

SAVONIA

ammattikorkeakoulu

OPINNÄYTETYÖ - AMMATTIKORKEAKOULUTUTKINTO
KULTTUURIALA

TARPEELLINEN TANSSI – KULTTUURIHYVINVOINTIA TANSSIN KEINAIN

TEKIJÄ Henrietta Heiskanen

Koulutusala Kulttuuriala			
Tutkinto-ohjelma Tanssinopettajan tutkinto-ohjelma			
Työn tekijä Henrietta Heiskanen			
Työn nimi Tarpeellinen tanssi – Kulttuurihyvinvointia tanssin keinoin			
Päiväys	5.5.2024	Sivumäärä/Liitteet	32
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Savonia-ammattikorkeakoulu			
<p>Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli tutkia sitä, kuinka kulttuurihyvinvointia voidaan saavuttaa ja edistää tanssin keinoin, sekä miksi se on merkityksellistä eri yhteisöille ja yhteiskunnalle. Kulttuurihyvinvointi oli aiheena ajankohtainen ja sitä oli tärkeää tutkia myös tanssin näkökulmasta. Tavoitteena oli tuoda esiin kulttuurihyvinvoinnin kehitykseen ja edistämiseen vaikuttavia tekijöitä, sekä jo käytännössä olevia toimia ja tekijöitä. Opinnäytetyössä haluttiin myös avata mahdollisia tulevaisuuden skenaarioita tanssin ja kulttuurihyvinvoinnin parissa, sekä niihin liittyviä rakenteellisia tekijöitä. Opinnäytetyö on suunnattu erityisesti tanssipedagogeille ja muille tanssialan ammattilaisille.</p> <p>Opinnäytetyö toteutettiin kirjallisuuskatsauksena. Opinnäytetyö koostettiin kuvailevan-, sekä narratiivisen kirjallisuuskatsauksen tutkimusmenetelmien keinoin. Opinnäytetyö on laadittu valmiin kirjallisen ja tilastollisen aineiston pohjalta, erilaisia tietolähteitä käyttäen. Tarkoituksena on ollut muodostaa kerätystä aineistosta yhtenäinen, jäsenneily ja helposti luettava kokonaisuus.</p> <p>Opinnäytetyön lopputuloksena muodostui odotetun mukainen kirjallisuuskatsaus kulttuurihyvinvoinnista ja tanssin välisestä yhteydestä, sekä laajemmista vaikutuksista hyvinvointiin, yhteisöllisyyteen ja kulttuurisiin oikeuksiin. Opinnäytetyöstä muodostui informatiivinen kokonaisuus, joka voi antaa tanssialan ammattilaiselle keinoja ja näkemyksiä työllistymisestä kulttuurihyvinvoinnin pariin, sekä antaa tietoa myös tanssin moninaisesta merkityksellisyydestä erilaisia asiayhteyksissä.</p>			
Avainsanat Kulttuurihyvinvointi, tanssi, tanssipedagogi, kulttuuriset oikeudet			

Field of Study Culture	
Degree Programme Degree Programme in Dance Pedagogy	
Author Henrietta Heiskanen	
Title of Thesis Necessary dance – Cultural well-being through dance	
Date 5.5.2024	Pages/Appendices 32
Client Organisation /Partners Savonia University of Applied Sciences	
<p>Abstract</p> <p>The purpose of this thesis was to study how cultural well-being can be achieved and promoted through dance, and why it is significant for different communities and society. Cultural well-being is a current topic, and it was important to research it also from the perspective of dance. The aim was to highlight things affecting the development and promotion of cultural well-being, as well as measures and factors already in use. The thesis will also open up possible future scenarios in dance and cultural well-being, as well as related structural factors. The thesis was especially aimed at dance pedagogues and other dance professionals.</p> <p>The thesis was carried out as a literature review. The thesis was compiled by means of descriptive and narrative literature review research methods. The thesis was prepared on the basis of ready-made written and statistical material, using various sources of information. The aim was to form a coherent, structured, and easy-to-read whole of the collected material.</p> <p>The result of the thesis was an expected literature review of cultural well-being and the effects of dance on cultural well-being. It was revealed that there is a connection between cultural well-being and dance, as well as their wider effects on well-being, communality, and cultural rights. This research became an informative entity that can provide dance professionals with tools and views on how to find employment in cultural well-being and provides information on the multi-level meaningfulness of dance and its effects on well-being.</p>	
<p>Keywords</p> <p>Cultural well-being, dance, dance pedagogy, cultural rights</p>	

SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	5
2 KULTTUURIHYVINVOINTI	6
2.1 Kulttuurihyvinvointi ja kulttuuriset oikeudet	6
2.2 Kulttuurihyvinvointi kunnissa	7
2.3 Kulttuurihyvinvoinnin tutkiminen	8
3 KULTTUURIHYVINVOINTI JA TANSSI	9
3.1 Tanssin määritelmä	9
3.2 Tanssin matka historiasta nykypäivään	9
3.3 Tanssin vaikutukset hyvinvointiin ja terveyteen	10
3.4 Kulttuurihyvinvointia tanssin keinoin	11
3.5 Taidekasvatus ja kestäväkehitys	12
3.6 Toimijat ja hankkeet	14
4 KULTTUURIHYVINVOINTI JA TANSSIPEDAGOGI	16
4.1 Eettiset periaatteet	16
4.2 Tanssipedagogi kulttuurihyvinvoinnin parissa	17
4.3 Yhteisötaiteesta kulttuurihyvinvointia	18
4.4 Kulttuurihyvinvointi ja työllisyys	18
5 TUTKIMUSMENETELMÄT	20
5.1 Kuvaileva kirjallisuuskatsaus	20
5.2 Opinnäytetyön koostaminen	20
5.3 Opinnäytetyön eettisyys	21
6 POHDINTA	23
6.1 Opinnäytetyön yhteenveto	23
6.2 Opinnäytetyön pohdinta	24
LÄHTEET	26

1 JOHDANTO

Tanssi on kulkenut ihmiskunnan mukana läpi historian ja sen voitaisiin sanoa olevan osa ihmistä, ihmiselle luontainen liikkeen ja ilmaisun tapa. Tanssin asema erilaisissa yhteiskunnissa vaihtelee eri aikakausien ja tarpeiden mukaan. Tanssi voi olla sosiaalinen tapahtuma, taide-elämys tai parantava kokemus. Tanssiessaan ihminen luo yhteyttä muihin ihmisiin, ympäristöön ja itseensä. Pohtiessani tanssin merkitystä ihmiselle ja ihmiskunnalle, aloin nähdä sen osana ihmisen perustarpeita. Mitä jos tanssimisen tarkoitus ja tarve on pitää meidät terveinä ja toimintakykyisinä? Tarpeellinen tanssi – kulttuurihyvinvointia tanssin keinoin on opinnäytetyö, joka etsii vastauksia seuraaviin kysymyksiin: Mikä merkitys tanssilla on hyvinvointiin? Kuinka kulttuurihyvinvointia voi edistää tanssin keinoin? Mikä merkitys kulttuurihyvinvoinnilla on ihmisiin ja yhteisöihin?

Tutkiessani sitä, mihin tarpeisiin tanssi vastaa, kohdalleni osui Taikusydän-yhteistyöverkosto. Taikusydän on kulttuurihyvinvoinnin valtakunnallinen yhteistyöverkosto, jonka tarkoituksena on edistää, kouluttaa ja informoida kulttuurihyvinvoinnin monialaista yhteistyötä (Taikusydän 2023). Tutustuessani kulttuurihyvinvointia edistäviin tavoitteisiin ja toimijoihin, innostuin siitä, miten kulttuurihyvinvointi toteutuu tanssin kautta. Niinpä sukelsin syvemmälle kulttuurihyvinvoinnin mahdollisuuksien maailmaan ja päätin tehdä opinnäytetyönä kattavan kirjallisuuskatsauksen tanssin vaikutuksista ja toimijoista kulttuurihyvinvoinnin edistämisessä. Tämä katsaus suuntautuu erityisesti tanssialan ammattilaisille, jotka ovat kiinnostuneet tutustumaan tanssin ja kulttuurihyvinvoinnin yhteyteen. Kiinnostukseni tätä aihetta kohtaan nousi siitä, kun mietin mistä kielteiset ja vähättelevät asenteet tanssia kohtaan kumpuavat. Johtuuko se nimenomaan siitä, että tanssin syvemmät ja laajemmat merkitykset eivät tule niin näkyviksi tai puhutuiksi aiheiksi yleisemmällä tasolla.

Tällä hetkellä monet tanssikoulut ja opistot, kuin myös tanssitaiteen kenttä sinnittelevät taloudellisessa ahdingossa. Suurimmat syyt ovat oppilasmäärän ja rahallisen tuen supistuminen, sekä muiden kulujen, kuten vuokran ja sähkönhinnan nouseminen. Monet toimijat kärsivät myös merkittäviä tappioita koronaepidemian myötä, mikä vei taide- ja kulttuurialan toiminnan todella ahtaalle. Hallituksen kaavailemat leikkaukset taiteen ja kulttuurin määrärahoihin, sekä vapaan sivistystyön oppilaitoksiin, heikentävät tanssin asemaa entisestään. (Baloch 2023; OAJ 2023; Teme 2023.)

Taide- ja kulttuuritoiminta voidaan helposti nähdä vain numeroina ja säästöerinä, mutta millaisia vaikutuksia sillä on ihmisiin? Esimerkiksi vapaan sivistystyön tarkoitus on tarjota kansalaisille koulutusta ja opintoja, mikä tukee ihmisen jatkuvaa kehitystä ja hyvinvointia, sekä kannustaa omien taitojen ja tiedon kehittämistä (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2024). Nykypäivän tulos- ja tuottavuus keskeinen ilmapiiri, voi syödä muita tekemisen ja olemisen tärkeitä elementtejä kuten osallisuus, kehötietoisuus, ilmaisu ja terveydelliset hyödyt. Tanssi on moniaistillinen ja moniulotteinen ruumiillinen tekemisen ja olemisen tapa, jonka merkitys on jokaiselle tanssivalle ja tanssin kokijalle ilmiselvä.

2 KULTTUURIHYVINVOINTI

Tässä osassa avaan kulttuurihyvinvoinnin maailmaa. Ensin selkeytän kulttuurin, hyvinvoinnin ja kulttuurihyvinvoinnin käsitteitä, jotta voidaan ymmärtää, millaisesta kokonaisuudesta on kyse. Tuon esiin kulttuurihyvinvoinnin merkityksen hyvinvointiin ja kulttuuristen oikeuksien toteutumiseen. Avaan myös vuosien 2023–2024 aikana toteutettua kulttuuripoliittisen selonteon lähtökohtia ja tavoitteita. Rajaan kulttuurihyvinvoinnin toiminnan tarkastelun kunnalliselle tasolle, mutta tarkastelen kulttuurihyvinvoinnin vaikutuksia laajemmin. Kulttuurihyvinvointitoiminta tapahtuu aktiivisimmin kunnallisella tasolla. Valtakunnalliset ja maailmanlaajuiset tutkimustulokset ovat olennainen osa kuntien kulttuurihyvinvointitoimintaa, sillä se perustee toiminnan kannattavuutta ja rakentaa monialaista yhteistyötä kulttuurihyvinvoinnin edistämiseksi. Lopuksi tuon esiin miten kulttuurihyvinvointia tutkitaan ja mistä voi löytää tutkimustietoa kulttuurista ja hyvinvoinnista.

2.1 Kulttuurihyvinvointi ja kulttuuriset oikeudet

Kulttuurin käsite on hyvin monipuolinen ja kattava. Kulttuuriksi voidaan katsoa kaikkea sitä periytyvää tietoa, taitoa, arvoja ja normeja, joiden pohjalta tietty yhteisö toimii. Kulttuuriin kuuluu muun muassa taide, tiede, elinkeino, valtarakenteet, urheilu, uskonto ja kieli. Kulttuuri sisältyy yhteiskunnan rakenteisiin ja on osa jokapäiväistä elämää. On olemassa erilaisia ja eri tasoisia kulttuureja, jotka voivat esiintyä rinnakkain yhteiskunnassa. (Perälä & Weintraub 2024.) Unescon määritelmän mukaan kulttuuri on yhteisölle ominaisten henkisten, materiaalistien, tiedollisten ja emotionaalisten piirteiden kautta rakentuva identiteetti, arvopohja ja perinteet (Unesco 2024).

Yleinen hyvinvointikäsitteen määritelmä koostuu kolmesta osasta; elintasosta, yhteisyyssuhteista ja itsensä toteuttamisesta. Nämä ulottuvuudet tulivat ilmi Erik Allardtin tekemässä hyvinvointitutkimuksessa vuonna 1976. Elintaso, yhteisyyssuhteet ja itsensä toteuttaminen ovat osa ihmisen perustarpeita. Ihmisen hyvinvoinnin toteutumisen kannalta, näiden perustarpeiden tulee täytyä. (Forss & Vatula-Pimiä 2014, 21–22.)

Kulttuurihyvinvointi on 2010-luvulla vakiintunut käsite, millä viitataan kaikkiin niihin yhteyksiin, mitä hyvinvoinnin, terveyden, taiteen ja kulttuurin välillä on. Kulttuurihyvinvointiin ovat sidoksissa myös ihmisen humanistiset ja kulttuurilliset oikeudet. (Houni, Turpeinen & Vuolasto 2020, 17.) Ihmisen oma kokemus ja tarve kulttuuri- ja taidekokemukselle, sekä kulttuurielämysten tuomat merkitykset ihmisen elämään ovat osa kulttuurihyvinvointia ja kulttuurillisia oikeuksia (Lilja-Viherlampi & Rosenlöf 2019, 21–22). Kulttuuriin kuuluu kansalaisen mahdollisuus osallistua saavutettavaan kulttuuriin ja taiteeseen (Houni ym. 2020, 19). Kulttuurillisia oikeuksia turvaavat lait, kuten Suomen perustuslakiin kirjattu kohta: 17§ Oikeus omaan kieleen ja kulttuuriin (Suomen perustuslaki 731/1999, 2 luku 17§). Sekä vuonna 2019 säädetty laki kuntien kulttuuritoiminnasta (Laki kuntien kulttuuritoiminnasta 166/2019). Laajemmin kulttuurisia oikeuksia turvaa YK:n ihmisoikeuksien julistus vuodelta 1948, jossa todetaan, että jokaisella on oikeus osallistua ja nauttia yhteiskunnan sivistyselämän, taiteen ja tieteen tuomista eduista (Ihmisoikeuksien yleismaailmallinen julistus 1948, 27 artikla).

Kulttuuripalvelut ja kulttuurinen harrastustoiminta lisäävät tutkitusti ihmisen hyvinvointia. Maailman terveysjärjestö WHO:n vuonna 2019 teettämän laajan tutkimuksen mukaan, taiteella on merkittävä

vaikutus ihmisen terveyteen ja hyvinvointiin. Eri taidemuodot tekemisen tai kokemisen kautta, edistivät fyysistä toimintakykyä, ehkäisivät mielenterveyden häiriöiden kehittymistä ja auttoivat eri tarttumattomien sairauksien ja neurologisten häiriöiden hoidossa. Tutkimuksessa tuotiin myös esiin taide-toiminnan positiivinen vaikutus sosiaaliseen hyvinvointiin, ihmisen kehitysvaiheisiin, sairauksien ennaltaehkäisyyn ja tukemaan terveyttä edistävää käytöstä. Maailman terveysjärjestö WHO suosittelee Euroopan jäsenmaitaan tukemaan ja kehittämään toimintatapoja, jotka lisäävät taidealojen mahdollisuuksia hyvinvoinnin ja terveyden tukemiseen taiteen kautta. (Fancourt & Finn 2019.)

Suomessa on toiminut vuosien 2023–2024 aikana opetus- ja kulttuuriministeriön laatima työryhmä, jonka tehtävänä on ollut valmistaa kulttuuripoliittinen selonteko. Kulttuuripoliittisen selonteon on tarkoitus tuottaa tilannekuva taide- ja kulttuurialojen toiminnasta ja toimintaympäristöistä. Tämän hankkeen lähtökohtana toimi ajatus siitä, että kulttuuri, taide, kasvatus ja tiede ovat elinvoimaisen sivistisyhteiskunnan perusta. Todetaan, että lasten ja nuorten kulttuurin kokeminen ja tekeminen ovat merkittävä osa suomalaisen sivistyksen kehittymistä. Mahdollisuus tehdä ja kokea kulttuuria katsotaan lisäävän ihmisten hyvinvointia, tasa-arvoa ja osallisuuden tunnetta. Taide ja kulttuuri tuottavat henkistä ja taloudellista lisäarvoa, minkä pitäisi olla saatavilla kaikkialla. Kulttuuripoliittisen selonteon on tarkoitus valmistua vuoden 2024 kesäkuussa. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2023.)

2.2 Kulttuurihyvinvointi kunnissa

Yksi tärkeimpiä kulttuurihyvinvoinnin mahdollistajia ovat kunnat. Laki kuntien kulttuuritoiminnasta velvoittaa kunnat järjestämään kulttuuritoimintaa, joka mahdollistaa kulttuurin ja taiteen monipuolisen ja yhdenvertaisen saavutettavuuden, sekä edellytykset ammattimaiselle taiteelliselle työlle (Laki kuntien kulttuuritoiminnasta 166/2019, 3§). Lain tavoitteena on edistää ihmisten luovaa ja ilmaisullista toimintaa, luoda edellytykset alueellisen elinvoiman kehitykselle ja edistää kaikkien väestöryhmien yhdenvertaisuutta kulttuuritoiminnassa. Tämän lisäksi tavoitteena on kasvattaa väestön hyvinvointia, terveyttä ja osallisuutta kulttuurin ja taiteen keinoin. (Laki kuntien kulttuuritoiminnasta 166/2019, 2§.)

Miten kulttuurihyvinvointi sitten toteutuu kunnissa? Yksi tärkeimpiä osia kuntien ja maakuntien kulttuurihyvinvoinnin toteuttamisessa on kulttuurihyvinvointisuunnitelma, jonka tavoitteena on edistää kulttuurin hyvinvointia ja terveyttä lisäävää toimintaa (Houni ym. 2019, 24). Hyvä esimerkki kulttuurihyvinvointisuunnitelmasta on Pirkanmaan alueen kulttuurihyvinvointisuunnitelma, joka kattaa kulttuurihyvinvoinnin periaatteet, vaikutukset terveyteen ja hyvinvointiin, sekä organisointi- ja toimenpitemallit. Kulttuuri- ja taidealojen toimijoiden yhteistyö eri toimialojen kanssa on merkittävää kulttuurihyvinvoinnin toteutumisen kannalta. Monialainen yhteistyö luo uusia mahdollisuuksia kulttuurihyvinvointipalveluille, sekä luo pohjan vakaalle ja toistuvalla rahoitusmallille. (Haapalainen ym. 2017, 4,25,27.) Monialainen yhteistyö voi toteutua esimerkiksi kulttuuri ja sote-alan yhteistyöllä, missä sote-alan ammattilaiset voivat antaa asiakkailleen kulttuurilähetteen tai – reseptin. Kulttuuriresepti on tehokas keino tukea mielenterveyden hoitoa ja vaikeiden sairauksien hallintaa, sekä kokonaisvaltaista psykososiaalista hyvinvointia. (Houni ym. 2019, 146.)

Pirkanmaan alueen kulttuurihyvinvointisuunnitelmassa ehdotetaan myös kulttuurihyvinvoinnin aluekeskuksen perustamista. Aluekeskus takaisi kehittävän, saavutettavan ja yhdenvertaisen kulttuurihyvinvointitoiminnan alueella. Se pitäisi huolta kulttuurihyvinvoinnin toimijoiden välisestä yhteistyöstä ja kulttuurihyvinvointisuunnitelman toimeenpanosta. (Haapalainen ym. 2017, 29–30.) Yleisesti kulttuurihyvinvoinnin toimijat ovat jalkautuneet kuntalaisten pariin esimerkiksi, kouluihin, sairaaloihin, hoitokoteihin ja työpaikoille. Ennakoivaan ja ennalta ehkäisevään toimintaan liittyy vahvasti myös etsivä kulttuuriyö, minkä tarkoituksena on tuoda yhdenvertaista mahdollisuutta osallistua kulttuuri- ja taidetoimintaan. (Houni ym. 2019, 112–117,138.) On hyvä muistaa, että kaikki kulttuuri- ja taide-toimintaan osallistuminen, kokeminen ja harrastaminen ovat osa kulttuurihyvinvointia (Lilja-Viherlampi & Rosenlöf 2019, 20–22).

2.3 Kulttuurihyvinvoinnin tutkiminen

Kulttuurihyvinvointia tutkiessa, tutkitaan kulttuurin ja taiteen vaikutuksia hyvinvointiin. Tutkintatapoja ja -edellytyksiä on monenlaisia, joten tutkimustuloksia tarkastellessa täytyy huomioida tutkimuksen lähtökohdat. Huomioitavat asiat ovat esimerkiksi seuraavat: mitä taiteen lajia on tutkittu, mitä vaikutuksia on tutkittu, mistä tietoa on kerätty, miten tietoa on kerätty, sekä kenelle tutkimus on tarkoitettu. Yleisiä tutkimuslinjoja on kolme. Ensimmäinen tutkimuslinja on kyselyiden ja haastattelujen kautta kerätty tieto. Toinen tutkimuslinja on tutkia kerättyä tilastotietoa ja kolmas tutkimuslinja on kliininen tutkimus terveydenhuoltoalalla, missä arvioidaan taiteen vaikutuksia. Kulttuurihyvinvoinnin tutkimisessa on hyvä ottaa huomioon, että hyvinvointi on ihmiselle subjektiivinen kokemus ja hyvinvoinninkokemusta lähestytään omista lähtökohdista käsin. (Houni ym. 2019, 38–39.)

Tilastollista ja tutkimuksellista tietoa kulttuurialueista löytyy esimerkiksi Tilastokeskuksen nettisivuilta. Tilastokeskus tuottaa puolueetonta Suomen sisäistä tilastotietoa, jota voidaan käyttää päätöksenteossa ja tutkimuksissa. (Tilastokeskus 2023.) Toinen kulttuuritilastoja tuottava taho on Taideja-kulttuuri.fi – sivusto, josta löytyy laaja tilastollinen raportointi kulttuuriin saavutettavuudesta, kulutuksesta, työllisyydestä ja taloudesta. Taidejakulttuuri.fi on Opetus- ja kulttuuriministeriön ylläpitämä alusta, jonka toimintaa ylläpitävät kulttuuri- ja taidealan toimijat. (Taidejakulttuuri.fi julkaisuaika tuntematon.) Muita mainittavia kulttuuri- ja taidealan tutkimusten, sekä tilastojen tekijöitä ovat myös Kulttuuripolitiikan tutkimuskeskus Cupore ja Taiteen edistämiskeskus. Näiden lisäksi useat kunnat tuottavat myös tilastoja, tutkimuksia ja selvityksiä kunnan kulttuuritoiminnasta. Kuntien kulttuuritilastoja voi löytää esimerkiksi kuntien kulttuuritilasto KULTTI raportointialustalta.

Tutkimustieto taiteen ja kulttuurin vaikutuksista on hyvin tärkeää. Tutkimustieto antaa luotettavan ja vakuuttavan pohjan, jonka puitteissa kulttuurihyvinvointitoimintaa pystytään kehittämään ja edistämään. (Houni ym. 2019, 38–39.) Tutkimustieto on osa kunnallista ja valtakunnallista päätöksentekoa, millä voi olla suora vaikutus kulttuurihyvinvointitoiminnan rahoitukseen ja fasilitointiin. Kulttuurihyvinvoinnin vaikutusten mittaamiselle ei ole syntynyt vielä selkeitä ja vakiintuneita käytäntöjä. Kulttuurihyvinvointi vaikutusten mittaaminen tapahtuu monilla eri tavoilla, mikä on toisaalta perusteltua, sillä kulttuurihyvinvointitoiminta on moninaista. Kulttuurihyvinvointia voidaan mitata toimintakohteisesti, suhteuttamalla vaikutukset toiminnan tavoitteisiin. (Houni ym. 2019, 185.)

3 KULTTUURIHYVINVOINTI JA TANSSI

Tässä kappaleessa käsittelen kulttuurihyvinvoinnin ja tanssin suhdetta. Ensimmäiseksi lähdän avaamaan tanssin määritelmää ja sen jälkeen luon lyhyen katsauksen tanssin historiaan. Mielestäni on tärkeää avata tanssin määritelmää ja historiaa, jotta voin luoda selkeän ja yhtenäisen näkökulman, minkä kautta tanssia käsitellään. Tuon myös esiin tanssin vaikutuksia terveyteen ja hyvinvointiin sekä tanssin roolia kulttuurihyvinvoinnin, taidekasvatuksen ja kestäväen kehityksen parissa. Lopuksi esittelen vielä muutamia kulttuurihyvinvoinnin ja tanssin parissa toimivia toimijoita ja hankkeita.

3.1 Tanssin määritelmä

Tanssin määritelmä on laaja ja moninainen. Se sitoutuu vahvasti aikaan, kulttuuriin ja tilanteeseen. Tanssi muovaantuu ja muokkautuu aikakausien mukana. Tämän vuoksi tanssin määrittäminen käsitteenä on haastavaa. (Lehikoinen 2014, 14.) Tanssin voidaan ajatella olevan tietoisia liikevalintoja, joiden kautta tanssija kommunikoi ympäröivän tilan ja ajan kanssa, sekä pyrkii yhteyteen oman mielensä ja kehonsa kanssa (Renvall, Tawast & Ahonen 2016, 4–5).

Tanssi on moniaistillinen ja moniulotteinen ruumiillinen tekemisen ja olemisen, sekä ilmaisun tapa. Tanssin kautta ihminen voi saavuttaa itsessään moninaisia tunteiden ja ajatusten, sekä fyysisten kokemusten tasoja, mitkä tekevät tanssista merkityksellistä ja antavat merkitystä ihmisen elämään. Tanssi luo vahvan yhteyden kehon ja mielen välille, mikä voi tuoda tietoisuuteen tunteen itsestään holistisena kokonaisuutena, sekä osana ympärillä olevaa yhteisöä ja maailmaa. Ne, joita tanssi on koskettanut, tuskin enää luopuvat siitä. (Anttila 2013, 83–89.)

Itse ajattelen tanssin olevan ihmiseen sidottu sisäsyntyinen tarve ja kanava sanattomalle kommunikaatiolle itsensä ja ympäristönsä kanssa. Tapa ilmaista itseään ja tuntea osallisuutta ympäröivään maailmaan, sekä mahdollisuus rakentaa luovasta energiasta pulppuavia merkityksellisiä kokonaisuuksia tanssin keinoin. Tanssin kautta ihminen voi luoda yhteyttä ympäröivään maailmaan ja yhteisöön. Tanssi voi olla kokonaisvaltainen kokemisen ja olemisen tapa, joka voi samalla tuntua luontaiselta ja hetkessä ainutlaatuiselta.

3.2 Tanssin matka historiasta nykypäivään

Tanssin historia pitää sisällään suuren määrän eri tanssilajeihin ja suuntauksiin liittyviä merkittäviä historiallisia ja kulttuurillisia ilmiöitä. Jotta voimme ymmärtää tanssia tänä päivänä, on hyvä ymmärtää tanssin historiaa. Olen tiivistänyt tähän kappaleeseen mielestäni oleellisia ja merkittäviä tapahtumia länsimaisen tanssin historiasta. Yksistään länsimaisen tanssin historia on hyvin laaja ja moninainen, enkä tule käsittelemään sen kaikkia tapahtumia tässä kappaleessa. Nostin esiin sellaisia länsimaisen tanssin historian tapahtumia, joiden avulla lukija voi saada suurpiirteisen yleiskuvan länsimaisen tanssin historiasta.

Tanssin historian juuret ulottuvat pitkälle esihistorialliseen aikaan. Vanhimmat Euroopasta löytyneet eläintansseja esittävät kuvitukset ovat ajalta noin 35 000–15 000 eaa. Eläintanssien uskotaan olevan rituaalitansseja, joiden piti tuoda hyvää metsästysonnea. (Miettinen 2022, luku 1.) Myöhemmin antiikin Roomassa ja Kreikassa suosiossa olivat erilaiset hengelliset- ja rituaalitanssit, sekä kerronnalliset, teatterimaisia piirteitä sisältävät esittävät tanssit. Ryhmä- ja viihdetanssit olivat myös suosittuja.

Keski-ajalle tultaessa yleistyivät kansantanssit ja hovitanssit, joilla oli vahva yhteisöllinen perusta. Renessanssiaika loi pohjan nykypäivän taidetanssille ja tänä aikana syntyi tanssimestarien ammattikunta. Hovitansseista syntyi hovibaletti, joka on varhainen muoto nykyajan baletista. Hovibaletti oli selkeästi esittävän taiteen muoto ja se oli suunnattu katsottavaksi tanssimuodoksi. Hovibaletti oli erittäin suosittua kaikissa Euroopan hoveissa. Samaan aikaa kehittyi myös tanssinotaatio, eli tanssikirjoitus. Tanssinotaatioiden avulla pystyttiin harjoittelemaan tansseja ja merkitsemään niitä muistiin. (Makkonen 1996, luvut I, II.) Kansantanssit ja hovitanssit pitivät suosionsa läpi vuosisatojen ja esimerkiksi 1600-luvulta lähtöisin olevaa menuettia tanssitaan vielä tänäkin päivänä (Hoppu 1998, 163–164). 1900-luvulla tanssin kirjo oli laaja ja alati kehittyvä. Pinnalla olivat erilaiset seurataanssit, taidetanssit ja vapaan tanssin suuntaukset (Laakso 2020, luku 3). 1900-luvun loppupuolella isoksi ilmiöksi noussut hiphop-kulttuuri ja sen edustamat tanssityylit nousivat suosioon Yhdysvalloissa, mistä se levisi ympäri maailmaa. (Heinilä 2021, 192–193).

Tanssin tarjonta tänä päivänä on kirjava ja kattava. Tanssin harrastus ja esiintymismahdollisuudet ovat kasvaneet vuosien varrella. Tanssin harrastus ja opiskelumahdollisuuksia on valtakunnallisesti paljon. Tanssitunteja tarjoavat yksityiset ja valtiontukemat tanssikoulut.

Taiteen perusopetuksen piirissä olevat tanssikoulut tarjoavat tanssin tavoitteellista opiskelua. Tanssi taiteen perusopetuksessa jaetaan yleiseen ja laajaan oppimäärään. (Opetushallitus 2017). Taiteen perusopetus on laissa määriteltyä toimintaa, jota voi järjestää kunta tai muu opetus- ja kulttuuriministeriön hyväksymä säätiö tai rekisteröity yhteisö (Laki taiteen perusopetuksesta 633/1998, 2§).

Yksi tärkeä tanssialan rakenteellinen toimija on tanssin aluekeskus. Suomessa tanssin aluekeskuksia on kuusi ja ne sijoittuvat ympäri Suomea Helsingin ja Rovaniemen välille. Aluekeskukset mahdollistavat toiminta-alueensa tanssin taiteelliset ja toiminnalliset mahdollisuudet, kuten yhteisötaidetoiminnan ja ammattimaisen taiteellisen toiminnan (Tanssin aluekeskusverkosto 2024.)

3.3 Tanssin vaikutukset hyvinvointiin ja terveyteen

Maailman terveysjärjestö WHO: tuottamassa tutkimuksessa taiteen vaikutuksista hyvinvointiin ja terveyteen löytyi paljon tutkimustietoa erityisesti tanssin vaikutuksista ihmisen hyvinvointiin ja terveyteen. Tutkimuksessa nousi esiin tanssin positiivinen vaikutus muistiin, kognitiivisiin taitoihin ja yleiseen aivoterveeseen. Tanssi ehkäisi masennus ja ahdistus oireiden syntymistä ja sen todettiin hyödyttävän myös kuntoutus ja kivun lievitys prosesseja. WHO:n tutkimuksessa todettiin, että 12–24 viikon tanssijakso paransi kroonisesta kivusta kärsivien kuntoutujien elämän laatua ja toimintakykyä. (Fancourt & Finn 2019, 24–25,36.) Tanssiminen on moniaistillinen toiminto, mikä saa aikaan laajan hermoverkkojen yhteistoiminnan. Tanssi aktivoi motoristen, kognitiivisten, luovan ajattelun ja emotionaalisten verkostojen toimintaa. Tämän vuoksi tanssi on hyvä keino neurologisten vammojen ja sairauksien kuntouttamisessa. (Kullberg-Turtiainen, Forsbom, Säynevirta & Molander 2021, 10.) Tanssia käytetään yleisesti Parkinsonin taudin yhtenä hoitomuotona. Maailmanlaajuisesti yli 300 yhteisöä, tarjoaa tanssiohjelmia Parkinsonin taudin hoitoon. (Fancourt & Finn 2019, 42–43.)

Tanssi tukee mielenhyvinvointia ja ehkäisee masennus- ja ahdistusoireiden muodostumista (Zafei-roudi 2023, 97). Erityisesti lapsilla ja nuorilla tanssin on todettu kohentavan ja ylläpitävän mielenter-

veyttä. Tanssin voi tukea terveen itsetunnon- ja varmuuden muodostumista, sekä parantaa stressinsietokykyä ja stressin muodostumista. (Fancourt & Finn 2019, 23,30.) Tanssi tukee myös sosiaalista hyvinvointia ja vähentää yksinäisyyden tunnetta. Tanssitunnit ja tapahtumat tarjoavat sosiaalisia kontakteja ja tilanteita, jolloin ihminen voi kokea osallisuutta. Sosiaalinen kanssakäyminen on olennaisen tärkeää ihmisen hyvinvoinnille. (Hansen 2021.)

Tanssilla on todettu olevan positiivisia vaikutuksia tuki- ja liikuntaelimestön toimintaan, sekä kehon koostumukseen. Tanssimisella on myönteisiä vaikutuksia tasapainoon, liikkuvuuteen, kehon lihasvoimaan ja kestävyYTEEN, sekä motorisiin kykyihin. Tanssiminen ylläpitää fyysistä toimintakykyä ja terveyttä erityisesti vanhemmilla ikäpolvilla. (Fancourt & Finn 2019, 16, 25.)

3.4 Kulttuurihyvinvointia tanssin keinoin

Seuraavaksi lähden avaamaan kysymystä: miten kulttuurihyvinvointia voidaan saavuttaa ja edistää tanssin kautta? Otan esiin jo käytössä olevia esimerkkejä siitä, miten tanssin kautta edistetään kulttuurihyvinvointia. Käsittelen aihetta terveydenhuollon, tanssi-liiketerapian ja yhteisötaidetoiminnan näkökulmista.

Tanssilla on mahdollisuus olla osa terveydenhuoltopalveluja. Tanssi voi esiintyä ennaltaehkäisevässä toiminnassa, taideterapiamuotona, hoidon tai kuntoutuksen apuvälineenä. (Liikanen 2010, 27.)

Tanssia käytetään apuna myös muistisairauksien hoidossa, etenkin ikääntyneiden ihmisten parissa (Fancourt & Finn 2019, 25). Ryhmässä tapahtuva tanssi tuo ikäihmisille osallisuuden tunnetta ja turvaa (Liikanen 2010, 40). Sairaalassa tapahtuva taidetoiminta mukaan lukien tanssi, voi vähentää potilaiden ahdistusta, pelkoa ja kipua, sekä lisätä potilaiden positiivista mielialaa. Taidetoiminnalla voi olla positiivisia vaikutuksia myös terveydenhuollon henkilökuntaan ja heidän työhyvinvointiinsa. (Houni ym. 2020, 143–144.)

Tanssi-liiketerapia on yksi taideterapian muodoista, jota käytetään sosiaali- ja terveydenhuollon tukena (Liikanen 2010, 40). Kansaneläkelaitoksen teettämässä vuonna 2023 julkaistussa tutkimushankkeessa selvitettiin tanssi-liiketerapian vaikutuksia masentuneille aikuisille. Tutkimuksessa kahta ryhmää, joista toinen osallistui tanssi-liiketerapiatoimintaan 10 viikon ajan. Kävi ilmi, että tanssi-liiketerapiatoimintaan osallistuneen ryhmän jäsenten masennusoireet helpottuivat huomattavasti, verrattuna toiseen ryhmään, joka ei osallistunut tanssi-liiketerapiaan. (Pylväinen ym. 2023.) Tästä voisi päätellä, että tanssi-liiketerapia, voisi olla yksi hyvä ja tehokas mielenterveyspalvelujen kuntoutusmuoto. Tanssi-liiketerapiatoiminta voidaan toteuttaa myös ryhmämuotoisena terapiana, eli useampi ihminen voi hyödyntää palvelua samaan aikaan. Voisiko taide ja sotealan yhteistyö, olla yksi hyvä vaihtoehto sille, miten luoda lisää yhdenvertaisia mahdollisuuksia ja resursseja mielenterveyden hoitoon, lisäämällä monialaista työskentely -ja hoitomenetelmiä. Toivon hartaasti, että tulevaisuudessa taiteen, terveyden- ja sosiaalihuollon yhteistyötä lisätään.

Tällä hetkellä yksi puhututtavista aiheista on syrjäytymisen ja yksinäisyyden ehkäiseminen. Vuonna 2022 tehdyssä Tilastokeskuksen selvityksessä ilmeni, että lähes 30 % yli 16-vuotiaista suomalaisista koki yksinäisyyttä (Tilastokeskus 2023). Yhteisöllisyyden puute ja siitä seurannut yksinäisyys, voivat johtaa merkittäviin terveyshaittoihin. Sosiaaliset suhteet ja osallisuuden tunne ovat yksi olennainen hyvinvoinnin kokemuksen osatekijä. Voidaan todeta, että sosiaaliset suhteet ja osallisuuden tunne

antavat ihmiselle pohjan koko olemassaololleen ja identiteetin muodostumiselle. (Lindfors 2007.) Yksi keino ehkäistä yksinäisyyttä ja syrjäytymistä on etsivä kulttuurityö. ArtsEqual – hankkeen toimenpidesuosituksen mukaan, etsivä kulttuurityö toteutuu kunnan kulttuurihyvinvoinnista vastaavan viranomaisen kautta, jonka tehtävänä on koordinoida, vahvistaa ja tunnistaa kulttuuripalvelujen tila ja saatavuus. Etsivä kulttuurityö tukee kulttuuripalveluihin osallistumista ja taideharrastustoimintaa. Etsivä kulttuurityö perustuu kulttuurisen ja etsivän nuorisotyön periaatteisiin ja sitä voidaan toteuttaa esimerkiksi tarjoamalla taloudellisesti saavutettavaa taideharrastustoimintaa, kuten tanssityöpajoja. (Turpeinen, Juntunen & Kamensky julkaisuaika tuntematon.) Tanssilla on yhteys sosiaalisen kognition ja empatiakyvyn kehitykseen, mikä voi edistää positiivisia näkemyksiä ja interaktioita muiden ihmisten kanssa (Houni ym. 2020, 63–65).

Monet tanssin aluekeskukset kuten Pirkanmaan tanssin keskus ja Läntinen tanssin aluekeskus tarjoavat Tanssikummi – toimintaa. Tanssikummi voi työskennellä erilaisissa yhteisöissä, kuten kouluissa, päiväkodeissa ja palveluyksiköissä. Tanssikummi on tanssitaiteen ammattilainen, joka käyttää työssään taidelähtöisiä menetelmiä. Tanssikummin työssä tärkeitä asioita ovat kohtaaminen ja läsnäolo. Tanssi tapahtuu osallistujia lähtöisesti. Päämääränä on saada osallistujalle positiivisia keholähtöisiä kokonaisvaltaisia fyysisiä ja henkisiä kokemuksia. Tanssi voi herättää tunteita, muistoja, mielikuvia ja muita ajatuksia. Se on sukellus omaan luovaan maailmaan, jota osallistuja voi ilmentää liikkeen ja yhteisen kommunikaation kautta. Tanssikummi – toiminta mahdollistaa kohtauksia ihmisten välillä. Osallistuja saa mahdollisuuden nähdä, kokea ja keskustella tanssista, sekä liikkeestä. Tanssikummi toimii yhteisöissä residenssitaiteilijan tavoin. Hän työskentelee koko yhteisön kanssa. Tanssikummi on Läntinen tanssin aluekeskuksen rekisteröimä tavaramerkki. Tanssin aluekeskuksilla on myös muuta yhteisötaidetoimintaa, kuten koululaisille ja ikäihmiselle suunnattuja tanssityöpajoja ja tapahtumia. Tanssin aluekeskukset voivat tuottaa osallistavia ja kiertäviä tanssitapahtumia, jotka tuovat tanssin myös pienemmille paikkakunnille. Yhteisötaidetoiminta turvaa kuntalaisten kulttuurisia oikeuksia. (Pirkanmaan tanssin keskus julkaisuaika tuntematon; Läntinen tanssin aluekeskus julkaisuaika tuntematon.)

3.5 Taidekasvatus ja kestäväkehitys

Taidekasvatuksella on todettu olevan selkeä yhteys lasten ja nuorten hyvinvointiin. Taidekasvatus esiintyy taideharrastustoiminnassa ja peruskouluissa. Peruskoulu on yksi tärkeimpiä paikkoja lasten ja nuorten taidetoiminnalle. (Houni ym. 2020, 116–119.) Peruskoulussa toteutetaan lainmukaista oppivelvollisuutta. Oppivelvollisuuden tavoitteena on edistää yhdenvertaisia mahdollisuuksia kehittää itseään kykyjensä ja tarpeidensa mukaisesti, sekä lisätä koulutuksellista tasa-arvoa ja lasten- ja nuorten hyvinvointia (Oppivelvollisuuslaki 1241/2020, 1§). Taidekasvatus tapahtuu peruskouluissa taideaineiden oppitunneilla tai mahdollisissa väliaikaisissa yhteistyöhankkeissa. Perusopetuksen taidekasvatuksen laatu ja taideaineiden tarjonta voi vaihdella suuresti paikkakunnasta ja koulusta riippuen. Yksi syy tähän on aineopettajien pätevyyden vaihtelu ja valinnaisaineiden eriarvoinen järjestelmä. Esimerkiksi tanssia voidaan tarjota valinnaisena aineena tai osana liikunnan opetusta. (Anttila & Juntunen 2019.)

Tanssia ja sen positiivisia vaikutuksia on yritetty tuoda kouluihin erilaisten kokeiluiden ja hankkeiden kautta. ArtsEqual- tutkimushankeen toteuttama tanssi-interventio toi tanssinopetusta erään peruskoulun 1–2 luokkalaisille, joista osa oli erityistä tukea tarvitsevia oppilaita. Tanssi-intervention vaikutukset oppilaisiin, sekä opettajiin olivat positiivisia. Oppilaissa oli havaittavissa itsevarmuuden rakentumista ja vapautumisen kokemuksia. Tanssi- intervention huomattiin vaikuttavan oppilaiden muuhun opiskeluun ja oppimiseen myönteisesti, sekä loi yhteisen ryhmäidentiteetin oppilaiden välille. (Turpeinen 2018.) Monet tanssintutkijat- ja pedagogit puhuvat sen puolesta, että tanssin pitäisi olla rakenteellisesti vahvemmassa asemassa peruskoulussa. Kuten aiemmin todettu, tanssilla on tutkitusti positiivinen vaikutus kognitiivisten kykyjen tehostamiseen, yleiseen hyvinvointiin ja sosiaalisten taitojen kehitykseen. Tanssi voi olla työkalu, jolla ihminen rakentaa omaa kehosuhdettaan ja holistista käsitystä itsestään. Ajattelen näiden asioiden olevan äärimmäisen tärkeitä ihmisen jokaisessa kehitys – ja elämänvaiheessa. Mikä olisi siis parempi paikka aloittaa näiden asioiden työstäminen, kuin peruskoulu? Tanssi on jotain, mitä kaikki voivat tehdä omista lähtökohdistaan, joten tanssitunnin voi helposti tehdä kaikille saavutettavaksi ja tasa-arvoseksi toiminnaksi. Eeva Anttila ja Marja-Leena Juntunen (2019) ehdottavat, että koulut voisivat tehdä yhteistyötä paikallisten taiteilijoiden ja kulttuuritoimijoiden kanssa. Koulut voisivat järjestää harrastustoimintaa koulupäivien jälkeen, sekä lisätä vähän edustettujen taideaineiden, kuten tanssin määrää opetuksessa. Näin voitaisiin tukea laadukasta taidekasvatusta kouluissa. (Anttila & Juntunen 2019.)

Taidekasvatukseen kietoutuu myös kestävän kehityksen teema. Kestävä kehitys on ollut paljon esillä eri asiayhteyksissä ja sen ajankohtaisuus on olennainen osa erilaisia kasvatuksellisia teemoja. Kestävä kehitys tarkoittaa kehityssuuntaa, jossa tunnustetaan talouden, ympäristön, luonnon ja ihmisen välinen yhteys ja vuorovaikutus kestäväällä tavalla. Kestävä kehitys pyrkii tasa-arvoiseen maailmaan, missä ihminen pystyy tyydyttämään omat tarpeensa, mutta ei vaaranna toiminnallaan tulevaisuuden resursseja. Ihminen tunnistaa yhteytensä elinympäristöönsä ja ymmärtää olevansa osana laajempaa kokonaisuutta, sekä havaitsee omien valintojensa vaikutukset ympäristöön. Ihminen ei ole irrallinen osa omasta ympäristöstään tai luonnosta. Arvokkaan, turvallisen ja terveellisen elämän kannalta nyt ja tulevaisuudessa, on tärkeää tuoda kestävän kehityksenperiaatteet osaksi yhteiskunnallista arvo- ja ajatusmaailmaa. (Salonen 2010, 15–19.)

Jokainen kokee maailman omista yksilöllistä lähtökohdistaan. Maailman kokemista voidaan kuitenkin kuvata kokonaisvaltaiseksi ilmiöksi, jonka selittäminen ei ole yksinkertaista. Ihmisillä on erilaisia käsityksiä ja tapoja jäsentää maailmaa, ja niiden kautta muodostuu myös ihmisen suhde maailmaan. (Keto, Foster, Pulkki, Salonen & Värrä 2022, 55–56.) On kuitenkin huomioitava, että ihminen kokee maailman myös käsitteistä ja määritelmistä riippumatta. Kokemusmaailmaa, joka ei perustu valmiiksi jäsennellyyn maailmaan, voidaan kutsua esiobjektiiviseksi maailmaksi. Esiobjektiivisuus käsitteenä perustuu Maurice Merleau-Ponty (1908–1961) filosofiseen ajatteluun, havaintoihin ja tutkimuksiin. Esiobjektiivinen maailma on vaikeasti selitettävä termi, mutta se voidaan käsittää maailmasuhteena ja kokemuksena, mikä on maailmaa jäsentävien kontekstien ja verbaalisen ilmaisun ulkopuolella. (Värrä 2017, 15, 42–45.) Taide ja taidekasvatus tarjoavat väylän harjoittaa ihmisen suhdetta maailmaan kehollisten, emotionaalisten, moniaistillisten ja luovien ulottuvuuksien avulla. Näin ihminen voi päästä lähemmäksi omaa kokonaisvaltaista ja ehyttä maailmasuhdetta. Hyvä esimerkki kokonaisval-

taisesta ja hetkellisestä maailmasuhde olotilasta on tanssiminen. (Keto ym. 2022, 55–56.) Taidekasvatuksen avulla voidaan vahvistaa ihmisen luonto- ja kulttuurisuhdetta, sekä vahvistaa osallisuuden tunnetta ympäristöön. Parhaimmillaan taidekasvatus voi syventää ihmisen luontosuhdetta ja luoda mahdollisuuden kyseenalaistaa sosiaalisia normeja, sekä auttaa käsittelemään omaa arvomaailmaa eri näkökulmista. (Foster 2017, 44–47.)

3.6 Toimijat ja hankkeet

Kulttuurihyvinvointi on laaja käsite ja sen parissa työskentelee paljon eri toimijoita. Kulttuurin, taiteen ja hyvinvoinnin yhteistyötä kehitetään, tutkitaan ja toteutetaan monien eri tekijöiden toimesta. Esittelen seuraavaksi kolme kulttuurihyvinvoinnin ja tanssin yhteistä toimijaa ja hanketta. Kulttuurihyvinvoinnin toteutuminen, on paljolti vielä kiinni erilaisista hankerahoituksista. Hanketoiminnalla on merkittävä vaikutus kulttuurihyvinvoinnin tulevaisuuteen. Hanketoiminta ja hanketoiminnan tutkimustulokset voivat luoda pohjan vakaammalle rahoitukselle ja kulttuurihyvinvoinnin integroitumisen osaksi kiinteitä yhteiskunnallisia rakenteita. Olen valinnut nämä kolme hanketta, sillä kaksi niistä ovat monipuolisesti ja laajasti Suomessa toimivia tai toimineita hankkeita, joiden tekijät ja ylläpitäjät ovat olleet vaikuttamassa kulttuurihyvinvoinnin edistämiseen. Kolmas valitsemani hanke kuvaa hyvin sitä, miten kulttuurihyvinvointi toimintaa voi tukea ja edistää myös kansainvälisesti.

Yksi viimeaikaisista laajoista taiteiden ja taidepedagogiikan tutkimushankkeista on ArtsEqual-hanke. ArtsEqual on Taideyliopiston koordinoima hanke ja se koostuu kuudesta tutkimusryhmästä. ArtsEqual-hankkeen tarkoituksena on tutkia sitä, miten taiteiden kokeminen, tekeminen ja taidekasvatus voitaisiin saattaa mahdollisimman tasa-arvoiseen ja saavutettavaan asemaan kaikille. Lisäksi ArtsEqual-hanke tutkii taiteen vaikutuksia hyvinvointiin ja luo kehitysideoita, sekä suosituksia siitä, miten taidetta voidaan tuoda kestäväällä ja tasapuolisella tavalla osaksi yhteiskunnan rakenteita. Hanketta rahoittaa Suomen Akateemisen strategisen tutkimuksen neuvosto. Tutkimuksen kesto sijoittui vuosien 2015–2021 välille. ArtsEqual-hanke on onnistunut luomaan aseman kulttuurihyvinvoinnin, kulttuuristen oikeuksien ja taidekasvatuksen asiantuntijayhteisönä. (ArtsEqual julkaisuaika tuntematon.) ArtsEqual on julkaissut vuonna 2019 toimenpidesuosituksen koulutus- ja päättäjätahoille, missä tuodaan ilmi kehitysideoita ja suosituksia siitä, miten tanssia voidaan tuoda vahvemmaksi osaksi perusopetusta (Anttila ym. 2019, 2–3). ArtsEqual on myös teettänyt tutkimuksia tanssin vaikutuksista perusopetuksessa. Esimerkiksi aikaisemmin mainittu Tanssi-interventio on osa ArtsEqual-hanketta (Turpeinen 2018). Yksi ArtsEqualin osahanke, on Isto Turpeisen organisoima raaka-lauta työpaja. Raaka-lauta työpaja yhdisti aikuisten ja lasten taidetoiminnan ja pyrki vahvistamaan perhesiteitä yhteisen tanssitoiminnan kautta. (Anttila & Juntunen 2018.)

Monialainen yhteistyö ja yhteistyöverkostot ovat suorastaan välttämättömyys kulttuurihyvinvoinnin toteutumiselle. Vuonna 2015 perustettu Taikusydän, on tällä hetkellä aktiivinen kulttuurihyvinvoinnin toimijoiden tiedottaja ja yhteen saattava verkostoitumisalusta. Taikusydän tekee myös kehitys ja koulutustyötä kulttuurihyvinvoinnin aihepiirissä. Taikusydäntä hallinnoi Turun ammattikorkeakoulu. Taikusydämen toiminta jakautuu 14 alueverkostoon, jotka toimivat eri maakunnissa. Taikusydämen toiminta pyrkii luomaan tasavertaisia mahdollisuuksia kulttuurihyvinvoinnin edistämiseksi ja toteutumiselle eri alueilla Suomessa. Taikusydän on luonut ja luo edelleen suurta yhteisöä kulttuurin, taiteen ja hyvinvoinnin yhteistyön edistämiseksi. (Taikusydän 2023.) Taikusydämen nettisivuilta löytyy

huomattavasti hyvin koostettua tietoa kulttuurihyvinvoinnista ja siihen liittyvistä hankkeista ja toimituksista. Ajattelen, että Taikusydämen kaltainen aktiivinen, informatiivinen ja helposti lähestyttävä toiminta, on merkittävää kulttuurihyvinvoinnin juurtumiselle osaksi yhteiskunnan normeja.

Hanketoiminta kulttuurin ja taiteen parissa tapahtuu myös kansainvälisellä tasolla. Vuosien 2014–2020 ja 2021–2027 on järjestetty Luova Eurooppa -ohjelma. Luova Eurooppa -ohjelma rahoittaa Euroopan alueen ja Euroopan naapuruspolitiikan maiden, rahoitusta hakeneiden organisaatioiden kulttuuri- ja taidetoimintaa. Luova Eurooppa -ohjelman tavoitteena on edistää ja vaalia Euroopan kulttuuriperintöä, sekä kehittää kulttuurialojen taloudellista potentiaalia. Rahoitusta myönnetään toimintaan, joka edesauttaa kulttuurialan kehitystä ja moninaisuutta. (European Commission julkaisuaika tuntematon.) Suomessa Luova Eurooppa -ohjelmaa koordinoi Opetushallitus ja Suomen elokuvasäätiö. (Opetushallitus julkaisuaika tuntematon.) Vuosien 2014–2020 suomalaiset toimijat saivat yhteensä 6,05 miljoonaa euroa hankerahoitusta. Rahoitettuihin hankkeisiin osallistui yhteensä 80 suomalaista toimijaa. (Opetushallitus 2021.) Vuosien 2014–2020 aikana tapahtuneissa hankkeissa oli nähtävissä paljon kulttuurihyvinvointi teemoja. Esimerkiksi suomalaisia osallistanut hanke Bite my Skype (2016–2018) loi monitaiteellisentyöryhmän kanssa työpajatoimintaa lapsille ja nuorille. Työpajojen tarkoituksena oli luoda mahdollisimman saavutettavaa, sekä osallistavaa katutanssi- ja esiintymistoimintaa. (Opetushallitus julkaisuaika tuntematon.) Toinen nähtävissä oleva yhteys kulttuurihyvinvoinnin edistämiseen oli Danceme UP! (2019–2022) hankkeessa. Tässä hankkeessa kehitettiin erilaisia yhteistyömalleja digitaalisten välineiden kautta. Hanke pyrki löytämään uudenlaisia kohtausväyliä tanssijoiden, organisaatioiden ja yleisöjen välille. (Opetushallitus julkaisuaika tuntematon.)

4 KULTTUURIHYVINVOINTI JA TANSSIPEDAGOGI

Tanssipedagogit ovat taidekasvatuksen ja -opetuksen ammattilaisia. Ammattitaitoinen tanssipedagogi osaa työskennellä monipuolisesti erilaisissa ympäristöissä, omaa ammattitaitoaan soveltaen. Tanssipedagogin työ on ihmisläheistä työtä, mikä vaatii tanssipedagogilta monipuoliset työkalut eri-ikäisten ihmisten kohtaamiseen ja heidän kanssaan toimimiseen. Lähtökohtaisesti tanssipedagogilla on hyvät valmiudet työskennellä kulttuurihyvinvointia edistävässä toiminnassa. Seuraavaksi avaan miten tanssipedagogi voi työskennellä kulttuurihyvinvointia edistävällä tavalla ja miten kulttuurihyvinvointi voi vaikuttaa tanssialan tulevaisuuteen, sekä työllisyyteen.

4.1 Eettiset periaatteet

Eettiset periaatteet ovat tärkeitä kaikessa ihmisläheisessä työssä. Eettisten periaatteiden tarkoituksena on ohjata ihmistä toimimaan mahdollisimman tiedostavalla ja muita kunnioittavalla tavalla. Tämä voi esimerkiksi tarkoittaa sitä, että eettisiä periaatteita noudattava henkilö on tietoinen omista toimintatavoistaan ja näkökulmistaan suhteessa ympäristöönsä, jossa hän toimii. Eettisten periaatteiden noudattaminen on osa tiedostavaa ammattitaitoa, jota edellytetään kulttuurihyvinvoinnin parissa työskentelevältä henkilöltä. (Houni ym. 2020, 83–86.)

Suomessa Forum Artis – Taitelijajärjestöjen yhteistyöjärjestö on laatinut eettiset ohjeistukset taide- ja kulttuurialan tekijöille. Eettiset ohjeistukset ovat luotu opetus- ja kulttuuriministeriön toimeksiantosta vuosien 2021–2022 aikana. Eettinen ohjeisto taide- ja kulttuurialalle on tarkoitettu eettisen toiminnan ja hyvien käytäntöjen varmistamiseksi, taide- ja kulttuurialalla. (Forum Artis julkaisuaika tuntematon.) Myös National Organization for Arts in Health eli NOAH on julkaissut eettisen ohjeistuksen kulttuurihyvinvoinnin parissa toimiville henkilöille. Ohjeistus kehottaa pohtimaan esimerkiksi sitä, miten huomioida jokaisen omaa tila ja olla osa yhteisöä kunnioittavalla, tiedostavalla ja turvallisella tavalla. Yhteisten sääntöjen ja käytänteiden sopiminen luovat yhtenäiset ja selkeät lähtökohdat työskentelylle. Kulttuurihyvinvoinnin parissa työskentelevän henkilön on tärkeää muistaa, että hän työskentelee ihmisten kanssa ja osaa toimia heidän etunsa huomioon ottaen. Lisäksi on tiedostettava oma ammattitaitonsa ja toimittava sen puitteissa, sekä hyödyntää taide- ja kulttuurilähtöisiä työskentelymenetelmiä tilanteisiin ja omiin valmiuksiin sopivilla tavoilla. Kulttuurihyvinvoinnin parissa työskentelevä henkilö on vastuussa oman työnsä eettisestä kestävydestä ja laadusta. (National Organization for Arts in Health 2023, 2–6.)

Eettiset periaatteet ohjaavat kulttuurihyvinvoinnin parissa työskentelevän toimijan työtä. Ennen työn toteutumista toimija voi tehdä työstään eettisen arvioinnin. Oman työn eettisiä lähtökohtia voi esimerkiksi verrata valtakunnallisen sosiaali- ja terveysalan eettisen neuvottelukunnan laatimiin suosituksiin. Eettisyyttä tulisi pohtia läpi työprosessin ja työn jälkeen. Eettisyyden arviointi kuuluu itse-reflektio ja dialogisuus toimintaympäristössä. Eettisyyden arviointi syventää toimijan osaamista ja oikeudenmukaisen toiminnan luotettavuutta. (Houni ym. 2020, 83–86.)

4.2 Tanssipedagogi kulttuurihyvinvoinnin parissa

Tanssipedagogi on koulutettu tanssialan ammattilainen, jonka pedagogiset valmiudet ja laaja ymmärrys taidekasvatuksesta, soveltuvat erinomaisesti kulttuurihyvinvoinnin edistämiseen. Ajattelen, että tanssiopetus jo itsessään täyttää kulttuurihyvinvoinnin toteutumisen merkit, mutta sen tasapuolinen saavutettavuus on vielä kehitysvaiheessa. Tanssin taloudellinen ja maantieteellinen saavutettavuus voi olla monille haastavaa. Houni ym. (2020) pohtivat, että kulttuurihyvinvointitoiminnan rahoitus tulisi olla pysyvää, jotta toiminta voisi kasvaa ja sen vaikutukset tulisivat enemmän näkyviksi (Houni ym. 2020, 213). Tanssipedagogi voi itse toimia aktiivisena vaikuttajana alalla. Esimerkiksi hanke- ja yhteistyöehdotukset eri toimijoiden kanssa, yhteydenotot omaan tanssin aluekeskukseen tai kunnan kulttuuripalveluun vastaavaan, ovat keinoja vaikuttaa oman kunnan kulttuurihyvinvointitoimintaan. Monialainen yhteistyö esimerkiksi koulujen, varhaiskasvatuksen ja sote-palveluiden parissa, voivat työllistää tanssipedagogia.

Tanssin mahdollisuudet kulttuurihyvinvointia edistävällä tavalla ovat laajat. Tanssipedagogin on hyvä tunnistaa alansa mahdollisuudet osana elinikäistä oppimista. Kulttuurihyvinvoinnin edistämistä voi lähestyä erilaisilla työ tavoilla. Tanssipedagogin toiminta kulttuurihyvinvoinnin parissa on lähtökohtaisesti ohjaus- tai opetustoimintaa. Tanssi on monipuolisesti sovellettava luovan tekemisen tapa, jonka voi tuoda kaikille ikä- ja ihmisryhmille. Kulttuurihyvinvointitoimintaa voi lähestyä esimerkiksi yhteisötaiteen, pedagogisten interventioiden, työpajojen tai taidelähtöisen hoito- ja kuntoutusmenetelmien avulla (Houni ym. 2020, 19).

Taikusydän on koontanut kattavan muistilistan kulttuurihyvinvoinnin ammattilaiselle siitä, miten ottaa yhteyttä eri toimijoihin, keinoja työn suunnitteluun, huomioitavat asiat työn alkaessa ja sen aikana, sekä työn päättyessä. Ydinasiaksi kiteytyy selkeys oman palvelun sisällöstä ja ymmärrys siitä kenelle sitä tarjotaan. Palvelun tarjoajalla ja vastaanottajalla on oltava yhteisymmärrys siitä, mitä palvelu sisältää. Esimerkiksi erilaiset käytännön asiat, kuten työtila, aikataulut, kulut, korvaukset ja vakuutusasiat on tärkeää hoitaa tarkasti, työn laadun ja luotettavan työsuhteen turvaamiseksi. Ennen työn alkamista, palvelun tarjoaja voi käydä tutustumassa tulevassa toimintapaikassa, jotta tulevan työn edellytykset realisoituvat. (Taikusydän 2023.)

Kulttuurihyvinvoinnin parissa voi hyödyntää työparityöskentelyä. Työparityöskentelyn ideana on tehdä ammatillista yhteistyötä samassa projektissa olevan työparin kanssa. Työparityöskentelyä on mahdollista tehdä moniammatillisista lähtökohdista. Esimerkiksi eri taiteenalan ammattilaiset voivat tehdä yhteistyötä tai työpari voi muodostua taitelijan ja sote-alan ammattilaisen välille. Työparityöskentelyn voi aloittaa jo työn suunnitteluvaiheessa. Yhteistyö työparin kanssa voi rikastuttaa molempipuolista työskentelyä ja avartaa ajatusmaailmaa. Yhteinen suunnittelu, ideointi ja vastuun jakaminen voivat vähentävää yhden henkilön työtaakkaa ja johtaa uusiin kestäviin työtapoihin. Työparin tärkein työväline on osapuolten välinen vuorovaikutus. On tärkeää, että työparin molemmat osapuolet ovat yhteisymmärryksessä toistensa kanssa, jotta työskentely pysyy asianmukaisena ja antoisana. (Houni ym. 2020, 95–107.)

Kulttuurihyvinvoinnin parissa työskentelevältä henkilöltä odotetaan kykyä perehtyä ja orientoitua tulevaan työtehtävään. Hyvä perehtyminen työtehtävään ja – ympäristöön, voi näkyä positiivisella tavalla työn laadussa. Kulttuurihyvinvoinnin parissa toimiva tekijä, on vastuussa työnsä laadusta.

Työn laatua voidaan mitata koko työprosessin ajan. Etenkin työn jälkeen, työn laadusta voi saada arvokasta tietoa. Keräämällä tietoa prosessiin osallistuneiden henkilöiden ajatuksista, sekä mahdollisista ajattelun ja toiminnan muutoksista. Laadun arviointi pitää aina suhteuttaa meneillään olevaan prosessiin. Laatua voidaan mitata sosiaalisten, pedagogisten ja taiteellisten perspektiivien kautta. (Houni ym. 2020, 88–89.)

4.3 Yhteisötaiteesta kulttuurihyvinvointia

Kun työskennellään kulttuurihyvinvoinnin parissa, työskennellään myös ihmisten, ryhmien ja yhteisöjen parissa. Yhteisötaide on yleinen tapa tuoda kulttuurihyvinvointia tanssin keinoin erilaisiin toimintaympäristöihin. Yhteisötaiteen periaatteet perustuvat siihen, että kuka tahansa voi osallistua yhteisötaidetoimintaan omista lähtökohdistaan riippumatta. Yhteisötaidetoiminta pyrkii vastaamaan osallistuvan ryhmän tarpeisiin ja toiminta etenee ryhmän ehdoilla. Yhteisötaiteilija osaa ottaa huomioon erilaiset tekemisen ja olemisen valmiustasot, sekä käyttää tilanteeseen sopivia kommunikointi – ja ilmaisutapoja. Yhteisötaide voi luoda taiteellisia esitettäviä kokonaisuuksia, mutta yhteisötaiteen päätavoite on yhteisessä taiteen tekemisessä ja kokemisessa. (Jussilainen 2019.)

Yhteisötaide voidaan eritellä omiin taiteenlajeihin. Kun yhteisötaiteen päätyövälineenä käytetään tanssia, voidaan puhua yhteisötanssista. Yhteisötanssi on hetkessä tapahtuvaa ja tanssin kokemuksellisuutta painottavaa toimintaa. Yhteisötanssi pyrkii olemaan saavutettava ja inklusiivinen kerta-luontoinen tai jatkuva tapahtuma, johon kaikki ovat tervetulleita. Yhteisötanssin ohjaajana toimii tanssialan ammattilainen. Suomessa on toiminut vuodesta 1999 lähtien Yhteisötanssi ry, joka on yhteisötanssin ammattilaisten yhdistys. Yhteisötanssi ry toimii yhteisötanssin verkostona tanssin kentällä. Yhteisötanssi ry järjestää yhteisötanssitapahtumia, festivaaleja ja hankerahoitteista toimintaa, kuten tanssiryhmien perustamista ja kiertuetoimintaa päiväkodeissa, sekä kouluissa. (Yhteisötanssi ry julkaisuaika tuntematon.)

Yhteisötaiteilijalla on vastuu omasta ammattitaidostaan ja sen mukaan toimimisesta. Tämän lisäksi yhteisötaiteilijan on tunnistettava erilaiset tilanteessa ja ryhmässä syntyvät valtasuhteet, sekä oma roolinsa siinä. Omat taiteelliset pyrkimykset eivät saa laiminlyödä yhteisötaiteen periaatteita, vaan yhteisötaide syntyy yhteisöstä käsin. Yhteisötaiteilijan toimii monesti enemmän fasilitoijan roolissa, mutta tarpeen tullen voi käyttää myös didaktisia menetelmiä. (Jussilainen 2019.)

4.4 Kulttuurihyvinvointi ja työllisyys

Vuonna 2023 Tilastokeskuksen julkaiseman työvoimatutkimuksen mukaan, vuonna 2022 noin 25 % kulttuurialanammateissa työskenteli yrittäjinä, ja palkansaajina noin 63 %. Määräaikaisten töiden osuus oli noin 12 %. (Tilastokeskus 2023.) Taiteen- ja kulttuurialanammattilaisten, kuten tanssinopettajien työt saattava helposti olla pirstaleisia ja muodostua pienistä paloista. Lyhyet ja määräaikaiset työsuhteet, sekä useamassa työpaikassa samaan aikaan työskenteleminen on hyvin yleistä kulttuurialoilla (Tilastokeskus 2023). Tampereen yliopiston hallinnoiman Töissä.fi – sivuston mukaan, valmistuneiden tanssinopettajien työttömyysprosentti oli noin 3 %. Tanssinopettajat olivat myös työllistyneet moniin eri työtehtäviin tanssinopetuksen ulkopuolelle. Aineisto kerättiin uraseurantakyselyillä vuosina 2017–2022 ja vastanneita oli 60. (Töissä.fi julkaisuaika tuntematon.) Tanssinopettajien suuri työllisyysaste on yleisesti tiedossa, mutta hyvä työllistymisprosentti ei tarkoita aina sitä,

että tanssinopettaja on saanut tarvittavan määrän työtunteja tai kohtuullisen toimeentulon työstään. Sen vuoksi, en itse aina pidä tanssinopettajien työllisyysprosenttien vastaavaan aivan sitä käsitystä, mikä työllistyneestä yleensä on.

Vuoden 2022 taiteen ja kulttuurin barometrissa todettiin, että taidealalla esiintyy työn tekemisen epäsäännöllisyyttä ja itsensä työllistäminen on yleistynyt (Ruusuvirta, Lahtinen, Rensujeff & Leppänen 2023, 11). Kulttuuri ja taideoilla tehdään myös paljon niin sanottua näkymätöntä tai ilmaista työtä, mikä on yleensä suunnittelutyötä. Taide- ja kulttuurialalla työskentelevät ovat tottuneet työllistämään itseään ja pitämään monta lankaa samaan aikaan käsissä. Monille työelämän epävarmuus voi olla kuormittava tekijä. Taiteen ja kulttuurin barometrin 2022 mukaan, erityisesti nuoret kokevat eniten työn kuormittavuutta taideoilla. Itseasiassa työhyvinvoinnin koettiin lisääntyvä iän myötä. Esimerkiksi eläkkeen myötä, monet taidealan ammattilaiset saavat säännöllisen tulon, mikä voi mahdollistaa työskentelyn ilman taloudellista painetta. (Ruusuvirta ym. 2023, 55,59,81.)

Moni taide- ja kulttuurialalle työskentelemään suuntautuva henkilö, on todennäköisesti varautunut alan epävakauteen. Mutta voisiko alalle syntyä lisää varmoja, rakenteisiin juurtuneita työpaikkoja? Rakenteilla tarkoitan yhteiskunnallisia rakenteita kuten esimerkiksi kouluja, sairaaloita ja päiväkotiteja. Voisiko kulttuuri- ja taidetoiminnan, kuten tanssin, saada integroitua paremmin näihin rakenteisiin ja lisätä arjen kulttuurisuutta, sekä hyvinvointia? Kulttuurihyvinvoinnin hanke- ja projektiluontoinen toiminta, on jo jatkuvaa toimintaa monissa kunnissa. Kansalaisten tasa-arvoisten kulttuuristen oikeuksien turvaamiseksi olisi kuitenkin tärkeää, saada kulttuurihyvinvointi toiminta osaksi rakenteellista toimintaa, jota ylläpidetään valtio tasolta asti. Kulttuurihyvinvointitoiminta täytyy olla jatkuvaa, jotta se pystyy kehittymään ja vaikuttamaan. Kulttuurihyvinvointitoiminta on monialaista ja toimialoja ylittävää työtä. (Houni ym. 2020, 21; Perho 2015, 48.) Pirkanmaan kulttuurihyvinvointisuunnitelmassa 2017 todetaan, että kulttuurihyvinvointia edistävä vakaa rahoitusmalli edistäisi kulttuurihyvinvoinnin pysyviä toimintatapoja. Kulttuurihyvinvointisuunnitelmassa ehdotetaan kokeilua rahoitusmallista, jossa tietty prosenttiosuus sosiaali- ja terveydenhuollon käyttömenoista määrättäisiin kulttuurihyvinvointipalveluihin. Samassa toimenpide-ehdotuksessa viitataan myös siihen, että halutaan mahdollistaa kulttuurihyvinvoinnin parissa työskenteleville taidealantoimijoille, pitkäkestoisia työjaksoja, sekä luoda monialaisia työpareja. (Haapalainen ym. 2017, 27–28,34.) Ihanteellista olisi, jos kulttuurihyvinvoinnille saataisiin pysyvä budjettirahoitus (Houni ym. 2020, 213).

Kulttuurihyvinvointia tarkastellaan useasti yhteisön näkökulmasta. Pohdinta keskittyy siihen, mitä hyvää kulttuurihyvinvointi voi tuoda eri yhteisöille ja yhteiskunnalle. Se on tärkeää, sillä mitä enemmän tunnustetaan ja tunnustetaan kulttuurihyvinvoinnin vaikutuksia, sitä paremmin se integroituu yhteiskunnan rakenteisiin ja voi luoda uusia pitkäkestoisia työpaikkoja. Kulttuurihyvinvoinnin jaloissa peruspalveluiden sisällä, on merkittävää myös kulttuurialantyöntekijälle. Kulttuuri- ja taidealan laajeneminen uusiin ympäristöihin, mahdollistaa uusia aluevaltauksia kulttuuri- ja taidekentällä (Houni ym. 2020, 19).

5 TUTKIMUSMENETELMÄT

Tutkimusmenetelmät luvussa kerron mitä tutkimusmenetelmiä käytin opinnäytetyön koostamisessa, sekä avaan niiden periaatteita. Kerron myös opinnäytetyön suunnittelu- ja työstämisprosessista, sekä ajatuksistani ja tavoitteistani opinnäytetyön suhteen. Pohdin vielä lopuksi opinnäytetyön eettisyyttä, omien työtapojeni, valintojeni ja ajatusmaailmani näkökulmasta.

5.1 Kuvaileva kirjallisuuskatsaus

Tämän opinnäytetyön koostamiseen on käytetty kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tutkimusmenetelmää. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus on yksi kirjallisuuskatsauksen toteuttamistavoista. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus on tyypillisesti yleinen katsaus tutkittavaan aiheeseen. Kuvailevaan kirjallisuuskatsaukseen kuuluu laajan lähdeaineiston käyttäminen ja sitä eivät rajaa tiukat säännöt ja rajaukset. Kuvaileva kirjallisuuskatsaus pyrkii kuvaamaan tutkimusaihetta laajasti. (Salminen 2011, 3–8.)

Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen menetelmien lisäksi, tässä opinnäytetyössä on nähtävissä myös narratiivisen kirjallisuuskatsauksen metodeja. Narratiivinen kirjallisuuskatsaus on kuvailevan kirjallisuuskatsauksen kuuluva metodi, jonka avulla kuvailevan kirjallisuuskatsauksen aihetta voidaan käsitellä laajemmassa kehyksessä. Narratiivisessa kirjallisuuskatsauksessa yleisin toteuttamistapa on yleiskatsaus, jossa pyritään koostamaan tutkitusta tiedosta oma tiivis kokonaisuus. Narratiivinen metodi pyrkii jäsentämään valmista tietoa yhtenäiseksi luettavaksi tapahtumaksi, eikä se pyri tuottamaan varsinaista analyttistä tulosta. (Salminen 2011, 3–8.)

Valitsin kuvailevan kirjallisuuskatsauksen opinnäytetyön tutkimusmenetelmäksi, sillä sen kautta pystyin käsittelemään aihetta laajasti, jo olemassa olevan aineiston kautta. Tutkimusmenetelmänä kuvaileva kirjallisuuskatsaus mahdollisti sen, että pystyin rajaamaan aihetta jo lähdeaineiston perusteella, eikä opinnäytetyöni ollut sidoksissa esimerkiksi vain tiettyihin tutkimustuloksiin. Pystyin käsittelemään laajoja aiheita tiiviinä lukuina ja kappaleina, muodostaen samalla yhtenäisen kokonaisuuden. Narratiivisen kirjallisuuskatsauksen metodit selkeyttivät ja jäsensivät opinnäytetyön muodostamista tarkempaan muotoon.

5.2 Opinnäytetyön koostaminen

Kun päätin, että opinnäytetyö tulee olemaan kuvaileva kirjallisuuskatsaus, lähestyin sen kokoamista eri työskentelytavoilla. Ensin muodostin tutkimuskysymykset, joiden pohjalta laadin avainsanoja. Avainsanojen kautta, lähdin kartoittamaan lähdeaineistoa. Hahmottelin kokonaisuutta erilaisten ajatuskarttojen ja listauksien avulla. Etsin opinnäytetyöaiheeni kannalta tärkeitä ilmiöitä ja teemoja, mitä halusin myös käsitellä. Näiden avulla hahmottelin opinnäytetyön sisältöä ja mahdollisia otsikoita. Kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tutkimusmenetelmien mukaan, käytän jo olemassa olevaa aineistoa, joka koostuu aiheeseen liittyvästä kirjallisuudesta, tilastoista, tutkimuksista, lakipykälästä, artikkeleista, hankkeista ja tiedotteista. Pyrin luomaan laajan kokonaiskatsauksen opinnäytetyöaiheeseen, ja sen vuoksi pyrkinyt käyttämään resurssieni puitteissa olevaa mahdollisimman laajaa ja kattavaa aineistoa. Tavoitteeni oli luoda tiivistetty kokonaiskuva kulttuurihyvinvoinnista tanssinalan näkökulmasta. Ensimmäisissä tiedonkeruumenetelminä käytin kirjastojen kirjallisuusaineistoa ja Google Scholar-hakupalvelua. Hain aineistoa suomen ja englannin kielellä.

Toinen työskentelytapa oli aineiston ennakoiva rajaus. Ymmärsin jo heti opinnäytetyön tekemisen alussa, että opinnäytetyön aihe on hyvin laaja, joten rajasin opinnäytetyö aiheen aineistolähteitä mahdollisimman paljon jo heti aineistokeruun alussa. Valikoin aineistonkeruuseen vain tiettyjä aiheita, hakusanoja ja aineistoa, mitkä vastasivat jo hahmottelemieni opinnäytetyön lukujen otsikoita ja tutkimuskysymyksiä. Olen tietoisesti rajannut tai tiivistänyt isojakin aiheeseen liittyviä asioita ja asiayhteyksiä, jotta sain aiheen pysymään kulttuurihyvinvoinnin ja tanssin viitekehyksessä. Löytämäni lähdeaineisto ja sen läpikäyminen veivät minua myös uusien aiheiden ja lähteiden pariin, mitkä sopivat opinnäytetyöni viitekehukseen ja tutkimuskysymyksiin. Opinnäytetyön suunniteltuun sisältöön tuli siis vaihtelua, opinnäytetyöprosessin edetessä, sillä oma ymmärrykseni ja tietoni aiheesta kasvoi, opinnäytetyön tekemisen myötä.

Kolmas työskentelytapa oli lähteiden keskinäinen vertailu. Kävin jatkuvaa vuoropuhelua eri lähteiden välillä, sekä tutkimuskysymysten välillä, jotta saisin luotua loogisesti etenevän ja eheän kokonaisuuden. Opinnäytetyön suunnittelun ja kokoamisen apuna käytin myös Sirkka Hirvasjärven, Pirkko Remeksen ja Paula Saajavaaran (2010) kirjoittama Tutki ja kirjoita – kirjaa, sekä Margit Mannilan (2021) Kirjallisuuskatsaus opinnäytetyön muotona- artikkelia (Hirvasjärvi, Remes, Saajavaara 2010; Mannila 2021). Ensimmäisenä ja lopulta kokonaisuuden kannalta erittäin tärkeänä tiedonlähteenä käytin Pia Hounin, Isto Turpeisen ja Johanna Vuolaston (2020) kirjoittamaa TAIDETTA! Kulttuurihyvinvoinnin käsikirjaa (Houni ym. 2020). Aineiston kerääminen ja sen validisointi sopivien ja luotettavien lähteiden löytämiseksi oli oleellinen osa tämän opinnäytetyön koostamista.

Opinnäytetyön työstäminen alkoi tammikuussa 2024. Käytin ensimmäiset kaksi kuukautta hahmottelemalla sitä, miten haluaisin opinnäytetyön tehdä ja miten käsitellä aihetta. Kun opinnäytetyön muoto ja aihe alkoivat selkiytyä, aloin tutustumaan käyttämiini tutkimusmenetelmiin ja lähdeaineistoon. Tutkimusmenetelmien ja sopivan lähdeaineiston etsimiseen aikaa kului noin kaksi viikkoa. Koostin ensin alustavan lähdeaineisto materiaalin, jonka avulla pystyin aloittamaan opinnäytetyön kirjoittamisen. Työn edetessä etsin myös lisää lähdeaineistoa. Opinnäytetyön aktiivisen kirjoittamisen aloitin maaliskuussa 2024. Tavoitteeni oli saada opinnäytetyö valmiiksi kevään 2024 aikana.

5.3 Opinnäytetyön eettisyys

Opinnäytetyöni eettisen kestävyuden varmistamiseksi olen tutustunut ja toiminut Arenen ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettisten suositusten ja Tutkimuseettisen neuvottelukunnan (TENK) laatimien hyvien tieteellisten käytäntöjen mukaan (Arene ry 2020; Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2023). Opinnäytetyöni toteutui kirjallisuuskatsauksen muodossa, joten pyrin olemaan erityisen tarkka lähdeaineisto oikeanlaisesta käytöstä. Olen käsitellyt lähdeaineistoani mahdollisimman rehellisellä ja asianmukaisella tavalla niin, että saan muodostettua toimivan opinnäytetyö kokonaisuuden, kunnioitten lähteiden alkuperää.

Pidin huolen siitä, että käyttämieni lähteiden alkuperät ja tekijät tulevat esiin selkeällä tavalla. Käytin mahdollisimman useita, monipuolisia ja luotettavia lähdeaineistoja taatakseni mahdollisimman monipuolisen näkemyksen aiheesta. Useiden lähdeaineistojen käyttäminen varmisti myös, että opinnäytetyössä ei esiinny samankaltaisuuksia yksittäisten lähdeaineistojen kanssa. Tiedostin, että käyttämällä kuvailevan kirjallisuuskatsauksen tutkimusmenetelmää on tärkeää, että lukija selkeästi ymmärtää

mistä ja miten opinnäytetyö on koostettu. Olin myös tarkka käyttämieni lähteiden luotettavuudesta ja tarkistin aina käyttämieni lähteiden alkuperän ja tekijöiden asianmukaisuuden. Minulle oli tärkeää, että opinnäytetyöni sisältö on informatiivinen ja luotettava.

Valitsin käyttämäni lähteet niiden tekijöiden, ajankohtaisuuden ja sisällön vuoksi. Tahdoin käyttää sellaisten tutkijoiden ja toimijoiden aineistoa, jotka olivat selkeästi toimineet kulttuurin, taiteen ja hyvinvoinnin parissa, sitä edistävällä, tutkivalla, informoivalla tavalla. Pidin lähdeaineiston rajauksen kulttuurihyvinvointiin ja tanssiin liittyen. Halusin laajan kuvauksen kulttuurihyvinvoinnin mahdollisuuksista, joten rajasin ja tiivistin valitsemieni aiheiden sisällöt, ja toin niistä esiin mielestäni oleellisia pääkohtia. Pyrin poissulkemaan lähdeaineistosta kaikki muut kulttuuri- ja taidealat, kuin tanssin. Opinnäytetyössä silti viitataan yleisesti kaikkiin kulttuuri- ja taidealoihin, sillä kulttuurihyvinvointia tutkiessa kulttuuri- ja taidealoja ei aina eriytetä toisistaan. Lähdeaineisto vei minut usein muiden lähdeaineistojen pariin ja lähdeaineistoilla on saattanut olla vaikutusta siihen, mihin suuntaan olen opinnäytetyötä rakentanut ja millä tavoin esittelen opinnäytetyön aihetta.

Ennen opinnäytetyöprosessin aloittamista, selvitin omat resurssini ja esteellisyyteni, opinnäytetyöhön liittyen. Minulla oli pääsy tarvittavaan ja asianmukaiseen lähdeaineistoon, jota pysyitin hyödyntämään opinnäytetyössä eettisesti kestäväällä tavalla. Ymmärrän, että näkökulmani tähän aiheeseen ei ole täysin neutraali, sillä haluan edistää kulttuurihyvinvointia tanssin keinoin, myös omista ammatillisista intresseistäni lähtien. En ole kuitenkaan kulttuuripoliittisesti tai kunnallisesti päättävissä elimissä mukana, eikä opinnäytetyössä tuoda esiin selkeitä poliittisia kannanottoja. Lähtökohtaisesti toivon, että lukija muodostaa oman käsityksen kulttuurihyvinvoinnin ja tanssin mahdollisuuksista ja pitää opinnäytetyötä ennemminkin informatiivisena, kuin puolueellisena kokonaisuutena.

6 POHDINTA

Tässä pohdintaluvussa luon yhteenvedon opinnäytetyössä esiintuoduista aiheista ja sisällöstä. Tulen käymään vuoropuhelua opinnäytetyön aiheellisen sisällön kanssa, sekä peilaamaan sitä asettamiini tutkimuskysymyksiin, jotka olivat seuraavat: Mikä merkitys tanssilla on hyvinvointiin? Kuinka kulttuurihyvinvointia voi edistää tanssin keinoin? Mikä merkitys kulttuurihyvinvoinnilla on ihmisiin ja yhteisöihin? Kerron ajatuksiani opinnäytetyöprosessista ja sen merkityksestä minulle ammatillisen kasvun ja tanssialan ammattilaisen näkökulmasta. Haluan tuoda esiin opinnäytetyön keskiöön muodostuneita tärkeitä teemoja ja siitä heränneitä ajatuksia. Pohdintaluku kokoaa omat näkemykseni opinnäytetyöstä tekijän näkökulmasta ja pohdin myös oman kokemusmaailmani ja näkökulmieni vaikutusta opinnäytetyön aiheen kirjoittamiseen.

6.1 Opinnäytetyön yhteenveto

Opinnäytetyössä kävi ilmi, että kulttuurin kokemisella ja tekemisellä on yhteys ihmisten ja yhteisöjen hyvinvointiin. Kulttuurihyvinvointi turvaa ihmisen kulttuurisia oikeuksia ja mahdollista ihmiselle toimijuuden tunteen omassa ympäristössään ja yhteisössään. Kulttuurihyvinvointitoiminta on jo nähtävissä kunnallisella ja yhteiskunnallisella tasolla. Kulttuurihyvinvointitoimintaa on kuitenkin pystytty järjestämään ja ylläpitämään lähinnä hankerahoituksen avulla.

Kulttuurihyvinvoinnin vaikutuksista on luotettavaa tutkimustietoa, jonka valossa kulttuurihyvinvointitoiminta on kannattavaa. Kulttuurihyvinvointitoiminnan jatkuvuuden ja tasa-arvoisen saavutettavuuden takaamiseksi on kuitenkin tehtävä vielä töitä. Kulttuurihyvinvointi on saatava vakaamaksi osaksi yhteiskunnallisia rakenteita ja kulttuurihyvinvointitoimintaa tulisi siten ohjata valtakunnalliselta tasolta asti, jotta kansalaisten kulttuuriset oikeudet toteutuisivat tasapuolisesti. Suomessa perustuslaki, laki kuntien kulttuuritoiminnasta ja YK:n ihmisoikeuksien yleismaailmallinen julistus takaavat kansalaisten kulttuurisia oikeuksia ja perustelevat kulttuurihyvinvointitoiminnan tarpeellisuutta.

Opinnäytetyössä ilmeni kulttuurihyvinvointitoiminnan mahdollisuudet monialaisiin ja monitasoisiin työskentelymalleihin. Kulttuurihyvinvointitoimintaan työllistyvät kulttuurialan ammattilaiset, kuten tanssipedagogit. Tanssipedagogit voivat hyödyntää pedagogista osaamistaan ja pätevyyttään taidekasvatuksen ammattilaisena kulttuurihyvinvoinnin parissa. Tanssialan toimijoiden yleinen työskentelytapa kulttuurihyvinvoinnin parissa on yhteisötaidetoiminta. Tanssialan ammattilainen voi työskennellä kulttuurihyvinvoinnin parissa esimerkiksi kouluissa, sairaaloissa ja hoitokodeissa. Tanssilla on todettu olevan moninaisia vaikutuksia terveyteen, hyvinvointiin ja osallisuuden kokemukseen. Tanssi on moniaistillinen ja moniulotteinen tekemisen ja olemisen tapa, mitä jokainen voi tehdä omista lähtökohdistaan käsin. Tämän vuoksi tanssin kokeminen ja tekeminen ovat erinomaisia tapoja edistää kulttuurihyvinvointia.

Opinnäytetyöni vastasi asettamiini tutkimuskysymyksiin. Ymmärrän, että opinnäytetyössä käsiteltävä aihe on hyvin laaja, enkä mitenkään pysty käsittelemään kaikkea siihen liittyvää, omien resurssieni puitteissa. Pyrin rajaamaan aihetta tanssialan ammattilaisen näkökulmasta ja tuomaan esiin itselleni tärkeiksi kokemia pääkohtia aiheesta. Opinnäytetyössä esiintyy vain yksi näkökulma ja katsaus aiheeseen, johon liittyy vahvasti oma näkökulmani tanssialan ammattilaisena. Tanssialan ammattilai-

sena pidän kulttuuria ja taidetta suuressa arvossa, millä on voinut olla vaikutusta opinnäytetyön kirjoittamisen lähtökohtiin ja niihin aiheisiin, mitä olen nostanut esiin opinnäytetyössä. Olen tietoisesti valinnut tuoda esiin vain kulttuurihyvinvointiin liittyviä mahdollisuuksia ja positiivisia vaikutuksia, enkä perehtynyt aiheen mahdolliseen problematiikkaan.

Pidän opinnäytetyön lähdeaineistoa luotettavana ja olen pyrkinyt käyttämään sitä asianmukaisella tavalla, jotta opinnäytetyön sisältö ja prosessi olisi luotettava ja läpinäkyvä. On kuitenkin hyvä ottaa huomioon, että kulttuurihyvinvoinnin tutkimustavat ja lähtökohdat ovat erilaisia, sekä kulttuuri, taiteen ja hyvinvoinnin kokemukset ovat vahvasti sidoksissa subjektiivisiin lähtökohtiin. Kulttuurihyvinvointia, sekä kulttuurihyvinvoinnin ja tanssin suhdetta voitaisiin tutkia vielä enemmän ja toivon myös, että niin tapahtuu. Kuten aiemmin totesin tässä opinnäytetyössä tutkimustieto varmistaa ja edistää kulttuurihyvinvoinnin asemaa yhteisöissä ja yhteiskunnassa. Opinnäytetyön tekijänä koen, että sain luotua tavoitteeni mukaisen helposti lähestyttävän ja informatiivisen kokonaisuuden, joka voi avartaa lukijan käsityksiä kulttuurihyvinvoinnista ja ohjata lukijaa tutustumaan enemmän aiheeseen.

6.2 Opinnäytetyön pohdinta

Kun aloitin opinnäytetyön työstämisen, tahdoin löytää tavan, jolla voisin kertoa tanssin merkityksistä laajemmalla ja yhteiskunnallisella tasolla. Ennen opinnäytetyöprosessia minulla ei ollut käsitystä vielä siitä, mitä kulttuurihyvinvoinnilla tarkoitetaan ja miten se käytännössä ilmenee. Kulttuurihyvinvointi oli minulle täysin vieras käsite. Kulttuurihyvinvointi käsitteeseen törmätessäni olin innoissani, sillä löysin yhteyden kulttuurihyvinvoinnin ja tanssin välille, ja opinnäytetyöni aihe selkeni minulle. Kulttuurihyvinvointi on verrattain tuore termi, mutta siitä löytyi kiitettävästi tutkimustietoa, kirjallisuutta, artikkeleita ja tilastotietoa, joiden avulla pystyin syventymään aiheeseen lisää. Kulttuurialalle valmistuvana henkilönä, koin sen todella merkitykselliseksi, että pystyisin kokoamaan opinnäytetyönäni selkeän kokonaisuuden, jossa tuodaan esiin kulttuurihyvinvoinnin ja tanssin välisiä yhteyksiä ja mahdollisuuksia. Tämä auttoi minua syventymään ja ymmärtämään oman alani työllistymismahdollisuuksia ja tulevaisuuden kuvia.

Opinnäytetyön koostaminen opetti minulle paljon uutta yhteiskunnallisista ja kulttuuripoliittisista asioista, kuten kulttuurihyvinvointiin liittyvästä hanketoiminnasta, kulttuuritoimintaan liittyvästä lainsäädännöstä, sekä monialaisen työskentelyn tavoista. Ymmärsin oman ammattini ja työni roolin yhteiskunnallisessa mittakaavassa, mikä loi minulle ammatillisesta merkityksellisyyden tunnetta. Ajattelen, että kulttuurialan ammattilaisena on hyvin yleistä joutua perustelemaan oma työnsä merkitystä. Koen, että opinnäytetyö onnistui perustelemaan kulttuuri- ja taidealan, kuten tanssin merkitystä monitasoisesti. Voin käyttää opinnäytetyön kautta oppimiani ja sisäistämiäni asioita, oman ammatillisen perustani rakentamiseen ja vahvistamiseen. Toivon myös, että opinnäytetyö voisi tarjota sitä kaikille opinnäytetyön lukijoille, jotka toimivat kulttuuri- ja taidealoilla.

Opinnäytetyön tekemisellä oli suuri vaikutus ammatilliseen kasvuuni. Kuten jo todettu, se auttoi minua ymmärtämään oman ammattini roolin laajemmassa mittakaavassa ja opin paljon uutta kulttuuri-

hyvinvoinnin aihepiiristä. Opin paljon itsestäni ja omista mielenkiinnonkohteistani kulttuuri- ja taidealan sisällä. Opinnäytetyö on avannut minulle uusia suuntia ja mahdollisuuksia, joita kohti edetä. Voisin olla kiinnostunut työskentelemään tulevaisuudessa kulttuurihyvinvoinnin parissa.

Opinnäytetyön koostaminen saattoi olla ajoittain haastavaa aiheen runsauden ja omien resurssien rajallisuuden vuoksi, mutta pidin työskentelyä tämän aiheen äärellä arvokkaana ja kiinnostavana, mikä auttoi paljon opinnäytetyön työstämisprosessia. Olisin voinut käyttää enemmän aikaa opinnäytetyön tekemiseen, jotta aktiivinen työskentely periodi ei olisi ollut niin tiivis. Kulttuurihyvinvointia, sekä kulttuurihyvinvoinnin ja tanssin suhdetta voidaan tutkia monissa eri viitekehyksissä. Esimerkiksi seuraavaksi voisi tutkia, miten erilaiset kulttuurihyvinvointi hankkeet ja rahoituspäätökset etenevät valtiollisella ja kunnallisella tasolla.

Opinnäytetyöhön muodostui hienovarainen poliittinen sävy, mikä oli mielestäni ehdotonta, sillä opinnäytetyön aihe oli jo lähtökohtaisesti poliittinen. Kulttuurihyvinvointi sitoutuu laajasti kulttuuri- ja hyvinvointipolitiikkaan. Koen, että tämä opinnäytetyö on tavallaan myös oma kannanottoni kulttuurihyvinvointia koskeviin asioihin. Tiedostan tarpeeni tuoda esiin kulttuurihyvinvointiin ja tanssiin liittyviä hyötyjä ja mahdollisuuksia ja edistää niiden yhteiskunnallista asemaa.

LÄHTEET

Anttila, Eeva 2009. Tanssin kosketus. Taide ja taito – Kiinni elämässä! Taide- ja taitokasvatuksen julkaisu. https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/49220_taide_ja_taito.pdf. Viitattu 22.3.2024.

Anttila, Eeva 2013. Koko koulu tanssii! Kehollisen oppimisen mahdollisuuksia koulu yhteisössä. Teatterikorkeakoulu, esittävä taiteiden tutkimuskeskus. E-kirja. Helsinki: Edita Prima Oy. Viitattu 22.3.2024.

Anttila, Eeva & Juntunen, Marja-Leena 2018. Näkökulmia kansalliseen lapsistrategiaan. ArtsEqual. Taideyliopisto. Pdf-tiedosto. Muokattu 13.2.2019. <https://okm.fi/documents/1410845/12479361/04+Eeva+Anttila+Taideyliopisto.pdf>. Viitattu 4.4.2024.

Anttila, Eeva & Juntunen, Marja-Leena 2019. Taidekasvatus: Peruskoulun sokea piste. https://taju.uniarts.fi/bitstream/handle/10024/7504/Juntunen_%26_Anttila_Taidekasvatus_Peruskoulun_sokea_piste_Final_draft.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Viitattu 4.4.2024.

Anttila, Eeva, Jaakonaho, Liisa, Kantomaa, Marko, Siljamäki, Mariana & Turpeinen, Isto 2019. Tanssi liikuttaa. Toimenpidesuositus Opetushallitukselle, opettajille, opettajankouluttajille, rehtoreille, kunnille ja poliittisille päättäjille. https://sites.uniarts.fi/documents/14230/0/PB_Tanssi+liikuttaa+1_2019/d27f1e7d-31b8-4727-9aff-18499dd90539. Viitattu 8.4.2024.

Arene ry 2020. Ammattikorkeakoulujen opinnäytetöiden eettiset suositukset. Pdf-tiedosto. <https://www.arene.fi/wp-content/uploads/Raportit/2020/AMMATTIKORKEAKOULUJEN%20OPINN%c3%84YTET%c3%96IDEN%20EETTISET%20SUOSITUKSET%202020.pdf?t=1578480382>. Viitattu 20.4.2024.

ArtsEqual julkaisuaika tuntematon. Tietoa hankkeesta. ArtsEqual nettisivut. Verkkojulkaisu. <https://www.artsequal.fi/fi/tietoa-hankkeesta>. Viitattu 8.4.2024.

Baloch, Suvi, 2023. Opistojen tanssilinjojen hidas kuolema. Suomen tanssi – ja sirkustaiteilijat ry:n jäsenlehti. Verkkojulkaisu. <https://www.teme.fi/fi/liitos/opistojen-tanssilinjojen-hidas-kuolema/>. Viitattu 27.2.2024.

European Commission julkaisuaika tuntematon. Tietoa Luova Eurooppa ohjelmasta. Luova Eurooppa. Culture and Creativity. Euroopan unionin virallinen nettisivu. Verkkojulkaisu. <https://culture.ec.europa.eu/fi/creative-europe/about-the-creative-europe-programme>. Viitattu 9.4.2024.

Fancourt, Daisy & Finn Saoirse 2019. Health Evidence Network synthesis report 67. What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. Maailmaterveysjärjestö WHO:n teettämä tutkimus.

<https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/329834/9789289054553-eng.pdf?sequence=3&isAllowed=y>. Viitattu 18.3.2024.

Forss, Päivi & Vatula-Pimiä, Marja-Leena 2014. Sosiaalinen turva ja hyvinvointi. 5. uudistettu painos. Porvoo: Edita Publishing Oy. Viitattu 15.3.2024.

Foster, Raisa 2017. Nykytaidekasvatus toisintekemisenä ekososiaalisten kriisien aikakaudella. Sosiaalipedagoginen aikakauskirja, vuosikirja 2017, vol 18. Artikkel. <https://journal.fi/sosiaalipedagogiikka/article/view/63484/30610>. Viitattu 17.4.2024.

Forum Artis julkaisuaika tuntematon. Eettinen ohjeisto taide- ja kulttuurialalle. Eettinentaide.fi – nettisivut. Verkkojulkaisu. <https://eettinentaide.fi/taustaa/>. Viitattu 3.5.2024.

Haapalainen, Arttu, Keltti, Pia, Kuitu, Pilvi, Pöntinen, Sanni, Saari, Marita, Varjonen-Toivonen, Maarit & Ylänen, Jaana 2017. Pirkanmaan alueellinen kulttuurihyvinvointisuunnitelma. https://storage.googleapis.com/turku-amk/2017/07/pirkanmaan_kulttuurihyvinvointisuunnitelma.pdf. Viitattu 22.3.2024.

Hansen, Pil, Main, Caitlin & Hartling, Liza, 2021. Dance Intervention Affects Social Connections and Body Appreciation Among Older Adults in the Long Term Despite COVID-19 Social Isolation: A Mixed Methods Pilot Study. *Front. Psychol.* 12:635938. doi: 10.3389/fpsyg.2021.635938. <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2021.635938/full>. Viitattu 28.3.2024.

Heinilä, Harri 2021. Hip hop ja jazztanssi – Afrikkalaisamerikkalaisen tanssin jatkumo. Musiikkiarkisto. Verkkojulkaisu. ISBN 978-952-68364-8-5. <https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/e72fdgcd-1cfa-4f57-bcbf-02ee05ae1cd4/content>. Viitattu 23.3.2024.

Hirsjärvi, Sirkka, Remes, Pirkko & Sajavaara, Paula 2010. Tutki ja kirjoita. Hämeenlinna: Kariston Kirjapaino Oy. 15.–16. painos. Viitattu 19.4.2024.

Houni, Pia, Turpeinen, Isto & Vuolasto, Johanna 2020. TAIDETTA! Kulttuurihyvinvoinnin käsikirja. Helsinki: Taiteen edistämiskeskus (TAIKE). Viitattu 15.3.2024.

Hoppu, Petri 1998. Tanssi, yhteiskunta ja historia. Etnomusikologian vuosikirja 10. Verkkokirja. [file:///C:/Users/OMISTAJA/Downloads/101089-Artikkelin%20teksti-178854-1-1020201221%20\(8\).pdf](file:///C:/Users/OMISTAJA/Downloads/101089-Artikkelin%20teksti-178854-1-1020201221%20(8).pdf). Viitattu 23.3.2024.

Ihmisoikeuksien yleismaailmallinen julistus 1948. https://ihmisoikeusliitto.fi/wp-content/uploads/2016/05/YK_Ihmisoikeuksien-julistus.pdf. Viitattu 18.3.2024.

Jussilainen, Anna 2019. Yhteisötaide – historiaa, määrittelyä ja käytäntöjä. Taideyliopiston Teatterikorkeakoulun julkaisusarja 72. <https://disco.teak.fi/yhteiso-ja-taide/yhteisotaide-historiaa-maairittelya-ja-kaytantaaja/>. Viitattu 14.4.2024.

Keto, Sami, Foster, Raisa, Pulkki, Jani, Salonen, Arto.O & Värri, Veli-Matti 2022. Ekososiaalinen kasvatus – Viisi teesiä ratkaisuehdotuksena antroposeenin ajan haasteeseen. Kasvatus & Aika. Artikkel. Viitattu 15.3.2024.

PDF-tiedosto. https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/142762/Ekososiaalinen_kasvat.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Viitattu 17.4.2024.

Kullberg-Turtiainen, Marjo, Forsbom, Maj-Britt, Säynevirta, Kirsi & Molander, Kiki 2021. Yksilöllinen tanssikuntoutus. Menetelmän kehittämisraportti fysioterapeutin ja tanssinopettajan yhdessä ohjaamasta terapiasta vaikean traumaattisen aivovamman saaneille. <https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/ddc44964-b293-4c46-b139-5d6feb09a000/content>. Viitattu 28.3.2024.

Laakso, Riikka 2022. Tanssin modernismien kehitysvaiheita 1900-luvulta alkaen. Näkökulmia tanssitaiteen historiaan ja nykypäivään. Taideyliopiston Teatterikorkeakoulun julkaisusarja 75. <https://disco.teak.fi/tanssin-historia/tanssin-modernismien-kehitysvaiheita-1900-luvulta-alkaen/>. Viitattu 23.3.2024.

Laki kuntien kulttuuritoiminnasta 166/2019. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2019/20190166>. Viitattu 18.3.2024.

Laki taiteen perusopetuksesta 633/1998. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1998/19980633>. Viitattu 28.3.2024.

Lehikoinen, Kai 2014. Tanssi sanoiksi: Tanssianalyysin perusteita. Taideyliopiston teatterikorkeakoulu, Tanssin koulutusohjelma. E-kirja. Helsinki: Edita Prima Oy. Viitattu 22.3.2024.

Liikanen, Hanna-Liisa 2010. Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia – ehdotus toiminta ohjelmaksi 2010–2014. Opetusministeriön julkaisuja 2010:1. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75612/OPM1.pdf?sequence=1>. Viitattu 2.4.2024.

Lilja-Viherlampi, Liisa-Maria & Rosenlöf, Anna-Mari 2019. Moninäkökulmainen kulttuurihyvinvointi. Teoksessa Taide töissä – Näkökulmia taiteen opetukseen sekä taiteilijan rooliin yhteisöissä. Verkkojulkaisu. Turun ammattikorkeakoulun raportteja 256, 21–22. <https://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522167170.pdf>. Viitattu 18.3.2024.

Lindfors, Pirjo 2007. Tutkimuksia, kokemuksia ja ajatuksia yhteisöllisyyden terveystaikutuksista. Psykoterapia-lehti. Artikkelijulkaisussa. <https://www.psykoterapia-lehti.fi/tekstit/lindfors107.htm>. Viitattu 3.4.2024.

Läntinen tanssin aluekeskus julkaisuaika tuntematon. Taidelähtöiset palvelut ja kulttuurihyvinvointi. Tanssikummi. Läntinen tanssin aluekeskus nettisivut. Verkkojulkaisu. <https://l-tanssi.fi/taidelah-toiset-palvelut-ja-kulttuurihyvinvointi/tanssikummi/>. Viitattu 4.4.2024.

Läntinen tanssin aluekeskus julkaisuaika tuntematon. Taidelähtöiset palvelut ja kulttuurihyvinvointi. Taidekeskus koulussasi. Läntinen tanssin aluekeskus. Verkkojulkaisu. <https://l-tanssi.fi/taidelah-toiset-palvelut-ja-kulttuurihyvinvointi/taidekeskus-koulussasi/>. Viitattu 4.4.2024.

Läntinen tanssin aluekeskus julkaisuaika tuntematon. Taidelähtöiset palvelut ja kulttuurihyvinvointi. Kesäkulkurit. Läntinen tanssin aluekeskus nettisivut. Verkkojulkaisu. <https://l-tanssi.fi/taidelah-toiset-palvelut-ja-kulttuurihyvinvointi/kesakulkurit/>. Viitattu 4.4.2024.

Makkonen, Anne 1996. Johdatus länsimaisen taidetanssin historiaan. Länsimaisen taidetanssi historiaa. Teatterikorkeakoulun Avoimen Yliopiston verkkomateriaali. <https://web.uniarts.fi/etanssi/index.htm>. Viitattu 23.3.2024.

Mannila, Margit 2021. Kirjallisuuskatsaus opinnäytetyön muotona. Vaasan ammattikorkeakoulun verkkolehti. Artikkel. Verkkojulkaisu. <http://urn.fi/URN:NBN:fi-fe202102114568>. Viitattu 19.4.2024.

Miettinen, Jukka.O 2022. Tanssi ja rituaalit. Näkökulmia tanssitaiteen historiaan ja nykypäivään. Taideyliopiston Teatterikorkeakoulun julkaisusarja 75. <https://disco.teak.fi/tanssin-historia/tanssi-jaritu-aalit/>. Viitattu 23.3.2024.

National Organization for Arts in Health 2023. Code of ethics 2023. Pdf-tiedosto. https://thenoah.net/wp-content/uploads/2023/08/NOAH_CodeOfEthics_2023_FINAL.pdf. Viitattu 3.5.2024.

Opetusalojen ammattijärjestö, 2023. Järejsetöt: Hallituksen on peräännyttävä vapaan sivistystyön leikkauksista. Uutinen. <https://www.oaj.fi/ajankohtaista/uutiset-ja-tiedotteet/2023/jarjestot-hallituksen-peraannyttava-vapaan-sivistystyon-leikkauksista/>. Viitattu 27.2.2024.

Opetus- ja kulttuuriministeriö, 2024. Vapaa Sivistystyö. Opetus- ja kulttuuriministeriön nettisivut. Verkkojulkaisu. <https://okm.fi/vapaa-sivistystyo>. Viitattu 28.2.2024.

Opetushallitus 2017. Tanssi taiteen perusopetuksessa. Koulutus ja tutkinnot. Opetushallituksen nettisivut. Verkkojulkaisu. <https://www.oph.fi/fi/koulutus-ja-tutkinnot/tanssi-taiteen-perusopetuksessa2017>. Viitattu 28.3.2024.

Oppivelvollisuuslaki 1214/2020. <https://finlex.fi/fi/laki/alkup/2020/20201214>. Viitattu 4.4.2024.

Opetushallitus julkaisuaika tuntematon. Mikä on Luova Eurooppa. Luova Eurooppa 2021–2027. Kansainvälistymispalvelut organisaatioille. Kansainvälisyys. Opetushallituksen nettisivut. Verkkojulkaisu. <https://www.oph.fi/fi/ohjelmat/mika-luova-eurooppa>. Viitattu 9.4.2024.

Opetushallitus 2021. EU:n Luova Eurooppa – ohjelma. Kulttuurin alaohjelmasta myönnetty rahoitus 2014–2020. <https://www.oph.fi/sites/default/files/documents/Luovan%20Euroopan%20Kulttuurin%20alaohjelman%20tuki%20Suomeen%202014-2020.pdf>. Viitattu 9.4.2024.

Opetushallitus julkaisuaika tuntematon. Bite my Skype (2016–2019). Opetushallituksen nettisivut. Verkkojulkaisu. <https://www.oph.fi/fi/bite-my-skype-2016-2018>. Viitattu 9.4.2024.

Opetushallitus julkaisuaika tuntematon. DanceMe UP! (2019–2022). Opetushallituksen nettisivut. Verkkojulkaisu. <https://www.oph.fi/fi/danceme-2019-2022>. Viitattu 9.4.2024.

Opetus- ja kulttuuriministeriö 2023. Kulttuuripoliittinen selonteko 2023–2024. Hanke. Hanke ja säädösvalmistelut. Verkkojulkaisu. <https://okm.fi/hanke?tunnus=OKM044:00/2023>. Viitattu 19.4.2024.

Perho, Maija 2015. Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia. Toimintaohjelman 2010–2014 loppuraportti. Arvioita toimintaohjelman vaikutuksista ja tuloksista. Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriön raportteja

ja muistioita 2015:17. https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/70355/URN_ISBN_978-952-00-3578-5.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Viitattu 14.4.2024.

Perälä, Mika & Weintraub, Daniel 2024. Mitä kulttuurilla tarkoitetaan? Kieli-, katsomus- ja kulttuuri-tietoisuus katsomusaineissa. Opetushallitus. Verkkojulkaisu. <https://www.oph.fi/fi/opettajat-ja-kasvattajat/mita-kulttuurilla-tarkoitetaan>. Viitattu 15.3.2024.

Pirkanmaan tanssin keskus julkaisuaika tuntematon. Tanssikummi. Pirkanmaan tanssin keskuksen nettisivut. Verkkojulkaisu. <https://www.pirkanmaantanssinkeskus.fi/tanssikummi/>. Viitattu 4.4.2024.

Pirkanmaan tanssin keskus julkaisuaika tuntematon. Terveisiä matkalta – tanssiteos ja työpaja ikäihmisille. Pirkanmaan tanssin keskuksen nettisivut. Verkkojulkaisu. <https://www.pirkanmaantanssinkeskus.fi/terveysia-matkalta-tanssiteos-ja-tyopaja-ikaihmisille/>. Viitattu 4.4.2024.

Pylväinen, Päivi, Luoto, Riitta, Kella, Kaisa, Hyvönen, Katriina, Laine, Sofia, Forsblom, Anita, McNamara, Silja & Punkanen, Marko 2023. Tanssi-liiketerapia on vaikuttava kuntoutusmuoto masennuksen hoitoon. Tutkimusblogi. Kansaneläkelaitos. Verkkojulkaisu. <https://tietotarjotin.fi/tutkimusblogi/846496/tanssi-liiketerapia-on-vaikuttava-kuntoutusmuoto-masennuksen-hoitoon>. Viitattu 2.4.2024.

Renvall, Hanna, Tawast, Minna & Ahonen, Piia 2016. Voiko hiipiminen olla tanssia? Opas tanssitaitteen katsomiseen. Tanssin tiedotuskeskus. <https://tanka.danceinfo.fi/assets/Uploads/Voiko-hiipiminen-olla-tanssia.pdf>. Viitattu 22.3.2024.

Ruusuvirta, Minna, Lahtinen, Emmi, Rensujeff, Kaija & Leppänen, Aino 2023. Taiteen ja kulttuurin barometri 2022. Kulttuuripolitiikan tutkimuskeskus Cuporen verkkojulkaisu 72. https://www.cupore.fi/wp-content/uploads/migrated-assets/tiedostot/2023/cupore_barometri_2022.pdf. Viitattu 15.4.2024.

Salminen, Ari 2011. Mikä kirjallisuuskatsaus? Johdatus kirjallisuuskatsauksen tyyppeihin ja hallintotieteellisiin sovelluksiin. Vaasan yliopiston julkaisuja. Opetusjulkaisuja 62. Julkisohtaminen 4. PDF-tiedosto. ISBN_978-952-476-349-3. https://osuva.uwasa.fi/bitstream/handle/10024/7961/isbn_978-952-476-349-3.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Viitattu 19.4.2024.

Salonen, Arto.O 2010. Kestävä kehitys globaalien ajan hyvinvointiyhteiskunnan haasteena. Väitöskirja. Helsingin yliopisto. PDF-tiedosto. <https://helda.helsinki.fi/server/api/core/bitstreams/4a10465a-db58-412b-b9d6-562640251295/content>. Viitattu 17.4.2024.

Suomen Perustuslaki 731/1999. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1999/19990731#L2P17>. Viitattu 18.3.2024.

Taidejakulttuuri.fi julkaisuaika tuntematon. Taidejakulttuuri.fi nettisivut. Verkkojulkaisu. <https://www.taidejakulttuuri.fi/>. Viitattu 17.4.2024.

Taikusydän 2023. Taikusydän kokoaa, yhdistää ja koordinoi! Info. Taikusydän nettisivut. Verkkojulkaisu. <https://taikusydan.turkuamk.fi/info/taikusydan/>. Viitattu 28.2.2024.

Taikusydän 2023. Käytännön ohjeita kulttuurihyvinvoinnin ammattilaiselle. Taikusydän nettisivut. Verkkojulkaisu. Päivitetty 28.3.2023. <https://taikusydan.turkuamk.fi/tietopankki/tyokalut/>. Viitattu 14.4.2024.

Tanssin aluekeskusverkosto 2024. Tanssin aluekeskusverkoston nettisivut. Verkkojulkaisu. <https://www.tanssinaluekeskusverkosto.fi/#!/info>. Viitattu 1.4.2024.

Teatteri- ja mediatekijöiden liitto, 2023. Hallitus vähättelee leikkauksia vaikka budjettikokonaisuus on kulttuurialalle miinusmerkinen. Uutinen.

<https://www.teme.fi/fi/hallitus-vahattelee-leikkauksia-vaikka-budjettikokonaisuus-on-kulttuurialalle-miinusmerkinen/>. Viitattu 28.2.2024.

Tilastokeskus 2023. Yksinäisyyttä koki 29,7 % 16 vuotta täyttäneistä henkilöistä vuonna 2022. Elinolotilasto 2022. Tiedote. Verkkojulkaisu. <https://www.stat.fi/julkaisu/cl8sh640so9n30bw7s21tu6s8>. Viitattu 3.4.2024.

Tilastokeskus 2023. <https://stat.fi/julkaisu/cl8oer0ia5tqj0bw7j53t19I3>. Kulttuuriammateissa ja -toimialoilla työskentelevien lukumäärä kasvoi vuonna 2022. Kulttuuri. Julkaisut. Tilastotieto. <https://stat.fi/julkaisu/cl8oer0ia5tqj0bw7j53t19I3>. Viitattu 15.4.2024.

Tilastokeskus 2023. Tietoa meistä. Tilastokeskuksen nettisivut. Verkkojulkaisu. <https://stat.fi/org/index.html>. Viitattu 17.4.2024.

Turpeinen, Isto, Juntunen, Marja-Leena & Kamensky, Hanna julkaisuaika tuntematon. Toimenpidesuositus: Etsivä kulttuurityö lisää lasten ja nuorten kulttuurista osallisuutta. Artsequal nettisivut. Verkkojulkaisu. <https://www.artsequal.fi/fi/-/toimenpidesuositus-etsiva%CC%88-kulttuurityo%CC%88-lisa%CC%88a%CC%88-lasten-ja-nuorten-kulttuurista-osallisuutta/2.0>. Viitattu 3.4.2024.

Turpeinen, Isto 2018. Tanssi koulussa – Siltä jonkunlainen lukko aukes! Tutkimus. Taidetutka. <https://taidetutka.fi/2018/tanssi-koulussa/>. Viitattu 4.4.2024.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2023. Hyvä tieteellinen käytäntö. Tutkimuseettisen neuvottelukunnan nettisivut. Verkkojulkaisu. <https://tenk.fi/fi/tiedevilppi/hyva-tieteellinen-kaytanto-htk>. Viitattu 20.4.2024.

Töissä.fi julkaisuaika tuntematon. Tanssinopettaja (AMK): Mihin valmistuneet ovat sijoittuneet? Tanssinopettaja (AMK). Sijoittuminen työelämään. Töissä.fi verkkojulkaisu. https://toissa.fi/fi_FI/sijoittuminen-tyoelamaan/show/tanssinopettaja-amk. Viitattu 15.4.2024.

Unesco 2024. About the Culture Sector. Unescon kotisivut. Verkkojulkaisu. <https://www.unesco.org/en/culture/about>. Viitattu 15.3.2024.

Värri, Veli-Matti 2017. Hyvä kasvatus – kasvatus hyvään. Dialogisen kasvatuksen filosofinen tarkastelu erityisesti vanhemmuuden näkökulmasta. Tampereen yliopisto. ISBN 951-44-5558-4. Muokattu

12.4.2017. https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/101122/varri_hyva_kasvatus_kasvatus_hyvaan.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Viitattu 17.4.2024.

Yhteisötanssi ry julkaisuaika tuntematon. Yhteisötanssi nettisivut. Verkojulkaisu. <https://yhteisotanssi.fi/>. Viitattu 14.4.2024.

Yhteisötanssi ry julkaisuaika tuntematon. Hankkeet. Yhteisötanssi nettisivut. Verkojulkaisu. <https://yhteisotanssi.fi/category/hankkeet/>. Viitattu 14.4.2024.

Zafeiroudi, Aglai 2023. Dance and Psychological Health: Effect of Dance Participation on Social Development. Journal of Social Science Studies. Macrothink Institute. https://www.researchgate.net/publication/375017144_Dance_and_Psychological_Health_Effect_of_Dance_Participation_on_Social_Development. Viitattu 28.3.2024.