

## TARINOITTAMISPAJA

- Taidepohjaisten työtapojen soveltaminen eläkeikäisten parissa

Sari Hietanen  
Opinnäytetyö, kevät 2015  
Diakonia-ammattikorkeakoulu,  
Diak, Pori  
Sosiaalialan koulutusohjelma  
Sosionomi (AMK)

## SISÄLLYS

|   |   |    |
|---|---|----|
| 1 | JOHDANTO.....   | 6  |
| 2 | TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT.....  | 7  |
| 3 | IKÄÄNTYMISEN ERITYISPIIRTEITÄ.....                                  | 9  |
|   | 3.1 Yksinäisyys.....  | 9  |
|   | 3.2 Masennus.....   | 10 |
|   | 3.3 Henkinen esteettömyys.....                                      | 11 |
| 4 | PARANTAVA TAIDE.....  | 12 |
|   | 4.1 Erilaisia vanhusten hyvinvointiin tähtääviä taidehankkeita..... | 14 |
|   | 4.2 Tulevaisuuden innovatiivisia visioita.....                      | 15 |
| 5 | TAIDEPOHJAISTEN TYÖTAPOJEN ESITTELYÄ.....                           | 16 |
|   | 5.1 Sadutus ja tarinoittaminen.....                                 | 16 |
|   | 5.2 Kuvan katsominen.....   | 18 |
|   | 5.3 Luova kirjoittaminen.....                                       | 20 |
|   | 5.4 Hiljainen tieto.....  | 21 |
|   | 5.5 Monitaitaisuuden taikaa.....                                    | 22 |
| 6 | TYÖPAJASUUNNITELMA.....   | 24 |
|   | 6.1 Ryhmän valinta.....   | 24 |
|   | 6.2 Ohjaajan roolista.....  | 26 |
|   | 6.3 Tilan ulottuvuudet.....   | 26 |
|   | 6.4 Dokumentointi.....  | 27 |
|   | 6.5 Havainnointi.....   | 28 |
|   | 6.6 Kyselylomakeen käyttö.....                                      | 29 |
|   | 6.7 Keskustelua ja jakamista.....                                   | 30 |
| 7 | TARINOITTAMISPAJAN KAARI.....                                       | 30 |
|   | 7.1 Ensimmäinen kerta - Tarinoittamispaja alkaa.....                | 31 |
|   | 7.2 Toinen kerta - Kirjoita ja maalaa.....                          | 35 |
| 8 | TEOSTEN TULKINTAA.....  | 37 |
|   | 8.1 Teksteistä - Äitiyden rooli nousee esiin.....                   | 37 |
|   | 8.2 Kuvista - Vahvoja tunnelmia.....                                | 40 |
| 9 | VIIMEINEN KOKOONTUMINEN.....  | 42 |
|   | 9.1 Kyselylomake - Aidot mielipiteet.....                           | 43 |
|   | 9.2 Huomioita yhteisestä keskustelusta.....                         | 44 |

|   |    |
|---|----|
| 10 TUTKIMUKSEN EETTISYYDESTÄ .....        | 47 |
| 11 POHDINTAA AMMATILISESTA KASVUSTA ..... | 48 |
| LÄHTEET .....                             | 52 |
| LIITTEET .....                            | 54 |

## TIIVISTELMÄ

Hietanen Sari. Tarinoittamispaaja – Taidepohjaisten työtapojen soveltaminen eläkeikäisten parissa. Diak Pori, kevät 2015, 55 s., 2 liitettä.

Diakonia ammattikorkeakoulu, Sosiaalian koulutusohjelma, sosionomi (AMK)

Opinnäytetyö oli toiminnallinen opinnäyte, jonka aikana suunnittelin ja ohjasin kolme kertaa järjestettävän tarinoittamispaajan Liisan Vapaaehtoiskeskuksen ja Viikkarin Valkaman eläkeikäisille naisille. Tarinoittamispaajaan osallistui viisi naista.

Opinnäytetyön idea oli tutkia, miten taidepohjaisten työtapojen käyttö eläkeikäisille soveltui, miten he nämä menetelmät itse kokivat ja mitä prosessin aikana syntyi. Pohdin myös, kuinka näitä menetelmiä voitaisiin soveltaa tulevaisuuden työelämässä.

Opinnäytetyön materiaali koostui kirjoista etsitystä aineistosta, mutta suureksi osaksi tutkimusaineisto koostui myös työpajan aikana kerätyistä dokumentoinneista ja havainnoista, äänitetyistä keskusteluista osallistujien kanssa sekä avoimilla kysymyksillä täytetyn kyselylomakkeen vastauksista. Aineiston muokkaamisessa käytettiin sisällönanalyysiä, jonka avulla pyrkimyksenä oli luoda tekstistä tiivis ja monipuolinen paketti, jonka sisältö tähtäisi taidepohjaisten työtapojen idean kirkastamiseen ja inhimillisen ymmärryksen lisääntymiseen sekä uuden, tarpeellisen tiedon luomiseen.

Työpajan aikana käytettiin erilaisia taidepohjaisia työtapoja, tärkeimpinä taidekuvan käyttö, tarinoittaminen, luova kirjoittaminen sekä maalaaminen. Opinnäytetyössä kerrotaan näiden työtapojen historiasta, merkityksestä ja erilaisista soveltamismahdollisuuksista. Työssä kuvataan myös taiteen parantavia ominaisuuksia monien tutkimusten kautta.

Osallistujien omien arvioiden, eli keskustelujen sekä kyselylomakkeen mukaan tarinoittamispaaja oli menestys. Ohjaaminen tapahtui tavalla, joka vei eläkeikäiset syvälliseen ja monisyiseen prosessiin, jonka aikana koettiin monenlaisia tunteita, tehtiin omannäköistä taidetta kuvin ja sanoin sekä keskusteltiin ja jaettiin kokemuksia ryhmässä. Työ on hyvin työelämälähtöinen ja kaikkien kiinnostuneiden sovellettavissa.

Asiasanat: eläkeikäiset, taidepohjaiset työtavat, tarinoittaminen, toiminnallinen opinnäytetyö, sisällönanalyysi

## ABSTRACT

Hietanen, Sari. 55 p., 2 appendices. Language: Finnish. Pori, Spring 2015.  
Diaconia University of Applied Sciences. Storycrafting-workshop – Application of art-based methods for pensioners.

Storycrafting-workshop was held three times in a volunteer center called Liisa in Viikkari's Valkama, Finland. The workshop was meant for pensioners and five women participated in the workshop.

The thesis was a functional one, an action research wherein the author wanted to explore the potentiality of art-based methods with pensioners. The idea was to examine how participants would feel, react and receive the methods, to study what the process generates and to ponder how these art-based methods could be applied in the working life in the future.

The source material came from various books but mainly the research data came from documentation, observing the participants, recorded conversations and a questionnaire, for the purpose of gathering information from respondents.

The thesis was analyzed with creativity and intuition and by using information analysis as a primary tool. The aim by doing this was to increase the awareness of the art-based methods and also to discover useful, new information.

At the workshop, different kinds of art-based methods were applied, such as using an art image as an illustrative tool, storycrafting, creative writing and painting. During the thesis the author described about the methods' history, meaning and the various applications they can be used at. According to the participants, the storycrafting-workshop was a success. It stirred up emotions and took people for a deep personal journey.

Key words: pensioners, art-based methods, storycrafting, action research, information analysis

# 1 JOHDANTO

Osallistuin Diakonia-ammattikorkeakoulun valinnaiselle kurssille ”Tartu Taiteeseen” ja sain sieltä inspiraation tämän opinnäytetyöni aiheeksi. Olin alun perin innostunut kirjoittamaan opinnäytteeni taideterapiasta, mutta aiheen rajaus koitui ongelmalliseksi ja ymmärsin, että minun oli parempi vaihtaa aihetta ja valita vähemmän terapeutin työskentelymuoto, jota sosiaalialan opiskelija voisi hyvällä omallatunnolla käytännössä kokeilla.

Tuolta valinnaiselta kurssilta löytyi ratkaisu ja perehtyessämme monien taidepohjaisten työtapojen teoriaan ja käytäntöön huomasin, että aihe on niin mielenkiintoinen, että haluan tutkia metodeja lisää ja kokeilla niitä itse opinnäytetyön puitteissa. Löysin kurssin myötä myös erinomaisia kirjoja, joita muiden hyvien lähteiden ohella käytän teoria-aineistonani.

Olen aiemmin opiskellut taiteita, esimerkiksi luovaa kirjoittamista ja graafista suunnittelua ja ajattelen, että tulevaisuudessa sosiaalialan ammattilaisen on yhä enenevässä määrin kyettävä vastaamaan yksilöidympiin palveluntarpeisiin varsinkin, kun ikäihmiset elävät yhä vanhemmiksi ja alkavat vaatia monipuolisempia virikemuotoja kuin tähän mennessä. Siksi koin itselleni hyvin soveltuvaksi opinnäytetyöratkaisuksi yhdistää taideoaamistani sosiaalipuolen opintojeni kanssa.

Opinnäytetyöni aiheeksi muotoutui eläkeikäisten tarinoittaminen ja aktivoittaminen taidepohjaisten työtapojen avulla. Opinnäytetyössäni tutkin, miten erilaisia taidepohjaisia työtapoja voidaan soveltaa eläkeikäisten ja ikäihmisten parissa käytettäväksi ja miten hyödyllisiksi he metodien käytön itse kokevat, sekä mitä työpajani pohjalta syntyy. Pohdin myös miten näitä työtapoja voisi käyttää tulevaisuuden työelämässä.

Olen keskittynyt erityisesti tarinoittamiseen, taidekuvan katsomiseen, luovaan kirjoittamiseen sekä tarinaa vahvistavan kuvan tekemiseen. Kerron näistä taidepohjaisista työtavoista jatkossa tarkemmin.

Kyseessä on toiminnallinen opinnäytetyö, joka konkretisoitui Vapaaehtoiskeskus Liisan ja Viikkarin Valkaman tiloissa järjestettävään kolmeen työpajakertaan, jonka kokonaisuuden nimesin ”tarinoittamispajaksi”.

Hankin osallistujat suunnitteleamalla ilmoituksen (Liite 1), jossa kerroin tekeväni opinnäytetyötä ja haluavani kutsua taiteesta kiinnostuneita eläkeikäisiä taidepohjaisten työtapojen äärelle. Päätelin, että parhaiten tutkimuskysymyksiini vastaisi käytännön tapahtuma. Yhdistin siis tutkimus- ja kehittämispainotteisen opinnäytetyön ottamalla elementtejä molemmista tavoista, sillä selvitin empiirisen aineiston avulla aluksi muotoilemiani kysymyksiä, sekä kehitin, toteutin ja arvioin uudenlaisen toiminnallisen tapahtuman.

## 2 TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT

Pyrin tämän opinnäytetyön kautta näyttämään toteen, kuinka aiemmat tutkimukset, itse työpajatyöskentely, sen havainnointi ja dokumentointi sekä ikäihmisten omat mielipiteet tukevat väitettä, että taide on parantavaa ja se mahdollistaa ikäihmisten kohdalla tervehdyttävän väylän itseilmaisuun ja uuden luovuuden löytymiseen.

Tartuin myös mielelläni siihen haasteeseen, että ohjaisin tarinoittamispajaa käyttäen metodeja, jotka ovat suhteellisen uusia sosiaalialan niin sanotuissa normaalikäytännöissä – erityisesti ikäihmisten kanssa työskennellessä. Minun täytyi käyttää rohkeutta ja luovaa otetta, koska virallisia kaavoja työpajoille ei ole. Lähdekirjallisuuteen perehtymällä löysin mielestäni opinnäytetyöhön sopivimmat menetelmät ja kehitin niistä eläkeikäisiä varten soveltuvan kokonaisuuden.

Olin liian monta kertaa harjoittelu- ja kesätöiden myötä erilaisissa vanhusten hoitopaikoissa huomannut, kuinka puutteellista viriketoimintaa oli. Halusin lähteä omalta osaltani parantamaan tätä epäkohtaa. Yksi syy opinnäytetyöni aiheen

valintaan oli kiinnostukseni taidepohjaisia työtapoja kohtaan, mutta toinen yhtä ratkaiseva oli näkemäni puutteet. Siksi oli luonnollista, että päädyin valitsemaan toiminnallisen työni tutkimusryhmäksi ikääntyneet. Olin myös suorittanut vanhuuden syventävät opinnot, joten ratkaisu oli helppo. Asia on myös erittäin ajankohtainen väestön vanhetessa hurjaa vauhtia. Uusien käytäntöjen tulisi seurata yhtä nopeasti perässä ja tarjota ikääntyneille mahdollisimman mielekäs vanhuus.

Laadullisen tutkimuksen yleisimmät aineistonkeruumenetelmät ovat haastattelu, kysely, havainnointi sekä eri dokumentteihin perustuva tieto. Tutkimuksessa niitä voi käyttää eri tavoin yhdisteltyinä tutkimusresurssien mukaan. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 73.)

Käytän aineistonkeruumenetelminäni työpajassani havaitsemiani ja dokumenttoimiani asioita, muistiinpanojani, työpajoihini mukaan tulleiden tuotoksia analysoiden niitä pintapuolisesti aiempien taideopintojeni pohjalta, kyselylomakkeiden (Liite 2) vastauksia ja työpajojen tapaamiskerroilla äänittämiäni ja litteroimiani keskusteluja. Vertaan näitä tuloksia aiempiin tutkimuksiin ja lähdekirjoihini ja pohdin niiden välistä merkitystä.

Päädyin käyttämään opinnäytetyössäni sisällönanalyysiä, jossa etsitään tekstin merkityksiä ja pyritään kuvaamaan dokumenttien sisältöä sanallisesti. Analyysin tarkoituksena on luoda selkeä sanallinen kuvaus tutkittavasta ilmiöstä. Aineisto pyritään järjestämään tiiviiseen muotoon kadottamatta sen informaatiota. Aineistoa voidaan esimerkiksi litteroida tutkimustehtävän mukaisesti. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 107.)

Suureksi osaksi laadullinen tutkimus on luova prosessi ja koska sen tärkein tavoite on inhimillisen ymmärryksen lisääntyminen, vaaditaan työn tekijältä herkkyyttä ja kykyä tulkita omia tuloksiaan. Oivaltava tulkinta – joka on parhaimmillaan teorian ja kokemuksen vuoropuhelua – johtaa parhaaseen lopputulokseen ihmisen arjen ymmärtämisen kannalta. Tärkeässä roolissa on tekijän kyky rakentaa uutta tietoa ja ymmärrystä haltuunsa ottaman aineistonsa pohjalta. (Syrjäläinen, Eronen & Värri 2007, 8.)

### 3 IKÄÄNTYMISEN ERITYISPIIRTEITÄ

Koska tutkimuskohteenani ovat ikäihmiset ja eritoten eläkeläiset, on mielestäni tärkeää alleviivata erinäisiä ikääntymiseen liittyviä erityispiirteitä ja haasteita, sekä pohtia sitä, miten erilaiset taidepohjaiset työtavat mahdollistavat erilaisia auttamismahdollisuuksia.

Ikääntyvien maailmassa tulee vastaan monia menetyksiä. He rappeutuvat fyysisesti, hiukset ohenevat, näkö ja kuulo heikkenevät, iho rypistyy. Voimat ehtyvät, on kolotuksia ja jomotuksia.

Psyykkiset muutokset saattavat ovat rajuja, kun kognitiiviset toiminnot heikkenevät. Vaikea masennus, kaksisuuntainen mielialahäiriö ja dystymia ovat yleisiä häiriöitä ikääntyneiden henkilöiden keskuudessa. Eläkkeelle jääminen saattaa olla monelle kova paikka, sillä se voi vaikuttaa riippumattomuuteen, sosiaaliseen statukseen ja taloudelliseen tilanteeseen. (Malchiodi + *ym.* 2010, 349 - 351.)

Elämänsäajan yksi vaihe on eläkkeelle siirtyminen, jonka myötä erityisesti naiset joutuvat stigmatisoinnin uhreiksi, koska leimautuvat kahtalaisesti, sekä iän että sukupuolen tuomassa marginaalissa. Heidän ulkoiselle rapistumiselleen annetaan julmemmat kriteerit kuin miehille. Siksi erityisesti eläkkeelle siirtyvät naiset ovat vaarassa masentua. (Syrjäläinen, Eronen & Värri 2007, 23.)

#### 3.1 Yksinäisyys

Vanhustyön keskusliitto toteutti vuosina 2002 - 2006 geriatriksen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishankkeen, jonka yksi keskeisistä kysymyksistä koski vanhusten yksinäisyyttä. Sen mukaan merkittävä osa suomalaisista yli 65-vuotiasta kärsii yksinäisyydestä ja kolmannesta osaa vanhuksia se vaivaa ajoittain. Jopa viisi prosenttia vanhuksista kertoo kärsivänsä siitä jatkuvasti. (Koskinen 2007, 28 - 34.)

Kun on tutkittu yksinäisyyteen liittyviä riskitekijöitä vanhuksilla, on havaittu, että varsinkin suuret muutokset voivat laukaista sekä yksinäisyyttä että masennusta. Yksi tällainen tekijä on puolison kuolema tai avioero. Myös tuttujen ja ystävien poismenot ovat raskaita asioita. Erityisen heikossa asemassa ovat autioituvalla maaseudulla elävät yksinäiset vanhukset, joiden sosiaalinen piiri on saattanut supistua täysin olemattomaksi ja ainoa ihmiskontakti on toisinaan piipahtava kotihoitaja. (Sariola 2008, 84 - 86.)

Taidetoiminta ja taidepohjaiset työtavat voivat korjata katoavaa yhteisöllisyyttä, sillä ne yhdistävät ja kiinnittävät ikäihmisiä yhteisöön. Taidepohjaiset työmuodot aktivoivat: eläkeikäinen ei istu viihdyttävänä vaan hän on itse keskeinen sisällön luoja ja vaikuttaa omalla panoksellaan koko prosessiin, josta syntyy konkreettisia, omia töitä. Ryhmässä työskentely antaa mahdollisuuden myös sosiaaliseen tukeen, jolla on selvä yhteys terveyteen ja hyvinvointiin sekä kokemusten jakaminen ja kommunikointi vähentävät eristäytymistä. (Hohenthal-Antin 2006, 136 - 139.)

### 3.2 Masennus

Sariola kertoo Sirkka-Liisa Kivelän (Geriatría 2001) tutkimat syyt masennuksen alulle. Vanhusten masennus saattaa puhjeta monesta syystä, mutta suurimmat niistä ovat läheisten menetykset, oma sairastuminen sekä muutto uuteen asuntoon. Myös läheisen päihdeongelmat ja pahoinpitely saattavat laukaista depression. Vanhus menettää elämänilonsa eikä jaksakaan hoitaa arkisia askareitaan. Hän kokee itsensä hyödyttömäksi. Syyllisyys painaa, tulevaisuuden kuvat ovat synkät ja toivo mennyttä. Kivelä on nostanut esiin tärkeimmät depressioiden hoidon kulmakivet. Niitä ovat ensinnäkin psyykinen tuki, psykoterapia ja lääkehoito, terveitä elämäntapoja ja sosiaalisia yhteyksiä unohtamatta. Neljäs tukipilari on sielunhoito, jossa pureudutaan kielteisiin tunteisiin hengellisten metodien avulla. (Sariola 2008, 91 - 93.)

Taidepohjaisten työtapojen käytön voisi lisätä tähän masennustiloja hoitavaan listaan. Vanhus saattaisi hyötyä suuresti siitä, että tavanomaisen keskusteluun pohjaavan terapian lisäksi hänelle annettaisiin uudenlaisia työkaluja työstää sisäistä

pahoinvointiaan. Joistakin asioista saattaa olla ylivoimaista puhua, silloin avaimena saattaisi toimia tyhjä paperi, pensseli ja värit. Vanhus saisi hiljaisuuden vallitessa maalata sisäistä epätoivoaan paperille avaten sisäisiä lukkojaan taiteen keinoin. Myös hyödyttömyyden tunne saattaisi hälvetä, kun vanhus saisi itse luoda jotakin uutta. Hän aktivoituisi tekijän rooliin passiivisuuden sijaan. Olennaista on, että vanhukset eivät ole objekteja eli kohteita, vaan subjekteja, toimijoita, joiden terve itsellisyys säilyy loppuun saakka. Taideilmaisun luova prosessi saattaa antaa ikääntyneelle uusia mahdollisuuksia. Se voi parantaa kognitiivisia taitoja, stimuloida aisteja sekä lisätä sosiaalisia kontakteja. (Malchiodi *ym.* 2010, 349 - 351; Sariola 2008, 107.)

### 3.3 Henkinen esteettömyys

Leonie Hohenthal-Antin kertoo, että tehdessään väitöskirjaansa hän huomasi, että fyysisen esteettömyyden rinnalle täytyy nostaa henkisen esteettömyyden käsite. Se tarkoittaa ihmisen lupaa iästä riippumatta ilmaista itseään parhaalla mahdollisella tavalla omat kyvyt ja taipumukset huomioiden, sekä sisäisten voimavarojen vapauttamista luovalla tavalla. Terveys- ja sosiaalialan ammattilainen kykenee omalla toiminnallaan luomaan henkisen esteettömyyden tilaa räätälöimällä toiminnan osallistujien mahdollisuuksien mukaan. Se on tärkeää huomioida kun ollaan tekemisissä vanhojen ihmisten kanssa. Ei tule ajatella ihmistä vain fyysisten rajoitusten mukaan keskittymällä vaikkapa kulkuyhteyksiin ja mataliin portaisiin, vaan huomata ikäihminen yksilönä, jonka henkiselle hyvinvoinnille tulee antaa tilaa ja vapautta. (Hohenthal-Antin 2009, 19 - 18.)

Ei osata eikä uskalleta edes vaatia, että itseilmaisu, heittäytyminen, konventioiden kyseenalaistaminen voisi olla myös ikääntyneen ihmisen etuoikeus. Kun kulttuuripalveluiden tuottamisajatus käännetään toisinpäin, vanhalta nuorelle, luodaan edellytykset ikäihmisen omaehtoisen kulttuurin synnylle, kulttuurin, jonka sisällöt ja muodot ikäihminen itse määrittelee.

(Hohenthal-Antin 2006, 114.)

Eläkkeelle pääsyssä on tietenkin myös valoisia puolia. Kun ihminen saa jättää ansiotyön paineet, vapautuu hänelle uutta tilaa oman itsen toteuttamiselle,

harrastuksille, sosiaaliselle kanssakäymiselle ja uuden oppimiselle. Itsearvoisten asioiden määrä lisääntyy kun suorittamista on vähemmän ja elämä muuttuu olemiseksi tekemisen sijaan. (Sariola 2008, 47.)

Eläkkeellä olevan on omaksuttava kokonaan uusi elämisen ja olemisen tapa. Hän saattaa lähteä toteuttamaan haaveitaan nyt, kun on aikaa. Ensisijaisesti ajattelen, että eläkeläisten olisi hyvä pysähtyä itsensä äärelle ja esimerkiksi juuri taidepohjaisten työtapojen avulla lähteä havainnoimaan ja tulkitsemaan omaa sisäistä puhettaan. Sillä kun on varmasti sanottavaa tästä uudesta tilanteesta, joka on sekä haaste että mahdollisuus. Aivan uudella elämänpolulla taidepohjaisten työtapojen oman itsen ymmärtämistä lisäävät työkalut ovat oiva apu. Monella myös saattaa olla painolastinaan paljon elämän varrella kertynyttä tuskaa ja pettymyksiä, joita ei ole tullut kerrotuksi kenellekään. Ehkäpä koskettava taidekuva virittäisi muistia ja saisi tekstiä aikaan? Tarinoittaminen saattaisi avata joitakin uusia oivalluksia? Kenties luova kirjoittaminen ja siitä maalaaminen puhdistaisi sisälle pölyttyneitä ja lukkiutuneita tunteita. Jakaminen ryhmässä voisi lisäisi turvallisuuden ja voimaantumisen tunteita ja loisi uusia ystävyysuhteita.

#### 4 PARANTAVA TAIDE

Hanna-Liisa Liikanen (2011) on koonnut monia tutkimuksia, jotka seikkaperäisesti osoittavat taiteen ja hyvinvoinnin ilmeisen korrelaation. Niitä on tehty ympäri maailmaa ja jokaisen tutkimuksen tuloksista voi päätellä, että taiteen merkitys yksilön henkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin on kiistaton. Jatkossa eräitä esimerkkejä.

Francois Matarasso (1997) joka on sekä taiteen tutkija että kirjailija, teetätti osallistavan taiteen tutkimuksen sekä aikuisille että lapsille. Tutkimuksessa tarkasteltiin, miten aikuiset ja lapset reagoivat osallistavaan taidetyöskentelyyn. Tutkimuksessa huomioitiin, kuinka persoonallinen kehittyminen, yhteisön voimaantuminen, paikallinen imago ja identiteetti, mielikuvitus ja koettu terveys

sekä hyvinvointi koettaisiin taidetyöskentelyn jälkeen. Matarasso tarkasteli n. 50 erilaista osallistavan taiteen tapahtumaa ja aikuisten ja lasten reagoitua juuri yllä mainitsemini kuuteen teemaan liittyen. Kävi ilmi, että taidetyöskentelyyn osallistuminen sai sekä lapset että aikuiset kokemaan itsensä paljon onnellisemmiksi ja terveemmiksi taidetyöskentelyn jälkeen, he solmivat uusia ystävyysuhteita aiempaa helpommin ja aktivoituivat uudella tapaa oman yhteisönsä jäseniksi. (Liikanen 2011, 17 - 18.)

Toinen tutkimus, johon Liikanen viittaa, on Rosalie Staricoffin ym. (2003) sairaalamiljööseen painottunut tutkimus, jossa havaittiin, että musiikin ja taiteen esittämällä sairaalassa oli huomattava positiivinen lataus niin potilaiden kuin hoitohenkilökunnankin psyykkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin. Tutkimus osoitti, että potilaat toipuivat nopeammin leikkauksista, he eivät tarvinneet yhtä vahvaa lääkitystä, he suhtautuivat leikkauksiin ja hoitoihin rauhallisemmin, synnytykset olivat helpompia, myös masennusta synnytysten jälkeen havaittiin vähemmän. Hoitohenkilökunta taas ilmaisi, että miellyttävä ilmapiiri, rakennuksen muotoilu ja esillä ollut taide sai sekä hakeutumaan töihin kyseiseen sairaalaan että viihtymään siellä. (Liikanen 2011, 19.)

Mitattaessa taiteen välittävää voimaa ja voimauttavaa vaikutusta (Kilroy ym. 2007) Arts and Health-projektissa, tulokset osoittivat, että osallistuessaan taidetoimintaan ihmisten autonomisuuden ja elämän hallinnan tunteet kasvoivat, hyvinvointi lisääntyi, terveelliset elämäntavat vahvistuivat ja työtyytyväisyys nousi. (Liikanen 2011, 19.)

Tutkittaessa erityisesti ikäihmisten reaktioita taiteeseen, saatiin eräästä vanhusten asuntolasta mielenkiintoisia tuloksia. Amerikkalaisten 56 - 100-vuotiaiden itsenäisesti asuvien ikäihmisten parissa tehty taideinterventiotutkimus osoitti taiteen elähdyttävää vaikutusta: lääkkeiden käyttö väheni, lääkäriin ei tarvinnut mennä niin usein, sosiaalinen aktiivisuus oli suurempaa sekä psyykinen virkeys nousi. (Cohen 2006) Nämä ikäihmiset osallistuivat kaksi kertaa viikossa intensiiviseen taideohjelmaan. Erityisesti ikäihmiset kehuivat, että elämän hallinta ja voimaantuminen olivat taidetoiminnan myötä lisääntyneet. (Liikanen 2011, 20.)

Nykyään puhutaan paljon myös elinikäisestä oppimisesta ja siitä, että iän myötä oppiminen saattaa jopa helpottua. Iäkäs ihminen kuljettaa mukanaan suurta tietovarastoa, jonne uuden tiedon on helppo kokonaisvaltaisesti kytkeytyä. Tällaisesta uuden tiedon kytkeytymisestä kerrottiin myös mielenkiintoisessa lyhytdokumentissa ”Beyond Bingo”(USA 2010), jossa kuvattiin monin tavoin sitä, kuinka dementoituneet potilaat saivat hyötyä taideharrastuksestaan. Monissa vanhainkodissa tutkimuksia tehnyt muisti- ja aivotutkija Majid Fotuhi selitti, että dementian myötä aivojen muistiosat kutistuvat, mutta tästä huolimatta muut aivojen osat pysyvät kohtalaisen terveinä. Tutkimuksissa havaittiin, että taidetta tehdessä ikäihmisen aivojen terveet osat alkoivat stimuloida ja aktivoita vaurioituneita osia luoden uusia hermoyhteyksiä. Fotuhi jatkoi, että muistisairauksien puhkeamiseen on yhdistetty korkeat kortisoliarvot. Hänen mukaansa taideharrastus on erinomainen tapa vähentää stressiä, koska sillä on kyky rentouttaa aivoja ja rentouttaminen taas laskee kortisolitasoja, toimien siis muistisairauksia ennaltaehkäisevänä tapana. (Miller: Beyond Bingo – Art Therapy for the Elderly, USA 2010)

#### 4.1 Erilaisia vanhusten hyvinvointiin tähtääviä taidehankkeita

1970-luvun Suomessa mietittiin, miten lasten taidekasvatusta vietäisiin eteenpäin. Nykyään samaa pohditaan vanhusten kohdalla. Suomessa tulisi kehittää kulttuurisen vanhustyön asemaa huomattavasti. Olisi asiallista, että myös taidepohjaisten työtapojen haltuunotto ilmaantuisi korkeakoulujen sosiaali- ja terveysalan opetussuunnitelmiin ja vanhustyön ammattilaisten täydennyskoulutuksiin.

Lukuisat tutkimukset kiistatta osoittavat, että taide ja sen eri menetelmät ja muodot auttavat vanhuksia sekä fyysisesti että psyykkisesti. Helsingin kulttuurikeskus teetätti ”Taidetta ikä kaikki” -selvityksen, jossa haastateltiin yli puolet kaupungin vanhuspalveluyksiköistä sekä taiteilijoita, taideorganisaatioita, -yhdistyksiä ja -kouluja vuosien 2009 - 2010 aikana. Tavoitteena oli aikaansaada toimivat verkostot kulttuuri- ja sosiaali- ja terveyssektorien välille. (Lehko 2013, 10.)

Ammattitaiteilijoille järjestettiin Taiteilijana vanhustyössä -koulutuksia kun taas vanhustyön tekijöitä perehdytettiin taidepohjaisten työtapojen haltuunottoon. Ideana

oli saada lisätöitä taiteilijoille ja taidetta vanhuksille. Toinen Helsingissä lupaavasti alkanut idea oli Osaattori-hanke 2011, jonka koordinaattorina toimi kulttuurisuunnittelija Jenni Varho. Hänen mukaansa kokemukset näistä hankkeista ovat antaneet vahvaa näyttöä siitä, että taidepohjaisten menetelmien käyttäminen vanhustyössä toimii ja on tärkeää. Hänen mukaansa taide sytyttää kaikki siihen ryhtyvät. Vanhukset ovat ilahtuneet uusista virikemahdollisuuksista, taiteilijat ovat löytäneet rikastuttavan väylän oman ammattitaitonsa harjoittamiseen, vanhustyön tekijät ovat innostuneet uusista koulutusmahdollisuuksista ja laajasti on raportoitu esimerkiksi työilmapiirin paranemisesta yksiköissä, jonne taidepohjaiset työtavat on tuotu. (Lehko 2013, 12 - 15.)

#### 4.2 Tulevaisuuden innovatiivisia visioita

Suomi vanhenee Euroopan maista nopeimmin ja vanhustyöhön liittyvien ongelmien ratkominen on tähdellistä. Uusien toimintamallien käyttöönotto henkilökunnan jaksamisen ja vanhusten laadukkaan vanhenemisen varmistamiseksi on olennaisen tärkeää. Osaattori-hanke on laajentanut toimintaansa kansainväliselle tasolle käyden esittelemässä taiteen ja vanhustyön yhdistäviä toimintamallejaan muun muassa Belfastissa, Lontoossa ja Västeråsin kaupungissa. Varhon mukaan Suomea on kiiteltä näistä innovatiivisista malleista, jotka hyödyntävät vanhoja rakenteita luoden uusia toimintamalleja jo hyviksi havaittujen käytäntöjen lisäksi sekä yhteistyötä eri sektorien kesken. Suomea pidetäänkin vanhustyön kehittämisen edelläkävijänä. Tulisi rohkeasti jatkaa näitä edistyksellisiä hankkeita ja tuottaa lisäkoulutuksia hoitohenkilökunnalle, koska raporttien mukaan yksi suurimmista kompastuskivistä oli henkilökunnan asenne. Taidetta ei pidetty ”oikeana hoitotyönä”. Asenteita pystyttiin kuitenkin muuttamaan, kun ihmiset saivat kokeilla työtapoja itse ja huomata, kuinka suuri vaikutus niillä vanhusten viihtyvyyteen oli. Taiteen tekemisen ja vanhustyön arvot ovat kuitenkin samat, perustuen molemmat humanisuuteen ja toisen kohtaamiseen, joten niiden yhdistämisen tulisi olla luonnollinen ja helppo asia. (Lehko 2013, 22 - 59.)

## 5 TAIDEPOHJAISTEN TYÖTAPOJEN ESITTELYÄ

Taidepohjaisten työskentelytapojen ehdoton rikkaus on siinä, että kuka tahansa voi olla luova. Virheiden teko tässä toimintaympäristössä on oikeastaan mahdotonta: vain täysi kykenemättömyys liittyä työskentelyyn on negatiivista. Kaikki esille ilmaantuvat ajatukset, ideat ja konkreettiset taidekuvat ja tekstit ovat osoitus yksilön ainutkertaisesta sisäisestä puheesta, jota tulee kunnioittaa ja arvostaa.

Taide parantaa ja ylläpitää elämää, se on luova ei-kielellinen prosessi, joka toimii ajatusten ja tunteiden ilmenemismuotona. Sen avulla pyritään tukemaan yksilön kasvua, itseymmärryksen määrää ja tunne-elämän eheyttä. Kaikilla ihmisillä on kyky ilmaista itseään luovasti taiteen keinoin ja siksi taide sopii hoitomuotona kaikenikäisille ja moniin erilaisiin hoitotarkoituksiin esimerkiksi häiriökäyttäytyvistä lapsista vanhoihin dementiapotilaisiin sekä yksilöistä ryhmiin. Sitä sovelletaan eri hoitolaitoksissa kasvavalla vauhdilla ja se kehittyy ja muuttuu kaiken aikaa. Virallista taideterapiaa antavat laillistetut ja alaa opiskelleet henkilöt, joille se on työn keskiö ja heidän terapeuttisen maailmankuvansa pohja. Taidepohjaisia työmuotoja voivat hyödyntää monet terveys- ja sosiaalialan ammattilaiset, joille taide on väline ja työskentelyn apu. (Malchiodi *ym.* 2010, 14 - 16.)

Taidepohjaisilla työskentelytavoilla on huomattu erityisesti aikuisten ohjauksessa olevan seuraavia etuja: ne auttavat hyödyntämään tiedostamatonta ja auttavat ilmaisemaan piileviä konflikteja. Ne auttavat ihmisiä kuvaamaan itseään tai tilannettaan konkreettisella tavalla, taide luo näkyvän jäljen joka mahdollistaa kehityksen ja muutoksen havainnoinnin, inspiroi ja auttaa ihmistä olemaan paremmin yhteydessä persoonan sellaisiin puoliin, jotka liittyvät hengellisyyteen ja henkiseen kasvuun, sekä toimien voimavaroja lisäävänä prosessina. (Malchiodi *ym.* 2010, 288.)

### 5.1 Sadutus ja tarinoittaminen

Sadutus on koulupsykologin ja valtiotieteen tohtorin Monika Riihelän keksintö. Hän kokeili sadutusta koulupsykologintyössään ensimmäistä kertaa vuonna 1981. Kaikki

alkoi Ronista, eräästä koululaisesta, joka kärsi oppimisvaikeuksista eikä reagoinut tavanomaisiin testikysymyksiin juuri mitenkään. Riihelä päätti testien ja kysymysten sijaan antaa Ronin itsensä kertoa sadun, jonka myötä poika löysi oman äänensä ja luovuutensa aivan uudella tavalla ja yhteys poikaan oli syntynyt. Tästä innostuneena Riihelä päätti kehittää tätä uutta menetelmää lisää. Hän oli jo aiemmin huomannut, että Suomessa oli kehittynyt auttamiskulttuuri, jossa ammattilaiset määrittelevät omilla käsitteillään lasten ongelmat kuuntelematta itse lapsia oikeastaan ollenkaan. Oli kehitettävä menetelmä, jonka avulla saataisiin lapsen oma ääni kuuluviin ja työkäytännöt sellaisiksi, että lapsia ja nuoria myös kuunneltaisiin ammattilaisten toimesta aiempaa herkemmin. (Karlsson 2014, 192 – 194.)

Sadutusmenetelmien käyttö ja kehittäminen on edennyt Suomessa monien tutkimuksien kautta. Liisa Karlsson teki ryhmäoppimistutkimusta vuosina 1988 - 1989, jonka avulla saatiin selville, että lapset arvostavat erityisesti sitä, että pääsevät vuorotellen kertomaan toisilleen tarinansa, joka taas kiinteytti lasten välistä vuorovaikutusta ja edisti uusien opiskelustrategioiden syntymistä. Tätä pienryhmätoimintaa kehitettiin eteenpäin useissa kouluissa ja päiväkodeissa. Stakes koordinoi valtakunnallisen Satukeikka-hankkeen, jossa kerättiin 5000 lasten ja nuoren kertomusta arvokkaaksi kokoelmaksi, joka on nyt tutkijoiden käytettävissä ja laajenee edelleen. Hankkeen myötä sadutusta kehitettiin edelleen pyrkimyksenä muuttaa aikuisten ja lasten välisiä toimintakulttuureja tavalla, joka mahdollistaisi lasten ja nuorten kuuntelemisen arjessa ja lisäisi heidän osallisuuttaan aktiivisen panoksen antajina ja oman kulttuurinsa luojina. (Karlsson 2014, 197 - 201.)

Sadutusta pidetään hienona keksintönä ja se on saanut lukuisia palkintoja ja valittu muun muassa EU:n lasten mielenterveyttä edistäväksi mallitoiminnoksi (Mental Health Europe 1999). Siitä ollaan kiinnostuttu myös kansainvälisesti ja aiheesta on kirjoitettu laajasti artikkeleissa sekä televisio- ja radio-ohjelmissa ympäri maailmaa. Sadutusta pidetään myös yhtenä keskeisistä suomalaisista innovaatioista. (Karlsson 2014, 214.)

On huomattu myös aikuisten ja ikäihmisten nauttivan sadutuksesta ja sitä on sovellettu monissa eri työympäristöissä. Tällöin termi muutetaan tarinoittamiseksi, koska monet ikäihmiset suhtautuvat siihen luontevammin. Tarinoittamisella on

helppo esimerkiksi tutustuttaa uusia ihmisiä toisiinsa ja auttaa yhteisöllisyyden luomisessa. Tarkoituksena on myös vapauttaa iloa ja huumoria, koska tarinoittaminen antaa tilaisuuden heittäytyä leikkimieliseksi. Yksi tarinoittamistyöpajaani osallistuvista eläkeikäisistä totesikin työskentelyn lomassa että ”tämähän on hauskaa, tulee mieleen päiväkotiajat”. (Karlsson 2014, 148.)

Tarinoittamismenetelmä on varsin yksinkertainen ja siinä on neljä vaihetta. Ensinnäkin kuunnellaan mitä toinen kertoo ja kirjoitetaan sanatarkasti ylös, sitten luetaan tarina ääneen ja korjataan jos joku sitä toivoo. Ohjaaja ei puutu prosessiin lainkaan, vaan vain kirjoittaa kuulemansa ylös. Tarinoittamispaikassamme käytimme kiertosadutuksen metodia, jossa jokainen sai vuorotellen kirjoittaa ja kertoa. Menetelmä on mainio siinäkin mielessä, että se tekee tilanteesta demokraattisemman: ohjaaja ei määrää mitään, hiljaisetkin saavat äänensä kuuluviin ja äänekkäämmät taas pysähtyvät kuuntelemaan toisia. Näin kaikki ovat ikään kuin samalla viivalla. (Kotka 2011, 15.)

Tarinoittamisessa on etäännyttämisen voimaa. Kun asioita katsotaan metaforien ja pienen välimatkan päästä, on helpompaa käydä käsiksi kipeisiin aiheisiin. Tarinan avulla voidaan käsitellä asioita, joista ei osata tai haluta puhua. (Kotka 2011, 17.)

Tarinoittaminen on omasta mielestäni parhaimmillaan sitä, kun metaforan ja nykyhetken väliin kytkeytyy yhteys ja ymmärrämme itseämme ja toisiamme symbolisen kielen avulla kootessamme yhteistä vuorovaikutteista tarinaa.

## 5.2 Kuvan katsominen

Hyvä taidekuva aktivoi aistit ja virittelee ihmiset tunnelmaan. Kuvan äärelle pysähtyminen tarjoaa elämyksiä, mutta on parhaimmillaan matkaa itseän. Kuvan avulla voidaan saada aikaiseksi keskustelua ja sitä voidaan käyttää toiminnan lähtökohdaksi, koska sen käytöllä pyritään yhteisölliseen vuorovaikutukseen. (Itkonen 2011, 11.)

Satu Itkonen kuvaa kirjassaan Taidekuvan äärellä – Katso, koe, jaa (2011) monenlaisia tapoja käyttää taidekuvia ryhmien kanssa työskennellessä. Hän myös ehdottaa, kuinka tarinoittamisen ja kuvan katsomisen-metodit voi liittää toisiinsa. Hänen mukaansa tarinoittamisen lähtökohtana voi olla taideteos, joten nappasin tämän idean omaan tarinoittamispaajani häneltä. (Itkonen 2011, 98.)

Itkonen kirjasta löytyy myös VTS-menetelmä (Visual Thinking Strategies) joka on visuaalisten taiteiden opetukseen kehitetty opetusmenetelmä. Sen avulla taiteeseen voidaan luoda henkilökohtainen suhde, taiteesta opitaan löytämään erilaisia merkityksiä, se aktivoi keskusteluihin erilaisten ryhmien parissa ja kehittää ajattelun ja vuorovaikutuksen taitoja, sekä auttaa soveltamaan edellä mainittuja taitoja myös muissa aihealueissa. Pyrin käyttämään tätä metodologia juuri ryhmäni keskustelun aktivoimiseksi ja tarinoittamisen aloittamiseksi. Prosessissa ohjaaja on valinnut taideteoksen, jota tarkastellaan yhdessä. Ohjaaja kertoo lyhyesti taideteoksen taustat ja kuvasta keskustellaan hetki. (Itkonen 2011, 99 - 100.)

Leonie Hohenthal-Antin kertoo kirjassaan Kutkuttavaa taidetta – Taidetoimintaa seniori- ja vanhustyössä (2006) Britt-Maj Wikströmin väitöstutkimuksesta Pleasant Guided Mental Walks via Pictures of Works of Art (1994) jonka pyrkimyksenä oli selvittää, miten kuvataide, erityisesti taidekuvien katselu ja sen synnyttämät kokemukset vaikuttivat yksinäisiin, palvelutalossa asuviin vanhoihin naisiin. Neljänkymmenen naisen ryhmä jaettiin kahtia, vertailuryhmässä käytiin vain keskusteluita, toisessa ryhmässä vanhuksia tuotiin Work of Art Stimulation-ohjelman (jonka Wikström on itse kehittänyt) pohjalta tarkasti valittujen taidekuvien äärelle. Mukana oli monimuotoista taidetta Vincent van Goghista Edward Munchiin. Ideana oli aktivoida vanhuksia katsomaan ja sitten kirjaamaan tuntemuksensa ylös paperille. Neljän kuukauden tutkimuksen perusteella taiteella todellakin oli tervehdyttävä vaikutus: kuvaryhmän naisten verenpaineet laskivat, lääkkeiden käyttö väheni, heistä tuli aloitteellisempia, he kävivät ulkona useammin, puhuivat enemmän puhelimesta ja innostuivat taiteesta itsekin. Mitään tällaista ei tapahtunut vertailuryhmässä. Olennainen seikka oli myös keskustelujen sisältö. Siinä missä vertailuryhmän aiheet kääntyivät helposti negatiivisiksi, oli taideryhmän keskustelu monipuolista ja jännittävää. Tämä tutkimus siis tukee sitä väitettä, että taide myös synnyttää laadukasta vuorovaikutusta. Vanhusten itsensä mukaan taidekulttuuri antaa elämään

merkitystä, iloa ja kauneutta, sekä tarjoaa mahdollisuuden unohtaa ajan ja paikan. (Hohenthal-Antin 2006, 27-32.)

### 5.3 Luova kirjoittaminen

Kertomista on ollut aina. Se on ikiaikainen tapa välittää tietoa ja kokemuksia. Kertomuksia on aikojen saatossa välitetty kertoen, tanssien, laulaen ja maalaten leiritulien ääreltä nykyiseen tietotekniikan aikakauteen. Tarinat puhuttelevat edelleen ja nykyisiä esimerkkejä ovat vaikkapa blogit. Tarve jakaa omaa kokemustaan toiselle on syvästi inhimillinen ja myötäsyttyinen ominaisuus, joka sitoo ihmisiä yhteen ja antaa jakamisen ja yhteisöllisyyden kokemuksia (Syrjäläinen, Eronen & Värri 2007, 33.)

Kirjallisuusterapeutin työskentelyn tavoitteena on tunneilmaisun, itsetuntemuksen sekä omien toimintamallien havainnointi ja kehittäminen. Kirjallisuusterapeutisia sovelluksia käytetään 2000-luvun Suomessa kasvavalla tahdilla. Psykoterapiakontekstin lisäksi se on käytössä muun muassa sosiaali- ja terveysalalla, kasvu- ja itsetuntemisryhmissä, kasvatuksen tukena sekä työnohjauksessa. (Laine 2012, 65 - 67.) Aktiivista kirjallisuusterapeutista toimintaa on kirjoittaminen, joka työpajoissani perustui valmiiseen, itse kehittelemääni harjoitukseen.

Luovalla kirjoittamisella pyritään asioiden avaamiseen. Claes Andersson on kuvannut kirjassaan *Luova mieli* (2002) taiteen avulla mahdollistuvan vuorovaikutuksen:

Jokainen taide-elämys merkitsee toisen ihmisen kohtaamista ja dialogin mahdollista alkua ja sen kautta avautumista. Taiteeseen liittyy aina odotus vastapuolen palautteesta ja hyväksytyksi tulemisesta. Haluamme, että viestimme tulee kuulluksi ja myös ymmärretyksi, samalla tavalla kuin pieni lapsi edellyttää, että hänen huutonsa ja eleensä ymmärretään ja se johtaa huolenpitoon.

(Hulmi 2010, 36.)

Heli Hulmi kertoo kirjassaan (2010) James W. Pennebakerinin tutkimuksesta, jolla hän biolääketieteen menetelmin todisti, että ihminen kirjoittaessaan kokemuksiaan tekee itsensä sekä onnellisemmaksi että terveemmäksi. Henkilökohtaisten tunteiden ja ajatusten aukikirjoittaminen oli oleellisessa roolissa ja sen todettiin lievittävän kroonista kipua, syövän, nivelreuman ja astman oireita sekä parantavan immunijärjestelmän toimintaa. (Hulmi 2010, 111.)

#### 5.4 Hiljainen tieto

Kun ollaan tekemisissä vanhempien ihmisten kanssa, puhutaan yleensä siitä, että heillä on paljon salassa olevaa hiljaista tietoa. Siihen sisältyy kaikki geneettinen, ruumiillinen, intuitiivinen, myyttinen, arkkityyppinen ja kokemusperäinen tieto, jota ihmisellä on ja jota ei voida ilmaista verbaalisten käsitteiden kautta. Vaikka hiljainen tieto määritelläänkin ei-verbaaliseksi alueeksi ihmisessä, kieli syntyy, kehittyen ja säilyen hiljaisen tiedon varassa, koska yksilön kokemukset suodattuvat yhteisen kielen kautta. Kun ihminen käyttää kieltä joko ajattelunsa välineenä tai kommunikoidessaan toisten kanssa, on hän sidottu kielen hiljaiseen ulottuvuuteen. Sen perimmäistä elämyksellisyyttä voidaan lähestyä taiteen ja intuition kautta ja luovuus ja keksinnöt edellyttävät sen olemassaoloa. Eläkeikäiset siirtävät tätä hiljaista tietoa muun muassa traditioiden ja kertomusten muodossa, joten heidän synnyttämiinsä tarinoihin liittyy syvälinen ihmisyyden taso, hiljainen tieto, jonka tarkka lukija huomaa tekstistä ja osaa arvostaa sitä. (Koivunen 2000, 78 - 84.)

Naisten hiljaisuudessa on merkittäviä erityispiirteitä. Perehdyn niihin, koska tarinoittamispajani kaikki osallistujat olivat naisia. Naisia on vuosituhansia vaiennettu ja naiseuden olemukseen on kuulunut passiivisuus ja hiljainen vaikeneminen yhteiskunnan tabujen ja säädösten avulla. Naiset ovat siirtäneet omaa hiljaista tietoaan traditioiden avulla tyttärilleen vuosisatojen ajan, mutta nykyajan sirpaleisuus on leikannut tätä aiempaa vahvaa ketjua kun sukupolvet ovat etäänntyneet toisistaan. Tälle jakamiselle on kuitenkin selkeää tarvetta, sillä nykyään naiset synnyttävät erilaisia yhteisöjä jakaakseen näitä tietoja erilaisissa ryhmissä. Tarinoittamispajoissakin näkyi varmasti tämä hiljaisen tiedon olemus ja sain osallistujilta – ja he myös toisiltaan – tällaista alitajuista ja sisäsyntyistä hiljaista

tietoa, joka tulee esiin erityisesti naisten välisessä vuorovaikutuksessa luovuuden äärellä. (Koivunen 2000, 112 - 119.)

Yksi kirjoittamisen syistä saattaa olla pysähtymisen halu, joka liittyy hiljaisuuteen, koska tarvitaan aikaa ja hiljaisuutta, jotta sisäinen ääni pääsee todella kuuluviin. Ihminen on saattanut kyllästyä pyörittämään päässään samaa tilannetta tai ihmistä. Hän haluaa pysähtyä saadakseen nuo asiat paperille kirjoituksen muodossa.

Esimerkiksi juuri eläkkeellepäisy aikaansaa yksilössä tarpeen pysähtyä. Silloin monelle herää ajatus: kokeilena jotakin uutta, vaikkapa jotakin taiteellista lähestymistapaa itseni ja oman paikkani uudelleenlöytämiseksi tämän uuden elämäntilanteeni keskellä. Ihminen ottaa etäisyyttä tilanteeseensa ikuisuuden näkökulmasta, jolloin tähystetään elämää suurempana kokonaisuutena. Taidepohjaiset työtävät kykenevät saattamaan ihmisen tällaiselle matkalle, eritoten kirjoittamisen prosessi. (Hulmi 2010, 81 - 82.)

## 5.5 Monitaiteisuuden taikaa

Monitaiteisuuden taustalla on polyestetiikan käsite, jonka mukaan eri taiteet puhuttelevat useampia aisteja samaan aikaan. Luovuus on kuin liima, joka yhdistää erilaiset taidemuodot toisiinsa. Kun siirrytään yks kaks kirjoittamisesta maalaamiseen, saattaa edellinen herättää ja edesauttaa ilmaisua toisessa lajissa. Laine (2012) kertoo kirjassaan, kuinka Natalie Rogers (2013) kuvaa taiteidenvälistä siirtymää kuvaamalla, että kun ihminen siirtyy taiteenlajista toiseen hän vapauttaa itsestään kerroksittain esteitä. Prosessi on kuin spiraali, joka läpäisee kehon, mielen, tunteet ja henkisen maailman kuljettaen ihmisen lopulta oman luovuutensa lähteille. (Laine 2012, 107.)

Kun taidetta luodaan, tapahtuu se intertekstuaalisessa, eli tekstien välisessä kontekstissa, kun taiteen tekijä poimii oman mielensä mukaiset merkityksellisimmät ainekset. Taiteen vastaanottajakin etsii teoksesta sen, mikä on hänen oman mielensä subjektille olennaista. Ihmisen oma hiljainen tieto suorittaa luovia valintoja antaen

taidetta harjoittavalle ihmiselle mahdollisuuden tulla omaksi itsekseen. (Koivunen 2000, 127.)

Omaehtaisesti räätälöity, mutta vahvasti lähdekirjallisuuteen nojaava tarinoittamisajani soveltaa perinteisen kirjallisuusterapeuttisen työskentelyn prosessia yhdistäen siihen tarinoittamisen, jonka lähtökohtana on taideteos sekä ryhmätarinoittamisen metodi. Kirjoittamisen prosessin ensimmäinen askel on tunnistaminen. Kuulija, kirjoittaja tai lukija kiinnittää huomionsa johonkin kohtaan. Tässä tapauksessa se on taideteos, joksi valitsin Helene Schjerfbeckin Toipilas-teoksen ja kerroin ryhmälle ”kerro tarina juuri sellaisena kuin haluat. Oikealla puolella istuva kirjaa vasemmalla puolella istuvan lauseen tai lauseet yhteiseen tarinapaperiin. Tämän jälkeen kertoja siirtyy kirjaajaksi kunnes piiri on käyty läpi”. Seuraava askel kirjallisuusterapeuttisessa työskentelyssä on tarkkailu, mietitään mitä tunteita tunnistaminen herätti. Osallistujat prosessoivat nyt kolmella tasolla: visuaalisesti kuvan myötä sekä kirjoittamisen kautta että auditiiivisesti jakamisen kautta. Tämän kerran työskentely päättyy siihen, mutta prosessi jatkuu seuraavalla kerralla: tarkkailua laajennetaan entisestään, sillä tekstistä heräävä tunne siirretään konkreettisesti paperille. Ihmiset kirjoittavat jatkon ja myös kuvittavat sen. Näin vahvistetaan alunperin syntynyttä tarinaa. Viimeisellä kerralla siirrytään rinnakkain asettamiseen ja omaehtaiseen soveltamiseen: tuntemusten ja mielipiteiden vaihdon myötä näkökulmat laajenevat ja ihmiset tulevat kuulluiksi. He myös prosessoivat kokemaansa kirjoittaen lyhyeen kyselylomakkeeseeni välittömät tunnelmansa ja kenties saavuttavat omaehtaisten sovelluksien myötä uuden luovan sisäisen prosessin, joka jatkuu arkielämäänkin. (Itkonen 2011, 98; Karlsson 2014 32; Laine 2012 71; Hohenthal-Antin 2009, 23 - 26.)

## 6 TYÖPAJASUUNNITELMA

Eläkeikäiset ovat elämänvaiheessa, jossa työelämä on monesti jäänyt taakse ja normaalit rutiinit ovat muuttuneet. Heidän sosiaalinen verkostonsa on usein kutistunut ja yksinäisyys saattaa pelottaa. Taidepohjaiset työtavat voivat vastata näihin eläkeikäisten kohtaamiin ongelmiin, sillä niistä löytyy osallistavaa potentiaalia, kykyä aktivoida ihmisiä sekä henkilökohtaisella että laajemmalla, ryhmään liittävällä tavalla.

Käydessäni läpi lähdekirjallisuutta huomasin, että tapoja rakentaa työpajoja on monenlaisia. Pelkkä tarinoittaminen ei olisi kantanut kolmen tapaamiskerran kaarta, joten lisäsin siihen muitakin taidepainotteisten työtapojen elementtejä. Kyseisiä toimintamalleja on mahdollista soveltaa monissa erilaisissa työympäristöissä, joissa palveluiden keskiössä ovat eläkeikäiset ja ikäihmiset.

Vanhuksille ja eläkeikäisille on olemassa monenlaista viriketoimintaa, mutta harvoin taiteellisesti suuntautuneet vanhukset ovat saaneet mitään tekemistä. Toki on paljon vaikkapa laulamista ja käsitöitä, mutta esimerkiksi mahdollisuuksia kirjoittaa tai maalata ei löydy.

”Tartu taiteeseen” -kurssilla saimme tilaisuuden kokeilla taidepohjaisia työtapoja itse erilaisten harjoitteiden avulla. Valitsin itse osallistua juuri niihin pajoihin, joita itse käyttäisin myöhemmin suunnitellessani oman työpajani kaarta. Kokeilin siis tarinoittamista lapsen kanssa ja taidekuvaan perehtymiseen taas keskityin yksinäni, omana henkilökohtaisena prosessina.

### 6.1 Ryhmän valinta

Olen ollut Vapaaehtoiskeskuksessa Liisassa harjoittelussa talvella 2012, joten henkilökunta ja osallistujat olivat minulle suurimmaksi osaksi tuttuja. Ajattelin, että heidän joukostaan löytyisi opinnäytetyöni asetelmia vastaavat henkilöt helpoiten, koska kyseessä ovat virkeät ja aktiiviset eläkeikäiset vapaaehtoistyön aktiivit.

Otin yhteyttä Vapaaehtoiskeskuksen vapaaehtoistoiminnanohjaajaan Merja Majalahteen, joka oli myös aiemman harjoitteluni ohjaaja ja esittelin hänelle ideani. Hän piti sitä kiintoisana ja kutsui minut keskustelemaan asiasta tarkemmin toimistolle. Pidimme noin tunnin kestävä palaverin, jonka aikana esittelin ideani ja hän kävi myös suunnitelmaani kirjaamani asiat läpi ja allekirjoitti omasta puolestaan virallisen lupapaperin. Keskustelimme ryhmään sopivien ihmisten löytämisestä, aikatauluista ja parhaasta saatavilla olevasta tilasta. Hänen mukaansa ideani oli hyvä ja toteuttamiskelpoinen, joten hän oli valmis puoltamaan asiaani jatkossa ja toimimaan työelämäohjaajana sekä yhdyshenkilönä koulun ja työpaikan välillä.

Harkitsin jossain vaiheessa myös johonkin vanhainkotiin menoa, mutta päädyin siihen, että haluan pitää työpajani aidosti kiinnostuneille ihmisille, sellaisille ikäihmisille, jotka ovat lähinnä eläkeikäisiä, energisiä ja vielä täysin oma-aloitteisia. Tarkoitin tällä, että heidän osallistumisensa olisi täysin vapaaehtoista, toisin kuin vanhainkodissa, jossa vanhukset vain laitetaan mukaan toimintaan. Täten oletin myös reaktioiden olevan aidompia. On myös tärkeää muistaa, että omaehtoinen tekeminen madaltaa aina osallistumisen kynnystä.

Koska olen aiemmin opiskellut graafista suunnittelua, päätin suunnitella ilmoituksen tarinoittamis pajastani itse. Se liitettiin sekä kirjallisena että sähköisenä versiona kaikille vapaaehtoisille lähtevään kuukausikirjeeseen. Pysin ilmoituksellani saamaan työpajaani ne henkilöt, jotka olivat kiinnostuneita taiteesta ja sen uusista sovelluksista. En siis etsinyt asiantuntijoita tai tiedoksiantajia, joille nämä työtavat olisivat olleet entuudestaan tuttuja, vaan halusin suorittaa eräänlaisen kokeen, joka osoittaisi, toimivatko enimmäkseen lapsilla sovelletut sadutusmenetelmät ja muut taidepohjaiset työtavat myös eläkeikäisten keskuudessa ja vieläpä sellaisten eläkeikäisten, joilla ei ollut mitään ennakkokäsityksiä tai tietoja koko metodeista.

Vapaaehtoiskeskuksessa ja Viikkarin Valkamassa ihmiset ovat tuttuja toisilleen, joten mukana olijat koetaan tutuiksi ja turvallisiksi. Heillä on myös samoja kiinnostuksen kohteita, lähes kaikki toimivat vapaaehtoisina ja omaavat siksi samantyyppisen arvomaailman. Kaikille työpajoihin tulleille menetelmä oli myös

uusi, joten kukaan ei ollut edellä muita vaan kaikki saivat aloittaa samalta tasolta pelkäämättä virheiden tekemistä.

Vanhuus tuo myös omat erikoispiirteensä: tahti saattaa olla hitaampi, kädet täristä ja mielenmaisema sekä arvopohja olla hyvin erilainen kuin nuoremmalla väestöllä. Ikäihmiset myös kaipaavat vertaistukea ja ymmärtäväistä ohjaajaa. Nämä erikoispiirteet on hyvä ottaa huomioon jo ennen työskentelyn alkua ja sen edetessä. (Hohenthal-Antin 2006, 47.)

## 6.2 Ohjaajan roolista

Pidin tärkeänä perehtyä moniin ohjaamisesta kertoviin kirjoihin. Ohjaajan on kyettävä luomaan ilmapiiri, jossa on turvallista, kaikki voivat osallistua, asiat menevät omalla painollaan eteenpäin ja ohjaaja osaa pitää joskus improvisaatioonkin nojaten ”palloa ilmassa”. Kuuntelu ja vastaanottaminen ovat avainasemassa. (Hulmi 2010, 39.)

Vaikka ohjaaja olisi monilahjakkuus ja osaisi suvereenisti kaikkia taideohjaajia, on yksi taito kuitenkin olennaisessa roolissa: läsnäolon taito. Kyky antaa tilaa kaikille, katsoa jokaista yksilönä silmiin, rakentaa yhteistyötä, luoda monensuuntaista hengitystä. Ihmiset aistivat aitouden ja se puhuttelee ja riisuu aseista. Yksi tärkeä asia on hiljaisuuden käyttö, koska se on yksi läsnäolon ilmenemismuodoista. Ohjaajan ei tarvitse puhua liikaa, vaan hän jättää tilaa avoimelle vuorovaikutukselle ja ihmisten hiljaisille, sisäisille prosesseille. (Hulmi 2010, 181.)

Kun luodaan kannustava ja avoin ilmapiiri, jossa toimii luotettava ryhmä ihmisiä ja asiaansa perehtynyt ohjaaja, on mahdollista saavuttaa ympäristö, joka avaa sisäisiä lukkoja ja houkuttelee luovuuteen.

## 6.3 Tilan ulottuvuudet

Työpajaa suunniteltaessa otin huomioon Laineen (2012) antamia vinkkejä. Tilan tulisi olla tarpeeksi avara ja häiriötön, sellainen, jonka ilmapiiri on kiireetön ja

rauhallinen. Eläkeikäisillä on paljon vapaa-aikaa, joten päädyin siihen, että kohtaamiset voi ajoittaa alkaviksi jo päivällä. Ihmisten on helpompi sitoutua lyhykestoiseen toimintaan, joten jokaisen tapaamiskerran kestoksi sovittiin tunti. Tapaamistiheys oli mielestäni hyvä siten, että pajat järjestettiin n. viikon välein. Ohjaajalta, eli Merja Majalahdelta sain hyviä neuvoja oikean aikataulun valintaan muun tarjonnan ja asiakkaiden mieltymysten mukaan. Halusin, että kyseessä olisi suljettu ryhmä, jotta jäsenten vuorovaikutus muotoutuisi luontevaksi ja turvalliseksi, siten voitaisiin saavuttaa syvempi taso, joka oli yksi pajatyöskentelyni tavoitteista.

(Laine 2012, 67 - 68.)

Sain aiemman harjoittelupaikkani, Vapaaehtoiskeskus Liisan kautta tämän hienon tilan työpajaani varten Viikkarin Valkamasta, johon sopi juuri sopivasti ajatteleman viiden ihmisen ryhmä. Tuolit ja pöydät oli mahdollista irrottaa ja siirtää halutulla tavalla. Ensimmäisellä kerralla piirissä istuminen oli paras ratkaisu, toisella kerralla taas tietty yksityisyys saavutettiin siirtämällä pöydät erilleen, kolmannella kerralla toin pöydät taas yhteen keskustelujen intensiivisyyttä ajatellen.

Täytin tutkimuslupapaperit ja lähetin ne opinnäytesuunnitelmani sekä kyselylomakkeen kera vanhuspalveluiden johtajalle, joka myöntyi ehdotukseeni ja antoi tarvittavat luvat ja tilat haltuuni.

#### 6.4 Dokumentointi

Liisa Karlsson kuvaa kirjassaan (2014) sadutukseen liittyvän dokumentoinnin erityispiirteitä. Prosessia voi seurata ongelmia kirjaamalla, jolloin esimerkiksi seurataan lapsen puhevikaa tai muistisairaana vanhuksen käyttäytymistä, tätä tapaa kutsutaan ongelmakeskeiseksi toiminnaksi. Toinen tapa dokumentoida sadutuksen kaarta on kirjata ylös johtopäätöksiä ja tulkintoja tapahtumista, jolloin keskiössä ovat saduttajan tunnelmat. Sitä dokumentointitapaa kutsutaan tulkintalähtöiseksi toiminnaksi. Kolmas tapa on selittää, mitä on tapahtunut, jolloin kyseessä on tapahtumalähtöinen kuvaus. Päädyin yhdistämään kaksi viimeisintä dokumentointitapaa, kirjaten ylös omia tuntemuksiani selittäen samalla, miten tarinoittamis pajani käytännössä etenivät. Nämä katsantokannat kuitenkin tuovat

lähinnä esiin vain ohjaajan näkemykset ja huomiot, joten opinnäytetyötäni vahvistavaksi elementiksi päätin ottaa mukaan myös kyselylomakkeen, jonka avulla selviäisivät myös eläkeikäisten todelliset tunnelmat. Yksi opinnäytetyöni lähtökohdista oli selvittää, miten vanhukset itse taidepohjaiset työtavat kokevat. Omien havaintojen ohella on siis hyvä olla olemassa myös heidän omat mahdollisimman todelliset vastauksensa. (Karlsson 2014, 235 - 237.)

Dokumentoinnissa suljettu lähtökohta tarkoittaa, että dokumentoijalla on valmiina tiettyjä kysymyksiä ja oletuksia, joiden konkretisoitumista hän seuraa käytännön tilanteissa. Itse hahmottelin päähäni sellaisia näkökohtia kuten: ”miten eläkeikäiset viihtyvät?”, ”pitävätkö he näistä työtavoista, eli tarinoittamisesta ja kuvan katsomisesta, entäpä tarinaa vahvistavan kuvan tekemisestä?”, ”onko työpajassa mukava ilmapiiri?”, ”olenko innostava ja hyvä ohjaaja?”, ”mitä he saavat tästä irti?” - tärkeimmät mainitakseni. Huomioitani kirjasin ylös kaikkien tapaamistemme lomassa. (Karlsson 2014, 237.)

Dokumentointi on tärkeää myös kirjaajalle itselleen, koska se auttaa arvioimaan omaa työskentelyä ja kehitystä. Koska olen kiinnostunut myös jatkossa työskentelemään taidepohjaisten työtapojen parissa, on ylöskirjaaminen ja raportointi hyvää harjoittelua ja opettelua tulevaisuutta ajatellen. Opim seuraamaan ihmisiä ja huomioimaan olennaiset seikat.

## 6.5 Havainnointi

Havainnointi on laadullisen tutkimuksen yleinen tiedonkeruumenetelmä ja perusteltu menetelmä erityisesti silloin, jos tutkittavasta ilmiöstä tiedetään vain vähän. En löytänyt paljoakaan lähdeaineistoa liittyen eläkeikäisten tarinoittamiseen, joten ajattelin havainnoinnin olevan erinomainen apu tietoja kerätessäni. Havainnoinnin voi kytkeä muita aineistonkeruumenetelmiä paremmin saatuun tietoon, sillä sen avulla asiat nähdään oikeissa yhteyksissään. Lisäksi on osoitettu, että havainnointi saattaa paljastaa haastattelua paremmin käyttäytymisen todellisia syitä sekä sen avulla voidaan monipuolistaa tutkittavasta ilmiöstä saatua tietoa. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 83.)

Työpajani vaiheissa käytän osallistuvaa havainnointia, sillä toimiessani aktiivisesti tutkittavien kanssa sosiaalisissa vuorovaikutustilanteissa saan haltuuni lisää tietoa. Perusteltua se on siksi, että otteeni on niin toimintapainotteinen, että ilman aktiivista osallistumista työpajojen toteutus jäisi puolinaiseksi. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 84.)

Asioiden monet puolet tulevat esiin parhaiten kun niistä keskustellaan ryhmässä. Tutkijan on muistettava kunnioitus tutkimukseen osallistuvia henkilöitä ja heidän tietämystään kohtaan. En ole ohjaustilanteessakaan itse varsinaisesti opettamassa ketään sanan varsinaisessa merkityksessä, vaan roolini on tarkkailla ja oppia. Hedelmällisintä on, jos kaikki oppivat jotain uutta. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 85.)

## 6.6 Kyselylomakeen käyttö

En halunnut tehdä kyselystä strukturoitua, eli valmiita vaihtoehtoja antavaa, vaan pyrin siihen, että ihmiset saavat kirjoittaa kokemuksistaan mahdollisimman vapaasti. Halusin, että työpajaani osallistuneet saisivat ensinnäkin kertoa, miten he taidepohjaisten työtapojen käytön kokivat. Toiseksi pyysin heitä kirjoittamaan työpajojen parhaat ja huonoimmat puolet, omin sanoin kuvaten. Kolmanneksi kysyin, jäikö jotakin puuttumaan ja olisiko henkilö halukas osallistumaan vastaavanlaiseen työpajaan uudestaan.

Ensimmäinen kysymys on tietenkin hyvin olennainen, koska yksi tärkeimmistä opinnäytetyöni kysymyksistä oli juurikin se, miten eläkeikäiset itse työpajatoiminnan kokevat. Halusin heidän kirjoittavan sen itse paperille, koska ajattelin, että keskusteluiden aikana mahdollinen kohteliaisuus saattaisi estää aitojen tunteiden esilletuomisen ja heidän olisi helpompaa vastata totuudenmukaisesti ja anonyymisti omassa rauhassaan kirjoittaen. Toisen kysymyksen halusin muotoilla oppiakseni, miten menetellä jatkossa. Mahdollisesta negatiivisesta palautteesta ymmärtäisin korjata tarvittavat asiat ja positiivisesta taas näkisin selkeästi, missä kaikessa olen onnistunut. Kolmannessa kysymyksessä olennaista on edelleen jatkossa työpajatoiminnan kehittäminen ja jos monet ovat sitä mieltä, että ovat valmiit

tulemaan vastaavanlaiseen toimintaan uudestaan, koen onnistuneeni ohjaajana ja sisällönluojana.

### 6.7 Keskustelua ja jakamista

Viimeisen kerran jälkeen on tarkoitus pitää kokoava ryhmäkeskustelu, jossa jokainen saa vuorotellen jakaa tunteuksiaan ja esitellä mahdollisesti aikaansaannoksiaan muille. Äänitän keskustelun kokonaisuudessaan litteroiden sen myöhemmin, keräten oppinäytetyön kannalta olennaisimman asiat ylös.

Taidetyöskentelyn purkuun täytyy varata riittävästi aikaa, jotta jokainen pääsee kertomaan omista tunneistaan toisille ja kokee tullessa kuulluksi. Keskustelun aikana on tarkoitus tutkia erityisesti työskentelyprosessia; miten se sujui, mitä valintoja ja ratkaisuja tehtiin, missä koettiin onnistumista ja muita huomionarvoisia seikkoja. Keskittyä tulisi voimavaroihin ja mahdollisuuksiin. (Laine 2012, 99.)

Tärkeässä roolissa on myös voimaantuminen. Voidaan ajatella, että eläkeikäiset ovat jokseenkin alistetussa asemassa ja ikään kuin sivussa, koska eivät ole enää niin aktiivisia yhteiskunnan jäseniä kuin ennen töissä käydessään. Samoin kaikki ryhmässäni olleet olivat naisia, joilla on myös – on Suomi näennäisesti kuinka tasa-arvoinen tahansa – alisteinen rooli patriarkaalisiin valtarakenteisiin nähden. Voimaantumiseen liittyy muilta ryhmän jäseniltä saatu kannustava palaute ja ryhmässä toimiva vuorovaikutuksellisuus. Voimaantumisessa on myös se hauska piirre, että yksilö voimaantuu huomatessaan muiden voimaantuvan – se siis ikään kuin ”tarttuu” hyvän ilmapiirin välityksellä.

## 7 TARINOITTAMISPAJAN KAARI

Pyrin seuraavissa kappaleissa kuvaamaan, miten tarinoittamis pajani kerta kerralta etenivät. Valmistauduin työpajojen ohjaamiseen perehtymällä laajasti taidepohjaisten

työtapojen teoriaan sekä lähdekirjallisuuden että ”Tartu taiteeseen” -kurssin avulla, jossa itse osallistuimme vastaavanlaisiin työpajoihin ja perehdyimme niiden luonteeseen käytännön, teorian ja keskustelujen avulla. Opettajamme Kirsti Nieminen antoi kurssin edetessä rakentavaa palautetta ja hyviä ideoita opinnäytetyötäni varten. Lisäksi perehdyin ryhmänohjaamisesta kertovaan kirjallisuuteen, jotta osaisin olla mahdollisimman inspiroiva ja kannustava ohjaaja.

Osallistujat koostuivat Vapaaehtoiskeskus Liisan ja Viikkarin Valkaman eläkeikäisistä aktiivikävijöistä, jotka olivat saaneet laatimani mainoksen joko kirjeen tai sähköpostin mukana. Pyrin tekemään mainoksestani värikkään ja mielenkiintoa herättävän, sellaisen, jonka avulla saisin mukaan jo valmiiksi taiteista kiinnostuneita eläkeikäisiä. Korostin ilmoituksessani mukavaa yhdessäoloa, taiteen tekemisen uusia sovellutuksia sekä sitä, että mitään ennakkovaatimuksia ei olisi. Kaikki kiinnostuneet olivat tervetulleita. Olin rajannut jäsenmääräksi viisi ihmistä koska ajattelin, että aineiston käsittelyn sekä tilojen koon kannalta se olisi oivallisin määrä.

Tapaamisten aikataulun olin rajannut liukuvaksi, tunnista puoleentoista, sillä halusin, että aika ei olisi rajoittavana tekijänä eikä minun tai kenenkään muunkaan tarvitsisi vilkuilla kelloa vaan taidetta tehtäisiin ilman turhia rajoitteita.

### 7.1 Ensimmäinen kerta - Tarinoittaminen alkaa

Paikalle oli ilmestynyt viisi naista, joiden ikä vaihteli 66 - 83 vuoden välillä. Sain luvan käyttää tässä raportissa heidän oikeita etunimiään, joten paikalle saapuivat Hilka, Sirkku, Eini, Anneli sekä Tuula. Lämmittelyksi annoin kaikkien esitellä ja kertoa hieman itsestään, kysyin myös, ovatko taidepohjaiset työtavat kenellekään entuudestaan tuttuja. Ainoastaan yksi oli perehtynyt taideterapiaan pintapuolisesti, muut olivat aktiivisia taiteen harrastajia, mutteivät olleet kuulleet esimerkiksi tarinoittamisesta lainkaan.

Esittelin itseni kertoen, kuinka opiskelen Ammattikorkeakoulussa Diakissa sosionomiksi ja että tarinoittamispuolellisen tarkoituksena on koota aineistoa opinnäytetyötäni varten. Taustastani kerroin, että olen kirjoittanut vuosikausia sekä

harrastuspohjalta että opistotasolla, mainitsin myös graafisen suunnittelun opinnoistani ja aktiivisesta taideharrastuksestani. Tämän jälkeen pidin noin 15 minuutin mittaisen luennon taidepohjaisista työtavoista pähkinänkuoressa. Kerroin muun muassa sadutuksen historiasta ja sen kehittäjästä, sen eri sovellutuksista monissa toimintaympäristöissä sekä miksi halusin itse kehittää työpajan näiden toimintatapojen pohjalta juuri eläkeikäisille.

Naiset tuntuivat arvostavan ideaani ja sitä, että halusin omalla henkilökohtaisella panoksellani tuoda tarinoittamista tutummaksi menetelmäksi ja soveltaa sitä erityisesti vanhemmalle väestölle.

Annoin heidän esittää myös kysymyksiä, joihin vastasin parhaani mukaan. Erityisesti heitä tuntui kiinnostavan miksi olen kiinnostunut vanhustyöstä, joka ei nuoremman väestön keskuudessa ole se kaikista trendikkäin vaihtoehto. Kerroin, että koen vanhustyön hyvin arvokkaaksi ja minulle soveltuvaksi työksi, välini isovanhempiini ovat erinomaiset ja olen harjoittelu- ja kesätöitteni myötä nähnyt suuria puutteita vanhustyön virkistystoiminnassa, joten on luonnollista, että kiinnostuin taidepohjaisten työskentelytapojen uusista mahdollisuuksista ja soveltamistavoista.

Pyrin ottamaan ohjaustilanteessa roolin, joka olisi samaan aikaan vakuuttava, jotta ikäihmiset ottaisivat minut ja tavoitteeni tosissaan, mutta myös rento, jottei kenellekään tulisi mitään suorituspainetta. Ennen virallisen työskentelyn alkua korostin, että tarinoittamisessa tai muissa taidepohjaisissa työskentelytavoissa on oikeastaan mahdotonta tehdä virheitä. Kaikki saavat osallistua juuri niin paljon tai vähän kuin kokevat oikeaksi. Kerroin myös, että minä en ollut mikään määräälevä ohjaaja sanan virallisessa merkityksessä, vaan paremminkin huomioita tekevä ”tsemppaaja” luotsaamassa prosessia eteenpäin. Myönsin myös heti kättelyssä, että en ole asiantuntija, vaan itsekin vasta hiljattain taidepohjaisiin työtapoihin tutustunut, mutta innokas oppija itsekin.

Seuraavaksi sovelsin Satu Itkosen kehittämää ”keskusteleva kuvan katsominen”-menetelmää tarinoittamisen tueksi, joka sopii käytettäväksi juuri pienryhmien kanssa. Kuvasta pyritään löytämään henkilökohtaisia merkityksiä. Se on yksinkertainen tapa, jolla viritetään osallistujat taidetyöskentelyyn. Jokainen saa

tutkia ohjaajan valitsemaa kuvaa rauhassa. Sitten kuvasta keskustellaan hetki. Olin valinnut tämän tavan erityisesti siksi, että ensimmäistä kertaa tarinoittamisen aloittaminen saattaa olla vaikeaa. Ei ole helppoa alkaa kertoa tarinaa ”kuin ilmasta”. Siksi otin työskentelyyn mukaan taidekuvan, jotta teos voisi toimia tarinan inspiraationa. (Itkonen 2011, 98 - 100.)

Taidekuvan käyttäminen kannattaa myös monesta muustakin syystä. Pelkkä katselu itsessään saattaa tarjota elämyksen ja vaikuttaa tarkastelijaan tervehdyttävällä tavalla. Taidekuvan äärellä tulee tarkastelleeksi myös itseään, mihin silmät etsiytyvät ja miksi. Taideteos ja sen analysointi on parhaillaan matkaa omaan itseen. Kuva voi herättää myös muistoja. Loistava se on keskustelun kirvoittajaksi ja toiminnan lähtökohdaksi. Se luo myös yhteisöllistä ja inhimillistä vuorovaikutusta sen ryhmän sisällä, joka samaa teosta tutkii. (Itkonen 2011, 11.)

Olin valinnut täksi taidekuvaksi Helene Schjerfbeckin Toipilas-maalauksen vuodelta 1888. Miettiessäni sopivaa kuvaa otin huomioon monia seikkoja. Tiesin, että taidekuva olisi lähtölaukaus koko tarinoittamispajani yleiselle tunnelmalle, koska kaikki sitä seuraavat työtävät ja prosessin askeleet ammentaisivat siitä. Siksi ei ollut todellakaan yhdentekevää, minkä kuvan valitsisin. Vaikka en tiennytkään, ketä työpajaani oli tulossa aavistin, että todennäköisesti kaikki olisivat naisia. Olin ilmoitukseeni laittanut, että pajat oli tarkoitettu ”eläkeikäisille”, joten ikähaarukka oli varma. En halunnut liian dramaattista teosta, koska en halunnut tunnelmasta synkkää – liian kepeä kuva taas saattaisi aiheuttaa liiallista hilpeyttä ja pinnallista tulkintaa.

Toipilas-kuvan erityinen herkkyys ja pysäyttävä intensiteetti, sekä fakta, että teos kuuluu suomalaisten rakastetuimpiin teoksiin, sinetöi valintani. Mietin myös, että ikäihmiset reagoivat niin sanottuun vanhaan taiteeseen paremmin kuin vaikkapa nykytaiteeseen. Kuvasta herää myös paljon kysymyksiä. (Itkonen 2011, 17.)

Jaoin kuvasta ottamani korkeatasoiset kopiot ja hiljennyimme niiden äärelle. Sitten kerroin kuvasta ja sen maalaajasta yleisiä seikkoja ja keskustelimme hetken. Oli aika aloittaa tarinoittaminen.

Käytin Liisa Karlssonin esittelemää Ryhmäsadutuksen-metodia, jossa kiertosadutuksen mukaisesti istutaan piirissä ja jokainen lisää tarinaan haluamansa jatkon. Kirjaamis- ja kertomisvuoro kiertää järjestyksessä. Oikealla puolella istuva kirjaa vasemmalla puolella istuvan lauseen/lauseet yhteiseen tarinapaperiin. Tämän jälkeen kertoja siirtyy kirjaajaksi jatkuen siten kierroksen ympäri.

Olin järjestänyt pöydät siten, että olimme valmiiksi piirissä ja kirjoitin itse ensimmäisenä istuvan lauseet. Sitten hän otti muistiinpanovälineet ja kirjoitti seuraavan lauseet. Naiset olivat ymmärtäneet idean heti ja kierros eteni nopeasti ja kaikki osallistuivat mukaan. Ilmoitin sitten, että koska ensimmäinen kierros oli mennyt hienosti niin tehdään vielä toinen. Naiset jatkoivat tarinaa, yksi vuorotellen kirjoittaen ja toinen kertoen. Tämän jälkeen kelloa kurkistaessani huomasin, että aikaa oli vierähtänyt jo yli tunti ja päätin lopettaa tarinoittamisen siihen. (Karlsson 2014, 322.)

Toipilas on surullinen, sairaan näköinen. Hänellä on kuitenkin toivoa. Katselee ja käsittelee kasvia pöydällä. Huoneessa on aika hämärää, pimeääkin, mutta valo kohdistuu liinavaatteisiin ja tytön kasvoihin. Tytön kasvot siirtyvät pöydällä olevaan kasviin, lapsi ehkä saa voimaa kasvista. Taustalla kirjahyllyssä on nahkakantisia sidottuja kirjoja. Lapsen ilmeessä on epätoivoa. Lapsen ajatukset siirtyvät ulos ja kukkasiin, vaikka hänellä on epätoivoinen ja sairas olo. Tyttö on ilmeisesti sairastanut kauan, ehkä ensimmäistä päivää ylhäällä, huoneessa ehkä siivotaan toisaalla. Lapsen haave on lähteä ulos, hän ottaa kasvin mukaansa. Niin istuttaa sen ulos. Katseessa toive tulevasta, toivottavasti hän pääsee ulos. Lapsella on korituoliin pehmustettu tila, siinä hän voi väsyneenä nukahtaa. Perhe on mielestäni varakas, ottaen huomioon esineet ja aikakauden.

(Tarinoittamispuheen tarina, 9.4.2015)

Tarinoittamisen metodiin kuuluen luin koko tarinan kaikille ääneen. Naiset ryhtyivät sitten vielä keskustelemaan juuri kokemastaan uudesta taidepohjaisesta työskentelytavasta. Monet olivat sitä mieltä, että tapa oli mielenkiintoinen. Heistä oli kiintoisaa huomata, miten erilaisesti toiset kuvaa katsoivat. Kun joku näki tytön katseessa toivoa ja halua lähteä istuttamaan kukkaa ulos, näki toinen taas vain epätoivoa ja sairautta. Kolmas taas keskittyi kuvaamaan sitä, mitä taustalla oli, muun muassa nahkakantisia kirjoja.

## 7.2 Toinen kerta - Kirjoita ja maalaa

Toisella kertaa loin jokaiselle omaa henkilökohtaista tilaa siirtämällä tuolit ja pöydät tavalla, jolloin jokaiselle muodostui oma yksityinen työskentelypisteensä. Tarkoituksena oli jatkaa tarinaa ja tehdä siitä vielä tarinaa vahvistava kuva.

Olin tuonut mukana paljon taidetarvikkeita, joista jokainen saisi valita haluamansa välineet. A4-kokoisen arkin ylälaitaan olin kirjoittanut puhtaaksi edellisen kerran yhteisen tarinan ja alle valmiit viivat, jotka työskentely sujuisi mahdollisimman helposti.

Kaikki edellisen kerran osallistujat ilmestyivät yksi kerrallaan tarinoittamis pajani toiselle tapaamiselle. Ohjasin heidät paikoilleen, jaoin paperit ja kerroin, että nyt tarkoituksena olisi kirjoittaa ensimmäisen kerran tarinaan jatko. Se saisi olla mitä hyvänsä. Se saisi liittyä aiempaan tarinaan, olla oma muisto, runo, novellinpätkä jostain aivan muusta aiheesta tai aivan mitä tahansa mitä itse kukin haluaisi kirjoittaa. Annoin työskentelylle aikaa puoli tuntia ja sitten hiljenin. Käännyin kirjoittelemaan havaintojani dokumentointivihkooni.

Joidenkin ilmeet olivat yllättyneitä, toiset hymyilivät. Kaikki kuitenkin ryhtyivät kirjoittamaan ja huone oli hyvin hiljainen, vain kynän raapustelua paperilla ja kellon hiljainen monotoninen tikitys taustalla.

Kun puoli tuntia oli kulunut, pyysin jokaista alleviivaamaan tekstistä itselleen merkityksellisimmän kohdan. Heti kuului kysymys ”miksi?” mutta en antanut tarkempaa selvitystä, vaan toistin ohjeen. Kun kaikki olivat alleviivanneet valitsemansa lauseen/lauseet paljastin, että tarkoitus olisi nyt piirtää tai maalata se.

Eräs osallistujista purskahti lähes nauruun ja totesin, että tästä syystä en halunnut valottaa tehtävänantoa tarkemmin – siten kukaan ei voinut laskelmoida, mikä kohta olisi kenties helpoin maalata.

Jaoin taidevälineitä ja annoin taas puoli tuntia aikaa. Ilmaisin jälleen, ettei sääntöjä ole, maalaus tai piirustus saisi olla mitä lajia tahansa, vaikkapa abstrakti väriläiskä jos siltä tuntuisi, vain mielikuvitus asettaisi rajat.



#### 1. KUVA Tarinoittamispujan ryhmä

Naiset lähtivät työhön taas hiljaisen arvokkuuden vallitessa. He ottivat selkeästi tehtävät hyvin tosissaan ja tilanne toi mieleeni koululuokan, jossa minä olin kuin koetta pitävä opettaja ja osallistujat oppilaitani. Tämä ei tosin ollut tarkoitukseni. Vaikka halusinkin, että menetelmät otettaisiin tosissaan, en silti pyrkinyt aivan niin hartaaseen tunnelmaan. Ajan loputtua lumous haihtui ja hiljaisuus vaihtui puheensorinaksi. ”Tämä oli hienoa, kiitos!” tokaisi yksi lähtiessään. Eräs toinen taas sanoi värittäessään: ”Kylläpä virkistää mieltä ja laittaa aivosolut liikkeelle.” Kolmas taas totesi: ”Mukavaa kun saa toteuttaa lapsenmielisesti ja antaa mennä vaan!”

Kiitin kaikkia osallistujia ja kerroin, että kolmannella kerralla olisi luvassa kahvitarjoilua ja yhteistä keskustelua. Naiset tuntuivat olevan hyvin tyytyväisiä tästä, he ilmeisesti pitivät tärkeänä päästä jakamaan kokemusta muiden kanssa.

Odotin, että taideteokset kuivuvat ja keräsin ne varovasti tarinoiden kanssa yhteen nippuun ja palasin kotiin aloittaakseni mielenkiintoisen matkan näiden taideteosten ja kirjoitusten äärellä analysoinnin avulla.

## 8 TEOSTEN TULKINTAA

Yksi opinnäytetyöni kysymyksistä oli myös prosessin aikana valmistuneiden taideteosten, eli tekstien ja kuvien sisältö. Minua kiinnostaa itse sekä kirjoittamiseen, että taiteeseen perehtyneenä ihmisenä esittää näistä tarinoittamispani myötä syntyneistä teoksista joitakin arvioita, johon olin luonnollisesti kysynyt luvan työpajoihini osallistuneilta naisilta. Teen tämän analysoinnin myös siksi, että haluan korostaa, millaisia prosesseja taidepohjaiset työtavat saavat liikkeelle. Helpoiten tuon sen lukijan äärelle perehtymällä teksteihin astetta syvemmin.

### 8.1 Teksteistä – Äitiyden rooli nousee esiin

Kun tulkitaan tekstiä, on oleellista päästä pyrkimään ”tekstin taakse” ymmärtääkseen kokonaisuuden, tekstin kielen ja horisontin ja huomioimaan myös sen, mitä tekstissä ei ole sanottu. (Syrjäläinen, Eronen & Värrä 2007, 119.)

Tekstejä arvioitaessa käytän joitakin klassisen tekstianalyysin menetelmiä, joiden myötä keskitytään tiettyihin tarinoissa esiintyviin elementteihin. Ensimmäiseksi kiinnitin huomiota toistuviin teemoihin.

Kahdessa tekstissä käsitellään hyvin hätkähdyttävästikin kuolemaa ja siten tarina tulee hyvin lähelle. Ensimmäisessä tekstissä kuvataan ikääntyneen äidin poismenoa, tarinoittamispanin toinen tapaamiskerta sattui olemaan hänen äitinsä kuolinpäivä ja kertomus ilmentää surua, toisaalta myös syyllisyyttä siitä helpotuksesta, että hoitaminen on nyt ohitse. Toinenkin kuolema-teemaan nojaava teksti käsittelee äitiä

ja äidin lapsuutta, rankkaa elämää vuonna 1927, jolloin moni kuoli kurkkumätään. Äitikin oli sairas, mutta selvisi. Kirjoittaja näkee Scherbeckin Toipilaassa oman äitinsä kohtalon ilmentymän.

Kahdessa muussa tarinassa teemana on tarinoittamisesta lähteneen Toipilaan jatkokertomus. Mielenkiintoista, että tärkeään rooliin näissäkin tarinoissa nousee nimenomaan äiti. Ensimmäinen kertomus kuvaa, millaista äidin elämä maalaistalossa on, kuinka paljon töitä se vaatii ja kuinka hän huolehtii lapsesta.

Toisessa tarinassa tyttö on enemmän keskiössä: hänelle on annettu jopa nimi, Sofia. Tässä kertomuksessa päästään kurkistamaan tytön mieleen, mitä hän odottaa ja kuinka hän toivoo pääsevänsä istuttamaan kukkasen maahan. Kaikessa näkyy toivon vire. Tärkeänä elementtinä tässäkin tarinassa on äiti, jonka toimia kuvataan tarinan läpi ja johon Sofia kaiken aikaa luottaa.

Viides teksti on runo. Tämä runo on erään toisen kirjoittajan tekemä, mutta työpajaan osallistuva Eini koki, että Toipilas-kuvaan tämä teksti olisi juuri sopiva. Hän kysyi minulta, sopiiko, että hän kirjoittaa sen. Vastasin sen toki sopivan, sillä taidepohjaisten työtapojen tulisi olla mahdollisimman vapaita säännöistä ja kunnioittaa aina tekijää ja hänen omaa tahtoaan työskentelyn suhteen. Runo on koskettava.

*Oli kohtalo ampunut vasaman  
ja se rintaani painui niin syvää.  
Näin sain elämän harmahan taivahan,  
näin onneni särkyneen unelman,  
ja se koski niin syvään, niin syvään.*

*Valkeat muurit mua ympäröi  
ja sairaus raastoi ja tauti söi,  
jo luulin, ei pelastusta.  
Mä uskoin, on kaikki unohtaneet  
polon sairaan, yksin jättäneet,  
ja yö on niin musta niin musta.*

*Mutta nousi taas aamunkoi,  
ja aamusta helkkyi ja laulut soi  
ja kaiku vastasi haasta.  
Oli sieluni onnea tulvillaan.*

*Olin lapsi jälleen mi riemuissaan  
etsi onnea satujen maasta.*

*Ja mä kuuntelin honkien huminaa  
ja laulua aamuni armaan,  
ja mä uskoin:  
on elämä ihana,  
on parempi päivämme tuleva.  
Kerran elämä voittaa varmaan.  
-Hilkka Harolin*

Kun ajatellaan, miten tekstit heijastavat kirjoittajiensa maailmankuvaa, voidaan päätellä, että esille tuomani taidekuva johdatteli katsojat muun muassa oman lapsuutensa äärelle. Vaikkakin joissakin tarinoissa kerrotaan Toipilaan matkasta, on sinne varmasti liitetty osia omasta lapsuudesta ja sen tunnelmista. Ilmeisesti näille kaikille naisille äiti on ollut erittäin tärkeä henkilö, niin keskeisessä roolissa hän kaikissa kertomuksissa on.

En tartu pintatason elementteihin, kuten juoneen, vaan pohdin syvempiä tasoja. Mielestäni tarinat kertovat naisen roolista ja hoivaamisen tarpeesta. Ilmeisesti Scherbeckin Toipilas sytytti näissä eläkeikäisissä hoivavietin, koska kaikissa tarinoissa käsitellään sitä, kuinka ihminen kaipaa ja tarvitsee huolenpitoa kärsimystensä keskellä.

Hilkan teksti pohtii sitä, kuinka hän hoivasi omaa äitiään. Annelin teksti kuvailee, miten oma äiti kaipasi pienenä huolenpitoa. Sirkku kertoo, miten äiti hoitaa pienokaistaan. Tuulan kertomuksen Sofia alkaa parantua ja äiti on joka askeleella auttamassa. Einin runossa, jonka on muuten kirjoittanut itse Satalinnan parantolassa virunut sairas nainen, on läpileikkaus kivun läpi kulkemisesta, kunnes löytyy ilo ja tietoisuus siitä, että elämä voittaa. Kaiken kaikkiaan ollaan todellisten asioiden äärellä pohtimassa, mikä elämässä sittenkin on tärkeintä.

Vaikka minua ja ryhmän naisia erottavat kymmenet ja kymmenet ikävuodet, on universaalien äiti ja lapsi-aiheiden sekä elämän ja kuoleman tematiikka iätön ja siksi täysin ymmärrettävissä. Mielenkiintoista olisi ollut, miten tarinat olisivat jatkuneet, jos minulla olisi ollut mahdollisuus jatkaa työskentelyä vielä eteenpäin ja olisimme jatkaneet tarinoiden parissa vielä muutaman kerran.

Alkuperäisesti opinnäytetyöni yksi kysymys oli, että toimivatko nämä taidepohjaiset työtavat eläkeikäisten parissa. Näiden tekstien äärellä näkee, että olen onnistunut taidekuvan ja tarinoittamisen myötä saattelemaan naiset hyvin henkilökohtaistenkin prosessien äärelle. Huomaa, että prosessi ei ole ollut pelkkää huvikirjoittelua, vaan tarinassa on annettu tilaa esimerkiksi surulle ja menetykselle, aidoille kokemuksille. Käsitellään kuolemaa ja sairautta. Olin aika otettu, että tarinoittamispaajani osallistuneet ikäihmiset olivat valmiit paljastamaan minulle niinkin henkilökohtaisia asioita omasta menneisyydestään. Täten voin hyvin kuvitella, että työtapani saivat todellista vastakaikua aikaan ihmisten sisimmässä.

## 8.2 Kuvista – Vahvoja tunnelmia

*Maalaaminen on sokean miehen työtä. Hän ei maalaa sitä mitä näkee,  
vaan sen minkä tuntee.*

-Pablo Picasso

Olen aiemmissa taideopinnoissani analysoinut kuvia ja teen tarinoittamispaajani myötä syntyneistä kuvista joitakin huomioita. Koska en ole kyseisen alan asiantuntija, keskityn vain yksinkertaisesti denotaation (mitä on kuvattu) ja konnotaation (miten on kuvattu) tasoihin katsellessani tarinasta syntyneitä kuvia. Tässä vaiheessa työpajaa metodina oli tarinaa vahvistavan kuvan tekeminen.

Kuvaan keskittyminen herättää tulkinnan ja tunteenomaisen heijastuman, eräänlaisen sisäisen ja ulkoisen todellisuuden väli-tilan, jota voi kuvata myös luovuudeksi. Kokemus kuvasta voi pohjautua sisältöön ja materiaaleihin, niihin todellisiin tunteisiin joita tekijä on pyrkinyt herättämään tai katsojan omiin tunteisiin, joita hän projisoi kuvaan. Kaikissa kuvissa on monia tasoja eikä niiden katsominen tavallaan lopu koskaan. Aina voi nähdä lisää. Hyvä on pyrkiä myös näkemään olennaisen ohi, piileviin viesteihin ja huomata myös se, mitä kuvassa ei ole. (Seeskari 2004, 47.)



## 2. KUVA Tarinoittamispujan kuvat.

Annelin värien käyttö on ankaraa ja tummaa. Kyseessä on kuitenkin synkkä aihe: äidin rankka lapsuus ja sairastuminen. Isot kuuset on maalattu paksuin ja nopein vedoin, joista aistii vahvan tunnelatauksen. Tausta on musta ja ahdistava, kuvassa ei ole muuta. Anneli kuvaa tekstissään, kuinka äiti kulki metsässä yksin surren sisarustensa kuolemaa. Kuuset peittävät koko tilan, niitä vasten lapsi on varmasti ollut pieni ja peloissaan. Metsä on myös saattanut olla turvapaikka, jossa on saanut kulkea ja miettiä rauhassa. Anneli kertoo tarinassaan, että keväinen metsä nostaa nämä muistot pinnalle hänellä itsellään. Hän siis maalaa sekä omaa että äitinsä kokemusta puhuttelevalla tavalla.

Eini kuvitti runoa ja piirsi honkia, kukkia ja ilmeisen kesän, koska puut ovat täydessä lehdessä, kukkaset auenneet. Runon potilas on varmaankin pystynyt mielessään kuvittelemaan tämän huomatessaan olevansa parantumassa, tai hän on ikkunasta kurkottaessaan saattanut nähdä tällaisen näkymän oikeasti. Kuva on toiveikas ollen samalla hieman hauras. Väritys on hillittyä ja kevyttä, ikään kuin toivo olisi vasta orastavaa, eikä parantuminen vielä aivan varmaa.

Einin ja Tuulan kuvat ovat hyvin samanlaiset, on kuvattu seesteinen kesäpäivä, kukkia, puita ja pilviä. Tuula on lisännyt kuvaan Sofian, joka on istuttamassa maahan kukkaa, tervehtymisensä symbolia. Tuulan värit ja viivat ovat kirkkaampia ja vahvempia kuin ilmoittaen, että Sofia on tässä kuvassa varmasti terve. Taakse on kuvattu myös koti, jonka uskoisin ilmentävän turvaa ja iso keltainen aurinko, jonka taas olettaisin ilmentävän uutta elämää.

Hilkka on piirtänyt koskettavan kuvan, pöydän täynnä muistoja. Kynttilä ja kukkaset ympäröivät poisnukkuneen äidin kuvaa. Paperiin ei ole piirretty muuta, mutta siinä on kaikki oleellinen. Huomaan, että kuvassa ei ole mitään synkäksi tai surulliseksi miellettyjä värejä, oikeastaan se on hyvinkin valkoinen. Kuva henkii jollakin tapaa seesteisyyttä ja sitä, että asiat ovat kuitenkin järjestyksessä. Kynttilän liekki luo kuvaan harrasta tunnelmaa, kukat kertovat äidin muiston kunnioittamisesta.

Sirkku on käyttänyt vesiväritekniikkaa, jossa aluksi kastellaan koko paperi, jolloin kuvasta tulee utuinen ja unenomainen. Kuvassa on talo, jota Sirkku kuvaa maalaistaloksi ja toipilaan kodiksi. Kuva on hienosti maalattu ja tekniikka hallussa, mutta jää salaperäiseksi. Yleensä ajatellaan, että talo kuvaa ihmistä itseään. Sirkun talo on vihreänruskea, perinteinen maalaistalo. Se on sopusuhtainen ja kuvan oikeassa laidassa. Tekisi mieli kurkistaa ikkunoista sisään.

## 9 VIIMEINEN KOKOONTUMINEN

Jälleen paikalle olivat saapuneet kaikki tarinoittamispajan jäsenet. Lupaukseni mukaisesti tarjosin naisille kahvia ja keksejä. Jaoin kaikille takaisin heidän tekemänsä tekstit ja kuvat. Istuimme piirissä ja pyysin jokaista vuorotellen kertomaan, mistä työvaiheesta kukakin piti henkilökohtaisesti eniten ja miksi. Äänitin koko keskustelun litteroiden sen myöhemmin. Olin myös äänittänyt ensimmäisen kerran alkuvaiheet.

Lopuksi jaoin kaikille lyhyen kyselylomakkeen ja kiitellen naiset lähtivät sen täytettyään kuka mihinkin. Iloisena ja tyytyväisenä työpajan onnistumiseen toivotin kaikille hyvää kevättä ja kiitin vielä kertaalleen jokaisen tärkeästä panoksesta työpajan aikana.

### 9.1 Kyselylomake – Aidot mielipiteet

Luettuani kyselylomakkeen palautteet olin vieläkin tyytyväisempi. Kerron kyselylomakkeen tuloksista keskittyen toistuviin teemoihin ja erityisen merkityksellisiin palautteisiin, jotka mielestäni parhaiten vastaavat alkuperäisiin tutkimuskysymyksiini – erityisesti siihen, mitkä olivat osallistujien tärkeimmät kokemukset. Ensimmäinen kysymys kuului: ”miten koit taidepohjaisten työtapojen käytön”?

Kaikkien viiden vastaukset osoittivat että ensiksikin, taidepohjaisten työtapojen käyttö oli koettu mielenkiintoisena ideana, hyvänä, erinomaisena, hienona, tarpeellisena sekä mukavana vaihteluna.

Toinen kysymys oli ”mikä oli työpajoissa parasta/huonointa – kerro omin sanoin”.

Ensinnäkään yhdelläkään osallistujista ei ollut mitään huonoa sanottavaa – kaikki palaute oli positiivista. Monet kokivat, että aiheista keskusteleminen, jakaminen ja yhteisöllisyys oli erityisen mukavaa, koska se antoi uusia ajatuksia ja ideoita. Kirjoittamista ja maalaamista keuhuttiin lähes yhtä paljon. Kolme piti kirjoittamista parhaana asiana, kahden mukaan maalaaminen oli parasta. Kaikki pitivät tarinoittamisesta. Ainoastaan huonona pidettiin sitä, ettei tarinoittamisesta jatkunut pidempään. Itsekin ajattelin, että viiden kerran kaari olisi ollut toimivampi ratkaisu.

Erytisen upeaa mielestäni oli, että eräs osallistuja, Anneli, koki työtappamme niin antoisiksi, että se hänen mukaansa ”avasi jonkinlaisen sisäisen lukon”. Tämähän on taidepohjaisten työtapojen yksi oleellisimpia tarkoituksia ja taas yksi osoitus siitä, että nämä menetelmät toimivat ja saattavat synnyttää hyvin voimakkaitakin reaktioita. Työpajaani aloittaessani oletin, että ainoastaan asianmukaisen koulutuksen saanut

taidepohjaisiin työtapoihin erikoistunut ihminen omaa kyvyn saada aikaan jotain tällaista, mutta ilmeisesti tarkka suunnitteluni, kannustavan ilmapiirin luominen, oman tilan antaminen sekä omana itsenäni, ilman turhia esittämiä oleminen puhutteli ihmisiä oikeasti.

Myös itseilmaisulle annettua mahdollisuutta pidettiin tärkeänä. Ryhmässä olijat kokivat lähentyneensä kolmen kerran aikana aivan uudella tavalla, vaikka olivatkin ennestään tuttuja. Heistä oli mielenkiintoista löytää itsestään ja toisistaan aivan uusia puolia.

Kolmas kysymyskokonaisuus, ”Jäikö jotain puuttumaan? Entä haluaisitko osallistua samantapaiseen työpajaan uudestaan?” poiki myös hyvin samankaltaisia vastauksia.

Jokainen viidestä osallistujasta olisi valmis tulemaan vastaavanlaiseen taidepohjaisten työtapojen pajatyoškentelyyn uudestaan ja moni toivoi, että työpajojen kaari olisi ollut jopa pidempi, jotta pääsisimme vieläkin syvemmälle sekä yhteisöllisyydessä että taideilmaisussa. Kenenkään mielestä mitään puutteita ei ollut, ainoastaan kolmen kerran lyhyys oli ainoa seikka, joka aiheutti pientä kritiikkiä.

## 9.2 Huomioita yhteisestä keskustelusta

Tarinoittamispajani tiedonkeruumenetelmiä olivat muun muassa dokumentointi ja havainnointi ja näiden pohjalta kirjoitin kymmeniä sivuja muistiinpanoja työpajakertojen aikana. Keskustelut äänitin ja litteroin ja olen seuraavassa poiminut mielestäni olennaisimmat keskusteluissa esille tulleet asiat ja annan jokaiselle osallistujalleni ”oman äänen” kertoa kokemuksestaan nimi kerrallaan.

Anneli:

Minulle kirjoittaminen oli tärkeintä ja mukavinta. Olen siinä mielestäni vahvempi. Kuvan tekeminen oli haastavampaa, mutta Toipilas-kuva antoi henkilökohtaisen pontimen, tajusin että minulla oli ihan tosi tarina kerrottavana ja kotona huomasin, että kivi vierähti sydämeltä, tuli helpotuksen tunne kun sain kirjoittaa sen.

Eini:

Tykkäsin kovasti kun sain liittää rakastamani runon tähän kuvaan – kosketti minua löytää näiden kahden yhteys. On tärkeää kun on sanomaa ja Toipilas-kuvan tyttö loi tämän kaiken. Piirsin honkien huminaa ja se koskettaa erityisesti siksi, että olen itse niin paljon ollut toipilaana Satulinnassa.

Hilkka:

Kuva aukesi kun sitä useampi henkilö avasi ja huomasikin eri asioita syvemmin. Kirjoittaminen oli minulle erittäin mieleistä ja sitä olisi saanut olla vielä enemmänkin. Sain kyllä kaiken mitä halusin paperille.

Sirkku:

Kokonaisuutena todella hieno keksintö ja jos tämän vain saisi laajempaan tietoisuuteen olisi se aivan suuremmissa. Sain tästä valtavan paljon. Luulin etten saisi mitään kirjoitettua kun en sitä niin harrasta, mutta tarinoittamisessa, kun mentiin vuorotellen syntyikin tekstiä. Oli hienoa maalata se yksi tärkeä lause.

Tuula:

Taulusta tuli alkusysäys ja sitten se kirjoitus sisäisestä kokemuksesta. Oli kivaa jatkaa kirjoitusta, tuli mieleen kouluajat, molemmat tavat todella mielenkiintoisia, virkistää aivotointaa ja luovuutta ja sopisi vanhuksille ja laitoksiin virikemuodoksi.

Naisten keskustelujen perusteella erilaiset työtavat koettiin mielekkäiksi, osa piti kirjoittamisesta ja osa taas maalaamisesta. Ilmeisesti jokaiselle löytyi jotakin. Siksi oli hyvä ottaa työskentelyyn mukaan monia erilaisia tapoja, jotta jokaisen persoonallisiin mieltymyksiin löytyi se osuvin tapa. Keskustelut toistivat monia samoja asioita, joita kyselylomakkeen vastauksetkin olivat antaneet. Tästä saatoin päätellä, että naiset olivat hyvin rehellisiä keskustelujen aikana, koska ilmaisivat tarinoittamispaajaan liittyviä kokemuksiaan samalla tavoin sekä vastatessaan yksin kirjoittamalla kyselylomakkeen vastauksia, että keskustellessaan avoimesti ryhmänä.

Ilmeisesti myös taidekuvan valinta oli onnistunut, koska kaikki sen tavalla tai toisella keskusteluissa mainitsivat. Keskusteluiden pohjalta huomasin myös, että kuvan valinta oli tärkeä asia ja oli erittäin hyvä pysähtyä miettimään tarkasti minkä kuvan juuri tällaiselle ja tämän ikäiselle ryhmälle valitsi. Naisten keskusteluista nousi esiin myös yhteistyön merkitys. Heistä oli hienoa kokeilla tarinoittamista ja tehdä sitä yhdessä, ryhmänä. Se toi jokaisen äänen kuuluviin ja sai laajennettua kuvan tarkastelupintaa.

Keskusteluista tuli myös ilmi samoja seikkoja, mitä nousi esiin tutkimuksissa, joissa pohdittiin taiteen parantavaa vaikutusta. Naisten kommenteista kävi ilmi, että työtapoja pidettiin virkistävinä. Ne saivat aivosolut liikkeelle, piristivät päivää ja taidetyöskentelyn jälkeen jaksoi ihmeesti hoitaa asioita myöhemmin päivällä.

Opinnäytetyöni tarkoituksena oli selvittää, miten taidepohjaiset työtavat eläeikäisille sopivat ja miten he ne itse kokevat. Kyselylomakkeen, viimeisen kerran keskustelujen sekä havaintojeni ja dokumentointini perusteella voin todeta, että tarinoittamispaajani ryhmä koki työtavat tärkeiksi ja arvokkaiksi monella tapaa. He myös ajattelivat niiden sopivan erinomaisesti esimerkiksi laitoshoitoon ja muihin vanhustyön osa-alueisiin ja olivat innoissaan mahdollisuudesta osallistua vastaavanlaiseen toimintaan uudelleen.

## 10 TUTKIMUKSEN EETTISYYDESTÄ

Tutkimusetiikan ongelmia mietittäessä voidaan nostaa esiin seuraavia asioita: onko tutkimukseen tulevia informoitu riittävästi, ovatko aineiston keräämisessä ja analysoinnissa käytettävät menetelmät luotettavia ja millaiset tutkimuskeinot ovat sallittuja. Nämä kysymykset ovat strategisia. Kun taas puhutaan metodologisista seikoista, pohditaan tutkimuksen moraalisia valintoja, joita ovat esimerkiksi miten tutkimusaiheet valitaan ja mitä pidetään tärkeänä tutkimusta tehdessä. Aiheen eettiseen pohdintaan kuuluu myös miettiä, kenen ehdoilla tutkimusaihe valitaan ja miksi tutkimukseen alun perin ryhdytään. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 126 - 127.)

Arvolähtökohta tulisi tietenkin sosiaalialaa opiskelevalla ihmisellä olla se, että tutkimukseen osallistuvien ihmisten elämä jollakin tavalla paranisi ja että tutkimusta voitaisiin jatkossa hyödyntää palveluja rakentavalla tavalla. Ryhdyin tutkimukseen siksi, että olin kiinnostunut taiteen ja sosiaalialan luovasta yhdistelemisestä ja uusien toimintatapojen luomisesta ja kokeilemisesta. Opinnäytetyössäni pyrin siihen, että tarinoittamispaani tulleet eläkeikäiset saisivat arvokkaita ja monipuolisia elämyksiä, eläkeikäisten ja ikäihmisten palveluita voitaisiin kehittää entistä yksilöidymmiksi ja että näitä taidepohjaisia työtapoja voitaisiin ottaa sosiaalialan kentällä yhä laajemmin ja rohkeammin käyttöön. Mielestäni työni oli hyvin työelämäkeskeinen ja kenen tahansa asiasta kiinnostuneen sovellettavissa.

Ihmiskäsitykseni nojaa kristilliseen ihmiskäsitykseen, jonka mukaan kaikki ihmiset ovat arvokkaita ja ansaitsevat parasta mahdollista hoitoa ja huolenpitoa koko elämänsä ajan. Ei tulisi hylätä eläkeikäisiä ja ikäihmisiä vaan muistaa, että heistä itse kukin ansaitsee kunnioittavan ja itsenäisyyttä sekä yksilöllisyyttä korostavan hoitomuodon missä sitten ovatkin. Pidän opinnäytetyöni aihetta ja toteutusta eettisesti ja moraalisesti tärkeänä ja perusteltuna.

Pyrin opinnäytetyöprosessin aikana valitsemaan laadullisesti parhaat ja asiantuntevimmat lähdekirjat ja tutkimukset ja viittaamaan niihin mahdollisimman tarkasti ja totuudenmukaisesti kooten työlleni asiallisen teoriapohjan, joka käsitteli

taiteen eri menetelmiä tarkasti. Valitsin lähdekirjallisuuden siten jotta se vastaisi parhaalla mahdollisella tavalla myös opinnäytetyöni alkuperäisiin kysymyksenasetteluihin ja antaisi minulle riittävän tieto- ja teoriapohjan käytännössä työpajani järjestämistä varten.

Aineistonkeruu on tapahtunut mielestäni strategisen puolen eettisiä kysymyksenasetteluja noudattaen: olen informoinut tutkittavia henkilöitä mielestäni riittävästi ja saanut jokaiselta luvan töiden analysointiin, huomioiden tekemiseen, nimien käyttämiseen, kuvien ottamiseen ja niin edespäin. Mielestäni käyttämäni aineistonkeruumenetelmät ovat olleet perusteltuja kautta linjan ja vastanneet nekin alkuperäisiin kysymyksenasetteluihini.

Aineistoa analysoidessa käytin sisällönanalyysiä, jolla tarkoitetaan pyrkimystä kuvata dokumentein tutkimuksen sisältöä sanallisesti. Siinä tarkoituksena on saada tutkittavan ilmiön kuvaus tiivistetyssä, selkeässä ja yleistetyssä muodossa. Sisällönanalyysin avulla osasin tiivistää dokumentointini ja havaintojeni pohjalta tutkimuskysymykselleni olennaisimmat asiat, sillä ennen analyysivaihetta minulle oli kertynyt yli 80 sivua aineistoa. Lisäksi analyysin avulla pystyin tutkimaan aineistoa kriittisesti, joka taas mahdollisti perusteltujen johtopäätösten luomisen. (Tuomi & Sarajärvi 2004, 103 - 106.)

## 11 POHDINTAA AMMATILLISESTA KASVUSTA

Työpajan suunnittelu, toteutus, ohjaus sekä aineiston analysointi oli haastava tehtävä moneltakin kannalta. Kirjallista lähdeaineistoa kootessa nousi hieman ongelmia, koska tarinoittamisesta ikäihmisten keskuudessa on aika vähän tietoa saatavilla. Kuten jo aiemmin kuvasin, esimerkiksi sadutus on tutumpi ja paljon lasten kanssa käytetty metodi. Minun piti käyttää mielikuvitusta ja luovuutta soveltaessani yleensä lapsille tarkoitettua työtapaa eläkeikäisille.

Toinen ongelma, mutta samalla myös oiva tilaisuus oli se, ettei tällaiseen, taidepohjaisiin työtapoihin perustuvaan työpajatoimintaan ole mitään virallisia kaavoja. Sain siis haasteekseni yhdistellä ja sovittaa eri lähteistä sekä Tartu taiteeseen- kurssilta saamiani tietoja ja taitoja muodostaakseni toimivan kolmen kerran työpajojen kaaren tavalla, jolla saisin eläkeikäiset innostumaan metodeistani niin, että he aktivoituisivat tekemään ehdottamiani, aivan uusiakin asioita sekä ilmestymään paikalle kerta toisensa jälkeen.

Käytin monia eri metodeja: kuvan katsomista, tarinoittamista, luovaa kirjallista ilmaisua, tarinaa vahvistavan kuvan maalaamista sekä yhteistä jakamista keskustelujen muodossa. Lisäksi työpajaani osallistuvat täyttivät kyselylomakkeen. Kaikkien näiden metodien haltuunotto vaati laajan lähdekirjallisuuden perehtymisen, tärkeimpien asioiden sisäistämisen, niiden olennaisimman sisällön opinnäytetyöhöni liitettävään muotoon muokkaamisen ja vielä käytännössä ohjaamistilanteessa hallitsemisen.

Yksi haasteista oli tietenkin ohjaaminen. Nämä toimintatavat olivat itsellenikin kohtalaisen uusia, mutta minun täytyi vakuuttaa naiset siitä, että tiedän niistä tarpeeksi ohjatakseni ryhmää ammattimaisella tavalla, innostaen, kannustaen ja saaden heidät tuottamaan taidetta uudella tavalla. Onnistuin mielestäni tehtävässäni hyvin, sillä kaikki naiset pysyivät uskollisesti mukana jokaisella kerralla ja osallistuivat aina heille ehdottamiini työtapoihin. Sain myös kyselylomakkeesta varsin rohkaisevaa palautetta sekä viimeisen kerran keskustelujen ja jakamisen myötä kuulin, kuinka mielenkiintoisena ja antoisana he työpajojani pitivät. Hyvää palautetta antoi myös työelämäohjaaja sillä hän ilmoitti, että olen koska tahansa tervetullut järjestämään samanlaista toimintaa heille uudestaan.

Olen tyytyväinen siitä, että rohkenin ottaa tällaisen, hieman hankalan ja monitahoisien aiheen, josta ei ollut paljoakaan tietoa saatavilla ja perehtyä siihen parhaani mukaan. Aiemmat ohjaamiskertani olivat myös vähäiset, mutta onnistuin siitä huolimatta. Olen mielestäni kasvanut tämän opinnäytetyöni aikana aimo harppauksen monellakin tavalla, erityisesti ohjaamisessa. Taidepohjaiset työtavat ovat tulleet tutummiksi. On löytynyt lisää itsevarmuutta ja iloa myös siitä, että olen

hahmottamassa paremmin sosionomin ammatillista identiteettiä ja löytämässä hiljalleen oman paikkani.

Olen opinnäytetyöni sivuilla esitellyt monien tutkimuksien kautta, kuinka parantavaa taidetoiminta saattaa parhaimmillaan olla. Omakohtaiset kokemukset tarinoittamispujassani tukivat tätä näkemystä entisestään. Naiset nauttivat uusista taiteentekemisen muodoista, yhdessäolosta, jakamisesta ja pääsivät työstämään vaikeitakin asioita.

Tämän toiminnallisen kokeilun avulla pyrin löytämään uuden menetelmän, joka olisi helposti sovellettavissa työelämään. Olen mielestäni kuvannut prosessin kaikki vaiheet niin läpinäkyvästi, että se ensinnäkin tukee tutkimukseni luotettavuutta, sekä antaa kiinnostuneille mahdollisuuden toteuttaa vastaavanlaisen kokonaisuuden helposti itse. Taustalla on tarpeeksi teoreettista aineistoa johdattelemaan lukija työtapojen ideoiden ja kirjallisuuden äärelle sekä käytännön esimerkkejä, joiden avulla pystyy visioimaan millaisen ryhmän, puitteet, työvälineet, tutkimustavat ja toteutuksen haluaa rakentaa tehdääkseen vastaavantyyppisen työpajan itse.

Diakin omassa opinnäytetyön kirjoittamiseen liittyvässä oppaassa nostetaan esiin seuraavia seikkoja:

Hyvinvoinnin edistämisessä tavoitteena on yksilöiden ja yhteisöjen omien voimavarojen käyttöön ottaminen ja osallisuuden lisääminen. Diakin päämääränä on kehittää keinoja, joilla voidaan purkaa ihmisyttä halventavia tai rikkovia rakenteita, sekä luoda uusia rakenteita ja toimintamalleja, jotka tukevat yhteisöjen hyvinvointia, tasa-arvoisuutta ja oikeudenmukaisuutta. Painotamme myös yksittäisen ihmisen kohtaamista ja auttamista.

(Kuokkanen, Kivirinta, Määttänen & Ockenström 2007, 21.)

Mielestäni taidepohjaiset työtavat vastaavat näihin tärkeisiin seikkoihin, koska taidepohjaisten työtapojen peruslähtökohta on voimaannuttaa yksittäisiä eläkeikäisiä ja ikäihmisiä, sekä yhdistää heidät taideryhmään tavalla, joka tukee osallisuutta ja yhteisöllisyyttä. Taidepohjaisten työtapojen malli tukee ikääntyvien hyvinvointia, korostaa heidän yksilöllisyyttään ja lisäksi esimerkiksi laitoksissa käytettynä oikeudenmukaista ja tasa-arvoista kohtelua kaikkien vanhusten kesken.

Taidepohjaisten työtapojen kustannukset ovat pieniä ja tutkimusten valossa vähentävät muun muassa lääke- ja lääkärinkuluja hyödyttäen yhteiskuntaa laajemmalla skaalalla, kuten esittelin työni Parantavaa taidetta-osiossa.

Olisi tavoiteltavaa, että hoito- ja palvelusuunnitelmaan kirjattaisiin ikäihmisen kulttuuri- ja taideharrastukset. Hoitolaitokseen tarvittaisiin uudenlaista sosiokulttuurista toimintaa, joka takaisi yksilöä kunnioittavaa sisältöä elämään. Mahtavaa olisi, jos kyettäisiin kytkemään kulttuuritoiminta sekä hoito- ja sosiaalityö yhteiseksi rintamaksi, joka yhdessä toimien suunnittelisi ikäihmisille juuri heille räätälöityjä palveluita. Muutos vaatii asenteiden ja työtapojen muutosta sekä lisäkoulutuksia. Parhaimmillaan tällainen työmalli palvelisi ehkäisevän työn näkökulmasta, yhdistämällä sosiaali- ja kulttuuripalvelut vahvistaen yhteisöllisyyttä. (Liikanen 2011, 26.)

Haluaisin jatkossa lähteä itse jatkokouluttautumaan alalla ja pitää tällaista työpajatoimintaa myös jatkossa. Sille on selkeästi kysyntää ja tarvetta. Erilaisia metodeja on monia, lähdekirjallisuudessa esimerkiksi esiteltiin kymmeniä eri tapoja soveltaa näitä taidepohjaisia työtapoja, joten materiaalia ja ideoita olisi valmiina.

Yksi mielenkiintoinen väylä työllistymiseen olisi myös yrittäjäyys. Lisäkoulutuksen jälkeen voisin perustaa yrityksen, joka myisi erilaisia taidepohjaisten työtapojen paketteja erilaisille asiakaskunnille ja yksittäisille ihmisille.

## LÄHTEET

- Beyond Bingo: Art therapy for the Elderly. USA 2010. Ohjaaja Naseem Miller.  
Käsikirjoitus Naseem Miller.
- Hohenthal-Antin, Leonie 2006. Kutkuttavaa taidetta – Taidetoiminta seniori- ja vanhustyössä. Juva: PS-kustannus.
- Hohenthal-Antin, Leonie 2009. Muistot näkyviksi – Muistelutyön menetelmiä ja merkityksiä. Juva: PS-kustannus.
- Hulmi, Heli 2010. Saattaen vaihdettava – Vapaudu kirjoittamalla. Keuruu: Otavan kirjapaino oy.
- Itkonen, Satu 2011. Taidekuvan äärellä – Katso, koe, jaa. Keuruu: Otavan kirjapaino oy.
- Karlsson, Liisa 2014. Sadutus – Avain osallisuuden toimintakulttuuriin. Juva: PS-kustannus.
- Koivunen, Hannele 2000. Hiljainen tieto. Keuruu: Otava.
- Koskinen, Simo 2007. Kohti uusia käytäntöjä ikääntyneiden kuntoutuksessa. Vanhustyön keskusliiton Geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishankkeen arviointi. Helsinki: Vanhustyön keskusliitto.
- Kotka, Riika 2011. Tarinat tunteiden tulkkina – Toiminnallisia ideoita satujen ja draaman maailmasta. Juva: PS-kustannus.
- Kuokkanen, Ritva; Kiviranta Mervi; Määttänen Jukka & Ockenström Leena 2007. Kohti tutkivaa ammattikäytäntöä – Opas Diakonia-ammattikorkeakolun opinnäytetöitä varten. Helsinki: Juvenes Print oy.
- Laine, Piia 2012. Luovuutta työhön – Taidelähtöiset menetelmät työhyvinvoinnin ja työnohjauksen välineinä. Kuopio: Unipress.
- Lehko, Tuike 2013. Taidetta tunteen vuoksi – Tarinoita taiteen ja vanhustyön kohtaamisista. Helsinki: Lasipalatsin mediakeskus oy, Paintek.
- Liikanen, Hanna-Liisa 2011. Ikääntyminen ja kulttuuri – Kohti seniorikulttuuria. Helsinki: Ikäinstituutti.
- Malchiodi, Cathy (toim.) 2010. Taideterapian käsikirja. Kuopio: Unipress.
- Sariola, Yrjö 2008. Lupa vanheta. Hämeenlinna: Päivä Osakeyhtiö.

- Seeskari, Daniela 2004. Lasten ja nuorten taideterapia - Kasvamisen voimavara.  
Helsinki: Lasipalatsin mediakeskus oy.
- Syrjäläinen, Eija; Eronen, Ari & Värri, Veli-Matti (toim.) 2007. Avauksia laadullisen tutkimuksen analyysiin. Tampere: Juvenes Print.
- Tuomi, Jussi & Sarajärvi, Anneli 2004. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi.  
Jyväskylä: Gummerus kirjapaino oy.

## LIITE 1: Tarinoittamispujan ilmoitus

Tule mukaan  
*tekemään taidetta uudella tavalla!*  
**Tarinoittamispuja**

Luvassa kirjoittamista, maalaamista ja mukavaa yhdessäoloa **Nisulonkan** tiloissa.

*Ei ennakkovaatimuksia,  
 sopii kaikille taiteesta kiinnostuneille  
 eläkeikäisille!*

Tapaamiskerrat:

|    |             |
|----|-------------|
| to | 9.4 klo 13  |
| ti | 14.4 klo 13 |
| ma | 20.4 klo 13 |



Diak

DIAKONIA-AMMATTIKORKEAKOULU

Viisi nopeinta pääsee mukaan!

kertojen kesto n 1,5 h

Diakonia-ammattikorkeakoulun opiskelija Sari Hietanen järjestää Tarinoittamispujan, joka on osa hänen opinnäytetyötään sosionomin tutkintoa varten.



## LIITE 2: Kyselylomake

Sari Hietanen  
opinnäytetyö  
DIAK 2015

Kyselylomake

Sukupuoli    N    M

Ikä

Miten koit taidelähtöisten työtapojen käytön?

---

---

---

---

Mikä oli työpajoissa parasta / huonointa - kerro omin sanoin:

---

---

---

---

Jäikö jotain mielestäsi puuttumaan?

Entä haluaisitko osallistua samanlaiseen työpajaan uudestaan?

---

---

---

---

SUURET KIITOKSET AVUSTA!