



Voimavaroja taiteesta - Kuvallisen ilmaisun menetelmät resilienssin vahvistamisen tukena kehitysvammaisten ryhmäkodin muutoksessa

Aino Paranko

2025 Laurea



Laurea-ammattikorkeakoulu

**Voimavaroja taiteesta - Kuvallisen ilmaisun menetelmät re-
silienssin vahvistamisen tukena kehitysvammaisten ryhmäkodin
muutoksessa**

Aino Paranko
Sosionomi AMK
Opinnäytetyö
Huhtikuu 2025

Aino Paranko

Voimavaroja taiteesta - Kuvallisen ilmaisun menetelmät resilienssin vahvistamisen tukena kehitysvammaisten ryhmäkodin muutoksessa

Vuosi 2025 Sivumäärä 72

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella ja ohjata kuvallisen ilmaisun menetelmiin pohjautuvaa ryhmätoimintaa Helsingin kaupungin asumisyksikköön, joka tarjoaa yhteisöllistä palveluasumista kehitysvammaisille aikuisille. Yksikön toiminta oli päättymässä, joten yhtenä tavoitteena oli edistää asukkaiden resilienssiä, eli valmiuksia sopeutua tulevaan muutokseen.

Opinnäytetyön tietoperustassa tarkastellaan kehitysvammaisuutta sosiaalisesta ja toiminnallisesta näkökulmasta. Lisäksi käsitellään resilienssiä ja sen vahvistamista sekä luovia menetelmiä ja niiden vaikutuksia hyvinvointiin. Opinnäytetyön toiminnallisen osuuden tutkimusmenetelminä käytettiin osallistavaa havainnointia ja tutkimuspäiväkirjaa. Havainnoinnin tukena hyödynnettiin luovan ryhmätoiminnan havainnointimallia.

Ryhmätoimintaan osallistuneilta asukkailta pyydettiin opinnäytetyön arvioinnin tueksi palautetta sekä palautelomakkeella että suullisesti. Lisäksi pyydettiin vapaamuotoista palautetta asumisyksikön esihenkilöltä ja ohjaajilta. Havaintojen ja palautteen perusteella ryhmätoiminnan voidaan todeta olleen mielekästä ja rentouttavaa sekä asukkaiden itseilmaisua ja yhteisöllisyyttä vahvistavaa. Resilienssin vahvistumisen toteutumista ei voi yksiselitteisesti todeta, koska sille ei ole luotettavaa mittaria. Ryhmätoiminnan aikana tehtyjen havaintojen ja resilienssiä tukevien osatekijöiden välisiä yhteyksiä oli kuitenkin mahdollista havaita.

Asiasanat: kehitysvammaiset, resilienssi, luovat menetelmät, kuvallinen ilmaisu, taiteen hyvinvointivaikutukset

Aino Paranko

Empowering Art - Improving Resilience Through Art-Based Methods During a Change in a Group Home for Individuals with Developmental Disabilities

Year

2025

Pages

72

The purpose of this Bachelor's thesis was to design and implement group activities based on art-based methods at a housing unit in Helsinki that provides community-based supported living for adults with developmental disabilities. The unit's operations were terminating, so one of the objectives was to promote the residents' resilience, meaning their ability to adapt to future changes.

The theoretical framework of the thesis examines developmental disabilities from functional and social perspectives. It also discusses resilience and its enhancement, as well as creative methods and their impact on well-being. The research methods used in the practical part of the thesis included participatory observation and a research diary. A model for observing creative group activity was utilized to support the observations.

For the evaluation of the thesis, feedback was solicited from the residents who participated in the group activities, both through feedback forms and verbally. Additionally, informal feedback was requested from the supervisor and counselors of the housing unit. Based on the feedback received, the group activities were perceived as meaningful, relaxing, and reinforcing the residents' self-expression and community spirit. It is challenging to definitively determine the actual effects on resilience without a reliable measure. However, it was possible to identify various components that support resilience.

Keywords: developmental disabilities, resilience, creative methods, art-based methods, the effects of arts on wellbeing

Sisällys

1	Johdanto.....	7
2	Opinnäytetyön lähtökohdat.....	8
2.1	Toimipaikan esittely.....	8
2.2	Opinnäytetyön aiheen synty, tarkoitus ja tavoitteet.....	8
2.3	Ryhmäkotimuotoinen asuminen osana asumispalveluja.....	9
3	Kehitysvammaisuus kahdesta näkökulmasta.....	9
3.1	Toimintakyvyn näkökulma.....	10
3.2	Sosiaalinen ja yhteiskunnallinen näkökulma.....	10
4	Resilienssi ja sen vahvistaminen.....	11
5	Luovat menetelmät.....	13
5.1	Kuvallisen ilmaisun menetelmät.....	14
5.2	Luovan toiminnan ja taiteen vaikutukset hyvinvointiin.....	14
6	Opinnäytetyön muoto ja toteutus.....	15
6.1	Toiminnallinen opinnäytetyö.....	15
6.2	Toiminnallisen osuuden suunnittelun kuvaus.....	16
6.3	Toiminnallisen osuuden arviointimenetelmät.....	28
6.3.1	Havainnointi.....	29
6.3.2	Palautteen kerääminen.....	31
7	Taidetuokioiden ja taidenäyttelyn toteutus.....	32
7.1	Ensimmäinen taidetuokio: Tunteita ja taidetta.....	32
7.2	Toinen taidetuokio: Ovi unelmiin.....	34
7.3	Kolmas taidetuokio: Voimaeläin savesta.....	36
7.4	Neljäs taidetuokio: Musiikkimaalaus.....	37
7.5	Viides taidetuokio: Yhteismaalaus.....	39
7.6	Taidenäyttely.....	41
8	Opinnäytetyön arviointi ja johtopäätökset.....	44
8.1	Osallistujien palaute taidetuokioista.....	45
8.2	Työelämäkumppanin palaute.....	48
8.3	Tavoitteiden toteutumisen arviointi.....	50
8.4	Johtopäätökset ja kehitysehdotukset.....	55
8.5	Luotettavuuden ja eettisyyden arviointi.....	56
9	Pohdinta.....	59
	Lähteet.....	60
	Kuviot.....	63
	Kuvat.....	63
	Taulukot.....	63

Liitteet	64
----------------	----

1 Johdanto

Tässä opinnäytetyössä käsitellään kuvallisen ilmaisun menetelmien hyötyjä resilienssin eli sopeutumis- ja sietokyvyn vahvistamisessa. Opinnäytetyö toteutettiin Helsingin kaupungin asumisyksikössä, joka tarjoaa yhteisöllistä palveluasumista kehitysvammaisille aikuisille. Olen suorittanut sosionomiopintoihini sisältyneen asiakastyön harjoittelun kyseisessä yksikössä, minkä jälkeen olen toiminut siellä ohjaajana eri pituisten sijaisuuksien ajan. Ryhmäkodin asukkaat ja henkilöstö olivat näin ollen minulle ennestään tuttuja.

Yksikön toiminta on päättymässä ja asukkailla on edessään elämänmuutos uuteen kotiin muuttamisen myötä. Osalle asukkaista tulevaan muutokseen sopeutuminen on ollut haastavampaa kuin toisille. Aukkaiden tarve prosessoida tulevaa muutosta on ilmennyt esimerkiksi haluna keskustella asiasta toistuvasti ryhmäkodin ohjaajien ja muiden asukkaiden kanssa, tunteenpurkauksina, ennenaikaisena pakkaamisena, levottomuutena sekä jaksamisen haasteina. Opinnäytetyön aihe syntyi tarpeesta järjestää asukkaille muutokseen sopeutumista tukevaa toimintaa.

Opinnäytetyö on muodoltaan tutkimusperustainen toiminnallinen opinnäytetyö, jonka toiminnallisen osuuden tarkoituksena oli suunnitella ja ohjata asukkaille kuvallisen ilmaisun menetelmiin pohjautuva luova ryhmäprosessi. Toiminnan tavoitteena oli edistää asukkaiden sopeutumista tulevaan muutokseen sekä tarjota heille mahdollisuuksia purkaa ja ilmaista ajatuksiinsa muuttoon liittyen. Luova ryhmätoiminta toimi osana isompaa kokonaisuutta, jonka tavoitteena oli tukea asukkaiden henkistä prosessia kohti onnistuneita muuttoja ja seuraavaa elämänvaihetta.

Taiteen ja luovien menetelmien vaikutuksista mielen hyvinvointiin, koettuun hyvinvointiin ja yleiseen tyytyväisyyteen elämää kohtaan on runsaasti tutkimustuloksia. Taiteen positiivisia vaikutuksia on tunnistettu esimerkiksi suhteessa mielialaan ja tunteisiin, masentuneisuuden ja ahdistuneisuuden määrään, stressin hallintaan sekä kognitiivisiin toimintoihin, kuten havaintokykyyn ja muistiin. Tutkimuksissa on todettu luovien menetelmien toimivan myös resilienssin vahvistamisessa. Taidetta ja luovia menetelmiä voidaan hyödyntää monin tavoin arjessa myös aktiivisena selviytymiskeinona erilaisten haasteiden keskellä. (Laitinen 2017, 87.)

2 Opinnäytetyön lähtökohdat

2.1 Toimipaikan esittely

Opinnäytetyö toteutettiin ryhmäkodissa, joka tarjoaa yhteisöllistä palveluasumista 13 kehitysvammaiselle aikuiselle. Ryhmäkodin asukkaat ovat eri-ikäisiä ja toimintakyvyltään moninaisia. Osa asukkaista suoriutuu päivittäisistä toiminnoista hyvin itsenäisesti ja osa tarvitsee ohjausta sekä tukea erilaisissa arjen toiminnoissa. Asukkailla on eri asteisia rajoitteita esimerkiksi liikumisessa, toiminnanohjauksessa, hahmottamisessa, puheen tuottamisessa ja kommunikoinnissa. Asukkaita kannustetaan ja rohkaistaan elämään mahdollisimman omatoimista ja itsenäistä, omannäköistä ja mielekästä elämää yksilöllisen tuen avulla.

2.2 Opinnäytetyön aiheen synty, tarkoitus ja tavoitteet

Ryhmäkodin toiminta on päättymässä ja asukkailla on edessään muutot uusiin koteihin. Osa asukkaista on asunut ryhmäkodissa pitkään, minkä seurauksena asukkaiden keskuuteen on muodostunut tiivis yhteisö. Tieto ryhmäkodin päättymisestä on herättänyt asukkaissa monenlaisia tunteita, kuten epävarmuutta, surua ja pettymystä. Toisaalta muutokseen on liittynyt myös myönteisiä tunteita, kuten odotusta, innostusta ja toiveikkautta. Osalla asukkaista on ollut suuri tarve prosessoida tulevaa muuttoa, kun taas osa on sopeutunut asiaan nopeammin.

Asukkaille on tarjottu erilaisia keinoja tulevan muutoksen käsittelyyn. Heillä on ollut muun muassa mahdollisuus osallistua yhteisiin keskustelutilaisuuksiin, keskustella mieltään painavista asioista psykologin kanssa ja saada vertaistukea jo muuttaneilta toisen ryhmäkodin asukkailta. Näiden keinojen lisäksi ryhmäkodin henkilökunta oli avoin ehdotuksille menetelmistä, joilla voisi tukea asukkaiden sopeutumista tulevaan muutokseen. Olin opintojeni aikana innostunut luovista menetelmistä, joten ajatus opinnäytetyön aiheesta syntyi luontevasti. Ehdotin ryhmäkodin ohjaajille ja esihenkilölle, että voisin järjestää asukkaille luoviin menetelmiin pohjautuvaa ryhmätoimintaa. Ajatusta pidettiin hyvänä ja hyödyllisenä erityisesti muutoksen edessä olevien asukkaiden kannalta, minkä lisäksi menetelmillä ajateltiin olevan mahdollisuus jatkokäyttöön ja soveltamiseen vastaavissa tilanteissa muissa Helsingin kaupungin asumisyksiköissä. Lisäksi opinnäytetyön toivottiin tuottavan lisätietoa luovien menetelmien hyödyntämisestä resilienssin ja ylipäättään hyvinvoinnin tukemisessa.

Opinnäytetyön tarkoituksena oli suunnitella ja ohjata asukkaille kuvallisen ilmaisun menetelmiin pohjautuva luovan ryhmätoiminnan prosessi. Toiminnan tavoitteena oli edistää asukkaiden sopeutumista tulevaan muutokseen tarjoamalla mahdollisuuksia ilmaista ja purkaa muuttoon liittyviä tunteita ja ajatuksia. Lisäksi henkilökohtaisena tavoitteenani oli syventää taitojani luovan ryhmätoiminnan suunnittelussa ja ohjaamisessa.

2.3 Ryhmäkotimuotoinen asuminen osana asumispalveluja

Sosiaalihuoltolain (1301/2014) mukaisia asumispalveluja ovat tilapäinen asuminen, tuettu asuminen, yhteisöllinen asuminen ja ympärivuorokautinen palveluasuminen. Ryhmäkotimuotoinen asuminen on yhteisöllistä asumista, jolla tarkoitetaan tässä tapauksessa Helsingin kaupungin järjestämää asumista esteettömässä ja turvallisessa asumisyksikössä. Yhteisöllistä asumista järjestetään henkilöille, joiden toimintakyky on alentunut esimerkiksi korkean iän, sairauden tai vamman vuoksi. Tässä asumismuodossa asukkaalla on tarpeitaan vastaava huone tai asunto, minkä lisäksi käytössä on yhteiset tilat ja sosiaalista kanssakäymistä edistävää toimintaa. (THL 2025.)

Vammaispalvelulaissa (675/2023) säädetään, että vammaisella henkilöllä on oikeus saada asumisen tukea voidakseen toteuttaa päivittäiset toimensa. Tuen tarkoituksena on edistää mahdollisimman itsenäistä asumista. Tuki sisältää tarvittavan avun päivittäisissä toimissa, vuorovaikutuksessa, osallisuudessa ja terveyden ylläpitoon liittyvissä itsehoitoa vastaavissa toimenpiteissä. Asumisen tuen voi toteuttaa ryhmämuotoisena asumisena, jolloin asunto sisältyy asumisen tuen kokonaisuuteen. Asumismuodosta riippumatta asumisen tuki tulee järjestää vammaisen henkilön yksilöllisen tarpeen ja toiveiden mukaisesti. Yhdenvertaisuuden toteutumisen edellytyksenä on asumismuodon kuuluminen normaaliin asuntokantaan ja se, että asukkaan käytössä oleva tila täyttää tavanomaisen asunnon tunnuspiirteet. (THL 2025.) Tähän edellytykseen perustuu myös opinnäytetyön yhteistyökumppanina toimivan ryhmäkodin toiminnan päättymisen ja asukkaiden tuleva muutto. Asumispalveluiden kehittämisen päämääränä onkin luoda vanhojen asumisyksiköiden tilalle uudenlaisia asumisratkaisuja, joissa asukkailla on omat asunnot pelkkien huoneiden ja jaettujen tilojen sijaan.

3 Kehitysvammaisuus kahdesta näkökulmasta

Kehitysvamma vaikuttaa ihmisen kykyyn oppia ja ymmärtää uusia asioita, soveltaa oppimaansa sekä hallita omaa elämäänsä. Se voi ilmetä haasteina myös esimerkiksi arjen käytännön taidoissa, kommunikoinnissa, kyvyssä huolehtia itsestään ja kyvyssä muodostaa ihmissuhteita. Kehitysvammaisuus vaikuttaa yksilöiden toimintakykyyn ja elämään hyvin eri tavoin. (Åberg 2021.)

Kehitysvammaisuus voidaan jakaa neljään eri luokkaan: lievään, keskivaikeaan, vaikeaan ja syvään kehitysvammaisuuteen. Mitä lievemmästä kehitysvammasta on kyse, sitä sujuvammin ja itsenäisemmin henkilö pystyy toimimaan eri ympäristöissä. Keskivaikeasti ja vaikeasti kehitysvammaiset henkilöt tarvitsevat usein tukea ja ohjausta arjen toiminnoissa kuten ruokailussa, pukeutumisessa, ja kodin ulkopuolella liikkumisessa. Syvästi kehitysvammaiset henkilöt tarvitsevat apua kaikissa päivittäisissä toimissa. (Åberg 2021.)

Kehitysvammaisuuden määritelmää voidaan tarkastella kolmesta eri näkökulmasta: lääketieteen ja toimintakyvyn näkökulmista sekä sosiaalisesta näkökulmasta. Nämä näkemykset täydentävät toisiaan ja voivat auttaa ymmärtämään vammaisuutta paremmin kokonaisuutena. (Verkkopalvelu kehitysvammaisuudesta 2024a.) Resilienssi on yhteydessä erityisesti toimintakykyyn ja vuorovaikutukseen, joten tämän opinnäytetyön kannalta sosiaalinen ja toimintakyvyn näkökulma ovat oleelliset. Seuraavissa luvuissa keskitytään niiden tarkasteluun.

3.1 Toimintakyvyn näkökulma

Tyypillisesti kehitysvammaisuutta määriteltäessä henkilön ominaisuuksia verrataan siihen, mitä lääketieteessä pidetään normaalina, terveenä ja vammattomana tilana. Tässä on vaarana se, että vammaisuus nähdään automaattisesti negatiivisena kokemuksena. Toimintakyvyn näkökulma onkin merkittävä perspektiivin laajennus vamma- ja sairauskeskeiseen ajattelutapaan verrattuna. (Kehitysvammaliitto 2016.)

Toimintakyvyn käsite sisältää fyysisen ja motorisen toimintakyvyn lisäksi myös psykososiaalisen näkökulman. Yksilön psyykinen ja fyysinen toiminta mahdollistuu ja ilmenee vuorovaikutuksessa ulkoiseen ympäristöön ja vallitseviin asenteisiin. Sosiaaliset suhteet ja tukiverkot ovatkin toimintakyvyn kannalta merkittäviä. Toimintakyvyn arviointiin liittyy aina myös ympäristössä ja tilanteissa vallitseva fyysinen saavutettavuus, tekninen ja sosiaalinen hallittavuus sekä säännöt ja toimintatavat. Näin ollen henkilön toimintakyky voi näyttäytyä hyvin erilaisena eri ympäristöissä ja sosiaalisissa rooleissa. Yhteiskunnassa ja eri tilanteissa vallitsevat käytännöt ja normit voivat joko tukea henkilön pystyvyyttä tai korostaa hänen vammaisuuttaan. (Kehitysvammaliitto 2016.)

Toimintakyvyn näkökulmasta tarkastelun kohteena on se, miten henkilön vammat vaikuttavat hänen osallisuuteensa, hyvinvointiinsa ja selviytymiseensä päivittäisistä toiminnoista. Toimintakyky tarkoittaa henkilön mahdollisuuksia, kykyä ja edellytyksiä selviytyä arjessa tilanteen ja olosuhteiden vaatimalla tavalla. Toimintakykyyn vaikuttavat yksilön kyvyt ja taidot, sosiaaliset suhteet ja hänen terveydentilansa. Mikäli henkilön toimintakyky ja tilanteesta suoriutumisen vaatimukset ovat ristiriidassa keskenään, tarvitsee hän toisen ihmisen tukea. Tarvittavan tuen määrä ja laatu riippuvat toimintarajoitteiden luonteesta ja tilanteen vaativuudesta. Tuki voi olla henkilöstä ja tilanteesta riippuen henkistä tukea ja kannustusta, opastusta ja ohjausta, käytännön auttamista tai huolenpitoa ja hoivaa. Riittävän tuen saanti lisää henkilön toimintakykyä ja edellytyksiä selviytyä erilaisista tilanteista. (Verkkopalvelu kehitysvammaisuudesta 2024b.)

3.2 Sosiaalinen ja yhteiskunnallinen näkökulma

Vammaisuuden sosiaalisessa näkökulmassa korostuu ajatus, että jostakin ihmisen ominaisuudesta tulee vammaisuutta yhteiskunnan asettamien esteiden ja asenteiden kautta. Esimerkiksi

liikuntavamman tuomiin rajoitteisiin vaikuttaa se, kuinka hyvin pyörätuolilla pääsee kulkemaan ja miten pyörätuolia käyttävään henkilöön suhtaudutaan. Sosiaalisessa näkökulmassa lääketieteellinen näkemys vammasta tiedostetaan, mutta samalla korostetaan, että vamman haitta ei johdu itse vammasta, vaan ympäristöstä ja yhteiskunnan asenteista. Vammaisuudessa on kysymys myös siitä, minkälaista tukea ja apuvälineitä vammaisille henkilöille tarjotaan. (Verkkopalvelu kehitysvammaisuudesta 2024c.) Kehitysvammaisuutta ei kuitenkaan tule nähdä pelkästään rajoitteina ja tuen tarpeena. Jokainen kehitysvammainen henkilö on yksilö, jolla on omat vahvuutensa. Rajoitteista huolimatta oppiminen ja kehittyminen on mahdollista oikeanlaisen tuen avulla. Kehitysvammainen henkilö tulee nähdä yhteiskuntaan kuuluvana ja osallistuvana henkilönä, jolla on annettavaa lähiyhteisölle ja yhteiskunnalle. (Kari, Laakso, Niskanen & Seppänen 2020, 36.)

Sosiaaliseen näkökulmaan sisältyy ihmisoikeusnäkökulma, jonka perustana ovat kaikille henkilöille lähtökohtaisesti kuuluvat, jakamattomat ihmisoikeudet. YK:n yleissopimuksessa vammaisten henkilöiden oikeuksista mainitaan, että vammaisuus on myös seurausta vuorovaikutuksesta vammaisten henkilöiden ja ympäristön asenteista johtuvien esteiden välillä, mikä estää näiden henkilöiden täysimääräisen ja tehokkaan osallistumisen yhteiskuntaan tasavertaisesti muiden kanssa. Vammaisten henkilöiden yhteiskunnallisessa asemassa on pohjimmiltaan kyse ihmisoikeuksien toteutumisesta. Toimivan ja tarkoituksenmukaisen lainsäädännön lisäksi tarvitaan kaikille sopiva ympäristö ja saavutettavat yleiset palvelut. (THL 2023.)

Kehitysvammaisten henkilöiden oma näkökulma on noussut voimakkaasti esille viime vuosina sekä vammaistutkimuksessa että vammaispolitiikassa. Vammaisjärjestöt korostavatkin, että vammaisia henkilöitä koskevia päätöksiä ei tulisi tehdä kuulematta heitä itseään. Vammaisten ihmisten tulisi voida elää itsenäisesti ja päättää elämänsä suunnasta itse. Heidän käyttämiensä tukimuotojen ja palveluiden tulisi mahdollistaa hyvä itsenäinen elämä. (Verkkopalvelu kehitysvammaisuudesta 2024c.)

4 Resilienssi ja sen vahvistaminen

Resilienssillä eli sopeutumis- ja sietokyvyllä tarkoitetaan taitoa selvitä vaikeuksista ja sopeutua muutoksiin sekä kehittyä niiden myötä (Lipponen 2020, 9). Resilienssi ei poista muutokseen tai vastoinkäymisiin liittyvää stressiä tai negatiivisia tunteita, vaan se on kykyä päästä eteenpäin vaikeuksien kanssa, niiden jälkeen tai niistä huolimatta. Vastoinkäymiset ovat väistämätön osa elämää ja resilienssi on kykyä kohdata niitä sekä selvitä niistä. (Lipponen 2020, 18.) Resilienssi on ajattelua ja toimintaa, joita on mahdollista oppia ja kehittää (Poijula 2018, 21). Resilienssillä on vahva yhteys mielenterveyteen ja resilienssin vahvistaminen limittyykin suurelta osin myös mielenterveyttä edistävien tekijöiden kanssa (Poijula 2018, 224).

Kehitysvammaisilla henkilöillä on todettu olevan kohonnut riski kohdata vastoinkäymisiä ja mielenterveyden haasteita elämänsä aikana. Tämä johtuu muun muassa siitä, että kehitysvammaisilla on usein rajoitteita asioiden ymmärtämisessä ja oppimisessa, ongelmanratkaisussa, tunteiden hallinnassa ja kommunikoinnissa. Näin ollen vuorovaikutus ympäristön kanssa voi olla haastavaa. Ristiriidat vuorovaikutuksessa ovat merkittävä stressitekijä, joka voi pitkään jatkuessaan vaurioittaa mielenterveyttä. Kehitysvammaiset ihmiset myös altistuvat kaikissa ikävaiheissa muita useammin kielteisille kokemuksille ja tunteille, kiusaamiselle, hyväksikäytölle ja menetyksille. Nämä kokemukset voivat vaikuttaa minäkuvaan, itsetuntoon ja mielen hyvinvointiin. Lisäksi kehitysvammaiset joutuvat muita useammin kokemaan monenlaista sosiaalista huono-osaisuutta kuten työttömyyttä, sosiaalista eristyneisyyttä ja köyhyyttä, jotka voivat osaltaan vaikuttaa mielenterveyteen heikentävästi. (Seppälä 2017, 135.)

Scheffers, van Vugt ja Moonen (2023) toteavat, että kehitysvammaisiin aikuisiin kohdistuneessa resilienssitutkimuksessa on nimetty useita resilienssiä tukevia tekijöitä. Nämä voidaan jakaa sisäisiin ja ulkoisiin tekijöihin. Sisäisiä resilienssiin vaikuttavia tekijöitä ovat:

- 1) *Tilanteen hyväksyminen*: vastoinkäymisen hyväksyminen sellaisena asiana, jota ei voi muuttaa, voi vähentää tilanteen aiheuttamaa stressiä.
- 2) *Itsensä hyväksyminen*: omien rajoitteiden ja vahvuuksien tunnistaminen sekä niiden hyväksyminen helpottaa elämän haasteista selviämistä.
- 3) *Itsemääräämisoikeus ja itsenäisyys*: mahdollisuus tehdä omia valintoja ja vaikuttaa omaan elämäänsä on keskeinen onnellisuutta ja resilienssiä edistävä tekijä. Tähän liittyy myös tunne yhteiskuntaan kuulumisesta ja oman elämän hallinnasta.
- 4) *Hyvät muistot ja niiden jakaminen*: positiivisten muistojen vaaliminen ja jakaminen muiden kanssa voi vahvistaa henkistä hyvinvointia.
- 5) *Sinnikkyys*: vastoinkäymisten kohdatessa on tärkeää säilyttää kyky jatkaa arjen toimintoja ja elämää. Jos haasteet tuntuvat liian suurilta, on hyvä etsiä keinoja, jotka helpottavat oloa ja tarjoavat muuta ajateltavaa.
- 6) *Fyysinen toimintakyky ja hyvinvointi*: fyysisen hyvinvoinnin ja toimintakyvyn ylläpitäminen on yhteydessä myös mielen hyvinvointiin ja resilienssiin.
- 7) *Myönteiset tunteet*: myönteiset kokemukset ja tunteet usein luovat tilaa niiden kokemiselle jatkossakin. Positiivisten tunteiden kokeminen parantaa samalla kielteisten tunteiden säätelykykyä, mikä lisää mielen joustavuutta (Pojjula 2018, 58).
- 8) *Sosiaaliset taidot*: kyky luoda sosiaalisia suhteita ja olla vuorovaikutuksessa muiden kanssa.
- 9) *Henkisyys*: usko ja luottamus johonkin suurempaan voimaan tai suunnitelmaan voivat tarjota lohtua ja voimaa. Tämä ei välttämättä liity

varsinaisesti uskontoon, vaan voi olla henkilökohtainen uskomus tai filosofia. (Scheffers, van Vugt & Moonen 2023.)

Resilienssiä edistäviin ulkoisiin tekijöihin taas lukeutuvat seuraavat tekijät:

- 1) *Aktiviteetit*: itselle mieluisat ja iloa tuovat aktiviteetit, kuten esimerkiksi musiikin kuuntelu, maalaaminen, kävelyllä käyminen ja ajan viettäminen ystävien kanssa ovat tärkeitä tekijöitä resilienssin tukemisessa. Erilaiset aktiviteetit tuovat struktuuria arkeen ja auttavat suuntaamaan ajatuksia pois vastoinikäymisistä. Ne tarjoavat myös mahdollisuuden itsensä ilmaisemiseen ja omien kykyjen esille tuomiseen, mikä lisää itseluottamusta ja hyvinvointia.
- 2) *Koti*: koti on tärkeä resilienssin lähde. Kodin tulisi olla paikka, jossa on hyvä olla, ja jossa voi kokea rauhaa ja turvaa.
- 3) *Sosiaaliset suhteet ja sosiaalinen verkosto*: omalta sosiaaliselta verkostolta saatu tuki sekä yhteyden ja rakkauden kokemukset auttavat selviytymään haastavista tilanteista ja vahvistavat henkistä hyvinvointia. (Scheffers ym. 2023.)

Näiden resilienssin lähteinä toimivien sisäisten ja ulkoisten tekijöiden edistämisen voidaan katsoa vahvistavan resilienssiä. On yksilöllistä, mitkä tekijät korostuvat voimavarojen ja resilienssin lähteinä. (Scheffers ym. 2023.) Resilienssiin ja sen vahvistamiseen vaikuttavat yhdessä yksilön, lähipiirin ja ympäristön kulloinkin saatavilla olevat voimavarat. On hyvä tunnistaa, mitkä sisäiset ja ulkoiset tekijät lisäävät omia voimavaroja. Resilienssi vahvistuu, kun näiden voimavarojen hyödyntämiseen löydetään itselle sopivia keinoja. Myös avun pyytäminen ja vastaanottaminen ovat osa resilienssiä toimintaa. (Lipponen 2020, 23-25.)

5 Luovat menetelmät

Luovat menetelmät ovat esimerkiksi musiikkiin, kuvalliseen ilmaisuun, kirjoittamiseen, liikkeeseen ja draamaan pohjautuvia työtapoja, joita voi hyödyntää ja soveltaa sosiaalialan asiakastyössä erilaisten ja eri-ikäisten asiakasryhmien kanssa (Karjalainen 2019, 9). Luovat menetelmät mahdollistavat sekä itseilmaisun että yhdessä tekemisen. Luova ryhmätoiminta voi tarjota osallistujalle leikkisyyttä, iloa, voimavaroja, rentoutumista ja vuorovaikutusta. Parhaimmillaan luova toiminta voi edistää hyvinvointia antamalla merkityksellisyyden, osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemuksia. (Huhtinen-Hildén & Karjalainen 2019, 12-13.)

Vammaistyössä luovien ja toiminnallisten menetelmien toteutuksessa on tärkeää, että vammaisen asiakas pääsee olemaan aktiivinen osallistuja ja toimija. Asiakkaan vahvuudet, taidot ja mielenkiinnon kohteet vaikuttavat toiminnan sisältöön. Luovan ryhmätoiminnan

menetelmien valintaan vaikuttavat osallistujien määrä, taidot, tuen tarpeet, virey- ja tunne-tila sekä käytössä oleva tila, aika ja muut resurssit. (Kari, ym. 2020, 321-322.)

Vammaisten ja erityistä tukea tarvitsevien henkilöiden kanssa toteutetulla taiteellisella ryhmätoiminnalla on todettu olevan positiivisia vaikutuksia yksilöiden hyvinvointiin ja kehitykseen niin psyykkisellä, fyysisellä kuin sosiaalisellakin tasolla. Taiteellisella toiminnalla on havaittu positiivisia vaikutuksia muun muassa itsetuntoon ja minäkuvaan, ja sitä kautta vuorovaikutustaitojen kehittymiseen ja ystävyys-suhteisiin. Yhteisöllinen taidetoiminta voi auttaa ilmaisemaan itseään luovasti ryhmässä ja edistää yhteenkuuluvuuden tunnetta. Taidetoiminta voi myös lievittää ahdistuneisuutta ja stressiä. Fyysisestä näkökulmasta toiminta voi edistää motorisia taitoja, lihaskuntoa ja suhdetta omaan kehoon. Osallistava taidetoiminta voi antaa vammaisille ja erityistä tukea tarvitseville henkilöille myös mahdollisuuden osallistua yhteiskunnalliseen toimintaan. (Sutela 2017, 71-72.)

Luovien menetelmien etuna on se, ettei niihin osallistuminen ole sidoksissa toimintakyvyn tasoon. Kehitysvammainen henkilö voidaan huomioida yksilönä ja tarjota hänen toimintakyvylleen sopivia taidemuotoja. On tärkeää, että toiminnan keskiössä on itse tekeminen, eikä lopputulokselle aseteta vaatimuksia tai odotuksia. Erilaiset taidemenetelmät tarjoavat aisteja aktivoivia kokemuksia ja keinoja itseilmaisuuksiin mahdollisista toimintakyvyn rajoitteista huolimatta. (Kaski, Manninen & Pihko 2012, 200.)

5.1 Kuvallisen ilmaisun menetelmät

Kuvataiteellisten menetelmien käyttö sosiaalialan asiakastyössä voi tarkoittaa taiteellista tuottamista eli esimerkiksi piirtämistä, maalaamista, muovailua tai rakentelua, mutta myös esimerkiksi kuvien ohjattua katselua ja niistä keskustelua (Iivanainen 2019, 58). Kuvallinen ilmaisu mahdollistaa monenlaisten tunteiden kohtaamisen. Kuvien luominen hyväksyvässä ja myötätuntoisessa ilmapiirissä voi olla helpompaa kuin vaikeista asioista puhuminen. Kuvien avulla voidaan esimerkiksi tarkastella vahvuuksia ja voimavaroja sekä tuoda näkyväksi tunteita ja kokemuksia. (Kari ym. 2020, 325.)

Kuvataidelähtöiset menetelmät soveltuvat käytettäväksi monenlaisiin tarpeisiin erilaisten ryhmien kanssa. Toiminnan tavoitteena voi olla esimerkiksi ryhmäytyminen, hyvinvoinnin lisääminen, luovuuden herättely tai vuorovaikutuksen edistäminen. (Iivanainen 2019, 59.) Kehitysvammaisille kuvallinen ilmaisu tarjoaa väyliä kommunikaatioon, itsetunnon ja toimijuuden vahvistamiseen sekä itse tehdyn teoksen tuomaan iloon (Kaski ym. 2012, 200).

5.2 Luovan toiminnan ja taiteen vaikutukset hyvinvointiin

Luovuutta voidaan pitää yhtenä ihmisen perustarpeista. Se voi näkyä elämässä esimerkiksi joustavuutena arjen haasteissa, kekseliäisyytenä löytää uusia ratkaisuja tai kykyä tarkastella

asioita eri näkökulmista. Leikkimielisyys, kokeileminen ja mielikuvitus rikastuttavat arkea, mutta niistä voi saada myös merkittävää tukea vastoinkäymisistä selviämiseen. Luovaa ajattelua ja kykyä nähdä eri näkökulmista tarvitaan, jotta omien kokemusten käsittely on mahdollista. Yhteys omaan luovuuteen voi kadota, jos pitkittynyt kuormitus uuvuttaa voimat. (Huhtinen-Hildén & Karjalainen 2019, 11-12.)

Luovuus ja mielikuvitus voivat tarjota tarvittavaa etäisyyttä ja turvaa epävarmuuden ja haasteiden keskellä. Taide voi toimia keinona käsitellä vaikeitakin asioita turvallisen etäisyyden päästä. Luova toiminta voi toimia suojaavana, välittävänä tai vapauttavana keinona tarttua mielessä liikkuviin tai yhteistä työstämistä vaativiin asioihin. Jaettu luova toiminta mahdollistaa vuorovaikutuksen kokemuksia, vaikka ei käytettäisi sanoja. (Huhtinen-Hildén & Karjalainen 2019, 12.) Luovan ilmaisun keinoin on mahdollista ilmaista tunteita ja ajatuksia, vaikka niiden sanoittaminen olisi vaikeaa tai mahdotonta (Iivanainen 2019, 63).

Taiteen ja kulttuurin vaikutukset hyvinvointiin tunnustetaan yhä paremmin osana hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä. Tästä ilmiöstä on alettu viime vuosina käyttää käsitettä kulttuurihyvinvointi. Kulttuurihyvinvointi tarkoittaa ihmisen yksilöllistä tai yhteisöllisesti jaettua kokemusta siitä, että taide ja kulttuuri lisäävät hyvinvointia. Kulttuurin hyvinvointia tukevat vaikutukset ulottuvat läpi koko ihmisen elämänkaaren ja ilmenevät jokaisen henkilökohtaisessa suhteessa taiteeseen ja kulttuuriin. (Taikusydän 2025.)

6 Opinnäytetyön muoto ja toteutus

Tässä luvussa tarkastellaan tutkimusperustaista kehittämistoimintaa opinnäytetyön muotona, minkä jälkeen kuvataan opinnäytetyön prosessin etenemistä ja toiminnallisen osuuden suunnittelua. Lisäksi havainnollistetaan toiminnallisessa osuudessa hyödynnettyjä luovia menetelmiä ja niiden tavoitteita taulukoiden avulla. Lopuksi avataan toiminnallisen osuuden arviointiin käytettyjä menetelmiä, joita olivat havainnointi ja palautteen kerääminen.

6.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallinen opinnäytetyö on tutkimustietoon perustuvaa kehittämistoimintaa, joka voi vastata johonkin työelämässä havaittuun tarpeeseen tai toimia osana laajempaa työelämälähtöistä projektia. Toiminnallinen opinnäytetyö voi koostua esimerkiksi toimintamallin tai prosessin suunnittelusta ja dokumentoinnista. Opinnäytetyön toiminnallisena osana syntyy usein jokin tuotos, kuten opas tai tapahtuma. Tuotoksen lisäksi osaamista osoitetaan sitä käsittelevällä opinnäytetyötekstillä. Toiminnallisen osuuden toteutukseen liittyvät ratkaisut perustellaan aiempiin tutkimuksiin pohjautuvalla tietoperustalla ja itse kootulla tutkimusaineistolla. Aineiston kokoamisessa ja analysoinnissa voi hyödyntää määrällisen tai laadullisen tutkimuksen menetelmiä. (Vilkkä 2021, 32.) Tässä opinnäytetyössä toiminnallisen osuuden tuotoksena

suunnitellaan ja ohjataan luovan ryhmätoiminnan prosessi, joka asettuu osaksi ryhmäkodin laajempaa tavoitetta tukea asukkaita sopeutumaan tulevaan muutokseen.

6.2 Toiminnallisen osuuden suunnittelun kuvaus

Opinnäytetyön toiminnallisena osuutena suunniteltiin ja toteutettiin kuvallisen ilmaisun menetelmiin pohjautuva luovan ryhmätoiminnan prosessi, jonka tavoitteena oli vahvistaa ryhmäkodin asukkaiden resilienssiä. Opinnäytetyöprosessi käynnistyi syksyllä 2024, jolloin ryhmäkodin esihenkilön kanssa pidettiin palaveri. Esittelin esihenkilölle alustavia ajatuksiani ryhmätoiminnan sisällöstä, minkä lisäksi kävimme läpi toiminnan tavoitteita sekä asukkaiden mahdollisia toiveita ja tarpeita. Esihenkilön puolesta kaikenlainen asukkaiden tunteiden ilmaisua, ajatusten purkamista ja vuorovaikutusta edistävä toiminta oli tervetullutta, joten hän piti ehdotuksiani kuvallisen ilmaisun menetelmistä hyvinä. Sovimme alustavasti taidetuokioihin liittyvistä käytännön järjestelyistä, kuten käytössä olevista tiloista ja ajankohdista. Sain taidetuokioiden toteuttamiseen melko vapaat kädet.

Suunnitelmavaiheessa selvitettiin toiminnallisen osuuden toteutuksen kannalta oleelliset lupa-asiat. Tutkimuksen kohteena olivat asiakkaat, joten Helsingin kaupungilta tuli hakea tutkimuslupaa. Tutkimuslupaa varten täytettiin hakemuslomake, jossa selvitettiin muun muassa seuraavat asiat: havainnoinnin kuvaus, perustelut henkilötietojen keräämiselle, kuvaus tutkimusaineiston säilyttämisestä tietoturvallisella tavalla sekä tunnistetietojen hävittämistapa. Hakemuksen liitteeksi tarvittiin ryhmäkotiin toimitettava tiedote tutkimuksesta, suostumuslomake tutkimukseen osallistuville, tietosuojaseloste henkilötietojen käsittelyä varten sekä tutkimussuunnitelma. Tutkimussuunnitelmasta tuli käydä ilmi tutkimuksen kohderyhmä, tutkimuksen tarkoitus ja tavoitteet, tutkimusmenetelmät, aineiston keruutapa ja analysointi sekä aineiston säilyttämisen ja hävittämisen kuvaus. Tutkimuslupa opinnäytetyölle saatiin joulukuussa 2024.

Tutkimusluvan varmistumisen jälkeen aloitettiin taidetuokioiden sisältöjen tarkempi suunnittelu. Pyrkimyksenä oli luoda looginen ja helposti lähestyttävä kokonaisuus, jossa olisi tilaa niin keskustelulle kuin taiteelliselle tekemisellekin. Luovat menetelmät rajattiin kuvallisen ilmaisun menetelmiin, koska otaksuin niiden soveltuvan parhaiten muuttoon liittyvien ajatusten ja tunteiden jäsentelyyn ja purkamiseen. Olin aiemmin ohjannut asukkaille toimintaa musiikillisen, liikkeellisen ja kuvallisen ilmaisun menetelmin, ja silloin saadun palautteen perusteella kuvallinen ilmaisu oli ollut valtaosalle asukkaista mielekkäintä. Uskoin, että kuvallinen ilmaisu tarjoaisi tarpeeksi matalan kynnyksen osallistumiseen ja soveltuisi toimintakyvyltään heterogeeniselle ryhmälle.

Jokaiselle ryhmäkerralle valittiin oma tema, joka on yhteydessä resilienssin vahvistamiseen. Teemoiksi valikoituivat *tunteet*, *unelmat*, *vahvuudet*, *rentoutuminen* ja *yhteisöllisyys*, joista jokainen pohjautuu luvussa 4 tarkasteltuihin resilienssiä tukeviin osatekijöihin. Näiden

teemojen äärellä haluttiin herättää keskustelua ja rohkaista asukkaita pohtimaan aiheita oman elämänsä kautta, sivuten samalla tulevaa muuttoa. Toimintakerrat pyrittiin rakentamaan teemojen ympärille siten, että toimintaan on mahdollista osallistua voimavarojensa mukaan. Päämääränä oli, että aiheiden äärellä olisi mahdollista purkaa ja ilmaista ajatuksia ja tunteita, mutta osallistuminen onnistuisi hyvin myös kevyemmin. Toiminnan sisällöissä pyrittiin huomioimaan se, että muuttoon liittyvät keskustelut ja taiteilut olisivat voimavaroja lisääviä, eivätkä pahentaisi asukkaiden oireita tai aiheuttaisi ahdistusta.

Jokaisella ryhmäkerralla oli sama rakenne, joka perustui Huhtinen-Hildénin ja Isolan (2018) esittelemään luovan ryhmätoiminnan malliin. Ryhmäkerrat koostuivat virittäytymisestä, taidetyöskentelystä ja päätöksestä. Virittäytymisen tarkoituksena oli ohjata pysähtymään käsillä olevaan hetkeen, johdattaa käsillä olevan aiheen ääreen ja suunnata ajatuksia kohti tulevaa taidetyöskentelyä. Virittäytymisellä tähdättiin luottamuksellisen ja hyväksyvän ilmapiirin luomiseen. (Huhtinen-Hildén & Isola 2018, 10.) Virittäytymisen jälkeen tuli taidetyöskentely, jossa oltiin ryhmäkerran teeman äärellä jonkin kuvataiteellisen menetelmän keinoin. Lopuksi tehtiin purku, jossa osallistujat saivat jakaa taidetyöskentelyn herättämiä ajatuksia, kokemuksia ja tunteita. Omien tuntemusten jakaminen luo yhteyksiä ja yhteisöllisyyttä ihmisten välille (Huhtinen-Hildén & Isola 2018, 11). Ryhmäkertojen lopetukseen haluttiin myös sisällyttää Kohtaamistaitteesta lainattu arvostuksen ajatus. Kohtaamistaitteessa toiminta päätetään yleensä arvostuskierrokseen, jossa jokaiselle teokselle annetaan arvostavia kommentteja. Arvostuksen tarkoituksena on lisätä positiivista vuorovaikutusta ja hyvää oloa. (Cavén-Pöysä 2014, 56.) Halusin sisällyttää arvostuksen käytäntöä taidetuokioihin, koska kuvalliseen ilmaisuun voi liittyä kielteisiä uskomuksia omista taidoista tai ikäviä kokemuksia arvioinnin kohteena olemisesta (Iivanainen 2019, 66). Arvostavien ja myönteisten kommenttien antaminen ja saaminen voi tuottaa iloa sekä positiivisia ja voimaannuttavia kokemuksia (Cavén-Pöysä 2014, 56).

Ensimmäisen taidetuokion teemaksi valittiin *tunteet*. Teeman kautta haluttiin herättää keskustelua tunteista sekä ohjata tunnistamaan ja sanoittamaan niitä. Kyvyn havaita ja tunnistaa omia sekä muiden tunteita voidaan katsoa olevan tunnetaitojen perusta (Seppänen 2021, 44). Tunnetaidot ja etenkin myönteisten tunteiden kokeminen ovat resilienssiä vahvistavia tekijöitä (Scheffers ym. 2023). Ensimmäisen taidetuokion aluksi päätettiin pitää informatiivinen osio, jossa käydään läpi opinnäytetyöhön liittyvät käytännön asiat ja allekirjoitetaan suostumuslomakkeet. Tämän jälkeen laaditaan yhdessä osallistujien kanssa sopimus ryhmän toimintatavoista, jotta kaikilla olisi mahdollisimman hyvä ja turvallinen olo osallistua ryhmään. Alkuosion jälkeen tulee virittäytyminen, jossa katsellaan taidekortteja ja keskustellaan siitä, millaisia tunteita korteissa olevissa teoksissa voi nähdä ja tulkita.

Ensimmäisen kerran taidetyöskentelyksi haluttiin valita tekniikka, joka olisi yksinkertainen, helposti lähestyttävä, innostava ja luovuutta herättelevä. Tähän valikoitui monotypia, joka on

taidegraafiikan tekniikka. Monotypiassa kuva maalataan tasaiselle alustalle, kuten keramiikka-laatalle. Tämän jälkeen kuvan päälle painetaan paperi, jolloin kuva siirtyy paperiin. Samalta laatalta voi ottaa useamman vedoksen, jolloin värit ja kuviot kerrostuvat. Yksinkertaisuuden ja yllätyksellisyyden lisäksi tekniikka tarjoaa mahdollisuuden tarkastella tunteita abstraktisti värien ja muotojen kautta ilman paineita kuvan esittävydestä. Tämän ajateltiin lisäävän onnistumisen kokemuksia ja madaltavan kynnystä osallistua toimintaan. Taidetyöskentelyn aiheen nimeksi valittiin *mielenmaisema*, joka viittaa tunteiden ilmentämiseen värien ja muotojen kautta ikään kuin maisemaksi, jonka voi mielessään nähdä. Taidetuokion lopuksi pidetään yhteinen purku, jossa katsellaan syntyneitä teoksia ja jaetaan taidetyöskentelyn herättämiä ajatuksia.

Taulukko 1: Ensimmäisen taidetuokion suunnitelma

Ensimmäisen taidetuokion suunnitelma	Toiminnan sisältö	Toiminnan tavoitteet	Tarvikkeet
<p>Aloitus:</p> <p>Info, lomakkeet ja ryhmäsopimus</p>	<p>Käydään läpi taidetuokioiden ja opinnäytetyön tarkoitus ja tavoitteet, osallistujien oikeudet, suostumuslomakkeen ja tietosuojaselosteen sisältö. Allekirjoitetaan suostumuslomakkeet opinnäytetyöhön osallistumisesta.</p> <p>Laaditaan yhteinen ryhmäsopimus, jossa sovitaan ryhmän toimintatavoista.</p>	<p>Tavoitteena on, että osallistujat tietävät kaiken tarpeellisen opinnäytetyöhön osallistumisesta.</p> <p>Ryhmäsopimuksen tavoitteena on, että osallistujat ehdottavat sopimukseen toimintatapoja, joiden myötä kaikilla olisi mahdollisimman mukava ja turvallinen olo osallistua ryhmään.</p>	<p>Suostumuslomake</p> <p>Tietosuojaseloste</p> <p>Paperia</p> <p>Kyniä</p>
<p>Virittäytyminen:</p> <p>Ateneumin taidekortit</p>	<p>Katsellaan yhdessä kuvia taideteoksista. Keskustellaan siitä, millaisia tunteita eri kuvissa näkyy ja millaisia tunteita kuvat herättävät.</p> <p>Jokainen saa valita yhden kuvan, joka</p>	<p>Tavoitteena on virittäytyä päivän teemaan ja taidetyöskentelyyn, tunnistaa ja sanoittaa erilaisia tunteita sekä antaa jokaiselle mahdollisuus päästä ääneen ja tulla kuulluksi.</p>	<p>Ateneumin taidekorttipakka</p>

Ensimmäisen taide- tuokion suunnitelma	Toiminnan sisältö	Toiminnan tavoitteet	Tarvikkeet
	<p>kuvastaa parhaiten tämän päivän tunnetilaa. Käydään kierros, jossa jokainen saa kertoa kuulumisistaan ja miksi valitsi kyseisen kuvan. Jokainen saa jakaa juuri sen verran, kuin tuntuu hyvältä.</p>	<p>Yhteys resilienssin vahvistamiseen: tunnetaidot</p>	
<p>Taidetyöskentely: <i>Mielenmaisema</i> monotypia -tekniikalla</p>	<p><i>Mielenmaisema:</i> valitaan jokin tunne, josta äsken keskusteltiin. Käytetään teoksessa värejä ja muotoja, jotka tulevat tunnetilasta mieleen.</p> <p>Monotypia: maalataan keramiikkalaatalle. Painetaan paperi laatun päälle, jolloin maalaus siirtyy paperille.</p>	<p>Tavoitteena on valintojen tekeminen sekä valitun tunteen tulkitseminen värien, muotojen ja sommittelun keinoin.</p> <p>Tavoitteena on kokeilla mahdollisesti itselle uutta tekniikkaa.</p>	<p>Keramiikkalaatat</p> <p>Akryylivärit/pullovärit</p> <p>Akvarellipaperia (esim. A4, 180g)</p> <p>Kertakäyttöhaarukoita ja -lusikoita</p> <p>Taustakartonkia</p> <p>Sakset</p> <p>Liimaa</p>
<p>Päätös: Teosten katselu ja palaute</p>	<p>Katsellaan syntyneitä teoksia yhdessä. Jokaisen teoksesta sanotaan jotakin positiivista.</p> <p>Palaute: Jokainen saa kertoa, miltä tekeminen tuntui. Millainen tunnetila on nyt?</p>	<p>Tavoitteena on muiden osallistujien teosten arvostaminen ja arvostuksen vastaanottaminen.</p> <p>Kaikkien teoksista sanotaan jotakin myönteistä.</p> <p>Palautteen tavoitteena on omien tuntemusten ja kokemuksen sanoittaminen.</p>	

Ensimmäisen taide- tuokion suunnitelma	Toiminnan sisältö	Toiminnan tavoitteet	Tarvikkeet
		Tavoitteena on myös saada tietoa osallistujien ajatuksista ja menetelmän toimivuudesta.	

Toisen taidetuokion teemaksi tuli *unelmat*, minkä pyrkimyksenä oli suunnata asukkaiden ajatuksia kohti tulevaisuutta ja itselle tärkeitä asioita. Aihe mahdollisesti luontevasti myös tulevan muuton käsittelyn sen kautta, millaisia asioita asukkaat toivovat elämäänsä uuden kodin ja asuinympäristön myötä. Lipposen (2020) mukaan tulevaisuuteen suuntaaminen on osa resilienttiä toimintatapaa, mikä sitoo aiheen resilienssin vahvistamiseen (Lipponen 2020, 22). Toisen taidetuokion suunnitelma alkaa virittäytymisellä, jossa katsellaan kuvia erilaisista ovista. Ovien äärellä käydään keskustelua siitä, mitä niiden takana voisi olla. Ovien joukossa on myös erilaisten asuntojen ja kotien ovia, mikä saattaa auttaa suuntaamaan ajatuksia tulevaan muuttoon. Taidetyöskentelyn otsikkona on *ovi unelmiin*, jonka tarkoituksena on tehdä teos omista unelmista ja itselle tärkeistä asioista. Työskentelyn välineinä käytetään akryylivärejä ja aikakauslehdistä leikattuja kuvia. Aikakauslehdet valittiin tähän työskentelyyn, koska haluttiin antaa vaihtoehtoinen tapa kuvata unelmia maalaamisen sijaan. Tuokion lopuksi katsellaan syntyneitä teoksia ja jaetaan työskentelyn herättämiä ajatuksia.

Taulukko 2: Toisen taidetuokion suunnitelma

Toisen taidetuokion suunnitelma	Toiminnan sisältö	Toiminnan tavoitteet	Tarvikkeet
Virittäytyminen: Kuvia erilaisista ovista	Katsellaan kuvia erilaisista ovista. Keskustellaan siitä, mitä ovien takana voisi olla. Jokainen saa valita oven, jonka haluaisi avata. Käydään kierros, jossa jokainen kertoo, miksi valitsi kyseisen oven.	Tavoitteena on virittäytyä tulevaan taide-työskentelyyn ovi-teen kautta. Ovien avulla herätellään mielikuvitusta. Asunnon oven kuva saattaa suunnata	Kuvia erilaisista ovista, esimerkiksi tulostettuja tai postikortteja

Toisen taidetuokion suunnitelma	Toiminnan sisältö	Toiminnan tavoitteet	Tarvikkeet
		ajatuksia tulevaan muuttoon.	
<p>Taidetyöskentely:</p> <p>Ovi unelmiin -teos</p>	<p><i>Ovi unelmiin</i> -työskentelyn tarkoituksena on luoda paperille kuvia tai tunnelmia omista unelmista ja itselle tärkeistä asioista.</p> <p>Teoksen voi toteuttaa maalaamalla, minkä lisäksi voi halutessaan leikata kuvia aikakauslehdistä.</p> <p>Lopuksi leikataan kartongista aukeava ovi ja liimataan se paperille.</p>	<p>Tavoitteena on omien unelmien pohtiminen ja tulkitseminen paperille.</p> <p>Tavoitteena on myös valintojen tekeminen.</p> <p>Yhteys resilienssin vahvistamiseen: ajatusten suuntaaminen tulevaan ja itselle tärkeiden asioiden tunnistaminen</p>	<p>Akvarellipaperia (esim. A3, 250g)</p> <p>Akryylivärit/pullovärit</p> <p>Siveltimiä</p> <p>Aikakauslehtiä</p> <p>Sakset</p> <p>Liimaa</p> <p>Ovisapluuna</p> <p>Askarteluveitsi sapluunan tekemiseen</p>
<p>Päätös:</p> <p>Teosten katselu ja palaute</p>	<p>Katsellaan syntyneitä teoksia yhdessä ja annetaan arvostusta jokaiselle työlle.</p> <p>Omasta työstä saa kertoa ja jakaa sen verran kuin haluaa.</p> <p>Palaute: jokainen saa kertoa, miltä tekeminen tuntui. Mikä oli mielekästä ja mikä ei?</p>	<p>Tavoitteena on, että jokainen saa antaa myönteistä palautetta ja vastaanottaa sitä.</p> <p>Jokaisella on mahdollisuus tulla kuulluksi.</p> <p>Omista unelmistaan saa halutessaan kertoa.</p> <p>Palautteen tavoitteena on, että osallistujat sa-noittavat omaa kokemustaan ja mielipiteitään.</p> <p>Tavoitteena on myös saada tietoa menetelmän toimivuudesta ja osallistujien ajatuksista.</p>	

Kolmannen taidetuokion teemaksi tuli *vahvuudet*. Omien vahvuuksien tunnistaminen on yksi resilienssiä vahvistavista tekijöistä (Scheffers ym. 2023). *Vahvuudet* oli teema, joka koettiin hyvin tärkeäksi käsitellä asukkaiden kanssa, koska itsetuntemus ja myönteinen minäkuva ovat resilienssin lisäksi yhteydessä myös mielenterveyteen. Nämä vaikuttavat paitsi vastoinkäymisistä ja muutoksista selviämiseen, myös sosiaaliseen kanssakäymiseen ja aktiiviseen toimijuuteen arjessa. (Mielenterveystalo 2025.) Taidetuokio alkaa virittäytymisellä, jossa on esillä kuvia erilaisista eläimistä. Näiden kuvien avulla toteutetaan kuulumiskierros, jossa jokainen osallistuja pääsee kertomaan kuulumisistaan. Tämän jälkeen katsellaan kortteja, joissa on erilaisia vahvuuksia kuvaavia sanoja. Näiden äärellä keskustellaan vahvuuksista ja jokainen pääsee valitsemaan omia vahvuuksiaan kuvaavan kortin. Tavoitteena on, että osallistujat pysyisivät tunnistamaan ja sanoittamaan vahvuuksiaan.

Virittäytymisen jälkeen siirrytään taidetyöskentelyyn, jonka aiheena on *voimaeläin savesta*. Aiheessa yhdistyvät virittäytymisessä käytetyt eläinkuvat ja vahvuuskortit. Osallistujat pääsevät ilmentämään vahvuuksiaan niitä kuvaavan eläimen muodossa. Eläimet valikoituivat tämän työn aiheeksi, koska valtaosa asukkaista on aiemman kokemukseni mukaan ilmaissut mielenkiintoa eläimiä kohtaan. Eläimiin myös liitetään yleisesti erilaisia ominaisuuksia. Esimerkiksi leijonaa voidaan kuvailla rohkeaksi ja pöllöä viisaaksi. Tämänkin takia vahvuuksia saattaa olla luontevaa hahmottaa ja tuoda näkyväksi eläimen muodossa. Savi valikoitui tämän taidetyöskentelyn materiaaliksi, koska se tarjoaa aiemmista tuokioista poikkeavia aistikokemuksia ainakin tunto- ja hajuaistin kautta. Lisäksi olen oman kokemukseni mukaan todennut, että saven muotoiluun voi liittyä terapeuttinen ja rentouttava ulottuvuus. Halusin myös tarjota asukkaalle monipuolisesti erilaisia menetelmiä, joten taidetuokioihin oli mielestäni tärkeää saada maalaamisen lisäksi ainakin yksi kolmiulotteinen työ. Taidetuokion lopuksi oli tarkoitus katsella syntyneitä savitoita ja keskustella työskentelyn herättämistä tuntemuksista.

Taulukko 3: Kolmannen taidetuokion suunnitelma

Kolmannen taidetuokion suunnitelma	Toiminnan sisältö	Toiminnan tavoitteet	Tarvikkeet
<p>Virittäytyminen:</p> <p>Kuvia erilaisista eläimistä</p> <p>Mieli ry:n vahvuuskortit</p>	<p>Esillä on kuvia erilaisista eläimistä. Jokainen saa valita kuvan, joka kuvastaa tämänhetkistä olotilaa.</p> <p>Kuulumiskierros, jossa saa lisäksi kertoa,</p>	<p>Tavoitteena on, että jokainen pääsee kertomaan omista kuulumisistaan.</p> <p>Oman olon tunnistaminen ja sanoittaminen eläinkuvan kautta</p>	<p>Eläinkuvia, esimerkiksi kortteja tai tulostettuja.</p> <p>Mieli ry:n vahvuuskortit</p>

Kolmannen taide- tuokion suunnitelma	Toiminnan sisältö	Toiminnan tavoitteet	Tarvikkeet
	<p>miksi valitsi kyseisen eläimen.</p> <p>Esillä on myös vahvuuskortteja, joissa on erilaisia sanoja, kuten ”ystävällinen” tai ”huumorintajuinen”.</p> <p>Keskustellaan vahvuuksista. Jokainen saa valita kortin, joka kuvaa omia vahvuuksia.</p> <p>Keskustellaan siitä, miten ja millaisissa tilanteissa nämä vahvuudet näkyvät tai milloin niitä tarvitaan.</p>	<p>Tavoitteena on omien vahvuuksien tunnistaminen ja sanoittaminen</p> <p>Yhteys resilienssin vahvistamiseen: omien vahvuuksien tunnistaminen ja sanoittaminen</p>	
<p>Taidetyöskentely:</p> <p>Voimaeläin savesta</p>	<p>Voimaeläin savesta: muotoillaan savesta oma voimaeläin. Pohditaan, mikä eläin voisi kuvastaa omia vahvuuksia.</p>	<p>Tavoitteena on muotoilla savesta haluamansa muoto.</p> <p>Teos voi kuvastaa omia vahvuuksia, tai olla esimerkiksi oma lemmieläin</p>	<p>Savea</p> <p>Lankaa saven leikkamiseen</p> <p>Suojakäsineitä ja essuhalukkeille</p> <p>Vahakangas pöydän suojaksi</p> <p>Muotoilutikkuja</p>
<p>Päätös:</p> <p>Teosten katselu ja palaute</p>	<p>Jokainen saa esitellä oman teoksensa.</p> <p>Palaute: Jokainen saa kertoa, miltä tekeminen tuntui. Mikä oli mielekkästä ja mikä ei?</p>	<p>Tavoitteena on, että jokainen pääsee ääneen ja tulee kuuluksi.</p> <p>Tavoitteena on oman kokemuksen ja mielipiteiden sanoittaminen</p>	

Kolmannen taide- tuokion suunnitelma	Toiminnan sisältö	Toiminnan tavoitteet	Tarvikkeet
		Tavoitteena on myös saada tietoa menetelmän toimivuudesta ja osallistujien ajatuksista.	

Neljännän taidetuokion teemana oli *rentoutuminen*, koska rentoutusharjoitusten avulla voi lievittää stressin ja ahdistuksen tunteita sekä edistää palautumista ja voimavaroja (Karkkulainen ym. 2019, 142). Stressin lievittämisen ja voimavarojen lisäämisen voidaan katsoa liittyvän resilienssin vahvistamisen keinoihin. Osalla asukkaista on kokemukseni mukaan myös taipumusta ylivirittyneisyyteen, joten rentoutusharjoitus saattaisi auttaa pysähtymään käsillä olevaan hetkeen. Neljäs tuokio alkaa virittäytymisellä, jossa tehdään ohjattu rentoutusharjoitus istuen. Harjoituksen tavoitteena on ohjeiden kuuntelemien ja toteuttaminen omaan tahtiin, rauhoittuminen sekä hetkeen pysähtyminen. Tämän jälkeen siirrytään taidetyöskentelyyn, joka on tällä kertaa musiikkimaalaus. Musiikkimaalauksessa maalataan vaihtuvan taustamusii-kin tahtiin ja tarkoituksena on antaa musiikin vaikuttaa siihen, miten maalaa. Sivellintä voi käyttää esimerkiksi hitaasti, nopeasti, pitkin vedoin tai rytmikkäästi rummuttaen. Musiikki voi vaikuttaa myös siihen, millaisia aiheita, muotoja ja värejä paperille syntyy. Musiikkimaalaus valikoitui menetelmäksi, koska olin kerran aiemmin ohjannut sitä asukkaille, ja he olivat toivoneet sitä uudelleen. Musiikin käyttö on myös menetelmänä tehokas, sillä se voi vaikuttaa ihmiseen hyvin kokonaisvaltaisesti. Musiikilla voidaan esimerkiksi säädellä vireystilaa, aktivoita aivoja ja tuottaa mielihyvää. (Huhtinen-Hildén 2019, 22-23.) Tuokion lopuksi katsellaan syntyneitä teoksia ja keskustellaan siitä, miltä tekeminen tuntui.

Taulukko 4: Neljännän taidetuokion suunnitelma

Neljännän taide- tuokion suunnitelma	Toiminnan sisältö	Toiminnan tavoitteet	Tarvikkeet
Virittäytyminen: Ohjattu rentoutusharjoitus	Ohjattu rentoutusharjoitus istuen. Käydään läpi koko keho rauhallisesti	Tavoitteena on ohjeiden kuunteleminen ja omaan tahtiin toteuttaminen, rauhoittuminen ja hetkeen pysähtyminen.	Valmiiksi mietitty rentoutusharjoitus, esimerkiksi Mielenterveysalo.fi:n rentoutusharjoitusta soveltaen.

Neljännen taide- tuokion suunnitelma	Toiminnan sisältö	Toiminnan tavoitteet	Tarvikkeet
		Yhteys resilienssin vahvistamiseen: rentoutuminen ja stressin lievittäminen	Rauhallista taustamusiikkia Kaiutin
Taidetyöskentely: Musiikkimaalaus	<p>Musiikkimaalaus: Taus- talla soi vaihtuvaa mu- siikkia. Annetaan mu- siikin vaikuttaa siihen, millaisia värejä valit- see ja miten sivellintä käyttää.</p> <p>Sivellimellä voi maa- lata esimerkiksi hi- taasti, nopeasti, ryt- mikkäästi rummuttaen, voimakkaasti tai hen- nosti.</p> <p>Musiikki voi vaikuttaa myös siihen, millaisia muotoja ja aiheita pa- perille syntyy.</p>	Tavoitteena on kuun- nella musiikkia ja an- taa sen vaikuttaa maa- laamiseen.	<p>Akvarellipaperia (esim. A3, 250g)</p> <p>Vesivärit</p> <p>Siveltimiä</p> <p>Vesikipot</p> <p>Valmiiksi valittua mu- siikkia, erilaisia kappa- leita</p> <p>Kaiutin</p>
Päätös: Teosten katselu ja pa- laute	<p>Katsellaan yhdessä syn- tyneitä maalauksia. Jo- kaisen teoksesta sano- taan jotakin positii- vistä.</p> <p>Palaute: Jokainen saa kertoa, miltä tekemi- nen tuntui. Tuntuiko helpolta antaa musiikin vaikuttaa maalaami- seen?</p>	<p>Tavoitteena on muiden osallistujien teosten arvostaminen sekä ar- vostuksen vastaanotta- minen.</p> <p>Tavoitteena on omien tuntemusten ja koke- muksen sanoittaminen.</p> <p>Tavoitteena on myös saada tietoa menetel- män sopivuudesta ja osallistujien ajatuk- sista.</p>	

Viimeisen taidetuokion teemaksi valikoitui *yhteisöllisyys*. Tämän teeman äärellä on luontevaa tarkastella ystävien ja asuinyhteisön merkitystä asukkaiden elämässä. Samalla ajatuksia voi jälleen suunnata kohti tulevaa. Yhteisöllisessä asumisessa asuinyhteisöllä on valtava merkitys asukkaille, koska yhteisö on jatkuvasti läsnä arjessa. Oman elämän sosiaalisen verkoston ja vuorovaikutustaitojen voidaan katsoa olevan kytköksissä haastavista tilanteista selviämiseen sekä henkiseen hyvinvointiin ja resilienssiin. (Scheffers ym. 2023). Tuokio aloitetaan virittäytymisellä, jossa jokainen saa muovailta omat kuulumiset muovailuvahasta. Tämän jälkeen keskustellaan ystävydestä ja asuinyhteisöstä. Tavoitteena on sanoittaa omia ajatuksia ja mahdollisesti sivuta samalla tulevaa muuttoa. Keskustelun jälkeen siirrytään taidetyöskentelyyn, joka on tällä kerralla yhteismaalaus. Isolle paperille maalataan yhdessä teos, jonka aiheen osallistujat saavat valita itse. Yhteismaalaus valikoitui menetelmäksi, koska sen aikana on mahdollista kokea yhdessä tekemisen, ryhmään kuulumisen ja vuorovaikutuksen kokemuksia. Lisäksi yhteismaalauksessa tarjoutuu mahdollisuus omien ja muiden rajojen tutkimiseen paperilla. Muodostuuko osallistujille omat maalausalueet ja voiko näiden alueiden rajoja ylittää? Lopuksi katsellaan syntyneitä teosta ja kerrotaan, miltä tekeminen tuntui. Viimeinen taidetuokio päätetään koko prosessin purkuun, jossa osallistujilta pyydetään palautetta sekä suullisesti että lomakkeella. Tavoitteena on kerätä osallistujien kokemuksia ja ajatuksia koko taidetuokioiden kokonaisuudesta.

Taulukko 5: Viidennen taidetuokion suunnitelma

Viidennen taidetuokion suunnitelma	Toiminnan sisältö	Toiminnan tavoitteet	Tarvikkeet
<p>Virittäytyminen:</p> <p>Kuulumiset muovailuvahasta</p> <p>Keskustelua ystävydestä ja asuinyhteisöstä</p>	<p>Jokaiselle jaetaan pöytäpaperi muovailuvahaa. Käydään kuulumiskierros muovailuvahan avulla. Jokainen saa muovailta, mitä hänelle kuuluu. Tuotoksen ei tarvitse esittää mitään, mutta se saa esittää esimerkiksi jotakin tekemistä tai nähtyä asiaa.</p> <p>Tämän jälkeen kerrotaan vuorotellen omat kuulumiset.</p>	<p>Tavoitteena on, että jokainen pääsee ääneen ja tulee kuuluksi.</p> <p>Tavoitteena on myös muovailun ilo sekä omien kuulumisten sanoittaminen.</p>	<p>Muovailuvahaa</p>

Viidennen taide- tuokion suunnitelma	Toiminnan sisältö	Toiminnan tavoitteet	Tarvikkeet
	<p>Keskustellaan ystävydestä: Millainen on hyvä ystävä? Millaisia asioita teet ystävän kanssa?</p> <p>Keskustellaan asuinyhteisöstä: Millaisia asioita teet asuinkaverien kanssa? Millainen vaikutus asuinyhteisöllä on arkeesi? Onko yhteisö sinulle tärkeä?</p> <p>Millaista yhteisöä tai asuinkavereita toivot uudelta kodilta?</p>	<p>Tavoitteena on pohtia ystävyyttä ja asuinyhteisöä ja sanoittaa omia ajatuksia.</p> <p>Tavoitteena on suunnata ajatuksia tulevaan muuttoon.</p> <p>Tavoitteena on pohtia, millaiset asiat ovat itselle tärkeitä liittyen asuinyhteisöön.</p> <p>Yhteys resilienssin vahvistamiseen: sosiaaliset suhteet ja sosiaalinen verkosto</p>	
<p>Taidetyöskentely:</p> <p>Yhteismaalaus</p>	<p>Yhteismaalaus: Maalataan yhdessä isolle paperille yhteinen teos.</p> <p>Osallistujat saavat päättää maalaukselle aiheen.</p>	<p>Tavoitteena on yhteisen teoksen luominen ja vuorovaikutuksessa oleminen.</p>	<p>Akvarellipaperia (esim. A2, 250g)</p> <p>Maalarinteippiä</p> <p>Akryylivärit/pullovärit</p> <p>Siveltimiä</p>
<p>Päätös:</p> <p>Teoksen katselu ja palaute</p> <p>Koko taidetuokioprosessin purku ja loppupalaute</p>	<p>Katsellaan syntyneitä teosta. Jokainen saa kertoa, miltä tekeminen tuntui.</p> <p>Koko prosessin purku: Muistellaan aiempia taidetuokioita ja pyydetään palautetta sekä suullisesti että lomakkeella.</p>	<p>Tavoitteena on kuulla osallistujien ajatuksia ja kokemuksia yhteismaalauksesta.</p> <p>Tavoitteena on kerätä osallistujien kokemuksia ja ajatuksia koko taidetuokioiden prosessista kokonaisuudessaan.</p>	

Karkkulaisen ym. (2019) mukaan tavoitteellista toimintaa on tärkeää suunnitella asiakas-, toiminta- ja tavoitelähtöisesti. Toiminnan tulisi olla asiakkaalle mahdollisimman kiinnostavaa, toimintakyvylle sopivaa, sopivan haastavaa, mielihyvää tuottavaa, voimavarat huomioivaa sekä osallistujien välistä vuorovaikutusta edistävää. (Karkkulainen ym. 2019, 25.) Lisäksi luovan toiminnan toteutuksessa on tärkeää, että vammaisen asiakas on toiminnassa aktiivinen osallistuja ja toteuttaja (Kari ym. 2020, 321). Taidetuokioiden sisältöjen suunnittelussa pyrittiin huomioimaan mainitut elementit. Mielenkiinnon, mielihyvän ja onnistumisen kokemusten edistämiseksi tuokioissa haluttiin käyttää vaihtuvia taidetyöskentelyjä ja -välineitä sekä laadukkaita materiaaleja. Toimintakykyä, voimavaroja ja sopivaa haasteellisuutta pyritään huomioimaan niin, että työskentelyt on mahdollista toteuttaa oman toimintakyvyn mukaisesti. Osallistujia rohkaistaan osallistumaan omien voimavarojen puitteissa ja taukoja on mahdollista pitää tarpeen mukaan. Vuorovaikutusta pyritään edistämään erityisesti virittäytymisissä herättämällä keskustelua esteettisten kuvien avulla. Lisäksi tuokioiden sisällöt pyrittiin suunnittelemaan niin, että aikaa menisi kokonaisuudessaan enintään puolitoista tuntia taukoineen ja lopetuksineen. Myös ajankäytöllä pyrittiin huomioimaan osallistujien voimavaroja ja jakamista. Suunnitellessa huomioitiin myös, että käytetyt taidemenetelmät, materiaalit ja välineet olisivat ohjaajalle tuttuja. Tarvittaessa niitä kokeiltiin ennen kunkin tuokion ohjaamista. Iivanainen (2019) pitää tärkeänä sitä, että toiminnan ohjaaja on itse kokeillut ohjaamaansa menetelmää. Tällöin ohjaajalle on muodostunut jonkinlainen käsitys siitä, miltä tekeminen voi tuntua ja mitä asioita kannattaa ohjaamisessa huomioida. (Iivanainen 2019, 61.)

6.3 Toiminnallisen osuuden arviointimenetelmät

Opinnäytetyön toiminnallisen osuuden pääasiallisena arviointimenetelmänä käytettiin havainnointia. Havainnointi valikoitui menetelmäksi, koska sen kautta oli mahdollista saada tietoa asukkaiden vuorovaikutuksesta luovan ryhmätoiminnan aikana. Havaintojen kautta pyrittiin keräämään tietoa resilienssiä vahvistavien tekijöiden ilmenemisestä toiminnan aikana. Havainnointimenetelmä sopi luontevasti ryhmätoiminnan arvioinnin menetelmäksi, koska sen kautta voidaan tarkastella kuvallisen ilmaisun menetelmien vaikutuksia osallistujiin. Havaintojen kautta voitiin tarkastella, millaista vuorovaikutusta osallistujien välillä tapahtui, ja millaisia resilienssin vahvistamiseen liittyviä tekijöitä asukkaissa oli nähtävissä toiminnan ohessa. Lisäksi voitiin tarkastella, miten osallistujat reagoivat toimintaan ja miten se vaikutti heidän olemukseensa ja toimintaansa.

Havainnoinnin lisäksi pidettiin tärkeänä kuulla asukkaiden omia mielipiteitä ja ajatuksia toiminnasta, joten heiltä kysyttiin palautetta toiminnallisen prosessin aikana ja sen päätteeksi. Palautetta pyydettiin sekä suullisesti että palautelomakkeella. Lomakkeella haluttiin tukea niiden osallistujien palautteenantoa, joilla on rajoitteita puheen tuotossa ja kommunikoinnissa.

6.3.1 Havainnointi

Havainnointi on yksi laadullisen tutkimuksen aineistonkeruumenetelmistä, jossa tutkittavasta ilmiöstä kerätään tietoa toimintaa seuraamalla. Havainnot kohdistuvat yleensä ihmisen toimintaan esimerkiksi erilaisissa vuorovaikutustilanteissa. (Hakala 2024, Havainnointi.) Havainnoinnin etuna on tilanteen autenttisuus, sillä ilmiö tapahtuu reaaliajassa, luonnollisessa ympäristössään ja kontekstissaan. Havainnoinnin muodon valinta riippuu tutkittavasta ilmiöstä. Erilaisia havainnoinnin muotoja ovat suora- ja piilohavainnointi sekä osallistuva ja osallistava havainnointi. (Kananen 2015, 135-137.) Vilkan (2021) mukaan osallistava havainnointi eroaa osallistuvasta havainnoinnista siten, että osallistavan havainnoinnin aikana havainnoija aktivoi ryhmää samalla, kun osallistuu toimintaan (Vilka 2021, 80-81). Tässä työssä käytetyn havainnoinnin muodon voidaan siis katsoa olevan osallistava, koska havaintoja tehdään samalla ryhmän toimintaa ja keskusteluja ohjaten.

Havainnoinnin etuna on se, että sen avulla voidaan saada suoraa ja välitöntä tietoa yksilöiden tai ryhmien käyttäytymisestä ja toiminnasta. Menetelmänä se sopii erityisen hyvin esimerkiksi vuorovaikutuksen tutkimiseen sekä tilanteisiin, jotka ovat vaikeasti ennakoitavia tai nopeasti muuttuvia. Havainnointiin liittyy kuitenkin myös mahdollisia haasteita. Havainnoijan läsnäolo voi vaikuttaa havainnoitavien käyttäytymiseen ja muuttaa tilanteen kulkua. Havainnoijalle saattaa myös syntyä tunneside tutkittavaan ryhmään tai tilanteeseen, mikä heikentää tutkimuksen objektiivisuutta. Lisäksi havainnoinnin toteuttaminen vie aikaa ja joissain tilanteissa voi olla vaikeaa tallentaa tietoa saman tien, jolloin havainnot täytyy kirjata muistinvaraisesti. Havainnointiin voi liittyä myös eettisiä kysymyksiä, esimerkiksi se, kuinka paljon osallistujille kerrotaan havainnoinnin tarkoista kohteista. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 213-214.)

Havainnoinnin toteuttamisessa sovellettiin Huhtinen-Hildénin ja Isolan (2020) kehittämää luovan ryhmätoiminnan havainnointimallia (Taulukko 6). Kyseisessä mallissa havainnointia toteutetaan kiinnittämällä huomiota neljään näkökulmaan: luovan toiminnan tapoihin ja välineisiin, yksittäisten osallistujien olemisen ja tekemisen tapoihin, ryhmän vuorovaikutukseen sekä ohjaamiseen. Tämän havainnointimallin pohjalta kirjattiin muistiinpanoja jokaisen taide-tuokion jälkeen. Havainnoinnin tueksi laadittuun tutkimuspäiväkirjaan kirjattiin muistiinpanoja, havaintoja, huomioita ja pohdintaa koko opinnäytetyöprosessin ajan. Tutkimuspäiväkirja on laadullisen tutkimuksen apuvälineenä myös perusteltu aineistonkeruumenetelmä, sillä se auttaa tutkijaa muistamaan ja hahmottamaan tutkimuksen tärkeimmät seikat ja oivalukset (Hirsjärvi ym. 2009, 45).

Taulukko 6: Luovan ryhmätoiminnan havainnointimalli (Huhtinen-Hildén & Isola, 2020)

Luovan ryhmätoiminnan havainnointimalli	
1. Luovan toiminnan tavat ja välineet	<ul style="list-style-type: none"> - Miten osallistujien erityistarpeet huomioitiin toiminnan sisällössä ja välineiden valinnassa? - Miten toimintakerran teema näkyi toiminnassa? - Miten vaiheesta toiseen siirtymistä tuettiin? - Miten osallistumiseen ja kokeilemiseen tarjottiin mahdollisuuksia ja kutsuja? - Mitä tavoitteita toiminnalle asetettiin?
2. Yksittäisten osallistujien olemisen ja tekemisen tavat	<ul style="list-style-type: none"> - Miten osallistujat reagoivat toimintaan? - Millaisia tunnelmia osallistujista välittyi? - Mitä toiminta mahdollisti osallistujille?
3. Ryhmän vuorovaikutus	<ul style="list-style-type: none"> - Millaista vuorovaikutusta osallistujien kesken havaittiin? - Miten erilaiset tekemiset vaikuttivat vuorovaikutukseen? - Oliko havaittavissa tunteiden tarttumista? Millaisissa tilanteissa? - Miten osallistujat asettuivat toisiinsa nähden? Pystyivätkö he muuttamaan asemaansa vuorovaikutuksen aikana? - Erosiko vuorovaikutus tyyppillisestä vuorovaikutuksesta osallistujien välillä?
4. Ohjaamisen arviointi	<ul style="list-style-type: none"> - Missä onnistuttiin? - Mitä olisi voinut tehdä toisin? - Miten ohjauksessa huomioitiin osallistujien tarpeita?

Havainnointi toteutettiin siten, että välittömästi jokaisen taidetuokion jälkeen laadittiin muistiinpanot tuokion tapahtumista ja sen aikana tehdyistä huomioista. Huomioita tehtiin näkökulmista, jotka mukailivat luovan ryhmätoiminnan havainnointimallia. Lisäksi osallistujien kanssa käydyt purkukeskustelut kustakin tuokiosta äänitettiin, jotta saataisiin taltioitua asukkaiden tarkkoja mielipiteitä ja ajatuksia toiminnasta. Näin kaikki aineisto ei olisi pelkästään havainnoijan muistin varassa, mikä lisää havaintojen objektiivisuutta ja luotettavuutta. Taidetuokioiden aikana haluttiin välttää muistiinpanojen tekemistä, jotta osallistujille ja

toiminnan ohjaamiselle oltaisiin mahdollisimman läsnä. Muistiin kirjoitettiin kuitenkin joitakin sitaatteja tuokioiden aikana käydyistä opinnäytetyön aiheen kannalta tärkeistä keskusteluista, jotta asukkaiden ajatuksia saataisiin näkyväksi. Nämä ilmaisut kuvaavat muun muassa asukkaiden ajatuksia muuttoa koskien, ja ovat olennaisesti yhteydessä myös resilienssin vahvistamiseen.

6.3.2 Palautteen kerääminen

Vilka ja Airaksinen (2003) mainitsevat, että osana toiminnallisen opinnäytetyön arviointia kannattaa kerätä palautetta tutkimuksen kohderyhmältä ja toimeksiantajalta. Tämä tukee opinnäytetyön tekijän omaa arviointia prosessista ja tuo arviointiin objektiivisuutta. (Vilka & Airaksinen 2003, 157). Palautetta voidaan kerätä osallistujilta monenlaisilla menetelmillä, kuten palautelomakkeella, suullisesti tai erilaisilla toiminnallisilla menetelmillä. Menetelmä valitaan sen perusteella, millaista tietoa sillä halutaan saavuttaa. (Pieviläinen, Luukkonen & Saukkonen 2014, 7.)

Keskustelu ja palaute toiminnallisen työskentelyn aikana ja sen päättyessä on keskeinen osa toimintaa. Osallistujien jakamat kokemukset ja tuntemukset auttavat toiminnan suunnittelussa ja kehittämisessä jatkossa. Osallistujilta kannattaakin pyytää palautetta aina kun siihen on mahdollisuus. Palautteiden pohjalta voi kehittää myös uusia toimintamuotoja. (Karkkulainen ym. 2019, 34.) Välittömän palautteen saamiseksi jokaisen tuokion päätteeksi kysyttiin osallistujien tuntemuksia ja mielipiteitä työskentelystä. Asukkaiden kokemukset ja mielipiteet toiminnasta olivat tärkeitä paitsi toiminnan havainnoinnin kannalta, niiden pohjalta voitiin myös tarvittaessa kehittää toimintaa seuraaville kerroille. Palautteen antaminen ja omien kokemusten jakaminen työskentelystä tuokion lopuksi on myös luonteva osa taidetuokioiden rakennetta. Luovan ryhmätoiminnan päättämiseen kuuluu usein jonkinlainen purkukierros, jossa osallistujat saavat kertoa toiminnan herättämiä ajatuksia ja tuntemuksia.

Tuokioiden päätteeksi saatavien palautteiden lisäksi palautetta päätettiin kerätä viimeisellä taidetuokiokerralla. Palaute koski taidetuokioiden prosessia kokonaisuutena ja se kerättiin suullisesti vapaamuotoisessa keskustelussa. Keskustelun tukena käytettiin valmiiksi laadittuja tukikysymyksiä (Liite 7), joiden avulla selvitettiin osallistujien mielipiteitä toiminnasta sekä heidän mahdollisesti kokemiaan hyvinvointivaikutuksia. Suullinen palaute äänitettiin osallistujien suostumuksella. Palautteet äänitettiin, jottei oltaisi pelkästään opinnäytetyön tekijän muistin varassa. Näin palautteisiin voitiin palata jälkikäteen opinnäytetyön raporttia kirjoittaessa.

Suullisen palautteen lisäksi päätettiin käyttää palautelomaketta, joka tukisi vähemmän puhetta tuottavien asukkaiden palautteenantoa. Lomake (Liite 6) toteutettiin hymiöasteikolla, joka mukaili viisiportaista Likertin asteikkoa niin, että toisessa päädyssä punainen hymiö merkitsi ”täysin eri mieltä” ja toisessa päädyssä vihreä hymiö ”täysin samaa mieltä”. Likertin

asteikko on kyselylomakkeissa tyypillinen tapa mitata kokemuksia ja mielipiteitä. Asteikon perusidea on, että keskikohdasta lähtien toiseen suuntaan samanmielisyys kasvaa, ja toiseen suuntaan samanmielisyys vähenee. (Vilka 2007, 46.)

7 Taidetuokioiden ja taidenäyttelyn toteutus

Taidetuokioita oli yhteensä viisi ja ne toteutettiin asumisyksikön tiloissa ajalla 7.1. - 3.2.2025. Osa tarvikkeista ja välineistä oli mahdollista lainata ryhmäkodilta ja osa tuli opinnäytetyön tekijän omista varastoista. Taidetuokioiden sisällöt noudattivat luvussa 6.2 esiteltyjä suunnitelmia.

7.1 Ensimmäinen taidetuokio: Tunteita ja taidetta

Ensimmäiseen taidetuokioon saapui kuusi osallistujaa. Ensimmäinen kerta aloitettiin lyhyellä informatiivisella osuudella, jossa kerroin opinnäytetyön tarkoituksesta ja tavoitteista, taidetuokioiden havainnoinnista ja havaintojen käytöstä opinnäytetyön raportissa sekä osallistujien oikeuksista. Muistutin vielä, että taidetuokioihin osallistuminen on vapaaehtoista ja suostumuksen voi milloin tahansa perua. Tähdensin myös, että kaikkiin taidetuokioihin ei tarvitse sitoutua, vaan voi osallistua niille kerroille, joille haluaa ja pääsee. Alkuosuuden lopuksi laadimme yhteisen ryhmäsopimuksen ryhmän toimintatavoista, jotta kaikilla olisi mahdollisimman mukavaa osallistua. Osallistujat ehdottivat ryhmäsopimukseen seuraavia kohtia, jotka kirjoitettiin ylös paperille:

- 1) Saa tulla sellaisena kuin on
- 2) Annetaan työrauha
- 3) Saa käyttää luovuutta
- 4) Ryhmältä saa henkistä tukea
- 5) Saa osallistua niin kuin jaksaa

Ensimmäisen kerran teemana oli *tunteet*. Virittäydyimme työskentelyä varten katselemalla Ateneumin taidekorttipakan kuvia erilaisista taideteoksista. Tehtävänä oli pohtia, millaisia tunteita kuvissa näkyy ja millaisia tunteita teokset herättävät itsessä. Taidekortit herättivät aktiivista keskustelua, muistoja ja huomioita. Osallistujat kertoivat nähneensä taidekorttien teoksia esimerkiksi museossa tai kirjoissa. Kuvissa esiintyvät toiminnot herättivät myös assosiaatioita lapsuuden leikkeihin, metsäretkiin sekä uimarannalla vietettyihin hetkiin. Keskustelun jälkeen jokainen sai valita yhden itseä puhuttelevan kortin ja kertoa, miksi valitsi juuri sen. Valintoihin päädyttiin esimerkiksi näistä syistä: kuva herätti jonkin mieluisan muiston, teoksessa oli hienot värit, teos oli kaunis ja teos oli ennestään tuttu.

Virittäytymisen jälkeen siirryttiin taidetyöskentelyn pariin, joka oli tällä kertaa monotypia-työskentely. Monotypia on taidegrafiikan tekniikka, jossa kuva maalataan tasaiselle alustalle, kuten keramiikkalaatalle. Tämän jälkeen kuvan päälle painetaan paperi, ja kuva siirtyy paperiin. Samalta laatalta voi ottaa useamman vedoksen, jolloin värit ja kuviot kerrostuvat. Työskentelyn välineinä olivat keramiikkalaatat, taidepaperit, akrylivärit, kertakäyttöhaarukat ja -lusikat sekä siveltimet. Osallistujat saivat valita haluamansa värit, minkä jälkeen he maalasivat keramiikkalaatalle kuvan. Tehtävänä oli maalata ”mielenmaisema”, joka kuvaa jotakin virittäytymiskeskustelussa käsitellyistä tunteista. Ohjeistuksena oli hahmotella laatalle sellaisia muotoja ja värejä, jotka tunteesta tulee mieleen.

Osallistujat työskentelivät omaan tahtiinsa. Ohjeistusta annettiin sekä yhteisesti että yksilöllisesti sen mukaan, missä työskentelyvaiheessa kukin oli menossa. Toiset osallistujista työskentelivät alusta loppuun hyvinkin itsenäisesti, kun taas osa tarvitsi ohjaajan apua esimerkiksi värien annostelussa, paperin painamisessa laatalle, saksien käytössä sekä työn liimaamisessa taustakartongille. Kaikki osallistujat työskentelivät aktiivisesti ja vaikuttivat olevan innostuneita. Kaikki halusivat myös tehdä useamman vedoksen ja valitsivat niistä lopulliseen työhönsä joko yhden tai useamman. Valitut vedokset liimattiin taustakartongille. Tekemisen ohessa käytiin aktiivista keskustelua ja vitsailtiin hyväntuulisesti. Osallistujat myös esittelivät teoksiaan toisilleen ja kehuivat sekä omia että toistensa töitä.



Kuva 1: Ensimmäisessä taidetuokiossa syntyneitä teoksia. Taiteilijoiden nimet on peitetty.

Kun kaikki olivat saaneet työnsä valmiiksi, pidettiin tuokion loppukeskustelu. Osallistujien antama palaute äänitettiin heidän suostumuksellaan, jotta ohjaajalla oli mahdollisuus käydä keskustelua ilman muistiinpanojen kirjoittamista. Osallistujat ilmaisivat, että työskentely oli

ollut heille mielekästä. Alkuvirittäytymisen taidekorteista kerrottiin saaneen inspiraatiota omaan maalaamiseen. Suurin osa osallistujista kertoi painotekniikan olleen heille uusi tapa työskennellä. He totesivat, että oli mielenkiintoista maalata paperin sijaan keramiikkalattalle. Menetelmää toivottiin ohjattavaksi jatkossa uudelleen myös asumisyksikön arjessa. Yksi osallistujista ilmaisi mielialansa kohentuneen taidetuokion aikana: hän oli tullut tuokioon surullisena, mutta kertoi saaneensa maalaamisesta muuta ajateltavaa. Osallistajat sanoittivat tuntemuksiaan ensimmäisestä taidetuokiosta muun muassa näin:

”Minä tykkäsin maalata, maalataan pian taas.”

”Oli ihanaa ja silleen rentouttavaa.”

”Kivaa oli tehdä.”

”Kaikkien teokset on ainutlaatuisia ja tosi hienoja. Niitä on kiva katsella.”

7.2 Toinen taidetuokio: Ovi unelmiin

Toisen toimintakerran aiheena oli *unelmat* ja osallistujia oli jälleen kuusi. Yksi osallistujista oli kuitenkin ensimmäistä kertaa paikalla, joten aluksi kerrattiin opinnäytetyöhön liittyvät käytännön asiat ja ensimmäisellä kerralla laadittu ryhmäsopimus. Kun uusi osallistuja oli allekirjoittanut suostumuslomakkeen opinnäytetyöhön osallistumisesta, siirryimme virittäytymiseen.

Virittäytymisessä oli esillä kuvia erilaisista ovista, joita katseltiin yhdessä. Kuvissa oli esimerkiksi värikäs ovi, koristeellinen ovi, kerrostaloasunnon ovi, kirkon ovi, linnan ovi, kukukas ovi, jouluihin ovi sekä metsässä oleva ovi. Tehtävänä oli pohtia, mitä ovien takana voisi olla. Osallistujat ehdottivat, että erään oven takaa löytyisi sauna, toisen takaa taas voisi löytyä rakkaus. Erään osallistujan mukaan yhden oven läpi kuului selvästi arjen ääniä, kuten television katselua, astioiden ääniä ja laulua. Seuraavaksi jokainen sai valita yhden oven, jonka haluaisi mieluiten avata. Kävimme kierroksen, jossa jokainen sai kertoa, miksi juuri kyseinen ovi puhutteli tänään. Erilaiset ovet herättivät hyväntuulista keskustelua ja vitsailua. Valtaosa osallistujista heittäytyi pohtimaan ja ehdottamaan, mitä ovien takana voisi olla. Ainoastaan yksi osallistujista vetäytyi toiselle puolelle tilaa tekemään palapeliä, mutta hänkin osallistui kommentoimalla keskusteluun.

Virittäytymisen jälkeen siirryimme taidetyöskentelyyn. Tehtävänantona oli tehdä teos, joka kuvastaa omia unelmia tai itselle tärkeitä asioita. Unelmien maalaamiseen oli käytössä siveltimet ja akryylivärit. Maalaamisen lisäksi oli mahdollista leikata aikakauslehdistä mieleisiä kuvia ja liimata ne paperille. Lopuksi teokseen sai halutessaan liimata aukeavan oven, jonka takaa unelmat löytyvät.

Kun osallistujat olivat saaneet teoksensa valmiiksi, kaikki saivat kertoa, miltä tekeminen oli tuntunut. Osallistujat kertoivat pitäneensä teoksen tekemisestä, vaikka osa olikin kokenut unelmien pohtimisen ja ilmaisemisen haastavaksi. Kaikki olivat kuitenkin saaneet paperille itselleen mieluisia asioita joko maalaamalla tai lehdestä leikkaamalla. Jotkut osallistujista olivat lähestyneet tehtävää tulevan muuton kannalta, kun taas osa oli ajatellut muuten vain itselle mieluisia asioita ja lehdistä löytyneitä hauskoja kuvia.

7.3 Kolmas taidetuokio: Voimaeläin savesta

Kolmannen toimintakerran teemana oli *vahvuudet* ja osallistujia oli kuusi. Kaikki osallistujat olivat olleet tuokioissa aiemmin, joten tuokio aloitettiin suoraan virittäytymisellä. Virittäytymisessä oli esillä kuvia erilaisista eläimistä. Kuvissa oli esimerkiksi leijona, koira, pöllö ja kissa. Osallistujat saivat tehtäväksi valita yhden eläimen, joka jollakin lailla kuvastaa sen hetkistä olotilaa. Sen jälkeen käytiin läpi kierros, jolla jokainen sai kertoa omista kuulumisistaan ja miksi valitsi kyseisen eläinkuvan. Eläinkuvat herättivät hyvin vilkasta ja innostunutta keskustelua. Osallistujat innostuivat esimerkiksi kertomaan muistoja tilanteista, joissa olivat nähneet kuvissa olevia eläimiä. Kuvat innostivat yhtä osallistujaa myös puhkeamaan eläinaiheiseen lauluun, johon muut osallistujat yhtyivät mukaan. Keskustelun rönsyilystä huolimatta kaikki osallistujat pääsivät kertomaan kuulumisistaan.

Tämän jälkeen siirryttiin virittäytymisen toiseen osaan, jossa esillä oli Mieli ry:n vahvuuskortit. Korteissa oli erilaisia adjektiiveja, kuten *rohkea*, *huumorintajuinen* ja *ystävällinen*. Kortit luettiin ääneen, minkä jälkeen osallistujat saivat valita yhden tai useamman kortin, jotka kuvaavat omia vahvuuksia. Osallistujat valitsivat muun muassa seuraavia vahvuuskortteja: *luotettava*, *ystävällinen*, *oikeudenmukainen*, *luova*, *liikunnallinen*, *taiteellinen*, *huolellinen* ja *toiveikas*. Tämän jälkeen keskusteltiin siitä, millaisissa tilanteissa nämä vahvuudet näkyvät. Osallistujat mainitsivat käyttävänsä vahvuuksiaan esimerkiksi sauvakävelyllä, töissä, ystävien kanssa ja harrastuksissa. Vahvuuksien kerrottiin näkyvän myös seuraavilla tavoilla:

”En kerro toisten asioita muille.”

”Pystyn auttamaan muita eri tilanteissa.”

”Pystyn ilmaisemaan tunteita”

Vahvuuskortitkin herättivät aktiivista keskustelua ja pohdintaa. Kaikki osallistujat pystyivät nimeämään omia vahvuuksiaan ja pohtimaan, miten ne heidän arjessaan näkyvät.

Virittäytymisen jälkeen siirryttiin taidetyöskentelyyn, joka oli tällä kertaa savityö. Tehtävänantona oli muovilla savesta voimaeläin, joka kuvastaa omia vahvuuksia. Esimerkkinä käytettiin yleisesti eri eläimiin liitettäviä ominaisuuksia. Esimerkiksi leijonaa voisi kuvailla

rohkeaksi ja pöllöä viisaaksi. Jotkut osallistujista halusivat muovailla jotakin muuta kuin eläimen, mikä oli myös sallittua.

Jotta savea pystyi muotoilemaan, sitä piti ensin pehmittää heittämällä sitä toistuvasti lattialle liinan päälle. Jotkut osallistujat innostuivat saveen heittämisestä, kun taas osa halusi ohjaajan auttavan heitä saveen pehmittämisessä. Pehmittämisen jälkeen kaikki osallistujat upoutuivat saveen muovailuun. Välillä työskentelyn ohessa heräsi yleistä keskustelua. Osallistujat työskentelivät pääasiassa itsenäisesti, mutta tarvittaessa autettiin yksityiskohdissa, kuten koiran hännässä tai härän sarvissa. Auttamisella pyrittiin ehkäisemään teoksen halkeamista kuivumisvaiheessa: esimerkiksi varmistettiin, että jalat ja hännät ovat tarpeeksi paksut ja huolellisesti kiinnitetyt.



Kuva 3: Saven muotoilua.

Työskentelyn ohessa vallitsi rento, vitsaileva ja puhelias tunnelma. Osallistujien kesken esiintyi paljon hassuttelua ja kontaktia toisiin. Myös ryhmän hiljaisemmat ja omissa oloissaan viihtyvät osallistujat pääsivät ääneen ja saivat tilaa.

Tuokion loppuksi oli jälleen loppukeskustelun aika. Osallistujat kertoivat pitäneensä savityökentelystä. Kaikki ilmaisivat myös olevansa tyytyväisiä töihinsä ja esittelivät niitä toisilleen. Töitä tutkittiin tarkkaan ja niillä nähtiin erilaisia ilmeitä ja eleitä.

7.4 Neljäs taidetuokio: Musiikkimaalaus

Neljännän toimintakerran teemana oli *rentoutuminen* ja osallistujia oli neljä. Virittäytyminen aloitettiin vapaamuotoisella kuulumiskierroksella, minkä jälkeen tehtiin ohjattu

rentoutusharjoitus istuen. Harjoituksessa käytiin läpi koko keho eri kehonosia lempeästi liikuttellen. Tavoitteena oli rauhoittua ja pysähtyä käsillä olevaan hetkeen kehoa kuunnellen ja hengitykseen keskittyen. Harjoituksen taustalla soi rauhallinen musiikki.

Virittäytymisen jälkeen siirryttiin taidetyöskentelyyn, joka oli tällä kertaa musiikkimaalaus. Välineinä oli vesivärit ja siveltimet. Taustalla soi musiikki, joka vaihtui tasaisin väliajoin tunnelmasta ja tyyllilajista toiseen. Tehtävänä oli antaa musiikin vaikuttaa värien valintaan ja siveltimen käyttöön. Siveltimellä saattoi maalata musiikin tahtiin esimerkiksi nopeasti tai hitaasti, voimakkaasti tai pehmeästi, pitkin vedoin tai rummuttaen.

Osallistujat maalasivat keskittyneesti ja musiikkia kuunnellen. Osalla musiikin vaikutus siveltimen käyttöön näkyi selvästi, toisilla vaikutus ei ollut silmin havaittavissa. Osallistujat kommentoivat välillä musiikkia, mutta muuten työskentely eteni ilman keskustelua. Maalaamisen loppuvaiheessa osallistujat pysyivät mahdollisuutta kuunnella omia toivekappaleita. Jokainen sai toivoa vuorotellen omaa toivekappalettaan ja osa innostui toivomaan useammankin kappaletta. Osallistujat jäivät tilaan kuuntelemaan musiikkia vielä pitkäksi aikaa sen jälkeen, kun olivat saaneet maalauksensa valmiiksi.



Kuva 4: Vesivärimaalausta musiikin tahtiin. Taiteilijan nimi peitetty.

Toivekappaleet herättivät osallistujissa voimakasta eläytymistä. Musiikin tahtiin laulettiin, liikutettiin ja soitettiin ilmarumpuja. Osa kappaleista herätti myös muistoja ja keskustelua. Kun kaikkien toivekappaleet oli kuunneltu, keskusteltiin musiikkimaalauksen herättämistä ajatuksista. Musiikkimaalaus oli menetelmänä ennestään tuttu kaikille osallistujille. He kuvailivat työskentelyn tuntuneen hyvältä ja rentouttavalta. Kaikki totesivat, että tuntui helpolta antaa musiikin vaikuttaa maalaamiseen. Osalla musiikki vaikutti värivalintoihin, kun taas osa totesi käyttäneensä mieluisia värejä musiikista riippumatta.

7.5 Viides taidetuokio: Yhteismaalaus

Viimeisen taidetuokion aiheena oli *ystävyyys ja yhteisöllisyys*. Paikalla oli viisi osallistujaa. Virittäytyminen aloitettiin tekemällä kuulumiskierros muovailuvahan avulla. Jokainen sai palan muovailuvahaa, jota sai muovailta kuulumisia kerrottaessa. Vahasta sai halutessaan muovailta jonkin esittävän asian, joka liittyi omiin kuulumisiin, mutta tuotoksen ei tarvinnut esittää mitään. Jotkut osallistujista muovailivat asioita, joita olivat nähneet tai ajatelleet hiljattain. Vahasta syntyi esimerkiksi torakka, Korkeasaaren karhu sekä sydän.

Kuulumiskierroksen jälkeen virittäytyminen jatkui keskustelulla ystävyydestä, asuinkavereista ja asuinyhteisöstä. Ystävyydestä heräsi seuraavanlaisia ajatuksia:

”Ystävä on mukava, luotettava ja tukee jos on surullinen.”

”Ystävän kanssa voi tehdä näin (painaa nyrkit vastakkain).”

”Voi käydä uimassa, museossa ja matkustaa (...) Voi tehdä kaikkia kivoja juttuja”

”Ystävän kanssa voi siivota ja pestä pyykkiä.”

”Ystävän kanssa voi keskustella. Ystävä kuuntelee.”

”Perheenjäsenet voi olla ystäviä.”

Kysymys siitä, miten asuinyhteisö ja asuinkaverit näkyvät arjessa, herätti myös vilkasta keskustelua:

”Kyllä se aika paljon näkyy. Ollaan niin tiiviisti yhdessä.”

”Tehdään paljon retkiä yhdessä.”

”Tää iso porukka vähän hajoo kun tulee se muutto.”

Keskustelussa nousi aiheeksi myös tuleva uusi koti asuinyhteisöineen:

”Toivon että olen onnellinen uudessa kodissa.”

”Olis kiva jos samassa talossa tai siinä lähellä asuis kavereita.”

”Olis kiva kun olis yhteinen olohuone tai oleskelutila jossa viettää aikaa.”

”Tää asuinyhteisö täällä on ollu tärkeä.”

Jotkut osallistujista kokivat sillä hetkellä keskustelun muutosta kuitenkin raskaana, ja halusivatkin lopulta siirtyä tuokiossa eteenpäin:

”Tää on vähän tylsää tää muutto.”

”Voitais puhuu jostain muusta ku puhuttiin tästä jo kokouksessa.”

”Maalataan mieluummin.”

Viimeisenä taidetyöskentelynä tehtiin yhteismaalaus isolle paperille. Iso paperi rakennettiin teippaamalla maalarinteipillä kolme A2-paperia yhteen. Maalauksen aihetta hetken pohdittuaan osallistujat valitsivat yhteistuumin aiheeksi ystävyiden ja nykyisen kodin. Valittuaan mieluisat värit osallistujat alkoivat maalata keskittyneesti. Tunnelma oli rauhallinen ja hyvätuulinen, välillä syntyi yleistä keskustelua. Osallistuja, joka hakeutui aiemmissa taidetuokioissa oman pöydän ääreen työskentelemään, tuli tällä kertaa muiden kanssa saman pöydän ääreen ja osallistui yhteismaalaukseen.



Kuva 5: Akryliväreillä maalaamista yhteisen paperin äärellä

Kun maalaus oli saatu valmiiksi, sitä ihasteltiin yhdessä. Kaikki osallistujat kertoivat pitäneensä yhteismaalauksesta ja olivat siihen tyytyväisiä.

”Tää sydän kuvaa meidän asuinyhteisöä, ystäviä ja ohjaajia.”

Viimeisen tuokion lopuksi toteutettiin koko ryhmäprosessia kokonaisuudessaan koskeva palauttekeskustelu ja täytettiin palautelomakkeet. Osallistujia kiitettiin osallistumisesta, ja lopuksi keskusteltiin vielä tulevaan taidenäyttelyyn liittyvistä käytännön asioista.

7.6 Taidenäyttely

Taidetuokioiden päätteeksi järjestettiin vielä erillinen taidenäyttely, jossa oli esillä kaikki taidetuokioissa syntyneet teokset. Näyttelyyn osallistuivat asukkaiden ja ohjaajien lisäksi ryhmäkodin esihenkilö ja opinnäytetyön ohjaava opettaja. Näyttely järjestettiin samassa tilassa, jossa taidetuokiotkin oli pidetty. Asukkaat osallistuivat teosten ripustamiseen ja tekivät ehdotuksia siitä, mille seinälle mitkäkin teokset sopisivat.

Tilaisuuden aluksi pidin lyhyen kiitospuheen, jossa kiitin kaikkia opinnäytetyön mahdollistaneita tahoja, ennen kaikkea taidetuokioihin osallistuneita asukkaita. Nostimme yhdessä maljan taiteilijoille ja taideteoksille. Tämän jälkeen kerroin lyhyesti jokaisesta taidetuokiosta ja teoksista yhdessä asukkaiden kanssa. Lopuksi tilassa sai kiertää vapaasti teoksia katsellen ja niistä keskustellen. Näyttelyssä oli tarjolla pientä purtavaa ja juomaa. Lisäksi tilassa oli esillä kartonki, joka toimi vieraskirjana. Siihen sai kirjoittaa kiitoksia ja tervehdyksiä taiteilijoille.



Kuva 6: *Mielenmaisema*. Ensimmäisen taidetuokion teokset näyttelyssä. Taiteilijoiden nimet on peitetty.



Kuva 9: *Musiikkimaalaus*. Neljännen taidetuokion teokset näyttelyssä. Taiteilijoiden nimet on peitetty.



Kuva 10: *Mitä minulle tänään kuuluu?* Viidennen taidetuokion virittäytymisessä tehdyt kuulumiset muovailuvahasta.



Kuva 11: *Yhteismaalaus*. Viidennen taidetuokion teos näyttelyssä.

Näyttelyssä oli lämmin, iloinen ja yhteisöllinen tunnelma. Asukkaat osallistuivat aktiivisesti keskusteluun taidetuokioista ja teoksista. Asukkaat kertoivat kokemuksistaan ja esittelivät teoksiaan. Taidenäyttely toimi hyvin taidetuokioiden prosessin päätöstilaisuutena ja tarjosi osaltaan lisää arvostuksen ja yhteisöllisyyden kokemuksia tuokioihin osallistuneille asukkaille. Teosten juhlistaminen yhdessä antoi tilaa asukkaiden nähdä ja kuulla tulemiselle myös heidän luomiensa teosten muodossa. Yhteinen juhlava päätöstilaisuus oli mahdollisuus juhlistaa teosten lisäksi myös ryhmäkodin asuinyhteisöä ja se saattoi synnyttää uusia tärkeitä muistoja, joita asukkaat voivat muistella myöhemmin uusissa kodeissaan.

8 Opinnäytetyön arviointi ja johtopäätökset

Vilka ja Airaksinen (2003) toteavat, että toiminnallisen opinnäytetyön arvioinnin keskiössä on työlle asetettujen tavoitteiden saavuttamisen ja toteutuksen onnistumisen arviointi. Arvioinnissa on hyvä tarkastella kriittisesti valittujen työskentelymenetelmien soveltuvuutta ja käytännön järjestelyjen onnistumista. Lisäksi kuvataan prosessin aikana mahdollisesti kohdattuja haasteita ja pohditaan, mitä olisi voitu tehdä toisin. (Vilka & Airaksinen 2003, 155-158.) Prosessin onnistumisen arviointiin sisältyy myös työlle asetetussa aikataulussa pysymisen arviointi (Vilka & Airaksinen 2003, 160).

Tässä luvussa tarkastellaan ensin taidetuokioiden osallistujien ja ryhmäkodin henkilöstön antamia palautteita, minkä jälkeen arvioidaan opinnäytetyön tavoitteiden toteutumista. Lopuksi esitellään johtopäätökset ja kehittämissuhteet sekä arvioidaan opinnäytetyön luotettavuutta ja eettisyyttä.

8.1 Osallistujien palaute taidetuokioista

Viimeisen taidetuokion päätteeksi osallistujilta pyydettiin palautetta lomakkeella, jossa käytettiin hymiöasteikkoa (Liite 6). Hymiöasteikko laadittiin mukaillen viisiportaista Likertin asteikkoa, joka on kyselylomakkeissa tyypillinen tapa mitata kokemuksia ja mielipiteitä. Asteikon perusidea on, että keskikohdasta lähtien toiseen suuntaan samanmielisyys väittämän kanssa kasvaa, ja toiseen suuntaan samanmielisyys vähenee. (Vilkkä 2007, 46.) Käytetyssä lomakkeessa samanmielisyys väheni keskikohdan vasemmalla puolella, ja oikealla puolella samanmielisyys kasvoi. Tässä tapauksessa hymiöt merkitsivät, että vastaaja on väittämän kanssa:

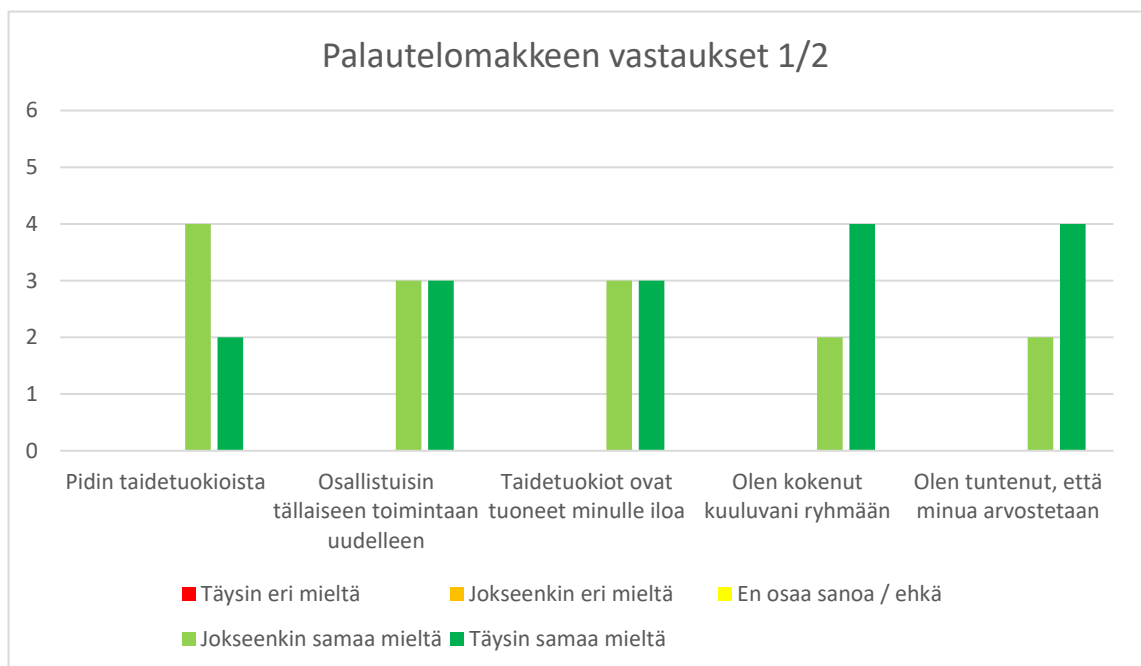
- 1) täysin eri mieltä (punainen)
- 2) jokseenkin eri mieltä (oranssi)
- 3) ei osaa sanoa (keltainen)
- 4) jokseenkin samaa mieltä (vaaleanvihreä)
- 5) täysin samaa mieltä (tummanvihreä)

Hymiöasteikon oli tarkoitus tukea niiden osallistujien palautteen antoa, joilla on rajoitteita puheen tuottamisessa ja kommunikaatiossa. Palautelomakkeessa oli kymmenen väittämää, joiden toteutumista pyydettiin arvioimaan oman kokemuksen mukaisesti. Väittämät olivat seuraavat:

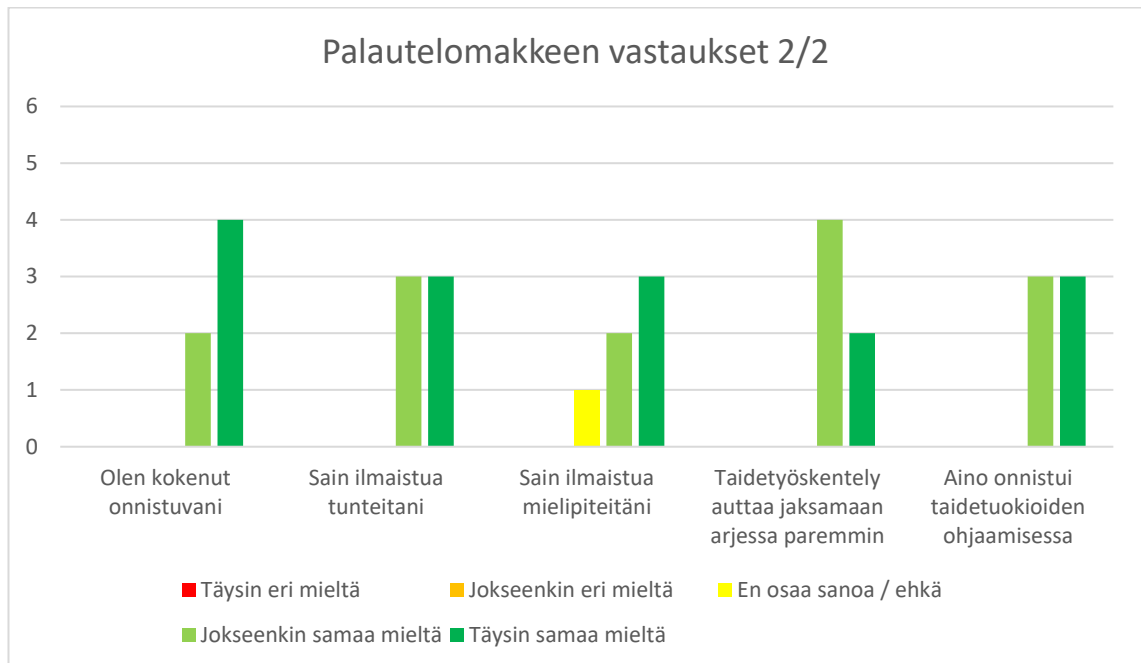
- 1) Pidän taidetuokioista
- 2) Osallistuisin tällaiseen toimintaan uudelleen
- 3) Taidetuokiot ovat tuoneet minulle iloa
- 4) Olen kokenut kuuluvani ryhmään
- 5) Olen tuntenut, että minua arvostetaan
- 6) Olen kokenut onnistuvani
- 7) Sain ilmaista tunteitani
- 8) Sain ilmaista mielipiteitäni
- 9) Taidetyöskentely auttaa jaksamaan arjessa paremmin
- 10) Ohjaaja onnistui taidetuokioiden ohjaamisessa

Palautelomakkeiden täyttäminen toteutettiin siten, että väittämät luettiin yhdessä kohta kerrallaan, ja osallistuja merkkasi itse kynällä hymiön, joka vastasi eniten omaa kokemusta. Tarvittaessa tarkennettiin, mitä väittämällä tarkoitetaan. Ennen lomakkeen täyttöä käytiin läpi myös eri väristen hymiöiden merkitykset.

Lomakkeella saatu palaute oli erittäin positiivista. Osallistujat olivat pääasiassa kaikkien väittämien kanssa joko osittain samaa mieltä tai täysin samaa mieltä. Ainoastaan mielipiteiden ilmaisuun liittyvässä väittämässä yksi osallistuja ilmaisi, ettei kokenut tämän täysin toteutuneen omalla kohdallaan. Tästä kysyttäessä selvisi, että haasteet mielipiteen ilmaisussa liittyivät puheen tuottamisen ja kommunikaation haasteisiin. Vaikka tuokioissa pyrittiin hyödyntämään tarvittaessa puhetta tukevia ja korvaavia menetelmiä, kuten tukiviittomia, piirtämistä ja sähköistä kommunikaatiovälinettä, kuulluksi tuleminen kokemus jäi silti joiltain osin toteutumatta.



Kuvio 1: Osallistujien palautelomakkeen vastaukset 1/2.



Kuvio 2: Osallistujien palautelomakkeen vastaukset 2/2.

Palautelomakkeen lisäksi osallistujilta pyydettiin palautetta suullisesti, jotta saataisiin kuulla heidän ajatuksiaan ja kokemuksiaan toiminnasta. Palautekeskustelun tukena käytettiin etukäteen laadittuja tukikysymyksiä (Liite 7). Palautteen perusteella osallistujat kokivat taidetuokiot mielekkäiksi. Yhtä osallistujaa lukuun ottamatta kaikki yhteen tuokioon osallistuneet osallistuivat toimintaan uudelleen. Osallistujien mukaan parasta tuokioissa oli yhdessä tekeminen, maalaaminen ja musiikin kuuntelu. Haastaviksi asioiksi koettiin valintojen tekeminen, saven pehmittäminen ja ohjeiden seuraaminen. Suosikkituokiosta kysyttäessä kaikki osallistujat totesivat pitäneensä kaikista taidetyöskentelyistä. Yksi osallistuja mainitsi saaneensa onnistumisen kokemuksia ja iloa erityisesti savityön tekemisestä. Toinen osallistuja muisteli erityisesti toista ja kolmatta taidetuokiota:

”Kyllä mä oon kaikista tykänny mut se oli kiva, ku tehtiin niitä unelmia ja se oli kiva, kun pääsi paiskomaan sitä savea”

Osallistujat kokivat ohjaamisen pääasiassa onnistuneeksi. Parannusehdotuksina mainittiin ohjeiden yksinkertaistaminen ja kuvakorttien käyttäminen ohjeiden tukena. Osallistujat totesivat, että kuvakortit auttaisivat hahmottamaan työskentelyn eri vaiheita ja niistä voisi tarvittaessa tarkistaa, mitä pitikään tehdä. Lisäksi muistutettiin, että kaikilla ei ole lukutaitoa, joten esimerkiksi kolmannen taidetuokion virittäytymisessä käytetyt vahvuuskortit olisivat kivanneet tekstin lisäksi kuvia:

”Kaikessa onnistuit, mut ehkä niinku enemmän semmosta ohjausta ois tarvinnu. Enemmän niinku semmoset kuvalliset ohjeet, vähän niinku mallista olis katonnu

ne eri vaiheet. Ja ku kaikilla ei ole sitä lukutaitoo, nii sit ne voi kuvista kattoo.”

Virittäytymiset koettiin pääasiassa hyvinä johdantoina päivän teemaan ja taidetyöskentelyyn.

”Kuvien katselu oli kivaa.”

”Oli kiva et alkuun oli virittäytyminen ja sit pääsi siihen varsinaiseen tekemiseen.”

Taiteen tekemisen vaikutuksista tunteiden ilmaisuun, mielialaan ja rentoutumiseen osallistujat tunnistivat joitakin vaikutuksia arjessaan:

”Kyl se ittee auttaa miettimään, onko surullinen vai ilonen.”

”Se vähän niinku rauhoittaa sitä mielialaa.”

”Auttaa rentoutumaan. On helpompi keskittyä niinku arkeen.”

Osallistujat totesivat myös, että kuvallisen ilmaisun lisäksi, tai sen sijaan, arjessa voi olla muitakin voimavaroja lisääviä aktiviteetteja. Kaikilla ihmisillä on omat keinonsa, joista saa iloa ja voimavaroja arkeen:

”Voi olla vaikka jalkapallo, vesiliikunta, piirtäminen tai kuntopyöräily.”

Vaikka kaikkiin kysymyksiin saatiinkin vastauksia, osallistujat totesivat taidetuokioiden hyvinvointivaikutusten arvioinnin olevan haastavaa. Vaikutuksia voikin olla vaikeaa todeta etenkin lyhyellä aikavälillä ja yhdistää nimenomaan taidetyöskentelyihin. Taiteen vaikutukset yksilöön ovat riippuvaisia siitä, miten taiteisiin osallistuminen koetaan ja millaisia merkityksiä sille annetaan (Lehikoinen & Vanhanen 2017, 13).

8.2 Työelämäkumppanin palaute

Palautetta opinnäytetyön toiminnallisesta osuudesta pyydettiin osallistujien lisäksi asumisyksikön esihenkilöltä ja ohjaajilta. Esihenkilöltä saatiin palautetta vapaamuotoisesti sähköpostilla taidenäyttelyn jälkeen.

Esihenkilöltä saatu palaute oli positiivista ja kiittävää. Palautteen mukaan taidetuokioihin osallistuneet asukkaat vaikuttivat saaneen taidetyöskentelyissä onnistumisen kokemuksia ja löytäneen tapoja käsitellä tunteitaan. Palautteessa kuvailtiin yhteisen projektin tukeneen asukkaiden keskinäistä luottamusta, ystävyysuhteita ja vuorovaikutusta. Taidetyöskentelyiden todettiin tarjonneen asukkaille työkaluja asumisyksikön toiminnan päättymisestä seuraavan suuren muutoksen jäsentelemiseen ja käsittelyyn. Tätä pidettiin erityisen hyödyllisenä.

Taidetyöskentelyjen todettiin tuoneen ilmi asukkaiden piileviä taiteellisia lahjakkuuksia, minkä lisäksi työskentely edisti vuorovaikutusta, itseilmaisua ja itseluottamusta. Palautteessa todettiin, että luovan toiminnan hyötyjä voi olla vaikea sanallistaa, mutta ne näkyvät osallistujien ylpeydessä ja onnellisuudessa teoksiaan kohtaan.

”Asukkaat vaikuttivat löytäneen tapoja käsitellä tunteitaan, saivat onnistumisen kokemuksia ja yhteisen projektin, joka tuki keskinäistä luottamusta, vaaliystävyyssuhteita, avasi tapoja olla vuorovaikutuksessa ja oli kokonaisuudessaan suurempi kuin osiensa summa. (Ryhmäkotia) ollaan lakkauttamassa, ja työskentely osaltaan antoi työkaluja tämän suuren asian jäsentelemiseen. Tämä on merkittävä hyöty asukkaita ajatellen.”

”Tekeminen on ollut merkittävää ja ihan varmasti auttanut asiakkaita käsittelemään asioita ja tunteitaan, kokemusmaailmaansa. Tämä ei aina sanallistu (...) mutta uskon täysin, että tekeminen on suotuisalla tavalla muuttanut jotain proggikseen osallistujissa.”

Toiminnallisen osuuden toteutusta kuvailtiin esihenkilön palautteessa itsenäiseksi, sujuvaksi ja ammattitaitoiseksi. Yhteistyö asumisyksikön kanssa sujui hyvin. Taidenäyttelyn esittelyä kehitettiin asukkaita huomioivaksi ja kunnioittavaksi sekä syntyneitä teoksia arvostavaksi. Taidenäyttelyn ilmapiiriä kuvailtiin lämmintä yhteishenkeä, keskinäistä välittämistä ja yhteenkuuluvuuden tunnetta huokuvaksi.

”Asukkaiden piileviä taiteellisia lahjakkuuksia tuli ilmi työskentelyn aikana. Lisäksi työskentely kehitti muutenkin vuorovaikutusta ja itseilmaisua. Asiukkaat saivat itseluottamusta ja kokivat onnistumisen tunteita. Työtapasi nosti asukkaita esille, kunnioitti ja suhtautui arvottamatta ja vilpittömästi lopputuloksiin.”

”Itse olin lämpimästi yllättynyt yhteishengestä ja keskinäisestä välittämisestä ja yhteenkuuluvuudesta, joka koko porukasta huokui näyttelyn avajaisissa. Tällaiset kokemukset kantavat pitkälle tulevaisuuteen ja jäävät osaksi tekijöitä.”

Viideltä ryhmäkodin ohjaajalta saatiin suullisesti vapaamuotoista palautetta taidetuokioiden prosessin ajan. Heiltä kysyttiin, millaisia huomioita he olivat tehneet asukkaiden käytöksessä ja puheissa taidetuokioiden jälkeen. Saadusta palautteesta kirjattiin muistiinpanot tutkimuspäiväkirjaan. Ohjaajien mukaan asukkaat kertoivat tuokioista aina niiden jälkeen ja ilmaisivat usein odottavansa seuraavaa kertaa. Osallistujat halusivat esitellä tekemiään teoksia ohjaajille ja puhuivat niistä positiiviseen sävyyn. Asukkaat olivat odottaneet myös taidenäyttelyä innokkaasti ja sen tapahtumat toistuivat osallistujien puheissa vielä pitkään näyttelyn jälkeen. Taidenäyttelyn jälkeen moni osallistuja oli halunnut ripustaa teoksiaan huoneensa

seinälle. Ohjaajat totesivat tuokioiden vaikuttaneen olleen merkityksellisiä osallistujille ja tuoneen iloa.

8.3 Tavoitteiden toteutumisen arviointi

Opinnäytetyön tavoitteena oli vahvistaa asukkaiden resilienssiä, eli edistää heidän sopeutumistaan tulevaan muutokseen. Tähän pyrittiin tarjoamalla mahdollisuuksia purkaa sekä ilmaista ajatuksia ja tunteita kuvallisen ilmaisun menetelmien keinoin. Lisäksi henkilökohtaisena tavoitteenani oli syventää taitojani luovan ryhmätoiminnan suunnittelussa ja ohjaamisessa. Tavoitteista voi johtaa seuraavat arviointikysymykset:

- 1) Pystyttiinkö kuvallisen ilmaisun menetelmillä vahvistamaan osallistujien resilienssiä?
- 2) Mahdollistivatko taidetuokioiden tulevaan muuttoon liittyvien ajatusten ja tunteiden purkamista?
- 3) Miten luovan ryhmätoiminnan suunnittelun ja ohjaamisen taidot kehittyivät?

Asukkaiden resilienssin vahvistumisen arvioinnin menetelminä käytettiin havainnointia ja palautteen keruuta. Havainnoinnin tukena käytettiin luovan ryhmätoiminnan havainnointimallia (Huhtinen-Hildén & Isola 2020), jossa toimintaa havainnoidaan neljästä näkökulmasta. Taide- tuokioissa osallistujien toimintaa havainnoitiin erityisesti keskinäisen vuorovaikutuksen sekä toiminnan herättämien reaktioiden ja tunnelmien näkökulmista. Havaintoja pyrittiin yhdistämään resilienssin teoreettiseen viitekehykseen luokittelemalla niitä luvussa 4 käsiteltyjen resilienssin osatekijöiden ryhmiin:

1) *Tulevan muuton hyväksyminen:*

Osallistajat keskustelivat tulevasta muutosta tuokioiden aikana. Vaikka keskustelussa ilmaistiinkin muuton harmittavan, sävy oli kuitenkin hyväksyvä ja toteava. Muutosta puhuttiin asiana, joka tulee tapahtumaan. Sitä vastaan ei koettu tarvetta taistella, vaan ajatuksia pystyttiin suuntaamaan kohti tulevaa.

2) *Omien vahvuuksien tunnistaminen ja sanoittaminen:*

Kolmannen taidetuokion aiheena oli vahvuudet. Osallistajat löysivät omia vahvuksiinsa kuvaavia kortteja ja pystyivät sekä tunnistamaan että sanoittamaan niitä. Vahvuuksia pyrittiin ilmentämään myös savitöiden keinoin. Vahvuuksien tunnistamista tapahtui myös muiden tuokioiden aikana, kun osallistajat kehuivat ja kannustivat toisiinsa työskentelyn lomassa.

3) *Valintojen tekeminen ja pyrkimys vaikuttaa omaan elämään:*

Pienessä mittakaavassa osallistajat tekivät valintoja teoksiinsa liittyen taidetuokioiden aikana. Valintojen tekeminen ja pyrkimys vaikuttaa omaan elämään nousivat esiin esimerkiksi muuttoa koskevassa keskustelussa, jossa osallistajat pohtivat asuinalueita,

joille voisi olla mukavaa muuttaa. Myös unelmien ja itselle tärkeiden asioiden sanoittamisen voidaan katsoa olevan yhteydessä omaan elämään vaikuttamiseen.

4) *Hyvät muistot ja niiden jakaminen:*

Osallistujat keskustelivat taidetyöskentelyjen lomassa muun muassa yhdessä tekemistään retkistä ja muistelivat niiden tapahtumia. Virittäytymisissä käytetyt taidekuvat ja eläinkuvat herättivät niihin liittyviä positiivisia muistoja, joista osallistujat kertoivat.

5) *Myönteiset tunteet:*

Taidetuokioiden aikana ilmenneessä vuorovaikutuksessa oli havaittavissa paljon myönteisiä tunteita, kun osallistujat vitsailivat yhdessä ja heittäytyivät työstämään teoksiin. Esimerkiksi ensimmäisessä taidetuokiossa paperille syntyvän kuvion yllätyksellisyys herätti paljon myönteisiä tunteita ja keskustelua. Havaintojen ja palautteen perusteella myös yhdessä tekeminen esimerkiksi musiikin kuuntelun ja yhteismaalauksen keinoin oli herättänyt myönteisiä tunteita ja vuorovaikutusta.

6) *Sosiaaliset suhteet:*

Taidetuokioissa oli havaittavissa paljon erilaista vuorovaikutusta, kuten vitsailua, keskustelua, yhdessä loruilua ja laulamista, avun pyytämistä ja antamista, yhteistä naurua, jaettuja muistoja ja yhteisen taideteoksen äärellä olemista. Lisäksi viidennen taidetuokion virittäytymisessä keskusteltiin ystävydestä ja asuinyhteisöstä, jolloin osallistujat kertoivat ystävistään ja perheestään.

7) *Mieluisat aktiviteetit:*

Sekä havaintojen että palautteen perusteella taidetuokioiden työskentelyt olivat osallistujille mielekästä tekemistä. Lisäksi he mainitsivat keskusteluissa muita mieluisia aktiviteetteja, jotka antavat heille iloa ja voimavaroja arjessa. Tällaisia aktiviteetteja olivat esimerkiksi ajan viettäminen ystävien tai perheen kanssa, eläinten kanssa oleminen, ruuanlaitto, vesiliikunta ja bändissä soittaminen.

8) *Koti:*

Osallistujat keskustelivat kodin tärkeydestä ja mainitsivat asioita, joiden toivovat toteutuvan uuden kodin kohdalla. Tällaisia asioita olivat esimerkiksi palveluiden ja ystävien läheisyys, helpot kulkureitit töihin ja kouluun sekä mukavat ohjaajat ja luotettavat asuinkaverit.

Muun muassa näiden osatekijöiden on todettu olevan yhteydessä resilienssin vahvistumiseen (Scheffers ym. 2023). Myös osallistujilta kerätyn palautteen perusteella osallistujat tunnistiivat taidetuokioiden mahdollistaneen joitakin resilienssiinkin yhteydessä olevia hyvinvointivaihtokutuksia, vaikka suullisen palautteen perusteella he kokivatkin vaikutuksien toteamisen haastavaksi. Asukkaiden resilienssin vahvistumisen toteutumista onkin haastavaa arvioida yksiselitteisesti, koska resilienssin mittaamiseen ei ole vakiintunut varsinaista mittaria (Joutsenniemi & Lipponen 2015, 2516). Havaintojen ja palautteen perusteella voidaan todeta, että

teoreettisessa viitekehyksessä esitettyjen resilienssin osatekijöiden elementtejä oli taide-
tuokioissa läsnä, mutta resilienssin vahvistumisesta ei voi tehdä varmoja johtopäätöksiä. Voi-
daan vain olettaa, että osallistujat saivat toiminnasta positiivisia kokemuksia, jotka voivat
edesauttaa tulevan muutoksen prosessointia ainakin hetkellisesti.

Ryhmäkodin ohjaajien kertoman mukaan asukkaat puhuivat taidetuokioista useasti ja esitteli-
vät teoksiaan heille. Voidaan siis todeta, että tuokiot olivat osallistujille jossain määrin mer-
kityksellisiä ja tärkeitä. Halu esitellä teoksia ja asettaa niitä esille omaan huoneeseen viittaa
myös siihen, että asukkaat kokivat mahdollisesti onnistumisen kokemuksia ja saivat teoksista
ilon ja ylpeyden tunteita. Näitä seikkoja voidaan itsessään pitää arvokkaina ja merkitykselli-
sinä, vaikka asukkaiden resilienssi ei taidetuokioiden myötä varsinaisesti olisi vahvistunut-
kaan.

Taulukko 7: Taidetuokioiden havaintojen yhteys resilienssiin ja luovan ryhmätoiminnan ha-
vainnointimalliin.

Resilienssin osatekijä	Havainnot	Luovan ryhmätoimin- nan havainnointimal- lin näkökulma	Yhteys resilienssin vahvistamiseen
Tilanteen hyväksymi- nen	Muutosta keskustelu	Ryhmän vuorovaikutus, yksittäisten osallistu- jien tekemisen ja ole- misen tavat	Ajatusten suuntaami- nen tulevaisuuteen
Itsen hyväksyminen	Omien vahvuuksien tunnistaminen ja sa- noittaminen	Yksittäisten osallistu- jien tekemisen ja ole- misen tavat	Omien vahvuuksien tunnistaminen ja hy- väksyminen
Itsemääräämisoikeus ja itsenäisyys	Valintojen tekeminen, unelmien ja itselle tär- keiden asioiden sanoit- taminen	Yksittäisten osallistu- jien tekemisen ja ole- misen tavat	Valintojen tekeminen, toimijuus
Hyvät muistot ja niiden jakaminen	Yhteisten retkien muis- telu, virittäytymisten kuvat herättivät muis- toja	Ryhmän vuorovaikutus, yksittäisten osallistu- jien tekemisen ja ole- misen tavat	Henkinen hyvinvointi
Myönteiset tunteet	Vitsailu, rauhallinen ja kiireetön tunnelma,	Ryhmän vuorovaikutus, yksittäisten	Myönteiset kokemukset ja tunnetaidot

Resilienssin osatekijä	Havainnot	Luovan ryhmätoiminnan havainnointimallin näkökulma	Yhteys resilienssin vahvistamiseen
	rento ja aktiivinen tunnelma, hyväntuulisuus, yhteistä naurua	osallistujien tekemisen ja olemisen tavat	
Aktiviteetit	Musiikkiin eläytyminen, keskittynyttä työskentelyä, toiminnan seuraaminen sivusta, useamman teoksen tekeminen, ohjeiden soveltaminen	Yksittäisten osallistujien tekemisen ja olemisen tavat	Mieluisat aktiviteetit, itseilmaisu
Koti	Asuinyhteisön merkityksen sanoittaminen, uudesta kodista haaveilu	Yksittäisten osallistujien tekemisen ja olemisen tavat	Koti: rauha ja turva
Sosiaaliset suhteet ja verkosto	Yhteinen loruilu ja laulaminen, paljon kontaktia muihin, keskustelua työskentelyn ohessa, omien ja muiden teosten kehuminen, vetäytyvämmät osallistujat myös mukana keskustelussa, avun pyytäminen ja antaminen	Ryhmän vuorovaikutus, yksittäisten osallistujien tekemisen ja olemisen tavat	Yhteyden ja rakkauden kokemukset, henkinen hyvinvointi

Toinen arviointikysymys koski sitä, mahdollistivatko taidetuokiot tulevaan muuttoon liittyvien ajatusten ja tunteiden käsittelyä ja ilmaisua. Tuokioiden aikana käytiin muuttoon liittyviä keskusteluita pohtien esimerkiksi asuinyhteisön merkitystä ja uuteen kotiin liittyviä itselle tärkeitä asioita. Muuttoon liittyviä elementtejä ilmeni myös osassa taideteoksista. Näin ollen voidaan todeta, että taidetuokiot mahdollistivat muuttoon liittyvien asioiden jäsentelyä ainakin joidenkin osallistujien kohdalla. Ajatusten ja tunteiden käsittelyä saattoi tapahtua myös niiden osallistujien kohdalla, jotka eivät niitä keskusteluissa sanallisesti ilmaisseet. Tavoitteen toteutumisen kannalta tärkeintä oli, että muuttoon liittyvien aiheiden käsittelyyn tarjottuun mahdollisuuksia ja aloitteita, vaikka osallistujat eivät olisikaan niihin tarttuneet.

Yksi opinnäytetyön tavoitteista oli kehittää luovan ryhmätoiminnan suunnittelun ja ohjaamisen taitoja. Yksi taidetuokioiden suunnittelussa esiin nousseista haasteista oli yksittäisten taidetuokioiden kesto. Suunnitteluvaiheessa pohdittiin, että toiminnan on hyvä olla kestoiltaan melko napakka, jotta osallistujien voimavarat riittävät koko tuokion ajan. Lopulta jokaisen tuokion kestoksi tuli kokonaisuudessaan noin puolitoista tuntia. Toiminta asetui luontevasti tähän mittaan ja tunnelma oli kaikilla kerroilla kiireetön. Osallistujat olivat työskentelyssään hyvin eri aikaisia, mikä aiheutti haasteita yhteisen tauon ja lopetuksen pitämiseksi. Tauko päädyttiin toteuttamaan niin, että osallistujat saivat pitää oman tauon halutessaan. Tauon pitämisestä muistutettiin ja siihen kannustettiin, jotta tuokio ei olisi liian raskas. Myös yhteisestä lopetuksesta päätettiin joustaa. Kahden ensimmäisen tuokion myötä havaittiin, ettei kaikkien osallistujien vireystila ja jaksaminen olisi riittänyt yhteiseen lopetukseen, joten se ei olisi palvellut koko ryhmää. Lopetus ratkaistiin siten, että osallistujat saivat halutessaan poistua saatuaan teoksensa valmiiksi. Heiltä kysyttiin työskentelyn herättämistä ajatuksista ja kokemuksista ennen poistumista. Yhteiseen lopetukseen suunniteltuja arvostusta ja positiivisten kommenttien antamista toteutettiin jo taidetyöskentelyn aikana.

Jälkeenpäin ajateltuna taidetuokioiden sisällön suunnitteluun olisi voinut käyttää enemmän aikaa ja teoriapohjaa. Tuokioissa käytetyt menetelmät ja teemat valikoituivat itselleni tyypilliseen tapaan melko intuitiivisesti, mikä aiheutti opinnäytetyön raportin kirjoitusvaiheessa haasteita. Vaikka teemat lopulta yhdistyivätkin luontevasti resilienssin teoreettiseen viitekehukseen, olisi ollut hyvä, jos menetelmiä olisi saanut kytkettyä vahvemmin teoriaan heti alusta alkaen. Taidetuokioiden virittäytymiset olivat sisällöiltään hyvin keskustelupainotteisia. Vaikka aiheiden äärellä syntyikin vilkasta keskustelua, niiden käsittelyyn olisi voinut hyödyntää enemmän toiminnallisuutta. Näin virittäytymiset olisivat kenties olleet innostavampia ja auttaneet ylläpitämään vireystilaa. Toiminnallisuus olisi voinut avata monipuolisemmin mahdollisuuksia aiheiden käsittelyyn ja osallistujien aktivointiin.

Toiminnan ohjaamisessa pyrittiin huomioimaan osallistujien rajoitteet ja esteettömyys. Haasteita ilmeni kuitenkin ohjauksen selkeydessä, sanavalinnoissa ja välineiden valinnassa. Osallistujat huomauttivat palautteessa, että he olisivat kaivanneet selkeämpää ohjeistusta sekä mahdollisesti kuvakortteja sanallisen ohjeistuksen lisäksi. Myös tekstikorttien oheen olisi voinut lisätä kuvia, mikä olisi tukenut lukurajoitteisten asukkaiden osallistumista ja edistänyt esteettömyyttä. Tekstikortteja ja tekstiä sisältävää palautelomaketta käytettäessä tekstit luettiin yhdessä ääneen, mutta kuvat olisivat lisänneet inklusiivisuutta.

Myös osallistujien auttaminen taidetyöskentelyissä osoittautui toisinaan haasteelliseksi. Lähtökohtaisesti osallistujia kannustettiin tekemään itse ja puolesta tekemistä vältettiin, millä pyrittiin tukemaan osallistujien toimijuutta ja toimintakykyä. Jotkut osallistujista tarvitsivat kuitenkin ohjaajan tukea esimerkiksi maalin annostelussa, saksien käytössä ja liimaamisessa. Välillä apua tarvitsevia oli useampia yhtä aikaa, jolloin osallistujat joutuivat odottamaan

vuoroaan, eivätkä pystyneet jatkamaan työskentelyä. Työskentelyn sujumuuden kannalta olisi-kin ollut hyvä, että ohjaajia olisi ollut kaksi.

Taidetuokioiden suunnittelu ja ohjaus sujuivat pääasiassa hyvin ilman merkittäviä haasteita tai vastoinkäymisiä. Prosessi muistutti minua kuitenkin jatkossa kiinnittämään huomiota tarkemmin luovan toiminnan sisältöjen tarkoituksenmukaisuuteen, selkeään ohjeistukseen ja osallistujien rajoitteiden huomioimiseen. Koen prosessin antaneen minulle lisää ymmärrystä ja ylipäättään arvokasta kokemusta luovien menetelmien suunnittelusta ja ohjaamisesta, joten taitojen kehittymisen tavoitteen voidaan katsoa toteutuneen.

8.4 Johtopäätökset ja kehitysehdotukset

Taidelähtöisten menetelmien hyvinvointivaikutuksista on tehty monia kansallisia ja kansainvälisiä tutkimuksia. Vaikutusten ja tulosten todentaminen ja mittaaminen ovat kuitenkin usein tutkimuksen haasteina, koska sopivia indikaattoreita ja mittareita ei juurikaan ole. Vaikutuksia voi olla vaikeaa tai jopa mahdotonta asettaa mitattavaan muotoon, minkä lisäksi tutkimuksessa on haastavaa huomioida ulkoiset tekijät ja pitkäaikaiset vaikutukset. Luovan ja taiteellisen toiminnan vaikutukset ovatkin suhteellisia ja perustuvat pitkälti ihmisten subjektiivisiin kokemuksiin, elämyksiin ja heidän antamiinsa merkityksiin. (Lehikoinen & Vanhanen 2017, 11-12.) Samat mittauksen ja vaikutusten mitattavaan muotoon asettamisen haasteet koskevat myös resilienssin tutkimusta, koska myöskään sen mittaamiseen ei ole vakiintunutta, luotettavaa mittaria (Joutsenniemi & Lipponen 2015, 2516). Näin ollen kuvallisen ilmaisun menetelmien vaikutuksia ryhmäkodin asukkaiden resilienssiin ei voida varmasti todeta. Havaintojen ja palautteiden perusteella taidetuokioiden sisältöjen voidaan kuitenkin olettaa olleen osallistujille ainakin jossain määrin mielekkäitä ja antaneen iloa sekä vuorovaikutuksen kokemuksia luovan toiminnan äärellä.

Taidetuokioiden aikana tehtyjen havaintojen sekä osallistujilta ja ryhmäkodin henkilöstöltä saadun palautteen perusteella voi tehdä oletuksia siitä, että kuvallisen ilmaisun keinoin voidaan päästä yhteyteen resilienssin vahvistamiseen liittyviin osatekijöihin. Vaikka prosessilla ei olisikaan ollut varsinaisesti vaikutusta resilienssin vahvistamiseen, muuttoon liittyvien ajatuksien ilmaisun ja itsensä ilmaisun luovan toiminnan keinoin voidaan katsoa olevan joka tapauksessa hyödyllistä.

Taidetuokioiden prosessi on tämän ryhmäkodin asukkaiden osalta päättynyt, eikä heidän kohdallaan ole mahdollisuutta menetelmien jatkotyöstämiseen ainakaan nykyisellä kokoonpanolla. Valmis opinnäytetyö toimitetaan Helsingin kaupungille, minkä jälkeen se toivottavasti tarjoaa jonkinlaista tarttumapintaa ja mahdollisuuksia jatkotutkimuksiin resilienssin vahvistamisesta luovien menetelmien avulla. Kehitysvammaisten asumispalveluita kehitetään jatkuvasti vastaamaan nykyaikaisia asumisen vaatimuksia sekä asiakkaiden tarpeita ja toiveita, joten opinnäytetyön lähtökohtia vastaavia muuttotilanteita tulee varmasti eteen jatkossakin.

Muiden ryhmäkotien kohdalla resilienssin vahvistamista taidelähtöisten menetelmien keinoin voisi tutkia, soveltaa ja työstää jatkossa. Tässä opinnäytetyössä esitetyt menetelmät eivät muodosta käyttövalmista opasta, eikä sellaisen tuottaminen ollut opinnäytetyön tavoitteenaan. Kriittisesti arvioiden kokonaisuus ei ole niin loppuun asti hiottu, jotta sitä voisi hyödyntää sellaisenaan toisessa toimintaympäristössä. Tuokioissa käytetyistä menetelmistä voi kuitenkin hyvin poimia ideoita ja osia sovellettavaksi.

Opinnäytetyössä toteutettu luovan ryhmätoiminnan prosessi oli vain pintaraapaisu siitä, miten resilienssiä voisi tukea kuvallisen ilmaisun keinoin. Jokaiselle taidetuokiolle valikoitui oma resilienssin vahvistamiseen liittyvä teema, mutta niiden työstäminen jäi kevyeksi. Resilienssin vahvistamisen äärellä voisi työskennellä systemaattisemmin ja tavoitteellisemmin esimerkiksi niin, että jokaisen teeman äärellä työskenneltäisiin useamman toimintakerran ajan. Näin olisi mahdollista työstää ja harjoitella resilienssin vahvistamiseen liittyviä taitoja syvällisemmin käytännön tasolla. Teemojen pohtiminen useamman harjoitteen keinoin voisi antaa osallistujalle mahdollisuuden käsitellä oman elämänsä ajankohtaisia tapahtumia teemoihin peilaten. Systemaattisemmalla ja tavoitteellisemmalla toiminnalla voisi olla konkreettisempia vaikutuksia osallistujien resilienssiin ja siihen liittyviin taitoihin.

8.5 Luotettavuuden ja eettisyyden arviointi

Hirsjärvi, Remes ja Sajavaara (2009) määrittelevät, että eettisesti hyvä tutkimus noudattaa *hyvää tieteellistä käytäntöä*. Tämä tarkoittaa muun muassa, että tutkija suunnittelee, toteuttaa ja raportoi tutkimuksensa toteutustavat yksityiskohtaisesti. Tutkimus- ja arviointimenetelmien tulee olla tieteellisten kriteerien mukaisia ja eettisesti kestäviä, ja tutkimuksen tulosten avoimia. Lisäksi tutkijan on toimittava rehellisesti ja tarkasti koko tutkimusprosessinsa ajan. (Hirsjärvi ym. 2009, 23-24.) Hyvän tieteellisen käytännön periaatteita pyrittiin noudattamaan opinnäytetyön kaikissa vaiheissa. Muistiinpanojen laatimisessa ja tutkimuksen vaiheiden raportoinnissa pyrittiin avoimuuteen ja huolellisuuteen koko prosessin ajan.

Ihmisiin kohdistuvan tutkimuksen eettisiä lähtökohtia ovat ihmisarvon kunnioittaminen, tutkimukseen osallistuvien henkilöiden suostumuksen varmistaminen sekä osallistujien riittävä tiedottaminen tutkimuksen tarkoituksesta ja tavoitteista (Hirsjärvi ym. 2009, 25). Ryhmäkodin asukkaita ja henkilökuntaa tiedotettiin opinnäytetyön tarkoituksesta, tavoitteista ja toteutuksesta hyvissä ajoin. Asukkaille kerrottiin tulevista taidetuokioista heidän omassa kuukausikokouksessaan. Tiedottaminen pyrittiin toteuttamaan mahdollisimman selkeästi ja kattavasti. Asukkaille kerrottiin, mitä tietoja opinnäytetyötä varten kerätään ja miten niitä käytetään. Taidetuokioiden osallistujilta pyydettiin kirjallinen suostumus opinnäytetyöhön osallistumisesta ja heidän kanssaan laadittiin yhteinen sopimus ryhmän käytännöistä. Suostumuslomakkeen ja tietosuojaselosteen sisällöt käytiin sanallisesti läpi. Osallistujille annettiin

mahdollisuus kysyä tarkennuksia tarvittaessa. Opinnäytetyöhön osallistumisen vapaaehtoisuutta korostettiin ja siitä muistutettiin tarvittaessa.

Eettisiin tutkimuskäytänteisiin kuuluu myös vaitiolovelvollisuus tutkimuksen aikana esille tulleista tutkimukseen osallistuneiden henkilökohtaisista asioista. Tutkijan on varmistettava, ettei tutkimuksen aikana käsiteltävää tietoa luovuteta ulkopuoliselle. Tietoa ei myöskään saa käyttää muuhun kuin tutkimustarkoitukseen. Kaikkien tutkimukseen osallistuneiden on jäättävä nimettömiksi, eivätkä he saa olla tunnistettavissa tutkimusraportista. (Tuomi & Sarajärvi 2018, 156.) Opinnäytetyöprosessin lopuksi kaikki taidetuokioiden aikana kerätty aineisto hävitettiin asianmukaisesti. Äänitetty materiaali poistettiin pysyvästi kaikilta laitteilta ja fyysinen materiaali, kuten allekirjoituksia sisältävät suostumuslomakkeet, hävitettiin tietoturvasyistä paperisilppurissa. Vaitiolovelvollisuutta tutkimuksen aikana mahdollisesti esille tulleista osallistujien yksityisasiasta noudatettiin opinnäytetyön kaikissa vaiheissa ja myös sen jälkeen. Osallistujien kokemuksia ja kommentteja sekä taidetuokioiden aikana otettuja kuvia käsiteltiin opinnäytetyössä siten, etteivät osallistujat ole tunnistettavissa.

Vilka (2021) toteaa, että luotettava opinnäytetyöprosessi ei anna sattumanvaraisia tuloksia tai kehittämissuhteita. Luotettavassa tutkimuksessa ei ole sisäisiä ristiriitoja. Tämä toteutuu, kun opinnäytetyössä käytettävät käsitteet ovat yhteydessä aiempaan tutkittuun tietoon ja tutkimusaineistoon. Opinnäytetyön tulosten tulee olla tarkkoja ja mahdollisia. Opinnäytetyön tuotoksen tulee olla seurausta toteutuneesta opinnäytetyöprosessista. Luotettavuuden arvioinnissa korostuu järjestelmällinen ja johdonmukainen työskentely läpi prosessin. Työskentely vaatii reflektiivistä otetta, eli jatkuvaa valintojen johdonmukaisuuden ja tarkoituksenmukaisuuden arviointia suhteessa opinnäytetyön tavoitteisiin. Aineiston kokoamisen huolellinen suunnittelu ja toteutus sekä lähteiden kriittinen valinta lisäävät opinnäytetyön luotettavuutta. On myös tärkeää osata huomioida ja arvioida oman toiminnan vaikutusta tuloksiin, päätelmiin ja tulosten hyödynnettävyyteen. (Vilka 2021, 185.) Koska opinnäytetyön aiheena ovat resilienssi ja taidelähtöisten menetelmien hyvinvointivaikutukset ovat haastavia mitattavia, työn tuottamia tuloksia ja tietoa tuntui vaikealta sitoa aiempaan tutkimukseen. Lisäksi luovien menetelmien vaikutuksista resilienssin vahvistumiseen kehitysvammaisilla aikuisilla ei löytynyt spesifiä aiempaa tutkimustietoa. Näiden seikkojen takia tulokset ja johtopäätökset tukeutuvat pitkälti havaintojen ja palautteiden varaan, mikä tekee opinnäytetyön tuottamasta tiedosta hieman yleisluontoista ja epämääräistä. Se vaikuttaa opinnäytetyön luotettavuuteen heikentävästi.

Osallistujien taidetuokioista antamaa palautetta on myös hyvä tarkastella luotettavuuden näkökulmasta. Osallistujat antoivat hyvin positiivista palautetta sekä suullisesti että lomakkeella. Epäilemättä palautteen todenmukaisuutta on hyvä tiedostaa, että moni seikka saattaa vaikuttaa palautteeseen. Ohjaajana työskennellessäni olen huomannut, että osalla asukkaista on hyvin positiivinen elämänasenne ja taipumusta esittää asiat myönteisessä valossa, vaikka

he eivät olisi täysin tyytyväisiä. Lisäksi palautteen antajalle saattaa tulla paine miellyttää palautteen saajaa antamalla positiivisia vastauksia. Osallistujia kannustettiin antamaan palautetta oman mielipiteensä mukaisesti, mutta nämä seikat saattoivat silti kaunistaa palautteiden tuloksia. Lisäksi on hyvä tarkastella kriittisesti palautelomakkeessa käytettyä hyymiöasteikkoa. Sen tarkoituksena oli tukea hahmottamista ja toimia kommunikation tukena, mutta ei välttämättä ole menetelmänä täysin luotettava. Hyymiöiden merkitykset käytiin yhdessä läpi ennen lomakkeen täyttämistä, mutta on hyvä huomioida, että hyymiöiden värit suru- ja hymynaamoineen saattavat ohjata palautteen antajan valintoja.

Tämän opinnäytetyön luotettavuutta arvioidessa on hyvä huomioida myös havainnointiin liittyvät haasteet. Tutkimuksen objektiivisuus voi kärsiä, mikäli tutkija sitoutuu emotionaalisesti havainnoitavaan ryhmään. Lisäksi havainnoijan läsnäolo vaikuttaa ryhmän dynamiikkaan ja käyttäytymiseen, jolloin havainnoista saatava tieto ei voi olla täysin objektiivista. (Hirsjärvi ym. 2009, 213.) Havainnoita tehdessä pyrittiin välttämään oletuksia ja subjektiivisuutta. Pysin myös tiedostamaan oman vaikutukseni tutkimuksen kulkuun ja tuloksiin, koska olin samaan aikaan sekä toimintaa ohjaava että arvioiva henkilö. Tärkeää oli tiedostaa myös se, että havainnoitavat henkilöt olivat minulle ennestään tuttuja. Vilkan (2021) mukaan tähän liittyy myös eettinen näkökulma: tutkija on eräänlaisessa valta-asemassa tutkimukseen osallistuviin nähden. Mitä läheisempi suhde tutkijalla on osallistujiin, sitä suurempi vaara on, että aiemmat kokemukset vaikuttavat tulkintoihin ja tulkintavaltaa käytetään osallistujien yli. (Vilka 2021, 123.)

Vammaistyössä eettiset periaatteet ovat erittäin merkittävässä osassa. Ne toimivat työn perustana ja ohjaavat toimimaan työssä asiakaslähtöisesti ja aina asiakkaan voimavarat huomioiden. Ammattietiikan tarkoituksena on suojata asiakasta ja auttaa erilaisten pulmatilanteiden ratkaisemisessa. Vammaistyössä eettinen toiminta korostuu, koska asiakkailla on toimintakyvyn rajoitteita, mikä aiheuttaa valta-aseman ohjaajan ja asiakkaan välille. Mitä riippuvaisempi asiakas on avusta ja tuesta, sitä enemmän ohjaajalla on mahdollisuus käyttää valtaa. (Kari ym. 2020, 25.) Taidetuokioiden ohjaamisessa pyrittiin noudattamaan osallistujien voimavaroja huomioivaa, itsemääräämisoikeutta kunnioittavaa ja osallisuutta edistävää työtapaa. Kaikkia osallistujia pyrittiin huomioimaan tasavertaisesti omiin valintoihin ja luovaan heittäytymiseen rohkaisten. Koska muutto saattoi olla osalle asukkaista raskas aihe, siihen liittyvää keskustelua pyrittiin herättelemään voimavaralähtöisesti. Pyrkimyksenä oli, että muuttoon liittyvät keskustelut ja taidetyöskentelyt olisivat voimavaroja lisääviä, eivätkä pahentaisi asukkaiden oireilua tai aiheuttaisi ahdistusta.

9 Pohdinta

Luovien ja taidelähtöisten menetelmien vaikutuksia on tutkittu runsaasti. Myös resilienssistä löytyy useita tutkimuksia, mutta kehitysvammaisten aikuisten resilienssiä koskevia tutkimuksia on tehty tähän mennessä verrattain vähän (Scheffers, van Vugt & Moonen 2020). Tutkimustietoa etsiessäni en myöskään törmännyt tutkimuksiin, joissa olisi ollut aiheena spesifisti resilienssin ja luovien menetelmien yhteys. Tämä voi johtua osittain siitä, että vaikka taiteen hyvinvointivaikutuksia on tunnustettu mittavasti, niiden todentamiseen ja mittaamiseen on vähäisesti mittareita. Sama koskee myös resilienssiä. Kummankin ilmiön tarkasteluun vaikuttavat merkittävästi yksilön omat kokemukset.

Opinnäytetyön aihe olikin toiminnallisena tutkimuksena haasteellinen, sillä selkeitä tuloksia ja johtopäätöksiä ei pystytty suoraan toteamaan. Työstä saadut tulokset pohjautuivat pitkälti havaintoihin ja palautteisiin, joiden pohjalta voi tehdä lähinnä oletuksia ja tulkintoja. Jotta aiheesta olisi saatu luotettavampia tuloksia, olisi ollut tarpeen tehdä systemaattisempaa tutkimusta laadullisen tutkimuksen menetelmin. Opinnäytetyö olisi kuitenkin helposti paisunut liian laajaksi, mikäli taidetuokioiden vaikutuksia olisi lähdetty tutkimaan esimerkiksi strukturoidun haastattelun menetelmin.

Tämän opinnäytetyön tapauksessa painopiste oli voimakkaasti tuotoksen eli luovan ryhmätoiminnan prosessin toteuttamisessa. Tutkimukselliset tulokset jäivät sen sijaan melko ohuiksi. Opinnäytetyön arvokkain anti olivat ne kokemukset ja elämykset, joita asukkaat mahdollisesti taidetuokioista saivat. Opinnäytetyössä käytetyt luovat menetelmät eivät sinänsä tarjoa mitään uutta tai innovatiivista työelämälle, eikä niiden myötä varsinaisesti saatu uutta tietoa resilienssin tukemisesta. Taidetuokioiden sisällöistä on kuitenkin mahdollista inspiroitua ja halutessaan poimia elementtejä sovellettavaksi luovan ryhmätoiminnan ohjaamiseen. Jälkeenpäin ajateltuna olisi voinut olla hyödyllistä tuottaa resilienssin tukemiseen soveltuva luovien menetelmien opas, mutta sen laadukas toteuttaminen ei olisi ollut minulle käytettävissä olevan aikataulun puitteissa mahdollista. Kenties opinnäytetyöni voi kuitenkin toimia inspiraationa jatkotutkimukselle koskien resilienssin vahvistamista luovien menetelmien keinoin joko kehitysvammaisten tai jonkin muun asiakasryhmän parissa.

Lähteet

Cavén-Pöysä, O. 2014. Arvostuksen osoittaminen. Teoksessa Pusa, T. (toim.) Kohtaamistaide - Käsikirja ohjaajalle. Vantaa: Laurea-ammattikorkeakoulu.

Hakala, J.T. 2024. Laadullisen tutkimuksen ABC: Menetelmäopas opinnäytteen tekijälle. E-kirja. Helsinki: Gaudeamus.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. Näköispainos 15. uudistetusta painoksesta. Helsinki: Tammi.

Huhtinen-Hildén, L. 2019. Elämän ja arjen musiikkia - musiikillisen ilmaisun monia mahdollisuuksia. Teoksessa Karjalainen, A. L. (toim.) Luovan toiminnan työtavat. Käsikirja sosiaali- ja terveysalalle. Jyväskylä: PS-kustannus.

Huhtinen-Hildén, L. & Isola A-M. 2018. Luovuus osallisuuden tukena - luovan ryhmätoiminnan malli. Teoksessa Huhtinen-Hildén, L. & Lamppu, M. (toim.) Odottamattomia aarteita: Ilmaisu, leikillisyyttä ja luovaa toimintaa ryhmässä. Helsinki: Metropolia ammattikorkeakoulu.

Huhtinen-Hildén, L. & Isola, A-M. 2020. Systemaattisista havainnoista vaikutusten todentamiseen: Havainnointimalli luovaan ryhmätoimintaan. Tutkimuksesta tiiviisti 37/2020. Helsinki: THL. Viitattu 13.11.2024. https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/140839/URN_ISBN_978-952-343-601-5.pdf

Huhtinen-Hildén, L. & Karjalainen, A. L. 2019. Luova toiminta siltana itseen, toisiin ja osallisuuden. Teoksessa Karjalainen, A. L. (toim.) Luovan toiminnan työtavat. Käsikirja sosiaali- ja terveysalalle. Jyväskylä: PS-kustannus.

Iivanainen, S. 2019. Väriä elämään - kuvallinen ilmaisu hyvinvointia edistämässä. Teoksessa Karjalainen, A. L. (toim.) Luovan toiminnan työtavat. Käsikirja sosiaali- ja terveysalalle. Jyväskylä: PS-kustannus.

Joutsenniemi, K. & Lipponen, K. 2015. Resilienssi ja posttraumaattinen kasvu. Suomen lääketieteellinen aikakauslehti 39/2015. Viitattu 7.4.2025. https://www.hameenkesayliopisto.fi/wp-content/uploads/2018/09/joutsenniemi_lipponen_2015.pdf

Kananen, J. 2015. Opinnäytetyön kirjoittajan opas. Näin kirjoitat opinnäytetyön tai pro gradun alusta loppuun. Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Kari, O., Laakso, S., Niskanen, T., Seppänen, M. 2020. Vammaistyön käsikirja. Helsinki: Sanoma Pro.

Karjalainen, A. L. (toim.) 2019. Luovan toiminnan työtavat. Käsikirja sosiaali- ja terveysalalle. Jyväskylä: PS-kustannus.

Karkkulainen, M., Ala-Vannesluoma, T., Airaksinen, R., Varonen, H., Kastu, R. & Sipi, S. 2019. Toimii! Hoitajan opas toiminnallisiin menetelmiin. Helsinki: Edita.

Kaski, M. (toim.), Manninen, A. & Pihko, H. 2012. Kehitysvammaisuus. 5. uudistettu painos. Helsinki: Sanoma Pro.

Laitinen, L. 2017. Taide, taiteellinen toiminta ja mielenterveys. Teoksessa Lehtikoinen, K. & Vanhanen, E. (toim.) Taide ja hyvinvointi. Katsauksia kansainväliseen tutkimukseen. Kokos-julkaisusarja 1/2017. Helsinki: Taideyliopisto.

Lehtikoinen, K & Vanhanen, E. (toim.) Taide ja hyvinvointi. Katsauksia kansainväliseen tutkimukseen. Kokos-julkaisusarja 1/2017. Helsinki: Taidetyliopisto.

Lipponen, K. 2020. Resilienssi arjessa. Helsinki: Duodecim.

Mielenterveystalo 2025. Miten tukea kehitysvammaisen mielenterveyttä? Viitattu 4.4.2025. <https://www.mielenterveystalo.fi/fi/mielenterveys-ja-toimintakyky/miten-tukea-kehitysvammaisen-mielenterveytta>

Pieviläinen, H., Pyykkönen, A. & Saukkonen, T. 2014. Asiakkaan äänellä - Menetelmäopas asiakaspalautteen keräämiseen sosiaalityössä. Joensuu: Pohjois-Karjalan sosiaaliturvayhdistys ry. Viitattu 17.3.2025. <https://www.yhdistysyhteistyö.fi/assets/files/sites/6/2017/07/Asiakkaan-%C3%A4%C3%A4nell%C3%A4-menetelm%C3%A4opas.compressed.pdf>

Poijula, S. 2018. Resilienssi. Muutoksen kohtaamisen taito. 4. korjattu painos. Helsinki: Kirjapaja.

Scheffers, F., van Vugt, E. & Moonen, X. 2020. Resilience in the face of adversity in adults with an intellectual disability: A literature review. Viitattu 22.3.2025. <https://onlinelibrary-wiley-com.nelli.laurea.fi/doi/10.1111/jar.12720>

Scheffers, F., van Vugt, E. & Moonen, X. 2023. Resilience in the face of adversity: How people with intellectual disabilities deal with challenging times. Viitattu 22.3.2025. <https://journals-sagepub-com.nelli.laurea.fi/doi/10.1177/17446295231184504>

Seppälä, H. 2017. Erilaiset eväät: Kirja kehitysvammaisuudesta. 2. painos. Helsinki: Kehitysvammaliitto.

Seppänen, M. 2021. Tunnetaidot voimavarana. Opas sosiaali- ja terveysalalle. Jyväskylä: PS-kustannus.

Sosiaalihuoltolaki 1301/2014.

Sutela, K. 2017. Taide, taiteellinen toiminta ja vammaisten henkilöiden ja erityistä tukea tarvitsevien hyvinvointi. Teoksessa Lehikoinen, K. & Vanhanen, E. (toim.) Taide ja hyvinvointi. Katsauksia kansainväliseen tutki-mukseen. Kokos-julkaisusarja 1/2017. Helsinki: Taidetyli-opisto.

Taikusydän 2025. Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia. Viitattu 16.3.2025. <https://taikusydan.turkuamk.fi/info/taiteesta-hyvinvointia/>

THL 2023. Vammaisuus. Vammaispalvelujen käsikirja. Viitattu 7.4.2025. <https://thl.fi/julkaisut/kasikirjat/vammaispalvelujen-kasikirja/vammaisuus-yhteiskunnassa/vammaisuus>

THL 2025. Asumisen tuki. Vammaispalvelujen käsikirja. Viitattu 31.3.2025. <https://thl.fi/julkaisut/kasikirjat/vammaispalvelujen-kasikirja/tuki-ja-palvelut/asumisen-tuki>

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2018. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Vammaispalvelulaki 675/2023.

Verkkopalvelu kehitysvammaisuudesta 2024a. Mitä kehitysvammaisuus on? Viitattu 19.11.2024. <https://verneri.net/yleis/mita-kehitysvammaisuus-on>

Verkkopalvelu kehitysvammaisuudesta 2024b. Toimintakyvyn näkökulma. Viitattu 19.11.2024. <https://verneri.net/yleis/toimintakyvyn-nakokulma>

Verkkopalvelu kehitysvammaisuudesta 2024c. Sosiaalinen näkökulma. Viitattu 20.11.2024. <https://verneri.net/yleis/sosiaalinen-nakokulma>

Vilkka, H. 2021. Näin onnistut opinnäytetyössä. Ratkaisut tutkimuksen umpikujiin. Jyväskylä: PS-kustannus.

Vilkka, H. 2007. Tutki ja mittaa. Määrällisen tutkimuksen perusteet. Helsinki: Tammi.

Vilkka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

Åberg, L. 2021. Kehitysvammaisuus. Duodecim. Terveyskirjasto. Viitattu 13.11.2024. <https://www.terveyskirjasto.fi/dlk00556>

Julkaisemattomat lähteet

Kehitysvammaliitto 2016. Perustietoa kehitysvammaisuudesta. Helsingin kaupungin vammaispalveluiden koulutusmateriaali.

Kuviot

Kuvio 1: Osallistujien palautelomakkeen vastaukset 1/2.	46
Kuvio 2: Osallistujien palautelomakkeen vastaukset 2/2.	47

Kuvat

Kuva 1: Ensimmäisessä taidetuokiossa syntyneitä teoksia. Taiteilijoiden nimet on peitetty. .	33
Kuva 2: Unelmien hahmottelua.	35
Kuva 3: Saven muotoilua.	37
Kuva 4: Vesivärimaalausta musiikin tahtiin. Taiteilijan nimi peitetty.	38
Kuva 5: Akryyliväreillä maalaamista yhteisen paperin äärellä	40
Kuva 6: <i>Mielenmaisema</i> . Ensimmäisen taidetuokion teokset näyttelyssä. Taiteilijoiden nimet on peitetty.	41
Kuva 8: <i>Voimaeläin savesta</i> . Kolmannen taidetuokion teokset näyttelyssä.	42
Kuva 7: <i>Ovi unelmiin</i> . Toisen taidetuokion teokset näyttelyssä. Taiteilijoiden nimet on peitetty.	42
Kuva 9: <i>Musiikkimaalaus</i> . Neljännen taidetuokion teokset näyttelyssä. Taiteilijoiden nimet on peitetty.	43
Kuva 10: <i>Mitä minulle tänään kuuluu?</i> Viidennen taidetuokion virittäytymisessä tehdyt kuulumiset muovailuvahasta.	43
Kuva 11: <i>Yhteismaalaus</i> . Viidennen taidetuokion teos näyttelyssä.	44

Taulukot

Taulukko 1: Ensimmäisen taidetuokion suunnitelma	18
Taulukko 2: Toisen taidetuokion suunnitelma	20
Taulukko 3: Kolmannen taidetuokion suunnitelma	22
Taulukko 4: Neljännen taidetuokion suunnitelma	24
Taulukko 5: Viidennen taidetuokion suunnitelma	26
Taulukko 6: Luovan ryhmätoiminnan havainnointimalli (Huhtinen-Hildén & Isola, 2020)	30
Taulukko 7: Taidetuokioiden havaintojen yhteys resilienssiin ja luovan ryhmätoiminnan havainnointimalliin.	52

Liitteet

Liite 1: Tiedote opinnäytetyöstä	65
Liite 2: Mainos taidetuokioista.....	66
Liite 3: Suostumuslomake	67
Liite 4: Tietosuojaseloste	68
Liite 5: Taidetuokioiden havainnointirunko.....	70
Liite 6: Palautelomake osallistujille	71
Liite 7: Palautekeskustelun tukikysymykset	72

Liite 1: Tiedote opinnäytetyöstä



TIEDOTE OPINNÄYTETYÖSTÄ

Moikka!

Toteutan sosionomiopintojeni opinnäytetyön [REDACTED]. Tarkoituksena on tutkia luovan toiminnan hyötyjä muutoksen kohtaamisen, tunteiden ilmaisun ja hyvinvoinnin tukena. Opinnäytetyön alustava otsikko on ”Luovat menetelmät muutoksen kohtaamisen ja tunteiden ilmaisun tukena kehitysvammaisten asumisyksikössä”.

Opinnäytetyön osana ohjaan viisi taidetuokiota, joissa esimerkiksi maalaamme ja muotoilemme yhdessä. Tavoitteena on, että osallistujat pääsevät käyttämään luovuuttaan ja ilmaisemaan tunteitaan luovan toiminnan kautta. Toiminnan on tarkoitus tuottaa osallistujille iloa, uusia kokemuksia ja rentoa yhdessäoloa. Tapaamisten lopuksi järjestämme yhdessä halukkaiden kanssa taidenäyttelyn, jonne saa kutsua ystäviä ja läheisiä ihailemaan syntyneitä teoksia.

Kerään opinnäytetyön aineiston havainnoimalla taidetuokioita, sekä äänittämällä osallistujien antamat palautteet. Saatua tietoa ja äänitteitä käytetään ainoastaan opinnäytetyötä varten. Aineistoa käsitellään tietoturvasääntöjen mukaisesti ja nimettömänä, eli osallistujia ei voi tunnistaa lopullisesta opinnäytetyön raportista. Aineistoa säilytetään huolellisesti ja se hävitetään opinnäytetyön valmistuttua.

Taidetuokioihin ja taidenäyttelyyn osallistuminen on vapaaehtoista.

Terkuin

Aino

Liite 2: Mainos taidetuokioista



Hei, me maalataan!

AINO OHJAA VIISI TAIDETUOKIOTA OSANA
OPINNÄYTETYÖTÄÄN.
TUOKIOISSA MAALATAAN JA MUOTOILLAAN.
LOPUKSI JÄRJESTÄMME YHDESSÄ OMAN
TAIDENÄYTTELYN.

TERVETULOA MUKAAN!

PÄIVÄMÄÄRÄT:
TIISTAI 7.1. KLO 17
MAANANTAI 13.1. KLO 17
MAANANTAI 20.1. KLO 17
TIISTAI 28.1. KLO 17
MAANANTAI 3.2. KLO 17

TAIDENÄYTTELY
MAANANTAINA 10.2.
KLO 17:30

Liite 3: Suostumuslomake



Sosiaalialan koulutusohjelma, Tikkurilan kampus

SUOSTUMUS OPINNÄYTETYÖHÖN OSALLISTUMISEEN

Opinnäytetyön nimi: Luovat menetelmät muutoksen kohtaamisen ja tunteiden ilmaisun tukena kehitysvammaisten asumisyksikössä

Opinnäytetyön toteuttaja: Aino Paranko, Laurea-ammattikorkeakoulu

o Minua on pyydetty osallistumaan yllä mainittuun opinnäytetyöhön, jonka tarkoituksena on tutkia luovan toiminnan hyötyjä muutoksen kohtaamisen, tunneilmaisun ja hyvinvoinnin tukena.

o Olen saanut riittävästi tietoa opinnäytetyöstä, sen tarkoituksesta ja toteutuksesta, oikeuksistani ja osallistumisesta.

o Olen saanut tiedot opinnäytetyöhön liittyvästä henkilötietojen keräämisestä ja käsittelystä. Minun on ollut mahdollista tutustua opinnäytetyön tietosuojaselosteeseen.

o Suostun siihen, että taidetuokioihin osallistumistani havainnoidaan, ja sen kautta saatua aineistoa käytetään opinnäytetyön raportoinnissa. Suostun myös taidetuokioiden palautekeskustelujen äänittämiseen.

o Taidetuokioissa tapahtuvat keskustelut ovat luottamuksellisia.

o Taidetuokioista antamaani palautetta ei voi yhdistää minuun lopullisessa opinnäytetyössä.

o Lopullisessa opinnäytetyössä ei esiinny osallistujien henkilötietoja, kuten nimiä. Kaikki minua koskeva aineisto hävitetään tutkimuksen valmistuttua.

o Valmis opinnäytetyö julkaistaan internetissä Theseus-sivustolla.

o Olen tietoinen siitä, että opinnäytetyöhön osallistuminen on vapaaehtoista. Minua ei ole painostettu eikä houkuteltu osallistumaan. Minulla on ollut riittävästi aikaa harkita osallistumistani opinnäytetyöhön.

o Olen tietoinen siitä, ettei opinnäytetyöhön osallistuminen aiheuta minulle minkäänlaisia kustannuksia. Voin halutessani keskeyttää opinnäytetyöhön osallistumisen milloin tahansa ilman perusteluja. Osallistumisen keskeyttäminen ei vaikuta ohjaajan ja asukkaan väliseen suhteeseen.

o Minulla on ollut mahdollisuus esittää kysymyksiä ja olen saanut riittävän vastauksen kaikkiin opinnäytetyötä koskeviin kysymyksiini.

Allekirjoituksellani vahvistan osallistumiseni tähän opinnäytetyöhön.

Vahvistan suostumukseni henkilötietojen käsittelyyn tietosuojaselosteessa kuvatulla tavalla.

_____ , ____ . ____ . _____

Allekirjoitus:

Nimenselvennys:

Liite 4: Tietosuojaseloste

**TIETOSUOJAILMOITUS**

EU:n yleinen tietosuoja-asetus (EU679/2016)

2.12.2024

LAUREAN OPINNÄYTETYÖSSÄ KERÄTTÄVIEN HENKILÖTIETOJEN KÄSITTELY

Tässä ilmoituksessa kuvataan, miten henkilötietoja käsitellään Laurean opinnäytetyössä ”Kuvallisen ilmaisun menetelmät resilienssin vahvistamisen tukena kehitysvammaisten ryhmäkodissa”.

Tutkimuksen rekisterinpitäjä

Rekisterinpitäjä vastaa tämän opinnäytetyön henkilötietojen käsittelystä.

Aino Paranko
Laurea ammattikorkeakoulu
Ratatie 22
01300 Vantaa

Yhteyshenkilö henkilötietojen käsittelyä koskeissa asioissa:

Aino Paranko
aino.paranko@student.laurea.fi

Henkilötietojen käsittelyn tarkoitus:

Tässä opinnäytetyössä käsitellään henkilötietoja tutkimukseen osallistuvien henkilöiden suostumuksen varmistamiseksi. Tutkimukseen osallistuvilta henkilöiltä pyydetään allekirjoitus suostumuslomakkeeseen. Tämän lisäksi tutkimukseen sisältyvän toiminnallisen osuuden palautekeskustelut äänitetään. Näin vahvistetaan aineiston tulkinnan objektiivisuutta ja täsmällisyyttä. Toiminnallisesta osuudesta otetaan myös valokuvia niin, ettei osallistujien kasvoja tai muita tunnistettavia piirteitä näy kuvissa.

Henkilötietojen käsittelyn oikeusperuste:

Tutkittavan suostumus

Tutkimuksessa kerättävät henkilötiedot:

Tutkimusta varten kerättäviä suoria henkilötietoja ovat tutkimukseen osallistuvien nimet, joilla varmistetaan suostumus tutkimukseen osallistumisesta, sekä toiminnallisen osuuden palautekeskusteluissa äänitetty materiaali. Tutkimusta varten kerättäviä epäsuoria henkilötietoja ovat toiminnasta otetut valokuvat, joissa ei tule näkyään osallistujien kasvoja tai muita tunnistettavia piirteitä. Valokuvien fokus on osallistujien tekemissä taideteoksissa, joista peitetään signeeraukset. Tutkimuksessa ei käsitellä arkaluonteisia henkilötietoja, kuten terveystietoja.

Kerättävien henkilötietojen tietolähteet:

Tutkimusta varten käsiteltävät henkilötiedot kerätään tutkimukseen osallistuvilta henkilöiltä suoraan.

Henkilötietojen luovutukset:

Opinnäytetyön tutkimusta varten käsiteltäviä henkilötietoja ei luovuteta opinnäytetyön ulkopuolelle. Kerättyä aineistoa ei luovuteta jatkokäytettäväksi opinnäytetyön jälkeen.

Tietojen siirtäminen EU- tai ETA-maiden ulkopuolelle:

Henkilötietoja ei siirretä EU- tai ETA-maiden ulkopuolelle.

Henkilötietojen käsittely opinnäytetyön aikana ja sen jälkeen:

Tutkimusta varten kerättyjä henkilötietoja käsitellään opinnäytetyön arviointiin saakka. Kaikki henkilötietoja sisältävä aineisto hävitetään, kun opinnäytetyö on arvioitu. Arvioinnin alustava ajankohta on maaliskuussa 2025.

Henkilötietojen suojauksen periaatteet:

- Tutkimukseen osallistuvien allekirjoitusten keräämiseksi käytetään tulostettua suostumuslomaketta. Suostumuslomakkeet hävitetään toimeksiantajan yksikön paperisilppurissa heti opinnäytetyön arvioinnin jälkeen.

- Toiminnallisen osuuden palautekeskustelun äänittämiseksi käytetään opinnäytetyön tekijän puhelinta. Äänimateriaali on puhelimesta salasanan takana, eikä siihen pääse käsiksi kukaan muu kuin opinnäytetyön tekijä. Äänitteestä poimitaan tutkimuksen kannalta oleelliset tiedot, minkä jälkeen äänitys poistetaan välittömästi.
- Toiminnallisesta osuudesta otetut valokuvat otetaan opinnäytetyön tekijän puhelimella. Kuvat siirretään ottamisen jälkeen niitä varten luotuun erilliseen kansioon tietokoneelle, ja poistetaan puhelimesta. Tietokone on suojattu käyttäjätunnuksin ja salasanoin, eikä siihen pääse käsiksi kukaan muu kuin opinnäytetyön tekijä. Kuvat poistetaan tietokoneelta välittömästi opinnäytetyön arvioinnin jälkeen.
- Opinnäytetyön raportissa aineistoa analysoidaan siten, etteivät tutkimukseen osallistuvat henkilöt ole tunnistettavissa.
- Rekisterin hallinnassa noudatetaan Laurea-ammattikorkeakoulun tietoturva- ja tietosuojajohtajia.
- Fyysinen aineisto säilytetään lukitussa tilassa, jonne on pääsy vain asianosaisilla.

Rekisteröidyn oikeudet:

- Voit perua suostumuksesi ja pyytää opinnäytetyön tekijää poistamaan tietosi.
- Voit tarkastaa itseäsi koskevat tiedot ja oikaista ne tarvittaessa.
- Voit rajoittaa tietosi käsittelyä silloin, kun kiistät henkilötietojesi paikkansapitävyyden.
- Voit tehdä valituksen tietosuojavaltuutetun toimistoon, jos katsot, että henkilötietojasi on käsitelty tietosuojalainsäädännön vastaisesti.
- Yhteyshenkilö tutkittavan oikeuksiin liittyvissä asioissa on tietosuojavastaava. Laurea-ammattikorkeakoulun tietosuojavastaavana toimii Marjo Valjakka, marjo.valjakka@laurea.fi

Liite 5: Taidetuokioiden havainnointirunko

Opinnäytetyön havainnointirunko perustuu luovan ryhmätoiminnan havainnointimalliin (Huhtinen-Hildén & Isola 2020)

1. Luovan toiminnan tavat ja välineet

Miten osallistujien erityistarpeet huomioitiin toiminnan sisällössä ja välineiden valinnassa?

Miten toimintakerran teema näkyi toiminnassa?

Miten vaiheesta toiseen siirtymistä tuettiin?

Miten osallistumiseen ja kokeilemiseen tarjottiin mahdollisuuksia ja kutsuja?

Mitä tavoitteita toiminnalle asetettiin?

2. Yksittäisten osallistujien olemisen ja tekemisen tavat

Miten osallistujat reagoivat toimintaan?

Millaisia tunnelmia osallistujista välittyi?

Mitä luova toiminta mahdollisti osallistujille?

3. Ryhmän vuorovaikutus

Millaista vuorovaikutusta osallistujien kesken havaittiin?

Miten erilaiset tekemiset vaikuttivat vuorovaikutukseen?

Oliko havaittavissa tunteiden tarttumista? Millaisissa tilanteissa?

Miten osallistujat asettuivat toisiinsa nähden, pystyivätkö muuttamaan asemiaan vuorovaikutuksen aikana?

Erosiko vuorovaikutus tyypillisestä vuorovaikutuksesta osallistujien välillä?

4. Ohjaamisen arviointi

Missä onnistuttiin?

Mitä olisi voinut tehdä toisin?

Miten ohjauksessa huomioitiin osallistujien tarpeita?

Liite 6: Palautelomake osallistujille

Palaute taidetuokiosta

Piditkö taidetuokiosta?



Osallistuisitko tällaiseen toimintaan uudelleen?



Taidetuokit ovat tuoneet minulle iloa



Olen kokenut kuuluvani ryhmään



Olen tuntenut, että minua arvostetaan



Olen kokenut onnistuvani



Sain ilmaista tunteitani taidetuokioiden aikana



Sain ilmaista mielipiteitäni taidetuokioiden aikana



Taidetyöskentely auttaa jaksamaan arjessa paremmin



Miten Aino onnistui taidetuokioiden ohjaamisessa?



KIITOS OSALLISTUMISESTA

Liite 7: Palautekeskustelun tukikysymykset

1. Mikä on ollut parasta taidetuokioissa? Entä haastavinta?
2. Mikä taidetuokioista oli suosikkisi? (Mielenmaisema, ovi unelmiin, voimaeläin savesta, musiikkimaalaus, yhteismaalaus)
3. Missä ohjaaja onnistui? Mitä olisi voitu tehdä paremmin?
4. Oliko sinusta mukavaa taiteilla yhdessä? Miksi?
5. Mitä aiheita olemme käsitelleet taidetuokioissa? Mitä sinulle on jäänyt mieleen?
6. Onko taiteen tekeminen auttanut sinua ilmaisemaan tunteita?
7. Onko taiteen tekeminen vaikuttanut mielialaasi?
8. Onko taiteen tekeminen auttanut sinua rentoutumaan / rauhoittumaan?