri sanoihin ja lauseisiin eri tavoin. Sanataidetta voikin tuottaa paitsi sanoin myös kuvin tai kehollisesti, ja se voi olla paitsi ilmaisua ulospäin myös tiedostamista, ajattelua tai arvostavaa kuuntelua. (Dufva 2021, 31–33.)

Sanataiteessa korostuvat omaäänisyys ja merkitysten löytäminen. Sanataiteellinen toiminta sopii kaikenikäisille ja -taitoisille toimijoille, sillä sen lähteinä toimivat leikki, luovuus, monitaiteisuus ja elämyksellisyys. Sanataide sallii jokaisen käyttää omaa kieltään ja kielellisyyttään omalla tavallaan tullakseen kuulluksi ja nähdyksi. (Luokomaa & Mäkinen 2020.)

Sanataiteessa oleellista on tunteiden ja ajatusten sanoiksi pukeminen ja jakaminen. Sanataiteellinen toiminta peilaa osallistujan psyykeä ja tunne-elämää ja hakee aineksensa alitajunnasta ja luovasta tietoisuudesta. (Hurmerinta 2018, 56.) Geneerisesti sanataide on lähellä luovaa kirjoittamista. Se on mielikuvitusta herättelevää leikkiä sanoilla, jolla tavoitellaan usein jotakin esteettistä tai muulla tavoin taiteellista tuotosta.

Sanataide on kattokäsite, jonka sisälle mahtuvat mm. sanataideopetus, sanataidekasvatus ja soveltava sanataide. Sitä voidaan pitää yhteisnimityksenä monenlaisille suullisille tai kirjallisille, kielellisille tuotoksille, teoksille ja yksilöllisille tai yhteisöllisille prosesseille. Kiinnostus sanataiteen opetukseen on kasvavaa, ja sanataide sisältyykin nykyään perusopetussuunnitelmaan aina varhaiskasvatuksesta toisen asteen koulutukseen, mutta alalta puuttuu yhä edelleen opettajuuteen pätevä koulutusväylä, ja siksi akateemista tutkimusta alalta ilmestyy niukasti. Sanataiteen ohjaamisen koulutusta järjestävät tällä hetkellä lähes yksinomaan kolmannen sektorin toimijat:

kesäyliopistot, sanataidekoulut ja -yhdistykset ja niiden taustaorganisaatiot, mutta työtä tehdään aktiivisesti ammattiin pätevöittävän koulutuspolun ja tutkintonimikkeen aikaan saamiseksi. (Vähämaa 2022.)

Korvaruno on Turun Sanataideyhdistyksessä vuonna 2010 Hymykuopat-hankkeen yhteydessä kehitetty sanataidemetodi. Kyseisessä hankkeessa kehitettiin vanhussanataiteen menetelmiä: sanataideohjaajat pitivät työpajoja ja laativat runoja myös yksilötyönä mm. Kaskenlinnan sairaalassa ja Kotikunnaan palvelukeskuksessa. Korvaruno on hetki, jossa toinen saa puhua ja toinen kuuntelee. Tämän jälkeen kuuntelija laatii puheesta runon tekemiensä muistiinpanojen avulla ja lukee sen ääneen puhujalle. Sanoja voi järjestellä uudelleen, korostaa tai jättää pois, muttei lisätä mitään omaa. Valikoinnin ja järjestelyn tarkoituksena on tehdä runosta puhujansa runo. Kirjurin ei pidä johdatella puhujaa liikaa, vaan antaa asioiden nousta ihmisestä itsestään. (Harju & Vähämaa 2019.)

Korvarunot ovat muodoltaan lähimpänä *proosarunoja*: ne eivät ole säkeistömuotoisia eivätkä noudata alku- tai loppusointuja, riimejä tai runomittaa. Niille on tyypillistä hyödyntää tarinallisuutta ja kieli on usein melko arkista. Proosaruno näyttää proosalta mutta *maistuu runolta*. (Parkko 2012, 145.)

Korvarunotyöskentely sivuaa kirjallisuusterapeuttista työskentelyä siinä, että kumpikin menetelmä voi auttaa oivaltamaan ja ymmärtämään asioita oman elämän tapahtumista ja itsestään. Kirjallisuusterapeuttisen työskentelyn tunnusmerkit täytyvät silloin, kun varsinaisen kirjoittamisen lisäksi heränneistä tunteista ja ajatuksista vielä keskustellaan ohjatusti yhdessä (Strandén-Mahlamäki 2008, 9–11). Eroavaisuudet tulevat kuitenkin näkyvimmin esille siinä, että korvarunoja eivät kirjoita kohdehenkilöt itse, vaan ”ulkopuolinen” runokirjuri. Myöskään korvarunojen laatiminen ei niinkään tähtää muutokseen kertojan ajattelussa kuin kuulluksi tulemisen kokemukseen, eikä siten luotaa yhtä syvälle kuin kirjallisuusterapia.

2.3 Taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutukset

Kulttuurihyvinvoinnilla viitataan kokemukseen siitä, että taide- ja kulttuuritoimintaan osallistumisella on hyvinvointia edistävä vaikutus. Osallistuminen tai *osallisuus* voivat tarkoittaa niin taiteen tekijänä kuin kokijanakin olemista. Kulttuuri on ihmiseen sisään rakennettu ja siten ikään kuin läpäisee kaikkea inhimillistä toimintaa. Kulttuurihyvinvoinnin käsitteeseen sisältyy paitsi kulttuuri yhteisöllisenä ilmiönä, myös yksilön mahdollisuus toteuttaa kulttuurisia tarpeitaan ja oikeus saavutettavaan kulttuuriin. (Viherlampi & Rosenlöf 2019, 20–39.)

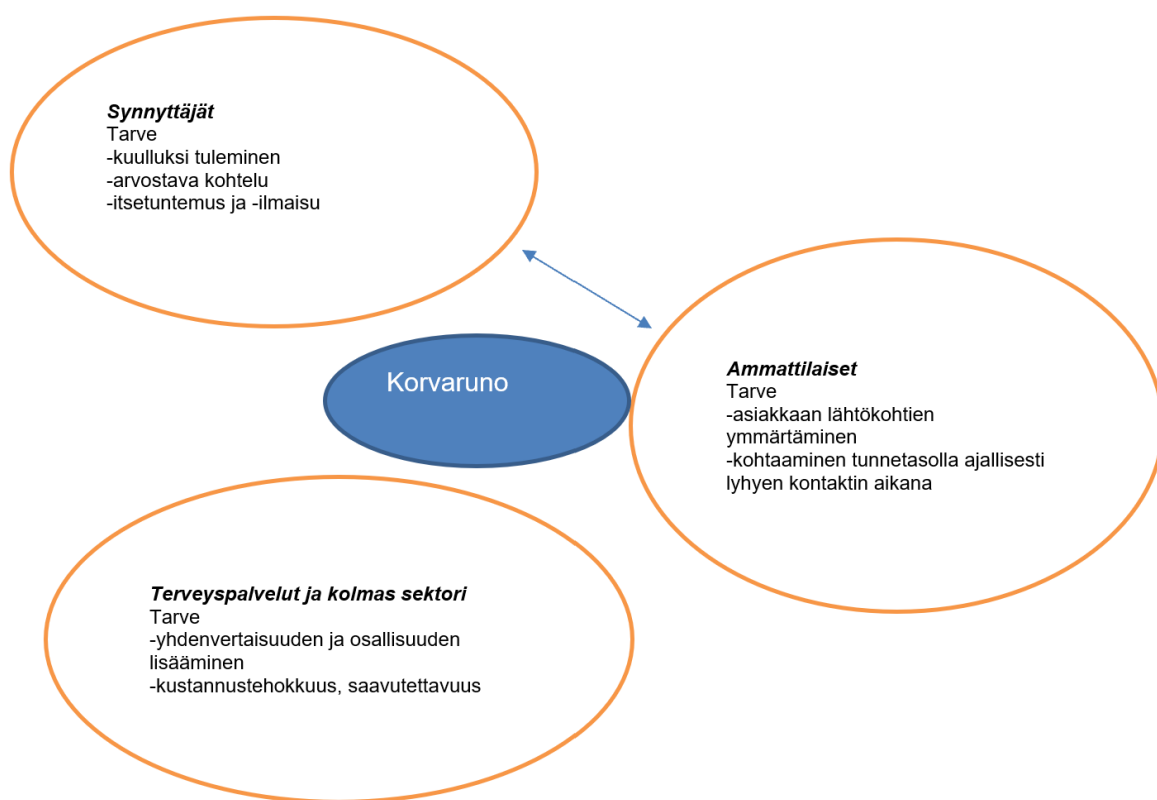
Johdonmukaista työtä kulttuurihyvinvointialan vahvistamiseksi on tehty Suomessa jo noin kaksi vuosikymmentä, mutta suurimmat edistysakeleet saavutettiin vasta viime vuosikymmenen taitteessa. Esimerkiksi kulttuuritoimintalaki vuodelta 2019 velvoitti kuntia taiteen ja kulttuurin edistämiseen osana kuntalaisten hyvinvoinnin palveluja ja kehotti alan toimijoita yhteistyöhön. Taikusydän-niminen verkosto perustettiin vuonna 2016 (Taikusydän 2024) kokoamaan ja jakamaan tietoa, koordinoimaan alan tutkimusta ja auttamaan ammattilaisia verkostoitumaan. WHO:n julkaisema selvitys (Fancourt & Finn 2019) taidetoiminnan vaikuttavuudesta osoitti selkeän yhteyden kulttuuriin ja taiteeseen osallistumisen ja koetun paremman fyysisen ja psyykkisen terveyden välillä.

Taiteeseen ja kulttuuriin osallistumisen tiedetään edistävän terveyttä ja onnellisuutta. Esimerkiksi sairaalapotilailla taidetoiminnan on todettu mm. lievittävän stressiä ja ahdistusta, lisäävän potilastyytyväisyyttä ja parantavan kommunikaatiota hoitohenkilökunnan kanssa (Fancourt ym. 2019, 46).

Taidetoiminnalla voidaan saavuttaa pinnanalaista ymmärrystä ilmiöistä, jotka vaikuttavat potilaan kokemukseen hoidosta (Fontein-Kuipers ym. 2018). Se luo mahdollisuuksia edistää toimijuutta, viestiä ja sanoittaa asioita uusin tavoin, kuten hoitolaitoksissa asuvien vanhusten parissa toteutettu toiminta on osoittanut (Harju & Vähämaa 2019).

2.4 Taide- ja runotyöskentely eri konteksteissa

Taidetyöskentelyn etuna on, että lyhyessäkin ajassa voidaan saavuttaa tunnetasolla syvällisempi kohtaaminen kuin vaikkapa terveydenhuollossa perinteisemmän toimintatavan, haastattelun, keinoin. Asiakkaan näkökulmasta taidelähtöisen toiminnan avulla yksilö/avunsaaja voi kartuttaa itsetuntemustaan, tulla tietoisemmaksi omista todellisista tarpeistaan ja sitä myöten kuulluksi paremmin, koska ilmaisua ei rajoiteta esimerkiksi kysymällä vain tiettyjä asioita, jotka kysyjä on ennalta määrittänyt. Palvelujen tuottajan kannalta taas etuna voitaneen pitää sitä, että taidelähtöinen toiminta on usein kustannuksiltaan edullista verrattuna vaikkapa terveydenhuollossa käytettävään laitteistoon: pienimmillään kustannuksia syntyy vain palkkakulujen verran. (Kuva 1.) Haasteeksi sen sijaan voivat muodostua asenteet taidetyöskentelyä kohtaan, ajan puute ja niukat resurssit, joita tarvittaisiin mm. henkilökunnan kouluttamiseen.



Kuva 1. Taidetyöskentely asiakkaan ja ammattilaisen kohtaamisen välineenä.

Lähde!–hankkeessa työskennellyt teatteritaiteilija Sanna-Maija Karjalainen tietää, miten monet saattavat vierastaa sanaa “taide”. Hän kokeekin, että koko aihepiirin ympäriltä tulisi poistaa tarpeeton mystiikka. Taide on ennen kaikkea kokemista ja jakamista, se on ollut olemassa kaikissa yhteisöissä ja kulttuureissa koko ihmishistorian ajan, ja vain mielikuvitus on rajana, kun kokemuksia jaetaan taiteen keinoin. Kaikilla tulisikin olla useita kanavia itseensä ja mahdollisuudet ilmaista itseään taiteen suomina keinoja hyödyntäen. (Karjalainen 2021, 5–7.)

Runotyöskentelyä on tutkittu muun muassa mielenterveysomaisten hyvinvoinnin tukena (Kaitakorpi 2018), saattohoidossa (Davies 2018) ja dementiaa sairastavien parissa (Swinnen 2016). Tulokset osoittavat, että runotyöskentely voi mahdollistaa vertaistuen, tuottaa monenlaisia tunnekokemuksia, auttaa rakentamaan vuorovaikutusta, toimia ilmaisukeinona ja tunteiden tulkkina. Runojen avulla voi löytää merkitystä, lohtua tai nautintoa.

Lastensuojelulaitoksessa asuvien nuorten kanssa tehtävän runotyöskentelyn on todettu auttavan nuoria löytämään tunneyhteyden vaikeisiin tai muuten tavoittamatta jääviin kokemuksiin. Kun runoa käytetään hoidolliseen tarkoitukseen, sen tulisi aihepiiriltään käsitellä perustunteita kuten pelkoa, rakkautta tai toivoa. Runon kirjoittamisen kautta voi työstää vaikeita kokemuksia, se voi auttaa tunteiden nimeämisessä ja käsittelyssä, kannustaa selviytymään ja luomaan positiivisia mielikuvia. (Sutinen 2011, 131–135.)

Hollantilaistutkimuksessa haastateltiin naisia, joilla oli subjektiivinen kokemus traumaattisesta synnytyksestä. Nauhoitetut haastattelut analysoitiin ja niistä poimittiin minä-muodossa olevia lauseita. Lauseet kerättiin eri teemoihin ryhmiteltyinä yhteen ”minä”-runoiksi ja niistä koostettiin lyhytanimaatioelokuva. Tavoitteena oli tuoda näkyväksi synnytyskokemukseen kielteisesti vaikuttavia tekijöitä tai toimintatapoja, joita hoitokulttuuria kehittämällä voitaisiin poistaa tai lieventää. (Fontein-Kuipers ym. 2018.)

Vuonna 2018 toteutettiin Kuopiossa Alfred Kordelinin säätiön tuella kaksiosainen sanataideprojekti *Äidin taskussa*. Ensimmäisessä vaiheessa

synnyttäneistä äideistä koostunut sanataideryhmä kokoontui 9 kertaa, ja tapaamisissa työskenneltiin itsenäisesti ammattilaisten avustuksella mm. kirjoittaen sekä muita taidemuotoja hyödyntäen. Tavoitteena oli auttaa osallistujia havainnoimaan itseään ja kokemuksiaan, tarkastelemaan niitä uusin silmin sekä jakamaan niitä muiden kanssa. Vertaistuen merkitys kiteytyy ja korostuu projektin vetäjän, taidekasvattaja Riikkamaria Korhosen kommentissa: ”Kun vierellä kulkemisen ja sanallistamisen kautta yksilön kokemus voikin olla yhteistä”. (Äidin taskussa-blogi 2018.)

Myös Satasairaalan Satakulttuurien-hankkeeseen osallistuneet kokivat saaneensa taidetoimintaan osallistumisesta hyvän mielen lisäksi uusia näkökulmia omaan itseensä. Itsemyötätunto ja elämän merkityksellisyyden havaitseminen nousivat esiin osallistujilta saadussa palautteessa. (Lähteenlahti 2023, 160–161.)

Australialainen integroiva kirjallisuuskatsaus (Crane, Buultjens & Fenner 2021, 325–334) tarkasteli kuutta tutkimusta, joissa oli käytetty taidelähtöisiä menetelmiä raskausaikana tukemaan siirtymää äitiyteen. Tulokset osoittavat, että odottajat itse kaipaavat enemmän henkistä ja sosiaalista tukea, apua monimutkaisten tunteiden käsittelyyn ja siteen luomiseen syntymättömään lapseen, ja taide ja luova ilmaisu voi auttaa tässä. Kuulluksi tuleminen on voimaannuttava kokemus. Katsauksessa löytyi näyttöä siitä, että taidetoimintaa tarvitaan täydentämään olemassa olevia äitiyshuollon toimintamuotoja.

Koneen Säätö oli vuonna 2019 myöntänyt yksivuotisen apurahan synnytyskokemuksia käsittelevälle podcast-sarjalle. Kätilöille suunnatussa ammattijulkaisussa kerrottiin postdoc-tutkija Kaveri Mayran intialaisten naisten synnytyskokemuksia käsittelevästä tutkimuksesta, jossa aineistoa oli kerätty muun muassa body mapping- tekniikkaa käyttäen. Meillä suomalaisessa hoitokulttuurissa ja hoitotyön tutkimuksessa tämän tapaisten menetelmien käyttö aineiston keruussa on vielä melko vähäistä, mutta sen soisi lisääntyvän.

3 Kehittämishankkeen toteutus

3.1 Tavoitteet

Taidelähtöiset menetelmät, joihin runouskin kuuluu, on yleiskäsite eri taidemuotoihin pohjaaville työskentelytavoille, joiden tavoitteena voi olla esimerkiksi luovuuden herätteleminen ja oivallusten aikaan saaminen. Menetelmillä voidaan pyrkiä myös vaikuttamaan tai saamaan aikaan muutos osallistujien ajattelussa tai toiminnassa. Taidelähtöisessä toiminnassa itse tuotosta tärkeämpänä pidetäänkin sitä prosessia, minkä toiminta sysää liikkeelle osallistujassa. (Lehikoinen & Vanhanen 2017, 10.)

Tavoitteenani oli opinnäytetyössäni tutkia ja kokeilla sanataidetta, ja nimenomaisesti korvarunometodia, synnytyskokemuksen sanoittajana sekä kohtaamisen ja vuorovaikutuksen vahvistajana. Korvarunohetkien tarkoitus ei siten ollut toimia minään "terapeuttisena interventiona", vaan taidelähtöisenä ja empaattisena kuuntelumenetelmänä, joka mahdollistaa hetkeen pysähtymisen.

Halusin runojen kautta kunnioittaa synnyttäjiä ja heidän puolisoitensa kokemusmaailmaa. Isien ottaminen mukaan kehittämistoimintaan oli myös tietoinen kannanottoni yhdenvertaisuuden puolesta, sillä vaikka hoitokulttuuriamme on kehitetty perhekeskeisempään suuntaan, ovat isät yhä vaarassa jäädä syrjään tai ainakin heikommin huomioituiksi erityisesti raskausajan ja lapsen syntymän yhteydessä (vrt. Isätyökirja 2020, 24–25).

3.2 Opinnäytetyön lähestymistapa

Kehittämistyössäni on kyse taideperustaisesta toimintatutkimuksesta. Siinä tutkimusaineisto kerätään taiteellisia työtapoja käyttäen yhteisön jäsenten osallistuessa aktiivisesti prosessiin. Taideperustainen toimintatutkimus ja taiteellinen tutkimus ovat lähellä toisiaan, mutta siinä missä taiteellinen tutkimus on usein osa taiteilijan omaa luovaa prosessia ja pyrkii taiteellisen ilmaisun kehittämiseen, on taideperustaisen toimintatutkimuksen tavoitteena tyypillisesti

käytännön työmenetelmien kehittäminen ja tiedon tai ymmärryksen lisääminen tutkimuksen kohteena olevasta aiheesta. Taideperustaisessa tutkimuksessa tutkija on usein itse osa toimintayhteisöä. Myös tuloksia on tässä tutkimusperinteessä mahdollista välittää taiteen keinoin. (Jokela & Huhmarniemi 2020, 39–47.)

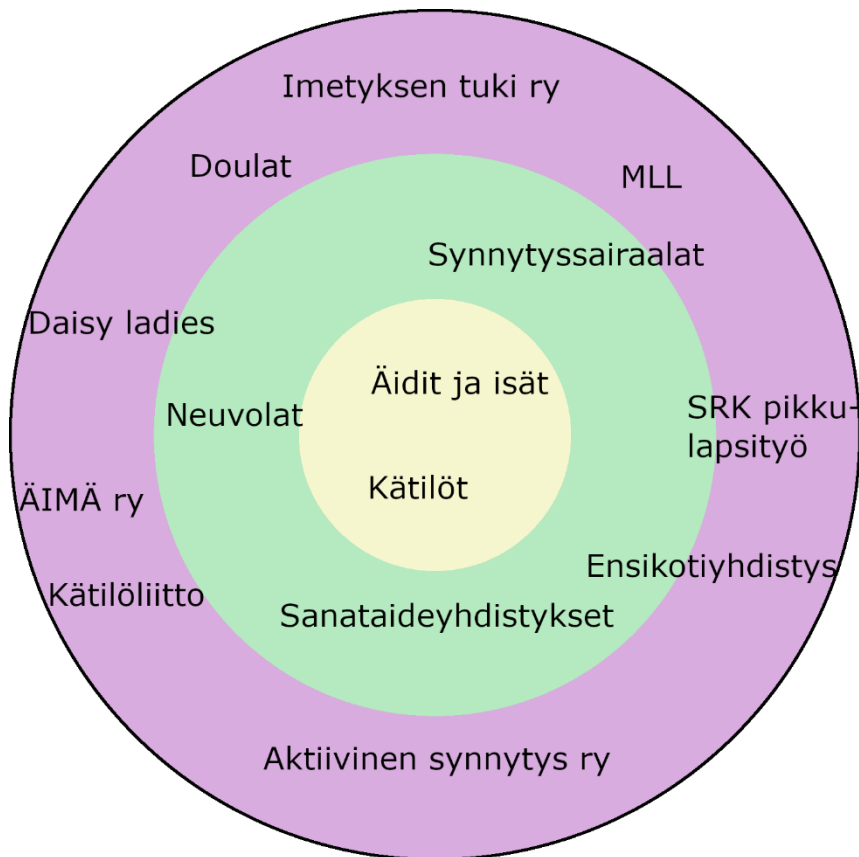
Työni lähtökohtana on kokeileva kehittäminen. Sen avulla tavoitellaan käytännön tietoa esimerkiksi uusien innovatiivisten palvelujen pohjaksi tai organisaation toimintatapojen muovaamiseksi uuteen suuntaan. Kokeileminen edellyttää rohkeutta ja tietynlaista riskinottoa: jalkautumista ihmisten pariin, usein vielä keskeneräistenkin ideoiden täytäntöönpanoa ja samanaikaista palautteen vastaanottamista. (Hassi, Paju & Maila 2015, 8.)

Kehittämistyössäni pyritään synnyttäjän hoidon kehittämiseen taidetoiminnan avulla. Taide toimii välineenä sellaisen tiedon keräämisessä osallistujilta, joka perinteisillä tiedonhankintamenetelmillä jäisi tavoittamatta. Patricia Leavyn mukaan (2020, 84–110) tulosten esittely runollisessa muodossa voi olla laajalle yleisölle perinteistä akateemista tutkimusaineistoa saavutettavampaa. Uskon hänen tarkoittavan tällä sitä, että runous voi olla akateemista tekstiä helppolukuisempaa ja puhuttelevampaa.

3.3 Suunnitteluvaihe

Listasin aluksi tämän kaltaisesta toiminnasta mahdollisesti kiinnostuneita tahoja, ns. sidosryhmiä (kuva 2). Näitä olivat luonnollisesti odottajille ja vauvaperheille työtään kohdentavat järjestöt ja terveydenhuollon yksiköt. Pidin mahdollisena, että jokin näistä tahoista olisi voinut jopa haluta toimia tilaajana opinnäytetyölleni. Sanataiteilijuuteni ollessa vasta alkumetreillä päädyin kuitenkin pysymään tietyllä tapaa tutulla maaperällä suuntaamalla toiminnan työni kautta tapaamilleni henkilöille. Tästä etenin aiheen ja osallistujien rajaukseen: rajasin pois ne henkilöt, jotka eivät kyenneet kertomaan kokemuksistaan suomen kielellä, koska koin ettei oma kielitaitoni riittäisi muotoilemaan runoja muulla kuin omalla äidinkielelläni. Ensin mielessäni oli

kirjoittaa korvarunoja sekä jo odotusaikana että synnytyksen jälkeen. Tällöin olisin kuitenkin joutunut etsimään osallistujia esimerkiksi sosiaalisen median kautta, minkä koin haasteellisena. Olin kiinnostunut kokeilemaan myös ryhmätyöskentelyä, runojen laatimista yhteisötaiteena vaikkapa neuvoloiden perhevalmennuksen yhteydessä, mutta vähäisen kokemukseni vuoksi pidin helpompana ainakin alkuun keskittyä yksilötyöskentelyyn. Minulla ei myöskään ollut entuudestaan kontakteja neuvolaan ja se oli työskentely-ympäristönä vieras.



Kuva 2. Sidosryhmät.

Tutkimusluvan saatuni kävin kertomassa lapsivuodeosastojen henkilökunnalle mitä tulen tekemään, esittelemässä aikatauluani ja mitä toiminta vaatii heiltä (palautteiden vastaanottaminen ja välittäminen eteenpäin). Menetelmää harjoittelin vastikään synnyttäneillä ystävilläni. Laadin joukon apukysymyksiä siltä varalta, että haastateltavieni olisi vaikea keksiä mistä aloittaa, sekä palautelomakkeen, joka olisi helppo ja nopea täyttää eikä vaatisi osallistujilta

liikaa aikaa ja panostusta. Etsiessäni hyviä käytänteitä palautelomakkeen laatimiseen huomasin, että sanataiteellisessa toiminnassa, joka on usein ns. ruohonjuuritason toimintaa, ei ole samanlaista systemaattista palautteenkeruuperinnettä kuin vaikkapa terveydenhuollossa, joten mallia ei voinut ottaa muualta. Päätin käyttää avoimia kysymyksiä, jotta osallistujat olisivat vapaita sanomaan juuri sen, mitä haluavat, ja vastauksia voisi raportissa myöhemmin siteerata.

Valmistauduin runohetkiin perehtymällä mahdollisimman hyvin metodiikkaan ja käytännön työkaluihin sekä lukemalla esimerkkitapauksia toisten kokeiluista. Apua sain samaan aikaan suorittamieni sanataideopintojen ohjaajilta Jasmine Westerlundilta ja Hanna Dufvalta, jotka ovat molemmat kokeneita sanataiteilijoita ja tuottaneet sanataiteellisia julkaisuja.

3.4 Eettiset kysymykset

Kehittämistyötäni aloittaessani pohdin mm. seuraavaa: kenen tarpeelle aiheeni rakentuu, onko kyseessä todellinen olemassaoleva puute tai korjausta kaipaava toimintatapa, vai perustuuko toimintani vain omaan haluuni edetä oppimisprosessissani tai saada kokemusta sanataiteilijana? Tähän kysymykseen oli helppoa löytää vastaus: tarve oli selkeästi työelämästä esiin noussut ja todellinen. Vahvistusta tähän sain, kun kokeiluni herätti jo suunnitteluvaiheessa paljon kiinnostusta niin potentiaalisissa osallistujissa kuin kollegoissani hoitoalalla sekä sanataidepiireissä. Opinnäytetyön aiheen ja kehittämistehtävän valintaa puolsi myös se kulttuurihyvinvoinnillinen näkökulma, että oikeus taiteen tekemiseen ja kokemiseen tulee säilyä myös terveydenhuollon asiakkaina oltaessa.

Prosessin alkuvaiheessa epäilin omia kykyjäni ja mietin olinko haukannut liian suuren palan toimeen ryhtyessäni. Koin ristiriitaa vahvan kättilöidentiteettini ja tuoreen sanataiteilijaidentiteettini välillä – tunsin ikään kuin vain “esittäväni runoilijaa” ja minun oli toisinaan vaikea uskoa, että vetämäni runohetket edistäisivät kenenkään hyvää. Samanaikaiset sanataideohjaaja-opintoni, joissa

käsiteltiin muun muassa yhteisötaiteen etiikkaa ja traumasensitiivistä ohjauskieltä (ks. Dufva 2021), antoivat kuitenkin varmuutta siitä, että tietoni ja taitoni riittävät tämän projektin läpiviemiseen. Traumasensitiivisyys ohjaamisessa merkitsee lyhyesti ilmaistuna ihmisen menneisyyden ja aiempien kokemusten huomioon ottamista ohjaustilanteissa, joita runon laatimishetketkin tietyllä tapaa olivat.

Aiemmin opinnoissani olin törmännyt artikkeliin, jossa Outi Linnossuo (2019) toteaa, ettei taidelähtöisyys edellytä tekijäkseen taiteilijaa, vaan myös esimerkiksi sosiaali- ja terveysalan ammattilainen voi ottaa näitä menetelmiä haltuun. Koin aloittavani tätä kehittämistyötä samanaikaisesti tutulla maaperällä, mutta kuitenkin aivan uusin työvälinein, mikä teki perheiden kohtaamisista aivan erityisiä.

Menetelmän kokeileminen tapahtui hyvän tieteellisen käytännön periaatteita noudattaen: osallistumisen vapaaehtoisuutta korostettiin, osallistua voisi haluamallaan tavalla ja osallistumisen voi myös halutessaan keskeyttää tai perua. Anonymiteetti oli alusta asti osallistujille selvää. En kerännyt henkilötietoja, mutta osallistumista tarjotessani otin ylös äidin tai pariskunnan sukunimen, jonka perusteella pystyin tavoittamaan heidät osastolta synnytyksen jälkeen. Tämän tiedon poistin muistinpanoistani välittömästi runotuokion jälkeen. Korvarunoista ei ole mahdollista tunnistaa synnytystarinaansa kertoneita henkilöitä. Kaikki synnytyskokemukset eivät luonnollisestikaan olleet pelkästään positiivisia, mutta tällöin koin tietyllä tapaa toimintani entistä enemmän perustelluksi sen tarjotessa osallistujille yhden tilaisuuden lisää käsitellä, sanoittaa ja jäsentää tapahtunutta.

Osallistavat taideprosessit voivat aktivoida erilaisia tunnetiloja, myös tiedostamattomia ja ennalta-arvaamattomia, mikä on tärkeää muistaa erityisesti, kun toimitaan haavoittuvassa asemassa olevien ihmisten kanssa. Taidetoiminta saattaa avata tunnelukkoja, ja siten tuoda pintaan myös ahdistusta ja negatiivisia tunteita. Tämä on hyvä huomioida jo suunnitteluvaiheessa, jotta tunteet on mahdollista kohdata turvallisessa ympäristössä. (Lehikoinen & Vanhanen 2017, 11.)

Suojaavaksi tekijäksi koin tätä hanketta suunnitellessani pitkän kokemukseni ja ammattitaitoni raskaana olevien ja synnyttäneiden hoidosta, ja siltä pohjalta uskoin pystyväni luomaan osallistujille turvallisen ilmapiirin, jossa tunteitaan voi ilmaista. Tiesin myös osaavani neuvoa osallistujia avun piiriin, mikäli runoilu avaa jotakin sellaista, mistä he myöhemmin toivovat voivansa keskustella lisää.

3.5 Osallistujien rekrytointi ja runohetkien toteutus

Osallistujat valikoituivat sattumanvaraisesti, sillä kyselin kiinnostusta runojen laatimiseen työssä kohtaamiltani synnyttämään tai synnytyksen käynnistykseen saapuvilta, suomen kielellä kommunikoivilta odottajilta kesällä ja alkusyksyllä 2022 aina kun arvelin omien aikataulujeni mahdollistavan runojen laatimisen. Kaikki, joille korvarunon tekemistä ehdotettiin, olivat kiinnostuneita lähtemään mukaan. Aina hetket eivät kuitenkaan toteutuneet suunnitellusti: perheet olivat saattaneet kotiutua varhaisesti tai joskus esimerkiksi korona-ajan mukanaan tuomat eristyshoitokäytännöt tai muutokset synnytyksen käynnistämiseen liittyen sotkivat jo tehtyjä suunnitelmia. Osassa synnytyksiä olin itse ollut mukana hoitavana kätilönä, osaa perheistä taas tavannut vain lyhyesti ennen synnytystä. Koska toteutin runojen keruuta vapaa-ajallani, saattoivat myös synnytykset tapahtua sellaisena ajankohtana, ettei oma ajankäyttöni mahdollistanut synnyttäneiden tapaamista tuona lyhyenä aikana, jonka he synnytyksen jälkeen sairaalassa viettivät.

Tässä projektissa synnyttänyt äiti ja usein myös mukana ollut isä kertoivat kokemuksistaan kuvailemalla vapaamuotoisesti synnytystilannetta ja ajatuksiaan siitä. Runokirjurina saatoin toisinaan tehdä lisäkysymyksiä, kuten: *"Mitä tunsit, mitä koit? Muistatko jotain erityistä siitä mitä sanottiin tai mitä toivoit sillä hetkellä? Mitä ajatuksia mielessäsi oli, kun näit vauvasi ensi kertaa?"* Tein muistiinpanoja heidän puheestaan ja muotoilin siten syntyneestä materiaalista samalta istumalta, muutamassa minuutissa tekstin, jossa saatoin korostaa jotakin tiettyä kohtaa, muuttaa järjestystä tai jättää jotakin pois, mutten lisätä mitään omaa. Luin runon heti tuoreeltaan äidille/vanhemmille, jonka jälkeen vielä puhtaaksikirjoitin, tulostin ja liimasin sen korttipohjaan. Vanhemmat saivat

runot muistoksi hetkestä. Runohetket toteutuivat muutamaa poikkeusta lukuun ottamatta ensimmäisenä tai toisena synnytyksen jälkeisenä päivänä perheiden ja vastasyntyneiden osastolla.

Korvarunot voivat tyypillisesti olla hyvin lyhyitä ja ytimekkäitä, joskus jopa vain yksinkertaisia lausahduksia, mutta tässä yhteydessä niistä tuli pakostakin aika pitkiä johtuen synnytystarinoiden luonteesta. En tuntenut mitenkään voivani runokirjurina typistää perheiden kertomuksia joskus useiden vuorokausienkin mittaisista koettelemuksista ja tunnemyrskyistä muutama lauseeseen. Rajumpi karsiminen olisi tuntunut vähintäänkin vähättelevältä ellei jopa loukkaavalta.

Alkuun koin erityisen haastavaksi nimenomaan valinnan tekemisen: mitä osia kuulemistani kertomuksista sisällyttää runoon ja mitä jättää pois? Sain tähän korvaamatonta apua muun muassa sanataiteilija Jasmine Westerlundilta, joka kehotti tarinoita kuunnellessa etsimään tiettyä kohosteisuutta ja rytmiä. Karsinta alkoikin helpottua aika pian runoja tehdessä, korva alkoi jo kuulemaan ja erottelemaan kuulemaansa ja aivot prosessoimaan: tuo lause sopii loppuun, tämä alkuun, tuohon huutomerkki – tämä toteamus omaksi, erilliseksi säkeekseen. Näin runot saivat oman tulkintani kautta puhetapansa, lauserytminsä ja asettelunsa. Harju (2018, 114) puhuu siitä, miten korvarunon kirjoittaja ”järjestää ilmaisut mahdollisimman vaikuttavasti”, niin että ne ilmentävät arkisen puheen arvokkuutta.

Oma runonkirjoittamisen tapani muotoutui sellaiseksi, että pyrin tapahtumien kuvaamisen sijaan korostamaan tunneilmaisuja. Kirjaamieni runojen punaista lankaa kuvaa mielestäni hyvin termi *tähtihetki*, jota kirjallisuudessa käyttää mm. narratiivisen terapian asiantuntija Alice Morgan (2008, 141) viittaamaan lähtökohtaisesti kaikkiin tarinoihin sisältyvään voitokkaaseen hetkeen, jolloin pystyvyys ja onnistuminen tuovat hankalaan tilanteeseen valoa. Yritin sijoittaa kaikkiin runoihin tällaisen tähtihetken loppupuolelle runoa, pyrkien sillä aikaansaamaan luontevaa draaman kaarta.

4 Tulokset

4.1 Runoaineisto: taidetta ja synnytyskokemuksen kuvaaja

Runot avautuvat eri tavoin eri kuulijoille. Korvarunot eritoten ovat luonteeltaan sellaisia, ettei niitä tulisi ehkä yrittääkään avata: ne ovat sanoiksi puettuja hetkiä, intiimejä ja tilannesidonnaisia katkelmia kohtaamisista. Tässä kehittämistyössä korvarunot ovat sanataidetoiminnan tuotoksena syntyneitä taideteoksia. Ne muodostavat kuitenkin samalla myös aineiston, joka kuvaa toimintaan osallistuneiden synnytyskokemuksia ja jota olisi mahdollista hyödyntää tutkimusaineistona. Koska tämän kehittämistyön ensisijaisena tavoitteena oli menetelmän kokeilu ja kehittäminen, eikä niinkään sen tarkasteleminen mitä runot aineistona kertovat, en keskity tässä runoihin tutkimusnäkökulmasta. Se olisi kuitenkin mahdollista runoanalyysin keinoin: millainen on runon minä, mitä hän kokee ja tuntee? Mikä on runojen sävy, tilanne ja tunnelma, tapahtuuko tilanteessa muutos? Minkälaisia kielikuvia ja symboleja runoista löytyy?

Jotta menetelmän toimivuutta synnytyskokemuksen sanallistamisessa olisi mahdollista arvioida, on tässä yhteydessä kuitenkin tarpeen jonkin verran avata korvarunojen valaisemaa kokemusmaailmaa, minkä koen olevan helpompaa teemoihin jäseneltynä. Tässä luvussa nostan siis esimerkkinä esiin katkelmia korvarunoista havainnollistaakseni eri teemojen esiintymistä niissä.

4.1.1 Epätoivo

Lähes jokaisessa kuulemassani kokemuksessa nousivat esiin väsymys, kipu ja synnytyksen yllättävä rankkuus ja usein pitkäkestoisuus. Ehkä jo toista vuorokauttakin jatkuneiden supistusten jälkeen saatettiin todeta synnytyksen olevan vasta hädin tuskin käynnissä. Kertomuksia leimasi usein mielikuvissa valmistautumisen ja todellisen synnytystapahtuman välinen kuilu: mitään

vastaavaa ei ollut osannut etukäteen kuvitella. Runoissa puhuu pelonsekainen, epätietoinen minä, joka joutuu antautumaan kokemuksen armottomuudelle.

”Se on pitkä ja rankka tarina: aloitetaan alusta.”

”Kivunlievitykset olin miettinyt valmiiksi. Kuitenkin jotenkin kävi toisin.”

”Kuusi senttiä tuntui siltä, että enempää se ei tästä aukea. Epätoivo meinasi iskeä.”

”Jännällä tavalla luulin itse ohjailevani. Tätäkö tää onkin? Aika pitkä setti.”

”Koitin olla valmistautunut. Varmaan se hyvin menee! Osastolla kivut yltyy. Ei enää lepoa. Mitenkähän tässä käy, ei auta kuin kestää.”

”Vähän tiesi mitä odottaa, mutta ei kuitenkaan. Vaikeaa sietää kipua. Usko oli mennä, en pysty.”

”Oon kahdeksan senttiä auki. Sattui jo niin paljon. Hengittäminen? Siitä ei tule enää mitään.”

”Väsytys, valmiiksi jo liian iso. Pyysin: leikatkaa!”

4.1.2 Yhteinen kokemus

Synnytystarinoissa sykkähdyttävää oli se, miten kivusta ja epämukavuudesta huolimatta jaetulla kokemuksella tuntui monesti olleen puolisoita yhdistävä vaikutus, ja tutun ihmisen läsnäolo nostettiin tärkeäksi turvallisuutta luovaksi tekijäksi. Vaikka tukihenkilö ei välttämättä pystynyt konkreettisesti tekemään paljoakaan synnytyksen aikana, jo tietoisuus siitä että hän näkee ja kuulee samat asiat kuin synnyttäjä itse, auttaa. Runot olivat vakavia, mutta myös rakkaudentäyteisiä. Ajatusten keskittäminen syntyvään lapseen auttoi ja motivoi jaksamaan.

”Isä hyvänä tukena, pidättäen itsekin henkeä joka supistuksella. Meidän yhteispeli oli hienoa.”

”Intiimi kokemus, meille kahdelle yhteinen. Tiimityönä se tehtiin.”

”Saatiin jäädä keskenämme. Ai että tätä on odotettu.”

”Onneksi oltiin yhdessä.”

4.1.3 Vierellä kulkija

Kätilöiden antamaa tukea ja tsemppausta kiitettiin monessa keskustelussa. Kätilö piirtyi tarinoissa lujana ammattilaisena, auttajana ja ohjaajana, majakkana myrskyn keskellä. Luottamus henkilökunnan osaamiseen loi ilmapiirin, jossa rajulle kokemukselle uskalsi antautua. Synnytystä hoitavaa ammattilaista ja hänen antamaansa turvaa ja kannustusta on tutkittu paljon, ja sen on monissa tutkimuksissa osoitettu olevan merkityksellistä positiivisen synnytyskokemuksen luomisessa (ks. esim. Kalvas 2017; Martin ym. 2020).

”Neuvoja tulee kun tulee. Ehkä tekee jotain oikein.”

”Kätilö kehui kovin. Löytyi uusia voimia.”

”Ei hätää. Ei mitään inhottavaa. Tsempattiin ja kehuittiin: nyt ollaan loppusuoralla.”

”Luotettavissa käsissä. Hyvät kätilöt. Hyvää huolta meistä pidettiin.”

”Kätilö ei koskaan sanonut sitä: ”*Vielä viimeinen ponnistus*”. Mutta jotenkin hienosti hän sanoi. Mun on pakko pystyä, mä pystyn.”

4.1.4 Helpotus

Lähes kaikki osallistujat sanoittivat kokeneensa jossain vaiheessa suurta helpotuksen tunnetta, jotkut jo sairaalaan sisälle päästyään tai synnytyksen vihdoin pitkällisen yrityksen jälkeen käynnistyttyä, mutta etenkin loppupuolella synnytystä tai viimeistään lapsen synnyttyä. Runoissa esiintyi kielikuvia saarelle uimisesta ja kalaparven käymisestä jalkoihin sekä eufemismeja eli epämiellyttävän asian sanomista ikäänkuin lieventäen tai kiertäen. Myös

huumoria esiintyi: *“No, en ehkä heti huomenna tekis tätä uudelleen.”* Huumori voikin toimia eräänlaisena etäännyttäjänä ja suojata epämiellyttäviltä tunteilta.

”Helpotus. Täällä se tapahtuu. Synnytyssalin viileä ja hämärä rauhoittaa.”

”Ihan kuin olisin uinut saarelle, jossa ei tarvitse tehdä mitään. Kun tulee uusi aalto, on pakko hypätä kyytiin. Nyt tulee. Tuntui helpottavalta. Päästä aallon päälle. Saarelle lepäämään. Voimakas onnistuminen. Oli vaan tehtävä.”

”Ja sitten helpotus. Tahdonvoima. Täällä se vauvan pää jo näkyy. Kaikki menee sittenkin oikein.”

”Lopulta kaikki meni kuin vettä vaan. Ei ollut vielä kokonaan syntynyt kun kurkkasin: sieltä sitä tullaan!”

”Huh, syntyi jo. Aamuyöllä sain pään tyynyyn.”

”Tunne, että nyt voisi vaikka maratonin juosta.”

4.1.5 Ihastus

Kaikissa runotuokioissa nousi esiin yksi teema ylitse muiden: tuleva pienokainen ja ensikohtaaminen hänen kanssaan. Puhujat, jotka aloittivat kertomuksensa jo odotusajasta, ilmensivät poikkeuksetta vauvan olevan kauan kaivattu ja odotettu: *“haluan vaan nähdä hänet, kuulla hänet, haluais hänet maailmaan mahdollisimman pian”*. Erityisesti mieleeni jäi eräs kertomus, jossa äiti kertasi synnytyksen loppuvaiheen epätoivon ja väsymyksen siivittämiä tuskallisia hetkiä, sitä seurannutta syntymän hetkeä ja ensiparkaisua ja kertoi halunneensa, ennen kuin vastasyntynyt nostetaan hänen syliinsä, sulkea silmänsä hetkeksi “nollatakseen” tilanteen ja voidakseen katsoa ensimmäistä kertaa lastaan vailla äskeisiä epämiellyttäviä mielikuvia. Hän kuvaili tapahtumaa sanoin: *“Hetken pidin silmiä kiinni.”* Tuo lause jäi kaikumaan mieleeni niin, että päätin nimetä runoista koostuvan näyttelyn sen mukaan.

”Miten luonnolliselta tuntuukaan että nyt ne lapset on tässä. Ihana tunne. Aika ihastuneita ollaan heihin.”

”Jälkikäteen kirkastunut: sieltä tulee se kaikkein paras. Isän kanssa sylikkään: ihana näky!”

”Hassu olo. Onnen tunne. Kuka tämä tyyppi on?”

”Nyt hän on täällä. Tuhat kertaa ihanampi kuin kuvittelin. Niin pieni, etten aluksi uskalla nostaa, mutta nyt - en enää halua päästää irti.”

”Tää vauva on ihana. Haluais hänet maailmaan mahdollisimman pian. Alkoi tuntea, miten vauva liikkui ulospäin, hieno tunne. Tää vauva on ihana.”

”Pääsin heräämööön - löysin tytön isän iholta. Isin tyttö, prinsessa. Voimaa ja kiltteyttä.”

4.2 Palaute

Runoja kertyi kaikkiaan 19, joista 16:n katson olleen lähinnä äidin runoja, tosin osaan näistäkin saattoi isä antaa oman panoksensa: monesti puoliset kertoivat tarinaa yhdessä. Kaksi runoa kirjoitin yksinomaan isien kertomusten pohjalta ja yksi runoista oli sellainen, johon puoliset halusivat kumpikin antaa omat säkeistönsä. Sain välitöntä palautetta runohetkistä useimmiten suullisesti heti toiminnan yhteydessä. Nämä kirjasin ylös työpäiväkirjaani. Tämän lisäksi pyysin, että osallistujat antaisivat palautetta myös jälkikäteen paperisella palautelomakkeella (liite 1), jonka sai jättää kotiutumisen yhteydessä hoitajien kansliaan. Lomakkeet palautuivat sataprosenttisesti, vaikkakin osassa vain kiiteltiin hetkestä, eikä avattu kokemusta sen enempää tai tuotu esiin kehittämisehdotuksia. Palautteissa nousivat esiin kokemuksen jakamisen tärkeys, ilo kiireettömästä läsnäolon hetkestä ja muiston tallentamisesta tuoreeltaan, kokemuksen jäsentäminen, purkaminen ja sanoittaminen, sekä kuulluksi tuleminen. Moni esitti myös itse ajatuksen siitä, että runojen julkaiseminen esim. näyttelyn muodossa voisi toimia vertaistuellisena elementtinä oman yksilöllisen ja ainutkertaisen manifestinsa lisäksi, mikä tuki

omaa alkuperäistä suunnitelmaani. Taidelähtöisten menetelmien innostunut vastaanotto kuvastui mm. seuraavissa kommentteissa:

”Taide on aina tervetullutta ja inspiroivaa.”

”Uudenlaiset menetelmät ovat hyväksi yhteiskunnalle.”

”Koen itse sanat voimakkaina, ihana kokemus.”

Hoitokodeissa työskennelleet taiteilijat ovat kuvanneet taidetta tehdessä muodostuvan tasa-arvoista kohtaamista mahdollistavia hetkiä. Hoidettavat ja hoitajat ikään kuin saavuttavat taiteessa tilan, jossa heitä eivät hetkeen määritä tai kahlitse nämä tavanomaiset roolit ja tarvitsevuudet. Tästä puhuu muun muassa Timo Harju (2018, 112–113), yksi korvaruno-metodin kehittäjistä. Itsekin koin hetkittäin runoja tehdessäni ympäristön, sairaalahuoneen, menettäneen merkityksenä ja kadonneen taustalle. Sanat ja niiden luomat merkitykset lausuttiin ja otettiin vastaan jossakin sellaisessa yhdyspinnassa, joka oli olemassa vain tuota hetkeä varten.

Runohetket olivat monesti hyvin tunteikkaita. Kuulijat herkistyivät ja saivat myös minut runokirjurina ja ääneen lukijana itsekin herkistymään. Tätä kuvaavat hyvin seuraavat palautteet:

”Toisen (vieraan) henkilön lukemana omat sanat tuntuivat tosi voimakkailta ja herkistäviltä.”

”Oli koskettavaa kuulla runot ääneen luettuna.”

”Toimivaa hetkessä oli kättilön, joka keräsi runon osasia yhteen, lämmin ja rauhallinen läsnäolo.”

Etenkin ensimmäisen lapsensa saaneille korvarunon kuuleminen oli samalla ensimmäinen tilaisuus kuulla omaa ääntään vanhempana, minkä ajattelen

olevan merkittävää vanhemmaksi kasvun prosessissa. Kokemukseni mukaan oman, persoonallisen vanhempana olemisen tapansa löytäminen vahvistaa itseluottamusta ja vähentää synnyttäjien keskuudessa hyvin yleisesti esiintyvää huolta siitä, tuleeko koskaan vanhempana olemaan riittävän hyvä. Useassa palautteessa mainittiin myös synnytyskokemuksen avautuneen, jäsentyneen tai näyttäytyneen uudessa valossa.

”Runohetki auttoi jäsentelemään synnytyskokemusta paremmin.”

”Molemmat vanhemmat olimme erittäin iloisia ihanasta kohtaamisesta.”

”Hetki oli ihana ja antoi mahdollisuuden nähdä synnytyksen toisin silmin.”

”Haluan tallentaa kokemuksen myöhempiin hetkiin niin itselleni kuin lapselleni.”

Palautelomakkeella pyydettiin myös kehittämissuhteita. Korvarunojen tekemisen ajankohtaa olisi parissa vastauksessa siirretty hieman myöhemmäksi. Yksi vastaaja olisi kaivannut parempaa ohjeistusta runoa tehtäessä.

”Synnytyksen jälkeen olo oli todella väsynyt, oli vaikeaa kertoa niin nopeasti tuntemuksistaan.”

”Aluksi oli vaikea hahmottaa, millaisia kokemuksia runoon haetaan. En esimerkiksi aluksi tajunnut, että voin kertoa myös mitä näin ja kuulin.”

4.3 Lopputulos ja sen hyödyntäminen

Näen korvarunomenetelmän käytössä yhteneväisyyksiä narratiivisesta teoriasta sovellettuun narratiiviseen työtapaan. Siinä keskeisessä osassa ovat tarinat - se, millaisia tulkintoja teemme tapahtumista ja kokemuksistamme, ja millaisia merkityksiä niille annamme. Ihminen nähdään oman elämänsä asiantuntijana, jolla on kykyä ja taitoa muuttaa suhtautumistaan elämässä kohtaamiinsa

vaikeuksiin. (Morgan 2008, 12–13.) Samaan tapaan korvaruno toimii eräänlaisena karttana synnytyskokemuksen käsittelyyn: omat sanat toisen ihmisen uudelleen järjesteleminä ja rytmittäminä avaavat oven uusiin näkökulmiin ja tulkintoihin, ja epätoivon ja avuttomuuden kokemuksista ”voittajana” selviytyminen voi vahvistaa toimijuuden ja itseluottamuksen kokemusta ja antaa eväitä vanhemmuuden tuomiin tuleviin haasteisiin.

Runot julkaistiin sanataidenäyttelyn muodossa marraskuussa 2023 Majakkasairaalassa, jossa ne oli laadittukin, ja ne ovat edelleen esillä siellä tätä kirjoitettaessa keväällä 2024. Esittelytekstissä kuvattiin lyhyesti menetelmä ja taustoitettiin millä tavoin nämä nimenomaiset korvarunot oli kerätty. Näyttelyn kuvitus koostuu kollegani Riikka Marsin akvarelleista (kuva 3). Raskauden seurantaosastolta alkanut näyttely eteni perheiden ja vastasyntyneiden osastolle. Näyttelystä saamani palaute on ollut pelkästään positiivista. Olen saanut sitä suullisesti sekä hoitamiltani potilailta näyttelyn ollessa vielä omalla kotiosastollani että kollegoilta. Osa on kertonut yllättyneensä runojen lukemisen aiheuttamista tunnereaktioista. Näyttelyn tekstejä on pidetty koskettavina ja teemaa siinäkin mielessä ajankohtaisena että synnytyskokemuksen mittaamista ja mittaustulosten hyödyntämistä tutkitaan tällä hetkellä varsin paljon ja aihe on niin sanotusti ”pinnalla” juuri nyt. Näyttely tai sen osia toivotaan jäävän pysyvästi sairaalan seinille. On toivottu myös, että runoista voitaisiin painattaa pieni vihkonen, jota saisi lukea esimerkiksi osastoilla ja poliklinikkäkäynneillä odotushuoneissa. Itse haaveilen järjestäväni vielä runomachinean, jossa eri henkilöt voisivat lukea runoja yleisölle ääneen. Tämän voisi toteuttaa vaikkapa Majakkasairaalan alimman kerroksen upeissa, taiteen ympäröimissä avarissa aulatiloissa.



Kuva 3. Ote sanataidenäyttelystä.

Korvarunomenetelmä osoittautui varsin toimivaksi tässä kontekstissa, synnytykskokemuksen sanoittajana, jossa sitä tietääkseni ei ole aiemmin kokeiltu. Menetelmän avulla onnistuttiin paitsi suomaan osallistujille tilaisuus tulla kuulluksi erityisellä ja voimallisella tavalla, myös keräämään tietoa yksilöiden kokemuksista. Runot maalasivat synnytyksen jälkeistä mielenmaisemaa omalla ainutlaatuisella tavallaan ja voivat auttaa luomaan ymmärrystä synnyttäjien ja heitä hoitavien henkilöiden välille. Kokemusten jakaminen runonäyttelyn muodossa toi lisäksi menetelmän käytölle vertaistuellisen ulottuvuuden.

Korvarunomenetelmän kehittäjä Timo Harju (2018, 121–123) kokee, että menetelmää olisi todennäköisesti varsin mahdollista valjastaa ja juurruttaa ihmistyötä tekevien ammattilaisten käyttöön, jos se paketoitaisiin, määriteltäisiin alan käyttämällä kielellä ja panostettaisiin koulutusten järjestämiseen, mutta hän suhtautuu ajatukseen ristiriitaisesti. Ymmärrän hänen ajatustaan siitä, että toisaalta liika tuotteistaminen ja jalostaminen saattaa syödä tällaiselta herkältä ja minimalistisuudessaan nerokkaalta taidemuodolta osan sen hohdosta ja

arkipäiväistä sitä liikaa. Toisaalta toivoisin mahdollisimman monen saavan omakohtaisesti kokea menetelmän vaikuttavuuden.

Toivon pääseväni jatkossa kertomaan sanataiteen hyödyntämismahdollisuuksista esimerkiksi äitiyshuollon alueellisille koulutuspäiville ja mahdollisesti myös valtakunnallisille kättilöpäiville. Ammatillisesti tämän opinnäytetyön toteuttaminen on antanut itselleni eväitä kasvattaa rooliani taiteen ja kulttuurin edistäjänä ja puolestapuhujana tulevilla työkentillä, sijoittuvatpa ne sitten hoitotyön kehittämisen tai taiteen tekemisen ja opetuksen ympäristöihin.

4.4 Arviointi

Kehittämistyöni laajempi hyödynnettävyys tulee varmasti näkyville vasta viiveellä, sillä uusien menetelmien käyttöön ottaminen tai jatkojalostaminen vie luonnollisesti aikaa. Itse olen ilahtunut jo pelkästään siitä, miten monella taholla työni on herättänyt kiinnostusta – ajattelen sen olevan jo itsessäänkin pieni taiteellinen interventio. Jos aloittaisin työtä nyt, tällä sanataideohjauskokemuksella jota minulle on parissa vuodessa karttunut, saattaisin ottaa kunnianhimoisempia haasteita runoja laadittaessa – ottaisin mukaan esimerkiksi maahanmuuttajataustaisia synnyttäjiä, joiden äidinkieli ei ole suomi, ja saattaisin tehdä korvarunoja myös ryhmässä, yhteisötaiteena.

Taiteellista tutkimus- tai kehittämistyötä voidaan arvioida mm. seuraavan Patricia Leavyn teoksesta (2020, 104) vapaasti suomennetun kriteeristön mukaan.

Tieteelliset kriteerit

- syvyys
- autenttisuus
- totuudenmukaisuus
- eettisyys

- refleksiivisyys
- hyödyllisyys
- menetelmän kuvaamisen tarkkuus
- inhimillisen kokemusmaailman ymmärrys

Taiteelliset kriteerit

- moraalinen totuudellisuus
- ylevyys
- empatiakyky
- sosiaalinen oikeudenmukaisuus
- kuvaavuus

Runolliset kriteerit

- sisäistetty kokemus
- taiteellinen rikkaus
- yllätyksellisyys
- tarinallisuus
- muutostila/muodonmuutos

Työni toteutus tapahtui eettisyys huomioiden ja sen aineisto on autenttista. Olen pyrkinyt kuvaamaan käytetyn menetelmän ja sen toteuttamisen tarkasti ja totuudenmukaisesti. Uskon toiminnan yhteydessä tavoittaneeni ainakin häivähdyksittäin hoitotyön arkitodellisutta syvempiä kohtaamisen tasoja ja onnistuneeni inhimillisen kokemusmaailman tallentamisessa. Syntyneet runot nostavat synnytyskokemuksensa jakaneet yksilöt ainutkertaisen tapahtumasarjan subjekteiksi ja päähenkilöiksi, ja tarinallisuuden kautta mahdollistavat empaattisen myötäelämisen myös runojen lukijoille. Ne ilmentävät vanhempien mielensisäistä muodonmuutosta vielä syntymättömän

lapsen kantamisen vaihtuessa lapsen konkreettiseen näkemiseen ja sylissä pitämiseen. Kanssakehittäjäni, runoiluun osallistuneet vanhemmat, olivat ilahtuneita sekä heitä kohtaan osoittamastani kiinnostuksesta ja arvostuksesta että erilaisesta asiakaskokemuksesta terveydenhuollon ympäristössä. Kätilökollegani ja näyttelyssä käynyt yleisö olivat vaikuttuneita menetelmästä ja sillä aikaan saaduista tuotoksista.

5 Pohdinta ja johtopäätökset

Oma roolini tässä hankkeessa oli kaksijakoinen: toisaalta olin runoja synnyttävä taiteilija, toisaalta terveydenhuollon ammattihenkilö. Selkeästi näyttäydin osallistujille ensisijaisesti ammattilaisena, joka hoitaa synnytyksiä työkseen, ja toissijaisesti sanataiteilijana, joten he saattoivat toivoa kannanottoani synnytyksen hoitoon liittyviin asioihin tai pyytää vaikkapa imetysohjausta tai kotihoito-ohjeita runonlaatumistilanteissa. Vaikka runojen laatiminen tapahtuikin vapaa-ajallani, en saattanut olla noissa tilanteissa hyppäämättä taas sujuvasti kättilön työrooliin. Havaintoni vahvistivat myös ajatustani siitä monitoimijuudesta, mikä on vahvasti tätä päivää työmarkkinoilla: on osattava “vähän kaikkea” ja kyettävä muuntautumaan ja joskus vaihtamaan rooleja/näkökulmaa lennosta.

Aikataulullisia haasteita ilmeni projektin kaikissa vaiheissa: oli koronapandemiaa, työtaistelutoimia, henkilöstöpulaa, jonka johdosta jouduin monesti olemaan niin tiukasti kiinni perustyössä, ettei aika tai jaksaminen riittänyt kehittämisprojektin raportin kirjoittamiseen. Tämä prosessi kuitenkin vahvasti ajatustani korvarunometodin soveltuvuudesta monenlaisiin terveydenhuollon konteksteihin. Kiinnostavaa olisi jatkossa tehdä runoja perheiden kanssa jo odotusaikana: siitä mitä ajatuksia kohtuvauva ja tuleva synnytys herättää, erityisenä kohderyhmänä esimerkiksi itseäni sydäntä lähellä olevat synnytystä pelkäävät äidit.

On ilmeistä, että asiakkaan/hoidettavan äänen tuominen kuuluville tarvitsee monikanavaisuutta. Jatkossa tarvittaisiin mahdollisesti implementaatio-tutkimusta: miten taidetoimintaa voisi parhaiten järjestää odottajille – voitaisiinko esimerkiksi synnytyspelkovastaanottoa vetävät kättilöt tai jopa äitiysneuvoloiden työntekijät kouluttaa korvarunometodin käyttöön? Myös runojen tekeminen työntekijöiden kokemuksista synnytyksen hoitamisesta olisi varmasti antoisaa ja silmiä avaavaa, sillä nämä kokemukset eivät juurikaan tule kuulluksi ja sanoitetuksi missään koskaan. Toisaalta pohdin, viekö hoitotyöntekijöiden kouluttaminen käyttämään taidelähtöisiä menetelmiä leivän taiteilijan suusta. Taiteilijan työ ja siitä saatava korvaus on viime vuosien aikana puhututtanut,

sillä alalla vallitsi pitkään ns. palkattoman työn käytäntö eli ajateltiin taiteilijan tekevän taidetta vain sen tekemisen ilosta tai saavuttavan mainetta, nimeä tai tunnettuutta saadessaan työtarjouksia ja -mahdollisuuksia, jotka eivät kuitenkaan millään lailla edesauttaneet toimeentulon hankkimista. Nyt vihdoinkin ollaan pääsemässä tilanteeseen, jossa ymmärretään, että taiteilijan työstä ja luovasta työstä ylipäättään on maksettava rahallinen korvaus siinä missä mistä tahansa muunlaisestakin työstä. Hinta määräytyy mm. käytettyjen työtuntien (mukaan lukien valmistelutyö), tekijöiden määrän ja tarpeiston, työn vaativuuden ja taiteilijan ansioituneisuuden perusteella. Heikentääkö alan toimintaedellytyksiä, jos hoitotyön tekijät koulutetaan tekemään ns. taiteilijan töitä? Vai voivatko molemmat toimia rinnakkaiselossa, taiteilijan saavuttaessa enenevästi ja pysyvämmin asemaa osana hoitotyön ympäristöjä, ja hoitotyön tekijän saadessa lisää mielekkyyttä ja helpommin saavutettavia keskustelunavauksia työhönsä?

Hoitotyön kulttuuri on muuttunut paljon viime vuosikymmeninä. Aiemmin tarkkarajaisempi potilas-hoitaja-asetelma on muuttunut enemmän siihen suuntaan, ettei potilas ole enää pelkästään hoitotyön kohde, vaan ensisijaisesti ihminen erilaisine tarpeineen. Hoitaja puolestaan on monialainen asiantuntija, jolla on työkalupakissaan menetelmiä, tietoa ja taitoa, joita eri tilanteissa soveltaa rohkeasti ja innovatiivisesti. Tämän kehittämistyön toivon omalla pienellä panoksellaan osoittavan, että taiteella ja kulttuurilla on ehdottomasti paikkansa ja arvonsa osana tulevaisuuden hoitoympäristöjä. Toivon sen kenties toimivan inspiraation lähteenä ja rohkaisevan terveydenhuollon ammattilaisia ottamaan ennakkoluulottomasti käyttöönsä uusia menetelmiä asiakaskohtaamistensa tueksi.

Lähteet

Addler, K., Rahkonen, L. & Kruit, H. 2020. Maternal childbirth experience in induced and spontaneous labour measured in a visual analog scale and the factors influencing it. *BMC Pregnancy and childbirth* 7(2020): 1–7.

Crane, T. & Buultjens, M. & Fenner, P. 2021. Art-based interventions during pregnancy to support women's wellbeing. *Women and Birth* 34(2021): 325–334.

Davies, EA. 2018. Why we need more poetry in palliative care. *BMJ Support Palliative Care* Sep; 8(3): 266–270.

Dufva, H. 2021. Tiloissa ja tilanteissa. Esteettömyyttä ohjauksella ja vuorovaikutuksella. Kulttuurialan YAMK- opinnäytetyö. Turun ammattikorkeakoulu.

Eskola, K. & Hytönen, E. 2005. Naisen elämä ja hoitotyö. Helsinki: WSOY.

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

<https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/329834/9789289054553-eng.pdf>. Viitattu 13.3.2023.

Fontein-Kuipers, Y., Koster, D., Romijn, C., Sakko, E., Stam, C., Steenhuis, N., de Vries, D & van Willigen, I. 2018. I-POEMS – Listening to the voices of women with traumatic birth experience. Research article, Research Centre Innovations in Care and School of Midwifery Education. Rotterdam University of Applied Sciences. <https://www.alliedacademies.org/journal-of-psychology-and-cognition/>. Viitattu 15.4.2024.

Harju, T. 2018. Miten sanataidetyökalu syntyy? Teoksessa Ekström, N., Puikkonen, E., Suoniemi, K. & Anttonen, A. (toim.): *Sanataidetta on! Työtavat, tekijät ja teoria*. Turku: Kirjan Talo.

Harju, T. & Vähämaa, V. 2019. *Korvarunoja*. Helsinki: NTAMO.

Hassi, L, Paju, S. & Maila, R. 2015. Kehitä kokeillen. Organisaation käsikirja. Helsinki: Talentum Media Oy.

Hurmerinta, J. 2018. Sanojen voimauttava valta. Teoksessa Ekström, N., Puikkonen, E., Suoniemi, K. & Anttonen, A. (toim.): Sanataidetta on! Työtavat, tekijät ja teoria. Turku: Kirjan Talo.

Hyyppä, H., Kiviniemi, L., Kukkola, J., Latomaa, T. & Sandelin, P. 2015. Kokemuksen tutkimuksen ulottuvuudet. EPooki 9. Oulun ammattikorkeakoulun tutkimus- ja kehitystyön julkaisut.

Jakonen, O. & Lahtinen, E. 2019. Taide, kulttuuri ja hyvinvointi.

Hallitusohjelman kulttuurin kärkihankkeen arviointi: Prosenttitaiteen periaatteen laajentaminen yhteistyössä sosiaali- ja terveydenhuollon kanssa.

Kulttuuripolitiikan tutkimuskeskus Cuporen verkkojulkaisuja 53. Helsinki: Cupore.

https://www.cupore.fi/images/tiedostot/2019/karkihankeraportti_final.pdf. Viitattu 21.4.23.

Joensuu, J. 2023. Factors behind the childbirth experience – influence on future reproduction. Academic Dissertation. University of Helsinki.

Johansson, C. & Finnbogadottir, H. 2019. First-time mothers' satisfaction with their birth experience – a cross-sectional study. Midwifery 79(2019): 1–8.

Jokela, T. & Huhmarniemi, M. 2020. Taideperustainen toimintatutkimus soveltavan taiteen kehittämisen välineenä. Lapin yliopisto.

<https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/64234/Sivut%2038-61%20dokumentista%20LuontokuvausSoveltavanaTaiteena-5.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Viitattu 3.3.2024.

Kaitakorpi, M. 2018. Runot – Tunteiden tulkit: Runotyöskentely omaisen hyvinvoinnin tukena läheisen sairastuessa psyykkisesti. Terapeuttisen ohjaustoiminnan opinnäytetyö. Hämeen ammattikorkeakoulu.

Kalvas, A. 2017. Kätilön antama synnytyksen aikainen tuki. Teoksessa Tuomi, J. & Äimälä, M (toim.): Viisaat valinnat – terveenä raskaaksi, hyvä synnytys. Tampereen ammattikorkeakoulun julkaisuja. Sarja A. Tutkimuksia 22. TAMK.

Karjalainen, S. 2021. Kohtaamisen taidetta. Taiteilijoiden puheenvuoroja paikkariippumattomasta työstä kunnissa. Lähde!-hankkeen verkkojulkaisu 5/21. <https://www.kulttuurikauppila.fi/wp-content/uploads/2021/05/kohtaamisen-taidetta-2021-julkaisu-0521-lahde-hanke.pdf>. Viitattu 21.4.23.

Katajisto, K., Laitinen, A., Lappeteläinen, H. & Pitkänen, I. 2020. Isätyökirja. Isän näköinen-hanke, Miessakit Ry ja Suomen Setlementtiliitto.

Kielikompassi: Runoanalyysi. Jyväskylän Yliopisto. https://kielikompassi.jyu.fi/opetus/kirjoitus/kirjoituskurssi/anal_kaunok_runo.shtml.

Klemetti, R. & Raussi-Lehto, E. 2013. Edistä, ehkäise, vaikuta. Seksuaali- ja lisääntymisterveyden toimintaohjelma 2014–2020. Opas 33. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos.

Leavy, P. 2020. Method Meets Art. Arts-Based Research Practice. New York: The Guilford Press.

Lehikoinen, K. & Vanhanen, E. 2017. Johdanto. Teoksessa Lehikoinen, K. & Vanhanen, E. (toim.): Taide ja hyvinvointi. Katsauksia kansainväliseen tutkimukseen. ArtsEqual-hankkeen julkaisu. Taideyliopisto, Kokos-julkaisusarja 1/2017. <https://taju.uniarts.fi/handle/10024/7104>. Viitattu 8.8.2022.

Lilja-Viherlampi, L-M. & Rosenlöf, A-M. 2019. Moninäkökulmainen kulttuurihyvinvointi. Teoksessa Tanskanen, I. (toim.): Taide töissä. Näkökulmia taiteen opetukseen sekä taiteilijan rooliin yhteisöissä. Turun ammattikorkeakoulun raportteja 256.

Linnossuo, O. 2019. Toiminnallisten ja taidelähtöisten menetelmien soveltaminen sosiaalialalle tuo asiakkaita taiteen taikapiiriin. TALK-verkkolehti, Hyve 5.4.2019.

Luokomaa, S. & Mäkinen, E. 2020. Sanataidetta – miksi ja miten?
www.lukuliike.fi/sanataidetta-miksi-ja-miten. Viitattu 26.10.2023.

Lähteenlahti, O. 2023. Sanataide sote-ammattilaisen apuna. Kokemuksia Satasairaalan Satakulttuuriahankkeesta. Teoksessa Dufva, H., Salmirinne, M., Turunlahti, J. & Westerlund, J. (toim.): Sanataidetta on enemmän! Sanataide hyvinvointia rakentamassa. Turku: Kustantamo Kita.

Martin, C.J., Hollins, M., Martinez, L., Jimenez, M. & Colin, R. 2020. Measuring women's experiences of childbirth using the British satisfaction Scale. *British Journal of Midwifery* 2020:28(5), 306–312.

Morgan, A. 2008. Johdatus narratiiviseen terapiaan. Ilola: Kuva ja Mieli.

Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2019: 9. Tule luo taide. Taiteen prosenttiperiaatteen laajentamisen kärkihankkeen (2016–2018) loppuraportti.

Parkko, Tommi. 2012. Runouden ilmiöitä. Helsinki: Avain.

Piensoho, T. 2001. Äitiyden alkumetrit: naisten raskaudelle ja synnytykselle antamat merkitykset ja oppimiskokemukset. Väitöskirja, kasvatustieteellinen tiedekunta. Helsingin yliopisto.

Poh, H., Koh, S. & He, H-G. 2014. An integrative review of fathers' experiences during pregnancy and childbirth. *International Nursing Review* 61, 543–554.

Salonen, K. 2013. Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle. Turun ammattikorkeakoulun puheenvuoroja 72.

Strandén- Mahlamäki, T. 2008. Kirjallisterapeuttiset harjoitukset työvälineenä. Teoksessa Reijonen, M. & Strandén-Mahlamäki, T. (toim.): Oivaltava kohtaaminen. Menetelmiä ihmissuhdetyöhön. Helsinki: WSOY.

Sutinen, J. 2011. Runon hoidollinen merkitys nuoren kuntoutuksessa. Teoksessa Kuivasjärvi, A., Linnossuo, O., Sutinen, J., Leino, J., Tammi, T.,

Korhonen, V., Komulainen, M. & Susi, M. (toim.): Taidetyöskentely arjen näyttämöillä. Teoriaa, menetelmiä ja sovelluksia. Turun ammattikorkeakoulu.

Swinnen, AM. Healing words: A study of poetry interventions in dementia care. *Dementia* (London). 2016 Nov; 15(6):1377–1404.

Taikusydän. Kulttuurihyvinvoinnin valtakunnallinen yhteyspiste ja yhteistyöverkosto. <https://taikusydan.turkuamk.fi>. Viitattu 17.4.2024.

VSSHP 2020. Varsinais-Suomen sairaanhoitopiirin kulttuurihyvinvointisuunnitelma 2020-2022. Turku.

Vähämaa, V. 2022. Sanataideopettaja. Tulevaisuuden toiveammatti. Selvitys sanataideopetuksen tilasta 2020-luvulla. Akaa: Suomen sanataideopetuksen seura.

WHO recommendations 2018. Intrapartum care for a positive childbirth experience. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241550215>. Viitattu 11.4.2024.

Äidin taskussa-blogi 2018. <https://aidintaskussa.blogspot.com>. Viitattu 13.9.2022.

PALAUTELOMAKE

*Korvaruno synnytyskokemuksen sanoittajana
Tutkimuksellinen kehittämishanke opinnäytetyönä
Niina Laine, kätilö
Kulttuurihyvinvointi YAMK
Turku Master School*

Korvarunohetkessä toimivaa:

Korvarunohetkessä kehitettävää:

Osallistuin korvarunohetkeen, koska...

Vapaa palaute:

Kiitos palautteestasi