

Musiikin merkitys erityisen tuen tarpeessa oleville nuorille

Panu Hartikainen

Opinnäytetyö
Syyskuu 2018
Sosiaali-, terveys- ja liikunta-ala
Toimintaterapeutti (AMK)

Tekijä(t) Hartikainen, Panu	Julkaisun laji Opinnäytetyö, AMK	Päivämäärä Syyskuu 2018
	Sivumäärä 28	Julkaisun kieli Suomi
		Verkojulkaisulupa myönnetty: x
Työn nimi Musiikin merkitys erityisen tuen tarpeessa oleville nuorille		
Tutkinto-ohjelma Toimintaterapeutti (AMK)		
Työn ohjaaja(t) Juntunen, Kristiina		
Toimeksiantaja(t) Toimintakeidas Oy		
<p>Tiivistelmä</p> <p>Opinnäytetyössä lähtökohtana oli musiikin merkitys erityisen tuen tarpeessa oleville nuorille. Opinnäytetyössä korostui nuorten henkilökohtainen kokemus elämän mielekkyydestä, merkityksellisyydestä sekä elämäntyytyväisyydestä. Musiikilla on todettu aikaisemmissa tutkimuksissa olevan merkitys nuoren tunteiden hallinnassa. Näiden tutkimusten perusteella musiikki- ja tunnetoiminnat heijastuvat myös nuorten perheisiin sekä heidän kanssaan työskenteleviin ammattilaisiin. Sosiaalista osallisuutta tukemalla voidaan auttaa myös erityisen tuen tarpeessa olevia nuoria, jotka ovat sosiaali- ja terveystalvelujen asiakkaina. Heitä pyritään auttamaan aktiivisiksi kansalaisiksi sekä samalla vahvistetaan elämäntaitoja osallisuuden parantamiseksi. Tästä saadaan suurta yhteiskunnallista hyötyä, kun yksittäisen nuoren hoitokustannukset vähitellen vähenevät hänen osallisuutensa parantuessa. Osallisuuden parantamisen keinona voidaan nähdä myös musiikki, johon tässä opinnäytetyössä keskityttiin.</p> <p>Opinnäytetyön tarkoituksena oli kartoittaa sitä, mikä merkitys musiikilla on erityisen tuen tarpeessa oleville nuorille. Tutkimusmenetelmänä käytettiin teemahaastatteluja, joiden vastausten perusteella tehtiin päätelmiä musiikin merkityksestä erityisen tuen tarpeessa oleville nuorille. Opinnäytetyön tavoitteena oli saada aikaan keskustelua musiikin ja toimintaterapian suhteesta, jotta nuoret itse ja ammattilaiset voivat arvioida musiikin tärkeyttä nuorelle sekä sen mahdollisia myönteisiä vaikutuksia nuoren toiminnallisuuteen.</p> <p>Opinnäytetyötä varten haastateltiin yhteensä 10 erityisen tuen tarpeessa olevaa nuorta. Opinnäytetyön tuloksissa oli nähtävissä se, että musiikki on keskeinen keino tunteiden säätelyssä ja itsetunnon vahvistamisessa. Lisäksi tuloksista ilmeni, että haastateltavat nuoret haluaisivat käyttää musiikkia enemmän oman toiminnan tukena.</p>		
Avainsanat (asiasanat)		
musiikki, erityinen tuki, nuoret, merkityksellinen toiminta		
Muut tiedot (salassa pidettävät liitteet)		

Description

Author(s) Hartikainen, Panu	Type of publication Bachelor's thesis	Date September 2018
		Language of publication: Finnish
	Number of pages 28	Permission for web publication: x
Title of publication The importance of music for young people in need of special assistance		
Degree programme Degree Programme in Occupational Therapy		
Supervisor(s) Juntunen, Kristiina		
Assigned by Toimintakeidas Oy		
Abstract <p>The purpose of the thesis was to emphasize the importance of music for young people in need of special support. The thesis emphasized the personal experience of young people in terms of meaningfulness and life satisfaction. Music has been found in earlier studies to play a role in controlling emotions of young people. Based on these studies, music and emotional activities are also reflected in families and professionals working with young people. Supporting social inclusion can also help young people in need of special assistance as clients of social and health care services. The aim is to help them to become active citizens and at the same time strengthen their life skills to improve inclusion. This gives great social benefits since the cost of an individual young person gradually decreases as their involvement improves. One means of improving inclusion can be music on which this thesis focused.</p> <p>The purpose of the thesis was to study the importance of music for young people in need of special assistance. The research method used in the thesis was theme interviews whose results led to conclusions about the importance of music for young people in need of special assistance. The aim of the thesis was to encourage discussion about the relationship between music and occupational therapy so that young people themselves and professionals could assess the importance of music for young people and its potential positive effects on their functionality.</p> <p>A total of 10 young people in need of special support were interviewed for the thesis. The results of the thesis showed that music is a key tool for emotional regulation and self-esteem. In addition, the results showed that the interviewees would like to use more music to support their own actions.</p>		
Keywords/tags (subjects) music, special assistance, young people, purposeful action		
Miscellaneous (Confidential information)		

Sisältö

1	Johdanto.....	5
2	Teoreettinen viitekehys	6
	2.1 Tutkimuksen keskeiset käsitteet	7
3	Tutkimuksen tarkoitus ja tavoite	11
4	Tutkimuksen toteuttaminen	12
	4.1 Kohderyhmä.....	12
	4.2 Menetelmä.....	13
	4.3 Aineiston analysointi.....	14
5	Tutkimuksen tulokset	16
6	Pohdinta	18
	Lähteet.....	22
	Liitteet	24
	Liite 1 Teemahaastattelulomake	24
	Liite 2 Lupalomake haastatteluun	27
	Kuva 1 Toiminnan muodot Nelsonia (1996, 776) mukaillen	8
	Taulukko 1 Analyysirunko	16

1 Johdanto

Nuorten tukeminen yhteiskunnassa on erityisen tärkeää ja nuorten aseman huomioon täytyisi ottaa huomioon myös sosiaali- ja terveysalalla. Seppäsen (2010, 3) mukaan nuoria pyritään auttamaan pääsemään koulutuksiin ja osallistamaan heitä erilaisiin nuorisotyön muotoihin, kuten esimerkiksi työpajatoimintoihin. Kaikesta huolimatta osa nuorista syrjäytyy ja sairastuu mielenterveyden ongelmiin. Nuoret eivät Seppäsen mukaan pääse eteenpäin elämässä, vaikka heillä olisi useita asiakkuuksia eri tahoihin. Jotta nuori pärjäisi kuitenkin elämässään ja pystyisi elämään tasapainoista elämää, hänen täytyisi olla sosiaalisesti osallinen. Nuori, jolla on ongelmia elämän hallinnassa ja sosiaalisissa suhteissa, käyttää useimmiten mielenterveys- ja sosiaalipalveluita. Niiden tahojen tehtävänä on edistää nuorten hyvinvointia ja osallisuutta. Sosiaalista osallisuutta tukemalla voidaan auttaa myös erityisen tuen tarpeessa olevia nuoria, jotka ovat sosiaali- ja terveyspalvelujen asiakkaina. Heitä pyritään auttamaan aktiivisiksi kansalaisiksi sekä samalla vahvistetaan elämäntaitoja osallisuuden vahvistamiseksi. Tästä saadaan suurta yhteiskunnallista hyötyä, kun yksittäisen nuoren hoitokustannukset vähitellen vähenevät hänen osallisuutensa vahvistuessa. Osallisuuden vahvistamisen keinona voidaan nähdä myös musiikki, johon tässä opinnäytetyössä keskitytään.

Opinnäytetyön toimeksiantajana toimii Toimintakeidas Oy Jyväskylässä. Yritys määrittelee toimintaterapian internetsivuillaan (Toimintakeidas, 2015) näin: *”Toimintaterapia antaa lapsille, nuorille ja aikuisille työkaluja itsenäiseen elämään ja sujuvaan arkeen. Se on lääkinällistä kuntoutusta, jonka tavoitteena on auttaa selviytymään mahdollisimman omatoimisesti asiakkaan oman elämänpiirin arkisissa tilanteissa, joka päivä. Toimintaterapiassa haemme yhdessä asiakkaan vahvuuksia ja kehitämme toimintavalmiuksia, joita saattavat rajoittaa erilaiset yksilön kehitykselliset häiriöt, ikääntyminen, sairaudet tai vammat.”* Yritys toteuttaa siis toimintaterapiaa sen määritelmän mukaisesti sekä nuorille että aikuisille. Toimintakeitaan (2015) mukaan toimintaterapiamenetelmien tulee olla asiakkaiden tavoitteiden mukaisia ja ne

täytyy suhteuttaa hänen kehitystasoon. Tämän perustella musiikki voisi myös olla menetelmä heidän järjestämässä toimintaterapiassaan, jos asiakas sitä toivoo. Tavoitteena tässä opinnäytetyössä onkin tuoda esiin nuorten omia mielipiteitä musiikista ja siitä, miten sitä voitaisiin hyödyntää kuntoutuksessa enemmän esimerkiksi Toiminta-keitaalla. Lisäksi yhteistyökumppanina toimii Mataran Oppipaja.

Opinnäytetyössä keskityttiin pääsääntöisesti musiikin käyttöön toimintaterapiassa, mutta esiin tuodaan myös musiikkiterapiaa, joka määrittellään Musiikkiterapiayhdistyksen sivustolla (Musiikkiterapiayhdistys, 2015) seuraavasti: *”Suomen Musiikkiterapiayhdistys määrittelee musiikkiterapian kuntoutus- ja hoitomuodoksi, jossa musiikin eri elementtejä (rytmi, harmonia, melodia, äänensävy, dynamiikka jne.) käytetään vuorovaikutuksen keskeisenä välineenä yksilöllisesti asetettujen tavoitteiden saavuttamiseksi”*. Musiikkiterapia on siis oma kuntoutusmuotonsa, jota voidaan harjoittaa toimintaterapian rinnalla. Musiikin käyttö toimintaterapian työvälineenä on hyvä erottaa puhtaasta musiikkiterapiasta.

2 Teorettinen viitekehys

Nuorten osallisuus yhteiskunnassa on tärkeää ottaa huomioon päätöksenteossa. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen mukaan (2017) lasten ja nuorten toimijuuden ja osallisuuden edistäminen on terveydenhuollon ammattilaisten tärkeä tehtävä. Esimerkiksi lasten ja nuorten mielipiteiden huomioon ottaminen. Tukemalla nuorten voimavaroja vahvistetaan esimerkiksi heidän kokema elämänmielekkyyttä harrastustoiminnassa. Harrastustoiminta voi olla myös musiikkiin liittyvää, kuten soittamista, laulamista tai musiikin kuuntelua ryhmässä tai yksin. Musiikkiharrastuksia tukemalla tuetaan myös nuorten osallisuutta. Osallisuuden lisäksi keskeisiä käsitteitä ovat musiikki, erityisen tuen tarve, nuori ja merkityksellinen toiminta tai toiminnat. Toimintaterapian viitekehystenä tutkimuksessani toimii Nelsonin (1988) analyysimalli toiminnan muodot (occupational form).

2.1 Tutkimuksen keskeiset käsitteet

Opinnäytetyön keskeisinä käsitteinä ovat musiikki, erityisen tuen tarpeessa oleva nuori sekä merkityksellinen toiminta. Seuraavaksi selvitän hieman näiden käsitteiden sisältöä.

Musiikin määritelmä

Epperson (1998) määrittelee musiikin seuraavalla tavalla: *”Musiikki on taidetta, joka ilmenee äänen tai instrumentaalisten äänien yhdistämisenä muodon tai emotionaalisen ilmeen avulla. Yleensä myös rytmin, melodian ja useimmissa länsimaalaisessa musiikissa harmonian yhdistämisen avulla.”* Sekä yksinkertainen kansanlaulu että monimutkainen sähköinen sävellykset kuuluvat samaan määritelmään, musiikkiin. Molemmat ilmiöt ovat inhimillisesti suunniteltuja; molemmat ovat käsitteellisiä ja auditiivisia. Sävellykset sekä kansanlaulut ovat olleet musiikin mukana kaikissa tyyliuunnissa ja kaikissa historiallisissa ajanjaksoissa kaikkialla maailmassa.

Erityisen tuen tarve ja nuoret

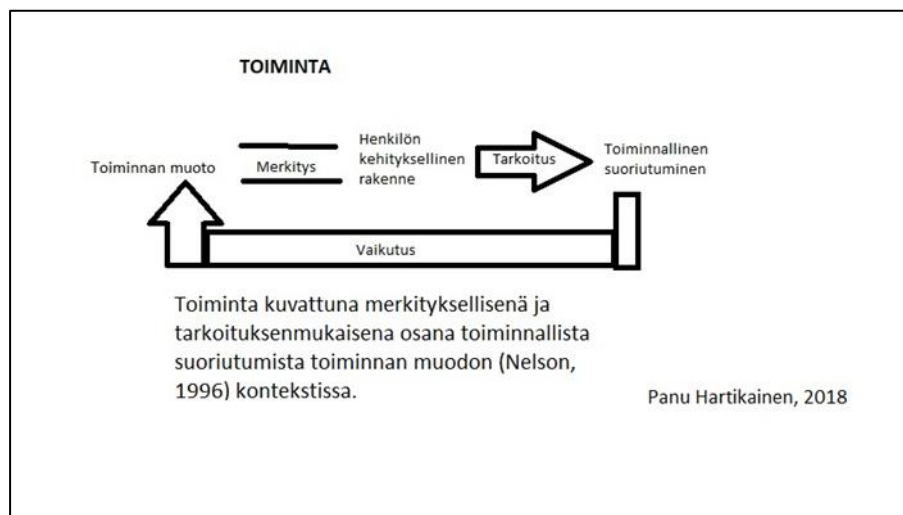
Sosiaalihuoltolain (1301/2014) 3§ :n mukaan erityisen tuen tarpeessa oleva lapsi on sosiaalipalveluissa sellainen, jonka kasvuolosuhteet vaarantavat lapsen kehityksen. Lapsi voi omalla käyttäytymisellään vaarantaa oman psyykkisen kehityksensä, esimerkiksi päihteitä käyttämällä tai hänellä on vaikeuksia saada ja hakea sosiaali- ja terveyspalveluja.

Heinämäen (2004) mukaan varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa lapsen tuen tarve määritellään moniulotteisesti. Tämä tuen tarve voi liittyä lapsen fyysiseen, tiedolliseen, taidolliseen, tunne-elämän kehitykseen tai sosiaaliseen kehitykseen. Joskus tuen tarve voi aiheutua kasvuympäristön vaikutuksista. Tärkeää on kuitenkin nähdä lapsi kokonaisuutena eikä tuen tarve saa määrittää lasta pysyvästi. Tuen tarve voi liittyä johonkin ohimenevään vaiheeseen lapsen elämässä ja kehityksessä. (Heinämäki

2004, 23) Nuorisolain (21.12.2016/1285) mukaan nuorella tarkoitetaan alle 29-vuotiaita henkilöitä.

Merkityksellinen toiminta viitekehyksenä

Nelsonin (1988) mukaan merkitys tai mielekkyys on käsite, jota käytetään yksilön toiminnan muodon (occupational form) tulkinnan yhteydessä. Toiminnan muodon merkityksellisyys viittaa allaolevan kuvan mukaisesti sekä yksilön aistimaan merkitykseen että yksilön kognitiivisella tasolla syntyneisiin miellelyhtymiin.



Kuva 1 Toiminnan muodot Nelsonia (1996, 776) mukaillen

Nelson (1996) on toiminnan muotoa (occupational form) käsittelevässä artikkelissaan pohtinut asiakkaan kokemaa merkityksellisyyttä ja merkityksettömyyttä. Hänen esittämänsä kuvan 1 mukainen analyysimalli sisältää ihmisen ulkopuolella olevat ja hänestä riippumattomat, objektiiviset olosuhteet, joissa toiminnan suoritus tapahtuu. Toiminnan muoto rakentuu fyysisistä ja sosiokulttuurisista elementeistä. Fyysisiä elementtejä ovat esimerkiksi toiminnan suorittamiseen tarvittavat materiaalit, ympäristön olosuhteet, muut paikalla olevat ihmiset ja ajalliset tekijät. Sosiokulttuuriset elementit rakentuvat symboliikasta, normeista, rooleista, kulttuurien historiallisesti merkittävistä piirteistä ja muista sosiaalisista käytännöistä.

Siparin, Vänskän ja Pollarin (2017) mukaan merkityksellinen toiminta rakentuu yhteistoiminnasta aikuisen kanssa sekä lapsen omasta aktiivisesta toimijuudesta. Lapsi toimii

aktiivisesti, kun hän pystyy itse ilmaisemaan tahtoaan sekä vaikuttamaan häntä koskeviin asioihin. Näin lapselle muodostuu tunne, että hänellä on oma rooli tietyssä yhteisössä. Toimijuuden kautta muotoutuu lapsen identiteetti ja itsetunto.

Toiminta on lapselle merkityksellistä silloin, kun toiminta on hänestä itsestään mielekästä. Merkityksellinen ja innostava tekeminen sekä toiminta puolestaan mahdollistaa oppimisen kokemuksia.

Musiikki on tärkeä merkityksellinen toiminta usealle, varsinkin nuorelle. Cohn, Kowalski & Swarbrick (2017, 174) pohtivat musiikin merkityksellisyyttä. Musiikkia voidaan käyttää terapian valmistelussa yhdessä tai ensisijaisena toimintana. Heidän kokemuksensa perusteella sekä kirjallisuuskatsauksen perusteella muodostui kolme teema, jotka on kehitetty kuvaamaan musiikin etuja toimintana: musiikki toimii keinona lisätä ryhmän yhteenkuuluvuutta kohti yhteisiä tavoitteita, musiikki toimii keinona lisätä sosiaalistumista ja musiikkia käytetään antamaan ihmisille mahdollisuuden tarttua hyvinvointiin ja kuntoutumiseen. Musiikin luonnetta kuvaa myös yhteenkuuluvuus. Tämä näyttää toteutuvan musiikkiryhmissä siten, että musiikki parantaa sosiaalisia taitoja sekä yhteenkuuluvuuden tunnetta ryhmän sisällä. Musiikki on siis perustellusti merkityksellinen toiminnan muoto.

Aikaisemmat tutkimukset

Opinnäytetyön toteuttamisen ja haastattelun laatimisen kannalta on tärkeää tutustua siihen, mitä on tutkittu aiemmin musiikista ja sen merkityksestä ihmisille ja kuntoutujille. Tärkeää on tarkastella, millaisia vaikutuksia musiikilla on ihmisen kehitykseen ja oppimiseen sekä tunteisiin ja niiden käsittelyyn. Tarkoituksenmukaista on myös tutkia tuloksia kuntoutuksesta, jossa on käytetty musiikkia apuna ja keinona. Musiikin merkitys on moninainen ja jokainen kokee musiikin omalla subjektiivisella tavallaan, joten on hyvä käsitellä aihetta myös yleisellä tasolla.

Palovaaran mukaan (2016, 44) musiikin kuuntelua käytetään lisäämään tarkkaavaisuutta, keskittymiskykyä ja suorituskykyä sellaisilla lapsilla, joilla on tarkkaavaisuuden ja ylivilkkauksen häiriöitä. Musiikin harrastaminen kehittää lapsen tarkkaavaisuustaitoja, joita ovat valikoiva tarkkaavaisuus ja tarkkaavaisuuden ylläpito. Lapsen huomio pyritään samaan aistikanavia käyttäen, jolloin tarkkaavaisuustaidot kehittyvät erottamaan kulloisenkin äänen muista. Palovaaran mukaan (2016, 44) tarkkaavaisuustaidot

kehittyvät erityisesti ryhmäsiintymisissä, muun muassa bändisoitossa. Palovaaran mukaan (2016, 46) musiikin avulla voidaan kehittää tunne- ja sosiaalisia taitoja. Musiikki luo myös yhteisöllisyyden tunnetta ja edistää nuoren tunneilmaisun taitoja.

Punkanen (2006, 36) tutki pro gradu -tutkielmassaan fysioakustiseen menetelmään perustuvaa huume kuntoutusmallia. Hän tutki neljää nuorta huumeiden käyttäjää ja heidän kanssaan pidettyjä yksilöterapiatapaamisia, joiden avulla kuntoutujat saivat kokemuksen omista tunteistaan ja pystyivät hallitsemaan niitä. Kuntoutuksessa heille palautui mieleen muistoja ja heidän ajattelumallinsa muuttui tunneilmaisun vahvistamisen myötä. Punkasen arvion mukaan fysioakustisen menetelmän synnyttämät keuholliset aistimukset edistivät tunneilmaisun taitoja.

Saarikallio (n.d., 224) on todennut, että musiikki vahvistaa nuoren oman identiteetin pohtimista ja kehittymistä. Hänen mukaansa musiikki on struktuuri, johon nuori voi peilata omia käsityksiään ja kokemuksiaan. Musiikki ei suoraan ohjaa ajatusten sisältöä, vaan tarjoaa rakenteen omien ajatusten ja merkityssisältöjen työstämiselle. Nuori rakentaa käsitystään ympäröivästä maailmasta musiikin avulla. Musiikki vahvistaa nuoren kykyä reflektioon ja itsensä tuntemiseen.

Kansainvälisissä tutkimuksissa on myös mainintoja luovan toiminnan, kuten musiikin, vaikutuksista muun muassa itsetuntoon. Stickleby, Crosbie ja Hui (2011, 256) tuovat esiin artikkelissaan The Stage Life -ohjelmaan tehdyn tutkimuksen tuloksia. The Stage Life -ohjelma pyrki vahvistamaan oppimisvaikeuksia omaavien nuorten aikuisten yhteisötaiteen taitoja. Osallistuvan taiteen toimintaan osallistui noin 50 nuorta. Ohjelman eräänä taiteen muotona toimi myös musiikki. Stage Life -ohjelman tavoitteena on sijoittaa nuori, joilla on oppimisvaikeuksia, lähemmäksi heidän yhteisönsä toimintaa. Stage Lifessa oli tärkeää sallia ryhmän jäsenten määrittellä ja työskennellä omien vahvuuksien ja kykyjen parissa. Kokemus osallistumisesta yhteisötaiteen toimintaan oli myönteinen osallistujille. Ohjelman ja tutkimuksen aikana huomattiin, että myös henkilökunnan tuki on tärkeää, jotta osallistujat pystyvät toimimaan parhaalla mahdollisella tavalla. Ohjelman henkilökunta ilmoitti, että muuttamalla heidän antamaansa tuen määrää, pystyivät he tarkastelemaan yksittäisiä ihmisiä uudessa valossa. Eräs Stage Life -ohjaaja totesi, että vähitellen ohjelman aikana osallistuvat nuoret muuttuivat "rohkeammiksi". Tämä havaittiin siinä, että yksilöille annettiin mahdollisuus tehdä pieniä mutta tärkeitä valintoja osallistumisessa. Tutkimus osoittaa, että taiteella ja

luovalla toiminnalla saadaan nuoria rohkeammiksi sekä vahvistettua heidän osallisuuttaan.

3 Tutkimuksen tarkoitus ja tavoite

Opinnäytetyön tarkoituksena on kartoittaa sitä, mikä merkitys musiikilla on erityisen tuen tarpeessa oleville nuorille. Opinnäytetyön tavoitteena on saada aikaan keskustelua musiikin ja toimintaterapian suhteesta, jotta nuoret itse ja ammattilaiset voivat arvioida musiikin tärkeyttä nuorelle sekä sen mahdollisia myönteisiä vaikutuksia nuoren toiminnallisuuteen.

Toimintaterapiaan aihe kytkeytyy tarkoituksenmukaisesti siten, että opinnäytetyössä pohditaan toimintaterapian ja musiikin välistä suhdetta ja sitä, miten musiikki vaikuttaa nuoriin toimijoina ja heidän päivittäisessä elämässä toiminnalliseen suoriutumiseen. Työelämään työ sitoutuu siten, että toimeksiantajan terapiassa alettaisiin käyttää tavoitteellisemmin musiikkia toimintaterapian työvälineenä nuoria kuntoutettaessa. Harjoittelujaksollani huomasin, että musiikkia käytetään jo toimintaterapian välineenä, mutta opinnäytetyön avulla pyritään tuomaan esiin uusia näkökulmia siihen, miten musiikkia voitaisiin hyödyntää enemmän toimintaterapiassa.

MacRaen mukaan (1992) toimintaterapian kirjallisuus osoittaa, että musiikkia käytetään rajallisesti toimintaterapian keinona. Musiikin positiivisista vaikutuksista toimintaterapiassa ei juurikaan ole hänen mukaansa näyttöä, vaikka terapeutit kertovat hyödyntävänsä musiikkia terapiassa. Mahdollinen selitys tälle on se, että toimintaterapian ja musiikin terapiatuloksista ei ole tehty kliinisiä tutkimuksia. Tämän tiedon perusteella on myös tarkoituksenmukaista tutkia musiikin ja toimintaterapian suhdetta sekä niiden tarjoamia mahdollisuuksia.

Teoriaan perustuvat tutkimuskysymykseni ovat seuraavat: 1. ”Nuorten asennoituminen musiikkia kohtaan”, 2. ”Millaisia merkityksiä musiikilla on erityisen tuen tarpees-

sa oleville nuorille?” ja 3. ”Musiikin toteutuminen arjessa” sekä 4. ”Millaisiin tunnetiloihin musiikki liittyy?”.

4 Tutkimuksen toteuttaminen

Puolistrukturoidun haastattelun kysymykset laadittiin teoriaan perustuen. Haastattelut toteutetaan Toimintakeitaalla ja Mataran Oppipajalla. Haastatteluiden laadulliset vastaukset litteroitiin, jonka jälkeen aineisto analysoitiin.

4.1 Kohderyhmä

Kohderymänä ovat Toimintakeitaan asiakkaina olevat nuoret sekä Mataran oppipajan nuoret. Otoksen muodostivat siis nämä kaksi yksikköä, joiden nuorista haastateltavat valittiin harkinnanvaraisella otannalla. Koska tutkimuksen tavoitteena oli selvittää erityisen tuen tarpeessa olevien nuorten musiikille antamia merkityksiä, valittiin otantamenetelmäksi ns. eliittiotanta, jonka perusteella informanteiksi valitaan henkilöt, joilta uskotaan saatavan parhaiten tietoa tutkittavasta ilmiöstä (Tuomi & Sarajärvi, 2002, 88). Oppipajasta kertovan esitteen (2017) mukaan Oppipaja on aloittanut toimintansa pienimuotoisena vuonna 2010. Oppipaja on toiminut osana Keski-Suomen liiton rahoittamaa Pajatoiminnan puuttuvat palat-hanketta. Sen tarkoituksena oli koulupudokkuuden ehkäisy Taidetyöpajan keinoin. Oppipaja tavoitteena on ollut tukea nuorten koulunkäyntiä pajatoiminnan keinoin – erilaisin toiminnallisina menetelmin ja taideproduktioiden keinoin. Oppipaja on toteutettu ensimmäisen kerran niin, että koko perusopetuksen 9. luokka suoritetaan Taidetyöpajalla pienryhmässä.

4.2 Menetelmä

Menetelmänä käytettiin puolistrukturoitua haastattelua, joka sisälsi sekä strukturoituja kyllä/ei -kysymyksiä sekä avoimia kysymyksiä, joilla pyrittiin saamaan nuorten omaa aitoa mielipidettä paremmin esiin. Haastattelun kysymykset operationalisoitiin teorian pohjalta. Haastattelun kysymykset on esitetty ja kommenttien perusteella siihen tehtiin muutamia muutoksia kysymysten järjestykseen liittyen. Teemahaastattelulomake on liitteessä 1. Lisäksi haastattelu äänitettiin ja haastattelut litteroitiin, jonka jälkeen analysoidaan äänitteeltä saatavia tuloksia. Prosessin aikana tutustuttiin alan kirjallisuuteen ja etsittiin kirjallisuutta liittyen musiikkiin ja toimintaterapiaan. Ennen haastattelun toteuttamista teemahaastattelu esitettiin nuorella henkilöllä, jotta voitiin varmistaa sen toimivuus. Ennen haastattelua vanhemmat ovat täyttäneet yhdessä nuoren kanssa lupalomakkeen haastatteluun, joka on liitteessä 2. Haastattelun toteuttamistilanteessa opinnäytetyön tekijä esitteli kyselyn ja tutkimuksen suullisesti sekä kirjallisesti lomakkeen yhteydessä. Haastattelukysymykset laadittiin Tuomin ja Sarajärven määritelmän mukaisesti (2009, 75). Teemahaastattelun eli puolistrukturoitu haastattelu on sellainen haastattelu, joka on lähellä syvähaastattelua. Teemahaastattelussa edetään tiettyjen keskeisten etukäteen valittujen teemojen ja niihin liittyvien tarkentavien kysymysten varassa. Metodologisesti teemahaastattelussa korostetaan ihmisten tulkintoja asioista, heidän asioille antamia merkityksiä sekä sitä, miten merkitykset syntyvät vuorovaikutuksessa. On oman harkinnan varassa se, että pitääkö kaikille tiedonantajille esittää kaikki suunnitellut kysymykset, pitääkö kysymykset esittää tietyssä järjestyksessä tai pitääkö sanamuotojen olla jokaisessa haastattelussa samat. Yhdenmukaisuuden vaateen aste vaihtelee teemahaastattelulla toteutetusta tutkimuksesta toiseen. Teemahaastattelussa ei voi kysellä ihan mitä tahansa, vaan siinä pyritään löytämään merkityksellisiä vastauksia tutkimuksen tarkoituksen ja ongelmanasettelun tai tutkimustehtävän mukaisesti. Periaatteessa etukäteen valitut teemat perustuvat tutkimuksen viitekehykseen eli tutkittavasta ilmiöstä jo tiedettyyn. Teemahaastattelun avoimuudesta riippuen teemojen sisältämien kysymysten suhde tutkimuksen viitekehyksessä esitettyyn kuitenkin vaihtelee intuitiivisten ja kokemusperäisten havaintojen sallimisesta varsin tiukasti vain etukäteen tiedetyissä kysymyksissä pitäytymiseen.

4.3 Aineiston analysointi

Aineisto analysoitiin siten, että haastatteluäänitteet litteroitiin ja analysoitiin. Litterointi on erittäin karkeaa, eikä se vastaa kielitieteellistä tapaa merkitä äänitteitä. Laadullisen aineiston analysointi perustuu teorialähtöiseen analyysiin. Teorialähtöisen sisällönanalyysin aineiston luokittelu perustuu aikaisempaan viitekehukseen, joka voi olla teoria (esimerkiksi Nelsonin analyysimalli) tai käsitejärjestelmä (Tuomi ja Sarajärvi (2009, 113)). Ensimmäisessä vaiheessa aineistosta valitaan asiat, jotka sisältyvät analyysirunkoon ja asiat, jotka jäävät sen ulkopuolelle. Näistä analyysirungon ulkopuolelle jäävistä asioista muodostetaan uusia luokkia induktiivisen sisällönanalyysin periaatteita noudattaen. Analyysissä aineisto pirstottiin pieniin osiin, käsitteellistettiin ja lopuksi järjestettiin uudeksi kokonaisuudeksi.

”No jos on vähän surkee päivä, niin mä kuuntelen Little Nightmares soundtrackia, se on mun lemppari, siitä tulee semmonen hyvä mieli”

Oheinen sitaatti pelkistettiin luokkaan ”Musiikin vaikutus mielialaan” ja käsitteellistettiin kategoriaan ”Musiikin vaikutus tunteisiin”. Pohdinnassa hyödynnettiin teoreettista viitekehystä ja verrattiin aineistoa taustateoriaan.

Litteroitu alkuperäinen aineistoilmaus	Pelkistys (redusointi) Alakategoria, klusterointi	Abstrahointi Yläkategoria, käsitteellistäminen
”No jos on vähän surkee päivä, niin mä kuuntelen Little Nightmares soundtrackia, se on mun lemppari, siitä tulee semmonen hyvä mieli”	Musiikin vaikutus mielialaan	Musiikin vaikutus tunteisiin

<p>”Yllättävä kyllä se ei paranna mun keskittymiskykyä, mä vastaisin että se huonontais sitä”</p>	<p>Musiikki ja keskittyminen</p>	<p>Musiikin vaikutus toimintaan</p>
<p>”No, se on tota semmonen kyky tappaa aikaa esimerkiksi jos on ulkona kävelemässä koulumatkoilla, se on tota mukavampaa kuunnella musiikkia kuin pelkästään kävellä.”</p>	<p>Musiikki ja vapaa-aika</p>	<p>Musiikin merkitys nuorelle</p>
<p>”No se merkkää aika paljon, esim. jos lukee kokeeseen ja kuuntelee musiikkia ja tekee siinä samalla ja no se on jokapäivästä ja koko ajan soi joku laulu päässä ja mä oon oppinu sen kautta englantia ja muita kieliä”</p>	<p>Musiikki toiminnan apuna</p>	<p>Musiikin vaikutus toimintaan</p>
<p>”No kyllähän se (musiikki) saa paremmalle tuulelle ja eläminenkin helpottuu kun kuuntelee musiikkia, piristää”</p>	<p>Musiikki vaikuttaa tunteisiin</p>	<p>Musiikin vaikutus tunteisiin</p>
<p>”Noo välillä kun mä kuuntelen esim. Star Wars -musiikkia, niin tulee kylmiä väreitä kun se on tosi hyvä tai sitten tulee joku tietty kohta mieleen”</p>	<p>Musiikki vaikuttaa kehoon ja tunteisiin</p>	<p>Musiikin vaikutus tunteisiin</p>

"No monella tapaa, jos vaikka on tilanne, että oon vaikka pahalla päällä, niin sitten kuuntelee jotain musiikkia, joka tuntuu hyvältä"	Musiikin vaikutus mielialaan	Musiikin vaikutus tunteisiin
--	------------------------------	------------------------------

Taulukko 1 Analyysirunko

5 Tutkimuksen tulokset

Ohessa esittelen teemahaastatteluista esiinnousseita nuorten ajatuksia musiikista ja esimerkiksi sen vaikutuksista tunteisiin. Teemahaastatteluita kerättiin yhteensä 10 kappaletta, joiden tuloksia esittelen seuraavaksi. Haastateltavien ikä oli 11 - 18 ikävuotta.

Musiikin vaikutus tunteisiin

Vastauksissa nousi selvästi esiin musiikin vaikutus nuorten tunteisiin. Vastaajista 10/10 mainitsi, että musiikki vaikuttaa jollakin tapaa heidän tunteisiinsa eli tämä on huomionarvoinen havainto. Lisäksi 10/10 vastaajasta totesi, että pitää musiikista yleisesti. Musiikin vaikutus tunteisiin konserteissa mainittiin myös haastatteluissa. Usea vastaaja mainitsi myös, että musiikki saa aikaan hyvän mielen huonona päivänä. Eräessä vastauksessa mainittiin myös toimintaan motivoituminen musiikkia kuunnellessa, joten tässä huomataan musiikin positiivinen vaikutus. Elämisen "helpottuminen" ja voimaantuminen musiikin avulla mainittiin myös kysyttäessä musiikin merkitystä haastateltavilta.

"No se merkitsee silleen paljon, että sulle tulee hyvä fiilis, sä voit kuunnella niinku mitä haluat, kukaan muu ei tuu sanomaan, että sun pitää kuunnella tätä" -13v tyttö

Musiikin vaikutus toimintaan

Teemahaastatteluiden vastauksista nousi esiin myös musiikin vaikutus nuorten toimintaan. Vastaajista 7/10 mainitsi, että musiikki vaikuttaa heidän toimintaansa jollain tapaa, kuten esimerkiksi kokeeseen lukiessa lukeminen ja oppiminen onnistuu paremmin, kun kuuntelee musiikkia. Haastatteluissa nousi esiin myös erään nuoren kommentti siitä, että musiikin avulla saa onnistumisen kokemuksia ja itsevarmuutta eli vaikutus toimintaan on havaittavissa. Eräs vastaaja mainitsi, että musiikki vaikuttaa myös negatiivisesti toimintaan siten, että musiikin kuuntelu heikentää hänen keskittymistään (taulukko 1). Vastauksissa tuli esille myös se, että nuoret haluaisivat oppia soittamaan jotakin instrumenttia tai soittaa yhdessä muiden kanssa esimerkiksi bändissä. Toiminnallisuus nousee näissäkin vastauksissa esiin.

Musiikin merkitys nuorelle

Vastaajista kaikki (10/10) mainitsi, että musiikki merkitsee heille jotakin, useille vastaajista useita erilaisia asioita. Useat vastaajat mainitsivat, että musiikki on merkityksellistä ajanvietettä heille ja lisäksi, että musiikki on keino tunteiden säätelyssä. Taulukossa 1 mainitaan nuoren kommentti siitä, että hän kuuntelee musiikkia kävellessään ”tappaakseen” aikaa. Musiikilla on siis havaittavissa olevan merkitystä myös arjen toiminnoissa. Musiikin merkityksiä nousi esiin myös muista vastauksista, joissa mainittiin, että musiikki merkitsee kavereiden kanssa yhdessäoloa. Vastauksissa annettiin siis musiikille myös sosiaalisia merkityksiä. Kysyttäessä nuorilta sitä, mikä on tärkeintä heidän mielestään musiikkikonsertissa, he mainitsivat, että itse hyvä musiikki ja artisti sekä bändi. Myös tunnelma ja kaverit konserteissa nousi esiin nuorten vastauksista. Haastatteluista 7/10 vastasi, että he kokevat musiikin olevan heille juurikin musiikin kuuntelua ja se koetaan merkitykselliseksi. Vastaajista moni myös aikoo jatkaa musiikin kuuntelua tulevaisuudessa.

Yhteenveto tutkimuksen tuloksista

Tutkimuksen vastauksista välittyi jo haastattelutilanteessa tunne, että musiikki aiheena on nuorille tärkeä ja mielekäs sekä osana heidän arkeaan. Kukaan vastaajista ei

maininnut, etteikö pitäisi musiikista lainkaan tai osoittanut vastauksissa vihan tunteita musiikkia kohtaan. Haastatteluiden perusteella musiikki on nuorten arjessa mukana ainakin musiikin kuuntelun kautta, mikä noudattaa nykyajan trendiä nuorten kulttuurissa. Nuorten vastauksista nousi selvästi esiin musiikin merkitys tunteiden säätelyssä ja mielialan kohentamisessa, todennäköisesti he eivät itse kuunnellessaan ajattele parantavansa oloaan. Moni nuori on osannut vastausten perusteella hyödyntää musiikkia arjen toimissaan, kuten kokeeseen lukiessa. Nuoret kertoivat myös aikovansa hyödyntää musiikkia tulevaisuudessa tai ainakin jatkaa musiikin kuuntelemista. Kysyttäessä sitä, miten nuori hyödyntää musiikkia vaikeissa tilanteissa, vastaus oli usein, että musiikki rohkaisee vaikeassa tilanteessa tai että musiikki saa paremmalle tuulelle. Vastaajat toivat esiin myös harrastuneisuutta musiikin parissa ja muutamat toivoivat, että osaisivat soittaa jotakin instrumenttia tai soittaa yhdessä muiden kanssa bändissä. Yleisesti kiinnostus musiikkia kohtaan oli melko korkealla, eikä kukaan vastaajista ilmaissut, ettei olisi kiinnostunut musiikista lainkaan.

6 Pohdinta

Teemahaastatteluiden vastausten perusteella voidaan todeta, että musiikilla on todellakin merkitystä nuorille lisäksi ottaen huomioon, että vastaajat tarvitsevat ainakin jossain määrin erityistä tukea koulussa sekä arjessaan. Musiikkia tutkitaan paljon ja sen vaikutuksista on lukuisia artikkeleita ja tutkimuksia. Toimintaterapiassa musiikkia hyödynnetään jossain määrin, mutta monikaan toimintaterapiaa tarjoava yritys tai julkisen sektorin toimintaterapeutit eivät tarjoa juurikaan musiikkia asiakkailleen terapiavälineeksi. Haastatteluissa esiinnousseet seikat osoittavat, että olisi tarkoituksenmukaista ottaa musiikki osaksi terapiatyötä ja osaksi muutakin terveydenhuollon työtä. Lilja-Viherlampi tuo esiin raportissa (2013, 28) musiikin hyötyjä hoitotyössä. Musiikin on havaittu tehostavan kognitiivista suoriutumista, kuten nopeutta, tarkkaavaisuutta sekä muistia. Haastatteluissa nuoret toivatkin esiin sen, että musiikki auttaa heitä kokeisiin lukemisessa ja oppimisessa, joten he siis ovat tiedostaneet musiikin positiivisen

vaikutuksen kognitioonsa ehkä tiedostamatta, ehkä tarkoituksella. Tätä tietoa toimintaterapeutit ja erityisopettajat sekä koulunkäyntiavustajat voisivat hyödyntää työskennellessään erityisoppilaiden kanssa. Todennäköisesti oikeanlainen musiikki yhdistettynä oppimiseen voisi tehostaa oppimistuloksia. Toimintaterapiatilanteessa musiikkia olisi mahdollista hyödyntää kirjoitus-, hahmottamis- ja ongelmaratkaisutehtävissä. Lilja-Viherlampi (2013, 31) mainitsee raportissa, että musiikin harrastamisen on osoitettu parantavan auditiivisia perustaitoja, kuten äänenkorkeuden erottelua, kielellisiä taitoja ja toiminnanohjausta. Näitä tietoja hyödyntäen toimintaterapeutti pystyisi todennäköisesti suunnittelemaan erityisen tuen tarpeessa olevalle nuorelle harjoitteita musiikin avulla, jotka vahvistaisivat heidän toiminnanohjauksen taitojaan, jotta arjen toiminnoista selviäminen helpottuisi. Tästä esimerkkinä toimisi kaupassa-asiointi-harjoitus, jossa nuori kuuntelisi mielekästä musiikkia asioidessaan ja seurattaisiin samalla nuoren toimintaa ja musiikin vaikutusta.

Musiikki ja tunteet

Juntunen mainitsee artikkelissaan (2009, 7), että musiikki ei vain liikuta fyysisesti vaan myös tunteen tasolla. Musiikista liikuttuminen puolestaan merkitsee, että on löytänyt jotain uutta musiikin ja kehonvälisestä vuorovaikutuksesta, jotain, mikä muuttaa tapaa tuntea itsemme suhteessa musiikkiin. Erityisesti spontaani reaktio musiikkiin mahdollistaa musiikin kokemisen ja ymmärtämisen kokonaisvaltaisesti. Nuoret toivat haastatteluiden vastauksissaan esiin useasti musiikin vaikutuksen kehoon ja tunteisiin. Vastusten ja havaintojen kautta on siis pääteltävissä, että nuoret itsekin hakevat musiikin avulla tunnekokemuksia ja hyvää oloa. Mielenterveystalon mukaan (n.d) tunnetaidoilla tarkoitetaan omien tunteiden tunnistamista, nimeämistä ja ilmaisemista. Nämä vaikuttavat itsetuntemuksen lisäksi vuorovaikutustaitoihin. Itseymmärrys omaa toimintaa kohtaan lisääntyy omien tunnetaitojen säätelyn kautta, jolloin on helpompi kokea esimerkiksi empatiaa. Jokaisen tunteet ovat yksilöllisiä ja jokaisella on oikeus omiin tunteisiinsa. Tämän tiedon avulla toimintaterapiaa voisi kehittää enemmän uusille osa-alueille, jossa musiikki ja tunnetaidot olisivat mukana. Kansainvälistä näkemystä tuovat esiin Eidevall & Leufstadius (2013, 138). Tutkimuksessa selvitettiin, miten vammautuneet aikuiset kokevat ja kuvailevat musiikin merkityksellisyyttä ja osallistuvat musiikkiryhmään vapaa-ajallaan Chilen Teletón-kuntoutuskeskuksessa. Tutkimuksessa

selvisi, että musiikkiin on usein sitoutunut muistoja ja elämäntarinoita. Muistot ovat tapahtumia, jotka ihminen on käynyt läpi elämänsä aikana. Tällainen yhteys musiikkiin voitaisiin tulkita käsitteenä ”luonnollinen” merkitys. Aika ja elämäntapahtumat ovat tärkeitä merkityksien muodostumisessa. Tämä oli esillä tässä tutkimuksessa, kun osallistujat kuvasivat musiikin tulleen merkitykselliseksi muistojen muistelemisen kautta.

Musiikki kuntoutumisen tukena tulevaisuudessa

Yhteistyötä musiikkiterapeuttien kanssa olisi syytä myös harkita, jotta itse asiakas saisi parhaan mahdollisen kuntoutuksen ja terapian. Suosittelen myös toimeksiantajalleni sitä, että musiikkia käytettäisiin enemmän terapiavälineenä, sillä tutkimukseni kautta sain arvokasta tietoa nuorten mielipiteistä musiikkia kohtaan ja siitä, miten he jo itse hyödyntävät sitä arjessa, opiskelussa, vapaa-ajalla sekä harrastuksissa. Toimintaterapeutit voisivat ammattikuntana ottaa rohkeammin musiikin mukaan työhönsä ja toimintaterapiaopintoihin voisi liittää musiikkiaiheisia kokonaisuuksia, sillä musiikilla on merkitystä nuorille ja todennäköisesti myös vanhemmille asiakkaille. Kansainvälistä tutkimusta merkityksellisestä toiminnasta löytyy runsaasti väitteideni tueksi. Muun muassa Lal, Ungar, Leggo, Malla, Frankish ja Suto (2013, 190) ovat tehneet laadullista tutkimusta asiakkaalle arvokkaasta ja merkityksellisestä toiminnasta. Tutkimuksen tarkoituksena oli ymmärtää, kuinka sitoutuminen merkitykselliseen toimintaan vaikuttaa nuorten, joilla on diagnosoitu psykoosi, hyvinvointiin. Tulosten perusteella tutkimuksen tekijät suosittelevat ainakin kaksi keskeistä osa-aluetta, joita toimintaterapeutit voisivat pohtia työelämässä. Ensiksi he ehdottavat, että toimintaterapeutit kiinnittäisivät huomiota nuoren aktiivisuuden arvioimiseen. Huomiota ei täydy kiinnittää pelkästään suorituskyvyn, toiminnallisuuden tai osallisuuden arvioimiseen, vaan myös toimintaan ja sen vaikutukseen hyvinvointiin. He toteavat, että on hyödyllistä pyrkiä tunnistamaan ja löytämään nuorten kanssa toiminta, jonka he näkevät jollakin tapaa arvokkaana ja tärkeänä. Tämä etsintäprosessi voi tukea nuorten kuntoutumista sekä edistää heidän hyvinvointiaan ja lisäksi auttaa toimintaterapeutteja tunnistamaan interventioita.

Tutkimuksen eettisyys ja luotettavuus

Eettisyys ja luotettavuus varmistettiin Tutkimuseettisen neuvottelukunnan ohjeiden (2012) avulla, joiden mukaan tieteellinen tutkimus voi olla hyväksyttävää vain, jos se noudattaa hyviä tieteellisiä käytäntöjä.

Tutkimuseetiikan näkökulmasta opinnäytetyössä noudatettiin hyvän tieteellisen käytännön keskeisiä lähtökohtia. Ennen haastatteluiden toteuttamista hain Jyväskylän kaupungilta tutkimusluvan koko opinnäytetyön toteuttamiseen. Lisäksi ennen haastattelua haastateltavilta nuorilta ja heidän huoltajiltaan kysyttiin kirjallinen lupa haastatteluun osallistumiseen, lupalomake on liitteessä 2. Äänitteet analysoitiin siten, etteivät ulkopuoliset päässeet niitä kuulemaan ja ne hävitettiin asianmukaisella tavalla. Haastattelutilanteessa haastattelutila oli rauhallinen ja yksityisyys varmistettiin suljetuin ovin. Haastateltavia nuoria informoitiin tutkimuksesta sekä haastattelun kulusta etukäteen sekä suullisesti että kirjallisesti. Tutkimukseen osallistuneet nuoret olivat iältään 11 – 18 ikävuotta ja haastatteluihin valikoitui suunnitellusta ikäjakaumasta poiketen vuoden nuorempi ja kaksi vuotta vanhempi haastateltava, mutta tämä ei haitannut tutkimuksen toteuttamista, vaan toi lisäsisältöä saatuun aineistoon. Tulosten kirjaamisen ja opinnäytetyön viimeistelyn jälkeen tunnistetietoja sisältävät paperit ja muut dokumentit hävitettiin. Tutkimuksen haastattelulomake ja sen kysymykset havaittiin luotettaviksi ja niiden reliabiliteetti hyväksi. Tutkimuksella saavutettiin tarkoituksenmukaisia tuloksia ja alussa asetettuihin tutkimuskysymyksiin saatiin vastaukset. Tutkimuksen validiteetti oli myös hyvällä tasolla, sillä tutkimusmenetelmä selvitti sen, mitä sen oli tarkoituskin selvittää. Lisäksi Tuomi ja Sarajärvi esittelevät (2009, 135) totuusteorioita, joista konsensukseen perustuva totuusteoria sopii opinnäytetyöni luotettavuuden arviointiin. Teoriassa painotetaan sitä, että ihmiset voivat luoda yhteisymmärryksessä ”totuuden”, esimerkiksi että toisen ihmisen tappaminen on rikos ja tuomittavaa. Konsensusteoria siis liittyy ihmisten luomiin sopimuksiin ja kielikuviin. Tästä esimerkkinä on se, että haastateltavan sanomat vastaukset ovat haastattelijan ja tiedonantajan puhumia ”totuuksia” asioista, joita käsitellään.

Lähteet

Epperson G. 1998. Music. Encyclopedia Britannica. Viitattu 29.1.2018.

<https://www.britannica.com/art/music>

Eryitystä tukea tarvitseva lapsi. 2017. THL, Kasvun kumppanit. Viitattu 29.1.2018.

<https://www.thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/peruspalvelut/sosiaalipalvelut/sosiaalipalvelujen-jarjestaminen/erityista-tukea-tarvitseva-lapsi>

Heinämäki, L. 2004. Eryitynen tuki varhaiskasvatuksessa. Eryityspäivähoito – lapsen mahdollisuus. Saarijärvi: Gummerus.

Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa. 2012. Tutkimuseettinen neuvottelukunta. Viitattu 29.1.2018.

http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf

Jennifer Cohn, Karen Z. Kowalski & Margaret Swarbrick. 2017. Music as a Therapeutic Medium for Occupational Engagement: Implications for Occupational Therapy. *Occupational Therapy in Mental Health*, 33:2, 168-178.

Juntunen, Marja-Leena. 2009. Musiikki, liike ja kehollinen kokemus. Teoksessa Louhivuori, J, Paananen, P & Väkevä, L. (Toim.) 2009. Musiikkikasvatus: näkökulmia kasvatukseen, opetukseen ja tutkimukseen. Jyväskylä.

Kettunen, J. 2017. Oppipajan esite. Sähköpostiviesti 28.11.2018. Vastaanottaja P. Hartikainen. Eryitysohjeiden lähettämä esite oppipaja-toiminnasta.

Kristina Eidevall & Christel Leufstadius. 2013. Perceived Meaningfulness of Music and Participation in a Music Group among Young Adults with Physical Disabilities. *Journal of Occupational Science*, 21:2, 130-142.

Lilja-Viherlampi, L-M (toim.). 2013. Care music -Sairaala- ja hoivamusiikkityö ammatina. Viitattu 30.7.2018. <http://julkaisut.turkuamk.fi/isbn9789522163660.pdf>

MacRae, A. 1992. Should Music Be Used Therapeutically In Occupational Therapy? Viitattu 9.8.2018. <https://ajot.aota.org/article.aspx?articleid=1874468>

Musiikkiterapia. 2015. Musiikkiterapiayhdistyksen määritelmä musiikkiterapiasta. Viitattu 29.1.2018. <http://www.musiikkiterapia.net/index.php/mita-musiikkiterapia>

Nelson, D.L. 1988. Occupation: Form and Performance. *The American Journal of Occupational Therapy* 42, 10, 633-641. Viitattu 18.8.2018. <https://ajot.aota.org/article.aspx?articleid=1881548>

Nelson, D.L. 1996. Therapeutic Occupation: A Definition. *The American Journal of Occupational Therapy* 50, 10, 755-782. Viitattu 18.8.2018. <https://ajot.aota.org/article.aspx?articleid=1865125>

Nuorisolaki 21.12.2016/1285. Viitattu 10.3.2018.

<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2016/20161285>

Nuorten toimintaterapia. 2015. Toimintakeidas Oy:n nuorten toimintaterapian esittely. Viitattu 29.1.2018.

<http://www.toimintakeidas.fi/terapiapalvelut/asiakkaat/nuoret/>

Osallisuus. 2017. THL, Hyvinvointi ja terveyserot. Viitattu 1.8.2018.

<https://thl.fi/fi/web/hyvinvointi-ja-terveyserot/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus>

Palovaara, K. 2016. "Musiikki on aine, jossa kaikki kukat saavat kukkia" – Musiikinopettajien ja tukea tarvitsevien oppilaiden kohtaaminen musiikintunneilla.

Pro gradu –tutkielma. Viitattu 11.2.2018. <http://jultika.oulu.fi/files/nbnfioulu-201603111299.pdf>

Punkanen, M. 2006. Musiikkiterapia osana huume kuntoutusta: hoitoon kiinnittämisestä kokemusmaailman integroimiseen. Licensiaatintutkimus. Viitattu 11.2.2018.

https://jyx.jyu.fi/dspace/bitstream/handle/123456789/9963/URN_NBN_fi_jyu-200793.pdf?sequence=1

Saarikallio, S. N.d. Musiikki ja nuoren psykososiaalinen kehitys. Artikkel. Viitattu 11.2.2018.

<https://fisme.fi/wp-content/uploads/2017/08/Musiikki-ja-nuoren-psykososiaalinen-kehitys-Saarikallio.pdf>

Seppänen, P. 2010. MITÄ KIELTÄ TEILLÄ PUHUTAAN? Nuoren osallisuuden tukeminen sosiaali- ja mielenterveystyön kommunikaatiokulttuurissa. Pro gradu –tutkielma. Viitattu 11.2.2018.

http://epublications.uef.fi/pub/urn_nbn_fi_uef-20110011/urn_nbn_fi_uef-20110011.pdf

Shalini Lal, Michael Ungar, Carl Leggo, Ashok Malla, James Frankish & Melinda J. Suto. 2013. Well-Being and Engagement in Valued Activities: Experiences of Young People With Psychosis. OTJR: Occupation, Participation and Health. Vol. 33, No. 4.

Sipari S, Vänskä N, Pollari K. 2017. Lapselle merkityksellinen toiminta kuntoutumisessa – Lapsen Metkut. Metropolia Ammattikorkeakoulu, Lapsen oikeus osallistua kuntoutukseensa – Lapsen edun arviointi (LOOK) -hanke. Viitattu 29.1.2018.

<http://metropolia.e-julkaisu.com/lapsen-metkut/>

Sosiaalihuoltolaki 1301/2014. Annettu 1.4.2015. Viim. muutos 1.1.2018. Viitattu 29.1.2018. <http://www.finlex.fi/fi/laki/smur/2014/20141301>

Theodore Stickley, Brian Crosbie & Ada Hui. 2011. The Stage Life: promoting the inclusion of young people through participatory arts. Blackwell Publishing Ltd, British Journal of Learning Disabilities.

Toimintaterapia. 2015. Toimintakeidas Oy:n toimintaterapian esittely. Viitattu 29.1.2018. <http://www.toimintakeidas.fi/terapiapalvelut/toimintaterapia/>

Tunteet. N.d. Nuorten mielenterveystalo. Viitattu 30.7.2018.

https://www.mielenterveystalo.fi/nuoret/tietoa_mielenterveydesta/mielenterveyden_vahvistaminen/Pages/tunteet_haltuun.aspx

Tuomi, J. & Sarajärvi, A. 2002, 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällön analyysi. Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Liitteet

Liite 1 Teemahaastattelulomake

Teemahaastattelu

Tämän haastattelun tarkoituksena on selvittää musiikin merkitystä nuorille. Haastatteluun vastataan täysin nimettömänä, eikä sen tuloksia käytetä muuhun kuin tähän opinnäytetyöhöni. Haastattelulomakkeet hävitetään niiden analysoimisen jälkeen, eikä niitä tarkastele kukaan muu kuin kyselynjärjestäjä. Haastattelu äänitetään ja äänitteet analysoidaan opinnäytetyötä varten. Äänitteet hävitetään niiden analysoinnin jälkeen, eikä niitä kuuntele kukaan muu kuin haastattelun tekijä. Haastatteluun vastaaminen on vapaaehtoista ja vastaaminen tapahtuu ohjatusti. Haastattelun kesto on noin 15 minuuttia. Haastattelijana toimii opiskelija Panu Hartikainen.

Taustatiedot:

Olen... tyttö () poika () muu ()

Ikäsi ____

Kysymykset

1. Pidätkö musiikista yleisesti? Kyllä () En ()

2. Kiinnostuksesi musiikkiin...

- En ole kiinnostunut ()

- Kiinnostunut jonkin verran ()

- Kiinnostunut melko paljon ()

- Kiinnostunut paljon ()

3. Musiikki on minulle... (rastita sopivat vaihtoehdot)

- musiikin kuuntelua ()
- soittamista ()
- kavereiden kanssa yhdessäoloa ()
- laulamista/hyräileminen ()
- säveltämistä ()
- konsertit/elävä musiikki ()

4. Oletko käynyt musiikkikonserteissa? Kyllä () En ()

5. Musiikkikonserteissa tärkeintä minulle on? (kerro vapaasti)

6. Oletko osallistunut musiikinopetukseen musiikkiopistossa tai harrastuksissa?
Kyllä () En ()

7. Millaisia taitoja olet oppinut musiikin avulla... (rastita)

- parempi itseluottamus ()
- parantunut tarkkaavaisuus ()
- paremmat sosiaaliset taidot ()
- tunnetaitojen kehittyminen (esim. empatia) ()
- identiteetin vahvistuminen musiikin kautta ()

8. Kerro, mitä musiikki merkitsee sinulle?

9. Onko musiikilla vaikutuksia sinuun?

- Ei lainkaan ()
- Ei juurikaan ()
- On melko paljon ()
- On hyvinkin paljon ()

10. Mitenkä kuvaisit musiikin vaikutuksia? (kerro vapaasti)

11. Kerro, miten haluaisit käyttää musiikkia tulevaisuudessa?

12. Mikä on sinulle tärkeintä musiikissa?

– musiikki saa hyvälle tuulelle ()

– saan onnistumisen kokemuksia ()

– musiikin avulla saan keskustelua kavereiden kanssa ()

– on mukavaa soittaa tai laulaa ()

– jotain muuta, mitä? () _____

13. Miten hyödynnät musiikkia vaikeissa tilanteissa?

Kiitos vastauksistasi!

Liite 2 Lupalomake haastatteluun

Tiedote/lupa haastatteluun

Teen opinnäytetyötäni Jyväskylän ammattikorkeakoulussa keväällä 2018. Opinnäytetyöni aihe on ”Mikä merkitys musiikilla on erityisen tuen tarpeessa oleville nuorille?”. Opinnäytetyötäni varten haastattelen nuoria sekä Toimintakeitaalla että Mataran Oppipajassa. Teemahaastattelun tarkoituksena on selvittää musiikin merkitystä nuorille. Haastatteluun vastataan täysin nimettömänä, eikä sen tuloksia käytetä muuhun kuin tähän opinnäytetyöhön. Haastattelulomakkeet hävitetään niiden analysoimisen jälkeen, eikä niitä tarkastele kukaan muu kuin kyselyjärjestäjä. Haastattelu äänitetään ja äänitteet analysoidaan opinnäytetyötä varten. Äänitteet hävitetään niiden analysoinnin jälkeen, eikä niitä kuuntele kukaan muu kuin haastattelun tekijä.

Opinnäytetyöni tarkoituksena on tutkia ja pohtia sitä, miten musiikkia voitaisiin hyödyntää toimintaterapian työvälineenä nuorten kuntoutuksessa ja heidän elämänsä tukemisessa sekä kotona että koulussa ja lisäksi tutkia sitä, mikä merkitys musiikilla on nuorille. Opinnäytetyön tavoitteena on saada aikaan työni kautta keskustelua musiikin ja toimintaterapian suhteesta yhteiskunnassa, jotta nuoret itse ymmärtäisivät musiikin tärkeyden sekä sen positiivisen vaikutuksen mielenterveyteen.

Jos teillä on kysyttävää haastattelusta ja sen toteutuksesta, niin ottakaa yhteyttä opinnäytetyön tekijään tai sitä ohjaavaan opettajaan:

Opiskelija, Panu Hartikainen

Ohjaava opettaja, Kristiina Juntunen

Suostumus/lupa haastatteluun

Rastita

Nuori saa osallistua opinnäytetyöhön kuuluvaan haastatteluun ()

Nuori **ei** saa osallistua opinnäytetyöhön kuuluvaan haastatteluun ()

Huoltajan/vanhemman allekirjoitus ja nimenselvennys

Haastateltavan nuoren allekirjoitus ja nimenselvennys

Paikka ja aika _____

